

लोक पहल

शाहजहाँपुर, मंगलवार 14 फरवरी 2023

शाहजहाँपुर से प्रकाशित

वर्ष : 1, अंक : 48 पृष्ठ : 8, मूल्य 2 रुपये

संक्षेप

बुलडोजर एक्शन के दौरान मां बेटे की जिंदा जलकर मौत



कानपुर देहात एजेंसी। कानपुर देहात में अतिक्रमण हटाने के दौरान मां-बेटे की जिंदा जलकर मौत हो गई। यहां अतिक्रमण हटाने की प्रक्रिया के दौरान यह घटना हुई, जिस पर अब सियासत तेज हो गई है। परिवार का आरोप है कि पुलिस ने झोपड़ी में आग लगाई थी, जिस कारण दोनों महिलाओं की मौत हो गई। वहीं, स्थानीय पुलिस कह रही है कि उन दोनों ने खुद आग लगाई थी। फिलहाल पुलिस ने 13 लोगों के खिलाफ मामला दर्ज कर लिया है और आश्वासन दिया कि मामले की जांच की जाएगी।

पुलिस ने इन लोगों के खिलाफ हत्या की कोशिश और जानबूझकर चोट पहुंचाने का मामला दर्ज किया है। आरोपितों में बुलडोजर ऑपरेटर, सबडिविजनल मजिस्ट्रेट और स्टेशन हाउस ऑफिसर भी शामिल हैं। वहीं, विपक्ष ने योगी सरकार पर हमला करना शुरू कर दिया है।

बीबीसी के दिल्ली-मुंबई दफतरो पर आयकर विभाग का छापा

BBC NEWS

नई दिल्ली एजेंसी। ब्रिटिश ब्रॉडकास्टिंग कॉरपोरेशन (बीबीसी) के दिल्ली दफतर पर आयकर विभाग के छापे की खबर है। मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, बीबीसी के दफतर को सील कर दिया गया है और सभी कर्मचारियों के फोन जब्त कर लिए गए हैं। कर्मचारियों को घर जाने के लिए कह दिया गया है। बीबीसी के लंदन हेडक्वार्टर को भी छापे की जानकारी दे दी गई है। बता दें कि दिल्ली के साथ ही बीबीसी के मुंबई स्थित दफतर पर भी आयकर विभाग ने छापेमारी की है।

मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, 60-70 सदस्यों वाली आयकर विभाग की टीम बीबीसी के दफतर पहुंची और छानबीन शुरू कर दी। दफतर में अंदर आने और बाहर जाने पर भी रोक लगा दी गई है। वहीं बीबीसी पर आईटी के छापे की खबर के बाद कांग्रेस पार्टी ने सरकार पर हमला बोला है। कांग्रेस ने ट्वीट करते हुए लिखा कि पहले उन्होंने बीबीसी की डॉक्यूमेंट्री पर प्रतिबंध लगाया और अब आयकर विभाग ने बीबीसी पर छापा मारा है। यह अघोषित तौर पर आपातकाल है।

लखनऊ में यूपी ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट 2023 का शानदार उद्घाटन

छह साल में देश का ग्रोथ इंजन बना यूपी : मोदी

इन्वेस्टर्स समिट में 32.92 हजार करोड़ रुपये के निवेश पर बनी सहमति : योगी आदित्यनाथ

लोक पहल

लखनऊ। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने तीन दिवसीय यूपी ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट 2023 का उद्घाटन किया। लखनऊ पहुंचे प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने रिमोट का बटन दबाकर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने अपने संबोधन में बताया कि इस इन्वेस्टर्स समिट में 32 लाख 92 हजार करोड़ के 18643 एमओयू साइन हुए हैं।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने कहा कि एक तरफ डबल इंजन सरकार का इरादा और दूसरी तरफ संभावनाओं से भरा उत्तर प्रदेश, इससे बेहतर साझेदारी हो ही नहीं सकती। भारत की समृद्धि में दुनिया की समृद्धि निहित है।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि आज भारत में सोशल, डिजिटल और इंफ्रास्ट्रक्चर पर जो काम हुआ है उसका बड़ा लाभ यूपी को भी मिला है। हमने दर्जनों पुराने कानूनों को खत्म किया है और आज भारत सही मायनों में स्पीड और स्केल के रास्ते पर चल पड़ा है।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि बहुत जल्द



यूपी देश के उस इकलौते राज्य के रूप में जाना जाएगा, जहां 5 अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे हैं। आज दुनिया की हर विश्वसनीय आवाज यह मानती है कि भारत की अर्थव्यवस्था तेजी से आगे बढ़ती रहेगी। इसके पीछे सबसे बड़ा कारण है भारतीयों का खुद पर बढ़ता भरोसा।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने प्रदेश में हुए बदलाव का जिक्र करते हुए कहा कि 2017 में प्रदेश में सत्ता परिवर्तन के बाद ही बिजली से लेकर कनेक्टिविटी और इंफ्रास्ट्रक्चर हर क्षेत्र में विकास हो रहा है। यह बदलाव सिर्फ छह साल में हुआ है।

यूपी अब पूरे देश लिए आशा और उम्मीद का केंद्र बन चुका है।

मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने कहा कि यूपी में विकास का माहौल बन रहा है। प्रदेश प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के विजन के अनुरूप औद्योगिक विकास के क्षेत्र में उपलब्धियां हासिल कर रहा है। यही कारण है कि यूपी इन्वेस्टर्स समिट 2023 में प्रदेश में निवेश के लिए 18643 एमओयू साइन हुए हैं। जिससे प्रदेश में 32 लाख 92 हजार करोड़ के निवेश का रास्ता खुला है। इससे 92 लाख 50 हजार से अधिक नौकरी य रोजगार प्राप्त होंगे। कार्यक्रम को लखनऊ

के सांसद व रक्षामंत्री राजनाथ सिंह, ज्यूरिख एयरपोर्ट आफ एशिया के सीईओ डेनियल बर्चर, टाटा संस के चेयरमैन एन चंद्रशेखरन, रिलायंस इंडस्ट्रीज के चेयरमैन मुकेश अंबानी, आदित्य बिरला ग्रुप के प्रमुख कुमार मंगलम बिरला ने अपने संबोधन में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की तारीफ करते हुए कहा कि सरकार ने ईज आफ डूइंग बिजनेस को लेकर कई शानदार कदम उठाए हैं जिसके कारण यह निवेशकों के लिए आकर्षक प्रदेश बन गया है। उन्होंने उद्योगपतियों ने प्रदेश में निवेश की अपील की है।

यूपी को उत्तम निवेश प्रदेश बनाने में सहायक होगा ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट: राष्ट्रपति

समापन समारोह में मुख्यमंत्री योगी ने जताया निवेशकों का आभार

लोक पहल

लखनऊ। उत्तर प्रदेश को एक ट्रिलियन डॉलर की अर्थव्यवस्था बनाने के संकल्प में अवश्यम्भावी सिद्धि बनने वाले ऐतिहासिक यूपी ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट-2023 का समापन राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु के मार्गदर्शन के साथ हुआ। उत्तर प्रदेश ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के समापन समारोह में बतौर मुख्य अतिथि राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु ने कहा कि समावेशी विकास की सोच के साथ आयोजित यूपी ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिति के सार्थक परिणाम आएंगे। उत्तर प्रदेश को विश्वव्यापी ख्याति मिलेगी।

वृंदावन योजना के वाल्मीकि मेन हाल में उपस्थित देश विदेश के उद्यमियों, निवेशकों, नवाचारियों, नीति निर्माताओं, मंत्रियों, अधिकारियों आदि को संबोधित करते हुए राष्ट्रपति ने कहा कि उत्तर प्रदेश न केवल आबादी के लिहाज से देश का सबसे बड़ा प्रदेश है बल्कि यह देश की अर्थव्यवस्था में भी महत्वपूर्ण योगदान देता है। देश की कई योजनाओं में या पहले स्थान पर है। उन्होंने कहा कि उत्तर प्रदेश की धरती अन्नदाता की धरती है। खाद्यान्न, गन्ना, आलू आदि व दूध के उत्पादन में यह देश में अग्रणी है। खुद को किसान परिवार का सदस्य बताते हुए राष्ट्रपति ने कहा कि कृषि व कृषि आधारित उद्योगों के विकास के लिए



किर जा रहे प्रयासों हेतु यह उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ व उनकी टीम की प्रशंसा करती हैं। राष्ट्रपति ने कहा कि देश की अर्थव्यवस्था को पांच ट्रिलियन डॉलर बनाने के लक्ष्य में उत्तर प्रदेश ने एक ट्रिलियन डॉलर का योगदान देने का संकल्प लिया है। देश की कुल अर्थव्यवस्था का पांचवा हिस्सा उत्तर प्रदेश से पूरा होगा।

यूपी जीआईएस के समापन समारोह में राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मु का स्वागत करते हुए उत्तर प्रदेश की राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने कहा कि नीतिगत सुधारों को सामने रख उत्तर प्रदेश ने देश दुनिया के लोगों को निवेश के लिए आमंत्रित किया है। राज्यपाल ने कहा कि आज उत्तर प्रदेश एजुकेशन हब के रूप में पहचाना जा रहा है। उत्तर प्रदेश ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट 2023 के समापन समारोह

में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु का स्वागत करने के साथ देश-दुनिया से आए निवेशकों, औद्योगिक घरानों के प्रमुख प्रतिनिधियों, विदेशों से आए राजनयिकों समेत समिति के सभी भागीदारों के प्रति आभार जताते हुए मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने सबको विश्वास दिलाया कि उत्तर प्रदेश निवेश का सुरक्षित गंतव्य होगा। उत्तर प्रदेश में आया और आने वाला निवेश प्रदेश के विकास में सहायक तो होगा ही, स्वयं निवेशकों के लिए भी काफी फलदायी होगा। ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के समापन समारोह को प्रदेश सरकार के औद्योगिक विकास मंत्री नंद गोपाल गुप्ता नंदी ने भी संबोधित किया। इस अवसर पर उप मुख्यमंत्री केशव प्रसाद मौर्य व ब्रजेश पाठक समेत मंत्रीगण, जनप्रतिनिधि, वरिष्ठ अधिकारी, देश विदेश के निवेशक, उद्यमी आदि उपस्थित रहे।

शाहजहाँपुर जिला प्रदेश में नौवें स्थान पर, होगा करीब 65 हजार करोड़ का निवेश

शाहजहाँपुर। ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के दौरान शाहजहाँपुर जनपद को एक बड़ा निवेश मिला है। शिक्षा के क्षेत्र में काम करने वाली अमेरिका की कंपनी ने 58 हजार 100 करोड़ रुपये के एमओयू पर साइन किया है। इसके माध्यम से पांच लाख लोगों को रोजगार दिया जाएगा। इतने बड़े निवेश के बाद जिला प्रदेश में ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट की सूची में निवेश के मामले नौवें स्थान पर पहुंच गया है।

ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के समापन के समय तक जिले में 176 उद्यमियों से निवेश के 6784.12 लाख के प्रस्ताव आए थे। निवेशकों की समस्या सुलझाने व समन्वय के लिए बनी समिति के अध्यक्ष सीडीओ श्याम बहादुर सिंह ने बताया कि अमेरिका के टेक्सास की कंपनी आस्टिन कंसल्टिंग ग्रुप ने सबसे बड़ा निवेश किया है। कंपनी यहां आस्टीन स्मार्ट सिटी आफ नालेज नाम से प्रोजेक्ट लाएगी। इसका कुल निवेश 58100 करोड़ होगा। कंपनी ने शाहजहाँपुर में कार्य के लिए एमओयू साइन किया है। यह कंपनी शिक्षा के क्षेत्र में काम करेगी। प्रदेश में पांच स्थानों पर पांच हजार एकड़ भूमि लेकर यह अपना कार्य शुरू करेगी। पहला चरण 1001 व दूसरा 1000 एकड़ में प्रस्तावित है। प्रदेश के वित्त मंत्री व शहर विधायक सुरेश कुमार खन्ना व पीडब्ल्यूडी मंत्री जितिन प्रसाद ने जनपद की इस उपलब्धि पर हर्ष व्यक्त किया है।

यूपी के सीएम योगी ने दिलाया भरोसा, निवेशकों का हर निवेश सुरक्षित

लोक पहल

लखनऊ। लखनऊ में सम्पन्न यूपी ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट 2023 में दधीचि हाल में आयोजित यूनाइटेड किंगडम पार्टनर कंट्री/डिफेंस सेशन में ब्रिटिश गवर्नमेंट के डिफेंस प्रोक्योरमेंट मिनिस्टर एलेक्स चॉक केरी ने कहा कि इस आयोजन में शामिल होना मेरे लिए गौरव की बात है। उत्तर प्रदेश की इस महान धरती पर खड़े होकर पूरे विश्व को निवेश के लिए न्योता देना अपने आप में एक बड़ी उपलब्धि है। यूके उत्तर प्रदेश में डिफेंस एंड एयरोस्पेस के साथ मेडिकल के क्षेत्र में बड़ा निवेश करेगा। इसके लिए मैं सीएम योगी को आश्वस्त करता हूँ। इस दौरान उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने कहा कि यूके ने

पार्टनर कंट्री के रूप में जीआईएस में जो अपना योगदान दिया है उससे न केवल डिफेंस एयरोस्पेस की फील्ड में बल्कि फूड प्रोसेसिंग के फील्ड में इसे बेहतर तरीके से आगे बढ़ाने में प्रदेश सरकार से उन्हें पूरा सहयोग प्राप्त होगा। सीएम योगी ने यूके डेलिगेशन को आश्वस्त करते हुए कहा कि प्रदेश में होने वाला हर निवेश न केवल सुरक्षित होगा बल्कि निवेशक के लिए भी फलदाई बनाने में राज्य सरकार अपनी पॉलिसी के तहत भरपूर मदद करेगी। इस दौरान सेशन में यूके की 6 कंपनियों से निवेश प्रस्ताव प्राप्त हुए।

यूके मिनिस्टर एलेक्स चॉक ने कहा कि हम प्रदेश में विशेष तौर पर डिफेंस सेक्टर में अपनी साझेदारी निभाने के लिए प्रतिबद्ध हैं। उत्तर प्रदेश भारत की रक्षा



जरूरतों को पूरा करने की दिशा में मेक इन इंडिया मुहिम के तहत वृहद स्तर पर अपनी भूमिका निभा रहा है और इस भूमिका में हमारा योगदान निवेश के साथ ही स्ट्रैटेजिकल व टैक्टिकल वेपनरी के निर्माण समेत कई क्षेत्रों में होगा। इससे उत्तर प्रदेश भारत की रक्षा जरूरतों को पूरा करने में सक्षम होगा। साथ ही वैश्विक परिदृश्य में एक्सपोर्ट के लिहाज से भी उत्तर प्रदेश धाक जमाने में सक्षम होगा। सक्षम उत्तर प्रदेश न केवल भारत एशिया पैसिफिक रीजन बल्कि पूरी दुनिया के लिए महत्वपूर्ण है और इसी कारण से दुनिया आशा और उम्मीद के साथ उत्तर प्रदेश के सुनहरे भविष्य की परिकल्पना को साकार होते देखने का साक्षी बनने के लिए तत्पर है।

सीएम ने कहा कि प्रदेश सरकार इस नीति के तहत हर एक निवेशक को प्रदेश के अंदर सुरक्षित निवेश की गारंटी देने के साथ प्रदेशवासियों के लिए फलदाई बनाने और आगे बढ़ाने के लिए पूरी तरह से प्रतिबद्ध है। मुझे विश्वास है कि यूके ने पार्टनर कंट्री के रूप में जीआईएस-23 में जो अपना योगदान दिया है उससे न केवल डिफेंस एयरोस्पेस की फील्ड में बल्कि फूड प्रोसेसिंग के फील्ड में इसे बेहतर तरीके से आगे बढ़ाने में प्रदेश सरकार से उन्हें पूरा सकारात्मक सहयोग प्राप्त होगा। सीएम योगी ने यूके डेलिगेशन को आश्वस्त करते हुए कहा कि प्रदेश में होने वाला हर निवेश न केवल सुरक्षित होगा बल्कि निवेशक के लिए भी फलदाई बनाने में राज्य सरकार अपनी पॉलिसी के तहत भरपूर मदद करेगी।

विकास के लिए एक इकाई की तरह काम कर रहा है उत्तर प्रदेश: अनुप्रिया पटेल

■ निवेशकों की पहली पसंद बन रहा है उत्तर प्रदेश : जेपीएस राठौर

लोक पहल

लखनऊ। केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग राज्य मंत्री अनुप्रिया पटेल ने लॉजिस्टिक खर्च को कम करने के राष्ट्रीय लक्ष्य की सफलता में उत्तर प्रदेश के प्रयासों की सराहना की है। केंद्रीय मंत्री ने कहा है कि केंद्र व राज्य की सरकार एक इकाई के रूप में काम कर रही हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के विजन के अनुरूप उत्तर प्रदेश सरकार की नई वेयरहाउसिंग और लॉजिस्टिक नीति निजी क्षेत्र का प्रोत्साहित करने वाली है। प्राइवेट सेक्टर को इसका अधिकाधिक लाभ लेना चाहिए। ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के दौरान भारत का उभरता हुआ वेयरहाउसिंग और लॉजिस्टिक हब उत्तर प्रदेश विषयक सत्र में केंद्रीय मंत्री ने बताया कि वर्तमान में देश में लॉजिस्टिक लागत सकल घरेलू उत्पाद का 14 प्रतिशत है, जिसमें वर्ष 2030 तक लगभग 8 प्रतिशत तक की कमी लाना का लक्ष्य है। हमें अपने लक्ष्य में निश्चित ही सफलता मिलेगी।

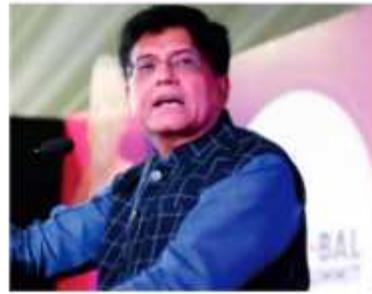
केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग राज्य मंत्री सोम प्रकाश ने कहा कि लॉजिस्टिक लागत को कम करना उद्योग जगत के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। इसके लिए नीतिगत प्रयास किए जा रहे हैं। सरकार का लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि लॉजिस्टिक मुद्दों को कम-से-कम किया जाए। यूपी सरकार की नई लॉजिस्टिक नीति की सराहना करते हुए उन्होंने कहा कि यह नीति इस क्षेत्र को देश में एक एकीकृत, लागत-कुशल, लचीला तथा सतत लॉजिस्टिक परितंत्र बनाने में मदद करेगी। कार्यक्रम में प्रदेश सरकार के सहकारिता मंत्री जेपीएस राठौर ने कहा कि कुछ वर्ष पहले तक यूपी में कोई वेयरहाउसिंग और लॉजिस्टिक्स की बात नहीं करता था। आज बदले माहौल के बीच देशभर के इस सेक्टर के निवेशकों के लिए यूपी पहली पसंद बन गया है। उन्होंने बताया कि यूपी में देश का सबसे बड़ा रेल नेटवर्क है। एक्सप्रेस-वे का संजाल बन रहा है। इसका लाभ हमारे उद्योग जगत को मिलेगा। यूपी अब भविष्य को ध्यान में रखकर अपनी नीतियां बना रहा है। देश-दुनिया के उद्योग जगत के लिए यहां हर सेक्टर में मौके हैं। सरकार अपने निवेशकों का पूरा ध्यान रखेगी। औद्योगिक विकास राज्य मंत्री जसवंत सिंह सैनी ने निवेश के लिए दुनिया भर के उद्योग जगत को आमंत्रित करते हुए कहा कि यूपी में निवेशकों का हित सुरक्षित है।



कौशल निखारने की जरूरत, संभावनाओं की कमी नहीं: पियूष गोयल

लोक पहल

लखनऊ। हमें देश को थ्री इंडियट्स जैसा नहीं बनाना है, जहां कोई मां-बाप अपने बेटे को जबरदस्ती इंजीनियरिंग कराए, जबकि उसकी दिलचस्पी फोटोग्राफी में हो। प्रत्येक सेक्टर में रोजगार की असीम संभावनाएं हैं, बस जरूरत है रिकल को डेवलप करने की। ये बातें यूपी ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट 2023 वशिष्ठ हॉल में आयोजित 'री इवेंटिंग रिकल डेवलपमेंट ईको सिस्टम इन उत्तर प्रदेश' विषय पर विशेष सत्र के दौरान केंद्रीय मंत्री पियूष गोयल ने कही। केंद्रीय मंत्री ने इस दौरान निवेशकों, स्टेक होल्डर्स को संबोधित करते हुए उत्तर प्रदेश में निवेश के अवसरों और संभावनाओं की जानकारी दी। उन्होंने कहा कि लखनऊ आकर इस बार याकई



में बहुत आनंद आया। निवेशकों के लिए पूरा शहर सजा हुआ है। यूपी जीआईएस-23 में 33 लाख करोड़ का निवेश निश्चित रूप से बड़ी उपलब्धि है। भारत को विकसित देश बनाने में सबसे बड़ा योगदान कौशल विकास क्षेत्र का होगा। दुनिया भर की सरकारें इसे महसूस कर रही हैं। केंद्रीय मंत्री ने कहा कि मुख्यमंत्री योगी

आदित्यनाथ उत्तर प्रदेश को आधुनिक प्रदेश बनाने के लिए संकल्पित हैं। बीते 6 साल में यूपी से गुंडा, माफिया को खत्म करने का काम हुआ है, व्यापारी वर्ग सुरक्षित हुआ है। महिलाओं के मन में सुरक्षा का भाव पैदा हुआ है। पियूष गोयल ने रिकलिंग, ट्रेनिंग और वोकेशनल ट्रेनिंग पर जोर देते हुए कहा कि रिकल डेवलपमेंट का क्षेत्र कभी खत्म होने वाली चीज नहीं, ये लगातार सीखने वाली चीज है। विशेष सत्र के दौरान उत्तर प्रदेश के कौशल विकास राज्य मंत्री कपिल देव अग्रवाल, टाटा कंपनी से सुशील कुमार, आईएएस आंद्रा यामशी, आईएएस आलोक कुमार ने निवेशकों के सामने नए भारत के ग्रोथ इंजन उत्तर प्रदेश की विकास यात्रा की तस्वीर पेश की। इस दौरान प्रेजेंटेशन के जरिए यूपी में रिकल डेवलपमेंट के क्षेत्र में संभावनाओं को प्रदर्शित किया गया।

जनता की भावनाओं को समझ कर बनाएं फिल्म: अनुराग ठाकुर

लोक पहल

लखनऊ। केन्द्र सरकार के सूचना व प्रसारण मंत्री अनुराग ठाकुर ने कहा कि दुनिया भर के फिल्म मेकर्स अपने फिल्म के निर्माण के बाद पोस्ट प्रोडक्शन के लिए भारत आते हैं। कोई मुंबई आता है, कोई चेन्नई तो कोई हैदराबाद। यूपी में जब फिल्म सिटी की शुरुआत हो जाएगी तो उन्हें उत्तर प्रदेश आने से भी कोई नहीं रोक सकता। यूपीजीआईएस में 'मीडिया एंड एंटरटेनमेंट: द इंडियन डिजिटल ग्रोथ स्टोरी' सेशन के दौरान केंद्रीय मंत्री श्री ठाकुर ने कहा कि यूपी की फिल्म पॉलिसी दिखाती है कि यदि आप यहां फिल्म बनाएं तो आपको कई तरह की छूट प्राप्त होंगी। उत्तर प्रदेश एक ऐसा राज्य है जिसने खेलों को भी और सिनेमा को भी बढ़ावा दिया है। इसके लिए सीएम योगी को बहुत बहुत धन्यवाद। उत्तर प्रदेश की राजधानी लखनऊ में ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट का आगाज इतना जोरदार हुआ है कि शायद ही देश के किसी अन्य राज्य में पहले कभी 33 लाख करोड़ के निवेश की बात हुई हो। यहां हर सेक्टर में निवेश आएगा, लेकिन

सही मायनों में स्पोर्ट्स और सिनेमा दो सेक्टर ऐसे हैं जो देश की सीमाओं को तोड़कर दुनिया के किसी भी हिस्से में जाकर दिल जीतने का काम करते हैं। मुख्यमंत्री के सलाहकार अनीश कुमार अवस्थी ने कहा कि हमने उत्तर प्रदेश में फिल्म पॉलिसी को मजबूती से लागू किया है। फिल्मों के निर्माण पर 2 से ढाई लाख रूपए तक का अनुदान दिया जा रहा है। फिल्म कलाकार और गोरखपुर से सांसद रवि किशन ने कहा कि यूपीजीआईएस के इस गौरवशाली पल का साक्षी बनना गौरव की बात है। फिल्म निर्माता और एक्टर सतीश कौशिक ने कहा कि उत्तर प्रदेश और यहां के अधिकारी हमेशा मददगार रहे हैं। मेरा एक सुझाव है कि यूपी में थिएटरों की संख्या काफी कम है। हमने थिएटरों डिजाइन किया है। इसका कांसेप्ट ये है कि दर्शकों को थिएटर तक नहीं बल्कि थिएटर उन तक पहुंचेगा। इसके माध्यम से हम 500 से अधिक थिएटर बनाएं जिसमें 500 करोड़ रूपए का निवेश और 10 हजार लोगों को रोजगार मिलेगा। फिल्म निर्माता मधुर मंडारकर ने कहा कि फिल्में समाज का आइना होती हैं। मुझे खुशी है कि योगी सरकार ने सिगल विडो



विलयर्स की शुरुआत कर दी है। अपर मुख्य सचिव नवीत सहगल ने कहा यूपी की 56 फीसद आबादी युवा है। इसी पर फोकस करते हुए हम गाँव-गाँव पहुंच रहे हैं। 30 हजार गावों में स्टेडियम बन चुके हैं। इस मौके पर ओलंपिक गोल्ड मेडलिस्ट अभिनव बिंद्रा, ड्रोग (मोटो जीपी) के मुख्य रणनीतिक अधिकारी कार्लोस, क्रिकेटर सुरेश रैना, यूरोपियन बिजनेस एंड टेक्नॉलजी सेंटर के मैनेजिंग डायरेक्टर पॉल जेनरॉन, एचसीएल फाउंडेशन की वाइस प्रेसिडेंट ग्लोबल सीएसआर डॉ. निधि पुंडीर, ट्रांस्ट्रेडिया के संस्थापक उदित शाह और बास्केटबॉल खिलाड़ी याचिक सहित अनेक लोगों ने अपने अनुभव भी साझा किए।

हंसराज रघुवंशी के शिव भजनों पर झूमे श्रोता

लोक पहल

लखनऊ। वृंदावन कॉलोनी में ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के दौरान महर्षि वाल्मीकि हॉल में सांस्कृतिक संध्या सजाई गई। इसमें दर्शकों का हुजूम देखने लायक था। मशहूर गायक हंसराज रघुवंशी ने महादेव के गाने सुनाकर श्रोताओं को झूमने पर मजबूर कर दिया। लखनवी कथक में मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम व माता सीता के मिलन को ऐसे शानदार ढंग से पिरोया गया कि इसकी छवि दर्शकों के दिलों में अंकित हो गई। बांसुरी, तबले व वायलिन की धुनों की जुगलबंदी ने भी समां बांध दिया। सांस्कृतिक मंच पर एक ओर कथक, भजनों, नृत्य की प्रस्तुति हो रही थी तो दूसरी ओर ज्ञान शो के जरिये बदलते उत्तर प्रदेश की कहानी आसमान पर लिख दी गई। बड़ी संख्या में देशी-विदेशी मेहमान व दर्शकों के साथ मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ, केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह सहित तमाम मंत्री उपस्थित रहे। शिव के गीतों व भजनों से लोकप्रिय हुए गायक हंसराज रघुवंशी जैसे ही मंच पर पहुंचे, दर्शकों का जोश दोगुना हो गया।

उन्होंने आते ही हर हर महादेव शंकर महाराज...कहा तो दर्शकों ने हर-हर महादेव व जय श्रीराम के जयकारे लगा दिए। इसके बाद हंसराज ने मेरा भोला है मंडारी...सुनाया तो दर्शकों ने उनके साथ गायकी की। उन्होंने ऐसा डमरू बजाया भोलेनाथ ने..., जय शिवशंकर, ओम नमः शिवाय..., सर से तेरे बहती गंगा... जैसे



गाने सुनाकर माहौल को भक्तिमय बना दिया। इससे पूर्व सांस्कृतिक कार्यक्रमों का कार्यावाहक जुगलबंदी से शुरू हुई। बांसुरी व तबले की जुगलबंदी ने दर्शकों को बांधे रखा। इसके बाद बांसुरी

व वायलिन की जुगलबंदी पेश की गई। अंत में जब वाद्ययंत्रों की धुनों पर जब रघुपति राघव राजा राम..., राम सियाराम, सियाराम जय जय राम..., तुमक चलत रामवंद बजत पैजनिवां...की प्रस्तुति दी गई तो दर्शक वाहवाह कर उठे। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ व गृहमंत्री अमित शाह ने प्रस्तुतियों को सराहा। मशहूर बांसुरी वादक राकेश चौरसिया, वायलिन कुमारेश राजगोपालन, तबला सत्यजीत तलवार, घाटम उल्लुर् गिरिधर उडुप्पा, झम मिना राहुल बक्स, तालवादनक प्रमाथ किरन, कीबोर्ड वरुण प्रदीप व गिटारिस्ट ब्रथुवा भूषप कालेव ने वाद्ययंत्रों की पेशकश को यादगार बना दिया। सांस्कृतिक कार्यक्रमों के कारवां में अगली प्रस्तुति लखनवी कथक की रही। आकांक्षा श्रीवास्तव के निर्देशन में कथक नृत्य की प्रस्तुति में मर्यादापुरुषोत्तम राम व माता सीता के मिलन की कहानी को मोहक ढंग से पेश किया गया। दर्शकों ने कथक के जरिये सीता स्वयंवर की कहानी को बहुत पसंद किया। मंच पर राम का किरदार अनुल, सीता का सीजा, दशरथ का विकास, कौशल्या का हंसिका व लक्ष्मण का प्रखर ने निभाया।



डा सुशीला ओझा

महासुनरी काकी

सचमुच महासुनरी काकी विधाता की अभूतपूर्व रचना थी उनके माथे पर लाल-लाल सिन्दूर ऐसा लगता था जैसे शीशे के ग्लास में रक्त रखा हो वैसा ही पारदर्शी गाल सुग्गे की तरह नाक, कमल के तरह नेत्र-घुंघराली काली अलकें कभी गालों को छूती कभी भाल को छूती-काली नागिन जैसी अलकें, ऐसा लगता था जैसे काकी के अमृतमय सौन्दर्य को पीने के लिए गालों को हावों से लगायी हो-नैसर्गिक सौन्दर्य से मडित अपूर्व सुन्दरी काकी-उनके सौन्दर्य पर ब्रह्मा ने अपनी तुलिका बड़ी कुशलता से चलायी थी। सर्वगुण संपन्न काकी चित्रकला में निपुण, सिलाई, बुनाई, पापड़-तिलौरी, अचार, गृहकार्य में पूर्ण दक्ष एक से एक स्वेटर बुनती उनकी अंगुलियों सिलाईयों पर जैसे नृत्य करती रहती। स्वेटर की ऐसी बुनाई जैसे रेडिमेड हो-डिबरी की रोशनी में हाथ से सिलाई करती-दिन को घर के सारे काम कर के रात में सिलाई करती। रजाई तागती, सुजनी सिलती-काकी की हाथों में पूर्ण दक्षता थी।

काकी दर्जी का सिला हुआ कपड़ा नहीं पहनती थी.. दर्जी तो अधिकतर मुस्लिम होते थे.. उनको मलेच्छ कहती थी काकी.. इतना कपड़ा सिलती थी और अपने बिना ब्लाउज पेटी कोट का रहती थीं.. देखने में बड़ा ही निकृष्ट लगता था.. एक दिन मैंने काकी से पूछा.. काकी आप पेटी कोट ब्लाउज क्यों नहीं पहनती हैं.. मैंने ऐसा कहीं नहीं देखा है.. काकी ने सकुचाते हुए कहा 'दर्जी का सिला हुआ अपवित्र होता है.. कैसे पहनूँ?? उन्होंने कहा 'पेटीकोट ब्लाउज पेश्या पहनती हैं' काकी से तर्क करने की शक्ति मुझमें नहीं थी.. मैं निरुत्तर हो गयी.. मुझे समझ नहीं आया इतने लोग का कपड़ा सिलती हैं अपने लिए क्यों कंजूसी करती हैं?? बिना पेटीकोट ब्लाउज की साड़ी में शिष्टता प्रदर्शित नहीं होती.. मेरी समस्या अनसुलझी रह गयी.. मैंने ईश्वर से प्रार्थना किया 'काकी पेटीकोट ब्लाउज पहनने लगेंगी तो हे भगवान प्रसाद चढ़ाऊंगी'। हालांकि मेरा यह कहना ईश्वर को रिश्त देना था। ईश्वर प्रेम के भूखे रहते हैं.. भावनाओं की उत्कृष्टता को ही भक्ति समझते हैं.. उनको भौतिक चीजों की क्या आवश्यकता?? एक दिन काकी कहीं जा रही थीं.. कुछ पागल कुत्तों ने भौंकना शुरू किया.. काकी जोड़ने लगी.. कुत्तों ने अपनी वीरता का प्रदर्शन किया.. डरी सहमी

हुई काकी पर.. संयोग से मेरा घर नजदीक था.. काकी मेरे घर के भीतर आपने को सुरक्षित महसूस किया.. मैंने काकी के जख्मों पर डिटोल लगाया साफ किया.. लेकिन मेरी हंसी रुक नहीं रहती थी.. डर था कहीं काकी की क्रोधान्नि भड़क न जाय 'मैंने विनीत स्वर में कहा' काकी बुरा नहीं मानिएगा.. आपको चोट लगी है.. मुझे आपसे सहानुभूति है.. लेकिन हंसी पगली उदड़ है.. मुज्जोर है रुकती नहीं है..?? मानवीय मूल्यों का अभाव नहीं है.. फिर भी मैं स्वयं गिरती हूँ.. हंसी रुकती ही नहीं..!! यह कैसा रोग है..?? मैं अनभिज्ञ हूँ काकी निःशब्द थी .. मैं भयभीत थी हंसी अनियंत्रित.. 'परिवर्तन जीवन कीदिशा बदलती है.. और परिष्कार हृदय की' काकी अब पेटीकोट ब्लाउज पहनने लगी हैं.. उनका आर्द्धनग्नता समाप्त हो गई.. काकी निरुसंतान थी.. कितने साधु महिमाओं के पास गई काकी को मातृत्व सुख नहीं मिला 'नारीत्व की खिलखिलाहट मातृत्व में सुनाई पड़ता है' काकी ने कहा 'एक बार पंडित जी मेरे मैके में आए थे.. मां ने हाथ दिखाया.. हम तीन भाई बहन थे.. दो बहन और एक भाई.. पंडित जी ज्योतिष विद्या में सिद्धहस्त थे.. रेखाओं का सूक्ष्म ज्ञान उनमें था.. मेरे भाई बहन का हाथ उन्होंने देखा.. रेखाओं का सूक्ष्मता से पकड़ा उनकी कुंडली बनायी.. मेरा हाथ देखते पंडित जी सहम गए उन्होंने काकी की कुंडली नहीं बनवाई.. मां को पंडित जी की बात अच्छी नहीं लगी.. पंडित जी निःशब्द हो गए.. बिना कुंडली की बात किए.. घर वापस आ गए.. भाई की कुंडली बनाया उन्होंने कहा.. 'तुम्हारा बेटा बहुत भाग्य शाली है.. विद्या और लक्ष्मी का अपूर्व संयोग है.. इसके दरवाजे पर पांच पांच हाथी रहेंगे' मां ने फिर आग्रह किया कि बेटे के विषय में कुछ बताइए.. दूसरे घर जाना है.. कैसा भाग्य लेकर आयी है.. पंडित जी निरुत्तर थे..?? नानी विद्या के प्रति समर्पित थी.. उसे पढ़े-लिखे लोग पसंद थे.. काकी की शादी भी विद्वान से किया.. काका बी एच यु में पढ़ते थे.. लोग ने कहा तुम जिस लड़कें से शादी करना चाहती हो यक्ष्मा का मरीज है अल्पायु है.. उसका छोटा भाई है उससे बेटे की शादी निश्चित कर लो.. नानी का एक ही शर्त था पढ़ा लिखा जमाई 'अल्पायु हो या दीर्घायु सरस्वती का उपासक है.. अपनी उपासना, साधना से वह अमरत्व प्राप्त कर लेगा.. लक्ष्मी चंचला होती है और

सरस्वती अचला जितना लूटा या जाता है.. उसका चौगुना भरती है.. इसलिए मेरा जमाई सारस्वत होगा.. काका की शादी हुई.. घर की हालत ठीक नहीं थी.. रोज दिन रासन खरीद कर आता जैसे नहीं थे कि एक बार लिया जाय.. काकी के मैके में खेत खलिहान था.. वह चावल खरीद कर खाना नहीं जानती थी.. काकी का पालन पोषण मौसी के घर हुआ था.. मौसीको भी संतति नहीं थी.. और मौसा को शराब की लत थी.. जो भी पैसा कमाते पी जाते.. उनकी दोस्ती गांव के बड़े बड़े लोग से थी.. अपना खेत बेचकर पेश आराम करते थे.. पैसे की कमी.. काकी अभाव में पली.. मौसी कभी पोखरा पर भेज देती.. मल्लाह मछली दे देते.. खेत में जाती साग खोतने-पैर में कांटे घूमते.. पैर लहलुहान हो जाता.. लेकिन मजबूरी थी मैके में बाप नहीं था.. फिर भी काकी खेत में साग खोतने नहीं जाती। काकी की शादी हुई पढ़ल लिखल जमईया से.. पहली बार काकी आई तो घर की हालत ठीक नहीं थी.. अब काका बच्चों को ट्यूशन पढ़ाने लगे.. सभी विषय पर समान अधिकार था काका को.. ट्यूशन धीरे-धीरे चलने लगा.. काका चार बजे भोर से पढ़ाते.. उन्हें पैसे गिनने का समय नहीं मिलता.. पाकिट में पैसापसीन पसीन हो जाता.. घर आकर पंखा के नीचे सुखाते.. काकी का द्विरागमन था काकी मौसी के यहां थी.. काकी की हालत बिचित्र थी मां के यहां रहना चाहती तो मानहीरहनेदेती.. यहां भी कोई कमाने वाला नहीं था.. द्विरागमन के लिए काका मौसी के यहां गए हैं। काकी को देखकर अपने पास बुलाते हैं.. कहते हैं चलो तुम्हें दुख नहीं होगा.. मैं पैसा खूब कमाता हूँ.. सामान के लिए दो टायर ले गए हैं.. दोनों टायर खाली वापस आया उनलोग के पास बेटे के अतिरिक्त कोई चीज देने के लिए नहीं थी.. काकी आई हैं दरवाजे पर सास ननद नहीं आ रही हैं.. काका पढ़े लिखे थे.. रुढ़ि उन्हें पसंद नहीं था.. दुल्हन उतरने पर उनकी मांग भरी जाती है.. किसीने नहीं भरा.. काका उस रस्म को खर्च किया.. और काकी को सम्मान के साथ गृह प्रवेश कराया.. शादी के बीस वर्ष हो गए काकी को कोई संतान नहीं हुई.. संतानहीन काकी को परिवार में सम्मान नहीं मिलता.. ससुर कोई अचल संपत्ति अर्जित करते तो काकी के नाम से नहीं खरीदते.. काका ने संपत्ति अर्जित किया और काकी के नाम से

कर दिया.. पांच बीघा जमीन काकी के नाम से रजिस्टर्ड.. काका के मन में डर रहता कहीं काकी अपने भाई को जमीन न लिख दे.. काका को यक्ष्मा की बिमारी थी.. दोनों लन्समें इन्फेक्शन.. काकी ने जमीन बेचकर काका का ईलाज करवाया.. महामृत्युंजय का जाप कराया.. रुद्राभिषेक कराया.. लेकिन सब बेकार काकी के करुणिक विलाप से.. पूरा वातावरण.. पशु पक्षी सब करुणा सिक्त था काकी रोती रहती और कहती 'चिटिया होत सब केहु बाघे भाग्य न बाघे कोय.. करमवा बेरी हो गईल हमार सास स सुर स्वर्ग वासी हो गए.. पति की असमय मृत्यु काकी के लिए बहुत बड़ा शाक था.. रोती रहती गाती रहती.. चिटुकी सेनुरवा से कईल खराब हो तीन रे पन बीत गईले सोच ही सोच.. दूसर सोच सास मना इन सास बिना मोरा पीठ उघार तीनों रे पन बीत गइले'। काकी सेवा त्याग की मूर्ति थी.. सास ससुर की सेवा की है.. काका की सेवा की है उसके जीवन में कर्तव्य ही कर्तव्य था अधिकार का भाव कभी आया ही नहीं अब काकी बिल्कुल असहाय अकेली.. गांव जवार उसके वैधव्य और संतति के अभाव में करम जली कहा करते.. उसका मुंह देखना अपशकून था..!!

काका की उपस्थिति में खाकी को गर्म ठहर गया.. डॉ ने मना किया था.. पति-पत्नी का सम्पर्क नहीं बढ़ाना है.. पूरी जिन्दगी दम्पति ने संयम संतुलन से काम लिया.. होनी को कौन टाल सकता है..? काकी को गर्म ठहर गया.. एक तरफ दुख का विशाल सागर लहराता था दूसरी तरफ वीरवा गर्भ में पल रहा था काकी को समझ नहीं आया था यह 'सुख है या विषाद' कैसी विडम्बना है.. मांग सूनी लेकिन कोख प्रफुल्लित' समय आने पर काकी ने पुत्र जन्म दिया.. हिय में गुला नहीं था.. काका की अनुपस्थिति खल रही थी.. समाज में उपेक्षित सम्मानित के पद पर विभूषित हुई काकी.. पंडित को बुलवाया.. कुंडली बनवाने के लिए.. बच्चों की ग्रह दशा विचारने के लिए.. वही पंडित जी आए.. जिसने काकी की कुंडली नहीं बनवाई.. हस्तरेखा का परिणाम नहीं बताया.. एक ओर पति की मृत्यु से दुःखित थे पंडित जी.. और बेटे के जन्म से हुलसित.. यह संक्रांति काल था.. अब काकी ने एक गाड़ीलिया है.. काकी का बेटा शहर के सबसे महंगे स्कूल में पढ़ता है.. काकी कलक्टर की मां हैं.. लक्ष्मी चंचला है तुम आदर नहीं करोगे तो

दूसरे दरवाजे से निकल जाएगी.. जब जाती है तो उसकी चाल तेज हो जाती है काकी की स्थिति वही हुई.. उन्हें पैसे का अहंकार हो गया.. अपने को लक्ष्मीवान समझने लगी.. अहंकार ऐंठन से काकी की तेजस्विता मलीन होने लगी.. लक्ष्मी कहती है मेरा आदर करो मैं सरस्वती नहीं हूँ दोनों हाथ से लूटावोगे तो बढ़ती जाएगी.. संयम नियंत्रण में नहीं रखोगे तो लक्ष्मी भाग जाएगी.. काकी कहती क्या होगा पैसा..?? बेटा कलक्टर बनेगा तो कमा लेगा मैं भावी कलक्टर की मां हूँ.. लोग क हते नारद को मोह हो गया था तो भगवान ने बंदर का मुंह देकर उनकी रक्षा की.. रावण अपने अहंकार से कैलास को उठाने चला लंका में शिवलिंग स्थापित करने के लिए.. उठाया.. कैलास थोड़ा सरका शिव ने अपने अंगुठे से दबा दिया .. रावण पराजित होने लगा उसका पुरुषार्थ दब गया फिर शिव की वंदना की.. शिवलिंग उठाया लंका में स्थापित करने के लिए लघुशंका लग गई.. शिवलिंग को रख दिया.. प्रयत्न करता रहा शिवलिंग नहीं डिगा सका.. वैद्यनाथ महादेव के रूप में उसी जगह प्रतिष्ठित हो गया.. इसलिए पैसा को पानी की तरह मत बहाओ.. लक्ष्मी भी विष्णु का पैर दबाती हैं शेष शय्या पर लेटे विष्णु को संयमित नियंत्रित करती हैं।

जब मन में अहंकार हो जाता है पैसा का तो पैसा धारा की तरह बहने लगती है पीछे देखने का समय कहीं रहता है..?? जब बेटा को ऊंच शिक्षा की में जाने का समय आया तो काकी का बैंक खोखला हो गया था.. बचपन क्या शानदार था.. ?? बचपन के शानदार होने का मतलब नहीं होता वीरवा को उचित खाद पानी मिलेगा तो पौधा लहलहाएगा.. जड़े मजबूत रहेंगी तो शाखाएं शाखाएं फटेगी.. छांव घनीभूत होगा सोना अग्नि में पड़ता है तो निखरता है.. कुछ ज्यादा पिघल जाता है तो मंदिर की मूर्ति बन जाता है.. पत्थर पर छेनी की चोट लगेगी तभी आकार ग्रहण करेगा। काकी ने गीली मिट्टी को आकार नहीं दिया.. पत्थर को तराशा नहीं पैर के नीचे पड़कर पैरों को लहलुहान करने लगा फुंडली से भाग्य नहीं बनता है.. भाग्य के लिए पुरुषार्थ की आवश्यकता है.. विनम्रता की आवश्यकता है.. कर्म मय जीवन ही भाग्य का निर्माता है..!!

निर्वासन

कवियों लेखकों के साथे मैं पली-बढ़ी मैं कल इनसे अलग होकर जीऊँ सोचकर ही कांप जाती हूँ मैं अज्ञेय और राकेश को कीट्स और वर्ड्सवर्थ को सब को छोड़ कर कल जाना है मुझे

वैसे एक-न-एक दिन तो सबको जाना है पर वह जाना निर्वासन तो नहीं होता जाने कौन देश मुझे भेजा जाए जाने कौन-सा फूल वहाँ खिलता हो वहाँ तो लोग लूसी को जानते नहीं वे तो जाने कब से भूखे हैं सुबह से रात तक खाते हैं यह उन्होंने ही कहा है और चिथड़ों लिपटे हुए जाने कब से उनके शरीर जिसके तार-तार को सीना होगा मुझे वर्षों के संघर्ष से अनजान मेरे सपनों को क्या जाने आधी उम्र तो गुजर गई, आधी उम्र संघर्ष करूँ तो पुनः शायद पा जाऊँ, अपने तरुवर को पर वह पाना कैसा पाना होगा जब आखिरी सौंस टूटने को बाकी हो मैं जान गई कल की विदा आखिरी विदा होगी अब कभी वापसी नहीं होगी, अब तो मैं निर्वासित हो चली



रुक्मा मिश्रा, बतिया, बिहार



ज्ञानेंद्र मोहन 'ज्ञान'

तीन गजलें

अब किसी से नहीं गिला है मुझे।
सुख हूँ किस्मत ने जो दिया है मुझे।
ये उदासी उतार फेंकूँ मैं,
टोकता रोज आइना है मुझे।
भूल जाऊँ उसे सदा के लिए,
दे गया अपना वास्ता है मुझे।
एक दिन लौट के वो आएगा,
तंग हूँ ही वो कर रहा है मुझे।
मैंने रुसवा नहीं किया उसको,
मानता वो भी बावफा है मुझे।
ये गलतफहमियाँ मिटें कैसे,
रास्ता मिल नहीं सका है मुझे।
'ज्ञान' ये फलसफा मुहब्बत का,
दे रहा अब तलक सजा है मुझे।

बात जो भी हो बता दी जाए।
हूँ जो मुजरिम तो सजा दी जाए।
दोस्ती की तो निभा भी लेना,
दोस्ती में न दगा दी जाए।
पार जाने की अगर सोच रहे,
नाव दरिया में बड़ा दी जाए।
आइने पर जो उठाते उँगली,
शकल उनकी भी दिखा दी जाए।
इश्क या मुश्क छिपाए न छिपे,
किस तरह बात छिपा दी जाए।
नींद आने जो ठुफूमत को लगे,
एक आवाज लगा दी जाए।
मैं अदब का हूँ दिया छोटा सा,
'ज्ञान' इसको भी दुआ दी जाए।

घर से क्यों वो द्यो से निकले हैं।
शकल से क्यों बुझे से निकले हैं।
ये अगर दूध के धुले साहिब,
घर से वो क्यों डरे से निकले हैं।
याद बच्चे रहे परिदों को,
जब भी वो घोंसले से निकले हैं।
करते हैं एहताराम सब मेरा,
जिस किसी रास्ते से निकले हैं।
'फिर मिलेंगे' है साकिचा कहता,
जब भी हम मैकदे से निकले हैं।
झौफ हमको नहीं किसी शै का,
जब हुआ मन मजे से निकले हैं।
'ज्ञान' उन पर यकीन मत करना,
खूब बन दन सधे से निकले हैं।

सम्पादकीय

आखिर कितना सुरक्षित है निवेशक का हित

विश्व के नम्बर 2 के सबसे अमीर बिजनेसमैन गौतम अडानी की कम्पनी अडानी समूह पर हिंडनबर्ग रिपोर्ट आने के बाद उद्योग जगत सकते में है। हिंडनबर्ग रिपोर्ट आने के बाद अडानी समूह को भारी नुकसान हुआ है। इस तात्कालिक नुकसान से जाहिर है कि उसके कारोबार को लेकर विश्वसनीयता में तेज गिरावट आई है। मगर इस सबके बीच अहम पक्ष यह है कि अडानी समूह के कारोबार पर भरोसा करके पैसा लगाने वाले आम निवेशकों की पूंजी कितनी सुरक्षित है या फिर उस पर कितना जोखिम है। आम निवेशक की पूंजी सुरक्षित है या नहीं इसको लेकर दो जनहित याचिकाओं को मानीय उच्चतम न्यायालय में दाखिल किया गया है। इन याचिकाओं पर सुनवाई करते हुए सर्वोच्च न्यायालय ने शेयर बाजार में निवेशकों को हुए नुकसान पर चिंता जताई। साथ ही अदालत ने केंद्र सरकार और भारतीय प्रतिभूति एवं विनियम बोर्ड यानी सेबी से पूछा कि मौजूदा नियामक तंत्र को कैसे मजबूत किया जाए, ताकि भविष्य में निवेशकों के हित को सुरक्षित रखा जा सके। गौरतलब है कि हिंडनबर्ग की रिपोर्ट आने के बाद बाजार में मधी उथल-पुथल के बीच अडानी समूह के शेयरों की कीमतों में लगातार गिरावट आ रही है और कंपनी के मूल्य में भारी कमी आई है। यह जगजाहिर तथ्य है कि आज बाजार का जो स्वरूप हो चुका है, उसमें पूंजी भारत से निर्बाध रूप से कहीं भी आ-जा रही है। एक तरह से ज्यादातर लोग अब बाजार में हैं और ऐसे में सबसे ज्यादा जोखिम में वह आम निवेशक है, जो भरोसा करके कहीं भी कुछ निवेश करता है। अगर इस समूची गतिविधि में निवेशकों के हित की सुरक्षा के लिए कोई मजबूत तंत्र नहीं होगा, तो यह ढांचा ढह सकता है और इसका सबसे ज्यादा नुकसान आम लोगों को और देश की अर्थव्यवस्था को ही होगा।

इस लिहाज से देखें तो निवेशकों के पक्ष से सुप्रीम कोर्ट का यह सवाल वाजिब है कि हम कैसे सुनिश्चित करेंगे कि वे सुरक्षित हैं और भविष्य में ऐसा फिर नहीं होगा। यों सेबी ने अदालत को बताया है कि बाजार नियामक और अन्य वैधानिक निकाय आवश्यक कार्रवाई कर रहे हैं, मगर अर्थतंत्र और शेयर बाजार की जटिलताओं को देखते हुए यह कहा जा सकता है कि इस संबंध में एक सुवितित व्यवस्था की जरूरत तुरंत है। माना जा रहा है कि हिंडनबर्ग रिसर्च की रिपोर्ट में अडानी समूह पर पूंजी और कंपनी के आंकड़ों से जुड़ी अनियमितताओं के जैसे आरोप लगाए गए, उसे अडानी समूह ने दुर्भावनापूर्ण बला कर खारिज कर दिया है और इस पर भी राष्ट्रवाद का मुलम्मा चढ़ाकर बचने की कोशिश की जा रही है। मगर सिर्फ इतने भर से इसके कई तरह के असर सामने आने तय हैं। शायद इसी तरह की आशंकाओं के मद्देनजर अदालत की पीठ ने निवेशकों की सुरक्षा के लिए मजबूत नियामक तंत्र को लागू करने के अलावा एक विशेषज्ञ समिति का भी प्रस्ताव रखा है, जिसमें प्रतिभूति क्षेत्र, अंतरराष्ट्रीय बैंकिंग क्षेत्र के विशेषज्ञ और एक पूर्व न्यायाधीश के रूप में मार्गदर्शक व्यक्ति शामिल हो सकते हैं। हिंडनबर्ग रिसर्च की रिपोर्ट का असर कितने तक रहेगा और किस अन्य रूप में सामने आएगा, कहा नहीं जा सकता।

लेकिन अब तक बाजार में जो उतार-चढ़ाव हुआ है, उसकी जटिलताओं पर बहुत ज्यादा ध्यान नहीं देने की वजह से सामान्य निवेशकों को इसका खमियाजा उठाना पड़ सकता है। इसके अलावा, यह भी माना जा रहा है कि संबंधित बैंकों और सेबी को भी इससे नुकसान हो सकता है। हालांकि इसका दूसरा पक्ष यह भी है कि अतीत में ऐसे मामलों के बावजूद शेयर बाजार संभला है। इसी संदर्भ में आम निवेशकों के हित में सुप्रीम कोर्ट ने जो सवाल उठाए हैं, अगर उसका कोई स्पष्ट हल सामने आता है, तो मौजूदा मुश्किलें दूर करने में मदद मिल सकती है।

समाज के प्रति संवेदनशील महर्षि दयानंद सरस्वती

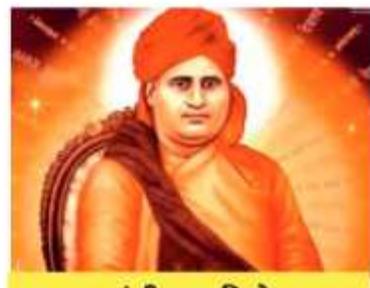


डा. कनक रानी

महर्षि दयानंद जन जागरण के पुरोधा हैं। उन्होंने नैतिक जीवन को प्राथमिकता देते हुए वैदिक मूल्यों को पुनर्जीवित करने का प्रयास किया। उनके मार्गदर्शन में संकीर्णता का किंचित् स्थान नहीं। यहां मानव मात्र के कल्याण का उत्कृष्ट उद्देश्य दिखाई देता है। उनका स्पष्ट मंतव्य था कि कल्याणकारी विचार और तदनुसार कर्म का आदर्श ही लोगों को मंगलकारी दिशा प्रशस्त कर सकता है। उनके मार्गदर्शन में अनेकानेक कुप्रथाओं और कुरीतियों के विरुद्ध सामाजिक चेतना विस्तारित हुई। छुआछूत (अस्पृश्यता), पाखंड, अशिक्षा, बाल-विवाह, विधवा विवाह, दहेज प्रथा, पर्दा प्रथा के नकारात्मक प्रभावों को अनुभव करते हुए स्वामी दयानंद समाज सुधार के लिए प्रयत्नशील हुए। उन्होंने समाज में व्याप्त अनेकानेक कुरीतियों/कुप्रथाओं को सामाजिक विकास के लिए घातक माना और समाज की गतिशीलता को अवरुद्ध करने वाली इन बुराइयों को दूर करने का पुरजोर आह्वान किया।

उन्होंने सामाजिक विकास के दृष्टिगत शिक्षा को महत्वपूर्ण माना। शिक्षा का प्रमुख उद्देश्य चरित्र निर्माण है। चारित्रिक विशिष्टताएं सामाजिक स्थिति को प्रत्यक्ष व परोक्ष रूप से प्रभावित करती हैं। इसके सुप्रभाव से सामाजिक समस्याओं का समाधान किया जा सकता है। यह समाज में योग्यता/श्रेष्ठता का समावेश करती है। इसीलिए महर्षि दयानंद का सुस्पष्ट विचार था कि जागृति के सशक्त माध्यम शिक्षा को सबके लिए अनिवार्य किया जाए। इसके अभाव में सामाजिक जागरूकता कदाचित् दुष्कर है। वे बालक और बालिकाओं को समान रूप से शिक्षित करने के प्रबल पक्षधर हैं। उनका तो स्पष्ट अभिमत है कि बालक और बालिका दोनों को ही शिक्षा प्रदान करने की दिशा में

माता-पिता द्वारा अपने कर्तव्यों का निर्वाह करना अतीव आवश्यक है। इस संदर्भ में उन्होंने कहा-राजनियम के अनुसार माता और पिता पांच अथवा आठ वर्ष से आगे अपने लड़के और लड़कियों को घर में न रख सकें। पाठशाला में अवश्य भेज दें। उनके मतानुसार पाणिग्रहण संस्कार शिक्षा के उपरांत ही औचित्यपूर्ण है। स्वामी दयानंद ने बालिकाओं की सशक्तता के संदर्भ में सचेत किया। उनके मत में सामाजिक-राष्ट्रीय प्रगति के लिए नारी को सक्षम बनाना अत्यंत आवश्यक है। निस्संदेह, संतति को शिक्षित-सुयोग्य



जयंती पर विशेष

बनाकर सम्य व सुसंस्कृत समाज की संकल्पना को आकार देने में नारी की महती भूमिका को सहज ही अनुभूत किया जा सकता है। शिक्षित व जागरूक नारी ही पारिवारिक व सामाजिक परिदृश्य को सुधारात्मक-सकारात्मक दिशा की ओर अग्रसर करने का सामर्थ्य रखती है। महिलाओं की सक्रिय सहभागिता के बिना सामाजिक प्रगति का लक्ष्य कदापि नहीं सिद्ध हो सकता।

उन्होंने नारी शिक्षा से संदर्भित अपने विचार मुखर किए-जो तुम स्त्रियों के वेद पढ़ने का निषेध करते हो तो वह तुम्हारी मूर्खता, स्वार्थता और निर्बुद्धिता का प्रभाव है। नारी उत्थान के संदर्भ में वह बहुत सजग रहे। उन्होंने विधवा विवाह, पुनर्विवाह को उचित बताते हुए महिलाओं के समक्ष पारिवारिक जीवन का पथ प्रशस्त किया। उन्होंने दहेज प्रथा, पर्दा प्रथा को समाज के लिए अहितकर मानते हुए कड़ी भर्त्सना की। उनका मानना था

कि नारी की सुदृढ़ स्थिति से ही समाज की स्थिति बेहतर होगी। दयानंद सरस्वती ने बताया कि वैयक्तिक-सामाजिक उन्नति के लक्ष्यगत बाल विवाह ठीक नहीं। शारीरिक व मानसिक दृष्टि से अपरिपक्व स्थिति में विवाह कर गृहस्थ धर्म के दायित्वों का उचित निर्वाह किया जाना संभव नहीं। अतः निर्धारित आयु पर ही विवाह करना समीचीन है।

किसी तथ्य को तर्क की कसौटी पर परखने के बाद ही सत्य के निकट पहुंचा जा सकता है। तर्क के आधार पर उन्होंने पाखंड पर कठोर प्रहार किया। उनका मानना है कि अज्ञान के कारण ही पाखंड और अंधविश्वास पनपते हैं। पाखंड से समाज दिग्भ्रमित होता है। इसका समाज में प्रतिकूल प्रभाव दिखाई देता है। यह व्यक्ति को अविवेकी बनाता है। उन्होंने पाखंड-खंडनी-पताका फहरा कर पाखंड का जबरदस्त खंडन किया। उन्होंने सावधान किया कि-किसी पाखंडी दुराचारी मनुष्य पर विश्वास न करें। जिस जिस उत्तम कर्म के लिए माता-पिता और आचार्य आज्ञा दें, उसका यथेष्ट पालन करें।

उन्होंने 'वेदों की ओर लौट चलें' कहकर समाज के रुख को ज्ञान की दिशा में मोड़ने का अथक् प्रयास किया। उनकी दृष्टि में अस्पृश्यता एक सामाजिक बुराई है। यह सर्वथा अमानवीय तथा आधारहीन है। व्यक्ति की उत्कृष्टता का आधार जन्म नहीं, अपितु गुण, कर्म और स्वभाव हैं। ये तत्व ही व्यक्तित्व की ऊंचाई को निर्धारित करते हैं। अतएव सामाजिक समानता के लक्ष्यगत अस्पृश्यता जैसे कुछ विषय से दूरी बनाना ही हितकारी है। अस्तु, ये सभी प्रकरण स्वामी दयानंद की समाज के प्रति संवेदनशीलता को अभिव्यक्त करते हैं। अन्ततः समाज सुधारक महर्षि दयानंद की सामाजिक चेतना वर्तमान परिदृश्य में भी प्रासंगिक है। यही नहीं, उनके शिक्षाओं में वैश्विक पटल को भी लामान्वित करने की क्षमता निहित है। उनके बताए हुए मार्ग पर चलकर ही दयानंद जयंती को सार्थक व सफल बनाया जा सकता है।

गगन की छटा को धूमिल करता 'स्काई ग्लो'



शिशिर शुक्ला

कदाचित् ऐसी कल्पना कभी नहीं की गई होगी कि ऊर्जा का सर्वप्रमुख रूप अर्थात् प्रकाश कि सी दि न पर्यावरण प्रदूषण का कारण बनेगा। किंतु आज के समय में हमें इस सत्य को स्वीकारना होगा। प्रदूषण के विविध सर्वविधित रूपों के अतिरिक्त 'प्रकाश प्रदूषण' अथवा 'फोटो पॉल्यूशन' भी धीरे-धीरे वैश्विक स्तर पर चिंता का विषय बनने की ओर अग्रसर है। कटुसत्य यह है कि इसके पीछे भी कहीं न कहीं मानव की भावनाशून्यता, प्रकृति के साथ उसका अनियंत्रित खिलवाड़ एवं कृत्रिमता की ओर तेजी से बढ़ते कदम ही उत्तरदायी हैं। प्रकाश प्रदूषण वस्तुतः आवश्यकता से अधिक कृत्रिम प्रकाश की वातावरण में उपस्थिति है। एक सर्वे के अनुसार पर्वतीय क्षेत्रों में पिछले दस वर्षों में पांच से दस प्रतिशत तारों के देखने में कमी आई है। महानगरों की स्थिति यह है कि मानो रात्रि के समय में आकाश से तारों का दृश्य धीरे-धीरे विलुप्त होता जा रहा है। एक समय ऐसा था जब रात्रि के समय स्वच्छ आकाश में एक धवल पट्टी (आकाशगंगा) के दर्शन नंगी आंखों से किए जा सकते थे, किंतु आज उस पर प्रदूषण का आवरण आ जाने से वह सुंदर दृश्य दुर्लभ हो गया है।

प्रकाश प्रदूषण स्वयं में एक व्यापक

प्रकार प्रकाश प्रदूषण भी अनेक प्रकार से हमें क्षति पहुंचाता है। मानव एवं जीव जंतु (विशेषकर रात्रिचर जीव) अपने सभी क्रियाकलापों हेतु जैविक घड़ी अर्थात् दिन व रात के चक्र पर निर्भर हैं। रात्रिचर जीवों के लिए कृत्रिम प्रकाश बहुत घातक है क्योंकि तेज प्रकाश



है जिसे प्रकृति ने अपने अनुपम संसाधनों का उपहार दिया है। तकनीकी को एक हथियार के रूप में इस्तेमाल करके मानव के द्वारा कहीं न कहीं प्रकृति का अनियंत्रित दोहन करके उस पर अत्याचार किया जा रहा है। इसके परिणामस्वरूप प्रकाश प्रदूषण का ग्राफ दिन प्रतिदिन बढ़

पृथ्वी सौरमंडल का एकमात्र ऐसा ग्रह

रहा है। निश्चित ही हमें इसके निवारण हेतु ठोस कदम उठाने चाहिए, जिस हेतु सर्वप्रथम तो यह आवश्यक है कि प्रकाश का प्रयोग उतना ही किया जाना चाहिए जितनी कि जरूरत हो। इसके अतिरिक्त उत्पन्नित प्रकाश को भी यथासंभव नियंत्रित करने का प्रयास किया जाना चाहिए ताकि वातावरण में विकिरित

कृत्रिम प्रकाश की मात्रा न्यूनतम रहे। घरों एवं इमारतों पर उतनी ही लाइट का इस्तेमाल किया जाना चाहिए जितने की आवश्यकता हो। साज सज्जा के नाम पर अनावश्यक रूप से प्रकाश का उत्सर्जन हर हालत में बंद किया जाना चाहिए। डार्क स्काई मूवमेंट जैसी पहल प्रत्येक व्यक्ति, प्रत्येक परिवार एवं प्रत्येक औद्योगिक इकाई के स्तर पर की जानी चाहिए, ताकि प्रकाश प्रदूषण का खतरा टलने के साथ-साथ ऊर्जा की भी पर्याप्त बचत की जा सके। इंटरनेशनल डार्क स्काई एसोसिएशन के द्वारा प्रकाश प्रदूषण को न्यूनतम स्तर पर पहुंचाने एवं ऊर्जा की बचत सुनिश्चित करने हेतु कुछ महत्वपूर्ण दिशा निर्देश लागू किए गए हैं। इनके अनुसार प्रकाश का प्रयोग उचित समय पर, उचित स्थान पर एवं उचित मात्रा में ही किया जाना चाहिए। समय, स्थान एवं मात्रा की सीमा को पार करने का सीधा सा अर्थ है- प्रकाश प्रदूषण को अंजाम देना। जहां तक संभव हो न्यूनतम विद्युत क्षमता के प्रकाश उपकरणों का प्रयोग किया जाना चाहिए ताकि ऊर्जा की बचत की जा सके। यह पूर्णतया निश्चित है कि यदि प्रकाश प्रदूषण जैसी समस्या से निजात पाने के लिए गंभीरतापूर्वक कदम न उठाए गए, तो हमारी भावी पीढ़ी आकाश में सुंदर टिमटिमाते तारों का अदभुत दृश्य कदापि नहीं देख पाएगी।

जी-20 की अध्यक्षता भारत के लिए गौरव: डॉ राकेश आजाद

लोक पहल

शाहजहांपुर। स्वामी शुकदेवानंद महाविद्यालय के भौतिक विज्ञान एवं अर्थशास्त्र विभाग द्वारा संयुक्त रूप से जी-20 के प्रसार एवं जागरूकता हेतु एक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ राकेश कुमार आजाद ने कहा कि भारत को जी-20 की अध्यक्षता प्राप्त होना कहीं न कहीं विश्वपटल पर भारत की दीर्घमान हो रही छवि एवं उत्तरोत्तर प्रगति का चोक्त है, जो न केवल भारत के लिए बल्कि वैश्विक स्तर पर महत्वपूर्ण एवं कल्याणकारी है। डॉ आलोक कुमार सिंह ने कहा कि भारतीय संस्कृति सम्पूर्ण विश्व की संस्कृतियों की जननी है। जी-20 की स्थापना जी-7 समूह को विस्तार देकर आर्थिक विषयों एवं वित्तीय संकटों के समाधान हेतु की गई थी। डॉ मधुकर श्याम शुक्ला ने कहा कि जी-20 का नेतृत्व भारत के हाथों में आने से हम पुनः विश्वगुरु बनने की ओर अग्रसर हो रहे हैं। इस अवसर पर जी-20 के विविध विषयों



पर भाषण, निबंध एवं पेपिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। भाषण प्रतियोगिता में 20 विद्यार्थियों ने प्रतिभाग किया जिसमें एमए (राजनीति विज्ञान) के सारस्वत ने प्रथम, एमएससी(भौतिकी) की अदिति सिंह एवं बीए प्रथम सेमेस्टर की वैष्णवी मिश्रा ने द्वितीय तथा एमए (समाजशास्त्र) की रुचिता मिश्रा एवं बीएससी(तृतीय सेमेस्टर) की शिवांगी वर्मा ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। निबंध प्रतियोगिता में 40 विद्यार्थियों ने प्रतिभाग किया जिसमें एमए (प्रथम सेमेस्टर) की शिवांगी अवरथी ने प्रथम, जाह्नवी मिश्रा ने द्वितीय तथा सचिन

कुमार ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। पेपिंग प्रतियोगिता में लकी प्रजापति ने प्रथम, आकक्षा ने द्वितीय एवं अशिका मौर्या ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। भौतिक विज्ञान विभागाध्यक्ष डॉ शिशिर शुक्ला के संचालन में हुए कार्यक्रम में विषय स्थापना डॉ रामशंकर पांडेय एवं चन्दावत ज्ञापन डॉ बरखा सक्सेना ने किया। कार्यक्रम में डॉ आलोक मिश्रा, डॉ प्रमोद यादव, डॉ श्रीकांत मिश्रा, डॉ राजीव कुमार, डॉ विनीता राठी, प्रज्वल पुंडीर, राजनंदन सिंह, हर्ष पाराशरी, चंदन गिरी, डॉ पूजा बाजपेई, सत्येंद्र कुमार सिंह, नितिन शुक्ला आदि उपस्थित रहे।

दुखित, वंचित को स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध करायेगा स्वास्थ्य सेवा रथ

राज्यपाल ने विनोबा सेवा आश्रम के लिए रवाना किया सेवा रथ

लोक पहल

शाहजहांपुर। दुखित, वंचित समुदाय विशेषकर आँगनवाड़ी तथा रकूलों के बच्चों को स्वस्थता का सन्देश देने का कार्य 'स्वास्थ्य सेवा रथ' के माध्यम से विनोबा सेवा आश्रम करेगा। उत्तर प्रदेश की राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने स्वास्थ्य सेवा रथ को रवाना करने के दौरान

कार्यकारी अधिकारी डा निवेदिता नारायण ने साहित्य, हुआवेई बॉम्बे के अधिशासी निदेशक हर्ष खुराना ने प्रतीक चिन्ह मेंट कर सम्मान किया। विनोबा सेवा आश्रम के संस्थापक रमेश मैया ने राज्यपाल को बताया कि आश्रम शाहजहांपुर और पीलीभीत लखीमपुर जनपद के दूरस्थ इलाके में स्वास्थ्य कार्य अपनी टीम के साथ जागरूकता आदि करता आ रहा है। वहीं



डा. विकास पांडे अध्यक्ष व मोहित मेहरोत्रा बने सचिव

साइकिल क्लब की नई कार्यकारिणी का गठन

लोक पहल

शाहजहांपुर। शाहजहांपुर साइकिल क्लब की आगामी वर्ष के लिए नई कार्यकारिणी का गठन हुआ। इसमें डा विकास पांडे को नए सेशन के लिए अध्यक्ष तथा मोहित मेहरोत्रा को सचिव बनाया गया। इसके अतिरिक्त डॉ शहजेब खान तथा सुमित प्रसाद को उपाध्यक्ष बनाया गया जबकि राइड कैप्टन के लिये संतोष महेंद्र को नियुक्त किया गया। कमेटी का गठन सुबह की राइड से पूर्व कैंट स्थित आर्मी गेट पर किया गया। इस अवसर पर मार्निंग वाकर्स क्लब के अध्यक्ष डा अनिल त्रेहन ने कहा कि शहर में एथलीटिंग गतिविधियों को प्रोत्साहित करने की निहायत जरूरत है, हमारी कोशिश होनी चाहिए ज्यादा से ज्यादा युवा वॉकिंग,



जॉगिंग और राइडिंग से जुड़े। इससे न केवल स्वास्थ्य वर्धक माहौल बनेगा बल्कि सामुदायिक सहयोग के नए आयाम भी मिलेंगे। साइकिल क्लब के निदेशक मंडल के सदस्य डा विकास खुराना ने बताया कि नए सत्र में संध्याकालीन जागिंग और राइडिंग को नई एक्टिविटी के रूप में क्लब में जोड़ा गया है। शहर का कोई भी नागरिक इसमें निशुल्क प्रतिभाग कर

सकता है। सत्र की पहली राइड से पूर्व निर्दयमान अध्यक्ष गजेन्द्र गंगवार ने नए अध्यक्ष और सचिव का फूल माला पहना कर स्वागत किया। इस अवसर पर पूर्व सभासद हरीश सचदेव इंद्रजीत सचदेव, गणू बाबू अंब्रिश शुकला, ध्रुव सक्सेना, प्रशांत सिंह, पंकज, डा रामशंकर पांडे, डा आलोक दीक्षित, डा संजय पांडे इत्यादि उपस्थित थे।

उन्होंने कहा कि विनोबा सेवा आश्रम का जन्म जिन पांच आयामों के लिये हुआ उसमें शिक्षा, स्वास्थ्य, स्वावलम्बन, गौसेवा और ग्राम स्वराज्य प्रमुख हैं। इसमें से भी स्वास्थ्य का कार्य गत 35 वर्ष से सुन्दर ढंग से किया जा रहा है। आश्रम के स्वास्थ्य कार्य को और गतिमान करने हेतु हुआवेई कम्प्यूनिकेशन लिमिटेड की ओर से कैफ इण्डिया के सौजन्य से क्लीनिक वैन जिसे आश्रम ने स्वास्थ्य सेवा रथ नाम देकर राजभवन लखनऊ में राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने रथ के द्वारा समाज को दी जाने वाली स्वास्थ्य सेवा का स्वयं अवलोकन कर हरी झण्डा दिखाकर शाहजहांपुर के लिए रवाना किया। इस अवसर पर राज्यपाल आनंदीबेन पटेल का माल्यार्पण कर आश्रम की संरक्षक विमला बहन ने अंगवस्त्र मेंट दिल्ली की उदया बहन, कैफ इण्डिया की मुख्य

पर इन दोनों स्वास्थ्य सेवा रथों के माध्यम से सेवा दी जायेगी। राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने क्लिनिक वैन देने वाली संस्था हुआवेई, कैफ इण्डिया, वोदोकहाट को साधुवाद देते हुए कहा कि जिस प्रकार आश्रम को सेवा का अवसर दिया है। इसी प्रकार और संस्थाओं को भी मुहैया कराये ताकि वे सेवा कर सकें। हुआवेई के हर्ष खुराना ने बताया कि यह रथ एक प्रकार का पूर्ण क्लिनिक ही है। इसमें डाक्टर नर्स सहित पांच लोगों को सेवाये देंगे। इस अवसर पर तीनों संस्थाओं के प्रतिनिधि चिकित्सक तथा दिल्ली के मयंक, जोशी, आलोक तथा आश्रम के सचिव मोहित कुमार, डा जगदीश सिंह, अजय पांडे, अपूर्वा जोशी, डा मीनाक्षी सिंह, एलबी राय भी उपस्थित थे। आभार मुदित कुमार ने व्यक्त किया।

नगर आयुक्त ने लाट साहब जुलूस मार्ग का किया निरीक्षण

लोक पहल

शाहजहांपुर। नगर आयुक्त संतोष शर्मा ने जिला प्रशासन के अधिकारियों के साथ होली पर निकलने वाले बड़े लाट साहब के जुलूस मार्ग का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान अपर जिलाधिकारी, पुलिस अधीक्षक (नगर) नगर मजिस्ट्रेट आदि भी नगर आयुक्त के साथ मौजूद रहे। निरीक्षण के दौरान जुलूस मार्ग पर जिन स्थानों पर सीवर लाइन की खुदाई का कार्य चल रहा है उसको 28 फरवरी तक प्रत्येक दशा में पूर्ण कराकर जुलूस मार्ग के गड्ढों को ठीक कराने के निर्देश दिये गये तथा होली तक

जुलूस मार्ग पर कोई नया कार्य न शुरू कराये जाने के निर्देश भी दिये गये। इस कार्य हेतु नगर आयुक्त ने एक कमेटी का



गठन करने के निर्देश दिये हैं। कमेटी सीवर लाइन अथवा जलापूर्ति पाइप

लाइन डाले जाने हेतु खोदे गये मार्गों का निरीक्षण करेगी। कमेटी द्वारा मार्गों का प्रतिदिन किया जायेगा तथा निरीक्षण आख्या प्रतिदिन उपलब्ध करायी जायेगी। बड़े लाट साहब के जुलूस मार्ग के निरीक्षण के दौरान जुलूस समिति के सदस्य विशेष रूप से सुरेन्द्र सेठ, दिवाकर मिश्रा, नरेंद्र तिवारी, संजय वर्मा एवं हरनाम कटियार, अपर नगर आयुक्त एस0के0 सिंह, नगर स्वास्थ्य अधिकारी, डा0 मनोज कुमार सिंह सहायक अभियन्ता नरेश कुमार भी उपस्थित रहें।

संघर्ष विराम संघर्ष थी गांधी की नीति : डा विकास खुराना

लोक पहल

शाहजहांपुर। जिले के छात्र छात्राओं को उत्तर प्रदेश सरकार द्वारा निशुल्क आईएएस, पीसीएस और अन्य प्रतियोगी संस्थाओं के लिए शहर के जीएफ कालेज में चल रही कोचिंग अभियुद्धय में इतिहास विषय की द्वितीय वर्कशाप का आयोजन किया गया। प्रशिक्षक डॉ विकास खुराना ने कहा कि गांधी की नीति संघर्ष विराम संघर्ष की थी। इस अवधारणा को समझने के लिए असहयोग सचिनय तथा भारत छोड़ो आंदोलन की काल रेखा तथा आंदोलनों के मध्य गांधी जी के रचनात्मक कामों की श्रृंखला को नए



सिरे से समझना पड़ेगा। हाल ही में हुए अनुसंधानों से पता चलता है कि असहयोग आंदोलन की वापसी के लिए गांधी जी पर मार्क्सवादी इतिहासकारों के आरोप उचित नहीं है। जीएफ

कालेज के प्राचार्य मो. तारिक ने उपस्थित प्रतिभागियों से इतिहास के तुलनात्मक अध्ययन करने पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि इतिहास को कालखंडों में बांट कर न पढ़े बल्कि इतिहास अतीत कालीन समाज की सतत धारा है। इसे उसी रूप में पढ़ा जाना चाहिए। कार्डिनल डॉ स्वप्निल यादव ने बताया कि इस समय प यूपीएससी साहित्य नीट की कक्षाएं चल रही हैं तथा समय समय पर टेस्ट लिए जा रहे हैं। विद्यार्थियों को मेहनत के साथ लक्ष्य साधने की तपस्या में रत हो जाना चाहिए। इस अवसर पर संजय यादव, फातिमा, सूरज अवरथी, इल्मा बानो इत्यादि उपस्थित थे।

एसएसएमबी में आशीर्वाद व विदाई समारोह का आयोजन



लोक पहल

शाहजहांपुर। श्री शंकर मुमुक्षु विद्यापीठ सीनियर सेकेंडरी स्कूल ने कक्षा 11 के छात्र छात्राओं ने आशीर्वाद समारोह का आयोजन कर कक्षा 12 के बच्चों को समारोहपूर्वक विदाई दी। कार्यक्रम का शुभारंभ विद्यालय के वेयरमैन व मुमुक्षु शिक्षा संकुल के मुख्य अधिष्ठाता स्वामी चिन्मयानंद ने दीप प्रज्वलन व मां सरस्वती के चित्र पर माल्यार्पण कर किया। गीत संगीत व नृत्य के विभिन्न कार्यक्रमों से सजे समारोह में कक्षा 11 के बच्चों ने अपनी प्रस्तुति देकर सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया। कक्षा 12 के छात्र

छात्राओं को टाइटल व उपहार भी प्रदान किए गए। प्रतियोगिता के विभिन्न चक्रों को पार करते हुए कक्षा 12 (साइंस) के अनमोल आनंद ने मास्टर फेयरवेल व कक्षा 12 कॉमर्स की शीतल अग्रवाल ने निस फेयरवेल का खिताब अपने नाम किया। विद्यालय के सचिव अशोक अग्रवाल व प्रधानाचार्या डॉ संध्या ने उन्हें सम्मानित किया। विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेता सिद्धिका अग्रवाल, संस्कृति मिश्रा, स्पर्श मेहता, आकाश सिंह, विश्व राज व दिव्यांश मिश्रा आदि को भी उपहार देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम के आयोजन में समस्त स्टाफ का योगदान रहा।

आवश्यकता है
जनपद शाहजहांपुर के समस्त क्षेत्रों, तहसीलों, ब्लॉकों एवं ग्राम स्तर पर संवादवाता चाहिए।
पूर्ण चायोंडाटा सहित आवेदन करें।
लोक पहल
साप्ताहिक समाचार पत्र जो
बनारस पुर - 9302740209, 9450182099 | Writ to us - 181jaha@punjabnews.com

अखिलेश के लिए अपने ही खड़ी कर रहे हैं मुश्किलें

लोक पहल

लखनऊ। समाजवादी पार्टी में वर्तमान में सबकुछ ठीक नहीं चल रहा है। पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव के सामने पार्टी के अंदर एकजुटता बनाए रखने के लिए बड़ी कवायद करनी पड़ रही है। पार्टी के कई नेता खुलकर आमने-सामने आरोप-प्रत्यारोप कर रहे हैं वहीं कई मुख्य विरोधी पार्टी भाजपा नेताओं के साथ भी रिश्ते मधुर बनाने में लगे हुए हैं।

राजनीतिक घटनाक्रम पर नजर डालें तो सपा के कई विधायकों ने बीजेपी से भी करीबियां बढ़ानी शुरू कर दी है पार्टी के तीन विधायकों ने अखिलेश यादव के लिए मुसीबत खड़ी कर दी है। सपा विधायक राकेश प्रताप सिंह ने स्वामी प्रसाद मौर्य के खिलाफ मोर्चा खोल दिया है। उन्होंने अपने बयान में कहा, 'बिना कुछ समझे टिप्पणी कर रहे हैं तो ये अमर्यादित स्थिति पैदा कर रहे हैं। अगर हम जनप्रतिनिधि हैं तो हमें इस बात का भी ध्यान रखना चाहिए कि हमारी टिप्पणी



से कितने लोगों के मन को ठेस पहुंच रही है। कितने लोगों की भावनाएं आहत हो रही हैं। हम नेताओं को इस बात का ध्यान रखना चाहिए।

उन्होंने कहा, 'विधायक रूई या ना रूई चुप नहीं रहूंगा। प्रभु राम पर टिप्पणी करने वाला रानातनी नहीं हैं। मानस पर टिप्पणी करने वाली समाजवादी नहीं हैं। हालांकि इससे पहले बीते कुछ दिनों में कई और सपा विधायकों ने पार्टी की टेंशन बढ़ाने वाला काम किया है। सुल्तानपुर से बीजेपी सांसद और पूर्व केंद्रीय मंत्री नैनका गांधी ने कुछ दिन पहले एक कार्यक्रम में हिस्सा लिया था। ये कार्यक्रम सुल्तानपुर में ही था। तब उनके साथ मंच पर इसी पार्टी विधानसभा सीट से सपा विधायक मोहम्मद ताहिर खान पहुंचे थे।

इस दौरान दोनों को मंच पर एक साथ देखा गया था। जबकि इससे कुछ दिन पहले ही अमेठी में केंद्रीय मंत्री के एक कार्यक्रम में सपा विधायक महाराजी देवी को देखा गया था। केंद्रीय मंत्री के साथ सपा विधायक की तस्वीर सपा ने ही अपने ट्विटर पेज पर शेयर की थी। जिसमें सपा विधायक केंद्रीय मंत्री के साथ दिखाई दे रही थी। विधायक उनके यहां खिचड़ी भोज में पहुंची थीं।

मुल्तार की बहू को पकड़कर सुर्खियों में आई प्रदेश की आईपीएस अफसर वृंदा

लोक पहल

चित्रकूट। चित्रकूट जिला जेल में बंद विधायक अब्बास अंसारी की पत्नी निखत बानो को रंगे हाथ पकड़ने के लिए उन्होंने न वर्दी पहनी, न पुलिस प्रशासन के किसी वाहन का प्रयोग किया इसके बावजूद उन्होंने पूरे अभियान को अंजाम तक पहुंचाने में सफलता प्राप्त कर ली। चित्रकूट जिले में लगभग 5 माह पूर्व गौतम बुद्ध नगर से ट्रांसफर होकर आई आईपीएस वृंदा शुक्ला ने कुछ ही दिनों में जिले की जनता के बीच में अच्छी पैठ बनाई है। खासकर महिलाओं के मामले में उनकी संवेदनशीलता देखते ही बन रही है।



हाल ही में राजापुर में प्रधानाध्यापक के घर में हुई 30 से 35 लाख रुपये की चोरी का खुलासा इन्होंने 2 दिन में ही करा दिया था। बाहुबली विधायक की पत्नी निखत के जिला जेल में नियमों को दरकिनारा कर जेल में पति से मुलाकात करना और नियमों का उल्लंघन करने की जानकारी होने के बाद उन्होंने विभाग के कुछ लोगों को ही विश्वास में लेकर पूरी योजना बनाई। इसके बाद डीएम अभिषेक आनंद के साथ

अमृत भारत स्टेशन योजना के तहत प्रदेश के 149 रेलवे स्टेशनों का होगा कायाकल्प

■ बरेली, हरदोई, पीलीभीत, शाहजहापुर के स्टेशन भी योजना में शामिल

लोक पहल

लखनऊ। अमृत भारत स्टेशन स्कीम के तहत देशभर में कुल 1275 रेलवे स्टेशनों को मॉडर्न और अपडेट किया जा रहा है। इसके लिए सभी 1275 रेलवे स्टेशनों की पहचान भी कर ली गई है। इस स्कीम के तहत उत्तर प्रदेश के 149 रेलवे स्टेशनों का कायाकल्प किया जाएगा।

बीते कुछ सालों में भारतीय रेल अपने इंफ्रास्ट्रक्चर के साथ-साथ यात्री सुविधाओं में लगातार बड़े बदलाव कर रहा है। अगर आप भी ट्रेनों में सफर करते हैं तो आप इस फर्क को आसानी से देख और समझ सकते हैं। भारतीय रेल को वर्ल्ड क्लास रेल नेटवर्क बनाने के लिए भारत सरकार अपनी क्षमता के अनुसार हरसंभव काम और कोशिशें कर रही है। इसी कड़ी में अमृत भारत स्टेशन स्कीम के तहत देशभर में कुल 1275 रेलवे स्टेशनों



को मॉडर्न और अपडेट किया जा रहा है। इसके लिए सभी 1275 रेलवे स्टेशनों की पहचान भी कर ली गई है। इस स्कीम के तहत उत्तर प्रदेश के 149 रेलवे स्टेशनों का कायाकल्प किया जाएगा। रेल मंत्रालय ने उत्तर प्रदेश के उन सभी रेलवे स्टेशनों के नाम की लिस्ट जारी की है, जिन्हें अमृत भारत स्टेशन स्कीम के तहत मॉडर्न और अपडेट किया जाएगा। रेल मंत्रालय द्वारा जारी की गई रेलवे स्टेशनों की लिस्ट में बड़े नामों के

साथ-साथ कई छोटे नाम भी शामिल हैं। लिस्ट में उत्तर प्रदेश के सभी जोन-पश्चिमी उत्तर प्रदेश, अवध, बुंदेलखंड और पूर्वांचल के कई छोटे-बड़े रेलवे स्टेशनों को शामिल किया गया है। सरकार की अमृत भारत स्टेशन स्कीम के तहत न सिर्फ देश के रेलवे स्टेशनों की तस्वीर बदलेगी बल्कि इन स्टेशनों पर आने वाले यात्रियों को सिर्फ मूलभूत सुविधाएं नहीं बल्कि वर्ल्ड क्लास सुविधाएं मिलेंगी।

यूपी बोर्ड की कॉपियों में होगा बार कोड, नकल पर लगेगी लगाम

8753 परीक्षा केन्द्रों पर 5885745 परीक्षार्थी देंगे परीक्षा

लोक पहल

लखनऊ। प्रदेश सरकार इस बार माध्यमिक शिक्षा परिषद की परीक्षाओं को लेकर काफी सतर्क है। परीक्षाओं में नकल को रोकने के लिए हर संभव प्रयास किये जा रहे हैं। साथ ही परीक्षाओं की उत्तर पुस्तिकाओं में भी फारी फेरबदल किया गया है। यूपी बोर्ड की उत्तर पुस्तिकाओं की शुचिता बनाये रखने के लिए इस बार कॉपियों में बार कोडिंग की व्यवस्था की गई है। साथ ही कॉपियों पर माध्यमिक शिक्षा परिषद का लोगो भी होगा। 16 फरवरी से शुरू हो रही बोर्ड परीक्षा में सभी जिलों में सिलाई युक्त उत्तर पुस्तिकाएं विद्यार्थियों को परीक्षा में उपलब्ध कराई जाएंगी। कॉपियों की बारकोडिंग से न तो कापियां बदली जा सकेंगी ना ही पुरानी कॉपियों का प्रयोग किया जा सकेगा। यह जानकारी माध्यमिक शिक्षा राज्यमंत्री गुलाब देवी ने बोर्ड परीक्षाओं की ऑनलाइन मॉनिटरिंग के लिए स्थापित



राज्य स्तरीय कंट्रोल रूम का उद्घाटन करते हुए दी। राज्य स्तरीय कंट्रोल रूम शिविर कार्यालय, शिक्षा निदेशक (माध्यमिक) में स्थापित किया गया है। छात्रों व अभिभावकों के सुझाव और शिकायतों के लिए टोल फ्री नंबर 18001806607 व 18001806608 तथा 0522-2237607 व व्हाट्सअप नंबर 9569790534 जारी किया गया है।

माध्यमिक शिक्षा परिषद प्रयागराज का टोल फ्री नंबर 18001805310 व 18001805312 है। बोर्ड परीक्षाओं के लिए इस बार 8753 परीक्षा केंद्र बनाये गये हैं। इन केंद्रों पर 58,85,745 परीक्षार्थी परीक्षा देंगे। इसमें हाईस्कूल के 31,16,487 व इंटर के 27,69,258 परीक्षार्थी सम्मिलित हैं। वहीं 521 सचल दलों का गठन किया गया है।

मिशन 2024: यूपी में युवा मेला आयोजित करेगी कांग्रेस

आम आदमी पार्टी के प्रदेश प्रवक्ता विनोद मिश्रा ने थामा कांग्रेस का हाथ

लोक पहल

लखनऊ। कांग्रेस के राज्यसभा सांसद दीपेंद्र हुड्डा ने कहा कि पार्टी लोकसभा चुनाव के मद्देनजर सांगठनिक मजबूती के लिए जनसंवाद अभियान चला रही है। पार्टी के हाथ से हाथ जोड़ो अभियान के प्रदेश प्रभारी हुड्डा ने कहा कि युवाओं और महिलाओं पर खास फोकस किया जा रहा है। हुड्डा पार्टी मुख्यालय में पत्रकारों से

बात कर रहे थे। उन्होंने कहा कि यह जन संवाद कार्यक्रम, राजनीतिक और सांस्कृतिक तौर पर भारत जोड़ो यात्रा का विस्तार है। इसके तहत युवा मेले भी आयोजित होंगे। उन्होंने कहा कि अभियान के पहले चरण में प्रत्येक गांव में पार्टी नेता पदयात्रा कर घरों पर झंडा लगा रहे हैं। श्रष्टाचार जुमला पार्टी नाम से जारी पत्र को लोगों में बांट रहे हैं। अभियान के समापन सत्र में बड़ी जनसभा भी होगी।

दूसरे चरण में जिलास्तर पर कार्यकर्ता सम्मेलन और युवा मेला लगाकर कार्यकर्ताओं में वैचारिक ऊर्जा का संचार किया जाएगा। तीसरे चरण में कार्यकर्ता महासमागम और महामेला होगा। प्रत्येक राज्य में राष्ट्रीय महासचिव प्रियंका गांधी यादव के नेतृत्व में महिला मार्च भी निकाला जाएगा। इस मौके पर आम आदमी पार्टी के प्रदेश प्रवक्ता विनोद मिश्रा ने कांग्रेस की सदस्यता ग्रहण की।

आजम खां के बाद अब अब्दुल्ला आजम की भी विधायकी खतरे में

लोक पहल

मुस्ताबाबाद। पंद्रह साल पुराने छजलैट प्रकरण में सपा नेता आजम खां और उनके बेटे सपा विधायक अब्दुल्ला आजम को अदालत ने दो साल की सजा सुनाई है। दोनों पर तीन-तीन हजार रुपये जुर्माना लगाया है। इस मामले में अन्य सात आरोपी साक्ष्यों के अभाव में दोष मुक्त कर दिए गए। जानकारों के अनुसार दो साल की सजा के कारण स्वार सीट

से अब्दुल्ला आजम की विधायकी जाती रहेगी। पूर्व में रामपुर की अदालत से सजा सुनाए जाने के बाद नगर सीट से आजम खां की विधायकी जा चुकी है। यह मामला छजलैट थाने में दो जनवरी 2008 को दर्ज हुआ था। आजम खां, अब्दुल्ला आजम के अलावा मुस्ताबाबाद देहात क्षेत्र के पूर्व विधायक हाजी इकराम कुरैशी, नूरपुर (बिजनौर) के पूर्व विधायक नईमुल हसन, नगीना के

विधायक मनोज पारस, अमरोहा के विधायक महबूब अली सपा नेता राजेश यादव, डीपी यादव, राजकुमार प्रजापति को लोगों को उकसाकर जाम लगवाने का आरोपी बनाया गया था। 2 जनवरी 2008 पूर्व मंत्री और रामपुर के पूर्व विधायक आजम खां अपने परिवार के साथ मुजफ्फरनगर में एक कार्यक्रम में शामिल होने जा रहे थे। छजलैट थाने के सामने वाहन चेकिंग के दौरान आजम खां की गाड़ी पुलिस ने रुकवा ली थी।



इसके विरोध में आजम खां और उनके बेटे स्वार-टांडा विधानसभा सीट से विधायक अब्दुल्ला आजम सड़क पर धरने पर बैठ गए थे।

इस केस की सुनवाई वर्ष 2019 से मुस्ताबाबाद की एमपी एमएलए मजिस्ट्रेट स्मृति गोस्वामी की कोर्ट में की जा रही थी। विशेष लोक अभियोजक मोहन लाल विश्वासी ने बताया कि अदालत पत्रावली पर मौजूद साक्ष्यों के आधार पर आजम खां और अब्दुल्ला आजम को दोषी करार दिया है। आजम खां और अब्दुल्ला आजम को दो-दो साल की सजा सुनाई है और तीन-तीन हजार रुपये का जुर्माना लगाया है।



त्वचा में आता है निखार

गुनगुना पानी पीने से त्वचा में निखार आता है। शरीर में अधिक विषाक्त पदार्थ होते हैं, तो इससे त्वचा पर दाग धे हो जाते हैं। त्वचा मुरझा जाती है और चमक चली जाती है। पानी तो त्वचा में निखार लाने में मददगार होती ही है। रोज सुबह उठकर एक गिलास पानी पीने से दाग-धे से भी मुक्ति मिलती है। पीरियड के दौरान पूरे दिन गर्म पानी पीना बहुत ही फायदेमंद होता है, योकि यह मासिक धर्म के दौरान होने वाली ऐंठन को कम कर सकता है। इस दौरान गर्म पानी का सेवन करने से पेट की मांसपेशियों को शांत करने में सहायक होता है। इस तरह से दिन भर गर्म पानी का सेवन करके मासिक धर्म चक्र की ऐंठन और दर्द को कम किया जा सकता है। कहते हैं कि यदि आपको पीरियड्स के दिनों में सिरदर्द की शिकायत रहती है तो गर्म पानी का सेवन करना आपके लिए लाभदायी होता है।

पाचन तंत्र रहता है सही, वजन कम करने में सहायक

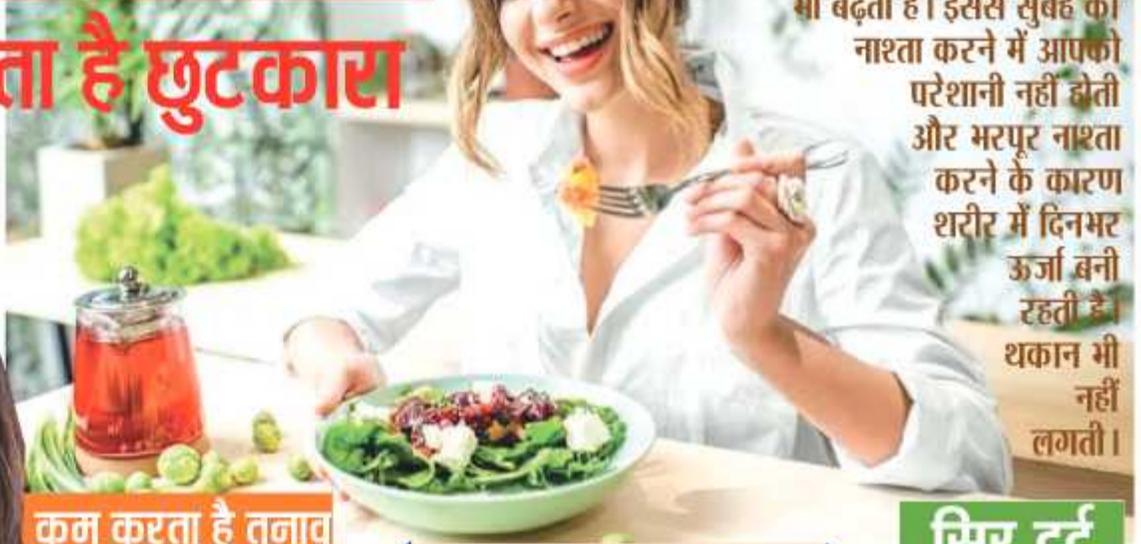
खाली पेट एक गिलास गुनगुना पानी पीने से आपका पाचन तंत्र सही रहता है। रोजाना सुबह सुबह पानी पीने की आदत होने से गैस की समस्या और पेट फूलने की समस्या से राहत मिलती है। शरीर से विषाक्त पदार्थ भी बाहर निकल जाते हैं। पूरे दिन गर्म पानी का सेवन आपके चयापचय को बढ़ावा देता है। यदि आप अपना वजन कम करना चाहते हैं तो अपने दैनिक जीवन में गर्म पानी को स्थान दें। वजन कम करने के लिए गर्म पानी पीना एक अच्छा तरीका है। इसके लिए आप दिन भर गर्म पानी का सेवन कर सकते हैं। इस तरह से गर्म पानी पीने के लाभ वजन को नियंत्रित करने में मदद करते हैं।



खाली पेट पीएं गुनगुना पानी

कई समस्याओं से मिलता है छुटकारा

सेहत के लिए पानी फायदेमंद होता है। हमारे शरीर के कुल वजन में 60 फीसदी पानी का होता है। शरीर को जितना पोषण तत्वों की जरूरत होती है, उससे ज्यादा पानी की होती है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों के मुताबिक, एक व्यक्ति को रोजाना आठ से 10 गिलास पानी पीना चाहिए। वहीं पानी पीने का तरीका और सही समय कई तरह की बीमारियों को भी दूर रखता है। अक्सर लोग ठंडा पानी पीना पसंद करते हैं, खलाफि कुछ लोग गुनगुना पानी पीते हैं। लेकिन अगर आप सुबह-सुबह खाली पेट गर्म पानी पीते हैं तो ये सेहत के लिए काफी फायदेमंद माना जाता है। इससे शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में मदद मिलती है। सुबह गर्म पानी पीने से पाचन क्रिया दुरुस्त रहती है। ऐसे में आपको खाली पेट पानी पीने की आदत डालनी चाहिए।



बढ़ती है भूख

स्वास्थ्य विशेषज्ञ के मुताबिक, खाली पेट गर्म पानी पीने से भूख भी बढ़ती है। इससे सुबह का नाश्ता करने में आपको परेशानी नहीं होती और भरपूर नाश्ता करने के कारण शरीर में दिनभर ऊर्जा बनी रहती है। थकान भी नहीं लगती।

कम करता है तनाव

चिंता और तनाव आदि को दूर करने के लिए दिन भर गर्म पानी का सेवन। अध्ययनों से पता चलता है कि गर्म तरल पदार्थ जैसे कि चाय, कॉफी आदि तनाव को कम करने में प्रभावी होती है। इस तरह से यदि आप तनाव ग्रस्त हैं तो इस दौरान गर्म पानी या गर्म पेय पदार्थों का सेवन करें। लोगों की मनोदशा को सुधारने में तरल पदार्थ की गर्मी का विशेष योगदान होता है।

र परिसंचरण में सहायक

अच्छी तरह से रक्त परिसंचरण होना हमारे शरीर में बहुत जरूरी होता है, जो लोग दिन भर गर्म पानी पीते हैं उन्हें रक्त परिसंचरण संबंधी समस्याएं होने की संभावना कम होती है। इसके अलावा गर्म पानी से स्नान भी आपके संचार अंगों जैसे धमनियों और शिराओं को आराम दिलाता है। जिससे वे उचित रक्त प्रवाह बना रहता है। स्वस्थ रक्त प्रवाह आपके रक्तचाप से लेकर हृदय रोगों के खतरों को कम कर सकता है। आप भी अपने अच्छे स्वास्थ्य के लिए पूरे दिन गर्म पानी का सेवन कर लाभ प्राप्त कर सकते हैं।

सिर दर्द से राहत

अगर आपको सिर दर्द की समस्या है तो रोजाना सुबह खाली पेट गुनगुना पानी पीने की आदत डालें। दरअसल, शरीर में पर्याप्त मात्रा में पानी न होने से सिर दर्द होता है। इसलिए भरपूर मात्रा में पानी पीएं और रोज सुबह एक गिलास पानी के साथ दिन की शुरुआत करें।

देखो हँस मत देना

सरदार ट्रेन में सुसु करने गया, वाईफ: आपका पेट गिला कैसे हुआ? सरदार: वहां लिखा था, कृपया शरीर का कोई अंग बाहर ना निकाले।

बेटा: पापा आप रात को मी के साथ यू सोते हो? पापा: बेटा इससे आपस में प्यार बढ़ता है, बेटा: पापा उल्लू मत बनाओ, साथ सोने से प्यार नहीं परिवार बढ़ता है।

2 दोस्त सालों के बाद मिले, पता चला दोनों कि शादी हो गयी, पहला दोस्त: कैसी है तुारी वाईफ? दूसरा दोस्त: स्वर्ग की अप्सरा है, और तेरी? पहला दोस्त: मेरी तो अभी जिंदा है!

टीचर: इतने दिन से कहा थें? लड़का: बर्द लू हुआ था, टीचर: पर ये तो बर्दस को होता है? लड़का: आपने मुझे इंसान समझा ही कहा है, रोज तो मुर्गा बना देती हो।

एक बार भगवान ने एक आदमी से सवाल किया तेरी इच्छा या है, आदमी बोला प्लीज मुझे मेरे कॉलेज के दिन वापस दे दो। भगवान हसने लगे और कहा, मंत्रत मांगने को कहा था जन्त नहीं!

लड़कियों को गाली मत दो, बस एक बर्द काफी है, जो गाली से ज्यादा असर कर देगा.. और वो है, आंटी जी।

कहानी

भूखी चिड़िया

सालों पहले एक घंटाघर में टीकू चिड़िया अपने माता-पिता और 5 भाइयों के साथ रहती थी। टीकू चिड़िया छोटी सी थी। उसके पंख मुलायम थे। उसकी मां ने उसे घंटाघर की ताल पर चढ़ाकर सिखाया था। घंटाघर के पास ही एक घर था, जिसमें पक्षियों से प्यार करने वाली एक महिला रहती थी। वह टीकू चिड़िया और उसके परिवार के लिए रोज रोटी का टुकड़ा डालती थी। एक दिन वह बीमार पड़ गई और उसकी मौत हो गई। टीकू चिड़िया और उसका पूरा परिवार उस औरत के खाने पर निर्भर था। एक दिन भूख से बेहाल होने पर टीकू चिड़िया के पिता ने कीड़ों का शिकार करने का फैसला किया। काफी मेहनत करने के बाद उन्हें 3 कीड़े मिले, जो परिवार के लिए काफी नहीं थे। वे 8 लोग थे, इसलिए उन्होंने टीकू और उसके 2 छोटे भाइयों को खिलाने के लिए कीड़े साइड में रख दिए। इधर, खाने की तलाश में भटक रही टीकू, उसके भाई और उसकी मां ने एक घर की छिड़की में घोंघ मारी, ताकि कुछ मिल जाए, लेकिन कुछ नहीं मिला। उल्टा घर के मालिक ने उनपर राख फेंक दी, जिससे तीनों भूरे रंग के हो गए। उधर, काफी तलाश करने के बाद टीकू के पिता को एक ऐसी जगह मिली, जहां काफी सां में कीड़े थे। उनके कई दिनों के खाने का इंतजाम हो चुका था। वह जब खुशी-खुशी घर पहुंचा, तो वहां कोई नहीं मिला। वह परेशान हो गया। तभी टीकू चिड़िया, उसका भाई और मां वापस लौटे, तो पिता उन्हें पहचान नहीं पाए और गुस्से में उन्होंने सबको भगा दिया। टीकू ने पिता को समझाने की काफी कोशिश की। उसने बार-बार बताया कि किसी ने उनके ऊपर रंग फेंका है, लेकिन टीकू के हाथ असफलता ही लगी। उसकी मां और भाई भी निराश हो गए, लेकिन टीकू ने हार नहीं मानी। वह उन्हें लेकर तालाब के पास गई और नहलाकर सबकी राख हटा दी। तीनों अब अपने पुराने रूप में आ गए। अब टीकू के पिता ने भी उन्हें पहचान लिया और माफ़ी मांगी। अब सब मिलकर खुशी-खुशी एक साथ रहने लगे। उनके पास खाने की भी कमी नहीं थी।

7 अंतर खोजें



जानिए कैसा रहेगा

यह सप्ताह

मेष 	आज खुद को ऊर्जावान महसूस करेंगे। कारोबारी आज बिजनेस के मामलों में अपनी से सलह लेकर काम करेंगे तो फायदा जरूर होगा। अज्ञो का आज पढ़ाई में मन लगेगा।	तुला 	आज कहीं से अचानक धन लाभ का अवसर मिल सकता है। नया वाहन खरीदने के लिये दिन शुभ है। अगर आप नौकरी में हैं तो आज इनकम में बढ़ोरी की सवना बन रही है।
वृषभ 	आज आप शारीरिक एवं मानसिक रूप से भरपूर प्रतिक्रिया देकर काम करेंगे। मन में उत्साह का संचार होगा, जिस वजह से दिनभर का समय आनंदपूर्वक बीतेगा।	वृश्चिक 	आज पूरे दिन आपका मन प्रसन्न रहेगा। आर्थिक स्थिति पहले से बेहतर रहेगी। इस रत्न की महिलाओं के लिए आज का दिन कोई बड़ी गुड न्यूज लाएगा।
मिथुन 	बच्चों के साथ खेलना बहुत अच्छा और सुकून देने वाला अनुभव रहेगा। प्राप्त हुआ धन आधुनिकी उद के मुताबिक नहीं होगा। घरेलू जिंदगी सुकूनभरी और खुशनुमा रहेगी।	धनु 	असुविधा आपकी मानसिक शान्ति को खराब कर सकती है। संदिग्ध लेन-देन में फंसे से सावधान रहें। आपकी पारिवारिक सदस्यों से बेवजह वादविवाद हो सकता है।
कर्क 	आज अपने जीवन की किसी बड़ी समस्या को सुलझाने की हर संभव कोशिश करें। इसमें आपके परिवार का सहयोग मिलेगा। आज आप खुद को ऊर्जा से भरपूर महसूस करेंगे।	मकर 	आज आपका मनोबल ऊंचा रहेगा। इस राशि के लोगों को आज कार्यक्षेत्र में कोई बड़ी सफलता मिलने वाली है। आज आपका विदेश में जाकर नौकरी का सपना पूरा होगा।
सिंह 	आज आपके लिए आय के नए स्रोत बनेंगे। आपकी व्यवसायिक स्थिति में सुधार होगा। आप एक पारिवारिक आयोजन में आप सभी के ध्यान का केन्द्र होंगे।	कुं 	आज आपको कि रमत क साथ मिलेगा। आत्मविश्वास बढ़ सक ता है। दिमाग में कई तरह की बातें भी रहेगी। कुछ कर दिखाने की इच्छ तेज हो सकती है।
कन्या 	शरीर के किसी अंग में दर्द होने की संभावना है। किसी भी ऐसे काम से बचे, जिसमें ज्यादा शारीरिक मेहनत की जरूरत हो। पर्याय आराम भी करें।	मीन 	अपने खर बर मूड को शादीशुदा जिंदगी में तनाव का कारण न बनने दें। इससे बचने की कोशिश करें, नहीं तो बाद में पछताना पड़ेगा। कुछ भी चालाकी भरे काम को करने से बचें।

