

देश की उपासना

देश के विकास में समर्पित समाज के सभी वर्गों के लिए

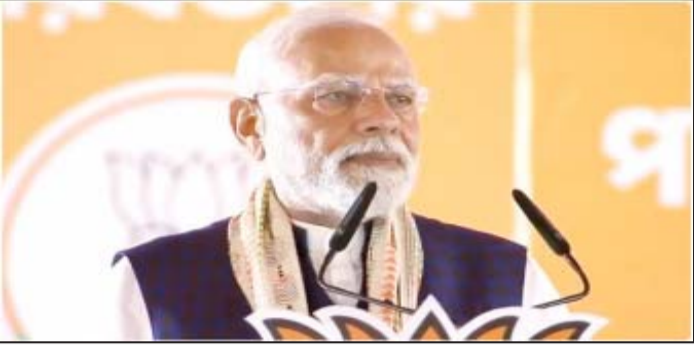
वर्ष - 04 अंक - 31 जौनपुर शनिवार, 13 सितम्बर 2025 साप्ताहिक (संस्करण) पेज - 4 मूल्य - 2 रुपये



पीएम मोदी जाएंगे मणिपुर, 8500 करोड़ की देगे सौगात 45 मिनट तक राम मंदिर में रहे मॉरीशस के प्रधानमंत्री, पत्नी संग किया दर्शन-पूजन

नई दिल्ली, (एजेंसी)। पीएम नरेंद्र मोदी शनिवार को मणिपुर दौरे पर जाएंगे। वे यहां 8500 करोड़ रुपये की परियोजनाओं का लोकार्पण और शिलान्यास करेंगे। मणिपुर के मुख्य सचिव पुनीत कुमार गोयल ने बताया कि प्रधानमंत्री सबसे पहले मिजोरम से चुराचांदपुर पहुंचेंगे और फिर इंफाल जाएंगे। वहीं पीएम मोदी के दौरे से पहले गुरुवार शाम को कुकी बहुल चुराचांदपुर जिले में दो स्थानों पर उपद्रवियों और सुरक्षा बलों के बीच झड़प हुई। मणिपुर के मुख्य सचिव ने कहा कि मणिपुर के समावेशी, सतत और समग्र विकास के प्रति अपनी प्रतिबद्धता के अनुरूप प्रधानमंत्री चुराचांदपुर में 7,300 करोड़ रुपये से अधिक की लागत वाली कई विकास

परियोजनाओं की आधारशिला रखेंगे। जबकि 1200 करोड़ रुपये से अधिक की कई विकास परियोजनाओं का भी उद्घाटन करेंगे। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री की 13 सितंबर की मणिपुर यात्रा राज्य में शांति, सामान्य स्थिति और विकास का मार्ग प्रशस्त करेगी। पीएम मोदी चुराचांदपुर और इम्फाल में आंतरिक रूप से विस्थापित लोगों से बातचीत करेंगे। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के शनिवार को संभावित मणिपुर दौरे से पहले इंफाल और चुराचांदपुर में सुरक्षा इंतजाम कड़े कर दिए गए हैं। प्रधानमंत्री के मणिपुर दौरे को लेकर अभी तक कोई आधिकारिक घोषणा नहीं की गई है। लेकिन उनके मिजोरम यात्रा के बाद मणिपुर पहुंचने की संभावना है। राज्य में प्रधानमंत्री



की यात्रा को लेकर तैयारियां काफी तेजी से चल रही हैं। इंफाल में करीब 237 एकड़ में फैले कांगला किले और चुराचांदपुर के पीस ग्राउंड के आसपास बड़ी संख्या में राज्य और केंद्रीय बलों के जवान तैनात किए गए हैं। वहां पर प्रधानमंत्री के कार्यक्रम के लिए एक भव्य मंच का निर्माण भी किया जा रहा है। इसी क्रम में राज्य में कई बैठकें भी आयोजित की जा चुकी हैं। मई 2023 में कुकी और मैतई समुदायों के बीच जातीय हिंसा भड़काने के बाद मोदी की यह पहली मणिपुर यात्रा होगी। राज्य में महीनों जारी रही हिंसा में 250 से ज्यादा लोग मारे गए और हजारों बेघर हो गए। राज्य कर्मचारियों के साथ

केंद्रीय सुरक्षा दल कांगला किले का चौबीसों घंटे निरीक्षण कर रहे हैं और राज्य आपदा प्रबंधन बल की नौकाओं को किले के चारों ओर की खाइयों में गश्त के लिए लगाया गया है। 1891 में रियासत के विलय से पहले कांगला किला तत्कालीन मणिपुरी शासकों की सत्ता का प्राचीन केंद्र हुआ करता था। तीन तरफ खाइयों और पूर्वी तरफ इंफाल नदी से घिरा यह किला एक बड़े पोलो मैदान, जंगल, मंदिरों के खंडहर और राज्य पुरातात्विक कार्यालयों से घिरा है। एक केंद्रीय सुरक्षा अधिकारी ने बताया, किसी अवांछित सामग्री का पता लगाने के लिए खोजी कुत्तों और उन्नत उपकरणों का इस्तेमाल किया जा रहा है।

अयोध्या, (संवाददाता)। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के संसदीय क्षेत्र काशी के बाद मॉरीशस के प्रधानमंत्री डॉ. नवीन चंद्र राम गुलाम अयोध्या पहुंचे। जहां महर्षि वाल्मीकि एयरपोर्ट पर उनका स्वागत मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ और कृषि मंत्री सूर्य प्रताप शाही ने किया। उनके साथ परिवार के सदस्य, मॉरीशस प्रधानमंत्री कार्यालय के वरिष्ठ अधिकारी और कैबिनेट के मंत्री भी मौजूद रहे। एयरपोर्ट पर उनका स्वागत पारंपरिक रेड कार्पेट शैली में किया गया। प्रधानमंत्री डॉ. नवीन चंद्र राम गुलाम अयोध्या एयरपोर्ट से रामलला के दरबार पहुंचे। जहां उन्होंने पत्नी के साथ रामलला की आरती उतारी और दर्शन-पूजन किए। इस दौरान सीएम



योगी आदित्यनाथी उनके साथ मौजूद रहे। प्रधानमंत्री डॉ. नवीन चंद्र करीब 45 मिनट तक राम मंदिर में रहे। इसके बाद महर्षि वाल्मीकि एयरपोर्ट के लिए रवाना हो गए। महर्षि वाल्मीकि एयरपोर्ट के लिए रवाना हो गए। अयोध्या एयरपोर्ट पर सीएम योगी ने उन्हें विदा किया। इसके बाद सीएम योगी वापस अयोध्या धाम लौट आए जहां हरि गोपाल धाम में जगद्गुरु राम दिनेशाचार्य की ओर से आयोजित है।

संक्षिप्त खबरें दिल्ली के बाद अब बॉम्बे हाईकोर्ट को मिली बम की धमकी

मुंबई, (एजेंसी)। दिल्ली के बाद बॉम्बे हाईकोर्ट को बम से उड़ाने की धमकी मिली है। मौके पर बम निरोधक दस्ता पहुंचा। पूरे परिसर को खाली कराया गया। चम्पे-चम्पे की तलाशी ली गई। हालांकि, कड़ी जांच में कुछ भी नहीं मिला। इससे पहले पुलिस ने बताया कि बॉम्बे हाईकोर्ट प्रशासन को शुक्रवार दोपहर बम की धमकी वाला एक ईमेल मिला, जिससे अफरा-तफरी मच गई और सुनवाई स्थगित करनी पड़ी। ईमेल मिलने के बाद हाईकोर्ट परिसर को खाली करा लिया गया और तलाशी अभियान शुरू किया गया। एक अधिकारी ने बताया, धमकी भरा ईमेल बॉम्बे हाईकोर्ट के आधिकारिक ईमेल पते पर आया था, जिसमें इमारत में बम विस्फोट की चेतावनी दी गई थी। उन्होंने बताया कि सूचना मिलने के बाद पुलिसकर्मी हाईकोर्ट पहुंचे और एहतियात के तौर पर सभी न्यायाधीशों, वकीलों, कर्मचारियों और आगंतुकों को परिसर खाली करने को कहा गया। अधिकारी ने आगे कहा, श्मानक संचालन प्रक्रियाओं (एसओपी) के अनुसार इमारत को खाली करा लिया गया। बम निरोधक दस्ते (बीडीडीएस) और डोंग स्क्वॉड की मदद से तलाशी अभियान जारी है। उन्होंने बताया कि हाल ही में शहर के कई प्रमुख प्रतिष्ठानों और स्कूलों को इसी तरह की बम धमकियां मिली हैं, लेकिन घबराने की कोई जरूरत नहीं है। इससे पहले दिल्ली हाईकोर्ट में बम की धमकी मिलने से वकीलों और न्यायाधीशों दोनों में ही दहशत फैल गई। न्यायाधीश अचानक उठकर खड़े हो गए। यह अफरा-तफरी एक ईमेल के बाद हुई, जिसके जरिए न्यायालय प्रशासन को उच्च न्यायालय पर हमले की धमकी मिली। इसके बाद पुलिस और अन्य एजेंसियों ने तलाशी अभियान शुरू किया। सूत्रों के मुताबिक, यह ईमेल महापंजीयक को सुबह लगभग 8.39 बजे मिला और कुछ न्यायाधीशों को इसकी सूचना दी गई। बम निरोधक दस्ता भी उच्च न्यायालय परिसर में दिल्ली हाईकोर्ट में जब न्यायाधीश कार्यवाही कर रहे थे, तभी उनके न्यायालय कर्मचारी आए और उन्हें बम की धमकी वाले ईमेल के बारे में बताया, जिसके बाद वे अदालत कक्षों से बाहर निकल गए।

राम विरोधी स्टालिन के साथ मंच साझा - अनुराग ठाकुर

नई दिल्ली, (एजेंसी)। भाजपा सांसद अनुराग ठाकुर ने शुक्रवार को बिहार में इंडिया ब्लॉक के एक कार्यक्रम में तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एमके स्टालिन को मंच देने पर कांग्रेस और राष्ट्रीय जनता दल (राजद) पर सवाल उठाए। ठाकुर ने स्टालिन पर भगवान राम का अनादर करने और अयोध्या में राम मंदिर निर्माण का विरोध करने का आरोप लगाया। पटना में पत्रकारों से बात करते हुए, भाजपा सांसद ने कहा कि वह व्यक्ति (तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एमके स्टालिन) जो भगवान राम को नहीं मानते, वह राम मंदिर निर्माण और अपने बेटे द्वारा सनातन के बारे में दिए गए बयानों के खिलाफ थे और उन्होंने सनातन का अपमान किया। कांग्रेस और राजद ने उन्हें अपने मंच पर जगह क्यों दी? बिहार की जनता यह जानना चाहती है ठाकुर की यह आलोचना वरिष्ठ डीएमके नेता और तमिलनाडु के मंत्री दुरई मुरुगन की टिप्पणी की पूराभूमि में आई है। मुरुगन ने तमिलनाडु में श्विषेण गहन पुनरीक्षण के प्रस्ताव को यह कहते हुए खारिज कर दिया था कि यह राज्य बिहार जैसा नहीं है और यहाँ के लोग राजनीतिक रूप से जागरूक हैं और उन्हें गुमराह नहीं किया जा सकता। वेल्लोर में मीडियाकार्मियों से बात करते हुए, मंत्री ने बिहार के साथ तीखी तुलना की और जोर देकर कहा कि तमिलनाडु का शासन और नेतृत्व बिहार से अलग है। मुरुगन ने संवाददाताओं से कहा कि तमिलनाडु, बिहार नहीं है। तमिलनाडु एक ऐसा राज्य है जहाँ लोग जागरूक हैं। वहाँ का शासन यहाँ जैसा नहीं है यहाँ हमारे पास थलपति का नेतृत्व है, और इस तरह की चालें तमिलनाडु में या हमारे नेता के साथ काम नहीं करेंगी।

सीपी राधाकृष्णन ने ली उपराष्ट्रपति पद की शपथ समारोह में धनखड़ भी नजर आए

मुंबई, (एजेंसी)। सीपी राधाकृष्णन ने शुक्रवार को उपराष्ट्रपति पद की शपथ ली। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु ने राष्ट्रपति भवन में आयोजित समारोह में 67 वर्षीय राधाकृष्णन को शपथ दिलाई। राजग उम्मीदवार राधाकृष्णन ने इंडिया गठबंधन के उम्मीदवार पूर्व जस्टिस बी सुदर्शन रेड्डी को उपराष्ट्रपति पद की शपथ ली। 21 जुलाई को जगदीप धनखड़ के अचानक इस्तीफे के बाद 9 सितंबर को नए उपराष्ट्रपति के लिए चुनाव हुआ था। इससे पहले उपराष्ट्रपति चुने जाने के बाद राधाकृष्णन ने महाराष्ट्र के राज्यपाल पद से इस्तीफा दे दिया था। गुरुवार को राष्ट्रपति भवन की ओर से जारी बयान में यह जानकारी दी गई थी। राष्ट्रपति मुर्मु ने राधाकृष्णन के इस्तीफे के बाद गुजरात के राज्यपाल आचार्य देवव्रत को महाराष्ट्र का अतिरिक्त प्रभार सौंपा है। देवव्रत अब दोनों राज्यों के राज्यपाल की जिम्मेदारी संभालेंगे। संसद के हालिया मानसून सत्र के दौरान जगदीप धनखड़ ने स्वास्थ्य कारणों का हवाला देते हुए उपराष्ट्रपति पद से इस्तीफा दे दिया था, हालांकि उनका कार्यकाल दो साल बचा हुआ था। उनके इस्तीफे के कारण मधु यावधि चुनाव कराया गया। देश के 15वें उपराष्ट्रपति चुने गए सीपी राधाकृष्णन की उपराष्ट्रपति पद की शपथ समारोह में महाराष्ट्र के राज्यपाल पद से इस्तीफा दे दिया था। गुरुवार को राष्ट्रपति भवन की ओर से जारी बयान में यह जानकारी दी गई थी। राष्ट्रपति मुर्मु ने राधाकृष्णन के इस्तीफे के बाद गुजरात के राज्यपाल आचार्य देवव्रत को महाराष्ट्र का अतिरिक्त प्रभार सौंपा है। देवव्रत अब दोनों राज्यों के राज्यपाल की जिम्मेदारी संभालेंगे। संसद के हालिया मानसून सत्र के दौरान जगदीप धनखड़ ने स्वास्थ्य कारणों का हवाला देते हुए उपराष्ट्रपति पद से इस्तीफा दे दिया था, हालांकि उनका कार्यकाल दो साल बचा हुआ था। उनके इस्तीफे के कारण मधु यावधि चुनाव कराया गया। देश के

राहुल गांधी ने पीएम के मणिपुर दौरे का किया स्वागत, साथ ही ठेड़ा वोट चोरी का नया राग

नई दिल्ली, (एजेंसी)। लोकसभा में विपक्ष के नेता और कांग्रेस सांसद राहुल गांधी ने शुक्रवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मणिपुर दौरे का स्वागत किया। गुजरात के जूनागढ़ दौरे के दौरान, राहुल गांधी ने स्वीकार किया कि मणिपुर में लंबे समय से अशांति चल रही है। उन्होंने संवाददाताओं से कहा कि मणिपुर में यह मुद्दा लंबे समय से चल रहा है। यह अच्छी बात है कि वह अब वहां जा रहे हैं। इसके साथ ही वोट चोरी वाले अपने तंज को दोहराते हुए, गांधी ने एक बार फिर आरोप लगाया कि हरियाणा और महाराष्ट्र विधानसभा चुनावों के जनादेश चुराए गए थे। कांग्रेस श्वोट चोर का है। हरियाणा चुरा लिया गया... हर जगह लोग सांसद मनोज झा ने कहा कि प्र बहुत लंबा समय लग गया... जब प्र वहां मरहम लेगा। मणिपुर के लोगों के पूर्व मुख्यमंत्री और कांग्रेस नेता मोदी औपचारिकता निभा रहे हैं। वह 4 घंटे के लिए जा रहे हैं। उन्हें पहले जाना चाहिए था... मैंने केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह से भी पूछा कि वह उन्हें समझा क्यों नहीं पा रहे हैं? ...शावद अगर वह पहले चले जाते, तो शांति जल्दी स्थापित हो जाती। इससे पहले, कांग्रेस महासचिव और संचार प्रभारी जयप्राम रमेश ने प्रधानमंत्री मोदी की प्रस्तावित मणिपुर यात्रा की आलोचना करते हुए इसे राज्य के लोगों का अपमान बताया था। र पर एक पोस्ट में, कांग्रेस सांसद ने यात्रा की तैयारियों से संबंधित एक अखबार की कटिंग साझा की और कहा कि ऐसा लग रहा है कि प्रधानमंत्री मणिपुर में केवल तीन घंटे ही बिताएंगे।

पीएम मोदी की दिवंगत मां का अपमान : शहजाद पूनावाला

नई दिल्ली, (एजेंसी)। पीएम नरेंद्र मोदी की मां को लेकर विवाद थमता नहीं दिख रहा है। बिहार कांग्रेस ने एक एआई से बना वीडियो जारी किया है, जिससे भाजपा भड़क गई। इस वीडियो में दिखाया गया है कि पीएम मोदी सनान दोख रहे हैं और उनकी मां उन्हें उनकी राजनीति को लेकर डांट रही हैं। भाजपा ने

कहा कि यह प्रधानमंत्री की दिवंगत मां, महिलाओं और गरीबों का अपमान थमता नहीं दिख रहा है। बिहार कांग्रेस ने दिसंबर 2022 में 99 साल की उम्र में निधन हो गया था। बिहार कांग्रेस के इस वीडियो को लेकर भाजपा नेता शहजाद पूनावाला ने कड़ी प्रतिक्रिया दी। उन्होंने कहा, शकांग्रेस पार्टी एक बार फिर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की मां का अपमान कर रही है। यह एक पार्टी भारत के गरीबों से इतनी नफरत करती है। कांग्रेस महिला विरोधी है और देश के गरीबों से नफरत करती है। दरअसल, प्रधानमंत्री की मां को लेकर आखिरी विवाद अगस्त के अंत में शुरू हुआ था। तब सोशल मीडिया पर एक वीडियो वायरल हुआ था, जिसमें कुछ युवक मंच से प्रधानमंत्री और उनकी मां के खिलाफ अमद्र भाषा का इस्तेमाल कर रहे थे। मंच पर राहुल गांधी और राजद नेता तेजस्वी यादव की तस्वीरें लगी थीं। इसके बाद प्रधानमंत्री मोदी ने कांग्रेस और राजद पर तीखा हमला बोलते हुए कहा था, मेरी मां अब इस दुनिया में नहीं हैं। सौ साल पूरे करने के बाद वह हम सबको छोड़कर चली गई।

उन्होंने अपने कामों से मुख्यमंत्री की कुर्सी का मजाक उड़ाया : गौरव गोगोई

गुवाहाटी, (एजेंसी)। असम कांग्रेस अध्यक्ष गौरव गोगोई ने सीएम हिमंत बिस्व सरमा पर हमला बोला है। गौरव गोगोई ने कहा कि उन्होंने अपने कामों से मुख्यमंत्री की कुर्सी का मजाक उड़ाया है। सीएम के शब्दों की सारी विश्वसनीयता खत्म हो गई है। मुझे ऐसे मुख्यमंत्री के लिए दुख है। गोगोई और उनके परिवार की पाकिस्तानी संबंधों की जांच कर रही एसआईटी की रिपोर्ट सामने आने पर सीएम सरमा ने चिंता जाहिर की थी। एक्स पर पोस्ट में लोकसभा में कांग्रेस के उपनेता गौरव गोगोई ने आरोप लगाया कि कई शर्मनाक घटनाएँ हुई हैं। मुझे याद है कि सीएम ने कहा था कि उन्होंने भारत जोड़ो यात्रा के दौरान राहुल गांधी के बाँड़ी डबल को देखा था। गोगोई ने एसआईटी रिपोर्ट का हवाला देते हुए कहा कि नया पलॉप शो आरजी बाँड़ी डबल से भी बड़ा है। असम के लोग बेहतर के हकदार हैं। असम के लोगों को 2026 में बेहतर सुविधाएँ मिलेंगी। एसआईटी रिपोर्ट को लेकर सीएम सरमा ने कहा था कि रिपोर्ट जल्द सार्वजनिक कर दी जाएगी। हम गोपनीय सूचनाओं को छोड़कर यथासंभव अधिक से अधिक जानकारी मीडिया के साथ साझा करेंगे। एसआईटी रिपोर्ट 96 पन्नों का एक दस्तावेज है। इसे सीमित संसाधनों से तैयार किया गया, फिर भी इसमें भारी सच्चाई छिपी है। बस एक नजर ही गहरी पीड़ा जगाने के लिए काफी है। यह दर्शाता है कि कितनी आसानी से जड़ें काटी जा सकती हैं और विरासत को परछाई के बदले बेचा जा सकता है। मुख्यमंत्री ने कहा था कि राज्य कांग्रेस अध्यक्ष के परिवार के तीन सदस्य विदेशी हैं और दावा किया था कि पार्टी के एक कार्यक्रम में गोगोई का नृत्य अनुचित प्रतीत हुआ। अगर मैं कांग्रेस में होता, तो उन्हें मंच से धक्का दे देता, क्योंकि पार्टी का नेतृत्व कभी महात्मा गांधी जैसे लोगों ने किया था।



कर्नाटक में नई जाति जनगणना का एलान

बंगलूरु, (एजेंसी)। मुख्यमंत्री सिद्धारमैया ने शुक्रवार को घोषणा की कि कर्नाटक 22 सितंबर से 7 अक्टूबर के बीच एक नया सामाजिक-आर्थिक और शैक्षिक संकेतक कराएगा। उन्होंने कहा कि 2015 में हुई जाति जनगणना को सरकार ने स्वीकार नहीं किया है। उन्होंने कहा कि पिछली जनगणना के एक दशक

किया जाना चाहिए। उन्होंने जोर देकर कहा कि यह सर्वेक्षण असमानताओं को दूर करने और लोकतंत्र की मजबूत नींव रखने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। विज्ञापन कर्नाटक राज्य पिछड़ा वर्ग आयोग की ओर से किए जाने वाले इस सर्वेक्षण में राज्य के लगभग सात करोड़ परिवारों की पूरी आबादी को शामिल किए जाने की उम्मीद है। प्रत्येक परिवार को एक विशिष्ट घरेलू पहचान पत्र (यूआईडी) स्टिकर दिया जाएगा, जिसमें अब तक 1.55 करोड़ स्टिकर लगाए जा चुके हैं। परिवारों की सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक और शैक्षिक स्थिति का विवरण एकत्र करने के लिए 60 प्रश्नों वाली एक प्रश्नावली आयोजित की जाएगी। इस सर्वेक्षण के लिए दशहरे की छुट्टियों के दौरान 1.85 लाख सरकारी शिक्षकों को तैनात किया जाएगा। प्रत्येक को 20,000 रुपये तक का मानदेय मिलेगा, जिससे शिक्षकों के पारिश्रमिक के लिए कुल आवंटन 325 करोड़ रुपये हो जाएगा। राज्य ने इस पूरी प्रक्रिया के लिए 420 करोड़ रुपये निर्धारित किए हैं। जो 2015 की जाति जनगणना के दौरान खर्च किए गए 165 करोड़ रुपये से काफी अधिक है। सटीकता में सुधार के लिए तकनीकी सुरक्षा उपायों का उपयोग किया जा रहा है। प्रत्येक घर को बिजली मीटर नंबरों से जियो-टैग किया जाएगा और राशन कार्ड और आधार विवरण मोबाइल नंबरों से जोड़े जाएंगे। जो लोग जनगणनाओं को जाति विवरण नहीं बताना चाहते हैं, उनके लिए एक समर्पित हेल्पलाइन (8050770004) पर कॉल करके या ऑनलाइन जानकारी देने के विकल्प उपलब्ध कराए गए हैं।



संपादकीय

एंटीबायोटिक दुरुपयोग

यह सर्वविदित है कि भारत में डॉक्टर सलाह तथा बिना परामर्श के एंटीबायोटिक दवाएं लेना आम बात है। यह जानते हुए भी कि लगातार इन दवाओं के सेवन से उनकी रोगप्रतिरोधक क्षमता गहरे तक प्रभावित होती है। एक समय ऐसा आ जाता है कि रोगों पर ये एंटीबायोटिक दवाएं काम करना बंद कर देती हैं। इस चिंता को हाल में हुए एक अध्ययन ने बढ़ाया है। नये अध्ययन ने एक परेशान करने वाली सच्चाई को उजागर किया है, जो बताता है कि भारत में एंटीबायोटिक दवाओं के दुरुपयोग के पीछे मरीजों की सोच एक प्रमुख कारक है। अधिकांश लोगों की धारणा है कि इन दवाओं के सेवन से वे स्वतः ही ठीक हो जाएंगे। उन्हें डॉक्टर के पास जाने की जरूरत नहीं होगी। वहीं दूसरी ओर निजी क्षेत्र के कुछ डॉक्टर भी अक्सर अपने मरीजों को बनाए रखने के लिये ऐसा करते हैं। वास्तव में इस प्रवृत्ति के परिणाम खासे चौंकाते वाले हैं। अध्ययन के मुताबिक भारत में अकेले निजी क्षेत्र में ही सालाना आधे अरब से ज्यादा एंटीबायोटिक दवाएं लिखी जाती हैं। जिनमें बड़ी संख्या में ऐसी दवाइयां होती हैं, जिनकी वास्तव में जरूरत ही नहीं होती। आमतौर पर बच्चों में होने वाले दस्त के मामले में यह दुरुपयोग सबसे ज्यादा है। हालांकि, ज्यादातर मामले वायरल का प्रभाव होते हैं। ऐसी स्थिति में ओरल रिहाइड्रेशन सॉल्ट और जिक सकारात्मक परिणाम देते हैं। अध्ययन से पता चला है कि इसके बावजूद 70 फीसदी मामलों में अभी भी एंटीबायोटिक दवाओं से इलाज किया जाता है। लेकिन हकीकत यह है कि अतार्किक मांग, कड़े कानूनों का अभाव और डॉक्टरों द्वारा जरूरत से ज्यादा दवाइयां लिखने के कारण एंटीबायोटिक दवाइयों पर मरीजों की निर्भरता बढ़ती चली गई है। कालांतर एंटीबायोटिक दवाइयों पर लगातार बढ़ती निर्भरता के चलते एक घातक चक्र का निर्माण होता है। जो मरीज के शरीर में तमाम तरह के साइड इफेक्ट भी पैदा करता है। वास्तव में इससे बड़ा संकट यह है कि एक समय के बाद ये दवाइयां रोग के खिलाफ काम करना बंद कर देती हैं। कई तरह के रोग बढ़ाने वाले रोगाणु इनके खिलाफ प्रतिरोधक क्षमता विकसित कर लेते हैं। बहुत संभव है कि किसी महामारी के वक्त व्यक्ति का शरीर एंटीबायोटिक के इस्तेमाल के बावजूद सुरक्षा कवच न दे। निश्चित रूप से इस संकट से बचने का सरल उपचार यही है कि इसका उपयोग कम से कम किया जाए। सरकारों को भी कानून के जरिये इसका नियमन करना चाहिए। हमें इससे जुड़े आसन संकट को महसूस करना चाहिए। यह खतरा मरीज की व्यक्तिगत सुरक्षा से कहीं आगे तक विस्तारित है। गंभीर चिंता का विषय यह है कि रोगाणुरोधी प्रतिरोध यानी एएमआर दुनिया में सबसे घातक संकटों में से एक के रूप में उभर रहा है। डराने वाला आंकड़ा यह है कि वैश्विक स्तर पर, यह पहले से ही हर साल लगभग 50 लाख मौतों का कारण बनता है। अकेले भारत में, वर्ष 2021 में 2.5 लाख से ज्यादा मौतें सीधे तौर पर एएमआर से जुड़ी थीं और लगभग 10 लाख से ज्यादा मौतें दवा-प्रतिरोधी संक्रमणों से जुड़ी थी। खासतौर पर चिंताजनक तथ्य यह है कि वर्ष 2019 में, गंभीर दवा-प्रतिरोधी जीवाणु संक्रमण वाले केवल 7.8 भारतीयों को ही प्रभावी एंटीबायोटिक्स मिले। जो इस उपचार की एक बड़ी कमी को उजागर करता है।

दक्षिण का द्वार भेदने की रणनीतिक कोशिश

मोहित बीजेपी तमिलनाडु में अपना समर्थक आधार बढ़ाने के लिए प्रयोग-दर-प्रयोग कर रही है। सीपी राधाकृष्णन को उपराष्ट्रपति पद का उम्मीदवार बनाना और उन्हें चुनाव जिताना उसी प्रयोग का विस्तार कहा जा सकता है। जगदीप धनखड के औचक इस्तीफे से खाली हुए



उपराष्ट्रपति पद को नया चेहरा मिल गया है। दक्षिण बनाम दक्षिण की जंग में तमिलनाडु बीजेपी का चेहरा रहे सीपी राधाकृष्णन देश के नए उपराष्ट्रपति होंगे। राधाकृष्णन तमिलनाडु की तीसरी शख्सियत हैं, जो उपराष्ट्रपति पद पर पहुंचने में कामयाब हुए हैं। इसके पहले तमिलनाडु के सर्वपल्ली राधाकृष्णन और आर वेंकटरमण उपराष्ट्रपति रह चुके हैं। नरेंद्र मोदी के उभार के पहले तक बीजेपी की छवि ब्राह्मण-बनिया समुदायों की बुनियाद पर टिकी उत्तर भारतीय पार्टी के रूप में रही है। मोदी की राजनीतिक छाया में बीजेपी ने इस छवि को काफी हद तक तोड़ने की कोशिश की है। इसके बावजूद तमिलनाडु, केरल, पंजाब जैसे राज्यों में बीजेपी प्रभावी नहीं बन पाई है। इनमें भी तमिलनाडु पार्टी के लिए अब भी प्रश्न प्रवेश

बना हुआ है। पूर्व अधिकारी और तेज-तर्रार नेता अन्नामलाई के आक्रामक अभियान के चलते राज्य में पिछले लोकसभा चुनाव में बीजेपी का समर्थक आधार दहाई के आंकड़े में पहुंच चुका है। बीते लोकसभा चुनाव में पार्टी को करीब साढ़े ग्यारह प्रतिशत और गठबंधन के सहयोगी दलों के साथ करीब बीस प्रतिशत राजनीति में अखिल भारतीय छवि बनाने के लिए हिंदी बोलना जरूरी है। अब उन्हें कामचलाऊ से कुछ नया दहिंदी तो सीखनी ही पड़ेगी। भाजपा ने तमिलनाडु को साधने के लिए रणनीतिक तौर पर खूब कोशिशें की हैं। संसद के नए भवन में तमिल राजदंड के प्रतीक सेंगोल की स्थापना हो या फिर वाराणसी में तमिल-काशी संगम का आयोजन, तमिल जनमानस तक मोदी और बीजेपी की बैठ बढ़ाने की कोशिश का ही प्रतीक है। अक्तूबर, 2019 में चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग ने भारत का दौरा किया था। उस वक्त जिनपिंग का मोदी ने तमिलनाडु के खूबसूरत पर्यटक स्थल महाबलिपुरम में स्वागत किया था। इस मुलाकात को भी तमिलनाडु की जनता को साधने की बीजेपी और मोदी की कोशिश के रूप में देखा गया था। प्रधानमंत्री मोदी का अरियलूर जिले केगंगैकॉंड चोलपुरम का दौरा हो या यहां के नजदीक स्थित वृहदीश्वर मंदिर में पूजा-अर्चना हो, सबका संदेश एक ही है, तमिलनाडु के दिलों में अपनी पैठ बनाना। सीपी राधाकृष्णन तमिलनाडु में बीजेपी का बड़ा चेहरा रहे हैं। 1998 और 1999 में कोयंबटूर से बीजेपी के सांसद रहे सीपी राधाकृष्णन तमिलनाडु में तमिल मोदी के तौर पर भी प्रसिद्ध हैं। राधाकृष्णन राज्य में पिछड़े वर्ग में शामिल गौंडर जाति से आते हैं। दिलचस्प यह है कि इस जाति के वोटर कन्नड़ ब्राह्मण महिला जे जयललिता की अन्नाद्रमुक मुनेत्र कषगम के समर्थक माने जाते हैं। यह बात और है कि अन्नाद्रमुक की अगुआई कर रहे ई पलानिसामी और बीजेपी के फायरब्रांड नेता अन्नामलाई भी इसी बिरादरी के हैं। इस लिहाज से देखें तो सीपी राधाकृष्णन को बीजेपी ने शीर्ष पर

ओपन-बुक परीक्षा के लिए जरूरी हैं शैक्षिक बदलाव

मौजूदा शिक्षा प्रणाली रटने पर जोर देती है जो सीखने का आनंद और जिज्ञासा छीन रही है। जबकि जरूरत ऐसी पद्धति की है जो शिक्षार्थी में व्याख्यात्मक कौशल और आलोचनात्मक सोच निखारने को प्रोत्साहित करे। ओपन बुक एग्जाम मौजूदा प्रथा के मुकाबले बेहतर है। हालांकि शिक्षकों को भी रचनात्मकता व नवाचार विकसित करने होंगे। जब में सीबीएसई द्वारा 2026-27 शैक्षणिक सत्र से कक्षा 9 के लिए ओपन-बुक एग्जाम (किताब खोलकर परीक्षा देना) शुरू करने के हाथिया फैसले पर विचार करता हूं, तो मेरे सामने कई विश्लेषणात्मक प्रश्न उठ खड़े होते हैं। मुझे यह कहने में कतई झिझक नहीं है कि ओपन-बुक परीक्षाओं का विचार मौजूदा प्रचलित प्रथा के मुकाबले एक ताजा बदलाव है, जो अन्यथा युवा छात्रों में तीव्र भय और तनाव पैदा करती है, यह कोचिंग सेंटर्स द्वारा संचालित 'रेडीमेड उत्तर' और 'गाइड बुक' के उद्योग को बढ़ावा देती है, साथ ही, सामूहिक नकल पर अंकुश लगाने के वास्ते निगरानी तंत्र को बढ़ावा देती है और परीक्षा केंद्र को एक प्रकार से रणभूमि में बदल देती है। तथापि, एक अध्यापकशिक्षक के रूप में, मेरा कहना है कि ओपन-बुक परीक्षाओं की वास्तविक क्षमता तब तक सामने नहीं आ सकती जब तक हम असल में एक नवीन और क्रांतिकारी शैक्षणिक चलन के लिए प्रतिबद्ध न हों। इस संदर्भ में, मैं दो टिप्पणियां करूंगा। सर्वप्रथम, जिहू कृष्णमूर्ति और श्री अरबिंदो जैसे विद्वानों के शैक्षिक दर्शन पर आधारित चुनिंदा वैकल्पिक विद्यालयों में पाए जाने वाले उल्लेखनीय अपवादों को छोड़कर, मौजूदा स्कूली संस्कृति यादद्दाशत क्षमता बनाने पर बहुत जोर देती हैकृमसलन, युद्धों और संघियों की तिथियांध्वर्ष जैसे 'वस्तुनिष्ठ' तथ्यों को याद करना या किसी वैज्ञानिक सिद्धांत अथवा किसी गणितीय समीकरण को। यह रट्टामार पढ़ाई को बढ़ावा देना और सीखने के अनुभव से आनंद, जिज्ञासा और आत्मचिंतनशीलता छीन लेना है। रबिन्द्रनाथ टैगोर के शब्दों में, यह तरीका किसी को परिष्कृत 'तोता' बनने और हर तरह के गैर-जरूरी सवालों के जवाब देने में ही काबिल बना सकता हैकृमसलन, मुगल सम्राट अकबर के दादा कौन थे? बेलाकाार वस्तु के वक्र सतह के क्षेत्रफल को मापने का सूत्र क्या है? या, तंजानिया की राजधानी का नाम क्या है? हालांकि, इस बात की कौड़ी गारंटी नहीं कि 'ठोस तथ्यों' को इस तरह यादद्दाशत में दूंसने से विश्लेषणात्मक और आलोचनात्मक सोच का विकास होगा, जो इतिहास की सामाजिक-राजनीतिक गतिशीलता को वास्तव में समझने के लिए 'तथ्यों' के पीछे देखने, किसी कवि द्वारा अपनी कविता में प्रयुक्त रूपक के गूढ़ भावार्थ को समझने या यूं कहें कि, वास्तविक जीवन की किसी व्यावहारिक समस्या को हल करने के लिए गणितीय सूत्र प्रयोग करने की प्रक्रिया का इस्तेमाल किया जाए। जरूरत एक ऐसे शैक्षणिक अभ्यास की है जो युवा शिक्षार्थी में व्याख्यात्मक कौशल और आलोचनात्मक सोच की शक्ति निखारने को प्रोत्साहित करे, और अच्छी पुस्तकों के प्रति चस्का विकसित करे, वह, जो उसे निर्धारित पाठ्यपुस्तकों और आधिकारिक पाठ्यक्रम से आगे ले जा सके। यह रटने की मशीनी प्रक्रिया और उसके परिणामस्वरूप पाठ्यपुस्तकों और बाजार में उपलब्ध 'नोट्स' से नकल करने की प्रवृत्ति से हटाने में एक प्रभावी तरीका हो सकता है। द्वितीय, जैसाकि मैंने अपने अनुभव से सीखा है, शिक्षण कला सीखने और आत्म-खोज की एक सतत प्रक्रिया है। जब तक हम कक्षा में दिलचस्पी जगाने वाली पढ़ाई और नई सोच की भावना का संभाव नहीं करते, हम युवा छात्रों को बड़े प्रतिरतन के लिए प्रेरित नहीं कर सकते रू यह यंत्रवत यादद्दाशत बनाने और रट्टा लगवाने की बजाय रचनात्मक अभिव्यक्ति और आलोचनात्मक सोच की ओर या फिर परीक्षा से भयग्रस्त होने की बजाय सीखने के आनंद की तरफ ले जाने वाली हो। एक तरह से, पाउलो फरेयर के मुद्दावरे को उधार लेते हुए।

सुबह के नाश्ते की सबसे पसंदीदा ये चीज बन सकती है कई बीमारी का कारण



नाश्ते में ये सबसे आसानी से बनने वाला विकल्प होता है। लेकिन क्या आपने कभी सोचा है कि यही सफेद ब्रेड आपके शरीर पर कितना बुरा असर डाल सकती है? दिखने में हल्की, नरम और स्वाद में मजेदार लगाने वाली यह ब्रेड अंदर से आपके शरीर को धीरे-धीरे गंभीर नुकसान पहुंचा सकती है। आहार विशेषज्ञ बताते हैं, व्हाइट ब्रेड मुख्य रूप से प्रोसेस्ड आटा (मैदा) से बनती है, जिसमें गेहूं से फाइबर, विटामिन जैसे फाइबर, विटामिन और मिनरल्स खत्म हो जाते हैं। ऐसे में लंबे समय तक इसे खाते रहने से ब्लड शुगर बढ़ने, मोटापा, हृदय रोग, पाचन समस्याओं और पोषक तत्वों की कमी जैसी गंभीर बीमारियों का खतरा बढ़ सकता है। व्हाइट ब्रेड वाली चीजें हो सकती हैं नुकसानदायक आप सोच रहे होंगे कि इतनी साधारण चीज से इतना नुकसान कैसे हो सकता है? दरअसल, व्हाइट ब्रेड शरीर में तेजी से ग्लूकोज में बदल जाती है, जिससे आपके अधिक भूख लगती है जिससे वजन बढ़ने का खतरा हो सकता है। इसके अलावा व्हाइट ब्रेड में फाइबर

बहुत कम होता है, जिससे इसका अधिक सेवन पाचन को प्रभावित करता है। आहार विशेषज्ञ बताते हैं, व्हाइट ब्रेड का लंबे समय तक सेवन कई प्रकार की बीमारियों का कारण बन सकता है। डायबिटीज वालों के लिए बहुत नुकसानदायक व्हाइट ब्रेड खाने में मैदा का इस्तेमाल होता है। मैदा तैयार करते समय गेहूं से फाइबर, विटामिन और मिनरल्स खत्म हो जाते हैं। यानी इसमें सिर्फ स्टार्च यानी शुद्ध कार्बोहाइड्रेट बचता है। जब आप नाश्ते में व्हाइट ब्रेड खाते हैं तो ये कार्बोहाइड्रेट तेजी से टूटकर ग्लूकोज में बदलते हैं। इससे ब्लड शुगर अचानक बढ़ जाता है। बार-बार ऐसा होने से शरीर में इंसुलिन की समस्या होने लगती है। यह टाइप-2 डायबिटीज वाले मरीजों के लिए खतरा बढ़ा सकती है। शोध बताते हैं कि अधिक मात्रा में प्रोसेस्ड कार्बोहाइड्रेट वाले आहार का सेवन करने वाले लोगों में डायबिटीज का जोखिम उन लोगों की तुलना में ज्यादा होता है जो साबुत अनाज खाते हैं। हृदय स्वास्थ्य पर भी होता है असर व्हाइट ब्रेड को हृदय स्वास्थ्य के लिए भी नुकसानदायक माना जाता है। फाइबर शरीर में कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करने में मदद करता है, जिसकी इसमें मात्रा विरलुल कम होती है। इसके अलावा शोध बताते हैं कि अधिक मात्रा में कार्बोहाइड्रेट वाले आहार का सेवन करने से ट्राइग्लिसराइड्स और बैड कोलेस्ट्रॉल का स्तर बढ़ता है।

बीज किस समस्या में है बेस्ट, हेयर फॉल, ब्लोटिंग या लो टेस्टोस्टेयोन का करें जड़ से इलाज

लोग हेल्दी रहने के लिए अलग-अलग तरह के सीड्स (बीज) खाने लगे हैं। सोशल मीडिया पर भी चिया सीड्स, अलसी, सब्जा, सूरजमुखी और कद्दू के बीज खूब वायरल हो रहे हैं। लेकिन ज्यादातर लोग यह नहीं जानते कि कौन सा बीज किस समस्या में फायदेमंद है। आयुर्वेदिक विशेषज्ञों का कहना है कि लोग बिना जानकारी के केवल फ्रैशन में बीज खाना शुरू कर देते हैं। लेकिन हर बीज का अलग फायदा होता है और उसे सही समय व सही मात्रा में खाना जरूरी है। आइए जानते हैं पांच सबसे पावरफुल बीज और उनके फायदे। चिया सीड्स (कब्ज और डिहाइड्रेशन में कारगर) फायदा चिया सीड्स फाइबर से भरपूर होते हैं। ये पानी को सोखकर पेट में जेल जैसा बनाते हैं, जिससे गट साफ रहता है और कब्ज दूर होती है। किसे खाने चाहिए चिया सीड्स खासतौर पर उन लोगों के लिए फायदेमंद हैं जिन्हें बार-बार कब्ज की समस्या रहती है या जिनका पेट साफ नहीं होता। इसके अलावा, यह डिहाइड्रेशन से परेशान लोगों के लिए भी बहुत उपयोगी है, क्योंकि यह शरीर में नमी बनाए रखने में मदद करता है। कैसे खाएं रातभर पानी में भिगोकर सुबह



नसों में जमी सारी गंदगी हो जाएगी बाहर, खुल जाएगी ब्लॉकेज

बड़ी हैल्थ प्रॉब्लम्स की बात करें तो अब नसों में ब्लॉकेज होने की समस्या बहुत ही आम सुनने को मिल रही है। आपने भी बहुत से लोगों को ये कहते सुना होगा कि उनके हाथ-पैर बार-बार सुन्न हो रहे हैं। अगर ऐसा लगातार हो रहा है तो इसके पीछे की वजह नसों में ब्लॉकेज भी हो सकती है। नीली रंग की बारीक नसों, एक जगह रस्सी की तरह गुच्छों में इक्टटी हो जाती है जिसे थेरिकोज वेन्स कहते हैं और ऐसा तब होता है जब ब्लड फ्लो स्लो हो जाता है और सही तरीके से नसों में दौरा नहीं कर पाता। नसों में ब्लॉकेज होने की सबसे बड़ी वजह खराब लाइफस्टाइल ही है जो लोग फास्ट फूड का अधिक सेवन करते हैं। ऑयली खाना और अनहेल्दी डाइट लेते हैं। फिजिकल एक्टिविटी नहीं करते, वजन बहुत ज्यादा है और उन लोगों को इस तरह की समस्या कम उम्र में होने लगती है। अगर नसों में ब्लॉकेज है तो कुछ घरेलू नुस्खों को अपनाकर नसों से सारी गंदगी बाहर निकाल सकते हैं और समय रहते नसों को ब्लॉक होने से बचा सकते हैं। 1. लहसुन और दूध का देसी नुस्खा यह नुस्खा इतना कारगर है कि इससे बंद नसों तो खुलेगी ही साथ ही में जोड़ों का दर्द, चोट लगने पर होने वाले दर्द को भी जड़ से खत्म कर देगा। बस दूध में कुछ लहसुन की कलियां उबालें और उनका सेवन करें। इसका स्वाद थोड़ा अजीब हो सकता है लेकिन ये नुस्खा है बहुत फायदेमंद। खाने में भी लहसुन का इस्तेमाल ज्यादा करें या लहसुन वाले तेल से नीली नसों की मसाज करें। 2. लहसुन-अदरक, गर्म पानी और काढ़ा खाने में लहसुन-अदरक का सेवन अधिक करें क्योंकि ये दोनों चीजें ही नसों की अंदरूनी सफाई

करती रहती है लेकिन गर्मी में इसका सेवन ज्यादा करने से पहले सलाह जरूर लें। इसी के साथ ग्रीन टी, तुलसी-दालचीनी का काढ़ा आदि पीएं। गर्म गुनगुना पानी पीते रहे। यह सब चीजें आपकी नसों को साफ करती है लेकिन ज्यादा सेवन नुकसान भी पहुंचा सकता है उचित मात्रा में ही सेवन करें या चिकित्सक परामर्शज्जर लें। 3. गर्म तेल की मसाज शरीर के जिस हिस्से में सुन्नपन की समस्या अधिक है वहां गर्म

हल्दी, ब्लड सर्कुलेशन को सही रखने में बेहद मददगार होती है। इससे दर्द और सूजन से भी आराम मिलता है। सब्जी के रूप में भी हल्दी का सेवन करते रहे। डाइट का भी अहम रोल नसों की सफाई और आपके सेहतमंद रहने का राज आपकी डाइट ही है। इसलिए विटामिन बी, बी6 और बी12 ज्जर लें। दूध 1,पनीर, दही, केला, बीस ओटमील आदि लें। अगर हाथ-पैर सुन्न होने का कारण एनीमिया है तो भी



तेल की मसाज करें। आप जैतून, नारियल, तिल या सरसों का तेल आदि का इस्तेमाल कर सकते हैं। तिल के तेल को बिना गर्म करें ही इस्तेमाल कर सकते हैं। 4. गर्म पानी से सिंकाई ब्लड सर्कुलेशन सही करने के लिए गर्म पानी की सिंकाई भी अच्छी मानी जाती है। इससे मांसपेशियों और नसों को आराम मिलता है। गुनगुने पानी से नमक डालकर नहाएं। इससे भी आराम मिलता है। 5. हल्दी वाला दूध एटी-सेप्टिक गुणों से भरपूर हल्दी वाला दूध ज्जर लें। गर्मी के मौसम में हफते में एक बार इसका सेवन किया जा सकता है।

खून की कमी से हाथ पैरों में झुनझुनाहट रहती है इसलिए डाइट में आयर्न कैल्शियम भरपूर खाएं। खून बनाने वाले आहार जैसे गाजर, सेब, अनार, कद्दु कर खाएं। सुखे मेवे में अंजीर, भौंगे हुए बादाम, अखरोट, किशमिश खाएं। फल और हरी सब्जियों का सेवन ज्यादा करें। किन लोगों को होती है नस ब्लॉकेज की समस्या? नसों में ब्लॉकेज की समस्या उन्हें अधिक होती है जो सही डाइट नहीं लेते और फिजिकल एक्टिविटी ना के बराबर करते हैं या फिर घंटों एक ही पोजिशन में बैठे रहते हैं। ऐसे लोगों के शरीर में ब्लड सर्कुलेशन सही से नहीं हो पाता। सेर व योग करना चाहिए।

