



हर-हर महादेव

हमारा देश



MPHIN36951

कुल पृष्ठ : 52, मूल्य : 50 रुपए

वर्ष 01, अंक 13 मासिक पत्रिका

जुलाई 2022

# हमारा अभिमान



शिक्षा क्षेत्र में **क्रांतिकारी फैसला**

# M.B.B.S.

की पढ़ाई अब हिन्दी में...



हर-हर महादेव

हमारा देश

हमारा अभिमान

परिवार की ओर से  
समस्त पाठकों एवं  
शुभचिंतकों को

रक्षाबंधन की  
हार्दिक बधाई

## वरिष्ठ संरक्षक मंडल

- अनन्त श्री विभूषित श्रीमद जगद्गुरु श्री राम स्वरूपचार्य जी महाराज कामदगिरि पीठाधीश्वर चित्रकूट धाम
- श्री महामंडलेश्वर रामप्रिय दास
- श्री श्री 1008 महामंडलेश्वर अनिरुद वन जी श्री धूमस्वर धाम
- श्री डॉ. श्रीमन नारायण मिश्रा
- डॉ. श्रीमती शालिनी कौशिक, श्री नागेंद्र नाथ सुरेंद्र नाथ चौबे

## संरक्षक मंडल

- श्री लोकेश चतुर्वेदी • श्री डॉ. दिनेश उपाध्याय • श्री अरविद जैन
- श्री पी.के. शर्मा, • श्री एस.डी. धाकड़, • श्री अरुण कांत शर्मा,
- श्री महेश पुरोहित • श्री विनोद भारद्वाज, अधिवक्ता ग्वालियर हाईकोर्ट, • श्री मनोज भारद्वाज, श्री अनिल जैन, श्री निर्मल बासवानी • श्री विद्याभूषण शर्मा • श्रीमती अर्चना बाजपेयी

## संपादक : मनोज चतुर्वेदी

पंकज दीक्षित : प्रमुख परामर्शदाता

## विशेष संवाददाता

- रवि परिहार • रविकांत शर्मा

## कानूनी सलाहकार

एडवोकेट अनिल शुक्ला शासकीय अधिवक्ता ग्वालियर हाईकोर्ट  
एडवोकेट श्याम पाठक ग्वालियर हाई कोर्ट

## ब्यूरो : अविनाश (उज्जैन संभाग)

## छिंदवाड़ा ब्यूरो : जितेंद्र चौर

## मुम्बई ब्यूरो (महाराष्ट्र)

सचिंदर शर्मा (फ़िल्म डायरेक्टर)

## ब्यूरो राजस्थान

सुभाष सोरल ( फ़िल्म निर्माता) कोटा

ब्रजेश जैन- साक्षात्कार व्यवस्थापक और विज्ञापन संवाददाता इंदौर

## संवाददाता : संदीप पाटिल, इंदौर

## सलाहकार

- डॉ. सुनील शर्मा, नेत्र रोग विशेषज्ञ
- डॉ. मुकेश चतुर्वेदी, • डॉ. दिनेश प्रसाद (हड्डी रोग सर्जन)
- अनिल दुबे • विकास चतुर्वेदी • सुरेश शर्मा
- नारायणदास गुप्ता, • पीयूष श्रीवास्तव

## मार्केटिंग प्रमुख : शैलेन्द्र जैन

## मार्केटिंग मैनेजर

- सुनील • हरशूल • संजू

## डिजाइन : मनोज पंवार

स्वामी/मुद्रक/प्रकाशक मनोज कुमार चतुर्वेदी द्वारा कंचन ऑफसेट डी-1/63, सेक्टर-4, विनय नगर ग्वालियर- फोन नं. 0751-2481433, (म. प्र.) से मुद्रित एवं शिव कॉलोनी गली नं. 4, रेलवे स्टेशन के पीछे, तहसील डबरा, जिला ग्वालियर, (मध्यप्रदेश) प्रकाशित। संपादक-मनोज कुमार चतुर्वेदी। (सभी चिवादी का न्यायालय क्षेत्र ग्वालियर रहेगा।)

## विवरणिका

संपादकीय	02
शुभाशीष	03
कवर स्टोरी	04-05
कवर स्टोरी	06-07
यूपी	08
देश	09
विविध	12
हमारा ग्वालियर	14-15
	16-17
विविध	20
राजस्थान	21
इंदौर	22
इंदौर	20-21
देश	24-25
प्रदेश	26-27
चुनाव	28
जीवनशैली	29
सजगता	30
स्वास्थ्य	31
योग	32-33
धर्म	34-35
महिला	37
त्यौहार	38
धर्म	39
ग्लैमर	46-47-48



संपादकीय

## रक्षाबंधन... त्यौहार का उल्लेख हिन्दू पुराण की कथाओं में...

यूं तो भारत में भाई-बहनों के बीच प्रेम और कर्तव्य की भूमिका किसी एक दिन की मोहताज नहीं है पर रक्षाबंधन के ऐतिहासिक और धार्मिक महत्व की वजह से ही यह दिन इतना महत्वपूर्ण बना है। बरसों से चला आ रहा यह त्योहार आज भी बेहद हर्षोल्लास के साथ मनाया जाता है। हिन्दू श्रावण मास (जुलाई-अगस्त) में पूर्णिमा के दिन मनाया जाने वाला यह त्योहार भाई का बहन के प्रति प्यार का प्रतीक है। रक्षाबंधन पर बहनें भाइयों की दाहिनी कलाई में राखी बांधती हैं, उनका तिलक करती हैं और उनसे अपनी रक्षा का संकल्प लेती हैं। हालांकि रक्षाबंधन की व्यापकता इससे भी कहीं ज्यादा है। राखी बांधना सिर्फ भाई-बहन के बीच का कार्यकलाप नहीं रह गया है। राखी देश की रक्षा, पर्यावरण की रक्षा, हितों की रक्षा आदि के लिए भी बांधी जाने लगी है। इतिहास की नजर से- रक्षाबंधन के त्योहार का इतिहास हिंदू पुराण कथाओं में है। वामनावतार नामक पौराणिक कथा में रक्षाबंधन का प्रसंग मिलता है। महाभारत में भी रक्षाबंधन के पर्व का उल्लेख है। जब युधिष्ठिर ने भगवान कृष्ण से पूछा कि मैं सभी संकटों को कैसे पार कर सकता हूं, तब कृष्ण ने उनकी तथा उनकी सेना की रक्षा के लिए राखी का त्योहार मनाने की सलाह दी थी। शिशुपाल का वध करते समय कृष्ण की तर्जनी में चोट आ गई, तो द्रौपदी ने लहू रोकने के लिए अपनी साड़ी फाड़कर चीर उनकी उंगली पर बांध दी थी। यह भी श्रावण मास की पूर्णिमा का दिन था। कृष्ण ने चीरहरण के समय उनकी लाज बचाकर यह कर्ज चुकाया था। रक्षा बंधन के पर्व में परस्पर एक-दूसरे की रक्षा और सहयोग की भावना निहित है।

मनोज चतुर्वेदी  
संपादक

== शुभाशीष ==



## सोशल मीडिया... शब्दों की गरिमा का ध्यान रखना नैतिक कर्तव्य

वै से तो भारतीय कानून सोशल मीडिया पर लोगों को केन्द्र की मोदी सरकार, केजरीवाल व अन्य किसी भी सरकार की नीतियों की आलोचना करने का पूरा हक भी प्रदान करता है। क्योंकि कोई भी सरकार जब जनता से किये गये अपने वादों को पूरे नहीं करेगी या जनता उसके कार्यों से संतुष्ट नहीं होगी, तो आम जनमानस के पास उस सरकार पर जमकर हमला बोलने का कार्य करने का सबसे सरल माध्यम सोशल मीडिया ही है। लेकिन सभ्य समाज में हमेशा शब्दों की गरिमा का ध्यान रखना हम सभी लोगों का नैतिक कर्तव्य व दायित्व है, सभ्य समाज में किसी भी व्यक्ति को असभ्यता करके उद्दंडता पूर्ण व्यवहार करने का अधिकार नहीं है, किसी की भावनाओं से खिलवाड़ करने का अधिकार नहीं है। हम सभी लोगों को यह समझना होगा कि सोशल मीडिया अपने विचारों को दुनिया तक पहुंचाने का आज सबसे सशक्त व तेज प्लेटफॉर्म बन गया है। हम लोगों को इसका सकारात्मक उपयोग करते हुए देश, समाज, परिजनों व अपने हित में सदुपयोग करना चाहिए, ना कि सोशल मीडिया के द्वारा हम लोग समाज में असभ्य व नफ़रती जहरीली सोच को फ़ैलाने के लिए प्रयोग करें। आज के व्यवसायिक दौर में यह हम सभी लोगों की व सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म उपलब्ध करवाने वाली सभी कंपनियों की बेहद अहम जिम्मेदारी है कि सोशल मीडिया पर ऐसा तालमेल बनाएं कि लोगों की अभिव्यक्ति की आज़ादी के साथ-साथ राष्ट्रीय सुरक्षा और सामाजिक सद्भाव की व्यवस्था भी पूर्णतः बरकरार रहे।

डॉ. श्रीमन नारायण मिश्रा  
संरक्षक



शिक्षा क्षेत्र में **क्रांतिकारी फैसला**

# हिन्दी में शुरू होगी MBBS की पढ़ाई

इसी सत्र से गांधी मेडिकल कॉलेज से शुरुआत



**मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा कि भोपाल के गांधी मेडिकल कॉलेज में 2022-23 के सत्र से एमबीबीएस प्रथम वर्ष की पढ़ाई हिन्दी माध्यम से आरंभ की जा रही है। जुलाई 2022 से प्रदेश के 6 इंजीनियरिंग कॉलेजों में बीटेक पाठ्यक्रमों तथा 6 पॉलिटेक्निक कॉलेजों के डिप्लोमा पाठ्यक्रमों में मातृभाषा हिन्दी में पढ़ाई की व्यवस्था की गई है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति में मातृभाषा में अध्ययन और अध्यापन पर विशेष जोर दिया गया है। प्रदेश में इस दिशा में प्रभावी पहल की गई है।**

**मु**ख्यमंत्री चौहान ने बुधवार को एक प्रतिष्ठित समाचार-पत्र समूह द्वारा नई दिल्ली में आयोजित एजुकेशन समिट-2022 में निवास कार्यालय से वर्चुअली सम्मिलित होकर उक्त जानकारी दी। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने बेहतर शिक्षण के लिए 5-सी क्रिटिकल थिंकिंग, क्रिएटिविटी, कोलेबोरेशन, क्यूरोसिटी और कम्युनिकेशन को महत्वपूर्ण बताया है। प्रदेश में शिक्षा के क्षेत्र में इन सभी पर काम हो रहा है।

उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री मोदी ने देश को नई शिक्षा नीति का उपहार देकर दूरदर्शी पहल की है। नई नीति सच्चे अर्थों में ज्ञान, कौशल और संस्कार का त्रिवेणी संगम है। नई शिक्षा नीति में ज्ञान के महत्व को 5 रूपों में समाहित किया गया है। इसमें भारतीय ज्ञान और दर्शन परंपरा को पढ़ाई के माध्यम से नई पीढ़ियों को सौंपना, कॉन्सेप्ट की समझ आधारित शिक्षा व्यवस्था और शिक्षा को नंबर गेम एवं गला काट प्रतियोगिता से मुक्त कर ग्रेडिंग तथा स्वस्थ प्रतिस्पर्धा में परिवर्तित करना शामिल हैं। साथ ही शोध और अनुसंधान को बढ़ावा तथा शिक्षा को बहुआयामी बनाना भी नई शिक्षा नीति का महत्वपूर्ण हिस्सा है।

मुख्यमंत्री चौहान ने कहा कि प्रदेश में शिक्षा को कौशल विकास और रोजगार से जोड़ने के लिए प्रभावी कार्य जारी है। भोपाल में अंतरराष्ट्रीय स्तर के कौशल शिक्षण के लिए ग्लोबल स्किल पार्क बनाया जा रहा है। प्रदेश में 10 संभागीय आई.टी.आई. को आदर्श आई.टी.आई. के रूप में विकसित किया जा रहा है। प्रदेश में नई स्टार्टअप नीति लागू कर दी गई है। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों में अनुशासन, कर्मठता, देश-भक्ति और महिलाओं के प्रति सम्मान के भाव का समावेश आवश्यक है। स्कूल और कॉलेजों के पाठ्यक्रम में महापुरुषों की जीवनी, अमर शहीदों की गाथाएँ और नैतिक शिक्षा का समावेश किया गया है। हमारा प्रयास है कि प्रदेश में कुल अध्ययनरत विद्यार्थियों का तीन प्रतिशत नेशनल कैडेट कोर में भाग लें। इसके लिए प्रदेश में कार्य आरंभ किया जा रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि हमारी यह भी कोशिश है कि कोई भी प्रतिभाशाली विद्यार्थी पैसों की कमी के कारण कुंठित न हो। उन्होंने 'मुख्यमंत्री मेधावी विद्यार्थी प्रोत्साहन' योजना और 'मुख्यमंत्री छात्रगृह' योजना की जानकारी देते हुए कहा कि प्रदेश में शुरू हुए सीएम राइज स्कूल शिक्षा के क्षेत्र में क्रांति का सूत्रपात करेंगे।



यदि हमारी चिकित्सा में ऐसा कोई क्रांतिकारी परिवर्तन मध्य प्रदेश की सरकार करवा सके तो अन्य प्रदेशों की सरकारें और केंद्र सरकार भी पीछे नहीं रहेंगी। यह विश्व को भारत की अनुपम देन होगी। यह चिकित्सा पद्धति इतनी सुलभ और सस्ती होगी कि भारत और पड़ोसी देशों के गरीब से गरीब लोग इसका लाभ उठा सकेंगे। एक बार फिर दुनिया भर के छात्र डॉक्टर की पढ़ाई के लिए भारत आने लगे, जैसे कि वे सदियों पहले विदेशों से आया करते थे।

## ऑडियो और विजुअल में भी मिलेगा सिलेबस

हिंदी में सिलेबस किताबों के साथ ही ऑडियो व विजुअल में भी मिलेगा। इसके लिए यूट्यूब और पॉडकास्ट भी शुरू किए जाएंगे। चिकित्सा शिक्षा विभाग गठित समिति के लिए वार्षिक कैलेंडर भी बनाएगा। एक साल होने पर इसे अन्य मेडिकल कॉलेजों में लागू किया जाएगा।

## लेखकों से ली अनुवाद करने की अनुमति

अप्रैल महीने में पहले साल की किताबों के कुछ खंड यानी वॉल्यूम तैयार कर किया गया। स्टेप बाय स्टेप इसे लागू किया जाएगा। कॉपी राइट में कोई दिक्कत न हो इसका ध्यान रखा जाएगा। संबंधित विषय के लेखक से उसकी किताब का हिंदी में अनुवाद करने की अनुमति ली जाएगी। कई सारे लेखकों ने इसकी अनुमति दे दी है।



# बुजुर्गों के अधिकार संरक्षण में सामाजिक वातावरण महत्वपूर्ण : राज्यपाल श्री पटेल

राज्यपाल ने मानव अधिकार आयोग के राष्ट्रीय सेमिनार को संबोधित किया

राज्यपाल श्री मंगुभाई पटेल ने वृद्धजनों के अधिकारों के संरक्षण के लिए सामाजिक वातावरण निर्माण पर बल दिया है। युवाओं की सोच का दिशा-दर्शन और भावी पीढ़ी को संस्कारित करने की जरूरत बताई है। उन्होंने कहा कि स्कूल, कॉलेजों में वरिष्ठ नागरिकों के अधिकारों के संबंध में वैचारिक चिंतन किया जाना चाहिए। उन्होंने बुजुर्गों के सुखद भविष्य के लिए सरकार के साथ समाज के बुद्धिजीवी वर्ग के समन्वित प्रयासों की पहल की आवश्यकता बताई।

राज्यपाल श्री पटेल आज आर.सी.व्ही.पी. नरोन्हा प्रशासन एवं प्रबंधकीय अकादमी भोपाल में प्रदेश और राष्ट्रीय मानव अधिकार आयोग द्वारा आयोजित राष्ट्रीय सेमिनार को संबोधित कर रहे थे। राज्यपाल को कार्यक्रम में वरिष्ठ नागरिकों के अधिकारों के संबंध में जन-जागरण के लिए विषय-विशेषज्ञों के आलेखों के संकलन की पुस्तिका "वृद्धजनों के अधिकार" की प्रथम प्रति भेंट की गई। राज्यपाल का स्वागत शॉल, श्रीफल से किया गया।

राज्यपाल श्री पटेल ने वर्तमान परिदृश्य में युवा पीढ़ी और वृद्धजनों के मध्य आत्मीय भाव में हो रही कमी पर चिंता व्यक्त की। उन्होंने कहा कि वृद्धजन अधिकार संरक्षण और जन-जागरण के प्रयासों को ग्रामीण एवं वंचित वर्गों तक पहुंचाने के प्रयास जरूरी हैं। राज्यपाल ने सामाजिक वातावरण निर्माण के लिए वर्तमान और भावी बुजुर्गों को एकजुट होकर संस्थागत स्वरूप में स्वैच्छिक संस्थाओं के माध्यम से प्रयास करने के लिए



कहा। उन्होंने बुजुर्गों को अपने अनुभव के साथ युवा पीढ़ी का दिशा-दर्शन करने, शारीरिक और मानसिक संतुलन पर विशेष ध्यान देने, स्वस्थ रहना अपनी जिम्मेदारी मानते हुए जीवनचर्या बनाने और परिवार के सदस्यों के साथ वाणी और व्यवहार के संतुलन के साथ रहने के लिए प्रेरित किया। परिवार में आत्मीय वातावरण बनाने संबंधी दृष्टांतों के माध्यम से बताया कि बच्चों का लालन-पालन भारतीय संस्कृति के जीवन मूल्यों के साथ करें। शिक्षा पाठ्यक्रम में राष्ट्र, समाज के साथ ही

माता-पिता के त्याग और बलिदान का अहसास कराना आवश्यक है। ऐसा करने से भावी पीढ़ी पालकों के प्रति 365 दिन कृतज्ञता के भाव से भरी रहेगी। उन्होंने बड़े होने पर विवाह के बाद माता-पिता को छोड़ देने की पीड़ा को प्रसंग के द्वारा समझाया। बताया कि एक दंपति जो अपने माता-पिता से अलग रहता था, उनका सात वर्षीय बालक कुछ घंटों के लिए गुम हो गया तो वे बेहाल हो गए थे। माता-पिता के साथ 25-30 वर्ष रहने के बाद संतान द्वारा छोड़ने पर होने वाली पीड़ा का तब उन्हें अहसास हुआ। सेमिनार में राज्यपाल श्री पटेल ने विश्व जनसंख्या दिवस की शुभकामनाएं दी।

राज्य मानव अधिकार आयोग के चेयरमैन श्री एन.के. जैन ने वरिष्ठ नागरिकों के अधिकारों के संबंध में वैश्विक और राष्ट्रीय परिप्रेक्ष्य पर चर्चा की। उन्होंने वैधानिक व्यवस्थाओं और प्रावधानों के बारे में बताया। विकास की आपाधापी में संस्कृति की धरोहर बुजुर्गों की उपेक्षा और दोगम दर्जे के व्यवहार की भारतीय नैतिक जीवन मूल्यों का अवमूल्यन बताया। वरिष्ठ नागरिकों के लिए अवर्णनीय पीड़ा निरूपित किया। उनका संरक्षण और सम्मान सरकार और समाज का दायित्व बताया।

आयोग के सदस्य श्री सरबजीत सिंह ने स्वागत उद्बोधन में विषय का प्रवर्तन किया। सदस्य श्री मनोहर ममतानी ने आभार माना। आयोग के सचिव श्री शोभित जैन, न्यायमूर्तिगण, अधिकारी, सरकारी एवं स्वैच्छिक संगठनों का मैदानी अमला और विधि विद्यार्थी मौजूद थे।

# केन्द्र सरकार द्वारा खनिज विकास पुरस्कारों की श्रेणी में मप्र का चयन - श्री बृजेन्द्र प्रताप सिंह

दिल्ली में नेशनल कॉन्क्लेव में प्रदेश के खनिज मंत्री ग्रहण करेंगे पुरस्कार

केन्द्र सरकार द्वारा मध्यप्रदेश को खनिज विकास के लिए अपनाई जा रही नीतियों और उल्लेखनीय कार्यों के लिए नई दिल्ली में होने वाली 6वें नेशनल कॉन्क्लेव में पुरस्कृत किया जाएगा। पुरस्कार मध्यप्रदेश के खनिज साधन एवं श्रम मंत्री श्री बृजेन्द्र प्रताप सिंह ग्रहण करेंगे। इस नेशनल कॉन्क्लेव में खनिज नीलामी प्रक्रिया को सफलता से क्रियान्वित करने के लिए राज्य सरकारों को प्रोत्साहन दिया जा रहा है। कॉन्क्लेव का उद्घाटन केन्द्रीय कोयला एवं खान मंत्री श्री प्रल्हाद जोशी करेंगे। केन्द्रीय गृह मंत्री श्री अमित शाह मुख्य अतिथि होंगे।

उल्लेखनीय है कि केन्द्र सरकार द्वारा वर्ष 2015 से केन्द्रीय अधिनियम में किये गये संशोधन के बाद मुख्य खनिजों के ब्लॉकों को नीलामी के माध्यम से आवंटन की



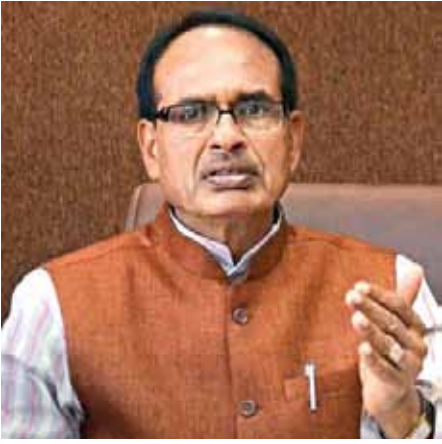
पारदर्शी प्रक्रिया अपनाई जा रही है। मध्यप्रदेश शासन द्वारा इस दिशा में शीघ्रता से कार्य करते हुए नीलामी प्रक्रिया शुरू कर अब तक 52 मुख्य खनिजों के खनिज ब्लॉक की नीलामी की जा चुकी है। हीरा, चूना पत्थर, मैंगनीज, बॉक्साइट, आयरन ओर, रॉक फास्फेट आदि खनिज के ब्लॉक शामिल हैं। इनमें से 27 खनिज ब्लॉक सफलता से नीलाम हो चुके हैं। नीलामी के बाद खदान संचालित होने पर आगामी 50 वर्षों में राज्य शासन को 47 हजार 219 करोड़ रुपये का राजस्व संभावित होगा। प्रदेश में आगामी चरण में मुख्य खनिजों के 27 ब्लॉकों की नीलामी की कार्यवाही प्रचलन में है।

मध्यप्रदेश के खनिज साधन एवं श्रम मंत्री श्री बृजेन्द्र प्रताप सिंह ने कहा है कि यह प्रदेश के लिए हर्ष का विषय है कि केन्द्र सरकार द्वारा मध्यप्रदेश को 2 श्रेणी में क्रमशः प्रथम एवं द्वितीय पुरस्कार दिया जाएगा। साथ ही राज्य शासन को 2 करोड़ रुपये की प्रोत्साहन राशि भी दी जाएगी।



# राष्ट्रपति पद की गरिमा को बढ़ाएंगी द्रौपदी मुर्मू

CM शिवराज बोले- MP नहीं पूरे देश में है अद्भुत वातावरण



मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा कि राष्ट्रपति पद का उम्मीदवार घोषित होने के बाद भी प्रतिदिन की भांति दीदी द्रौपदी मुर्मू ने अपने गांव के उसी मंदिर में झाड़ू लगाई। निश्चय ही सहज एवं सरल हमारी दीदी राष्ट्रपति पद की गरिमा को और बढ़ायेंगी, यह हम सबको विश्वास है। एनडीए की राष्ट्रपति पद की उम्मीदवार द्रौपदी मुर्मू शुक्रवार को भोपाल पहुंचीं। इस दौरान मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान और अन्य भाजपा नेताओं ने उनका जमकर स्वागत किया। इसी बीच मुख्यमंत्री ने कहा कि हम सब आनंद और प्रसन्नता से भरे हुए हैं, पूरे प्रदेश में आनंद उत्सव का वातावरण है। वही दृश्य आज एयरपोर्ट और भोपाल की सड़कों पर भी परिलक्षित हुए हैं।

उन्होंने कहा कि मध्य प्रदेश की साढ़े आठ करोड़ की जनता की ओर से आदरणीय श्रीमती द्रौपदी मुर्मू जी आपका हृदय से स्वागत करता हूँ। उन्होंने कहा कि राष्ट्रपति पद का उम्मीदवार घोषित होने के बाद भी प्रतिदिन की भांति दीदी द्रौपदी मुर्मू ने अपने गांव के उसी मंदिर में झाड़ू लगाई। निश्चय ही सहज एवं सरल हमारी दीदी राष्ट्रपति पद की गरिमा को और बढ़ायेंगी, यह हम सबको विश्वास है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि आज सिर्फ मध्य प्रदेश नहीं पूरे देश में अद्भुत वातावरण है। दीदी का राष्ट्रपति के पद हेतु उम्मीदवार घोषित होते ही आनंद की ऐसी हिलोर उठी है जो बाकी चुनाव मैंने कभी नहीं देखी। उन्होंने कहा कि मध्य प्रदेश राजा भोज, रानी कमलापति की पवित्र धरती है। मध्य प्रदेश के बड़े हिस्से पर गोंड राजाओं का कई वर्षों तक राज रहा है। मैं उनकी इस पवित्र धरती में आदरणीय श्रीमती द्रौपदी मुर्मू जी का पुनः स्वागत और अभिनंदन करता हूँ।



## देश की सेवा के लिए हूँ तैयार

इसी बीच एनडीए उम्मीदवार ने कहा कि मध्य प्रदेश की पावन धरती पर आप सबने जिस आत्मीयता और स्नेह से स्वागत किया है, वह मैं कभी भूल नहीं पाऊंगी। जनप्रतिनिधियों और प्रदेश के विभिन्न क्षेत्रों से पधारे भाई-बहनों को धन्यवाद देती हूँ। उन्होंने कहा कि अपने संगठन के लोग मेरा समर्थन कर रहे हैं, लेकिन जो संगठन के नहीं हैं, वे भी समर्थन में आगे आये हैं। यह बहुत बड़ी जिम्मेदारी है, मैं उनको धन्यवाद देती हूँ।

द्रौपदी मुर्मू ने कहा कि आप तो जानते हैं कि मेरे आगे-पीछे कोई नहीं है। मेरे लिए केवल यह देश, यह माटी और परमपिता परमात्मा की सेवा ही ध्येय है। यह मेरा जीवन अपने देश और समाज की सेवा के लिए है। उन्होंने कहा कि मैं अपने संविधान की सीमा के दायरे में रहकर देश की सेवा के लिए तैयार हूँ। आपका जो समर्थन मुझे मिल रहा है इसके लिए मैं आप सब का बहुत-बहुत धन्यवाद और आभार प्रकट करती हूँ।

# रक्षा बंधन

## भारतीय संस्कृति का प्राचीन त्यौहार

रक्षा बंधन भारतीय त्यौहारों में से एक प्राचीन त्यौहार है, जो प्रतिवर्ष श्रावण मास (जुलाई-अगस्त) की पूर्णिमा के दिन मनाया जाता है। श्रावण (सावन) में मनाये जाने के कारण इसे श्रावणी (सावनी) या सलूनो भी कहते हैं। रक्षा बंधन पर बहनें, भाइयों के लिये मंगल कामना करती हुई दाहिनी कलाई पर एक पवित्र धागा "राखी" बांधती हैं और उनके अच्छे स्वास्थ्य और सुखद जीवन की कामना करती हैं, वहीं दूसरी ओर भाइयों द्वारा बहनों की हर हाल में रक्षा करने का संकल्प लिया जाता है। रक्षा बंधन के दिन राखी बांधने की बहुत पुरानी परम्परा है। रक्षा बंधन एक "रक्षा का रिश्ता" होता है जहाँ पर सभी भाई-बहन एक दूसरे के प्रति प्रेम और कर्तव्य का पालन एवं रक्षा का दायित्व लेते हैं तथा ढेर सारी शुभकामनाओं के साथ हर्षोल्लास से उत्सव मनाते हैं। इस प्रकार रक्षा बंधन भाई-बहन के लिये पावन स्नेह का त्यौहार है।

भाई-बहन का रिश्ता अतुलनीय है, वे चाहे छोटी-छोटी बातों पर कितना भी लड़ाई-झगड़ा करें, लेकिन फिर भी वह एक-दूसरे के लिये कुछ भी करने से पीछे नहीं हटते। जैसे-जैसे वे बड़े होते जाते हैं जीवन के विभिन्न अवसरों पर यह रिश्ता और भी ज्यादा मजबूत होता जाता है। बड़े भाई अपनी बहनों की सुरक्षा के लिये सदैव तत्पर रहते हैं, बड़ी बहनों द्वारा भी छोटे भाइयों का मार्गदर्शन किया जाता है। भाई-बहन के इसी प्रेम के कारण यह विशेष पर्व मनाया जाता है, यह उनका एक-दूसरे के प्रति आपसी स्नेह, एकजुटता और विश्वास का प्रतीक है। यह पर्व भारतीय समाज में इतनी व्यापकता और गहराई से समाया हुआ है कि इसका सामाजिक महत्व तो है ही, धर्म, पुराण, इतिहास, साहित्य और फिल्मों भी इससे अछूते नहीं हैं। इतिहास में राजा बलि बहुत दानी राजा थे और भगवान विष्णु के अनन्य भक्त थे। एक बार उन्होंने यज्ञ का आयोजन किया। इसी दौरान उनकी परीक्षा लेने के लिये भगवान विष्णु वामनावतार लेकर आये और दान में राजा बलि से तीन पग भूमि देने के लिये कहा, किन्तु उन्होंने दो पग में पूरी पृथ्वी और आकाश नाप दिया।

इस पर राजा बलि समझ गये कि भगवान उनकी परीक्षा ले रहे हैं। तीसरे पग के लिये उन्होंने भगवान का पग अपने सिर पर रखवा लिया तथा भगवान से याचना की, "अब तो मेरा सब कुछ चला ही गया है, प्रभु आप मेरी विनती स्वीकारें और मेरे साथ पाताल में चल कर रहे।" भगवान ने भक्त की बात मान ली और बैकुण्ठ छोड़कर पाताल चले गये, इधर देवी लक्ष्मी परेशान हो गयीं। देवी लक्ष्मी लीला रची और गरीब महिला बनकर राजा बलि के सामने पहुंची और राजा बलि को राखी बांधी, राजा बलि ने कहा कि अब मेरे पास देने के लिये कुछ भी नहीं है, इस पर देवी लक्ष्मी अपने रूप में आ गयीं और बोली कि आपके पास तो साक्षात् भगवान हैं, मुझे वही चाहिये, मैं उन्हें ही लेने आयी हूँ। इस पर राजा बलि ने भगवान विष्णु को माता लक्ष्मी के साथ जाने दिया। जाते समय भगवान विष्णु ने राजा बलि को वरदान दिया कि वे हर साल चार महीने पाताल में ही निवास करेंगे। यह चार



डॉ. शालिनी कौशिक

वरिष्ठ संरक्षक हमारा देश हमारा अभिमान  
मासिक पत्रिका एवं समाज सेवी

महीना चर्तुमास के रूप में जाना जाता है, जो देवशयनी एकादशी से लेकर देवउठानी एकादशी तक होता है। इसी प्रकार श्रीकृष्ण और द्रौपदी की कहानी प्रसिद्ध है, जब श्रीकृष्ण ने सुदर्शन चक्र से शिशुपाल का वध किया तब उनकी तर्जनी में चोट आ गई। द्रौपदी ने उस समय अपनी साड़ी फाड़कर उनकी उँगली पर पट्टी बांध दी और इस उपकार के बदले श्रीकृष्ण ने द्रौपदी को किसी भी संकट में सहायता करने का वचन दिया था। श्रीकृष्ण ने इस उपकार का बदला चीरहरण के समय उनकी साड़ी को बढ़ाकर चुकाया, कहते हैं परस्पर एक-दूसरे की रक्षा और सहयोग की भावना रक्षाबंधन के पर्व में यहीं से प्रारंभ हुई। रक्षा-बंधन के ऐतिहासिक प्रसंग अनुसार, सिकन्दर की पत्नी ने अपने पति के हिन्दू शत्रु पुरुवास (पोरस) को राखी बाँधकर अपना मुँहबोला भाई बनाया और युद्ध के समय सिकन्दर को न मारने का वचन लिया। पुरुवास ने युद्ध के दौरान हाथ में बाँधी राखी और अपनी बहन को दिये हुये वचन का सम्मान करते हुये सिकन्दर को जीवन दान दिया। एक अन्य प्रसंग अनुसार मेवाड़ की रानी कर्मावती को बहादुरशाह द्वारा मेवाड़ पर हमला करने की पूर्व सूचना मिली। रानी लड़ने में असमर्थ थी। अतः उसने मुगल बादशाह हुमायूँ को राखी भेज कर रक्षा हेतु अनुरोध किया। हुमायूँ ने मुसलमान होते हुये भी राखी की लाज रखी और मेवाड़ पहुँचकर बहादुरशाह के विरुद्ध मेवाड़ की ओर से लड़ते हुये कर्मावती व उसके राज्य की रक्षा की। पचास और साठ के दशक में रक्षा बंधन हिन्दी फिल्मों का लोकप्रिय विषय बना रहा, न सिर्फ "राखी" नाम से बल्कि "रक्षा बन्धन" नाम से भी कई फिल्में बनायी गयीं। शान्ति लाल सोनी ने सन् 4976 में सचिन और सरिका को लेकर फिल्म "रक्षा बंधन" बनायी थी, जिसमें भाई-बहन के परस्पर स्नेह और समर्पण का अत्यन्त आत्मीय एवं हृदयस्पर्शी चित्रण किया गया था।

इसके पूर्व "राखी" नाम से बनी दो फिल्में "राखी और हथकड़ी" तथा दारा सिंह के अभिनय वाली "राखी और राइफल" फिल्मों को भी भारतीय समाज द्वारा बहुत सराहा गया था। भारत सरकार के डाक-तार विभाग द्वारा इस अवसर पर दस रुपये वाले आकर्षक लिफाफों की बिक्री जाती है। रक्षा बंधन के अवसर पर बरसात के मौसम का ध्यान रखते हुये। डाक-तार विभाग ने 2007 से बारिश से खराब न होने वाले वाटरप्रूफ लिफाफे भी उपलब्ध कराये हैं, ये लिफाफे अन्य लिफाफों से भिन्न हैं, जिनका आकार और डिजाइन भी अलग है, जिसके कारण राखी इसमें ज्यादा सुरक्षित रहती है। वर्तमान में सरकार के प्रयास से जहाँ एक ओर देश की सीमाओं की रक्षा करने वाले भाइयों को रक्षाबंधन के त्यौहार पर विशेष प्रबंध कर राखियों पहुंचायी जाती हैं, वहीं दूसरी ओर राज्य की कल्याणकारी अवधारणा के परिप्रेक्ष्य में कारागार में निरूद्ध विचाराधीन बन्दिनों को राखी बाँधवाने हेतु अवसर प्रदान किये जाते हैं।

आज के आधुनिक तकनीकी एवं सूचना सम्प्रेषण युग का प्रभाव रक्षाबंधन के त्यौहार पर भी पड़ा है। बहुत सारे भाई-बहन विदेश में रहते हैं, जबकि परिजन अभी भी भारत में हैं। इण्टरनेट के आने के पश्चात कई ई-कॉमर्स साइट खुल गई हैं, जो ऑनलाईन आर्डर लेकर दिये पते पर राखी पहुँचाती हैं। आधुनिक विकास के कारण दूर-दराज में रहने वाले भाई-बहन भी वीडियो-कॉन्फेरेंसिंग के माध्यम से एक दूसरे को देख और सुनकर रक्षा बंधन को सहर्ष मनाते हैं। रक्षा बंधन पर्व सामाजिक और पारिवारिक एकबद्धता या एकसूत्रता का सांस्कृतिक उपाय रहा है। विवाह के बाद बहनें पराये घर चली जाती हैं, कभी-कभी भाई-बहन व्यावसायिक अथवा व्यस्तता के कारण नहीं मिल पाते हैं। इस बहाने प्रतिवर्ष अपने सगे ही नहीं अपितु दूर-दराज के रिश्तों के भाइयों तक उनके घर जाकर राखी बाँधती हैं और इस प्रकार अपने रिश्तों का नवीनीकरण करती रहती हैं। दो परिवारों का और कुलों का पारस्परिक मिलन होता है। इस प्रकार जो कड़ी टूट गयी है उसे फिर से जागृत किया जा सकता है। रक्षा बंधन हजारों सालों से मनाया जा रहा है।

इस बार 11 अगस्त का रक्षा बंधन है, भाई-बहन का रिश्ता खट्टा-मीठा होता है, जिसमें वह आपस में चाहे कितना भी झगड़ लें पर आपस में प्यार कम नहीं होता। राखी का त्यौहार उनके जीवन में एक-दूसरे का महत्व बताने का अवसर होता है। समय के साथ हम सब की सोच में बदलाव आया है। आज भाई, बहन को रक्षा वचन के साथ जीवन में आगे बढ़ने के लिये प्रेरित भी करता है। रक्षा बंधन पर्व भाई-बहन को स्नेह की एक डोरी में बाँधता है। रक्षा बंधन के इस पावन पर्व पर मैं सभी भाई-बहनों को सच्चे मन से हार्दिक शुभकामनाएं प्रेषित करती हूँ। मैं ईश्वर से सभी भाइयों के उत्तम स्वास्थ्य एवं दीर्घायु होने की कामना कर, अपेक्षा करती हूँ कि वे बहनों के प्रति स्नेह रखते हुये अपने धन, बल, शौर्य एवं पराक्रम से क्षमता एवं योग्यता अनुसार योगदान कर, समाज और राष्ट्र को मजबूत करेंगे ताकि हमें, विरासत में प्राप्त अमूल्य परम्परायें एवं सभी त्यौहार सदैव जीवन्त रहें।



विशेष चर्चा : रक्षा बंधन पर आदरणीय श्रीमति डॉक्टर शालिनी कौशिक जी, वरिष्ठ संरक्षक हमारा देश हमारा अभिमान मासिक पत्रिका से की विशेष चर्चा रक्षा बंधन त्यौहार के महत्व पर।

# युवाओं को राजनीति में मिले अधिक से अधिक मौका

भारत में एक पार्लियामैन्टियन की औसत आयु 50 वर्ष

युवाओं की अधिक से अधिक भागीदारी से ही लोकतंत्र सशक्त होगा। भारत में एक पार्लियामैन्टियन की औसत आयु 50 वर्ष है, जबकि विश्व के अन्य बड़े लोकतंत्रों में यह औसत काफी कम है। हमारे देश में युवाओं को राजनीति में अधिक से अधिक मौका मिलना चाहिए। लोकतंत्र में केवल वोट देने मात्र से हमारा लोकतंत्र महबूत नहीं होगा, अपितु युवाओं को आगे आकर चुनाव लड़ना चाहिए। स्वामी विवेकानंद, शहीद भगत सिंह, शहीद चंद्रशेखर आजाद जैसे युवाओं ने पूरी दुनिया में भारत का नाम रोशन किया। युवा बड़ा सोचें, सोचें कि भारत को विश्व में नं. एक कैसे बनाएँ।

मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान और खेल एवं युवा कल्याण मंत्री श्रीमती यशोधरा राजे सिंधिया के नेतृत्व में मध्यप्रदेश में खेल की वर्ल्ड क्लास सुविधाएँ उपलब्ध हैं, इनका पूरा लाभ युवा लें। मध्यप्रदेश भारत का अग्रणी राज्य है। यहाँ विकास की अपार संभावनाएँ हैं। गत वर्ष यहाँ की विकास दर देश में सर्वाधिक 19 प्रतिशत रही। युवाओं को आगे आने वाले वर्षों में प्रदेश में सभी क्षेत्रों में देश में नं. 1 बनाने का संकल्प लेना चाहिए।

राज्य स्तरीय यूथ महापंचायत के दूसरे दिन आज रवीन्द्र भवन कन्वेंशन सेंटर में विभिन्न सत्र में विभिन्न क्षेत्रों के विशेषज्ञ युवाओं ने अपने ओजपूर्ण विचारों से युवाओं को प्रेरित किया। 'लोकतंत्र के लिए युवा' सत्र में प्रमुख वक्ता के रूप में पत्रकार श्री प्रदीप भाटिया, पैनलिस्ट के रूप में जर्मनी के श्री एड्रियन हैक, सरपंच



सुश्री भक्ति शर्मा, प्रदेश की सबसे युवा महिला सरपंच सुश्री लक्षिका डार तथा मॉडरेटर के रूप में सुश्री रागेश्वरी आंजना ने हिस्सा लिया। 'यूथ फॉर सोशल कॉज' सत्र के प्रमुख वक्ता श्री सौरभ द्विवेदी ने कहा कि युवा अपने लिये ऊँचे लक्ष्य निर्धारित कर पूरा करें। खुद से 4 सवाल पूछें- आपको क्या करने में मजा आता है, क्या काम करने में अच्छे हैं, कौन सा काम है जो पैसे भी दिलवा सकता है और दुनिया को किस चीज की जरूरत है। चारों का जवाब एक है, तो आपको उत्तर मिल गया। उन्होंने यूथ महापंचायत के सार्थक एवं सफल आयोजन के लिए मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान का आभार

व्यक्त किया।

श्री द्विवेदी ने कहा कि माता-पिता कभी आउटडेटेड नहीं होते। नाते, रिश्तेदार, पड़ोसी आदि लगातार तुलना करते रहेंगे, सुझाव देते रहेंगे। प्रेशर में मत आइये, मुस्कराकर आगे बढ़ते रहिये। धर्म, जाति, लिंग की संकीर्णता में मत फँसिये। किताबों से दोस्ती करिये, किताबें कभी आपकी जात-पाँत नहीं पूछती। ब्रांडेड कपड़ों के पीछे नहीं भागें, हमारा देश कपास का देश है, सूती कपड़े पहनें। दक्षिण भारतीय अभिनेत्री और हाथकरघा की सशक्त प्रचारक, शांतिदूत सुश्री पूनम कौर ने कहा कि शांति और क्रांति दोनों लाना चाहिए। फैशन उद्योग ने प्रदूषित किया है।

माननीयों की बिगड़ी जुबान पर...

# संसद में लगेगी लगाम



## लोकसभा सचिवालय ने बनाई असंसदीय शब्दों की सूची, नहीं बोल पाएंगे ये शब्द

लोकसभा सचिवालय ने 'असंसदीय शब्द 2021' शीर्षक के तहत ऐसे शब्दों एवं वाक्यों का नया संकलन तैयार किया है जिन्हें 'असंसदीय अभिव्यक्ति' की श्रेणी में रखा गया है। संसद के मानसून सत्र से ठीक पहले सदस्यों के उपयोग के लिये जारी किये गए इस संकलन में ऐसे शब्द या वाक्यों को शामिल किया गया है। संसद का मानसून सत्र 18 जुलाई को आरंभ होकर 12 अगस्त तक चलेगा। इसमें कुल 26 दिनों की अवधि में 18 बैठकें होंगी। संसद का यह सत्र खास रहने वाला है, क्योंकि 18 जुलाई को राष्ट्रपति चुनाव के लिए मतदान होना है। दूसरी ओर, उपराष्ट्रपति का चुनाव 6 अगस्त को होगा। लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला ने संसद के मानसून सत्र से पहले 16 जुलाई 2022 को शाम 4 बजे लोकसभा संसदीय नेताओं की बैठक बुलाई है। आपने अक्सर संसद में चर्चा के दौरान माननीयों की तरफ से कई सारे शब्दों का प्रयोग करते हुए सुना होगा जिसे बेहद चुटीले अंदाज में या फिर विरोधियों पर तंज कसते हुए कहा गया हो। लेकिन अब संसद में कुछ ऐसे शब्दों के प्रयोग को अमर्यादित आचरण माना गया है और इनका प्रयोग सदन में वर्जित होगा।

**लो**कसभा सचिवालय ने 'असंसदीय शब्द 2021' शीर्षक के तहत ऐसे शब्दों एवं वाक्यों का नया संकलन तैयार किया है जिन्हें 'असंसदीय अभिव्यक्ति' की श्रेणी में रखा गया है। संसद के मानसून सत्र से ठीक पहले सदस्यों के उपयोग के लिये जारी किये गए इस संकलन में ऐसे शब्द या वाक्यों को शामिल किया गया है जिन्हें लोकसभा, राज्यसभा और राज्यों के विधानमंडलों में वर्ष 2021 में असंसदीय घोषित किया गया था।

संसद के दोनों सदनों लोकसभा और राज्यसभा की कार्यवाही के दौरान सदस्य अब चर्चा में हिस्सा लेते हुए जुमलाजीवी, बाल बुद्धि सांसद, शकुनी, जयचंद, लालीपोंप, चाण्डाल चौकड़ी, गुल खिलाए, पिठू जैसे

शब्दों का इस्तेमाल नहीं कर सकेंगे। ऐसे शब्दों के प्रयोग को अमर्यादित आचरण माना जायेगा और वे सदन की कार्यवाही का हिस्सा नहीं होंगे। संकलन के अनुसार, असंसदीय शब्द, वाक्य या अमर्यादित अभिव्यक्ति की श्रेणी में रखे गए शब्दों में कमीना, काला सत्र, दलाल, खून की खेती, चिलम लेना, छोकरा, कोयला चोर, गोरू चोर, चरस पीते हैं, सांड जैसे शब्द शामिल हैं। 'अध्यक्षीय पीठ पर आक्षेप' को लेकर भी कई वाक्यों को असंसदीय अभिव्यक्ति की श्रेणी में रखा गया है। इसमें 'आप मेरा समय खराब कर रहे हैं, आप हम लोगों का गला घोट दीजिए, चेयर को कमजोर कर दिया है और यह चेयर अपने सदस्यों का संरक्षण नहीं कर पा रही है, आदि शामिल हैं।

दुनिया भर की सदन डिबेट के दौरान कुछ नियम और स्टैंडर्ड अपनाती हैं। ऐसे शब्दों या फ्रेज जिनका प्रयोग सदन में करना अनुचित माना जाता है, उन्हें ही असंसदीय कहते हैं। ब्रिटेन की संसद में इसे असंसदीय भाषा कहा जाता है, ऐसे ही नियम दुनिया भर के कई अन्य देशों की संसद में भी हैं। ब्रिटिश संसद के मुताबिक, स्पीकर जब ये मानता है कि किसी खास शब्द से संसद की विनम्रता खत्म हो रही है तो इसे असंसदीय भाषा माना जाता है। स्पीकर ऐसे शब्द यूज करने पर सांसद से इसे वापस लेने के लिए कह सकते हैं। भारतीय संसद से जुड़े कई नियमों को ब्रिटेन से लिया गया है, तो भारतीय संसद के संदर्भ में असंसदीय शब्द का कॉन्सेप्ट भी वहीं से आया है।

## करीब 418 साल पुरानी परंपरा

सबसे पहले ब्रिटेन ने 1604 में अनुचित भाषा या एक्सप्रेस को सदन की कार्यवाही से हटाने का कदम उठाया था। सदन में असंसदीय शब्दों को कार्यवाही से हटाने की परंपरा करीब 418 साल पुरानी है। इतिहासकार पॉल सीवार्ड के मुताबिक ब्रिटेन के निर्वाचित सांसदों के सदन यानी हाउस ऑफ कॉमन्स के जर्नल में पहली बार 1604 में असंसदीय शब्द के इस्तेमाल पर सदन के कार्रवाई करने का जिक्र मिलता है। उस समय सदन इस बात पर सहमत हुई थी कि प्रसिद्ध वकील लॉरेस हाइड का भाषण, जिसमें विषय के बजाय व्यक्तियों के बारे में बात की गई थी, को सदन के नियमों के तहत स्पीकर को हटा देना चाहिए। हालांकि सीवार्ड का मानना है कि ये पहली बार नहीं था जब इस नियम का इस्तेमाल किया गया था, लेकिन ये पहली बार था जब इस नियम को दस्तावेज के रूप में जर्नल में प्रकाशित किया गया। उनका कहना है कि 16वीं सदी में ब्रिटेन के हाउस ऑफ कॉमन्स को चलाने के दो डिटेल् मौजूद हैं, जिनमें से दोनों का ही मतलब है कि उचित व्यवहार की सामूहिक भावना को सदन ने खुद से लागू किया था, हालांकि इसका ये मतलब नहीं है कि स्पीकर को इसे लागू करने या इसमें हस्तक्षेप करने का अधिकार था। अनपार्लियामेंटी शब्द या भाषा पर रोक की परंपरा भी ज्यादातर ब्रिटेन और ब्रिटिश राज में रह चुके देशों में यानी भारत, ऑस्ट्रेलिया, न्यूजीलैंड, आयरलैंड और कनाडा जैसे कॉमनवेल्थ देशों में है।

### हमारे यहां इस पर कोई पाबंदी है?

संविधान के आर्टिकल 105 (2) के तहत भारत में संसद में कही गई किसी भी बात के लिए कोई सांसद किसी कोर्ट के प्रति उत्तरदायी नहीं होता है। यानी सदन में कही गई किसी भी बात को कोर्ट में चैलेंज नहीं किया जा सकता है, लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि सांसदों को संसद में कुछ भी बोलने की छूट मिली हुई है। एक सांसद जो कुछ भी कहता है वो लोकसभा में प्रोसीजर एंड कंडक्ट ऑफ बिजनेस के रूल 380 के तहत स्पीकर के कंट्रोल में होता है। यानी संसद में कोई सांसद असंसदीय भाषा का इस्तेमाल करता है तो उस पर स्पीकर को ही एक्शन लेने का अधिकार है।

### कितने शब्दों को असंसदीय बताया

अंग्रेजी, हिंदी और अन्य भारतीय भाषाओं में ऐसे हजारों शब्द और फ्रेज हैं, जो असंसदीय हैं। लोकसभा स्पीकर ओम बिड़ला के मुताबिक असंसदीय शब्दों की डिक्शनरी पहली बार 1954 में जारी की गई थी। इसके बाद इसे 1986, 1992, 1999, 2004, 2009, 2010 में जारी किया गया। 2010 के बाद से इसे हर साल जारी किया जा रहा है। इस बार जारी बुकलेट में 1100 पेज हैं। ये लिस्ट लोकसभा-राज्यसभा के साथ ही विधानसभा की कार्यवाहियों के दौरान असंसदीय घोषित किए गए शब्दों को मिलाकर बनती है। असंसदीय शब्दों की ताजा लिस्ट 2021 की है। ये लिस्ट हर साल अपडेट होती है। इस असंसदीय शब्दों की डिक्शनरी को 1999 में पहली बार किताब की शक्ल दी गई। पूर्व लोकसभा सेक्रेटरी जीसी मल्होत्रा ने 2012 में बताया था कि इस किताब को तैयार करते वक्त आजादी से पहले केंद्रीय विधानसभा, भारत की संविधान सभा, प्रोविजनल संसद, पहली से दसवीं लोकसभा और राज्य सभा, राज्य विधानसभाओं, और यूनाइटेड किंगडम की तरह राष्ट्रमंडल संसदों की बहसों में असंसदीय घोषित किए गए शब्दों और फ्रेज से



लिया गया था। आम तौर पर लिस्ट तैयार करने की प्रक्रिया जनवरी-फरवरी से शुरू होती है। असंसदीय शब्दों की नई लिस्ट जारी होने पर विवाद खड़ा होने के बाद लोकसभा अध्यक्ष ओम बिड़ला ने कहा है कि किसी शब्द पर बैन नहीं लगाया गया है बल्कि असंसदीय शब्दों की लिस्ट जारी की गई है। उनका कहना है कि असंसदीय शब्दों में उन्हीं शब्दों को शामिल किया गया है, जिन्हें लेकर पहले ही आपत्ति जताई जा चुकी है। असंसदीय शब्दों की नई लिस्ट जारी होने पर विवाद खड़ा होने के बाद लोकसभा अध्यक्ष ओम बिड़ला ने कहा है कि किसी शब्द पर बैन नहीं लगाया गया है बल्कि असंसदीय शब्दों की लिस्ट जारी की गई है। उनका कहना है कि असंसदीय शब्दों में उन्हीं शब्दों को शामिल किया गया है, जिन्हें लेकर पहले ही आपत्ति जताई जा चुकी है।

### पहचान की प्रक्रिया

अगर स्पीकर को लगता है कि सदन की कार्यवाही के दौरान इस्तेमाल किए गए शब्द या फ्रेज में ऐसी जानकारी है, जिसे पब्लिश करना जनहित में नहीं है, तो स्पीकर को ऐसे शब्दों या फ्रेज या एक्सप्रेस को कार्यवाही से हटाने का अधिकार है। वैसे असंसदीय शब्दों की लिस्ट लोकसभा निकालती है, लेकिन ये राज्यसभा के लिए भी लागू होती है। संसद में जिन शब्दों को असंसदीय घोषित कर दिया जाता है, उसी नियम को देश की सभी राज्यों की विधानसभाएं भी फॉलो करती हैं।

### फिर भी अगर न मानें...

किसी शब्द को असंसदीय करार देने और कार्यवाही से हटाने का अधिकार स्पीकर के पास होता है। लोकसभा में प्रोसीजर एंड कंडक्ट ऑफ बिजनेस रूल 380 (एक्जंपशन) के मुताबिक, यदि स्पीकर को लगता है कि किसी डिबेट में असंसदीय शब्दों का इस्तेमाल किया गया है, तो वे उस शब्द को सदन की कार्यवाही से हटाने का आदेश दे सकते हैं। रूल 381 के मुताबिक, सदन की कार्यवाही का जो हिस्सा हटाना होता है, उसे मार्क किया जाएगा और कार्यवाही में एक फुटनोट इस तरह से डाला जाएगा: 'स्पीकर के आदेश पर इसे हटाया

गया'। 2020 में राज्यसभा के सभापति एम वेंकैया नायडू ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के भाषण से एक शब्द को राज्यसभा के आधिकारिक रिकॉर्ड से हटा दिया था। पीएम मोदी उस समय नेशनल पॉपुलेशन रजिस्टर यानी NPR को लेकर बयान दे रहे थे। उस बयान के दौरान मोदी ने CAA के खिलाफ जारी प्रदर्शन को लेकर कहा था कि प्रदर्शन के नाम पर 'अराजकता' फैलाई जा रही है। 2020 में राज्यसभा के सभापति एम वेंकैया नायडू ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के भाषण से एक शब्द को राज्यसभा के आधिकारिक रिकॉर्ड से हटा दिया था। पीएम मोदी उस समय नेशनल पॉपुलेशन रजिस्टर यानी NPR को लेकर बयान दे रहे थे। उस बयान के दौरान मोदी ने CAA के खिलाफ जारी प्रदर्शन को लेकर कहा था कि प्रदर्शन के नाम पर 'अराजकता' फैलाई जा रही है। लोकसभा सचिवालय ने हिंदी और अंग्रेजी असंसदीय शब्दों की सूची बुधवार यानी 13 जुलाई को जारी की है।

### हिंदी के असंसदीय शब्द

शकुनि, जयचंद, विनाश पुरुष, खालिस्तानी, खून से खेती, जुमलाजीवी, अनाकिस्ट, गद्दर, गिरगिट, टग, घड़ियाली आंसू, अपमान, असत्य, भ्रष्ट, काला दिन, कालाबाजारी, खरीद-फरोख्त, दंगा, दलाल, दादागिरी, दोहरा चरित्र, बेचारा, बॉबकट, लॉलीपॉप, विश्वासघात, संविधानहीन, बहरी सरकार, उल्टा चोर कोतवाल को डांटे, उचक्के, अहंकार, कांव-कांव करना, काला दिन, गुंडागर्दी, गुलछर्चा, गुल खिलाना, गुंडों की सरकार, चोर-चोर मौसेरे भाई, चौकड़ी, तड़ीपार, तलवे चाटना, तानाशाह और दादागिरी।

### अंग्रेजी के असंसदीय शब्द

Bloodshed, Bloody, Betrayed, Ashamed, Abused, Cheated, Chamcha, Chamchagiri, Chelas, Childishness, Corrupt, Coward, Criminal, Crocodile tears, Disgrace, Donkey, Drama, Eyewash, Fudge, Hooliganism, Hypocrisy, Incompetent, Misdad, Lie and Untrue

# जाल सभागृह में संत-विद्वानों और सांसद-मंत्री की मौजूदगी में मना स्नेह मिलन एवं सम्मान समारोह जिनका कोई नहीं, उन्हें मृत्यु के बाद मोक्ष दिलाने का अभिनंदनीय पुरुषार्थ है श्रद्धा सुमन सेवा समिति का



अपने लिए तो सभी जीते हैं, लेकिन जीवन उसी का सार्थक होता है, जो दूसरों के लिए जीता है। श्रद्धा सुमन सेवा समिति ने ज्ञात-अज्ञात दिवंगतों की मुक्तिधामों में बरसों से पड़ी हुई अस्थियों को संग्रहित कर उन्हें देश की प्रमुख नदियों में शास्त्रोक्त विधि से विसर्जित करने का जो अनूठा सेवा कार्य शुरू किया है, उसकी देश में कहीं कोई मिसाल नहीं मिलती। इंदौर की पहचान के जो प्रमुख प्रकल्प हैं, उनमें इस सेवाकार्य को भी शामिल करना चाहिए। यह इतना श्रेष्ठ कार्य है कि हम रहें या न रहें पर इस तरह का अनुष्ठान निरंतर चलते रहना चाहिए। पितरों और देवताओं के आशीर्वाद पाने का यह अनुपम माध्यम है। जीते जी तो मोक्ष पाने के लिए हर कोई प्रयास करते हैं, लेकिन जिनका कोई नहीं उन्हें मृत्यु के बाद मोक्ष दिलाने का यह पुरुषार्थ एक अभिनंदनीय और अनुकरणीय संकल्प है।

गजासीन शनि मंदिर के प्रमुख और महामंडलेश्वर दादू महाराज ने आज साउथ तुकोगंज स्थित जाल सभागृह में संस्था श्रद्धा सुमन सेवा समिति के 23वें स्थापना दिवस, स्नेह मिलन एवं पिछले 22 वर्ष की गतिविधियों पर केन्द्रित स्मारिका के लोकार्पण समारोह में उक्त दिव्य विचार रखे। हंसदास मठ के अधिष्ठाता स्वामी रामचरणदास महाराज, अखंड धाम के महामंडलेश्वर स्वामी डॉ. चेतन स्वरूप, आचार्य पं. पवन तिवारी, पं. पवनदास शर्मा के सानिध्य, सांसद शंकर लालवानी एवं जल संसाधन मंत्री तुलसी सिलावट के मुख्य आतिथ्य में आयोजित इस समारोह का शुभारंभ अतिथियों द्वारा दीप प्रज्वलन के साथ हुआ। इस अवसर पर पिछले 22 वर्षों की यात्रा में सहयोगी

एवं शहर में कोरोना काल सहित विभिन्न धार्मिक, सामाजिक गतिविधियों में अनुकरणीय सेवा कार्य करने वाले समाजसेवी टीकमचंद गर्ग, विष्णु बिंदल, कांतिलाल बम, अनिल भंडारी, राजेश विजयवर्गीय, हरिनारायण महेन्द्र विजयवर्गीय, चंद्रप्रकाश गुप्ता, मीना सोनी, वंदना जैन, वर्षा जैन, अर्चना जायसवाल एवं चंदा सिसौदिया को शाल-श्रीफल एवं प्रशस्ति पत्र भेंटकर अतिथियों ने सम्मानित किया। प्रारंभ में अतिथियों का स्वागत समिति के संयोजक हरि अग्रवाल, संस्थापक अध्यक्ष मोहनलाल सोनी, राजेन्द्र गर्ग, डॉ. चेतन सेठिया, विनय जैन, शंकरलाल वर्मा जगमोहन वर्मा, मनोहरलाल कड़ेल, अजिताभ शर्मा आदि ने किया। समारोह में महामंडलेश्वर दादू महाराज के अलावा स्वामी रामचरणदास, डॉ. स्वामी चेतन स्वरूप, आचार्य पं. पवन तिवारी, समाजसेवी विष्णु बिंदल आदि ने भी अपने विचार रखते हुए समिति के सेवाकार्यों, विशेषकर श्राद्ध पक्ष में निःशुल्क तर्पण महोत्सव की खुले मन से प्रशंसा की। सुश्री हर्षिता जायसवाल ने सरस्वती वंदना प्रस्तुत की। संयोजक हरि अग्रवाल एवं अध्यक्ष मोहनलाल सोनी ने संस्था की अब तक की गतिविधियां बताते हुए कहा कि अब तक 16800 दिवंगतों की अस्थियों को देश की 52 प्रमुख नदियों में विसर्जित किया जा चुका है। संचालन दीपक जैन टीनू एवं राजेन्द्र सोनी ने किया तथा अंत में आभार माना विनय जैन ने।

कार्यक्रम में अग्रवाल समाज केन्द्रीय समिति के पूर्व अध्यक्ष किशोर गोयल, संस्था सेवा सुरभि के संयोजक ओमप्रकाश नरेडा, विजय नगर अग्रवाल महासंघ के

के.के. गोयल एवं गोविंद मंगल, सांवेर रोड औद्योगिक क्षेत्र के विजय अग्रवाल, अशोक दांगी, राजेन्द्र मित्तल, नंदानगर साईं मंदिर के अजय मित्तल, खंडेलवाल समाज के पूर्व अध्यक्ष मुरलीधर धामानी, महानगर अग्रवाल समाज के राजेश कुंजीलाल गोयल, छत्रीबाग जन सेवा समिति के रमेश मोटवानी एवं रज्जू पंचौली तथा इंदौर अभिभाषक संघ के पूर्व अध्यक्ष कमल गुप्ता सहित बड़ी संख्या में धार्मिक, सामाजिक संस्थाओं के पदाधिकारी उपस्थित थे।

सांसद शंकर लालवानी ने कहा कि मैं कई वर्षों से इस संस्था से जुड़ा हूँ और लगभग सभी कार्यक्रमों में जाता रहा हूँ। मैंने देश में इस तरह का अनूठा सेवा कार्य कहीं नहीं देखा। इस तरह के काम इंदौर में ही हो सकते हैं। आने वाले पीढ़ी का दायित्व है कि वह इस सेवाकार्य को निरंतरता प्रदान करे। आज यहां जिन लोगों का सम्मान हुआ है उन्होंने शहर के हित में सचमुच बहुत काम किया है। कौन कितने वर्ष जीता है, यह महत्वपूर्ण नहीं है, बल्कि यह महत्वपूर्ण है कि उन्होंने शहर और समाज के लिए क्या काम किया। जल संसाधन मंत्री तुलसी सिलावट ने कहा कि जहां श्रद्धा होती है, वहां सुमन स्वतः खिल उठते हैं। श्रद्धा के साथ सेवा और समर्पण के भाव से यह समिति दो अनुपम सेवा कार्य कर रही है, उसमें जहां कहीं जरूरत होगी, राज्य सरकार भी हर संभव मदद करने के लिए तैयार है। इंदौर की पहचान बनाने में इस तरह की संस्थाओं की भूमिका महत्वपूर्ण रही है। यह इंदौर का ही चरित्र है कि जो काम कहीं नहीं होते, वे हमारे इंदौर में होते हैं।

# चिकित्सा शिक्षा मंत्री श्री सारंग ने किया विश्व स्तरीय हर्निया सम्मेलन का शुभारंभ...

मंत्री श्री सारंग ने कहा कि चिकित्सा शिक्षा विभाग का मूल कार्य चिकित्सकों का निर्माण कर स्वास्थ्य सुविधाओं का विस्तार करना है। इसमें शोध एवं विकास की सबसे महत्वपूर्ण भूमिका है...



चिकित्सा शिक्षा मंत्री श्री विश्वास कैलाश सारंग ने राजधानी के जहाँनुमा पैलेस में अटल बिहारी वाजपेयी शासकीय चिकित्सा महाविद्यालय, विदिशा एवं हर्निया सोसायटी ऑफ इंडिया के दो दिवसीय विश्व स्तरीय हर्निया सम्मेलन का शुभारंभ किया। मंत्री श्री सारंग ने कहा कि चिकित्सा शिक्षा विभाग का मूल कार्य चिकित्सकों का निर्माण कर स्वास्थ्य सुविधाओं का विस्तार करना है। इसमें शोध एवं विकास की सबसे महत्वपूर्ण भूमिका है। उन्होंने कहा कि चिकित्सा महाविद्यालयों के माध्यम से ही शोध एवं विकास कार्यों को सुचारू रूप से आगे बढ़ाया जा सकता है। मंत्री श्री सारंग ने कहा कि प्रदेश के प्रत्येक नागरिक के लिये गौरव का विषय है कि इस माह में ही हिंदी में एमबीबीएस पाठ्यक्रम प्रारंभ करने वाला मध्यप्रदेश देश का पहला राज्य बनने जा रहा है। उन्होंने बताया कि डब्ल्यूएचओ की रिसर्च के अनुसार विश्व में सबसे बेहतर स्वास्थ्य सुविधाओं वाले विकसित देशों में उनकी मातृभाषा में ही चिकित्सा शिक्षा के छात्रों को पढ़ाया जाता है जिसके उत्कृष्ट परिणाम भी देखने में आये हैं। लाइव रोबोटिक सर्जरी का हुआ प्रसारण: दो दिवसीय सम्मेलन में देश के विभिन्न राज्यों से 500

से अधिक डॉक्टर एवं चिकित्सा छात्र शामिल हुए। सम्मेलन में अहमदाबाद में रोबोट के जरिए की जाने वाली सर्जरी का लाइव प्रसारण भी दिखाया गया। सम्मेलन में चिकित्सा शिक्षा निदेशक डॉ. जितेन शुक्ला, शा. चिकित्सा महाविद्यालय, विदिशा के डीन डॉ. सुनील नंदेश्वर, सम्मेलन समिति अध्यक्ष डॉ. डी. परमहंस, सचिव डॉ. इशांत चौरसिया, हर्निया सोसायटी ऑफ इंडिया के सदस्य उपस्थित रहे।

## म.प्र मेडिकल नॉलेज शेयरिंग मिशन की शुरुआत करने वाला पहला राज्य

मंत्री श्री सारंग ने कहा कि मध्यप्रदेश में चिकित्सा शिक्षा विभाग द्वारा "मेडिकल नॉलेज शेयरिंग मिशन" की भी शुरुआत की गई है। मिशन के माध्यम से राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर चिकित्सा शिक्षा एवं चिकित्सकीय उपचार की नवीनतम तकनीक, नवाचारों एवं शोध के विभिन्न आयामों को मध्यप्रदेश के चिकित्सकों एवं चिकित्सा छात्रों तक पहुँचाया जा रहा है। मेडिकल इन्व्यूबेशन सेंटर की स्थापना करने वाला पहला राज्य म.प्र.: मंत्री श्री सारंग ने कहा कि मध्यप्रदेश

देश का पहला राज्य है जहाँ मेडिकल इन्व्यूबेशन सेंटर की स्थापना की गई है। भोपाल के गांधी मेडिकल कॉलेज में इन्व्यूबेशन सेंटर को विकसित किया जा रहा है, जिससे प्रदेश के चिकित्सकों एवं चिकित्सा छात्रों को नए चिकित्सा उपकरणों पर शोध एवं उन्हें विकसित करने का अवसर मिलेगा।

## मेडिकल रोबोटिक्स एवं थ्रीडी प्रिंटिंग के उपयोग से मिलेंगे बेहतर रिजल्ट

मंत्री श्री सारंग ने कहा कि शल्य चिकित्सा के क्षेत्र में मेडिकल रोबोटिक्स का उपयोग को बढ़ावा देने उद्देश्य से देश के विभिन्न शासकीय एवं निजी क्षेत्र के चिकित्सा संस्थानों के साथ एमओयू कर ऑर्थोपेडिक, यूरोलॉजी, न्यूरो सर्जरी के विभिन्न सर्जिकल प्रोसिजर में मेडिकल रोबोट के उपयोग के लिए ट्रेनिंग दी जाएगी। मध्यप्रदेश में थ्रीडी प्रिंटिंग के उपयोग से प्रोस्थेसिस के विकास, दाँत, हड्डियों एवं विभिन्न अंगों की विशिष्ट बीमारियों के परिप्रेक्ष्य में प्रतिकृतियों के निर्माण कर शल्य क्रिया में उपयोग किया जायेगा, जिससे बेहतर रिजल्ट प्राप्त होंगे।

राज्यपालश्री पटेल बरकतउल्ला विश्वविद्यालय में जनजातीय कला एवं संस्कृति के प्रोत्साहन के लिए हुई कार्यशाला को संबोधित करते हुए बोले-

# जनजातीय कला व शिल्पकारों के उत्साहवर्धन में विवि करें सहयोग



**रा**ज्यपाल श्री मंगुभाई पटेल ने कहा है कि जनजातीय संस्कृति और कला का संरक्षण भारतीयता की मौलिकता का संरक्षण है। इनके उत्पादों के संरक्षण के प्रयासों में सहयोग के लिए समाज आगे आये। उन्होंने कहा कि कला की रचना दिल, दिमाग और हाथ के समन्वय का अदभुत संयोग होती है। यह प्रकृति की अद्भुत देन है। वंचित वर्गों को मिली प्रकृति की अदभुत कला रूपी देन के संरक्षण के प्रयास व्यापक स्तर पर किए जाने चाहिए। इसका संरक्षण और उत्साहवर्धन करना हम सबका कर्तव्य है। राज्यपाल ने विश्वविद्यालयों से कहा कि जनजातीय शिल्प और कला के उत्पादों का क्रय कर कलाकारों के उत्साहवर्धन में सहयोग करें।

राज्यपाल श्री पटेल बरकतउल्ला विश्वविद्यालय में जनजातीय कला एवं संस्कृति के प्रोत्साहन के लिए हुई कार्यशाला को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि जनजातीय समाज की महानता, यथार्थता, शाश्वत मूल्यों और मौलिक सादगी से निर्देशित होना है। जनजातीय समाज अपने मौलिक कौशल, स्वाभाविक सादगी, बोली, वेशभूषा और परंपरा में समय अनुकूल रंग भरते हुए, लोक-संस्कृति को बचाए रखने के लिए बर्बाद का पात्र है। उन्होंने कहा कि जनजातीय समाज के पास समूह में जीने की कला, पारंपरिक चिकित्सा, औषधीय ज्ञान और जड़ी-बूटियों का अदभुत खजाना है। सदी की सबसे बड़ी आपदा कोविड ने जीवन की इसी कला को महत्ता को स्थापित किया है। उन्होंने कहा कि गिलोय और जड़ी-बूटियों के खजाने से बने काढ़े ने आपदा के समय जीवन रक्षा में

बहुत योगदान दिया है। इसी प्रसंग में प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी का उल्लेख करते हुए कहा कि उन्होंने वैक्सीनेशन और जन-मानस में रोग की रोकथाम के उपायों का नेतृत्व कर देश की आबादी के बहुत बड़े हिस्से की जीवन रक्षा

की है। राज्यपाल ने कार्यशाला की प्रशंसा करते हुए कहा कि भारतीय संस्कृति के संवाहक जनजातीय समुदाय की कला, कौशल और ज्ञान संरक्षण द्वारा राष्ट्र की पहचान और विशिष्टताओं को मजबूती देने की पहल सराहनीय है।

## कार्यक्रम में पद्मश्री श्रीमती भूरी बाई का सम्मान



राज्यपाल श्री पटेल ने पद्मश्री श्रीमती भूरी बाई का सम्मान किया। उनकी जीवन यात्रा, कला साधना, समर्पण और एकाग्रता से प्रेरणा लेने के लिए युवाओं को प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि जनजातीय समाज के पास जीवटता और आनंद के अद्भुत संयोग के साथ जीवन जीने की कला का उदाहरण श्रीमती भूरी बाई हैं। मजदूर से महान कलाकार बनने के बाद भी श्रीमती भूरी बाई अपनी संस्कृति के साथ आज भी जुड़ी हुई हैं।





## जनजातीय संस्कृति के मनोहारी नृत्यों की प्रस्तुति

कार्यक्रम में जनजातीय संस्कृति के विभिन्न पहलुओं को गीत और नृत्यों से प्रस्तुत किया गया। रविना टांट्या और उनके दल ने फसल कटाई पर प्रकृति के प्रति आभार प्रदर्शन के गोंडीय नृत्य का मनोहारी प्रदर्शन किया। ऊर्जा से ओत-प्रोत गोंडवाना संस्कृति के शुभ प्रसंग पर किए

जाने वाले कर्मा नृत्य की डालविन जोसफ और उनके दल ने प्रस्तुति दी। बरकतउल्ला विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. आर.जे. राव ने कहा कि विश्वविद्यालय द्वारा विगत एक वर्ष में राष्ट्रीय शिक्षा नीति के प्रभावी क्रियान्वयन और सामाजिक सरोकारों के क्षेत्र में विशद कार्य किए

गए हैं। जनजातीय शोध पीठ में जनजातीय अनुसंधान प्रयासों के फलस्वरूप सामाजिक विद्या विभाग को प्रदेश सरकार ने सेंटर ऑफ एक्सीलेंस के रूप में मान्यता दी है। विश्वविद्यालय के कुलसचिव श्री आई.के. मंसूरी ने आभार माना।



## जनजातीय कलाकारों से की चर्चा

राज्यपाल श्री पटेल ने कार्यशाला में भील, गोंड एवं अन्य जनजातीय संस्कृति के चित्रकारों से चर्चा की और उनकी कलाकृतियों के संबंध में जानकारी प्राप्त कर, उनका उत्साहवर्धन किया।

## राज्यपाल ने पौध-रोपण किया



राज्यपाल श्री पटेल ने बरकतउल्ला विश्वविद्यालय के केंद्रीय पुस्तकालय परिसर में पारिजात का पौधा रोप कर पर्यावरण-संरक्षण के प्रति सजग होने का संदेश दिया।

## उत्पादों का प्रदर्शन



राज्यपाल श्री पटेल ने बाँस के शिल्पकारों के उत्पादों का अवलोकन किया। शिल्पकारों से उत्पाद के निर्माण और विपणन संबंधी जानकारियाँ प्राप्त की।

# मुख्यमंत्री श्री चौहान ने की यूथ महापंचायत की तैयारियों की समीक्षा युवाओं में नेतृत्व विकास की दिशा में कोई कमी नहीं रहे : मुख्यमंत्री



मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा है कि युवाओं में नेतृत्व का विकास करने की दिशा में यूथ महापंचायत का आयोजन किया जा रहा है। इसके सार्थक परिणाम लाने के लिए कोई कमी नहीं रहने दी जाए। नए विचारों एवं सुझावों से इस दिशा में कार्य किया जाए। युवा स्टार्ट अप की विभिन्न गतिविधियों से भी जुड़ सकें इसके लिए प्रयास किए जाएँ। मुख्यमंत्री श्री चौहान आज मंत्रालय में राज्य स्तरीय यूथ महापंचायत की तैयारियों की समीक्षा कर रहे थे। खेल एवं युवा कल्याण मंत्री श्रीमती यशोधरा राजे सिंधिया, मुख्य सचिव श्री इकबाल सिंह बैस तथा संबंधित अधिकारी उपस्थित थे। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि आत्म-निर्भर एवं स्वर्णिम मध्यप्रदेश के निर्माण में युवाओं की सहभागिता अधिकाधिक हो। उन्होंने यूथ महापंचायत में अधिक से अधिक युवाओं की भागीदारी सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि यूथ महापंचायत का उद्देश्य शहीद चंद्रशेखर आजाद की विरासत को आगे बढ़ाते हुए मध्यप्रदेश के उत्साही युवाओं को साथ लाकर एक मंच प्रदान करना है, जिससे वे राज्य, देश और दुनिया की सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक चुनौतियों की पहचान कर हरसंभव समाधान सुझाएँ। प्रत्येक जिले से चुने गए आदर्श युवा प्रतिनिधियों और उनके संरक्षकों के पारस्परिक संवाद के इस दो दिवसीय आयोजन से आत्म-निर्भर मध्यप्रदेश के विजन में युवाओं की भागीदारी सुनिश्चित करने का प्रयास होगा। साथ ही युवाओं में नेतृत्व कौशल भी विकसित किया जाएगा।

मुख्यमंत्री श्री चौहान ने प्रदेश के युवा बेटे-बेटियों से प्रदेश के गौरव शहीद चंद्रशेखर आजाद की जयंती पर होने वाली राज्य स्तरीय "यूथ महा पंचायत में भाग लेकर राष्ट्र और समाज की उन्नति में सहभागी बनने का आह्वान किया है। उन्होंने युवाओं से कहा कि अपनी योग्यता का

## खनिज विकास में सक्रिय योगदान के लिए मध्यप्रदेश को दो श्रेणी में मिला प्रथम और द्वितीय पुरस्कार



नई दिल्ली के डॉ. अम्बेडकर इंटरनेशनल सेंटर में 6वें नेशनल कॉन्क्लेव में म.प्र. को दो श्रेणी में प्रथम और द्वितीय पुरस्कार से नवाजा गया। पुरस्कार प्रदेश के खनिज साधन एवं श्रम मंत्री श्री बृजेन्द्र प्रताप सिंह ने पुरस्कार ग्रहण किये। गृह मंत्री श्री अमित शाह, केंद्रीय कोयला एवं खान मंत्री श्री प्रल्हाद जोशी और खनन एवं रेल राज्य मंत्री श्री रावसाहेब पाटिल दानवे ने पुरस्कार प्रदान किये। केंद्र सरकार द्वारा पुरस्कार के लिए दो श्रेणियाँ निर्धारित की गई थी, जिसमें से मध्यप्रदेश को उत्खनन, नीलामी, खानों के संचालन में पहल करने और सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाले राज्यों की श्रेणी में 3 करोड़ रुपये के प्रथम पुरस्कार के लिए सम्मानित किया गया। वहीं उत्खनन, नीलामी, खदानों के संचालन में पहल करने और इसमें सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाले राज्यों की श्रेणी में 2 करोड़ रुपये के दूसरे पुरस्कार से सम्मानित किया गया। मध्यप्रदेश को खदानों की सफल नीलामी के लिए 2 करोड़ रुपये प्रोत्साहन पुरस्कार के रूप में मिले। मध्यप्रदेश के खनिज साधन एवं श्रम मंत्री श्री बृजेन्द्र प्रताप सिंह ने कहा है कि यह मध्यप्रदेश के लिए यह बड़ी उपलब्धि है कि देश में मध्यप्रदेश ऐसा पहला राज्य है, जिसे 7 करोड़ रुपये की राशि प्रोत्साहन के रूप में मिली है।

उपयोग कर आत्म-निर्भर मध्यप्रदेश के निर्माण में सहभागी बनें। संचालक खेल एवं युवा कल्याण श्री रवि गुप्ता ने बताया कि शहीद चंद्रशेखर आजाद की 116वीं जयंती पर भोपाल में आगामी 23 एवं 24 जुलाई को राज्य स्तरीय यूथ

महापंचायत होगी। सभी जिलों में होने वाली यूथ पंचायत से चयनित आदर्श युवा और उनके प्रेरक शामिल होंगे। इसके रजिस्ट्रेशन की अंतिम तिथि 15 जुलाई है। इसके बाद प्रतिभागियों के चयन के लिए स्क्रीनिंग की जाएगी।

# रोग उन्मूलन के लिए टोकन-टू-टोटल के दृष्टिकोण से करें कार्य : राज्यपाल



## राज्यपाल द्वारा सिकलसेल एनीमिया और टी.बी. रोग उपचार प्रबंधन कार्यों की समीक्षा

राज्यपाल श्री मंगुभाई पटेल ने स्वास्थ्य विभाग के अधिकारियों के साथ सिकल सेल एनीमिया और टी.बी. रोग उपचार प्रबंधन कार्यों की समीक्षा की। उन्होंने टोकन-टू-टोटल की कार्य-नीति के साथ रोग उपचार प्रबंधन करने को कहा। रोग स्क्रीनिंग कार्य के लिए क्षेत्र चिन्हित कर सघन जाँच का कार्य किया जाना चाहिए।

राज्यपाल श्री पटेल ने कहा कि रोग स्क्रीनिंग कार्य की दिशा रोग के लक्षित समूह के निर्धारण और सघन जाँच पर केंद्रित होनी चाहिए। सिकलसेल स्क्रीनिंग के लिए आँगनवाड़ी केंद्रों, प्राथमिक, माध्यमिक और हायर

सेकेण्डरी स्कूलों में जाँच केम्प लगाकर चिन्हांकन किया जाए। पॉजिटिव प्रकरणों में सभी परिजन की जाँच हो। यही दृष्टिकोण गर्भवती माताओं की जाँच में भी रखना चाहिए। श्री पटेल ने क्षय रोग उपचार प्रबंधन में पोषण, नियमित औषधि सेवन संबंधी व्यवस्थाओं के दृष्टिगत संस्थागत उपचार व्यवस्थाओं को विस्तारित कर क्षय रोग उपचार प्रयासों संबंधी पहल करने के लिए कहा। आशा कार्यकर्ताओं के प्रशिक्षण कार्यक्रम को चरणबद्ध रूप में संचालित करने की आवश्यकता बताई। उन्होंने कहा कि जनजातीय बहुल आबादी वाले विकासखण्डों में पदस्थ कार्यकर्ताओं को प्राथमिकता दी जानी चाहिए। राज्यपाल ने वैकल्पिक उपचार पद्धतियों के प्रमाणीकरण द्वारा समावेशन प्रयासों पर पहल और स्वास्थ्य विभाग के जन-जागरण प्रयासों में विश्वविद्यालयों के साथ समन्वय को मजबूत बनाने के लिए निर्देशित किया।

राज्यपाल श्री पटेल को बताया गया कि मध्यप्रदेश,

सामुदायिक सहभागिता के कार्यों में देश में दूसरे स्थान पर है। प्रमाणीकरण कार्यों में राष्ट्रीय स्तर पर खरगोन जिले को स्वर्ण और उज्जैन जिले को कांस्य पदक से सम्मानित किया गया है। आयुष्मान भारत टी.बी. अभियान में भी केंद्र सरकार द्वारा प्रथम स्थान के लिए प्रदेश को पुरस्कृत किया गया है। राज्य के सभी विकासखंड में मॉलिक्यूलर जाँच की सुविधा भी उपलब्ध है।

जनजातीय प्रकोष्ठ के अध्यक्ष श्री दीपक खांडेकर, अपर मुख्य सचिव स्वास्थ्य श्री मोहम्मद सुलेमान, राज्यपाल के प्रमुख सचिव श्री डी.पी. आहूजा, स्वास्थ्य आयुक्त डॉ. सुदाम खांडे, प्रबंध संचालक राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन सुश्री प्रियंका दास, जनजातीय प्रकोष्ठ के सदस्य सचिव श्री बी.एस. जामोद, राष्ट्रीय जनजातीय स्वास्थ्य अनुसंधान संस्थान के निदेशक डॉ. अपरूप दास, जनजातीय प्रकोष्ठ के सदस्य एवं विभागीय अधिकारी मौजूद थे।

## माँ की कमी को कोई पूरा नहीं कर सकता : मुख्यमंत्री श्री चौहान



मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान पूर्व मुख्यमंत्री श्री वीरेंद्र कुमार सखलेचा की पत्नी तथा मंत्री श्री ओमप्रकाश सखलेचा की माताजी स्वर्गीय श्रीमती चेतन देवी सखलेचा की शोक सभा एवं उठावना में सम्मिलित हुए और पुष्पांजलि अर्पित की। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने मानस भवन में हुई शोक सभा में श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए कहा कि पूज्यनीय माता जी श्रीमती चेतन देवी सखलेचा ने बहुत यशस्वी जीवन जिया। पूर्व मुख्यमंत्री स्व. श्री वीरेंद्र कुमार सखलेचा प्रदेश के सर्वोच्च पद पर रहकर प्रदेशवासियों की बेहतर सेवा कर पाए, इसमें पूज्यनीय माताजी का महत्वपूर्ण योगदान रहा। उन्होंने अपने पीछे यशस्वी और कर्मठ परिवार छोड़ा है। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि माँ की कमी को कोई पूर्ति नहीं कर सकता है। पूज्य माता जी ने अपने जीवन में जो आदर्श स्थापित किए, उनका अनुसरण कर हम स्वयं को बेहतर कार्यों की ओर अग्रसर कर सकते हैं। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने अपनी तथा प्रदेशवासियों की ओर से श्रद्धा-सुमन अर्पित कर ईश्वर से दिवंगत आत्मा की शांति और परिवारजन को यह दुःख सहन करने की शक्ति प्रदान करने की प्रार्थना की।

## किसान के बेटे ने राजस्थान में किया टॉप

# परिवार IAS-IPS बनाना चाहता था: बेटे को पढ़ाने का शौक, असि. प्रोफेसर बना

बाड़मेर के छोटे से गांव के किसान के बेटे शंकरसिंह ने असिस्टेंट प्रोफेसर एग्जाम (इतिहास) में ऑल राजस्थान में टॉप किया है। शंकरसिंह ने राईटिंग एग्जाम में इतने नंबर (200/150) हासिल कर लिए थे कि इंटरव्यू में 1-2 नंबर मिल जाते तो भी सलेक्शन हो जाता। टॉपर शंकरसिंह पोटलिया का परिवार उन्हें आईएएस, आईपीएस बनाना चाहते था, लेकिन शंकरसिंह का इंटरैस्ट पढ़ने और पढ़ाने में रहा। शंकरसिंह का मानना है कि मैंने जो पढ़ा। जो मेरा ज्ञान है। आने वाली पीढ़ी शिक्षण व शोध के माध्यम से ही दिया जा सकता है।

दरअसल, आरपीएससी ने दो दिन पहले असिस्टेंट प्रोफेसर (इतिहास) का रिजल्ट घोषित किया था। बाड़मेर जिले के श्रीरामवाला गांव के रहने वाले शंकरसिंह पोटलिया ने असिस्टेंट प्रोफेसर (इतिहास) में राजस्थान में पहली रैंक हासिल की है। शंकरसिंह के पिता किसान है। माता गृहणी है। शंकरसिंह एक बहन व एक भाई है। शादी 2019 में हुई थी। पत्नी ने एमए की हुई है।

चयनित प्रोफेसर शंकरसिंह का मानना है कि स्टूडेंट को अपनी रूचि के अनुसार अपना टारगेट तय करना चाहिए। स्टूडेंट को अपनी लाइफ हर तरह की परेशानी आती है। इकोनॉमी परेशानी के अलावा भी कई परेशानियां होती है। छोटी-मोटी परेशानी मुझे भी आई है। एमए में मेरा एडमिशन हुआ और पहली बार बनारस गया था। मुझे यह लगा कि मैं गलत जगह आ गया हूं। एक साल तक यही लगाता रहा, लेकिन फिर मैंने यह निर्णय लिया कि अपनी जिंदगी से कब तक शिकायतें करते रहेंगे। किसी टारगेट के प्रति खुद का फोकस नहीं



होगा, तब तक आप कुछ भी हासिल नहीं कर पाएंगे। इसके बाद इसी टारगेट को रखा और मुझे मुड़कर कभी नहीं देखा।

शंकरसिंह का कहना है कि बनारस में जब एमए कर रहा था तो कई बार स्टूडेंट को पढ़ाने व रिसर्च करने का मौका लगता था। 2018 से पीएचडी कर रहा हूं जब प्रोफेसर छुट्टी पर होते तब उनकी जगह क्लास लेने का

मौका मिलता था। इसी रूचि के साथ मुझे लगा कि इस फिल्ड में जस्टिस कर पाऊंगा।

चयनित प्रोफेसर का कहना है कि मेरा शुरू से पढ़ने और पढ़ने का शौक रहा है। परिवार व दोस्तों के कहने पर मैंने आरएएस के प्री एग्जाम दिए थे और मेरा मुख्य परीक्षा में भी चयन हो गया था। लेकिन मेरा इंटरैस्ट नहीं होने की वजह से बिना पढ़े दिया था। 2018 से वैकेंसी का इंतजार कर रहा था। 2020 में आई लेकिन कोरोनाकाल की वजह से लेट होता गया। सितंबर 2021 में इसके एग्जाम हुए थे। इंटरव्यू कुछ दिन पहले ही हुए थे। रिजल्ट में ऑल राजस्थान में इतिहास में पहली रैंक लगी है।

शंकरसिंह का कहना है कि जयपुर में जब ग्रेज्यूशन कर रहा था। तब मेरे कॉलेज दोस्त और रूम मेट सब लेक्चरर व असिस्टेंट प्रोफेसर की तैयारियों में लगे हुए थे। रूम मेट हरदान बालोतरा कॉलेज में असिस्टेंट प्रोफेसर इकोनॉमी विषय (2015) में राजस्थान में तीसरे नंबर पर रहे थे। उनसे प्रेरणा लेकर जेआरएफ और पीएचडी का चुना और इस वैकेंसी का इंतजार कर रहा था। प्रोफेसर का कहना है कि बीते पांच सालों से इस वैकेंसी का इंतजार कर रहा हूं। इस दौरान मैंने यूजीसी नेट व जेआरएफ के एग्जाम देता रहा। दिल्ली अधीनस्थ सेवा चयन बोर्ड का एग्जाम दिया था। इसमें तीसरी रैंक लगी थी। यूपी उच्चतर शिक्षा चयन आयोग का इंटरव्यू दिया था। इसमें 30 में से 27 नंबर मिले थे। साल 2020 में आरपीएससी असिस्टेंट का एग्जाम सितंबर 2021 में हुआ था। इसमें मेरे 200 में 150 नंबर मिले थे। इसी माह इंटरव्यू के बाद मैरिट लिस्ट निकली उसमें मेरा ऑल राजस्थान में पहली रैंक लगी।

वरिष्ठतम पत्रकार सम्मान समारोह आयोजित, राज्यपाल श्री कलराज मिश्र बोले-

## मीडिया की जीवंतता लोकतंत्र की सबसे बड़ी ताकत

जयपुर। राज्यपाल श्री कलराज मिश्र ने मीडिया की जीवंतता को लोकतंत्र की सबसे बड़ी ताकत बताते हुए उससे मिशनरी के रूप में कार्य करने का आह्वान किया है। उन्होंने कहा कि व्यवसायिकता के इस दौर में भी बहुत से पत्र-पत्रिकाएं और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया चैनल स्वस्थ पत्रकारिता के मूल्यों की पालना कर रहे हैं, जो सराहनीय है। राज्यपाल श्री मिश्र रविवार को भारतीय विद्या भवन विद्याश्रम स्कूल के महाराणा प्रताप सभागार में जयपुर महानगर टाइम्स द्वारा आयोजित वरिष्ठतम पत्रकार सम्मान समारोह में संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि गणतंत्र की जड़ों को सींचने का कार्य पत्रकारिता करती है, इसीलिए विधायिका, कार्यपालिका और न्यायपालिका के बाद पत्रकारिता को लोकतंत्र का चौथा स्तम्भ माना गया है। राज्यपाल ने कहा कि नागरिकों को संविधान प्रदत्त अधिकारों और कर्तव्य के लिए जागरूक करने और कानूनों की पालना करने वाले जिम्मेदार नागरिक तैयार करने में मीडिया की महत्वपूर्ण भूमिका है। मीडिया की विश्वसनीयता और साख को बनाए रखने के लिए जरूरी है



कि वह सच के साथ रहते पारदर्शिता के साथ निष्पक्ष रिपोर्टिंग करे। राज्यपाल श्री मिश्र ने कहा कि स्वाधीनता आंदोलन में मीडिया के महत्वपूर्ण योगदान का जिक्र करते हुए कहा कि

महात्मा गांधी, लोकमान्य तिलक, अरविंद घोष, मदन मोहन मालवीय, गणेश शंकर विद्यार्थी, अजीमुल्ला खां ने देश की आजादी के लिए लोगों को आंदोलित करने का कार्य किया।

# महुआ मोइत्रा के खिलाफ भोपाल में केस दर्ज हिंदू देवी-देवताओं का अपमान बर्दाश्त नहीं



मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान का भी बयान सामने आ गया है। मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान ने साफ तौर पर कहा है कि महुआ मोइत्रा के बयान से हिंदू धार्मिक भावनाएं आहत हुई हैं। उन्होंने कहा कि हिन्दू देवी-देवताओं का अपमान किसी भी कीमत पर बर्दाश्त नहीं की जाएगी। देवी काली को लेकर महुआ मोइत्रा द्वारा एक टीवी चैनल पर दिए गए बयान के बाद उनकी मुश्किलें लगातार बढ़ती जा रही हैं। महुआ मोइत्रा के खिलाफ भोपाल में एक एफआईआर दर्ज किया जा चुका है। जानकारी के मुताबिक टीएमसी सांसद महुआ मोइत्रा के खिलाफ भोपाल में देवी काली पर उनके कथित विवादास्पद बयान को लेकर प्राथमिकी दर्ज की गई है। इसके साथ ही यह भी बताया गया है कि धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाने के आरोप में आईपीसी की धारा 295 ए के तहत यह मामला दर्ज हुआ है। आपको बता दें कि महुआ मोइत्रा के बयान के बाद से भाजपा तृणमूल कांग्रेस और ममता बनर्जी पर जबरदस्त तरीके से हमलावर है। महुआ मोइत्रा के खिलाफ कार्रवाई की मांग की जा रही है।

दूसरी ओर मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान का भी बयान सामने आ गया है। मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान ने साफ तौर पर कहा है कि महुआ मोइत्रा के बयान से हिंदू धार्मिक भावनाएं आहत हुई हैं। उन्होंने कहा कि हिन्दू देवी-देवताओं का अपमान किसी भी कीमत पर बर्दाश्त नहीं की जाएगी। वही, महुआ मोइत्रा ने एक ट्वीट कर साफ तौर पर कहा है कि मैं डरने वाली नहीं हूँ। मैं काली की उपासक हूँ। मैं गुंडों, पुलिस से नहीं डरती। महुआ मोइत्रा के खिलाफ पश्चिम बंगाल के कृष्णा नगर में भी एफ आई आर दर्ज करा



दी गई है। भाजपा की पश्चिम बंगाल इकाई ने बुधवार को उनकी (मोइत्रा की) गिरफ्तारी की मांग की। भाजपा ने पुलिस पर कार्रवाई नहीं करने का आरोप लगाते हुए कहा कि अगर मोइत्रा के खिलाफ 10 दिनों में कार्रवाई नहीं की गई तो वह अदालत का रुख करेगी।

गौरतलब है कि मोइत्रा ने मंगलवार को कहा था कि उन्हें "एक व्यक्ति के रूप में काली देवी को मांस खाने वाली और शराब स्वीकार करने वाली देवी के रूप में कल्पना करने का पूरा अधिकार है" क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति को अपने तरीके से देवी-देवताओं की पूजा करने का अधिकार है। मोइत्रा की इस टिप्पणी से विवाद पैदा हो गया है। भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) ने इस बयान के लिए मोइत्रा की कड़ी आलोचना की है, वहीं उनकी पार्टी टीएमसी ने इस टिप्पणी से खुद को अलग कर लिया और इसकी निंदा की है।

नरोत्तम मिश्रा बोले-

तत्काल फिल्म के पोस्टर नहीं हटाए तो आगे कड़ी कानूनी कार्रवाई करेंगे

अपने बयान में नरोत्तम मिश्रा ने कहा कि डॉक्यूमेंट्री फिल्म 'काली' में काली माता को सिगरेट पीते हुए दिखाना काफी आपत्तिजनक है। इस मामले में FIR करवाने के लिए बोलूंगा और फिल्म मध्यप्रदेश में कैसे प्रतिबंधित हो इस पर विचार किया जाएगा। डॉक्यूमेंट्री फिल्म 'काली' के पोस्टर को लेकर विवाद बढ़ता ही जा रहा है। भारत में इसको लेकर लगातार सोशल मीडिया पर चर्चा तेज है। इसी कड़ी में मध्य प्रदेश के गृह मंत्री नरोत्तम मिश्रा का भी बयान सामने आया है। नरोत्तम मिश्रा ने साफ तौर पर फिल्म के पोस्टर को हटाने की मांग की है और कहा है कि अगर ऐसा नहीं हुआ तो आगे कड़ी कानूनी कार्रवाई करेंगे। अपने बयान में नरोत्तम मिश्रा ने कहा कि डॉक्यूमेंट्री फिल्म 'काली' में काली माता को सिगरेट पीते हुए दिखाना काफी आपत्तिजनक है। इस मामले में FIR करवाने के लिए बोलूंगा और फिल्म मध्यप्रदेश में कैसे प्रतिबंधित हो इस पर विचार किया जाएगा।



मध्य प्रदेश के गृह मंत्री ने साफ तौर पर कहा कि अगर तत्काल फिल्म के पोस्टर नहीं हटाए तो आगे कड़ी कानूनी कार्रवाई करेंगे। आपको बता दें कि टोरंटो में रहने वाली फिल्मकार लीना मणिमेकलाई ने शनिवार को ट्विटर पर अपनी लघु फिल्म 'काली' का पोस्टर साझा किया था, जिसमें हिंदू देवी को धूपपान करते और हाथ में एलजीबीटीक्यू समुदाय का झंडा थामे हुए दिखाया गया है। भारतीय अधिकारियों ने कनाडा के अधिकारियों से फिल्म से जुड़ी सभी "भड़काऊ सामग्री" हटाने की अपील की है। इससे पहले फिल्म निर्माता लीना मणिमेकलाई ने सोमवार को कहा था कि वह जब तब जिंदा हैं तब तक बेखौफ अपनी आवाज बुलंद करना जारी रखेंगी।

दिल्ली और उत्तर प्रदेश पुलिस ने फिल्मकार लीना मणिमेकलाई के खिलाफ उनके वृत्तचित्र 'काली' के विवादास्पद पोस्टर के संबंध में प्राथमिकी दर्ज की है। दिल्ली पुलिस के एक वरिष्ठ अधिकारी ने बताया कि शिकायत और सोशल मीडिया पोस्ट की सामग्री के आधार पर प्रथम दृष्टया भारतीय दंड संहिता की धारा के तहत 153ए(धर्म, नस्ल आदि के आधार पर दो समूहों में द्वेष को बढ़ावा देना) और धारा 295ए (जानबूझकर धर्म या उसकी मान्यताओं का अपमान कर धार्मिक भावना भड़काना) के तहत मामला बनता है। लखनऊ की हजरतगंज कोतवाली में फिल्मकार लीना मणिमेकलाई, निर्माता आशा एसोसिएट्स और संपादक श्रवण ओनाचन के खिलाफ सोमवार रात धारा 120—बी (साजिश रचने), 153—बी (राष्ट्रीय एकता के खिलाफ प्रभाव डालने वाले भाषण देना या लांछन लगाना), 295 (किसी वर्ग के धर्म का अपमान), 298 (धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाने के सुविचारित आशय से शब्द उच्चारित करना) समेत विभिन्न धाराओं तथा सूचना प्रौद्योगिकी अधिनियमकी धारा 66 और 67 के तहत मामला दर्ज किया गया है।

# 'देशहित के लिए हमारी आवाज हों एकजुट'

**PM मोदी बोले- बिहार विधानसभा का रहा अपना इतिहास, एक से बड़े एक लिए गए हैं साहसिक निर्णय**

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा कि बिहार विधानसभा का अपना एक इतिहास रहा है और यहां विधानसभा भवन में एक से एक बड़े और साहसिक निर्णय लिए गए हैं। आजादी के पहले इसी विधानसभा से गवर्नर सत्येंद्र प्रसन्न सिन्हा जी ने स्वदेशी उद्योगों को प्रोत्साहित करने, स्वदेशी चरखा को अपनाने की अपील की थी।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बिहार विधानसभा के शताब्दी समारोह के समापन कार्यक्रम को संबोधित किया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री नीतीश कुमार भी मौजूद रहे। प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि आप सभी को बिहार विधानसभा भवन के शताब्दी वर्ष की शुभकामनाएं। बिहार का ये सौभाग्य है कि जो बिहार से स्नेह करता है, बिहार उस प्यार को कई गुना करके लौटाता है। आज मुझे बिहार विधानसभा परिसर में आने वाले देश के पहले प्रधानमंत्री होने का सौभाग्य भी मिला है।

उन्होंने कहा कि मुझे कुछ समय पहले शताब्दी स्मृति स्तंभ के लोकार्पण का अवसर भी मिला। ये स्तंभ बिहार के गौरवशाली अतीत का प्रतीक तो बनेगा ही, साथ ही ये बिहार की कोटि-कोटि आकांक्षाओं को भी प्रेरणा देगा।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि बिहार विधानसभा का अपना एक इतिहास रहा है और यहां विधानसभा भवन में एक से एक बड़े और साहसिक निर्णय लिए गए हैं। आजादी के पहले इसी विधानसभा से गवर्नर सत्येंद्र प्रसन्न सिन्हा जी ने स्वदेशी उद्योगों को प्रोत्साहित करने, स्वदेशी चरखा को अपनाने की अपील की थी। उन्होंने कहा कि दशकों से हमें ये बताने की कोशिश होती रही है कि भारत को लोकतंत्र विदेशी हुकूमत और विदेशी सोच के कारण मिला है। लेकिन, कोई भी व्यक्ति जब ये कहता है तो वो बिहार के इतिहास और बिहार की विरासत पर पर्दा डालने की कोशिश करता है।

उन्होंने कहा कि जब दुनिया के बड़े भू-भाग सभ्यता और संस्कृति की ओर अपना पहला कदम बढ़ा रहे थे, तब वैशाली में परिष्कृत लोकतंत्र का संचालन हो रहा था। जब दुनिया के अन्य क्षेत्रों में जनतांत्रिक अधिकारों की समझ विकसित होनी शुरू हुई थी, तब लिच्छवी और वज्जीसंघ जैसे गणराज्य अपने शिखर पर थे। उन्होंने कहा कि भारत में लोकतंत्र की अवधारणा उतनी ही प्राचीन है, जितना प्राचीन ये राष्ट्र है, जितनी प्राचीन हमारी संस्कृति है। हजारों वर्षों पूर्व हमारे वेदों में कहा गया है- त्वां विशो वृणतां राज्याय त्वामिमाः प्रदिशः पञ्च देवीः।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि मैं जब भी बड़े वैश्विक मंच पर जाता हूँ, तो बड़े गर्व से कहता हूँ कि विश्व में लोकतंत्र की जननी हमारा भारत है, भारत मंदर ऑफ डेमोक्रेसी है। बिहार की गौरवशाली विरासत, पाली में मौजूद ऐतिहासिक दस्तावेज भी इसके जीवंत प्रमाण हैं। उन्होंने कहा कि बिहार ने आजाद भारत को डॉ. राजेन्द्र प्रसाद के रूप

## मोदी ने बैद्यनाथ दरबार में पूजा की, बाबा के दर्शन करने वाले पहले PM बने

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी भगवान के प्रति कितनी आस्था रखते हैं, इसको बताने की जरूरत नहीं है। प्रधानमंत्री देश के किसी भी हिस्से में जाते हैं तो वहां मौजूद बड़े मंदिरों में दर्शन जरूर करते हैं। इसी कड़ी में आज प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी झारखंड के देवघर पहुंचे थे जहां उन्होंने विभिन्न परियोजनाओं का उद्घाटन और लोकार्पण किया। इसके बाद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी सीधे बैद्यनाथ दरबार पहुंचे। वहां उन्होंने लगभग 20 मिनट तक भगवान भोले शंकर की पूजा अर्चना की। इसके साथ ही नरेंद्र मोदी देश के ऐसे प्रधानमंत्री बने जिन्होंने बाबा बैद्यनाथ धाम के दरबार में जाकर उनकी पूजा अर्चना की है। आपको बता दें कि देवघर का बैद्यनाथ धाम देश के 12 ज्योतिर्लिंगों में से एक है। हर साल श्रावणी मेले के दौरान यहां बाबा भोले के भक्तों की भारी भीड़ होती है और लोग दूर-दूर से जल चढ़ाने यहां पहुंचते हैं।



इस अवसर पर उन्होंने एक जनसभा को संबोधित भी किया। मोदी ने कहा कि एक तरफ बाबा का आशीर्वाद और दूसरी तरफ ईश्वर का रूप जनता जनार्दन का आशीर्वाद कितनी बड़ी शक्ति देते हैं, ये आप भी जानते हैं और मैं भी। अभी कुछ समय पहले मुझे पूज्य बाबा के चरणों में जाकर दर्शन और पूजन का मौका मिला। उससे पहले झारखंड के विकास के लिए हजारों करोड़ रुपयों की योजनाओं को भी बाबा के और जनता जनार्दन के चरणों में अर्पित किया। उन्होंने कहा कि पहले की सरकारों में योजनाओं की घोषणा होती थी, फिर एक दो सरकार जाने के बाद एक-दो पत्थर लगा कर जाता था। पत्थर लटकता रहता था, दो-चार सरकारें चलने के बाद काई और आता, फिर वो ईंट लगाता था, पता नहीं कितनी सरकारें जाने के बाद वो योजना सामने दिखती थी।

में पहला राष्ट्रपति दिया। लोकनायक जयप्रकाश, कपूरी ठाकुर और बाबू जगजीवन राम जैसे नेतृत्व इस धरती पर हुए। जब देश में संविधान को कुचलने का प्रयास हुआ, तो भी उसके खिलाफ बिहार ने आगे आकर विरोध का बिगुल फुका।

उन्होंने कहा कि देश के सांसद के रूप में, राज्य के विधायक के रूप में हमारी ये भी जिम्मेदारी है कि हम लोकतंत्र के सामने आ रही हर चुनौती को मिलकर हराएं। पक्ष-विपक्ष के भेद से ऊपर उठकर, देश के लिए, देशहित के लिए हमारी आवाज एकजुट होनी चाहिए।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि पिछले कुछ वर्षों में संसद में सांसदों की उपस्थिति और संसद की प्रोडक्टिविटी में रिकॉर्ड वृद्धि हुई है। संसद के पिछले बजट सत्र में

लोकसभा की प्रोडक्टिविटी 129 फीसदी थी, राज्यसभा में भी 99 फीसदी प्रोडक्टिविटी दर्ज की गई है। यानि देश लगातार नए संकल्पों पर काम कर रहा है। उन्होंने कहा कि दुनिया के लिए लिए 21वीं सदी भारत की सदी है। हमें इसी सदी में, अगले 25 सालों में नए भारत के स्वर्णिम लक्ष्य तक पहुंचना है। इन लक्ष्यों तक हमें हमारे कर्तव्य ही लेकर जाएंगे। इसलिए, ये 25 साल देश के लिए कर्तव्य पथ पर चलने के साल हैं।

उन्होंने कहा कि हमें अपने कर्तव्यों को अपने अधिकारों से अलग नहीं मानना चाहिए। हम अपने कर्तव्यों के लिए जितना परिश्रम करेंगे, हमारे अधिकारों को भी उतना ही बल मिलेगा। हमारी कर्तव्य निष्ठा ही हमारे अधिकारों की गारंटी है।

नेशनल कॉन्फ्रेंस के अध्यक्ष फारूक अब्दुल्ला ने कहा-

# सरकार जब तक कश्मीरी लोगों का दिल नहीं जीतेगी, आतंकवाद खत्म नहीं होगा

नेशनल कॉन्फ्रेंस के अध्यक्ष फारूक अब्दुल्ला ने बुधवार को कहा कि कश्मीर में आतंकवाद तब तक खत्म नहीं होगा जब तक कि सरकार घाटी में लोगों का दिल नहीं जीत लेती और पाकिस्तान से बात करके समाधान नहीं ढूंढती।

नेशनल कॉन्फ्रेंस के अध्यक्ष फारूक अब्दुल्ला ने बुधवार को कहा कि कश्मीर में आतंकवाद तब तक खत्म नहीं होगा जब तक कि सरकार घाटी में लोगों का दिल नहीं जीत लेती और पाकिस्तान से बात करके समाधान नहीं ढूंढती। शहर में मंगलवार को एक पुलिस अधिकारी की हत्या की निंदा करते हुए उन्होंने कहा कि जब तक कश्मीर मुद्दे का हल नहीं तलाशा जाता तब तक लोग मरते रहेंगे। अब्दुल्ला ने यहां पार्टी मुख्यालय 'नावा-ए-सुबह' में संवाददाताओं को बताया, "आतंकवाद का कारवां खत्म नहीं होगा।

उनके (भाजपा) मंत्री और अन्य नेता बयान जारी करते हैं कि यह समाप्त हो गया है, लेकिन मैं उन्हें बताना चाहता हूँ कि यह तब तक खत्म नहीं होगा जब तक आप कश्मीर के लोगों का दिल जीतने की कोशिश नहीं करते और हमारे पड़ोसी देश से बात करके इसका समाधान नहीं ढूंढते।" श्रीनगर से लोकसभा सदस्य अब्दुल्ला ने शहर के लाल बाजार इलाके में सहायक पुलिस उपनिरीक्षक मुशताक अहमद की हत्या की निंदा की। उन्होंने कहा, "उनका बेटा 2020 में सेना द्वारा (मुठभेड़ में) मारा गया था। यह दुर्भाग्यपूर्ण है कि वह (अहमद) आतंकवादियों द्वारा मारे गए। हम नहीं जानते कि हत्यारा कौन है और यहां के लोगों का उद्धारकर्ता कौन है। यह अजीब है। हम सभी इसकी निंदा करते हैं और उनके लिए प्रार्थना करते हैं।

हम परिवार के लिए भी प्रार्थना करते हैं।" नेशनल कॉन्फ्रेंस के अध्यक्ष ने मारे गए पुलिसकर्मी के परिवार के लिये प्रशासन से "उचित मुआवजे" की मांग की जिससे उसका परिवार सम्मान के साथ जी सके। श्रीलंका में स्थिति के बारे में और क्या ऐसा कुछ भारत में भी हो सकता है, के बारे में पूछे जाने पर अब्दुल्ला ने कहा,



"कुछ भी हो सकता है।" उन्होंने कहा, "ईश्वर हमें बचाए। हम प्रार्थना करते हैं कि हमें ऐसी स्थिति का सामना न करना पड़े। हम श्रीलंका के लोगों के लिए भी प्रार्थना करते हैं कि भगवान उन्हें इन कठिन समय से बाहर निकालें। साथ ही, भगवान इस सरकार को स्थिति को समझने दे ताकि वे यहां इससे बचने के लिए कदम उठाएं।" परिवार नियोजन पर एक सवाल के जवाब में अब्दुल्ला ने कहा कि सरकार चाहे किसी खास समुदाय को निशाना बना रही हो या किसी और को, उसे यह समझना चाहिए कि भारत विविधताओं वाला देश है। उन्होंने कहा, "यह एक

विविधता वाला देश है।

तमिलनाडु और कश्मीर के बीच कुछ भी समान नहीं है - न भोजन, न संस्कृति, न भाषा, न मौसम - लेकिन जो हमें एक साथ रखता है वह यह कि हमें एक साथ प्रगति करनी है, और गरीबी, बीमारियों और विषमताओं को दूर करना है।" अब्दुल्ला ने कहा, "सबसे अहम उद्देश्य भारत की एकता है। हमें विविधता को मजबूत बनाना है, तभी एकता होगी। अगर हम इस विविधता को तोड़ने की कोशिश करेंगे तो यह देश संकट में पड़ जाएगा और इसे वहां से निकालना बहुत मुश्किल होगा।

## केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी बोले- निष्पक्ष न्यायिक व्यवस्था लोकतंत्र की सबसे बड़ी जरूरत...

केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी ने रविवार को कहा कि एक मुक्त एवं निष्पक्ष लोकतंत्र के लिए स्वतंत्र और तटस्थ न्यायिक प्रणाली सबसे बड़ी आवश्यकता है। सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्री गडकरी ने नागपुर में महाराष्ट्र राष्ट्रीय विधि विश्वविद्यालय के एक सुविधा खंड के उद्घाटन के मौके पर यह टिप्पणी की। लोकतंत्र के चार स्तंभों-विधायिका, कार्यपालिका, न्यायपालिका और मीडिया की तारीफ करते हुए गडकरी ने कहा, "एक

स्वतंत्र, तटस्थ और निष्पक्ष न्यायिक प्रणाली एक मुक्त एवं निष्पक्ष लोकतंत्र के लिए सबसे बड़ी आवश्यकता है।" उन्होंने समय को सबसे बड़ी पूंजी बताते हुए कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में देश में कई प्रशासनिक सुधार किए गए हैं।

गडकरी ने कहा, "कैबिनेट बैठक के दौरान जब न्यायाधिकरणों और अन्य चीजों पर चर्चा होती है तो मैं अक्सर कानून मंत्री और प्रधानमंत्री से कहता हूँ कि निर्णय

जो भी हो, फैसले करना न्यायपालिका का अधिकार है और यह किसी के प्रभाव में नहीं होना चाहिए।" उन्होंने विकास कार्यों के लिए समयसीमा का पालन और देरी की वजहों को दूर करने की भी वकालत की, जिससे देश के हजारों करोड़ रुपये की बचत हो सके। उच्चतम न्यायालय के दो न्यायाधीश न्यायमूर्ति भूषण गवई और न्यायमूर्ति पी एस नरसिम्हा तथा महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस भी इस कार्यक्रम में मौजूद थे।

# अमृता फडणवीस पर आपत्तिजनक टिप्पणी करने वाले कारोबारी का पुलिस ने बयान दर्ज किया

महाराष्ट्र के उप मुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणवीस की पत्नी अमृता फडणवीस के बारे में व्हाट्सएप पर एक आपत्तिजनक टिप्पणी करने के आरोपी व्यक्ति का रत्नागिरि जिले की पुलिस ने बयान दर्ज किया है। राजापुर पुलिस थाने के एक अधिकारी ने बुधवार को बताया कि हालांकि मामले में कोई प्राथमिकी दर्ज नहीं की गई है। पुलिस निरीक्षक जर्नादन प्रभाकर ने कहा कि भाजपा के एक स्थानीय कार्यकर्ता अनिलकुमार करणगुटकर ने दो दिन पहले अशाफाक मापर नाम के एक कारोबारी के खिलाफ



एक शिकायत दर्ज कराई थी। अधिकारी ने कहा, “हमने मापर को तलब किया और उनका बयान दर्ज किया। हमने मामले में कोई प्राथमिकी दर्ज नहीं की है क्योंकि जांच जारी है।” मापर ने तीन दिन पहले अमृता पर तंज करते हुए व्हाट्सएप पर कथित तौर पर एक पोस्ट साझा की थी। यह पोस्ट अमृता के एक टीवी साक्षात्कार के संबंध में थी, जिसमें उन्होंने राज्य में उद्भव ठाकरे सरकार के गिरने से पहले शिवसेना के बागी नेता एकनाथ शिंदे से अपने पति की कथित मुलाकात के बारे में चर्चा की थी।

# राहुल गांधी ने भ्रामक बात करके जनता को भ्रमित करने का प्रयास किया : अश्विनी चौबे



केंद्रीय उपभोक्ता मामले, खाद्य और सार्वजनिक वितरण राज्य मंत्री अश्विनी कुमार चौबे ने रविवार को कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी के उस ट्वीट को ‘दुर्भाग्यपूर्ण’ करार दिया जिसमें उन्होंने सरकार पर ‘वन भूमि को आसानी से छीनने’ के लिए नए वन संरक्षण नियमों को कमजोर करने का आरोप लगाया है।

लोकसभा चुनाव की तैयारियों की समीक्षा के लिए यहां तीन दिवसीय दौरे पर आए चौबे ने पत्रकारों से कहा कि ‘राहुल (गांधी) जी ने जो ट्वीट किया है, मुझे नहीं लगता उनको इस प्रकार की भ्रामक बात लोगों को गुमराह करने के लिए करनी चाहिए थी।’

चौबे ने कहा कि गांधी ने भ्रामक प्रचार करके जनता को भ्रमित करने का जो प्रयास किया है वो अत्यंत दुर्भाग्यपूर्ण है, ऐसी कोई बात नहीं है, भारत सरकार वन विभाग की कोई भी जमीन नहीं छीन लेगी और हम छीन कर कहां ले जाएंगे। केंद्रीय मंत्री की यह टिप्पणी कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी द्वारा भाजपा के नेतृत्व वाली सरकार पर ‘वन भूमि को आसानी से छीनने’ के लिए नए वन संरक्षण नियमों को

कमजोर करने का आरोप लगाने के बाद आई।

चौबे ने कहा कि उनकी पार्टी ‘आदिवासी भाइयों और बहनों’ के साथ मजबूती से खड़ी है। फिल्म ‘काली’ के पोस्टर को लेकर हुए विवाद पर चौबे ने कहा कि भगवती, लक्ष्मी और सरस्वती ‘सनातन धर्म’ के अनुयायियों के बीच ‘मातृशक्ति’ (नारी शक्ति) की प्रतीक हैं। उनका अपमान हमारा अपमान है और हम इस अपमान को बदरित नहीं करेंगे। भारतीय मूल की एक कनाडाई फिल्म निर्माता द्वारा पोस्टर में देवी के विवादास्पद चित्रण पर विवाद के बीच मंत्री की यह टिप्पणी आई, जिस पर भाजपा नेताओं और हिंदू समूहों ने नाराजगी व्यक्त की है। इसके पहले केंद्रीय राज्य मंत्री अश्विनी चौबे ने शनिवार को बहजोई के कलेक्ट्रेट में जापान के पूर्व प्रधानमंत्री शिंजो आबे की स्मृति में पौधा रोपण कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। चौबे ने कहा कि जापान के पूर्व प्रधानमंत्री शिंजो आबे के भारत के साथ बहुत अच्छे रिश्ते थे और वो हमारे प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के बहुत अच्छे मित्र भी थे। उनकी हत्या से प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को बहुत गहरा आघात लगा है।

## धर्मांतरण पर बोले संघ प्रमुख भागवत अलगाववाद की ओर ले जाता है धर्म परिवर्तन, इसे रोकें

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (आरएसएस) प्रमुख मोहन भागवत ने कहा, “अगर हम चाहते हैं कि भारत, भारत के रूप में बना रहे, तो हमें वह होना चाहिए जो हम (सांस्कृतिक रूप से) हैं, नहीं तो भारत, भारत नहीं रहेगा। इसलिए, हमें यह सुनिश्चित करना होगा कि धर्म हर जगह व्याप्त हो। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (आरएसएस) प्रमुख मोहन भागवत ने मंगलवार को धर्म परिवर्तन रोकने पर जोर देते हुए कहा कि यह व्यक्तियों को उनकी जड़ों से अलग कर देता है। भागवत चित्रदुर्गा के श्री शिवशरण मदारचत्रैयाह गुरुपीठ में आयोजित एक कार्यक्रम के दौरान दलित और पिछड़ा वर्ग समुदायों के संतों को संबोधित कर रहे थे। संगठन द्वारा जारी एक बयान में आरएसएस के सरसंघचालक के हवाले से कहा गया, “धर्म परिवर्तन अलगाववाद की ओर ले जाता है। धर्मांतरण व्यक्ति को जड़ों से अलग करता है। इसलिए, हमें धर्म परिवर्तन को रोकने का प्रयास करना चाहिए।”

उन्होंने कहा, “अगर हम चाहते हैं कि भारत, भारत के रूप में बना रहे, तो हमें वह होना चाहिए जो हम (सांस्कृतिक रूप से) हैं, नहीं तो भारत, भारत नहीं रहेगा। इसलिए, हमें यह सुनिश्चित करना होगा कि धर्म हर जगह व्याप्त हो।” भागवत ने कहा कि हिन्दू समाज में जो समस्याएं हैं वे अस्पृश्यता और असमानता हैं, जो केवल मन में विद्यमान हैं, शास्त्रों में नहीं। उन्होंने कहा, “कई सदियों से हमारे दिमाग में मौजूद इस समस्या को हल करने में समय लग सकता है। इस मुद्दे का समाधान खोजने की जरूरत है। यह निश्चित रूप से एक दिन होगा और हम इस पर काम कर रहे हैं। तब तक, हमें धैर्य रखना चाहिए।”

आरएसएस प्रमुख ने भारतीय संस्कृति पर ध्यान केंद्रित करने पर जोर दिया जैसे कि बड़ों का सम्मान करना और महिलाओं के साथ सम्मान के साथ व्यवहार करना। भागवत ने धर्मगुरुओं से कहा, “शिक्षण का आधुनिक तरीका शिक्षा तो प्रदान करता है लेकिन यह संस्कृति से दूर करता है। अगर हमें संस्कृति और प्रतिबद्धता को मजबूत करना है, तो हमें अपने आप को किसी न किसी प्रकार की पूजा पद्धति से जोड़ना होगा, जो केवल संत ही कर सकते हैं।”



# भगोड़े आर्थिक अपराधियों के प्रत्यर्पण के लिए प्रक्रियाओं को तेज करने की जरूरत : भारत



जितेंद्र सिंह ने कहा, “इसे लेकर किसी प्रकार का कोई संदेह नहीं है कि किसी देश की अर्थव्यवस्था और वैश्विक अर्थव्यवस्था पर धनशोधन, बैंकिंग धोखाधड़ी और कर चोरी जैसे आर्थिक अपराधों का बेहद गंभीर प्रभाव पड़ता है।” भारत ने भगोड़े आर्थिक अपराधियों का पता लगाने और उनके प्रत्यर्पण की प्रक्रिया तेजी से शुरू करने पर जोर देते हुए बुधवार को कहा कि ऐसे अपराधियों की विदेशों में स्थित संपत्तियों को कुर्क करने के लिए उसे देश के कानून के दायरे में लाया जाना चाहिए। ब्रिक्स देशों की भ्रष्टाचार निरोधक मंत्रिस्तरीय बैठक को संबोधित करते हुए भारत के केंद्रीय मंत्री जितेंद्र सिंह ने यह बात कही।

उन्होंने ब्रिक्स सदस्य देशों की राष्ट्रीय एजेंसियों के बीच खुफिया जानकारी के आदान-प्रदान को बढ़ाकर धनशोधन के खिलाफ अंतरराष्ट्रीय सहयोग को मजबूत करने की आवश्यकता पर भी बल दिया। ब्रिक्स (ब्राजील, रूस, भारत, चीन और दक्षिण अफ्रीका) पांच देशों का एक संगठन है। उन्होंने विदेशों में भ्रष्टाचार की आय के

हस्तांतरण को रोकने के लिए प्रयास करने तथा वित्तीय कार्रवाई कार्य बल (एफएटीएफ) के धनशोधन विरोधी और आतंकवाद के वित्तपोषण संबंधी मानकों को प्रभावी ढंग से लागू करने का भी आह्वान किया। जितेंद्र सिंह ने कहा, “इसे लेकर किसी प्रकार का कोई संदेह नहीं है कि किसी देश की अर्थव्यवस्था और वैश्विक अर्थव्यवस्था पर धनशोधन, बैंकिंग धोखाधड़ी और कर चोरी जैसे आर्थिक अपराधों का बेहद गंभीर प्रभाव पड़ता है।” जितेंद्र सिंह ने भ्रष्टाचार से निपटने के लिए ब्रिक्स सदस्य देशों के बीच आपसी सहयोग को लेकर भविष्य की कार्रवाई योजना पर प्रकाश डालते हुए कहा कि इससे भगोड़े आर्थिक अपराधियों का पता लगाया जा सकता है और तेजी से उनका प्रत्यर्पण किया जा सकता है। इसके अलावा विदेशों में स्थित उनकी संपत्ति को देश के कानून की पहुंच के भीतर लाया जा सकता है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में भारत भ्रष्टाचार और बेहिसाब धन के खिलाफ अपने अभियान को जारी रखने के लिए प्रतिबद्ध है।

## आत्मनिर्भर होती नौसेना का प्रतीक 17ए फ्रिगेट दूनागिरी, रक्षा मंत्री राजनाथ ने किया लॉन्च

राजनाथ सिंह ने कहा कि भारत अपने सभी पड़ोसी देशों से मैत्री का संबंध चाहता है जिसके लिए भारत ने हमेशा प्रयास किए हैं। श्रीलंका जिन कठिन परिस्थितियों से गुजर रहा है उससे सब वाकिफ हैं। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कोलकाता में गार्डन रीच शिपबिल्डर्स एंड इंजीनियर्स लिमिटेड (GRSE) में प्रोजेक्ट 17A फ्रिगेट 'दूनागिरी' के शुभारंभ समारोह में हिस्सा लिया। इस दौरान राजनाथ सिंह ने कहा कि भारत अपने सभी पड़ोसी देशों से मैत्री का संबंध चाहता है जिसके लिए भारत ने हमेशा प्रयास किए हैं। श्रीलंका जिन कठिन परिस्थितियों से गुजर रहा है उससे सब वाकिफ हैं। कोविड और यूक्रेनियन संघर्ष के चलते भारत भी प्रभावित रहा है उसके बाद भी हम श्रीलंका की यथासंभव मदद कर रहे हैं। बता दें कि दूनागिरी, का नाम उत्तराखंड में एक पर्वत श्रृंखला के नाम पर रखा गया है। 'दूनागिरी' पी17A फ्रिगेट्स का चौथा जहाज है। ये बेहतर स्टील्थ फीचर्स, उन्नत हथियार, सेंसर और प्लेटफॉर्म मैनेजमेंट सिस्टम के साथ पी17 फ्रिगेट्स (शिवालिक क्लास) के फॉलो-ऑन हैं। 'दूनागिरी' पूर्ववर्ती 'दूनागिरी', लिफ्टर क्लास एएसडब्ल्यू फ्रिगेट का पुनर्जन्म है, जो 05 मई 1977 से 20 अक्टूबर 2010 तक अपनी 33 वर्षों की सेवा में कई चुनौतीपूर्ण संचालन और बहुराष्ट्रीय अभ्यासों में शामिल रहा था।

## हथियार लाइसेंस रिश्वत मामले में IAS अधिकारी गिरफ्तार



हथियार लाइसेंस रिश्वत मामले में गिरफ्तार आईएएस अधिकारी को सीबीआई हिरासत में भेजा गया। अधिकारियों के मुताबिक गुजरात कैडर के 2011 बैच के आईएएस अधिकारी राजेश को पूछताछ के लिए सीबीआई के अहमदाबाद स्थित कार्यालय में बुलाया गया था। पूछताछ में कथित तौर पर सहयोग नहीं करने के बाद बुधवार को आईएएस अधिकारी को गिरफ्तार कर लिया गया।

केंद्रीय अन्वेषण ब्यूरो (सीबीआई) की एक विशेष अदालत ने अपात्र लोगों को हथियार लाइसेंस देने के बदले रिश्वत लेने के आरोप में गिरफ्तार गुजरात कैडर के भारतीय प्रशासनिक सेवा (आईएएस) अधिकारी के. राजेश को बृहस्पतिवार को 18 जुलाई तक सीबीआई की हिरासत में भेज दिया। अहमदाबाद स्थित सीबीआई की विशेष अदालत के न्यायाधीश वी. बी. परमार ने सामान्य प्रशासन विभाग में सचिव के. राजेश को गिरफ्तारी के एक दिन बाद केंद्रीय एजेंसी की हिरासत में भेज दिया। अधिकारियों के मुताबिक गुजरात कैडर के 2011 बैच के आईएएस अधिकारी राजेश को पूछताछ के लिए सीबीआई के अहमदाबाद स्थित कार्यालय में बुलाया गया था। पूछताछ में कथित तौर पर सहयोग नहीं करने के बाद बुधवार को आईएएस अधिकारी को गिरफ्तार कर लिया गया। राजेश के खिलाफ मई में मामला दर्ज किया गया था।

अधिकारियों के अनुसार आरोप है कि जब राजेश सुरेंद्रनगर जिले के जिलाधिकारी थे, तब उन्होंने जमीन के सौदे में और अपात्र लोगों को हथियार लाइसेंस मंजूर करने में रिश्वत ली थी। सीबीआई ने इस सिलसिले में मई में मोहम्मद रफीक मेनन नामक एक व्यक्ति को गिरफ्तार किया था जो कथित तौर पर अधिकारी के एजेंट के रूप में काम करता था। अपात्र लोगों को हथियारों का लाइसेंस देने के अलावा राजेश पर यह भी आरोप है कि उन्होंने अपात्र लोगों के नाम पर सरकारी जमीन के आवंटन और अतिक्रमण की गयी सरकारी जमीन को नियमित करने के लिए भी रिश्वत ली थी।

# राष्ट्रपति ने कहा कि भारतीय लोकतंत्र बौद्ध सिद्धांतों से प्रभावित, राष्ट्रीय प्रतीक का उल्लेख किया

उत्तर प्रदेश के सारनाथ में धम्मचक्क दिवस 2022 के समारोह को वीडियो कॉन्फ्रेंस से संबोधित करते हुए कोविंद ने कहा कि बौद्ध धर्म भारत की महानतम आध्यात्मिक परंपराओं में से एक है...



राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद ने बुधवार को कहा कि भारत का लोकतंत्र बौद्ध सिद्धांतों और प्रतीकों से अत्यंत प्रभावित है। उन्होंने सारनाथ में अशोक स्तंभ से लिये गये राष्ट्रीय प्रतीक तथा उस पर उत्कीर्ण 'धर्मचक्र' का उल्लेख भी किया।

राष्ट्रपति द्वारा बौद्ध धर्म के एक कार्यक्रम में राष्ट्रीय प्रतीक का संदर्भ ऐसे समय में दिया गया जब नये संसद भवन की छत पर हाल ही में स्थापित राष्ट्रीय प्रतीक को लेकर विवाद खड़ा हो गया है और विपक्ष ने सरकार पर इसका स्वरूप बिगाड़ने का आरोप लगाया है, वहीं भाजपा इन आलोचनाओं को खारिज कर चुकी है। उत्तर प्रदेश के सारनाथ में धम्मचक्क दिवस 2022 के समारोह को वीडियो कॉन्फ्रेंस से संबोधित करते हुए कोविंद ने कहा कि बौद्ध धर्म भारत की महानतम आध्यात्मिक परंपराओं में से एक है। उन्होंने कहा, "भारत में भगवान बुद्ध के जीवन और उपदेशों से जुड़े अनेक पवित्र स्थल स्थित हैं। इनमें चार प्रमुख स्थान हैं। पहला बोधगया, जहां उन्हें ज्ञान की प्राप्ति हुई, दूसरा सारनाथ, जहां उन्होंने अपना पहला उपदेश दिया, तीसरा श्रावस्ती जहां उन्होंने सर्वाधिक चतुर्मास बिताये तथा सर्वाधिक उपदेश दिये और चौथा कुशीनगर जहां उन्होंने महापरिनिर्वाण प्राप्त किया।"

कोविंद ने कहा कि भगवान बुद्ध के महापरिनिर्वाण के बाद अनेक मठों, तीर्थस्थलों और उनके उपदेशों से जुड़े

विश्वविद्यालयों की स्थापना की गयी जो ज्ञान का केंद्र रहे हैं। राष्ट्रपति ने कहा, "आज ये सभी स्थान बुद्ध परिपथ के भाग हैं जो देश और विदेश से तीर्थयात्रियों एवं धार्मिक पर्यटकों को आकर्षित करते हैं।" राष्ट्रपति भवन द्वारा जारी एक बयान के अनुसार उन्होंने कहा, "हमारा लोकतंत्र बौद्ध सिद्धांतों और प्रतीकों से गहनता से प्रभावित है।"

उन्होंने कहा, "राष्ट्रीय प्रतीक सारनाथ में अशोक स्तंभ से लिया गया है जिस पर धर्मचक्र भी उत्कीर्ण है। लोकसभा अध्यक्ष के आसन के पीछे सूत्र 'धर्म चक्र प्रवर्तनाय' अंकित है।" कोविंद ने कहा कि भारतीय संविधान के मुख्य शिल्पकार बाबासाहेब डॉ भीमराव आंबेडकर ने कहा था कि देश के संसदीय लोकतंत्र में प्राचीन बौद्ध संघों की अनेक प्रक्रियाओं को अपनाया गया है। राष्ट्रपति ने कहा कि भगवान बुद्ध के अनुसार शांति से बड़ा आनंद कोई नहीं है। उन्होंने कहा कि भगवान बुद्ध के उपदेशों में आंतरिक शांति पर जोर दिया गया है।

कोविंद ने कहा कि इस मौके पर इन उपदेशों को याद करने का उद्देश्य है कि सभी लोगों को उपदेशों का सही अर्थ समझना चाहिए और सभी बुराइयों तथा असमानताओं को दूर कर शांति एवं करुणा से भरी दुनिया बनानी चाहिए। संस्कृत मंत्रालय आजादी का अमृत महोत्सव के तहत इंटरनेशनल बुद्धिस्ट कन्फेडरेशन के साथ मिलकर अषाण पूर्णिमा दिवस मना रहा है।

## सेना में महिलाएं भारत मां की योग्य बेटियां साबित होंगी : राष्ट्रपति

राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद ने बुधवार को कहा कि उन्हें इस बात की खुशी है कि उनके कार्यकाल के दौरान महिलाओं को राष्ट्रीय रक्षा अकादमी (एनडीए) में शामिल करने की पहल की गई। उन्होंने इसके साथ ही विश्वास जताया कि ये महिलाएं स्वयं को "भारत मां" की योग्य बेटियां साबित करेंगी।

राष्ट्रपति ने कहा कि यह महान कदम है जो "हमारी बेटियों को देश की सेवा के लिए सेना में शामिल होने" का अवसर प्रदान करेगा। उन्होंने यह बात 'चीफ ऑफ स्टाफ कमिटी' द्वारा उनके सम्मान में आयोजित विदाई भोज को संबोधित करते हुए कही। राष्ट्रपति भवन द्वारा जारी एक बयान के मुताबिक राष्ट्रपति ने खुशी जताई कि उनके सशस्त्र बलों के सर्वोच्च कमांडर रहते एनडीए में महिलाओं को शामिल करने की पहल की गई। राष्ट्रपति कोविंद ने कहा कि उन्हें गत पांच साल में कई सैन्य संस्थानों और दूर-दराज में तैनात टुकड़ियों के तैनाती स्थलों पर जाने का सौभाग्य मिला, जहां उन्होंने थल सेना, वायुसेना और वायुसेना के जवानों के साथ संवाद किया।

# जमनालाल बजाज ऑडिटोरियम युवा पीढ़ी के लिए होगा प्रेरणादायक : गहलोत

मुख्यमंत्री श्री अशोक गहलोत ने मंगलवार को मुख्यमंत्री निवास से वीसी के माध्यम से सीकर में बनने वाले जमनालाल बजाज ऑडिटोरियम का शिलान्यास किया। अपने उद्बोधन में उन्होंने कहा कि 30 करोड़ की लागत से बनने जा रहा यह ऑडिटोरियम युवा पीढ़ी के लिए सदैव प्रेरणादायक साबित होगा। उन्होंने कहा कि सीकर के काशी का वास गांव में जन्मे जमनालाल जी का आजादी के आंदोलन में महत्वपूर्ण योगदान रहा। श्री गहलोत ने कहा कि जमनालाल बजाज ने गांधीजी के जीवन मूल्यों से प्रभावित होकर अपनी पत्नी एवं बच्चों सहित आश्रम में रहना शुरू कर दिया था एवं स्वतंत्रता आंदोलन में जेल भी गए। वर्षा में उन्होंने छूआछूत निवारण के लिए लक्ष्मीनारायण मंदिर में हरिजनों का प्रवेश कराया।

800 लोगों की क्षमता वाले 3 हैक्टेयर में फैले इस ऑडिटोरियम में स्थानीय स्थापत्य कला के अनुसार आर्ट गैलरी, पुस्तकालय, 22 गेस्ट रूम, 2 बेन्क्वेट हॉल, मल्टीपर्पज हॉल, कॉन्फ्रेंस रूम एवं ऑफिस का निर्माण होगा। इसमें आधुनिक तकनीक के अनुरूप सभी ऑडियो-वीडियो और लाइव कार्यक्रम की व्यवस्था होगी।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार युवाओं एवं छात्रों के लिए विभिन्न योजनाओं का संचालन कर रही



है। मुख्यमंत्री अनुप्रति कोचिंग योजना के माध्यम से 15 हजार बच्चों को निशुल्क कोचिंग दी जा रही है। राजीव गांधी स्कॉलरशिप फॉर एकेडमिक एक्सीलेंस योजना के माध्यम से 200 बच्चों को विदेश में निशुल्क पढ़ाने की व्यवस्था की गई है। युवाओं के लिए 1 लाख 25 हजार सरकारी नौकरियां सरकार द्वारा दी जा चुकी हैं तथा 1.50 लाख प्रक्रियाधीन हैं। संगठित रूप से पेंपरलीक करवाने वाले गिरोहों के विरुद्ध सख्त कार्रवाई की गई है तथा इस तरह की घटनाओं को रोकने के लिए कड़ा कानून भी

बनाया गया है।

श्री गहलोत ने कहा कि आजादी के 75वें वर्ष के उपलक्ष्य में स्वतंत्रता दिवस से सरकार द्वारा पूरे साल कार्यक्रम चलाया जाएगा, जिसमें स्वतंत्रता सेनानियों के योगदान से युवा पीढ़ी को अवगत कराया जाएगा। पिछले 75 सालों में देश ने स्वास्थ्य, शिक्षा, उद्योग, बिजली, पानी आदि क्षेत्रों में अभूतपूर्व तरक्की की है। देश द्वारा की गई इस तरक्की का एहसास होने पर ही सभी घरों में झण्डा फहराने का कार्यक्रम सफल हो जाएगा।

## फेमिना मिस इंडिया की फर्स्ट रनर अप 2022 रुबल शेखावत ने की राज्यपाल से मुलाकात

राज्यपाल श्री कलराज मिश्र से सोमवार को यहां राजभवन में 'फेमिना मिस इंडिया की फर्स्ट रनर अप 2022' रही राजस्थान की रुबल शेखावत ने मुलाकात की। राज्यपाल श्री मिश्र से उनकी यह शिष्टाचार भेंट थी। राज्यपाल श्री मिश्र ने सुश्री शेखावत को राजस्थान का नाम देशभर में रोशन करने के लिए बधाई और शुभकामनाएं देते हुए राजस्थान की समृद्ध संस्कृति और विरासत के प्रसार के लिए कार्य करने हेतु प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि लड़कियां देश का भविष्य हैं। उन्हें यदि अवसर मिले तो वे हर क्षेत्र में ऐसे ही शानदार प्रदर्शन कर देश और समाज को गौरवान्वित कर सकती हैं।



# मंत्रि-परिषद के निर्णय... हिमोग्लोबिनोपैथी निदान कार्यक्रम की नवीन योजना स्वीकृत



मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान की अध्यक्षता में आज मंत्रालय में हुई मंत्रि-परिषद की बैठक में निर्णय लिया कि राज्य हिमोग्लोबिनोपैथी मिशन योजना की स्वीकृति एवं निरंतरता प्रदाय की जाये। योजना से सिक्ल सेल रोगियों की रूग्णता और मृत्यु-दर को कम करने तथा हिमोग्लोबिनोपैथी के प्रसार को रोकने के लिए जेनेटिक कॉउंसलिंग, सिक्ल सेल एनीमिया, थैलीसिमिया और अन्य हिमोग्लोबिनोपैथी विकास के लिये समुदाय स्तर पर स्क्रीनिंग कर बीमारी की पहचान कर आवश्यक प्रबंधन सुनिश्चित किया जायेगा। प्रदेश में हिमोग्लोबिनोपैथी मिशन का गठन जून 2021 में किया गया था। योजना का विस्तार प्रदेश के सभी 89 जनजातीय विकासखण्डों में किया जायेगा। योजना वर्ष 2022-23 से 2023-24 में क्रियान्वित होगी। मंत्रि-परिषद ने अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति, अन्य पिछड़े वर्गों तथा निःशक्तजनों के बैकलॉग/कैरीफारवर्ड पदों की पूर्ति के लिए विशेष भरती अभियान की समय-सीमा में एक जुलाई 2022 से 30 जून, 2023 तक एक वर्ष की वृद्धि को मंजूरी दी। मंत्रि-परिषद ने चिकित्सा महाविद्यालय, भोपाल में पी.जी. सीट वृद्धि के लिये 116 करोड़ 90 लाख रुपये की प्रशासकीय स्वीकृति प्रदान की। चिकित्सा महाविद्यालय, भोपाल के विभिन्न विभाग में चिकित्सा क्षेत्र के स्नातकोत्तर पाठ्यक्रम के लिये कुल 134 पी.जी. सीट्स की वृद्धि होगी, जिससे प्रदेश को प्रतिवर्ष अतिरिक्त संख्या में विषय-विशेषज्ञ चिकित्सक उपलब्ध हो सकेंगे।

मंत्रि-परिषद द्वारा चिकित्सा महाविद्यालय, ग्वालियर में निर्माणाधीन 1000 बिस्तरिय अस्पताल के लिये पूर्व में जारी प्रशासकीय स्वीकृति राशि 338 करोड़ 46 लाख रुपये के स्थान पर राशि 397 करोड़ 5 लाख रुपये की पुनरीक्षित प्रशासकीय स्वीकृति प्रदान की गई। प्रदेश की राजधानी भोपाल में मध्यप्रदेश स्टेट डाटा सेन्टर (MPSDC) संचालित है। मंत्रि-परिषद ने राज्य में मध्यप्रदेश राज्य इलेक्ट्रॉनिक्स विकास निगम में स्टेट डाटा सेन्टर अंतर्गत एप्लीकेशन्स/डाटा की सुरक्षा के लिये सुरक्षा संचालन केन्द्र (Security Operations Centre) स्थापित करने का निर्णय लिया। स्टेट डाटा सेन्टर में विभिन्न विभागों के संचालित/संभारित सॉफ्टवेयर

## ‘हर घर तिरंगा’ अभियान में प्रदेश के डेढ़ करोड़ से अधिक घरों पर लहराया जाएगा तिरंगा- मुख्यमंत्री

मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा है कि आजादी के अमृत महोत्सव में ‘हर घर तिरंगा’ अभियान में प्रदेश के डेढ़ करोड़ से ज्यादा घरों पर तिरंगा झंडा लहराया जाना है। उन्होंने इस अभियान को जन-जन तक पहुँचाने के लिए व्यापक तैयारियाँ शुरू करने के निर्देश दिए। मुख्यमंत्री श्री चौहान आज केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री श्री अमित शाह और केन्द्रीय संस्कृति मंत्री श्री जी. किशन रेड्डी के साथ आजादी के अमृत महोत्सव अंतर्गत ‘हर घर तिरंगा’ अभियान की वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग में शामिल होने के बाद निवास कार्यालय में अधिकारियों से चर्चा कर रहे थे। संस्कृति एवं पर्यटन मंत्री सुश्री ऊषा ठाकुर, स्कूल शिक्षा राज्य मंत्री श्री इंदर सिंह परमार, मुख्य सचिव श्री इकबाल सिंह बैस, अपर मुख्य सचिव गृह श्री राजेश राजौरा, प्रमुख सचिव संस्कृति एवं पर्यटन श्री शिव शेखर शुक्ला सहित अधिकारी उपस्थित थे। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि इस अभियान के संबंध में फिर से विस्तृत समीक्षा की जाएगी। इस अभियान को सफल बनाने के लिए सभी अधिकारी जुट कर कार्य करें और प्रदेशवासियों में अपने घरों पर तिरंगा झंडा फहराने के लिए जागरूकता लाएँ। केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री श्री अमित शाह ने राज्यों के मुख्यमंत्रियों से वचुअल चर्चा में कहा कि आजादी का अमृत महोत्सव हर नागरिक के लिए गौरव की बात है। ‘हर घर तिरंगा’ अभियान ऐसा कार्यक्रम होगा, जो दुनिया में कभी नहीं मनाया गया होगा। केन्द्रीय मंत्री श्री शाह ने कहा कि हर नागरिक के दिल में देशभक्ति की भावना को प्रबल करना और युवा पीढ़ी को देशभक्ति से ओत-प्रोत करना हमारा दायित्व है। सभी मिलकर जन-जन तक इस संदेश को पहुँचाने का कार्य करें।

केन्द्रीय संस्कृति मंत्री श्री जी. किशन रेड्डी ने कहा कि ‘हर घर तिरंगा’ अभियान भारत को जागृत करने का अभियान है। इसमें हर घर पर तिरंगा लहराकर देशभक्ति का संदेश पहुँचाना है। सभी राज्य सरकारों इसके लिए समन्वित प्रयास करें। लोग स्वयं भी झण्डा खरीद कर घरों पर लगाने के लिए आगे आएँ। उल्लेखनीय है कि आगामी 13-15 अगस्त तक देश के कम से कम 20 करोड़ घरों में तिरंगा लहराया जाने का प्रयास किया जाएगा। वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग में विभिन्न राज्यों के मुख्यमंत्रियों ने अपने विचार व्यक्त कर सुझाव रखे।

एप्लीकेशन्स एवं उनसे सम्बन्धित संवेदनशील एवं अन्य डाटा की साइबर सुरक्षा के लिये राज्य में एक सुरक्षा संचालन केन्द्र का संचालन प्रबंधित सुरक्षा सेवा प्रदाता (MSS प्रदाता) मॉडल पर संचालित किया जायेगा। सुरक्षा संचालन केन्द्र (SOC) विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विभाग के अधीन मध्यप्रदेश स्टेट इलेक्ट्रॉनिक्स डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन लि. (एमपीएसईडीसी) के अंतर्गत मध्यप्रदेश स्टेट डाटा सेन्टर (MPSDC) में राज्य कम्प्यूटर सिव्योरिटी इंसीडेंट रेस्पान्स आपरेशन सेन्टर CSIRT को प्रत्यक्ष रूप से सहयोग प्रदान करेगा। सुरक्षा संचालन केन्द्र (SOC), नेटवर्क ऑपरेशन केन्द्र (NOC) के समान

ही आईटी ऑपरेशन टीम की एक इकाई है, जो नेटवर्क ऑपरेशन केन्द्र (NOC) से सहयोग कर क्रियान्वित रहती है। सुरक्षा संचालन केन्द्र के सदस्य सूचना प्रौद्योगिकी के विभिन्न आई.टी. सुरक्षा तंत्र अधो-संरचना और उसके ऑपरेशन के कार्य निष्पादित करते हैं। नेटवर्क ऑपरेशन केन्द्र (NOC) के साथ एस.ओ.सी. (SOC) द्वारा भी इफ्रा टीम के आदेशों का दैनंदिन पालन करते हुए आईटी सुरक्षा के विभिन्न लक्ष्य की पूर्ति करेगा। प्रदेश में स्टेट डाटा सेन्टर में एप्लीकेशन्स एवं एप्लीकेशन होस्ट संबंधी गंभीर जोखिमों से बचने में सुरक्षा संचालन केन्द्र (SOC) सहायक के रूप में कार्य करेगा।

# श्रीलंका : जनता कंगाल , नेता मालामाल राष्ट्रपति आवास में मिले नोटों के बंडल



## आर्थिक संकट : राष्ट्रपति भवन के चप्पे- चप्पे पर प्रदर्शनकारी



श्रीलंका अपने सबसे बुरे दौर से गुजर रहा है। देश में आए आर्थिक संकट के चलते वहां की जनता बेहाल है और बड़े स्तर पर सरकार विरोधी प्रदर्शन हो रहे हैं। जिसको देखते हुए अंतरिम सर्वदलीय सरकार के गठन पर सहमति बन गई है और प्रधानमंत्री रानिल विक्रमसिंघे ने सर्वदलीय सरकार के गठन के लिए अपने इस्तीफे की पेशकश कर दी है। ऐसे में 13 जुलाई के बाद सर्वदलीय सरकार का गठन हो सकता है क्योंकि राष्ट्रपति गोटाबाया राजपक्षे 13 जुलाई को अपना पद छोड़ देंगे।

## प्रदर्शनकारियों को राष्ट्रपति आवास पर कब्जा

राष्ट्रपति आवास इन दिनों पिकनिक स्पॉट का लग रहा है। प्रदर्शनकारियों का कहना है कि जब तक राष्ट्रपति और प्रधानमंत्री अपने पद से इस्तीफा नहीं दे देंगे तब तक हम यहां से हटेंगे नहीं। आपको बता दें कि प्रदर्शनकारियों ने राष्ट्रपति आवास पर कब्जा कर लिया था, जिसके बाद सोशल मीडिया पर कई तरह के वीडियो सामने आ रहे हैं। जिसमें देखा जा सकता है कि प्रदर्शनकारी राष्ट्रपति भवन में स्थित स्विमिंग पूल का लुफ्त उठा रहे हैं और वहां पर मौजूद संसाधन का इस्तेमाल कर रहे हैं। राष्ट्रपति भवन का चप्पा-चप्पा प्रदर्शनकारियों से घिरा हुआ है। वहां पर बिल्कुल भी खाली जगह नहीं दिखाई दी दे रही है। हर जगह पर प्रदर्शनकारी मौजूद हैं और नजारा बिल्कुल पिकनिक स्पॉट जैसा है। प्रदर्शनकारी आराम से अपने परिवार के साथ वहां पर मौजूद हैं। साथ ही राष्ट्रपति भवन में मौजूद जिम में प्रदर्शनकारियों ने जमकर अपना पसीना बहाया और कसरत की। इसके अलावा प्रदर्शनकारियों ने प्रधानमंत्री रानिल विक्रमसिंघे के आवास को आग के हवाले कर दिया। श्रीलंका में भारतीय उच्चायोग ने उन खबरों का फिर से खंडन किया है, जिनमें कहा गया है कि नयी दिल्ली द्वारा कोलंबो में भारतीय सैनिक भेजे जाएंगे। इससे पहले, मई में भी भारतीय उच्चायोग ने मीडिया के एक वर्ग में आई ऐसी ही खबरों को खारिज किया था। विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता अरिंदम बागची ने कहा कि भारत श्रीलंका के घटनाक्रम पर बारीकी से नजर रखे हुए है और वह उन कई चुनौतियों से अवगत है जिनका देश और उसके लोग सामना कर रहे हैं।

श्री लंका में बीते तीन महीने से जारी राजनीतिक और आर्थिक उथल-पुथल के बीच आंदोलनकारियों ने कल राष्ट्रपति गोटाबाया राजपक्षे के आधिकारिक आवास पर कब्जा कर लिया। इसके बाद प्रदर्शनकारियों ने जब यहां छानबीन की तो लगभग 39 लाख रुपए (1.78 करोड़ श्रीलंकाई रुपया) कैश मिले। प्रदर्शनकारियों ने पूरा पैसा सेना के हवाले कर दिया है। दूसरी तरफ राष्ट्रपति भवन पर कब्जा करने के बाद आंदोलनकारी जमकर मौज उड़ाते नजर आ रहे हैं। जहां कुछ लोग राष्ट्रपति के स्विमिंग पूल में डुबकियां लगा रहे हैं, तो कुछ प्रेसिडेंट चेयर पर बैठकर फोटो खिंचवा रहे हैं। वहीं कुछ लोग रॉयल किचन में डिनर करते नजर आ रहे हैं, जबकि कुछ राष्ट्रपति के बेड रूम में आराम फरमा रहे हैं।

## श्रीलंका संकट पर कांग्रेस ने बयान जारी किया

कांग्रेस अध्यक्ष सोनिया गांधी ने भी श्रीलंका के वर्तमान राजनीतिक हालात पर चिंता जाहिर की है। सोनिया ने कहा कि बेतहाशा महंगाई और जरूरी चीजों की कमी ने वहां के लोगों के लिए भारी संकट खड़ा कर दिया है।

हम उम्मीद करते हैं कि भारत सरकार श्रीलंका की मदद करना जारी रखेगी। कांग्रेस भी इस संकट के वक्त में लंकाई लोगों के साथ खड़ी है।

## भारत में श्रीलंका से कोई शरणार्थी संकट नहीं

भारतीय विदेश मंत्री एस जयशंकर ने कहा कि भारत सरकार हमेशा श्रीलंका का समर्थन करती रही है। फिलहाल जो संकट जारी है उसे लेकर भी मदद करने की पूरी कोशिश की जा रही है। भारतीय विदेश मंत्री ने यह भी स्पष्ट किया कि भारत में श्रीलंका की तरफ से कोई शरणार्थी संकट नहीं है।

## पीएम के घर में आग लगाने वाले 3 उपद्रवी गिरफ्तार

शनिवार को कुछ उपद्रवियों ने प्रधानमंत्री रानिल विक्रमसिंघे के निजी घर में आग लगा दी थी। इस मामले में पुलिस ने तीन लोगों को गिरफ्तार किया है। उधर, प्रदर्शनकारियों ने राष्ट्रपति आवास से बाहर निकलने से इनकार कर दिया है।

## भारत ने बढ़ाया मदद का हाथ

भारत ने एक बार फिर श्रीलंका के लिए मदद का हाथ बढ़ाया है। भारतीय उच्चायुक्त गोपाल बागले ने बताया कि केंद्र सरकार ने श्रीलंका की मदद के लिए 44,000 मीट्रिक टन यूरिया भेजा है। उन्होंने सोशल मीडिया पर लिखा- विभिन्न वर्ग, विविध मांगों: एक साथी - भारत

# अमिरेका के पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप की पहली पत्नी इवाना का निधन

**अ**मेरिका के पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप की पहली पत्नी इवाना ट्रंप का न्यूयॉर्क शहर में निधन हो गया है। वह 73 वर्ष की थीं। उनके परिवार ने बृहस्पतिवार को यह घोषणा की। ट्रंप ने 'दुध सोशल' पर पोस्ट लिखा, "मुझे इवाना ट्रंप से प्यार करने वाले उन सभी लोगों को यह बताते हुए बहुत दुख हो रहा है कि उनका न्यूयॉर्क शहर में उनके आवास में निधन हो गया है। वह शानदार, खूबसूरत और असाधारण महिला थीं, जिन्होंने एक महान और प्रेरणादायक जिंदगी जी। उनका गौरव और खुशी उनके तीन बच्चे डोनाल्ड जूनियर, इवांका और एरिक थे। उन्हें बच्चों पर काफी गर्व था जैसा कि हम सभी को उन पर गर्व था।

इवाना आपकी आत्मा को शांति मिले।" ट्रंप परिवार ने भी एक बयान जारी किया। बयान में कहा गया है, "हमें बहुत दुख के साथ अपनी प्यारी मां इवाना ट्रंप के निधन की सूचना देनी पड़ रही है। हमारी मां एक असाधारण महिला थीं। उनकी मां, तीन बच्चे और दस नाती-पोते उन्हें बहुत याद करेंगे।" ट्रंप दंपति 1980 के दौरे में न्यूयॉर्क के प्रभावशाली दंपति थे। हालांकि, बाद में दोनों ने तलाक ले लिया था, जिसके बाद डोनाल्ड ट्रंप ने मार्ला मैपल्स से शादी कर ली थी। हाल के वर्षों में इवाना ट्रंप के अपने पूर्व पति से संबंध अच्छे हो गए थे। उन्होंने 2017 में आयी एक किताब में लिखा था कि वे हफ्ते में एक बार बात करते हैं। इवाना ने 2016 में 'न्यूयॉर्क पोस्ट' से बातचीत में कहा था कि वह पूर्व राष्ट्रपति की समर्थक और सलाहकार दोनों हैं। इवाना का जन्म चेक गणराज्य के चेकोस्लोवाक शहर में 1949 में हुआ था। उन्होंने अपने दूसरे पति ट्रंप से 1977 में शादी की थी।

जापान के पीएम ने शिंजो आबे की मृत्यु के लिए



**पुलिस को जिम्मेदार ठहराया:** जापान के प्रधानमंत्री फुमिओ किशिदा ने पूर्व नेता शिंजो आबे की मृत्यु के लिए पर्याप्त पुलिस सुरक्षा नहीं होने को बृहस्पतिवार को जिम्मेदार ठहराया। जापान के सबसे प्रभावशाली नेताओं में शुमार आबे की शुकुवार को पश्चिमी जापान के नारा में चुनावी सभा के दौरान भाषण देते समय गोली मारकर हत्या कर दी गई थी।

गोलीबारी की तस्वीरों और वीडियो से पता चलता है कि बंदूकधारी चुनावी सभा में आबे के करीब आया हुआ था। किशिदा ने कहा कि राष्ट्रीय जन सुरक्षा आयोग और राष्ट्रीय पुलिस एजेंसी के अधिकारी इस बात की जांच कर रहे हैं कि क्या गलत हुआ और वे आवश्यक कदम उठावेंगे। उन्होंने कहा, "मुझे लगता है कि सुरक्षा उपायों में समस्याएं थीं।"

## प्रधानमंत्री पद के दावेदारों पर बोले बोरिस जॉनसन, उनकी संभावनाओं को नुकसान नहीं पहुंचाऊंगा

**ब्रि**टेन के निवर्तमान प्रधानमंत्री बोरिस जॉनसन ने सोमवार को कहा कि वह अपने पसंदीदा उम्मीदवार का समर्थन कर 10 डाउनिंग स्ट्रीट (प्रधानमंत्री कार्यालय) की दौड़ में शामिल किसी भी दावेदार की जीत की संभावनाओं को नुकसान नहीं पहुंचाना चाहेंगे। बीते हफ्ते एक नाटकीय घटनाक्रम के तहत इस्तीफे का ऐलान करने के बाद पहली बार संवाददाताओं से मुखातिब जॉनसन ने कहा कि वह कार्यवाहक प्रधानमंत्री के रूप में अपने आखिरी दिनों में 2019 के चुनावों में जीत दिलाने वाले चुनावी घोषणापत्र के सभी वादों को पूरा करने के लिए प्रतिबद्ध हैं।

चिकित्सा अनुसंधान केंद्र के लिए वित्त जुटाने के इरादे से लंदन के फ्रांसिस क्रीक इंस्टीट्यूट का दौरा करने वाले जॉनसन ने कहा, एक प्रतिस्पर्धा चल रही है और यह जोरों पर है। मैं किसी एक के लिए समर्थन की घोषणा कर बाकियों की संभावनाओं को नुकसान नहीं पहुंचाना चाहता। उन्होंने कहा, मुझे बस आगे बढ़ना है और कार्यवाहक प्रधानमंत्री के रूप में अपने आखिरी कुछ दिनों या हफ्तों में मेरा संवैधानिक



कार्य जनादेश का निर्वहन करना और जनादेश का निर्वहन जारी रखना है तथा मैं यही कर रहा हूँ। कंजर्वेटिव पार्टी का नया नेता बनने की दौड़ में कम से कम 11 उम्मीदवार शामिल हैं, जिनमें भारतीय मूल के चांसलर ऋषि सनक और विदेश मंत्री लिज टूस सबसे आगे हैं। जॉनसन ने कहा, मैं जनता द्वारा दिए गए जनादेश का पालन करने और उस पर खरा उतरने के लिए प्रतिबद्ध हूँ, लेकिन अगले कुछ हफ्तों में मेरा काम वास्तव में प्रक्रियाओं की निगरानी करना होगा और मुझे यकीन है इसके अच्छे नतीजे आएंगे।

उन्होंने कहा, हम उन लोगों पर जितना ज्यादा ध्यान केंद्रित करेंगे, जो हमें चुनते हैं, उनकी नौकरियों पर, उनकी आशाओं पर और विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी में निवेश से उन्हें हासिल होने वाले फायदों पर... हम जितना अधिक उस भविष्य के बारे में बातें करेंगे, जिसे हम साकार करने की कोशिशें जुटे हैं, हम वेस्टमिंस्टर में राजनीति के बारे में जितनी कम चर्चा करेंगे, यकीन मानिए हम उतने ही ज्यादा खुश होंगे।

# बंबई उच्च न्यायालय ने बीसीसीआई को उभरते हुए क्रिकेटर्स को मूलभूत सुविधाएं देने को कहा...



**ब**ंबई उच्च न्यायालय ने भारतीय क्रिकेट बोर्ड (बीसीसीआई), महाराष्ट्र क्रिकेट संघ (एमसीए) और राज्य अधिकारियों को सोमवार को सार्वजनिक मैदानों पर शौचालय, पीने के पानी और चिकित्सा सहायता जैसी मूलभूत सुविधाएं मुहैया कराने की हिदायत देते हुए कहा कि आपका अगला बड़ा सितारा इन सार्वजनिक मैदानों से आ सकता है। न्यायमूर्ति अनिल मेनन और एमएस कार्णिक की पीठ ने कहा कि कई बच्चे और वयस्क राज्य भर में सार्वजनिक मैदानों पर क्रिकेट और अन्य खेल खेलते हैं। क्रिकेट संघों या नागरिक निकायों के अंतर्गत आने वाले इन मैदानों में से अधिकांश में मूलभूत सुविधाओं का अभाव है।

बीसीसीआई और एमसीए दोनों के आंतरिक मेमोरेण्डम में ट्रेनिंग शिविर या क्रिकेट को बढ़ावा देने के लिए ऐसे स्थलों पर मूलभूत सुविधाएं मुहैया कराने का नियम है जहां क्रिकेट का खेल खेला जा रहा हो। पीठ बंबई उच्च न्यायालय के वकील राहुल तिवारी की जनहित याचिका पर सुनवाई कर रही थी। इस मामले में पक्ष (मामले में अपना ही प्रतिनिधित्व कर रहे) के रूप में निजी तौर पर मौजूद तिवारी ने अदालत से कहा कि वह स्वयं भी पेशेवर क्रिकेट खिलाड़ी थे और उन्होंने विभिन्न राज्य और जिला स्तर के क्रिकेट टूर्नामेंट में हिस्सा लिया।

तिवारी ने कहा, जब कोई अभ्यास के लिए एक सार्वजनिक मैदान बुक करता है तो उसे नागरिक निकाय या उस खेल संघ को शुल्क देना पड़ता है जिसके अधिकार क्षेत्र में मैदान आता है। उन्होंने कहा, लेकिन

इनमें से अधिकतर मैदान, यहां तक कि जहां पेशेवर क्रिकेट शिविर आयोजित किए जाते हैं, वहां पीने का साफ पानी या खिलाड़ियों द्वारा इस्तेमाल किए जा सकने योग्य शौचालय तक नहीं हैं। हालांकि एमसीए और बीसीसीआई के वकीलों ने उच्च न्यायालय को बताया कि राज्य के अधिकांश सार्वजनिक मैदान नगर निकायों के अधिकार क्षेत्र में आते हैं। उन्होंने आगे कहा कि ऐसे मामलों में भी जहां उन्होंने शिविर या अभ्यास मैच आयोजित किए, बुनियादी सुविधाएं प्रदान करने की अनुमति अक्सर संबंधित नागरिक निकाय या राज्य के अधिकारियों द्वारा अस्वीकार कर दी गई थी। लेकिन इस पर पीठ ने कहा कि ऐसा बयान स्वीकार्य नहीं है।

अदालत ने एमसीए और बीसीसीआई से कहा, क्या आपने कभी आवेदन किया है और फिर अनुमति देने से इनकार किया गया है? एक हलफनामा दायर करें। पीठ ने कहा, यह कोई विरोधात्मक मुकदमा नहीं है क्योंकि आपको अपना अगला सितारा सार्वजनिक मैदान से मिल सकता है। इतने होनाहार बच्चे सार्वजनिक मैदान पर खेल रहे हैं। अदालत ने यह भी कहा कि क्रिकेट संघ और बृहन्मुंबई नगर निगम (बीएमसी) बुनियादी सुविधाएं उपलब्ध नहीं कराने के कारण के रूप में धन की कमी का हवाला नहीं दे सकते। पीठ ने कहा कि महाराष्ट्र सरकार, बीएमसी, एमसीए और बीसीसीआई को दो सप्ताह के भीतर अपने-अपने हलफनामे दाखिल करने चाहिए जिसमें यह बताया गया हो कि उनके अधिकार क्षेत्र में कितने मैदान हैं और वहां क्या सुविधाएं उपलब्ध कराई गई हैं।

## 8 वर्षों में देश में बहुत सारे बदलाव आए हैं



**वि**देश मंत्री एस जयशंकर ने रविवार को कहा कि भारत ने पिछले आठ वर्षों में राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन (राजग) सरकार के शासन के दौरान काफी बदलाव देखे हैं और डिजिटल कनेक्टिविटी तथा स्वास्थ्य देखभाल सहित कई क्षेत्रों में अंतर स्पष्ट है। जयशंकर ने तिरुवनंतपुरम में युवाओं के साथ बातचीत में कहा कि उन्होंने अपनी युवावस्था में जो भारत देखा, वह आज के युवाओं के अनुभव से बहुत अलग था। विदेश मंत्री ने कहा, “10 या 15 साल पहले अगर कोविड-19 जैसा कुछ होता, तो हम इंतजार करते कि दुनिया क्या कर रही है और टीकाकरण तथा दवाओं के लिए अपनी बारी का इंतजार करते लेकिन, आज हम उन बड़े देशों में शामिल हैं, जहां सबसे अधिक टीकाकरण दर है। हमने खुद टीके बनाए। हम उन कुछ देशों में से एक हैं जिनके पास कोविन ऐप है जो सभी को टीकाकरण और डिजिटल प्रमाणपत्र प्राप्त करने में मदद करता है।” मंत्री ने कहा कि भारत आज चुनौतियों का सामना करने और समाधान खोजने में सक्षम है। जयशंकर ने कहा, “पिछले आठ वर्षों में बड़े बदलाव आए हैं। लोगों को आवास, स्वास्थ्य कवरेज मिला है। डिजिटल कनेक्टिविटी बढ़ी है। बड़ी संख्या में लड़कियां स्कूल जा रही हैं।

## इंडिगो अपने कर्मियों के वेतन को 'तर्कसंगत' करेगी

**वि**मान कंपनी इंडिगो विमान रखरखाव करने वाले अपने तकनीकी कर्मचारियों के वेतन को 'तर्कसंगत' करेगी और कोविड-19 महामारी के कारण तनख्वाह में हुई 'कटौती' अब समाप्त करेगी। कंपनी के आंतरिक स्तर पर जारी ई-मेल से यह जानकारी मिली। सूत्रों ने बताया कि बड़ी संख्या में एयरलाइन के रखरखाव तकनीकी कर्मचारी शनिवार और रविवार को हैदराबाद तथा दिल्ली में अपने वेतन के खिलाफ हड़ताल पर चले गए थे। इससे पहले दो जुलाई को इंडिगो की करीब 55 प्रतिशत घरेलू उड़ानें देरी से उड़ी थी। बड़ी संख्या में कंपनी के चालक दल के सदस्यों ने स्वास्थ्य कारणों का हवाला देते हुए अवकाश लिया था। सूत्रों का कहना है कि कंपनी की कर्मचारी संभवतः एयर इंडिया के नियुक्ति अभियान में हिस्सा लेने गए थे। गौरतलब है कि इंडिगो ने कोविड-19 महामारी के अपने चरम पर होने के दौरान कर्मचारियों के एक बड़े वर्ग के वेतन में कटौती की थी। इंडिगो के वरिष्ठ उपाध्यक्ष (इंजीनियरिंग) एस सी गुप्ता ने सोमवार को विमान रखरखाव कर्मचारियों को इस संबंध में एक ईमेल भेजा।

# खनिज क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य के लिए केन्द्र ने किया प्रदेश को पुरस्कृत

## मुख्यमंत्री श्री चौहान को खनिज मंत्री ने भेंट की ट्रॉफी

मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान को खनिज साधन मंत्री श्री बृजेन्द्र प्रताप सिंह ने खनिज क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य के लिए प्रदेश को केन्द्र सरकार द्वारा प्रदान की गई ट्रॉफी और पुरस्कार भेंट किए। मुख्यमंत्री श्री चौहान को मंत्रालय में मंत्रि-परिषद की बैठक में ट्रॉफी भेंट की गई। खनिज साधन मंत्री श्री सिंह ने बताया कि भारत सरकार के खान मंत्रालय द्वारा खनिज क्षेत्र में खोज, खनिज ब्लॉक की नीलामी, प्रक्रियाओं में सुधार, माइनिंग क्षेत्र में ईज ऑफ डूइंग बिजनेस, राजस्व में वृद्धि आदि क्षेत्रों में उत्कृष्ट कार्य के लिए राज्य शासन को पुरस्कार प्रदान किया गया है। राज्य शासन को 12 जुलाई को अंबेडकर इंटरनेशनल सेंटर, नई दिल्ली में छठवें नेशनल माइनिंग कॉन्वलेव में दो विभिन्न श्रेणियों में 3 करोड़ का प्रथम पुरस्कार तथा 2 करोड़ का द्वितीय पुरस्कार प्रदान किया गया। पुरस्कार में ट्रॉफी भी प्रदान की गई। यह पुरस्कार केन्द्रीय गृह मंत्री श्री अमित शाह, केन्द्रीय खान मंत्री श्री प्रल्हाद जोशी तथा केन्द्रीय राज्य मंत्री श्री राव साहेब दानवे पाटिल द्वारा प्रदान किया गया। राज्य शासन की ओर से मंत्री श्री बृजेन्द्र प्रताप सिंह, प्रमुख सचिव खनिज साधन श्री सुखवीर सिंह द्वारा पुरस्कार ग्रहण किया गया। वर्ष 2021-22 में खनिज ब्लॉक की सफल नीलामी के लिए प्रोत्साहन के रूप में 2 करोड़ की अतिरिक्त राशि भी राज्य शासन को प्रदान की गई। मध्यप्रदेश शासन को कुल 7 करोड़ की राशि पुरस्कार स्वरूप प्रदान की गई।



## शराबबंदी... मेरा अभियान 2 अक्टूबर तक चलेगा, सरकार इसे आशीर्वाद आयोजन में बदल सकती है- उमा भारती

मध्यप्रदेश की पूर्व सीएम उमा भारती ने शराबबंदी को लेकर शराबबंदी की गंद सीएम शिवराज सिंह चौहान के पाले में डाल दी है। उन्होंने इरादे भी स्पष्ट कर दिए हैं कि शराबबंदी को लेकर वे पीछे हटने वाली नहीं हैं। उन्होंने सोशल मीडिया के जरिए सीएम शिवराज को बड़ा मैसेज देने की कोशिश की। उन्होंने बुधवार को लिखा- मेरा तो मध्यप्रदेश में शराब की दुकान व अहातों के सामने अकेले खड़े हो जाने का अभियान 2 अक्टूबर तक जारी रहेगा। यह अब शिवराजजी के हाथ में है कि वह 2 अक्टूबर का महिलाओं का भोपाल में एकत्रीकरण सरकार के लिए धन्यवाद व आशीर्वाद के आयोजन में बदल जाए।

उमा भारती ने बुधवार 11 ट्वीट किए। इसमें उन्होंने बताया कि वे कल रात ओरछा गई थीं। यहां उन्हें वहीं दुकान फिर खुली मिली, जिसका विरोध किया था। उमा ने इस दुकान को ओरछा के माथे का कलंक बताया। लिखा- मैं जब कल रात को ओरछा पहुंची। ओरछा के माथे पर लगा हुआ कलंक विरोध के बाद कुछ दिन बंद रहकर फिर खुल गई। लोगों में भारी आक्रोश है। बता दें कि उमा भारती ने 15 जून को ओरछा में शराब की दुकान पर गोबर फेंका था।



उमा ने भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा को पत्र लिखे जाने का जिक्र किया। उन्होंने लिखा- मैंने पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष जी को पत्र लिखा है कि वह भाजपा शासित सभी राज्यों के लिए समान शराब नीति लागू करने का विचार करें। शिवराजजी ने 2018 के पहले के कार्यकाल में कुछ ऐसी योजनाएं बनाई थीं। जिसका अनुसरण भाजपा

शासित राज्यों व विपक्ष के शासित राज्यों ने भी किया था। इसके लिए उमा भारती ने तीर्थ दर्शन योजना का उदाहरण भी दिया। इसलिए शिवराजजी अपनी नई शराब नीति को वापस लेकर एक आदर्श जन हितैषी संशोधित शराब नीति प्रस्तुत कर सकते हैं। हो सकता है कि मध्य प्रदेश ही एक आदर्श शराब नीति के लिए मॉडल राज्य बन जाए।



# उत्तर प्रदेश में इस वर्ष 35 करोड़ पौधे रोपे जाएंगे : योगी आदित्यनाथ

उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने मंगलवार को दावा किया कि इस वर्ष राज्य में 35 करोड़ पौधे रोपे जाएंगे और इनमें से 25 करोड़ पौधरोपण आज हो रहा है। योगी ने मंगलवार को चित्रकूट जिले के मानिकपुर विकासखंड के मडैयन ग्राम पंचायत के मजरा सेहरिन के पास वन महोत्सव के अंतर्गत पौध रोपण जन आंदोलन-2022 अभियान की शुरुआत की और इस मौके पर पीपल, बरगद, पाकड़ (हरिशंकर) के पौधे रोपित किये। राज्य सरकार के मंत्रियों ने अलग-अलग जिलों में पौध रोपण कर अभियान को आगे बढ़ाया।

उप मुख्यमंत्री केशव प्रसाद मौर्य को मंगलवार को अयोध्या में पौधारोपण अभियान में शामिल होना था लेकिन हेलीकॉप्टर में तकनीकी खराबी आ जाने की वजह से उनका दौरा रद्द कर दिया गया। राज्य के दूसरे उप मुख्यमंत्री ब्रजेश पाठक प्रयागराज, भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष व जल शक्ति मंत्री स्वतंत्र देव सिंहगोरखपुर तथा वित्त मंत्री सुरेश खन्ना मेरठ में इस अभियान में शामिल हुए।

मंगलवार को यहां जारी एक सरकारी बयान के अनुसार मुख्यमंत्री ने चित्रकूट में समारोह को संबोधित करते हुए कहा कि प्रधानमंत्री के नेतृत्व एवं मार्गदर्शन में प्रदेश सरकार चित्रकूट सहित संपूर्ण बुंदेलखंड क्षेत्र के समग्र विकास के लिए प्रतिबद्ध है और आज यहां 32 करोड़ 86 लाख रुपये से अधिक लागत की 15 परियोजनाओं का लोकार्पण तथा 82 करोड़ 54 लाख रुपये से अधिक लागत की 28 परियोजनाओं का शिलान्यास किया गया योगी ने कहा कि प्रदेश में इस वर्ष 35 करोड़ पौधों को रोपा जाएगा, जिनमें से 25 करोड़



पौधों का रोपण आज संपन्न किया जा रहा है। उनके अनुसार इस कार्य में समस्त जनप्रतिनिधियों और शासन प्रशासन के अधिकारियों का सहयोग प्राप्त हो रहा है। उन्होंने कहा कि आगामी दो दिनों में पांच करोड़ पौधों

को रोपा जाएगा, साथ ही, आजादी के अमृत महोत्सव के अवसर पर 15 अगस्त, 2022 को पांच करोड़ पौधे रोपित किए जाएंगे तथा प्रत्येक ग्राम पंचायत में 75-75 पौधों के रोपण का कार्यक्रम संपन्न किया जाएगा।

## योगी सरकार का एक्शन, पूर्व मंत्री हाजी याकूब कुरैशी की 100 करोड़ रुपये से ज्यादा की संपत्ति कुर्क

मेरठ जिला प्रशासन ने एक मुकदमे में फरार उत्तर प्रदेश के पूर्व मंत्री एवं बहुजन समाज पार्टी (बसपा) के वरिष्ठ नेता हाजी याकूब कुरैशी की 100 करोड़ रुपये से ज्यादा की संपत्ति बुधवार को कुर्क कर ली। पुलिस अधीक्षक (ग्रामीण) केशव कुमार ने यहां बताया कि पिछली 31 मार्च को हापुड़ रोड स्थित कुरैशी की फैक्ट्री अल फहीम मोटेक्स प्राइवेट लिमिटेड में पुलिस-प्रशासन व कई अन्य विभागों की संयुक्त कार्रवाई में करीब पांच करोड़ रुपये कीमत का अवैध मांस पकड़ा गया था। उन्होंने बताया कि पुलिस ने अवैध तरीके से मांस की पैकिंग करते 10 कर्मचारियों को रंगे हाथ गिरफ्तार किया था।

पुलिस अधीक्षक ने बताया कि इस मुकदमे में याकूब कुरैशी, उनकी पत्नी संजीदा बेगम, बेटे इमरान और फिरोज समेत 17 लोगों को नामजद आरोपी बनाया गया था। उन्होंने बताया कि कुरैशी के घर पर कुर्की वारंट चस्पा किया गया था, जिसमें आदेश दिया था कि कुरैशी अपने परिवार के साथ अदालत में पेश हो जाएं, लेकिन उन्होंने कोई जवाब



नहीं दिया। उन्होंने बताया कि इसी मामले में हाजी याकूब कुरैशी और उनके दोनों बेटे फरार हैं। कुमार ने बताया कि पुलिस प्रशासन की टीम ने बहुजन समाज पार्टी के वरिष्ठ

नेता पूर्व मंत्री कुरैशी की कोठी और फैक्ट्री पर कुर्की की कार्रवाई शुरू की। उन्होंने बताया कि इस दौरान 100 करोड़ रुपये से ज्यादा की संपत्ति पुलिस ने कुर्क कर ली है।

## 'नए भारत' के निर्माण का आह्वान...

# स्वतंत्रता संग्राम का इतिहास कुछ वर्षों, कुछ लोगों तक सीमित नहीं : मोदी

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने स्वतंत्रता सेनानियों के सपनों को प्रतिबिंबित करने वाले और सभी वर्गों के लिए समान अवसर सुनिश्चित करने वाले 'नए भारत' के निर्माण का आह्वान करते हुए सोमवार को कहा कि देश के स्वतंत्रता संग्राम का इतिहास कुछ वर्षों या कुछ लोगों तक सीमित नहीं है, बल्कि यह देश के हर कोने से दिए गए बलिदान का इतिहास है। मोदी ने महान स्वतंत्रता सेनानी अल्लूरी सीताराम राजू की 125वीं जयंती पर यहां उनकी 30 फुट की कांस्य प्रतिमा का अनावरण करने के बाद एक बड़ी जन सभा को संबोधित करते हुए कहा कि पिछले आठ साल में उनकी सरकार ने प्रतिबद्धता के साथ काम किया है और स्वतंत्रता सेनानियों के सपनों को पूरा करने के लक्ष्य से नीतियां लागू की हैं।

हम आजादी की 75वीं वर्षगांठ मना रहे हैं, ऐसे में स्वतंत्रता सेनानियों के स्वप्न साकार करना हर नागरिक का कर्तव्य है। हमारा नया भारत, उनके सपनों का भारत होना चाहिए। यह ऐसा भारत होना चाहिए, जहां गरीबों, किसानों, मजदूरों, पिछड़े वर्गों, आदिवासियों और दलितों को समान अवसर मिलें। उन्होंने देश को औपनिवेशिक शासन से मुक्त कराने के लिए संघर्ष करने वालों को भावभीनी श्रद्धांजलि भी दी। मोदी ने कहा, स्वतंत्रता संग्राम केवल कुछ वर्षों, कुछेक क्षेत्रों या



कुछ लोगों का इतिहास नहीं है। यह देश के हर नुक्कड़ और हर कोने का इतिहास है, यह सभी कोनों के लोगों के बलिदान और शहादत का इतिहास है। उन्होंने कहा

कि स्वतंत्रता संग्राम भारत की विविधता और संस्कृति को भी दर्शाता है। मोदी ने अंग्रेजों के खिलाफ अल्लूरी के युद्ध घोषण दम है तो मुझे रोक लो को याद करते हुए कहा कि देश के लोग कई चुनौतियों और कठिनाइयों का बहादुरी से सामना करते हुए उन्हीं की तरह दम है तो हमें रोक लो के नारे का इस्तेमाल कर रहे हैं। मोदी ने कहा, मुझे पूरा भरोसा है कि अल्लूरी सीताराम राजू से मिली प्रेरणा देश को अनंत ऊंचाइयों पर ले जाएगी। उन्होंने कहा, अब नए विचार और नई संभावनाएं हैं। युवा अब अपने कंधों पर जिम्मेदारी लेकर देश को आगे ले जा रहे हैं। 'मन्यम वीरुडु' (वन नायक) के नाम से लोकप्रिय अल्लूरी को श्रद्धांजलि देते हुए मोदी ने कहा कि महान स्वतंत्रता सेनानी एक भारत, श्रेष्ठ भारत का प्रतीक थे। उन्होंने कहा, जन्म से लेकर शहादत तक अल्लूरी सीताराम राजू की जीवन यात्रा हम सभी के लिए प्रेरणा है।

उन्होंने आदिवासियों के अधिकारों और देश की आजादी के लिए अपना जीवन समर्पित कर दिया। मोदी ने कहा कि देश स्वतंत्रता की 75वीं वर्षगांठ के साथ ही अल्लूरी सीताराम राजू की 125वीं जयंती भी मना रहा है और संयोग से, इस वर्ष उस रम्मा विद्रोह की शताब्दी भी है, जिसका नेतृत्व अल्लूरी ने 1922 में किया था।

## अमरावती मर्डर को लेकर नवनीत ने पुलिस आयुक्त पर उठाए सवाल, कहा- मामले को दबाने की हुई कोशिश

अमरावती सांसद नवनीत राणा ने कहा कि केंद्रीय टीम पहुंची तो सीपी आरती सिंह ने 12 दिन बाद आखिरकार कहा कि यह उनकी नुपुर शर्मा पोस्ट की वजह से है। इसलिए मैंने सीपी पर भी जांच की मांग की है कि उसने वास्तविक मामला क्यों छिपाया और पत्रकारों को सच्चाई का खुलासा न करने की धमकी दी। अमरावती हत्या पर निर्दलीय सांसद नवनीत राणा ने कहा कि हमने पुलिस से बात की, उन्होंने कहा कि यह चोरी की घटना की तरह लग रहा है। हमने परिवार से बात की, यह चोरी की तरह नहीं लग रहा था, क्योंकि कुछ भी नहीं लिया गया था। जब हमने इस पर बात की, एनआईए और एचएम को पत्र लिखा, जांच शुरू हुई। अमरावती सांसद नवनीत राणा ने कहा कि केंद्रीय टीम पहुंची तो सीपी आरती सिंह ने 12 दिन बाद आखिरकार कहा कि यह उनकी नुपुर शर्मा पोस्ट की वजह से है। इसलिए मैंने सीपी पर भी जांच की मांग की है कि उसने वास्तविक मामला क्यों छिपाया और पत्रकारों को सच्चाई का खुलासा न करने की धमकी दी।

उमेश कोल्हे की 21 जून को हत्या कर दी गई थी। इस घटना के सिलसिले में अब तक कुल पांच लोगों



को गिरफ्तार किया जा चुका है। इरफान खान नामक एक व्यक्ति की तलाश जारी है, जो एक एनजीओ चलाता है और इस मामले का मुख्य आरोपी है। केमिस्ट कोल्हे ने भाजपा की निर्लंबित प्रवक्ता नुपुर शर्मा के समर्थन में सोशल मीडिया पर कथित तौर पर कुछ टिप्पणी की थी।

इसी की पृष्ठभूमि में ऐसी आशंका जतायी जा रही है कि खान ने केमिस्ट की हत्या की साजिश रची है। कोल्हे की हत्या 21 जून की रात 10 बजे से 10.30 बजे के बीच कर दी गयी, जब वह अपनी दुकान बंद कर दोपहिया वाहन से घर लौट रहे थे।

# साबूदाने का डोसा

## सामग्री - डोसे के घोल के लिए

साबूदाना (4 घंटे भिगोया हुआ) - 1 कप	जीरा 1/2
मोरथन (1 घंटे में भिगोए हुए) - 1/2 कप	सेंधा नमक - 1/4 tb spoon
दही - 1/2 कप	हरी मिर्च - 1-2
सेंधा नमक - 1/2 tb spoon (स्वादानुसार)	हरा धनिया - 1/2कप
पानी - 1/2 कप	चटनी के लिए
तेल - 2Tspoon	ताजा नारियल (किसा हुआ) - 1कप
भरावन के लिए सामग्री	करी पत्ते -1/2कप
तेल - 3tb spoon	हरा धनिया - 1कप
उबले आलू- 1-1/2 कप	हरी मिर्च - 1-2
	सेंधा नमक (स्वाद अनुसार)
	दही - 1/2कप



**विधि:** डोसे के घोल के लिए भिगोए हुए साबूदाना और मोरथन का अतिरिक्त पानी निकाल लेंगे मिक्सर के जार में सारी घोल की सामग्री को डालकर पीस लेंगे और डोसे के गोल जितना पतला रखेंगे। पानी अंदाज से डालेंगे जिससे कि घोल ज्यादा पतला या ज्यादा गाढ़ा ना हो। भरावन के लिए\* एक पैन में तेल गरम होने पर जीरा डालेंगे, मसले हुए आलू और बाकी की सामग्री डाल देंगे, अच्छी तरह से लगभग 1 से 2 मिनट तक पकायेंगे

**चटनी के लिए:** चटनी के ली गयी सारी सामग्री को मिक्सर में डालकर बारीक पीस लेंगे। डोसा- एक नॉन स्टिक पैन में बड़े गोलाकार चम्मच या कटोरी की सहायता से घोल को डालेंगे और धीरे-धीरे फैलाकर इसे डोसे का आकार देंगे, ऊपर से एक चम्मच तेल डालेंगे मध्यम आंच पर पकाना है, भरावन का मसाला डोसा के बीच में डालकर दोनों ओर से मोड़ देंगे। व्रत के लिए स्वादिष्ट डोसा तैयार है चटनी के साथ सर्व कीजिए। -नंदिनी

## सेब का हलवा



### सामग्री

सेब - 4
काजू - 5-6
शक्कर - 1/2 कप
बादाम - 3-4
चिरौंजी - 1tbspoon
ऑरेंज फूड
कलर - 1 चुटकी
पानी - 1/4 कप

**विधि:** सबसे पहले सेब को अच्छी तरह से धोकर कट्टकस कर लेंगे, एक पैन में घी गर्म करेंगे और सबसे पहले उसमें काजू, बादाम आधा मिनट तक सेंक लेंगे फिर कट्टकस किया हुआ सेब डालेंगे, अच्छी तरह से चलाते हुए 5 मिनट तक भूनेंगे, उसके बाद शक्कर डालेंगे थोड़ा चलाएंगे जब शक्कर चाशनी जैसी हो जाए तब पानी डाल देंगे और अच्छी तरह से चलाते हुए 5-7 मिनट तक पकाएंगे, फूड कलर भी डाल देंगे और काजू बादाम भी काट कर डालेंगे, चिरौंजी भी डाल देंगे। मिनट और पकाने के बाद जब हलवा घी छोड़ने लगे तब गैस बंद कर देंगे। सेब का हलवा तैयार है।



# सावन विशेष... भोले की भक्ति में डूबने से पहले जानें नियम



**14** जुलाई से शुरू होगा सावन का महीना, भोले की भक्ति में डूबने से पहले जानें उनकी पूजा से जुड़े जरूरी नियम और दारदानी भगवान शिव की पूजा से जुड़े सावन मास 14 जुलाई से प्रारंभ होने जा रहा है। इस पावन मास महादेव की पूजा, जप-तप और व्रत से जुड़ी जरूरी बातों को जानने के लिए जरूर पढ़ें ये लेख। सनातन परंपरा में भगवान शिव को कल्याण का देवता माना गया है। जिनकी साधना भारत के कोने-कोने में की जाती है। देवों के देव कहलाने वाले महादेव की पूजा अत्यंत ही सरल और शीघ्र ही फलदायी मानी गई है। भगवान शिव की पूजा, जप-तप के लिए श्रावण मास को उत्तम माना गया है। मान्यता है कि सावन के महीने में महादेव की पूजा से शिव साधक को मनचाहा वरदान मिलता है। यही कारण है कि इस पावन महीने में देश के हर छोटे-बड़े शिवालय में आपको शिव भक्तों की भारी भीड़ देखने को मिल जाएगी। श्रावण मास की शुरुआत इस साल 14 जुलाई 2022 से होने जा रही है, जो कि 12 अगस्त 2022 तक रहेगा। इस पावन महीने में भगवान शिव की कृपा बरसाने वाले कई महत्वपूर्ण पर्व भी आएंगे। आइए सावन महीने में भगवान शिव की पूजा से जुड़े जरूरी नियम के बारे में विस्तार से जानते हैं।

## सच्चे मन से करें शिव साधना

सावन के महीने में भगवान शिव से मनचाहा आशीर्वाद पाने के लिए शिव भक्त को हमेशा तन और मन से पवित्र होकर पूरी श्रद्धा और भक्ति-भाव के साथ पूजा, जप-तप करना चाहिए। महादेव की पूजा करते समय किसी भी प्रकार क्रोध, कपट आदि अपने मन में न लाएं।

## जरूर चढ़ाएं गंगा जल

भगवान शिव एक ऐसे देवता हैं जो सिर्फ जल चढ़ाने मात्र से ही प्रसन्न हो जाते हैं और साधक को मनचाहा वरदान प्रदान करते हैं। ऐसे में उनकी जटाओं से होकर बहने वाली मां गंगा के पवित्र जल को प्रतिदिन शिवलिंग पर जरूर चढ़ाएं। मान्यता है कि जो शिव भक्त पूरे श्रावण मास शिवलिंग पर गंगा जल चढ़ाता है, उसकी बड़ी से बड़ी मनोकामना शीघ्र ही पूरी होती है।

## पत्तों से होगी मनोकामना

भगवान शिव की पूजा में गंगाजल की तरह कुछेक पेड़-पौधों की पत्तियां चढ़ाने से भी भगवान भोलेनाथ

की कृपा बरसती है। मान्यता है कि सावन के महीने में शिव पूजा करते समय बेलपत्र, शमीपत्र को चढ़ाने से भगवान शिव शीघ्र प्रसन्न होते हैं, लेकिन इन पत्तियों को चढ़ाते समय हमेशा उसका वज्र भाग यानि की डंठल का मोटा भाग जरूर तोड़ देना चाहिए और इन दोनों ही पत्तियों को उलटा करके शिव को अर्पित करना चाहिए।

## न करें इन चीजों का प्रयोग

महादेव की पूजा में जहां कुछ विशेष चीजों को चढ़ाने से शीघ्र ही और दारदानी भगवान शिव की कृपा बरसती है, वहीं कुछ चीजों को चढ़ाने पर साधक को पुण्य की जगह दोष मिलता है। भोले शंकर की पूजा में नारियल को चढ़ाया तो जा सकता है लेकिन उसका जल कभी भी शिवलिंग पर नहीं चढ़ाया जाता है।

इसी प्रकार शिव पूजा में कभी भी चंपा, चमेली, कुंद, जूही, केतकी, केवड़ा, कुटज, नागकेसर, बंधूक, मालती आदि पुष्पों का प्रयोग नहीं होता है। इसी प्रकार शिव की पूजा में शंख और तुलसी की पत्ती का भी प्रयोग नहीं होता है। साथ ही ध्यान रखें कि क्रोध न करें।

## राशि अनुसार मंत्र करेगा जीवन में चमत्कार

**श्रा** वण मास लग गया है। अगर आप भी शिवभक्त हैं तो आपको सिर्फ आपके घर में शिव जी की एक प्रतिमा या तस्वीर लेकर आना है तथा आपको अपनी राशि के अनुसार नीचे दिए गए आसान मंत्र को अपनी श्रद्धानुसार 11, 21, 51 या 108 बार या दिन भर बोलना है। इतना करने मात्र से भी भगवान शिव प्रसन्न होकर आप पर अपनी अनुकंपा बरसाएंगे तथा आपके जीवन में सबकुछ अनुकूल और अच्छा होने लग जाएगा। यहां जानिए मंत्र

### 12 राशि के शिव पूजन मंत्र

- मेघ- ॐ ममलेश्वराय नमः।
- वृषभ- ॐ नागेश्वराय नमः।
- मिथुन- ॐ भूतेश्वराय नमः।
- कर्क- ॐ ह्रीं नमः शिवाय ह्रीं ॐ।
- सिंह- ॐ नमः शिवाय।
- कन्या- शिव चालीसा पाठ।
- तुला- रुद्राष्टक का पाठ।
- वृश्चिक- ॐ अंगारेश्वराय नमः।
- धनु- ॐ रामेश्वराय नमः।
- मकर- ॐ महाकालेश्वराय नमः।
- कुंभ- ॐ शिवाय नमः।
- मीन- ॐ भौमेश्वराय नमः।

## श्रावण मास में याद से घर ले आएं इनमें से एक शुभ चीज

सावन का शुभ महीना 14 जुलाई 2022 से शुरू हो रहा है... आइए जानें कौन सी 10 सामग्री श्रावण मास में खरीदनी चाहिए।

**त्रिशूल** : चांदी का त्रिशूल लाने से आपदाओं से रक्षा होती है।

**रुद्राक्ष** : रुद्राक्ष आपके जीवन के लिए अत्यंत शुभ होगा।

**डमरू** : सावन मास में किसी बच्चे को डमरू उपहार में दें।

**चांदी के नंदी** : चांदी के नंदी आर्थिक संकटों से मुक्ति दिलाते हैं।

**जल पात्र** : सावन मास में पीतल के कलश में गंगाजल लाकर रखें।

**सर्प** : चांदी के नाग-नागिन के जोड़े को लाकर रखें।

चांदी की डिब्बी में भस्म : शिव मंदिर से भस्म लाकर चांदी की डिब्बी में रखें।

**चांदी का कड़ा** : चांदी का कड़ा लाने से विदेश यात्रा के योग्य बनते हैं।

**चांदी का चंद्र या मोती** : इससे चंद्र ग्रह की शांति होती है, मन मजबूत होता है।

**चांदी के बिल्व पत्र** : चांदी का महीन बिल्वपत्र करोड़ों पापों का नाश करता है।

# नाग पंचमी... मुहूर्त, पूजा विधि और महत्व...



**इ** स साल सावन माह की शुरुआत 14 जुलाई से हो रही है। सावन माह को श्रावण मास भी कहते हैं। हिंदू पंचांग के अनुसार, सावन के महीने में कई व्रत और त्यौहार पड़ते हैं। इन्हीं में से एक है नाग पंचमी। प्रत्येक वर्ष श्रावण मास के शुक्ल पक्ष की पंचमी तिथि को नाग पंचमी मनाई जाती है। ये दिन पूर्ण रूप से नाग देवता को समर्पित है। मान्यता है नाग पंचमी के दिन नाग देवता की पूजा करने से सभी मनोकामनाएं जरूर पूरी होती हैं। पौराणिक काल से ही सांपों को देवताओं की तरह पूजा जाता है। ऐसी मान्यता है कि नाग की पूजा करने से सांपों के डसने का भय समाप्त हो जाता है। भगवान भोलेनाथ के गले में भी नाग देवता लिपटे रहते हैं। धार्मिक मान्यता के अनुसार, नाग पंचमी के दिन नाग देवता की आराधना करने से भक्तों को उनका आशीर्वाद प्राप्त होता है और कई अन्य प्रकार के भी शुभ फल प्राप्त होते हैं। ऐसे में चलिए जानते हैं नाग पंचमी की तिथि, पूजा विधि और महत्व के बारे में।।

## नाग पंचमी 2022 कब है?

श्रावण माह के शुक्ल पक्ष की पंचमी तिथि 2 अगस्त 2022 के दिन पड़ रही है। ऐसे में इस बार नाग पंचमी 02

अगस्त को मनाई जाएगी।

## नाग पंचमी 2022 शुभ मुहूर्त

नाग पंचमी 2022 तिथि की शुरुआत- 02 अगस्त सुबह 5 बजकर 13 मिनट से

नाग पंचमी 2022 तिथि समाप्ति- 03 अगस्त सुबह 05 बजकर 41 मिनट पर

नाग पंचमी 2022 पूजा का शुभ मुहूर्त- 02 अगस्त सुबह 5 बजकर 43 मिनट से शुरू होकर सुबह 8 बजकर 25 मिनट तक

## नाग पंचमी पूजन विधि

नाग पंचमी वाले दिन अनन्त, वासुकी, पद्म, महापद्म, तक्षक, कुलीर, कर्कट, शंख, कालिया और पिंगल नामक देव नागों की पूजा की जाती है। ऐसे में इस दिन घर के दरवाजे पर सांप की आठ आकृति बनाएं। फिर हल्दी, रोली, चावल और फूल चढ़ाकर नागदेवता की पूजा करें। मिष्ठान का भोग लगाकर नाग देवता की कथा अवश्य पढ़ें। पूजा करने के बाद कच्चा दूध में घी, चीनी मिलाकर उसे लकड़ी पर रखें गए सांप को अर्पित करें।

## जटोली शिव मंदिर - पत्थरों को थपथपाने पर आती है डमरू की आवाज

यह एक शिव मंदिर है, जिसके बारे में दावा किया जाता है कि, यह एशिया का सबसे ऊंचा शिव मंदिर है। यह मंदिर देवभूमि कहे जाने वाले हिमाचल प्रदेश के सोलन में स्थित है, जिसे जटोली शिव मंदिर के नाम से भी जाना जाता है। दक्षिण-द्विज शैली में बने इस मंदिर की ऊंचाई लगभग 111 फुट है। मंदिर का भवन निर्माण कला का एक बेजोड़ नमूना है, जो देखते ही बनता है।

मान्यता है कि, पौराणिक काल में भगवान शिव यहां आए थे और कुछ समय के लिए रहे थे। बाद में

1950 के दशक में स्वामी कृष्णानंद परमहंस नाम के एक बाबा यहां आए। जिनके मार्गदर्शन और दिशा-निर्देश पर ही जटोली शिव मंदिर का निर्माण कार्य शुरू हुआ। साल 1974 में उन्होंने ही इस मंदिर की नींव रखी थी। हालांकि 1983 में उन्होंने समाधि ले ली, लेकिन मंदिर का निर्माण कार्य रूका नहीं बल्कि इसका कार्य मंदिर प्रबंधन कमेटी देखने लगी।

इस मंदिर को पूरी तरह तैयार होने में करीब 39 साल का समय लगा। करोड़ों रुपये की लागत से बने इस मंदिर की सबसे खास बात ये है कि इसका निर्माण

देश-विदेश के श्रद्धालुओं द्वारा दिए गए दान के पैसों से हुआ है। यही वजह है कि इसे बनने में तीन दशक से भी ज्यादा का समय लगा।

इस मंदिर में हर तरफ विभिन्न देवी-देवताओं की मूर्तियां स्थापित हैं जबकि मंदिर के अंदर स्फटिक मणि शिवलिंग स्थापित है। इसके अलावा यहां भगवान शिव और माता पार्वती की मूर्तियां भी स्थापित की गई हैं। वहीं, मंदिर के ऊपरी छोर पर 11 फुट ऊंचा एक विशाल सोने का कलश भी स्थापित है, जो इसे बेहद ही खास बना देता है।

# फ्रूट फेशियल



**य**ह तो आपको पता ही होगा कि फेशियल का पहला स्टेप होता है चेहरे की क्लींजिंग यानी उसकी सफाई करना। इसके लिए आप थोड़ा सा कच्चा दूध लें और उसमें रूई डूबोकर पूरे चेहरे पर लगाएं। फिर सर्कुलर मोशन में करीब 5 मिनट तक चेहरे की मालिश करें और थोड़ी देर इसे सूखने दें। कई हफ्तों से पार्लर नहीं जा पा रही हैं, ऐसे में आप यदि फेशियल को लेकर परेशान हैं तो आपकी परेशानी हम दूर कर देते हैं। अक्सर गर्मियों के मौसम में महिलाएं फ्रूट फेशियल कराना पसंद करती हैं, क्योंकि इससे चेहरे पर ग्लो आने के साथ ही ताजगी का भी एहसास होता है। पार्लर बंद होने के कारण यदि आप फेशियल नहीं करवा पा रही हैं, तो टेंशन लेने की ज़रूरत नहीं है। क्योंकि आप आसानी से घर में मौजूद चीजों से घर पर ही फ्रूट फेशियल कर सकती हैं। तो चलिए आपको बताते हैं फ्रूट फेशियल का तरीका स्टेप बाय स्टेप।

**चेहरे की सफाई:** यह तो आपको पता ही होगा कि फेशियल का पहला स्टेप होता है चेहरे की क्लींजिंग यानी उसकी सफाई करना। इसके लिए आप थोड़ा सा कच्चा दूध लें और उसमें रूई डूबोकर पूरे चेहरे पर लगाएं। फिर सर्कुलर मोशन में करीब 5 मिनट तक चेहरे की मालिश करें और थोड़ी देर इसे सूखने दें। सूख जाने पर पानी से चेहरा धो लें। इससे चेहरे की धूल-मिट्टी और ऑयल अच्छी तरह साफ हो जाता है।

**डेड स्किन हटाना :** क्लींजिंग के बाद बारी आती है चेहरे की मृत कोशिकाओं यानी डेड स्किन को हटाने की और इसके लिए किया जाता है स्क्रब। स्क्रब बनाने के लिए आप 1 चम्मच मीठा सोडा या ओट्स में 1 चम्मच

नींबू के छिलके का पाउडर और गुलाब जल मिक्स करके पेस्ट बनाएं। अब इस पेस्ट को चेहरे पर लगाकर 2 से 5 मिनट तक स्क्रब करें। चेहरे के साथ ही इसे गर्दन पर भी लगाएं। अच्छी तरह मसाज करने के बाद गुनगुने पानी से चेहरा धो लें। इससे आपकी त्वचा से डेड स्किन निकल जाएगी। स्क्रब करने के बाद चेहरे को मॉइश्चराइज करना भी ज़रूरी होता है।

## पोर्स खोलें

अब बारी आती है चेहरे के बंद रोम छिद्रों को खोलने की और इसके लिए आपको लेना होगा स्टीम। स्टीम लेने के लिए एक बर्तन में पानी गर्म करें और उसके ऊपर थोड़ा झुंक जाएं और सिर व मुंह को तौलिये से ढंककर करीब 5 मिनट तक स्टीम लें।

## फेस पैक

- केला, खीरा या ककड़ी और थोड़े से नीम के पत्ते पीसकर पेस्ट बनाएं और इसे चेहरे पर पैक की तरह लगाएं।
- ये सारी चीजें न हो तो एक पके हुए टमाटर को पीसकर उसमें कुछ बूंद नींबू का रस, दही और शहद मिलाकर पैक की तरह चेहरे पर लगाएं। इसे बनाकर कुछ देर फ्रिज में रख दें और उसके बाद इस्तेमाल करें।
- आप संतरे के छिलके के पाउडर में दही और शहद मिलाकर भी फेस पैक बना सकती हैं।
- खीरे को पीसकर उसमें दूध, शहद और ब्राउन शुगर मिलाएं आपका खीरा फेस पैक तैयार है।
- घर में यदि सिर्फ केला है तो एक पके केले को मैश करके उसमें शहद और नींबू का रस मिलाकर चेहरे पर लगाएं।

## जीरे के पानी के सेवन से मिलते हैं यह बड़े फायदे



**रो**जाना जीरे का पानी पीने से शरीर तरोताजा रहता है और शरीर का तापमान ठंडा रहता है। जीरे का पानी ना सिर्फ निर्जलीकरण को रोकता है, बल्कि वाटर रिटेंशन की समस्या को भी दूर करता है। इसमें उच्च मात्रा में पोटेशियम पाया जाता है।

जीरे का इस्तेमाल लगभग हर सब्जी में तड़के के रूप में किया जाता है। इतना ही नहीं, कुछ लोग इसे भूनकर व पीसकर भी खाने में इस्तेमाल करते हैं। ना सिर्फ इसकी महक काफी अच्छी होती है, लेकिन इसके सेवन से आपको कई तरह के हेल्थ बेनिफिट्स भी मिलते हैं। आमतौर पर लोग इसे भोजन में ही इस्तेमाल करते हैं। लेकिन अगर आप चाहें तो जीरा के पानी का भी सेवन कर सकते हैं। अगर आप जीरे के पानी का नियमित रूप से सेवन करते हैं तो इससे आपको कई बड़े लाभ प्राप्त होते हैं। तो चलिए जानते हैं इन लाभों के बारे में—

**बेहतर पाचन तंत्र:** अगर आप रोजाना एक गिलास जीरे के पानी का सेवन करते हैं तो इससे आपको पाचन संबंधी समस्याएं जैसे अपच आदि से छुटकारा मिलता है। जीरे का पानी न केवल पाचन एंजाइमों के स्राव को उत्तेजित करता है, बल्कि पाचन प्रक्रिया को भी तेज करता है। जिससे आपको आंत संबंधी समस्याओं से निपटने में मदद मिलती है। यह आपके शरीर से विषाक्त पदार्थों को साफ करता है और एसिडिटी, पेट की गैस, मॉनग सिक्नेस, और मतली जैसी पेट से संबंधित समस्याओं से राहत प्रदान करता है।

**मोटापे से मुक्ति:** अगर आप अपने मोटापे से परेशान हैं तो ऐसे में जीरे का पानी आपके लिए सहायक साबित हो सकता है। जीरे में एंटी-इंफ्लेमेटरी प्रॉपर्टीज पाई जाती हैं और नियमित रूप से जीरे का पानी पीने से यह इंफ्लेमेशन को दूर करके मोटापे को कम करने में सहायक है। इतना ही नहीं, इसमें कैलोरी भी काफी कम होती है।

**बढ़ाए इम्युनिटी :** शरीर को मजबूत बनाने और बीमारियों से लड़ने के लिए इम्युनिटी का मजबूत होना बेहद ज़रूरी है। जीरे का पानी आपके इम्युन सिस्टम को बेहतर बनाने में मदद करता है। इसमें आयरन पाया जाता है। आयरन रेड ब्लड सेल्स के प्रॉडक्शन के लिए ज़रूरी होता है। इतना ही नहीं, जीरा एंटी-ऑक्सीडेंट से भरपूर होता है, जो फ्री-रेडिकल्स से लड़ता है और संक्रमण के खतरे को कम करता है।

# ब्लड शुगर को काबू करने में मददगार हैं यह चीजें

अगर आपको डायबिटीज की समस्या है या फिर आप भी ब्लड में शुगर के लेवल बढ़ने और घटने की समस्या से परेशान हैं तो आज हम आपको कुछ ऐसे चीजों का सेवन करने के बारे में बताने जा रहे हैं जिसकी मदद से आप अपने ब्लड शुगर को नियंत्रित कर सकते हैं।

**आ**ज के समय में मधुमेह यानी डायबिटीज की समस्या होना आम बात होकर रह गई है। बदलते खानपान के चलते यह बीमारी कब किसे अपना शिकार बना लें कुछ कहा नहीं जा सकता है। ये एक प्रकार की मेटाबॉलिक बीमारियों का समूह है, जिसमें ब्लड में शुगर का लेवल बढ़ जाता है। शरीर में जब इंसुलिन सही तौर पर कार्य नहीं कर पाता है या शरीर की कोशिकाएँ इंसुलिन को लेकर सही से कार्य नहीं करती है तो ये समस्या उत्पन्न होती है। वो बात अलग है कि इन समस्याओं का कारण ठीक समय पर भोजन न करना भी हो सकता है। वहीं, अगर आपको डायबिटीज की समस्या है या फिर आप भी ब्लड में शुगर के लेवल बढ़ने और घटने की समस्या से परेशान हैं तो आज हम आपको कुछ ऐसे चीजों का सेवन करने के बारे में बताने जा रहे हैं।



## अलसी



डायबिटीज के खतरे को कम करने लिए अलसी काफी अच्छी भूमिका निभा सकता है। ये इंसुल्युबल फाइबर के गुणों से भरपूर है। इसकी मदद से शरीर में ब्लड शुगर स्तर काबू में रहता है। अलसी का सेवन करने से हृदय रोग के खतरे को भी कम किया जा सकता है।

## करेला



करेला स्वाद में जितना कड़वा है उतना ही शरीर के स्वास्थ्य के लिए अच्छा भी है। ये इंसुलिन-पॉलीपेप्टाइड-पी से भरपूर होता है और ये एक जैव रसायन है। करेला खाने से शरीर में रक्त शुगर का लेवल कम होता है। इतना ही नहीं करेला में मौजूद कई आवश्यक तत्व घटते और बढ़ते ब्लड शुगर को काबू करने में मददगार साबित होते हैं।

## जामुन



डायबिटीज के मरीजों के लिए जामुन का सेवन करना काफी अच्छा रहता है। इसकी मदद से ब्लड शुगर को काबू किया जा सकता है। जामुन एक रूप में सुपरफूड है, ये स्टार्च को शुगर में बदलने से रोकता है। इतना ही नहीं इसका सेवन करने से इंसुलिन भी नहीं बढ़ता है। वहीं, अगर आप डायबिटीज को काबू करना चाहते हैं तो प्रतिदिन सुबह खाली पेट 4 से 5 जामुनों का सेवन करें। हो सके तो जामुन पाउडर का एक चम्मच रोजाना एक गिलास पानी में मिलाकर सेवन करें, इससे आप अपने डायबिटीज को बेहद आसानी से काबू कर सकेंगे।

## दालचीनी

भारतीय रसोई में मसाले के रूप में इस्तेमाल किए जाने वाली दालचीनी, मधुमेह के मरीजों के लिए बहुत अच्छा

स्रोत मानी जाती है। इसका सेवन करने से शरीर में ब्लड शुगर के स्तर को काबू पाया जा सकता है और ये इंसुलिन संवेदनशीलता भी है। वहीं, अगर आप इंसुलिन को काबू करना चाहते हैं तो इसके लिए प्रतिदिन आधा चम्मच दालचीनी का सेवन जरूर करें।

## लौंग



खाने का स्वाद बढ़ाने वाली लौंग व्यक्ति को सेहतमंद बनाने के लिए कई तरह से काम आती है। इसमें वॉलेटाइल ऑयल होता है, जो एनाल्जेसिक, डाइजेस्टिव और एंटी इन्फ्लेमेटरी लाभ देता है। लौंग का सेवन करना डायबिटीज मरीजों के लिए लाभदायक साबित होता है, क्योंकि ये इंसुलिन बनाने में काफी मददगार होती है। इतना ही नहीं, लौंग का सेवन करना अनुवांशिक डायबिटीज में भी लाभदायक होता है।

# द्रौपदी मुर्मू के राष्ट्रपति बनने पर भाजपा ने मनाया जश्न

सिंधी बस्ती क्षेत्र में आतिशबाजी कर एक दूसरे को खिलाई मिठाई



देश के लिए गौरव की बात है कि पहली बार जनजातीय समाज की महिला राष्ट्रपति बनी है कांग्रेस ने 65 साल राज किया लेकिन जिसने चाटुकारिता की उसे ही आगे बढ़ाने का काम किया जबकि अटलबिहारी वाजपेयी हमारे देश के प्रधानमंत्री थे तो उन्होंने ऐपीजे अबुल कलाम को देश का राष्ट्रपति बनवाने में महत्वपूर्ण भूमिका अदा की थी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पहले दलित समाज से राष्ट्रपति बनाने में अहम योगदान दिया और अब प्रधानमंत्री ने फिर देश की राष्ट्रपति एक जनजातीय समाज की महिला को बनाने के लिए जो पहल की है उससे एक बात स्पष्ट है कि हमारी पार्टी में हर समाज हर वर्ग का पूरा सम्मान है आज देश की महिलाओं के लिए भी गौरव की बात है पीएम ने जनजातीय समाज को सम्मान देने का काम किया है इससे जनजातीय समाज में खुशी की लहर है यह बात सांसद ज्ञानेश्वर पाटिल ने गुरुवार शाम 6.30 बजे से सिंधी बस्ती चौराहा पर आयोजित कार्यक्रम में कही भाजपा जिला मीडिया प्रभारी निलेश जूनागढ़ ने बताया कि दरअसल भाजपा नेता, कार्यकर्ता, पदाधिकारी यहां द्रौपदी मुर्मू के राष्ट्रपति बनने पर जमा हुए थे सभी सिंधी बस्ती चौराहा पर आतिशबाजी की एक दूसरे को मिठाई भी खिलाई

प्रदेश प्रवक्ता एवं पूर्व मंत्री अर्चना चिटनीस ने कहा देश की राजनीति को एक नई दिशा मिली है प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सबका साथ, सबका विकास और सबका विश्वास का जो मंत्र दिया है उसको चरितार्थ करने का काम भारतीय जनता पार्टी ने किया है पूर्व प्रधानमंत्री अटलबिहारी वाजपेयी ने अब्दुल कलाम के रूप में अल्पसंख्यक समुदाय का

राष्ट्रपति बनाया था प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रामनाथ कोविन्द के रूप में अनुसूचित जाति का राष्ट्रपति और अब द्रौपदी मुर्मू जो कि अनुसूचित जनजाति समाज का प्रतिनिधित्व करती है उन्हें राष्ट्रपति बनाने का काम किया है आज हमें भारतीय जनता पार्टी के नेतृत्व पर गर्व है यह निश्चित रूप से प्रत्येक भारतीय के लिए गौरवशाली क्षण है।

वहीं भाजपा जिलाध्यक्ष मनोज लथवे ने कहा-पीएम मोदी की सोच सभी वर्ग को एक साथ लेकर चलने की है यही वजह है कि आज जनजातीय समाज की महिला का चयन राष्ट्रपति के रूप में हुआ है लथवे ने कार्यकर्ताओं की ओर से द्रौपदी मुर्मू को जीत की बधाई देते हुए कहा कि मुर्मू की जीत से देश के जनजाति वर्ग का गौरव बढ़ा है। उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा का भी द्रौपदी मुर्मू को जीत दिलाने पर आभार व्यक्त किया सांसद ज्ञानेश्वर पाटिल, प्रदेश प्रवक्ता एवं पूर्व मंत्री अर्चना चिटनीस एवं भाजपा जिलाध्यक्ष मनोज लथवे ने कार्यकर्ताओं को मिष्ठान खिलाकर मुंह मीठा कराया इस अवसर पर कार्यकर्ताओं ने ढोल नगाडों के साथ आतिशबाजी कर द्रौपदी मुर्मू के राष्ट्रपति बनने पर उत्सव मनाया इस दौरान नवनिर्वाचित महापौर माधुरी पटेल, पूर्व महापौर अतुल पटेल, अनिलभाऊ भोसले, पूर्व निगम अध्यक्ष मनोज तारवाला, पूर्व जिलाध्यक्ष दिलीप श्रॉफ, अरुण शेंडे, बलराज नावानी, जिला महामंत्री लक्ष्मण महाजन आदित्य प्रजापति, मंडल अध्यक्ष विनोदराव पाटिल, नितिन महाजन, महिला मोर्चा जिलाध्यक्ष किरण रायकवार, उमा कपूर, सहित नवनिर्वाचित पार्षदगण भी मौजूद रहे।

## यातायात सुबेदार ने निगरानी में भरवाए हाईवे के गड्डे

बुरहानपुर के यातायात सुबेदार हेमंत पाटीदार की ड्यूटी वैसे तो यातायात को नियंत्रित करने की है लेकिन वे अपनी ड्यूटी के साथ साथ आए दिन सदैव कोई ना कोई शहर का कार्य करके अखबारों की सुर्खियों में बने हैं शहर में लगातार बारिश होने से शहर के सड़कों की हालत खस्ताहाल हो गई सड़कों में दो से तीन फीट गड्डे हो गए जिसके चलते लोगों को काफी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है लेकिन यातायात सुबेदार हेमंत पाटीदार ने सुपर साइजिंग के पास इंदौर इच्छापुर हाईवे पर गड्डे हो जाने से उसका संज्ञान लेते हुए उन्होंने सड़क निर्माण कर्मचारियों सहित अपनी टीम को बुलाकर स्वयं वहां खड़े होकर अपनी निगरानी में तुरंत गड्डे भरवाने का कार्य शुरू कर दिया ताकि इस रोड से गुजरने वाले यात्रियों और नागरिकों को किसी प्रकार की परेशानी नही हो कोई बड़ी दुर्घटना घटित ना हो प्रभारी हेमंत सुबेदार के इस नवाचार की सर्वत्र प्रशंसा कर रही है उनके अच्छे कार्य को लेकर प्रशासन से लेकर शहर की जनता के दिलों में सुबेदार हेमंत पाटीदार छाप हुए हैं।





## बेहतर सेहत के लिए आवश्यक है नियमित योगाभ्यास...

शरीर और मन दोनों को सेहतमंद बनाए रखने के लिए नियमित रूप से दिनचर्या में योगासनों को शामिल करके लाभ प्राप्त किया जा सकता है। योगासन, शरीर में ऊर्जा के स्तर को बढ़ावा देने के साथ मन को शांत करते हैं। ऐसे में यह कहा जा सकता है कि जीवन की गुणवत्ता को बढ़ाने के लिए योगासनों का नियमित अभ्यास आपके लिए काफी मददगार हो सकता है। योग का अभ्यास शरीर, श्वास और मन को जोड़ता है। समग्र स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए योगासनों में शारीरिक मुद्राओं, सांस लेने के व्यायाम और ध्यान का संयोजन किया जाता है।

स्वास्थ्य विशेषज्ञों के मुताबिक कई तरह की बीमारियों के जोखिम को कम करने से लेकर सेहत को बूस्ट देने तक के लिए योगासनों का अभ्यास करना सहायक हो सकता है। प्राणायाम से लेकर कई तरह की योग मुद्राओं का अभ्यास आपको शारीरिक-मानसिक रूप से स्वस्थ रखने में मददगार हो सकते हैं। आइए आगे की स्लाइडों में इसके फायदों के बारे में जानते हैं।

### योग करने से होते हैं कई तरह के लाभ

योग आपके संपूर्ण फिटनेस स्तर में सुधार करके आपके शरीर की मुद्रा और लचीलेपन को भी बेहतर बनाता है। कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं के जोखिमों को कम करने के लिए योगासनों को रोजाना अभ्यास करना फायदेमंद हो सकता है।

रक्तचाप और हृदय गति को नियंत्रित रखने में मदद करता है।

शरीर को आराम मिलता है।

आपके आत्मविश्वास में सुधार होता है।

तनाव की समस्या कम होती है।

शरीर के समन्वय में सुधार होता है।

आपकी एकाग्रता में सुधार होता है।

बेहतर नींद प्राप्त करने में मदद करता है।

पाचन और डायबिटीज की समस्या से राहत दिला सकता है।

### ये योगासन माने जाते हैं फायदेमंद

शरीर में रक्त के संचार को बढ़ावा देने के साथ कमर-पीठ के दर्द को कम करने के लिए सेतुबंधासन और भुजंगासन योग का अभ्यास काफी फायदेमंद हो सकता है। वहीं सूर्य नमस्कार, वृक्षासन जैसे अभ्यास शारीरिक समन्वय और एकाग्रता को बढ़ावा देते हैं। प्राणायाम का अभ्यास आपके मानसिक स्वास्थ्य को बूस्ट देने के साथ कई तरह की गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं के खतरे को कम करने में मददगार हो सकता है।

**इन बातों का रखें विशेष ध्यान-** जैसे तो योग आमतौर पर सुरक्षित होते हैं, फिर भी यदि आप गलत मुद्रा में इसका अभ्यास करते हैं तो इससे मांसपेशियों में खिंचाव आने की दिक्कत हो सकती है। योग करते समय सुरक्षित रहने के लिए इसका सही तरीके से अभ्यास किया जाना आवश्यक है। पहले धीरे-धीरे इसकी शुरुआत करें और समय के साथ इसे बढ़ाते जाएं। अपनी सेहत के हिसाब से योग का चयन करने के लिए किसी विशेषज्ञ की सहायता ले लें।

## रोज़-रोज़ का सिरदर्द कर रहा है परेशान तो करें ये योगासन

**आ** जकल की भागदौड़ भरी और तनावपूर्ण जीवनशैली में सिरदर्द की समस्या बहुत आम है। सिरदर्द कई कारणों से हो सकता है जैसे नींद पूरी ना होना, अत्यधिक तनाव, थकान और ज्यादा देर तक भूखा रहना। कई लोग सिरदर्द के लिए दवाइयों और पेनकिलर्स का सहारा लेते हैं लेकिन अगर आपको हर दूसरे दिन सिरदर्द होता है तो ज्यादा पेनकिलर खाना आपके स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकता है। ऐसे में रोजाना कुछ देर योग करने से आपको सिरदर्द से छुटकारा मिल सकता है।

सांसों पर केंद्रित करें।

### सेतुबंधासन

इस आसन को करने के लिए जमीन पर पीठ के बल लेट जाएं। हाथ को शरीर से सटा कर और हथेलियों को जमीन से लगा कर रखें। फिर धीरे-धीरे नितंबों, कमर और पीठ के सबसे ऊपरी हिस्से को ऊपर उठाएं। इस अवस्था में 3 से 5 मिनट तक रहें। सांस छोड़ते हुए आसन से बाहर आ जाएं।

### बालासन

इस आसन को करने के लिए सबसे पहले जमीन पर घुटनों के बल बैठ जाएं। ध्यान रखें कि आपके घुटने आपस में सटे हुए और पैर नितम्बों के ऊपर टिके हुए हों। अब शरीर को आगे की ओर झुकाते हुए, धीरे-धीरे सिर जमीन से लगाएं। अब दोनों हाथों को सिर से लगाते हुए आगे की ओर सीधा रखें और हथेलियों को जमीन से लगाएं। इस अवस्था में कम से कम 30 सेकेंड तक रहें। इस आसन को 4-5 बार दोहराएं।

### पश्चिमोत्तानासन

इस आसन को करने के लिए सबसे पहले जमीन पर सीधा बैठ जाएं और दोनों पैरों को फैलाकर एक-दूसरे से सटाकर रखें। अब दोनों हाथों को ऊपर की ओर उठाएं। इस दौरान आपकी कमर बिल्कुल सीधी रहनी चाहिए। अब झुककर दोनों हाथों से अपने पैरों के दोनों अंगूठे पकड़ें। ध्यान रखें कि इस दौरान आपके घुटने मुड़ने नहीं चाहिए और पैर भी जमीन से सटे हुए होने चाहिए।

### मकरासन

इस आसन को करने के लिए सबसे पहले पेट के बल लेट जाएं। अब अपने सिर और कंधों को ऊपर उठाएं और हथेलियों को जमीन पर टिका लें। इसके बाद रीढ़ की हड्डी में अधिक मोड़ लाने के लिए कोहनियों को एक साथ रखें। ध्यान दें कि अगर आपकी गर्दन पर ज्यादा दबाव हो तो कोहनियों को थोड़ा अलग कर लें।

### शवासन

जमीन पर पीठ के बल लेट जाएं। दोनों पैरों के बीच में थोड़ी दूरी रखें और हाथों को बगल में सीधा रखें। हथेलियों को ऊपर की ओर रखें और शरीर को ढीला छोड़ दें। आंखों को बंद कर लें। सांस को सामान्य ही रखें और अपना पूरा ध्यान अब अपनी

# कलयुग में यहां बसते हैं भगवान विष्णु, तीर्थयात्रियों के आकर्षण का केंद्र...

तिरुपति बालाजी मंदिर के आसपास बनी पहाड़ियां शेषनाग के सात फनों के आधार पर बनी होने से सप्तगिरि कही जाती है। भगवान वेंकटेश्वर का यह मंदिर सप्तगिरि की सातवीं पहाड़ी पर है। यह वेंकटाद्रि के नाम से प्रसिद्ध है। मंदिर से कई पौराणिक मान्यताएं जुड़ी हुई हैं। भगवान वेंकटेश्वर को विष्णु देव का अवतार माना जाता है। वेंकट पहाड़ी के स्वामी होने की वजह से भगवान विष्णु को वेंकटेश्वर कहते हैं। सात पहाड़ों का भगवान भी कहा जाता है भगवान विष्णु को। तिरुपति बालाजी मंदिर में साल के 12 महीनों में एक भी माह ऐसा नहीं गुजरता है कि जब भगवान वेंकटेश्वर के दर्शन करने के लिए भक्तों की कतारें नहीं लगी हों। भगवान वेंकटेश स्वामी को संपूर्ण ब्रह्माण्ड का स्वामी माना जाता है। भगवान विष्णु को समर्पित यह मंदिर आन्ध्रप्रदेश के चित्तूर जिले के तिरुपति में है। यह भारत के प्रसिद्ध तीर्थस्थलों में से एक है।

तिरुपति बालाजी मंदिर के बारे में एक मान्यता है कि

भगवान विष्णु ने यहां कुछ समय के लिए विश्राम किया था। तिरुमला के पुष्करणी नाम के तालाब के किनारे भगवान विष्णु ने निवास किया था। मंदिर के पास लगे हुए इस पुष्करणी पवित्र जलकुण्ड के पान का उपयोग सिर्फ मंदिर के पूजन और सेवाकार्यों जैसे कामों में किया जाता है। इस कुण्ड का पानी पूरी तरह से साफ और कीटाणुरहित है। भक्त इस कुण्ड के पवित्र जल में डुबकी भी लगाते हैं। कहा जाता है, कि भगवान विष्णु ने वैकुण्ठ में इसी कुण्ड में स्नान किया था। मान्यता है कि इस कुण्ड में स्नान से सारे पाप धुल जाते हैं, साथ ही सभी सुखों की प्राप्ति होती है। बगैर स्नान के इस मंदिर में कोई भी प्रवेश नहीं कर सकता है। कहा जाता है कि मंदिर का इतिहास 9वीं शताब्दी से प्रारंभ होता है, जब कांचीपुरम के शासक वंश पल्लवों ने इस जगह पर अपना आधिपत्य स्थापित किया था, लेकिन 15 वीं सदी के विजयनगर वंश के शासन के बाद भी इस मंदिर की ख्याति सीमित होती गई। 15 वीं सदी के बाद मंदिर की प्रसिद्धि

दूर-दूर तक जाने लगी। 1843 से 1933 ई. तक अंग्रेजों के शासन के तहत मंदिर का प्रबंधन हातीरामजी मठ के महंत ने संभाला। 1933 में इस मंदिर का प्रबंधन काम मद्रास की सरकार ने ले लिया। मंदिर की स्वतंत्र समिति तिरुमाला-तिरुपति मंदिर प्रबंधन का काम संभालती है।

तिरुपति बालाजी मंदिर के आसपास बनी पहाड़ियां शेषनाग के सात फनों के आधार पर बनी होने से सप्तगिरि कही जाती है। भगवान वेंकटेश्वर का यह मंदिर सप्तगिरि की सातवीं पहाड़ी पर है। यह वेंकटाद्रि के नाम से प्रसिद्ध है। मंदिर से कई पौराणिक मान्यताएं जुड़ी हुई हैं। इनके अनुसार तिरुपति बालाजी मंदिर की स्थापना भगवान वेंकटेश्वर की प्रतिमा में ही भगवान विष्णु बसते हैं। भगवान विष्णु यहां समूचे कलियुग में विराजमान रहते हैं। यहां सभी धर्म के अनुयायियों के लिए मंदिर खुला रहता है। यहां बिना किसी भेदभाव और बगैर रोकटोक के किसी भी जाति और किसी भी धर्म के लोग आ-जा सकते हैं।

## पति की लंबी उम्र और सुखी वैवाहिक जीवन के लिए शुक्रवार के दिन करें ये उपाय

धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, सप्ताह का प्रत्येक दिन अलग-अलग देवी-देवताओं को समर्पित किया गया है। इसी तरह से शुक्रवार का दिन धन की देवी लक्ष्मी को समर्पित है। इस दिन जो भी जातक भक्ति भाव से मां लक्ष्मी की पूजा करता है, उसके सभी कष्ट दूर हो जाते हैं। मां लक्ष्मी की कृपा से ही मनुष्य तो क्या देवों को भी ऐश्वर्य और वैभव की प्राप्ति होती है। कहा जाता है कि यदि कोई व्यक्ति अपने जीवन में आर्थिक संकट का सामना कर रहा है, तो उसे शुक्रवार के दिन मां लक्ष्मी की पूजा करनी चाहिए। शुक्रवार के दिन विधि-विधान से पूजन करने पर मां लक्ष्मी प्रसन्न होती हैं। साथ ही भक्तों पर उनकी कृपा बनी रहती है। इसके अलावा यदि आप चाहते हैं कि जीवन में सुख-समृद्धि की प्राप्ति हो तो शुक्रवार के दिन कुछ उपाय करने चाहिए। ज्योतिष शास्त्र में लक्ष्मी जी के पूजन संबंधी कुछ उपाय बताए गए हैं। चलिए जानते हैं शुक्रवार के उपाय...

### शुक्रवार को करें ये उपाय

ज्योतिष के अनुसार, शुक्रवार के दिन काली चींटियों को चीनी खिलाने से धन संबंधी बाधा दूर होती है। साथ ही रुका हुआ कार्य पूरा होता है और धन आगमन शुरू हो जाता है। यदि आपके रिश्ते को किसी की बुरी नजर लग गई है या रिश्तों में खटास आ रही है, तो शुक्रवार के दिन एक मिट्टी का दीपक लें और उसमें दो कपूर रखकर जलाएं। इसके बाद दीपक को पूरे घर में घुमा कर बाहर रख दें। ज्योतिष के अनुसार ऐसा करने से दंपत्य जीवन में मिठास बढ़ती है। ज्योतिष शास्त्र के अनुसार, वैवाहिक जीवन में सुख-शांति और मिठास बनाए रखने के लिए शुक्र ग्रह को मजबूत रखना बेहद जरूरी है। ऐसे



में शुक्रवार के दिन 108 बार ग्राम ग्रीम ग्रीम सह शुक्राय नमः मंत्र का जाप करें। ऐसा करने से पति-पत्नी के बीच आपसी संबंध मजबूत होते हैं।

इसके अलावा यदि आप अपनी शादीशुदा जिंदगी में खुशहाली और सुख-शांति चाहते हैं, तो शुक्रवार के दिन मां महालक्ष्मी का पूजन करें। माता लक्ष्मी के मंदिर में जाकर उन्हें सुहाग का सामान अर्पित करें। इसमें लाल

रंग के वस्त्र, लाल चुनरी, लाल बिंदी और लाल चूड़ियां जरूर शामिल हों।

शुक्रवार के दिन मां लक्ष्मी के मंदिर में जाकर कमल का फूल, मखाना और बतासा माता लक्ष्मी के चरणों में चढ़ाएं। ज्योतिष के अनुसार, ऐसा करने से माता लक्ष्मी प्रसन्न होती हैं और धन आगमन के रास्ते खुलते हैं। साथ ही आपके घर में पैसा रुकने लगता है।

# सर्दियों में रोजाना क्यों पीना चाहिए गाजर का ज्यूस, जानिए फायदे



दिल को सेहतमंद रखने के अलावा, गाजर का ज्यूस ब्लड प्रेशर को कम करने में मदद करता है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि गाजर के ज्यूस में मौजूद पोषक तत्व जिनमें फाइबर, पोटैशियम, नाइट्रेट्स और विटामिन सी, ब्लड प्रेशर को कम करने वाले तत्व होते हैं।

सर्दियों में अपनी वर्कआउट ड्रिंक्स को लेकर लोग काफी कंप्यूज रहते हैं, लेकिन क्या आपने कभी गाजर का ज्यूस ट्राई किया है? क्या आप जानते हैं कि गाजर का ज्यूस आपकी सेहत के लिए बेहद फायदेमंद होता है। गाजर के ज्यूस के सेहत संबंधी अनेक लाभ हैं, साथ ही यह आपके सौंदर्य के लिए भी फायदेमंद है। खाने में गाजर को शामिल करने से न सिर्फ आपकी आंखों की रोशनी तेज होगी, बल्कि आपका दिल भी सेहतमंद रहेगा। अगर आपका बाकी का खानपान भी ठीक रहेगा तो गाजर शामिल करने से आपका वजन भी जल्दी घटेगा। बता दें कि गाजर में फैट न के बराबर होता है, लेकिन पौष्टिकता भरपूर मात्रा में होता है, जैसे- सोडियम, पोटैशियम, कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, विटामिन ए, डी, सी, बी6 आदि होते हैं। इन पौष्टिकताओं के कारण गाजर को आधासीसी, कान का दर्द, मुंह का बदबू, पेट दर्द जैसे बीमारियों के लिए गाजर के जड़, फल और बीज का इस्तेमाल औषधि के लिए किया जाता है।

## ऐसे बनाएं गाजर का ज्यूस

- दो कप पानी, दो गाजर,
- एक चम्मच अदरक बारीक कटी।
- एक बड़ा चम्मच नींबू का रस।
- एक छोटा चम्मच काला नमक (चाहें

तो), स्वादानुसार नमक, एक चम्मच भुना जीरा पाउडर (चाहें तो) सबसे पहले गाजर को छील लें। इसके बाद अच्छी तरह धोकर उसे काट लें। अब एक मिक्सर जार में गाजर के टुकड़े, अदरक, पानी, नींबू का रस, भुना जीरा पाउडर, काला नमक और नमक मिलायें। सारी चीजों को ग्राइंडर में अच्छी तरह पीस कर ज्यूस बना लें।

## गाजर का ज्यूस पीने के फायदे

गाजर का ज्यूस पीने से चेहरे पर चमक आती है। इसके सेवन से कील-मुहासों से भी छुटकारा मिलता है। गाजर का ज्यूस पीने से शरीर में हिमोग्लोबिन की मात्रा बढ़ जाती है। गाजर में अधिक मात्रा में फाइबर पाया जाता है, जो शरीर की पाचनशक्ति को बढ़ाता है। आंखों की रोशनी के लिए फायदेमंद होता है। गाजर में कैरोटीनायड होता है, जो हृदय रोगियों के लिए अच्छा होता है। गाजर का प्रतिदिन सेवन कालेस्ट्रॉल के स्तर को कम करता है। एंटी ऑक्सीडेंट्स से भरपूर। गाजर के रस में मिश्री व काली मिर्च मिलाकर पीने से खंसी ठीक हो जाती है। इम्यूनिटी बढ़ाने में रामबाण है। स्किन को हेल्दी रखने में मददगार साबित होता है। इसे खाने से मसूड़ों से ब्लड आना बंद हो जाता है और दांतों की चमक बढ़ती है। ब्लड शुगर लेवल को और ब्लड प्रेशर को भी रखता है नियंत्रित। लीवर को हमेशा हेल्दी रखता है। प्रेग्नेंसी में भी फायदेमंद के साथ साथ, कैंसर के खिलाफ सुरक्षा। मेटाबॉलिज्म सुधरता है। गाजर खाने से पेट और फेफड़ों के कैंसर का जोखिम कम हो जाता है। गाजर के प्रतिदिन सेवन से रक्त में शर्करा का स्तर ठीक रहता है।

# हेयर ड्राई में प्रयुक्त हानिकारक रसायन और होने वाले साइड इफेक्ट्स

आज मनुष्य जिस रंग से बालों को काला करने के लिए प्रयोग कर रहा है, वह कैंसर और कई बीमारियों का कारण बन रहा है। मनुष्य को रोगग्रस्त कर रहे कुछ ऐसे खतरनाक रसायन हेयर ड्राई में होते हैं जो मनुष्य के लिए हानिकारक होते हैं।



- 1 पी.पी.डी. (पैरा-फेनिलेनेडियम):** इसका उपयोग गहरे रंग प्राप्त करने के लिए किया जाता है। यह बिटुमेन से बनाया जाता है, एक पेट्रोलियम-दूष्यमान रसायन जिसमें बेंजीन, फिनोल, नेफथलीन, एनिलिन रसायन होते हैं। शोध से पता चला है कि हाइड्रोजन परोक्साइड के साथ पीपीडी बहुत जहरीले हो जाते हैं।
- 2 हाइड्रोजन पैराक्साइड :-** इसका उपयोग बालों के प्राकृतिक रंग को हटाने के लिए किया जाता है।
- 3 अमोनिया :-** इसका उपयोग बालों की बाहरी परत को खोलने के लिए किया जाता है ताकि ड्राई बालों के अंदर जा सके।
- 4 डीएमडीएम हाइडेंटोइन:** यह कास्टिक जलन और फेफड़ों में जलन का कारण बनता है। यह एक संरक्षक है जो धीरे-धीरे जहरीले फॉर्मलाडेहाइड रसायनों को छोड़ता है। यह ऊतक को परेशान करता है और प्रतिरक्षा प्रणाली को प्रभावित करता है। इसका उपयोग कवक, खमीर और बैक्टीरिया को मारने के लिए किया जाता है।
- 5 रेसोरिसिनॉल:** यह अंतःस्त्रावी तंत्र को प्रभावित करने वाला एक एलर्जन है।
- 6 पैराबेंस :-** दो सबसे आम परबेन्स संरक्षक मिथाइलपरबेन्स और प्रोपाइलपरबेन्स हैं। यह गंभीर एलर्जी और त्वचा की जलन का कारण बनता है।
- 7 लेड एसिटेट :-** इसका उपयोग कलर एडिटिव के रूप में किया जाता है। यह जहरीला होता है। इसकी थोड़ी मात्रा भी गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बनती है।
- 8 यूजीनॉल:-** यह जहरीली सुगंध कैंसर, एलर्जी, प्रतिरक्षा और तंत्रिका तंत्र के वायरस से जुड़ी है, और अधिक खतरनाक रसायनों का उपयोग किया जा रहा है। इससे भी बालों की सेहत को हानि पहुंचती है।

# मानसून में होने वाले रोगों से बचाव के लिए अपनाएं ये आसान उपाय

**बा**रिश का मौसम अपने साथ कई तरह की बीमारियां लेकर आता है। इस मौसम में सर्दी, जुकाम और बुखार होना सामान्य है। बच्चों से लेकर बड़ों तक किसी भी आयु के व्यक्ति को मौसमी बीमारी हो सकती है। मानसून में सामान्य और गंभीर दोनों तरह के रोगों का खतरा रहता है। बारिश के पानी में भीगने पर अक्सर लोगों को बुखार और जुकाम हो जाता है। वहीं मानसून में कीचड़ और पानी जमा होने के कारण डेंगू के मच्छर बढ़ जाते हैं। बारिश के मौसम में डेंगू मलेरिया के मरीज बढ़ जाते हैं। बारिश में त्वचा संबंधी कई तरह के रोग होने की संभावना भी बढ़ जाती है। खुजली, जलन और रूखी त्वचा की समस्या होने लगती है। मानसून में होने वाले संभावित रोगों के बारे में जानिए और बारिश के मौसम में बीमारियों से बचने के लिए क्या उपाय कर सकते हैं।

## त्वचा रोग

बारिश में व्यक्ति को चर्म रोग हो सकता है। इस मौसम में घमौरी, फोड़े-फुंसी आदि होना सामान्य बात है। त्वचा संबंधी ये बीमारियां फंगल इंफेक्शन होती हैं, जो नमी की वजह से समस्या खड़ी कर देती हैं। ऐसे में अक्सर लोगों को बारिश में खुजली, लाल त्वचा और जलन होती है।

**बचाव-** मानसून में त्वचा संबंधी रोग की समस्या से बचाव के लिए बारिश में भीगने पर तुरंत कपड़े बदल लेने चाहिए। अधिक देर बारिश में भीगने पर त्वचा में नमी के कारण बीमारी होती है, इसलिए कपड़े बदलने से साथ ही त्वचा को अच्छे से सुखा लें। वहीं साफ सुथरे रहें।

## पेट की समस्या

बारिश के मौसम में अक्सर लोगों का पेट खराब हो जाता है। बरसात में पाचन क्रिया कमजोर हो सकती है, जिसके कारण पेट की समस्या हो जाती है। मानसून में डायरिया, उल्टी और दस्त होना आम बात है।

**बचाव-** मानसून में खान पान का विशेष ख्याल रखें। हल्का भोजन करें और बाहर का गलत खाने से बचें। खाने के बाद टहलने की आदत डालें ताकि भोजन पच सके।



## मलेरिया और डेंगू

बारिश में डेंगू और मलेरिया के मामले सबसे अधिक बढ़ जाते हैं। तेज बारिश होने से जगह जगह बारिश का पानी जमा हो जाता है। इस गंदे पानी से मच्छर फैलते हैं जो डेंगू, मलेरिया और चिकनगुनिया जैसी बीमारियां फैलाते हैं। डेंगू में ब्लड प्लेटलेट काउंट तेजी से कम होने से मरीज के लिए जान का जोखिम बढ़ जाता है **बचाव-** बीमारियों से बचाव के लिए बारिश के पानी को भरने न दें। साफ सफाई रखें। मच्छर भगाने की दवाइयों का इस्तेमाल करें।

# हड्डियों को नुकसान पहुंचा सकती हैं ये स्थितियां...

**श**रीर को मजबूती देने वाला हड्डियों का मजबूत ढांचा कई बार कमजोर पड़ जाता है। यह कमजोरी किसी समस्या की वजह से भी हो सकती है और शरीर में किसी कमी की वजह से भी। यदि इस पर ध्यान न दिया जाए तो हड्डियां क्षतिग्रस्त होती जाती हैं और टूट भी सकती हैं। कई बार यह स्थाई विकलांगता का मामला भी बन जाता है। इसलिए जरूरी है कि हड्डियों की सेहत को लेकर सजग रहा जाए। हड्डियों से जुड़ी दिक्कतों को अक्सर लोग मामूली दर्द या तकलीफ मानकर चलते हैं, जब तक कि तकलीफ बहुत बढ़ न जाए और डॉक्टर जांचों के लिए न बोल दें। इसलिए दर्द होने पर भी लोग लम्बे समय तक दर्द निवारक दवाएं खाकर या बाम आदि लगाकर काम चलाते रहते हैं। हड्डियों के लिए यह तरीका



गंभीर मुश्किल का कारण भी बन सकता है। हड्डियों को मुश्किल में डालने वाली कई तरह की स्थितियां हो सकती हैं। जानिए उनको करीब से।

**बचपन से रखें ख्याल:** सेहत के लिए जागरूकता का शुरुआत से साथ रहना लम्बी उम्र और अच्छे स्वास्थ्य का मूलमंत्र है। ज्यादातर लोग जीवन के शुरुआती समय को

गंभीरता से नहीं लेते क्योंकि उस समय शरीर विकास कर रहा होता है, मेटाबॉलिज्म अच्छा होता है और आमतौर पर कोई समस्या सामने नहीं आती। इसलिए लोग खान-पान से लेकर जीवनशैली तक हर चीज को लेकर प्रयोग कर डालते हैं। जबकि यही वह समय होता है जब आप भविष्य के लिहाज से मजबूत और स्वस्थ शरीर की नींव रख सकते हैं। इसलिए बच्चों को पर्याप्त मात्रा में कैल्शियम, विटामिनस और खनिज से भरपूर भोजन, व्यायाम, खेल-कूद और समय पर सोने-जागने की आदत डालें। ये आदतें हड्डियों और जोड़ों को भी लम्बे समय तक सेहतमंद और मजबूत बनाये रखने में मदद करेंगी। सही साइज के जूते पहनने से, सही पॉश्चर रखने तक, बच्चों को हर अच्छी चीज के लिए प्रेरित करें।

# स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का निवास होता है



**क** हावत तो पुरानी है लेकिन है पूरी तरह सच। कोरोना महामारी के समय जब सभी लोग घर के अंदर कैद हो गए थे और अब भी कुछ हद तक हैं। छोटे बड़े सभी उम्र के लोग इसकी चपेट में आ चुके हैं। इस समय जब हम घरों से बाहर नहीं जा सकते, तो अपने तन और मन को कैसे स्वस्थ रखें फिट, यह एक बहुत बड़ा पॉइंट है लेकिन घर पर रहकर भी रहने के कुछ तरीके हम स्टेमाल कर सकते हैं। जिससे मन स्वस्थ रहेगा और प्रसन्न भी रहेगा।

फिट रहने के लिए सबसे ज्यादा जरूरी हमारी नींद का पूरा होना है, साथ ही नींद का समय भी निर्धारित होना चाहिए। हम अपनी नींद को इतनी अहमियत नहीं देते और अगर हम अपनी नींद पूरी तरह से नहीं लेते हैं तो हमारा मेटाबॉलिज्म, मूड, एकाग्रता, याददाश्त, स्ट्रेस, हार्मोन, रोग प्रतिरोधक क्षमता पर असर पड़ता है तथा हृदय रोगों को जन्म देता है।

सही वक्त पर सोना, हमारे मन मस्तिष्क को आराम देता है। जिससे हमारी दिनचर्या सही तरीके से चलती है। इसलिए हमें 7 से 8 घंटे की नींद लेना जरूरी है। फिट रहने के लिए सुबह का नाश्ता बहुत अहम होता है और सुबह का नाश्ता पौष्टिक होना चाहिए। क्योंकि पौष्टिक आहार हमारी दिनभर की ऊर्जा को बनाए रखता है और यह शारीरिक और मानसिक दोनों रूप से हमें स्वस्थ बनाता है।

आहार का संतुलित होना बहुत जरूरी है हमें प्रतिदिन

ताजे फल, सब्जी, साबुत दालें अपने आहार में शामिल करना चाहिए डायट में लीन प्रोटीन को भी शामिल करें, उदाहरण : चिकन, मछली, टोफू, फलियां। बॉडी की एनर्जी के लिए सही मात्रा में कार्बोहाइड्रेट से पूर्ण आहार लें। कार्बोहाइड्रेट की कमी से सुस्ती और कमजोरी हो सकती है इसलिए सही मात्रा में डाइट में कार्बोहाइड्रेट और अन्य सभी पोषक तत्व होना जरूरी है।

अब आहार के बाद सबसे अहम होता है 'व्यायाम' जिसको हम अपनी सहूलियत से आगे पीछे या छोड़ ही देते हैं, किंतु इस कोरोना काल में योग, और व्यायाम का महत्व शायद सभी ने समझ लिया है।

योग, मॉर्निंग वाक, रनिंग, व्यायाम सभी का अलग अलग महत्व है। सप्ताह में 2 से 4 दिन जॉगिंग करने से स्फूर्ती आती है। कार्डियो एक्सरसाइज से हार्ट एवं लॉस मजबूत बनते हैं स्ट्रेचिंग और योगासन करने से शरीर का अतिरिक्त फैट बर्न होता है और शरीर में लचीलापन आता है एक्सरसाइज से बॉडी में ब्लड सर्कुलेशन बढ़ता है तथा रोज व्यायाम और मेडिटेशन करने से तनाव कम होता है और मन प्रसन्न रहता है। कोरोना वायरस जो कि फेफड़ों पर सबसे पहले हमला करता है इसके लिए जरूरी है कि आप अपने फेफड़ों को मजबूत बनाएं ताकि आप किसी संक्रमण के जल्दी शिकार ना हो पाए, फेफड़ों जो कि शरीर का एक अहम भाग हैं, फेफड़ों के स्वस्थ रहने से अस्थमा, ब्रोंकाइटिस और टीवी जैसी बीमारियां जल्दी नहीं

पकड़ती इन्हें मजबूत बनाने के लिए हमें रोज ब्रीदिंग एक्सरसाइज करनी चाहिए और यह फेफड़ों की क्षमता में बढ़ाते हैं।

प्राणायाम : नाड़ी शोधन प्राणायाम उज्जै प्राणायाम, कपालभाती और डीप ब्रेथिंग... इनसे फेफड़ों को स्ट्रेंथ मिलती है।

हम घर पर ही रहकर योग कर सकते हैं, इसमें ॐ का उच्चारण कभी भी, कहीं भी कर सकते हैं लेकिन सुबह खाली पेट ओम का उच्चारण किया जाए तो ज्यादा अच्छा होता है। ओम के जाप का अभ्यास सुखासन, पद्मासन वज्रासन में बैठकर करना अच्छा माना जाता है, शायद आप जानते होंगे कि यह आप के फेफड़ों के लिए कितना फायदेमंद है। ॐ का उच्चारण करने से सांसे तेज हो जाती हैं, खासतौर से खुले स्थान पर इसका ध्यान करने से साफ हवा शरीर में पहुंचती है ॐ का 5, ७, ११, और 21 बार उच्चारण बहुत अच्छा माना गया है। इसके लिए गहरी सांस लें और फिर ओम का जाप करते हुए सांस छोड़ें आप अपना मुंह खोलते हुए आवाज को जितना संभव हो सके उतना बढ़ाएं फेफड़ों की क्षमता बहुत हद तक बढ़ जाएगी और सांस लेने में भी आसानी होगी।

हम स्वस्थ रहेंगे तो घर स्वस्थ रहेगा, घर स्वस्थ रहेगा तो परिवार स्वस्थ रहेगा। तभी हम स्वस्थ विचार धारा को जन्म दे पाएंगे।

# गठिया की समस्या से हैं परेशान तो इन फूड आइटम्स को कहें नो...

अगर आपको गठिया की शिकायत है तो आपको बहुत अधिक मीठे का सेवन भी नहीं करना चाहिए। जरूरी नहीं है कि आप सिर्फ चीनी की मात्रा को ही सीमित करें, बल्कि स्वीट डिश व अन्य तरल पदार्थों में भी शुगर की मात्रा को नियंत्रित करना बेहद आवश्यक है। बहुत से लोगों को इस बात की जानकारी ही नहीं होती कि उनका खानपान उनके गठिया के दर्द को प्रभावित कर सकता है। गठिया की मुख्य वजह इनफ्लेमेशन है और अगर आप अपने डाइट में इनफ्लेमेटरी फूड्स को शामिल करते हैं तो इससे आपकी समस्या काफी हद तक बढ़ जाती है। इसलिए अगर आप जोड़ों के दर्द से परेशान हैं तो आपको अपने आहार पर विशेष ध्यान देना चाहिए। आज हम आपको ऐसे ही कुछ फूड्स के बारे में बता रहे हैं, जो आपकी गठिया की समस्या को बढ़ा सकते हैं।



## प्रोसेस्ड फूड

प्रोसेस्ड फूड जैसे पहले से पैकेज्ड मील व स्नैक्स आदि को आपको खाने से परहेज करना चाहिए। प्रोसेस्ड फूड को प्रिजर्व करने के लिए ट्रांस फैट का इस्तेमाल किया जाता है और यही ट्रांस फैट इनफ्लेमेशन को ट्रिगर कर सकते हैं।

## ओमेगा-6 फैटी एसिड

कॉर्न, मूंगफली, सूरजमुखी, कुसुम, और सोया के तेल के साथ-साथ अधिकांश मीट में ओमेगा-6 फैटी एसिड में पाया जाता है। इनका केवल सीमित मात्रा में ही सेवन करना अच्छा माना गया है। अत्यधिक ओमेगा-6 फैटी एसिड युक्त भोजन के सेवन से यह इनफ्लेमेटरी केमिकल को ट्रिगर कर सकता है।

## रेड मीट व फ्राइड फूड

रेड मीट में सैचुरेटेड फैट हाई होता है, जो उच्च कोलेस्ट्रॉल और इनफ्लेमेशन का कारण बन सकता है। अगर आप गठिया की समस्या को बढ़ाना नहीं चाहते तो आपको फ्राइड मीट के साथ-साथ अन्य फ्राइड फूड से भी दूरी बनानी चाहिए।

## अत्यधिक शुगर

अगर आपको गठिया की शिकायत है तो आपको बहुत अधिक मीठे का सेवन भी नहीं करना चाहिए। जरूरी नहीं है कि आप सिर्फ चीनी की मात्रा को ही सीमित करें, बल्कि स्वीट डिश व अन्य तरल पदार्थों में भी शुगर की मात्रा को नियंत्रित करना बेहद आवश्यक है। अत्यधिक शुगर युक्त चीजों के सेवन से आपकी इनफ्लेमेशन की समस्या बढ़ सकती है।

## फैट डेयरी प्रॉडक्ट्स

चीज, बटर, क्रीम चीज व मेयोनेज आदि सैचुरेटेड फैट हाई होता है। यह इनफ्लेमेशन को ट्रिगर कर सकता है। इसलिए इस तरह के हाई फैट डेयरी प्रॉडक्ट का सेवन करते समय आपको संयम बरतने की आवश्यकता है।

## नमक करेगा नुकसान

नमक के बिना भोजन की कल्पना भी नहीं की जा सकती है। लेकिन जिन लोगों को गठिया की शिकायत है, उनके लिए अत्यधिक नमक परेशानी खड़ी कर सकता है।

## खून साफ करने वाला करेला आपकी स्किन को भी बनाता है बेदाग

**डा** र्क सर्कल हटाने के लिए शायद आप आंखों के नीचे खीरे का रस लगाती होंगी, लेकिन क्या आपको पता है कि करेले और खीरे का फेस पैक लगाने से आपकी त्वचा एकदम साफ और बेदाग बनती है। यह फेस पैक बनाने के लिए आधे खीरे और करेले को काटकर मिक्सर में पीस लें। करेला सेहत के लिए बहुत हेल्दी होता है, लेकिन इसका कड़वा स्वाद कम ही लोगों को भाता है। करेला खून साफ करता है जिससे चेहरे पर पिंपल्स आदि नहीं होते हैं, लेकिन जो लोग करेला खाना पसंद नहीं करते हैं उसे सीधे चेहरे पर भी लगा सकते हैं। आपने दही, हल्दी, बेसन और टमाटर से तो बहुत फेसपैक बनाए होंगे लेकिन अब करेले से फेस पैक बनाएं और अपने चेहरे को दीर्घ बेदाग खूबसूरती।

अंडा, दही और करेला : इन तीनों चीजों का कॉम्बिनेशन न सिर्फ आपकी त्वचा का मॉइश्चराइज करता है, बल्कि झुर्रियों से भी बचाता है इसे बनाने के लिए। 1 चम्मच करेले के रस में 1 चम्मच दही और 1 अंडे की जर्दी मिलाकर पेस्ट बनाएं। इस मिश्रण को चेहरे पर गर्दन पर लगाकर करीब 20-25 मिनट के लिए सूखने दें। फिर चेहरे पर थोड़ा पानी लगाकर धीरे-धीरे रगड़कर इसे छुड़ाएं और गुनगुने पानी से चेहरा धो लें।

करेला खीरा फेसपैक : डार्क सर्कल हटाने के लिए शायद आप आंखों के नीचे खीरे का रस लगाती होंगी, लेकिन क्या आपको पता है कि करेले और खीरे का फेस पैक लगाने से आपकी त्वचा एकदम साफ और बेदाग बनती है। यह फेस पैक बनाने के लिए आधे खीरे और करेले को काटकर मिक्सर में पीस लें। इस पेस्ट को चेहरे और गर्दन पर लगाएं। 10-15 मिनट बाद पानी से धो लें।

करेला संतरे का छिलका : यदि आपकी स्किन ऑयली है और आप पिंपल्स से परेशान रहते हैं तो यह स्क्रब आपके बहुत काम आएगा।

# इन आईशैडो हैक्स की मदद से आंखों को बनाएं ब्यूटीफुल



**आ** जकल आईशैडो लगाते समय डिफरेंट शेड्स को आई मेकअप का हिस्सा बनाया जाता है। लेकिन ऐसी बहुत सी लड़कियां होती हैं, जिन्हें समझ ही नहीं आता कि वे डिफरेंट कलर्स को आईशैडो में कैसे शामिल लें। इसके लिए आप इस हैक की मदद लें। आईमेकअप करते समय महिलाएं सबसे ज्यादा अपनी आंखों पर फोकस करती हैं। आई मेकअप आपके लुक को बना भी सकता है और बिगाड़ भी। आई मेकअप के दौरान आईशैडो को लगाना काफी मुश्किल होता है। बहुत कम लड़कियां होती हैं, जो इसे एकदम परफेक्ट तरीके से लगा पाती हैं। ऐसे में उन्हें आईशैडो से मनचाहा लुक नहीं मिल पाता और यही कारण है कि बहुत सी लड़कियां आई मेकअप के दौरान आईशैडो को स्किप कर देती हैं।

**लगाएं प्राइमर-** पाउडर आईशैडो लगाते समय अक्सर वह झड़ता है। साथ ही अधिकतर मामलों में एक आई लिड पर अधिक आईशैडो तो दूसरी लिड पर कम लग जाता है। ऐसे में अगर आप आईशैडो की एक इवन लेयर लगाना चाहती हैं तो ऐसे में आप पहले आईप्राइमर लगाएं। मेकअप एक्सपर्ट के अनुसार, आईप्राइमर लगाकर आप परफेक्ट आईशैडो लगा सकती हैं, लेकिन अगर आपके पास आईप्राइमर नहीं है तो आप फाउंडेशन को भी लिड पर एक बेस की तरह लगा सकती हैं। इसके बाद ही आईशैडो लगाएं।

**टेप की लें मदद-** ब्यूटी एक्सपर्ट के अनुसार, यह टिप बिगनर्स आसानी से इस्तेमाल कर सकते हैं। अक्सर आईशैडो लगाते समय एक समस्या यह भी होती है कि एक साइड से वह थोड़ा बाहर निकल जाता है या फिर आईशैडो की शेष बिगाड़ी जाती है। अगर आप भी बिगनर हैं और आईशैडो लगाते समय आप यह गलती करती हैं, तो ऐसे में आप टेप की मदद ले सकती हैं। इसके लिए आप टेप को अपने आउटर कानर पर क्रॉस करते हुए टेप लगाएं और उसके बाद आप आईशैडो लगाएं।

**रखें इसका ध्यान-** आजकल आईशैडो लगाते समय



डिफरेंट शेड्स को आई मेकअप का हिस्सा बनाया जाता है। लेकिन ऐसी बहुत सी लड़कियां होती हैं, जिन्हें समझ ही नहीं आता कि वे डिफरेंट कलर्स को आईशैडो में कैसे शामिल लें। इसके लिए आप इस हैक की मदद लें। मेकअप एक्सपर्ट बताते हैं कि हमेशा आप डार्क शेड को हमेशा आईलिड के आउटर कानर पर लगाएं।

**बनाएं आईलाइनर-** आई मेकअप के दौरान आईलाइनर को अप्लाई किया जाता है, लेकिन अगर आप आईमेकअप से एक साफ्ट लुक चाहती हैं तो ऐसे में आप लिक्विड लाइनर को स्किप करें और इसकी जगह आईशैडो का यूज करें। बस आप एक थिन एंगल्ड ब्रश लें और एक डार्क शेड के आईशैडो को उस पर लेकर बतौर आईलाइनर अप्लाई करें।

# इम्यूनिटी बूस्ट करने वाली हल्दी के है ढेरों स्वास्थ्य लाभ...



**आ** युर्वेद में हल्दी को औषधि के रूप में इस्तेमाल किया जाता है और हेल्थ एक्सपर्ट्स के मुताबिक, हल्दी के सेवन से आपके रक्त में मौजूद हानिकारक तत्व बाहर निकल जाते हैं और इससे ब्लड सर्कुलेशन भी अच्छा रहता है। हल्दी के औषधीय गुणों से हर कोई वाकिफ है और आजकल तो वायरस से लड़ने के लिए डॉक्टर्स और हेल्थ एक्सपर्ट्स भी हल्दी के सेवन की सलाह दे रहे हैं। हल्दी में ढेर सारे गुण होते हैं। यह त्वचा की रंगत निखारने से लेकर दर्द से राहत और सर्दी-खांसी से छुटकारा दिलाने में बहुत मददगार होता है। खांसी और दर्द से छुटकारा दिलाने के लिए विशेषज्ञ इसे रामबाण मानते हैं।

आपके घर के बड़े बुजुर्ग चोट लग जाने या सर्दी-खांसी होने पर अक्सर हल्दी वाला दूध पीने की सलाह देते होंगे, साथ ही सदियों से रंग निखारने के लिए हमारे यहां हल्दी का उबटन लगाने की परंपरा है, लेकिन अब तो हेल्थ एक्सपर्ट्स भी हल्दी वाला दूध पीने और हल्दी के पानी से गरारे की सलाह दे रहे हैं। दरअसल, कोरोना वायरस से बचाव और इम्यूनिटी बूस्ट करने में हल्दी भी बहुत मददगार है। यह वजह है कि विशेषज्ञ भी लोगों को हल्दी का सेवन करने की सलाह दे रहे हैं। चिकित्सकों के मुताबिक, हल्दी में ढेर सारे ऐसे तत्व मौजूद हैं तो आपको दर्द से राहत दिलाने के साथ ही इम्यूनिटी भी बूस्ट करता है।

दिल को स्वस्थ रखता है

आयुर्वेद में हल्दी को औषधि के रूप में इस्तेमाल किया जाता है और हेल्थ एक्सपर्ट्स के मुताबिक, हल्दी के सेवन से आपके रक्त में मौजूद हानिकारक तत्व बाहर निकल जाते हैं और इससे ब्लड सर्कुलेशन भी अच्छा रहता है। यह रक्त को गाढ़ा नहीं होने देता जिससे धमनियों में रक्त प्रवाह सुचारु रूप से होता रहता है और दिल संबंधी बीमारियों नहीं होती। रक्त गाढ़ा होने से हार्ट अटैक और दिल संबंधी अन्य बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। एक अध्ययन के अनुसार, हल्दी दूध के सेवन से सर्जरी के बाद आने वाले हार्ट अटैक के खतरे को काफी हद तक टाला जा सकता है।

# साउथ फिल्मों से चमकेगी शर्ली सेतिया की किस्मत...



**आ**ज के समय में सिनेमा जगत में कई ऐसे सेलेब्स हैं, जिन्होंने अपनी जर्नी यू-ट्यूब से शुरू की और अब वह मनोरंजन जगत का एक अहम हिस्सा बन गए हैं। आज वह अपना 27वां जन्मदिन मना रही हैं। शर्ली सेतिया मल्टी टैलेंटेड कलाकार हैं। वह कमाल की सिंगर हैं और उन्होंने म्यूजिक के क्षेत्र में शानदार काम करने के बाद ही एक्टिंग की दुनिया में कदम रखा। इतना ही नहीं, एक समय ऐसा भी था जब शर्ली सोशल मीडिया सेंसेशन बन गई थीं। हर कोई उनकी चर्चा करने पर मजबूर हो गया था। आज अभिनेत्री के जन्मदिन पर हम आपको उनके करियर के बारे में बताते हैं, जिसमें साउथ का कनेक्शन तक शामिल है।

2 जुलाई 1995 को दमन में जन्मी शर्ली सेतिया न्यूजीलैंड में पली बढ़ी हैं। जब उनका जन्म हुआ था उसके कुछ समय बाद ही शर्ली अपने माता-पिता के साथ न्यूजीलैंड चली गईं थीं और यहीं पर पढ़ाई की। उन्होंने अपना ग्रेजुएशन ऑकलैंड यूनिवर्सिटी से किया। इसी बीच शर्ली ने टी-सीरीज द्वारा आयोजित एक प्रतियोगिता में हिस्सा लिया और इसकी विजेता रहीं। वह रातों-रात रॉक स्टार बन गईं। उन्होंने बेडरूम से ही पजामा पहने एक वीडियो रिकॉर्ड किया था, जिसके बाद ही उन्हें 'पजामा पॉपस्टार' का निक नेम दिया गया। शर्ली जब 16 साल की थीं तब उन्होंने यू-ट्यूब पर अपना पहला गाना अपलोड किया था। लेकिन उनके गाने 'आशिकी 2' ने सोशल मीडिया पर धमाल मचा दिया। इस गाने को यूजर्स ने खूब पसंद किया। इसके बाद ही वह रातों-रात सोशल मीडिया सेंसेशन बन गईं। फैंस गानों के साथ-साथ उनका क्यूट अंदाज को भी खूब पसंद करते हैं। सिंगिंग की दुनिया में अपनी पहचान बनाने के बाद ही शर्ली एक्टिंग में कमाल दिखाने भी आ गई हैं। लेकिन उनकी शुरुआत कुछ खास नहीं हुई। शर्ली ने ओटीटी से एक्टिंग की दुनिया में कदम रखा था। वह नेटफ्लिक्स की फिल्म 'मस्का' से फिल्मों में सबसे पहले नजर आई थीं। हाल ही में, वह शिल्पा शेठ्टी और अभिमन्यु दासानी के साथ फिल्म 'निकम्मा' में भी नजर आईं। शर्ली को इस फिल्म से काफी उम्मीदें थीं लेकिन यह फिल्म फ्लॉप साबित हुई।

## दो सुपरस्टार्स ने टुकराया 'कॉफी विद करण 7' का ऑफर...

**फि**ल्म निर्माता और निर्देशक करण जौहर अपनी फिल्मों के अलावा अगर सबसे ज्यादा सुर्खियां बटोरते हैं तो वो है, उनका शो कॉफी विद करण। जिसमें बड़े से बड़े सेलिब्रिटी को इनवाइट किया जाता है और हंसी मजाक के साथ ही उनके निजी जिंदगी के कई राज भी उजागर करवा लिए जाते हैं। इसलिए इस शो के हर सीजन में कोई न कोई कॉन्ट्रोवर्सी तो बनती ही है। इस वजह से सेलेब्स कॉफी विद करण में जाने से पहले एक बार सोचते तो जरूर होंगे। करण जौहर के शो 'कॉफी विद करण का



सीजन 7' आने वाला है। हालांकि अभी गेस्ट की लिस्ट ऑफिशियली सामने नहीं आई है लेकिन जानकारी सामने

आ रही है कि साउथ के दो जाने-माने सितारों ने कॉफी विद करण का ऑफर टुकरा दिया है। कॉफी विद करण में बॉलीवुड सेलिब्रिटीज की निजी जिंदगी से जुड़े किस्सों पर सवाल होता है, और वह उनका जवाब देते हैं। अब तक कई बॉलीवुड के सितारों इसमें इनवाइट किए जा चुके हैं और कई बार उनके जवाबों पर जमकर हल्ला भी मच चुका है। इस समय लोगों में साउथ को लेकर क्रेज है ऐसे में फैंस चाहेंगे कि उनके पसंदीदा सितारे भी कॉफी विद करण में शिरकत करें।





## रिलीज के 1 दिन बाद ही ट्रेंड कर रहा सपना का नया गाना...

हरियाणा की डांसिंग क्वीन सपना चौधरी अपने गानों के चलते अक्सर ही सुर्खियों में बनी रहती हैं। सपना की पहचान अब हरियाणा ही नहीं पूरे देश में है। उनके गाने लोगों को डांस करने के लिए मजबूर कर देते हैं। हाल ही में सपना चौधरी के नए गाने 'नाच की तोल' ने रिलीज के बाद से ही धमाल मचा दिया है। एक दिन में ही गाने को लाखों व्यूज मिल गए हैं और अब ये ट्रेंड भी करने लगा है। इस गाने को फैंस काफी पसंद कर रहे हैं और रील बनाकर सपना चौधरी को टैग भी कर रहे हैं। सपना भी उन्हें शेयर कर अपना प्यार दिखा रही हैं। रिलीज के एक दिन बाद ही यह गाना यूट्यूब पर 33वें नंबर पर ट्रेंड कर रहा है। वहीं, इसे अभी तक 1.6 मिलियन व्यूज मिल चुके हैं, जिनका बढ़ने का सिलसिला जारी है। इसी से अंदाजा लगाया जा सकता है कि फैंस को यह गाना कितना पसंद आ रहा है। इस गाने के बोल प्रेम जांगड़ा ने लिखे हैं। वहीं, इस गाने में सपना चौधरी भरत नेगी के साथ दिखाई दी हैं।

## शक्ति कपूर का बेटा होने पर भी नहीं चल सका करियर...



बॉलीवुड एक्टर सिद्धांत कपूर आज अपना 38वां जन्मदिन मना रहे हैं। सिद्धांत बॉलीवुड के फेमस एक्टर शक्ति कपूर के बेटे और एक्ट्रेस श्रद्धा कपूर के भाई हैं। सिद्धांत का जन्म 6 जुलाई 1984 को मुंबई में हुआ था। वह अब तक कई फिल्मों में नजर आ चुके हैं। हालांकि बतौर लीड एक्टर वह अब तक हिंदी फिल्म इंडस्ट्री में अपनी जगह नहीं बना सके हैं।

बचपन से फिल्मी माहौल में पले-बढ़े सिद्धांत ने बड़े होकर एक्टिंग को ही अपना प्रोफेशन बनाने की ठानी। इसके लिए उन्होंने बाकायदा कोर्स भी किया है। उन्होंने ली स्ट्रासबर्ग थिएटर एंड फिल्म इंस्टीट्यूट से फिल्म मेकिंग और एक्टिंग की पढ़ाई की है। इसके बाद उन्होंने डिस्क जाँकी के रूप में अपने करियर की शुरुआत की। पर्दे पर दिखने से पहले वह मशहूर फिल्म डायरेक्टर प्रियदर्शन के साथ दो साल तक काम कर चुके हैं। सिद्धांत फिल्म भूल भुलैया, भागम भाग, चुप चुप के, ढोल सहित कई फिल्मों में बतौर सहायक डायरेक्टर प्रियदर्शन के साथ काम कर चुके हैं। पर्दे के पीछे की बारीकियाँ समझने के बाद वह उन्होंने पिता और बहन की तरह फिल्मों में कदम रखने का फैसला किया।

## भीगे-भीगे मौसम में भुट्टा खाती दिखीं पूनम पांडे



लीना मणिमेकलाई द्वारा निर्देशित डॉक्युमेंट्री 'काली' के पोस्टर पर शुरू हुआ विवाद थमने का नाम नहीं ले रहा है। इस मुद्दे पर राजनीति से लेकर मनोरंजन जगत से जुड़े सितारे भी अपनी राय रख रहे हैं। हाल ही में अपने बॉल्ड और बेबाक अंदाज के लिए जानी जाने वाली अभिनेत्री पूनम पांडे बारिश का आनंद उठाने के लिए मुंबई की सड़कों पर निकली थीं। इस दौरान बारिश में भुट्टे का मजा लेते हुए उन्होंने 'काली' के पोस्टर को लेकर चले रहे विवाद पर अपनी राय रखी।

पूनम पांडे अक्सर ही सोशल मीडिया पर अपने लुक्स के चलते सुर्खियाँ बटोरती रहती हैं। हाल ही में उन्हें मुंबई की सड़कों पर बारिश में भुट्टा खाते हुए स्पॉट किया गया था। इस मौके पर पैपराजी ने अभिनेत्री को घेर लिया और 'काली' के पोस्टर को लेकर सवाल किया, जिस पर पूनम ने कहा, 'मुझे लगता है कि वो फिल्म का पोस्टर है और उसे फिल्म की तरह ही देखा जाना चाहिए। मुझे पता है बहुत से लोगों को पोस्टर देखकर गुस्सा आया है। लेकिन कवर देखकर किताब को नहीं परखना चाहिए।'

# गुडलक जेरी के लिए जान्हवी ने सीखी गालियां

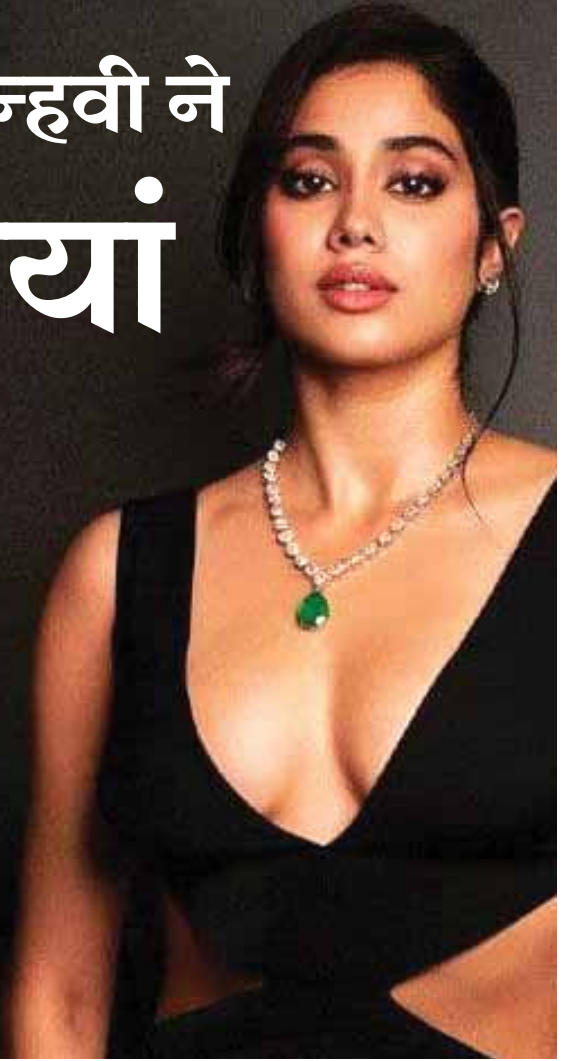
**ठेठ अंदाज देखकर रह जाएंगे हैरान**

एक्ट्रेस जान्हवी के फैंस को उनकी फिल्म 'गुड लक जेरी' का लंबे समय से इंतजार है। अब दर्शकों का यह इंतजार जल्द ही खत्म होने वाला है। हाल ही में यह घोषणा की गई थी कि जान्हवी की इस फिल्म को ओटीटी प्लेटफॉर्म पर रिलीज किया जाएगा। इस खबर के सामने आने के बाद फैंस काफी उत्साहित हैं। सिद्धार्थ सेन के निर्देशन में बनी इस फिल्म को 29 जुलाई से डिज्नी प्लस हॉटस्टार पर स्ट्रीम किया जा सकता है।

जान्हवी इंडस्ट्री की उन अभिनेत्रियों में से एक हैं जो अपने किरदार पर काफी मेहनत करती हैं। इस फिल्म के लिए भी जान्हवी ने अपना सर्वश्रेष्ठ देने की कोशिश की है। अपनी डेब्यू फिल्म 'धड़क' में राजस्थानी बोलने वाली जान्हवी इस फिल्म में बिहारी टोन में बात करती नजर आने

वाली हैं। फिल्म में उनका किरदार एक छोटे शहर की लड़की का है जिसकी वजह से उन्हें इसी लहजे में बात करने की ट्रेनिंग लेनी पड़ी। बिहारी भाषा सीखने की बात खुद जान्हवी ने स्वीकार की है। उन्होंने बताया कि गणेश सर और मिस्टर विनोद ने उन्हें इस भाषा को समझने में काफी मदद की। एक्ट्रेस ने बताया कि इसके लिए उन्होंने वर्कशॉप लीं, गाने सुने और तो और बिहारी में गाली देने की ट्रेनिंग भी ली। जान्हवी बताती हैं कि इस दौरान उन्हें काफी मजा आया। बिहारी भाषा सीखने की बात खुद जान्हवी ने स्वीकार की है।

जान्हवी बताती हैं कि इस दौरान उन्हें काफी मजा आया। बता दें कि 'गुड लक जेरी' तमिल फिल्म 'कोलमावु कोकिला' की रीमके है। फिल्म की कहानी एक ऐसी लड़की की है जो अपनी मां की बीमारी के इलाज के लिए काफी संघर्ष करती है। इस फिल्म में जान्हवी के अलावा दीपक डोबरियाल, मीता वशिष्ठ और नीरज सूद भी अहम भूमिका में दिखेंगे। वर्क फ्रंट की बात करें तो जान्हवी आखिरी बार फिल्म रूही में नजर आई थीं।



# इटली में छुट्टियां मना रही हैं सुष्मिता...

बॉलीवुड अभिनेत्री सुष्मिता सेन सोशन मीडिया पर काफी एक्टिव हैं और अक्सर ही अपनी तस्वीरें शेयर करती रहती हैं। पूर्व ब्यूटी क्वीन के अभिनय के साथ उनकी खूबसूरती के भी लोग दीवाने हैं। अभिनेत्री इन दिनों इटली के सार्डिनिया में छुट्टियां मना रही हैं और अपनी तस्वीरें भी फैंस के साथ साझा कर रही हैं। हाल ही में अभिनेत्री ने गुरु पूर्णिमा के अवसर पर एक पोस्ट साझा कर लोगों को बधाई दी है। अभिनेत्री ने एक पोस्ट साझा किया, जिसमें लिखा था, 'कभी-कभी जब आप अंधेरी जगह में होते हैं, तो आप सोचते हैं कि आपको दफना दिया गया है, लेकिन क्या पता अगर आपको प्लांट किया गया हो।' इसके साथ उन्होंने कैप्शन लिखा, 'आप सभी को गुरु पूर्णिमा की शुभकामनाएं, मेरी जान, मैं आप सबसे बहुत प्यार करती हूँ। हैशटैग दुग्गा दुग्गा।'

इससे पहले अभिनेत्री अपने वेकेशन की कई तस्वीरें शेयर की थीं, जिनमें उनका बॉल्ड अंदाज देखने को मिल रहा था। सुष्मिता यॉच में एनिमल प्रिंटेड काफतान पहने नजर आ रही थीं। इन तस्वीरों में अभिनेत्री बला की खूबसूरत नजर आ रही हैं। अभिनेत्री का यह अंदाज फैंस को भी काफी पसंद आया और वह कमेंट के माध्यम से अपना खूब प्यार लुटा रहे हैं। सुष्मिता सेन के वर्कफ्रंट की बात करें तो उन्हें आखिरी बार वेब सीरीज 'आर्या' के दूसरे सीजन में देखा गया था। वहीं, सुष्मिता अपनी



पर्सनल लाइफ को लेकर भी अक्सर सुर्खियों में बनी रहती हैं। हाल ही में अभिनेत्री टिक्कल खन्ना के शो में इस बात का खुलासा किया था कि वह तीन बार शादी करते करते

रह गई थीं। हालांकि उन्होंने यह भी साफ किया कि उनकी बेटियां कभी भी उनके शादी न करने के पीछे की वजह नहीं रही हैं। तीनों बार उन्हें भगवान ने बचा लिया है।



मा. शिवराजसिंह चौहान  
मुख्यमंत्री, मध्यप्रदेश



मा. नरोत्तम मिश्रा  
गृह मंत्री, मध्यप्रदेश



मा. भूपेंद्र सिंह  
नगर विकास मंत्री, मध्यप्रदेश

## विलौआ नगरपरिषद समस्त विलौआ नगर वासियों से यह अपील करती है...

1. स्वस्थ रहने के लिए स्वच्छता का ध्यान रखे साथ ही कचड़ा नगर परिषद विलौआ की कचड़ा लेने आने वाली गाड़ी में डाले।
2. डेंगू बीमारी डेंगू मच्छरों के काटने से होती है इसलिए डेंगू विमारी से बचने के लिए, आस पास गदंगी ना फैलाये, और ना आस पास गंदे पानी को एकत्रित होने दे। क्योंकि मच्छरों पनपने का ऐसे स्थान बहुत उचित होते हैं।
3. कोरोना से बचने के लिए वैक्सीन अवश्य लगावाए जिन्होंने प्रथम डोज लगवा लिया है वो दूसरा डोज अवश्य लगवाये, जिनको प्रथम डोज नहीं लगा है वो अपने आधार कार्ड को लेकर अस्पताल और बैक्सीनेशन शिविर में जाकर रजिस्ट्रेशन कराए और तुरंत वैक्सीन लगवाये। जिससे आप भी सुरक्षित रहे साथ में माता पिता और परिवार को सुरक्षित रखे।
4. विलौआ नगर परिषद हमेशा आपकी सेवा में तत्पर्य है आप भी नगर परिषद का सहयोग करे जिससे विलौआ नगर परिषद का विकास हो सके।
5. पेड़ पौधों को अवश्य लगाए।
6. करों, नलों के विल का भुगतान अवश्य करे।

प्रशासक  
विलौआ



कौशलेंद्र विक्रम सिंह, कलेक्टर ग्वालियर

सीएमओ पीछोर  
नगर परिषद



मा. शिवराजसिंह चौहान  
मुख्यमंत्री, मध्यप्रदेश



मा. नरोत्तम मिश्रा  
गृह मंत्री, मध्यप्रदेश



मा. भूपेंद्र सिंह  
नगर विकास मंत्री, मध्यप्रदेश



प्रशासक  
बृज मोहन आर्य



कौशलेंद्र विक्रम सिंह  
कलेक्टर, ग्वालियर



पीयूष श्रीवास्तव  
सीएमओ नगर परिषद

## पीछोर नगर परिषद समस्त पिछोर नगर वासियों से यह अपील करती है...

1. स्वस्थ रहने के लिए स्वच्छता का ध्यान रखे साथ ही कचड़ा नगर परिषद की कचरा लेने आने वाली गाड़ी में डाले।
2. डेंगू बीमारी डेंगू मच्छरों के काटने से होती है इसलिए डेंगू विमारी से बचने के लिए , आस पास गदंगी ना फैलाये, और ना आस पास गंदे पानी को एकत्रित होने दे। क्योंकि मच्छरों पनपने का ऐसे स्थान बहुत उचित होते है ।
3. कोरोना से बचने के लिए वैक्सीन अवश्य लगावाए जिन्होंने प्रथम डोज लगावा लिया है वो दूसरा डोज अवश्य लगावाये, जिनको प्रथम डोज नहीं लगा है वो अपने
- आधार कार्ड को लेकर अस्पताल और वैक्सीनेशन शिविर में जाकर रजिस्ट्रेशन कराए और तुरंत वैक्सीन लगावाये। जिससे आप भी सुरक्षित रहे साथ में माता पिता और परिवार को सुरक्षित रखे।
4. पिछोर नगर परिषद हमेशा आपकी सेवा में तत्पर है आप भी नगर परिषद का सहयोग करे जिससे पीछोर नगर परिषद का विकाश हो सके।
5. पेड़ पौधों को अवश्य लगाएं।
6. करों, नलों के विल का भुगतान अवश्य करें ।
7. कालिंदी उत्सव में आकर अपनी उपस्थिति दर्ज कराएं ।