

सामुदायिक



RNI No. MPBIL02443/2020-TC



National News Magazine

वर्ष : 01 अंक : 04

फरवरी 2023

मूल्य: ₹ 50 पृष्ठ : 52

Share the ❤

on

WORLD RADIO DAY

iloveradio

गूँज के एक वर्ष का सफर

जन-जन तक पहुँची गूँज की आवाज़





जनवरी 2023 का अंक

ग्वालियर, फरवरी 2023

(वर्ष 01, अंक 04, पृष्ठ 52, मूल्य 50 रुपए)

प्रेरणास्रोत

श्रीमती संध्या सिकरवार

चेयरमैन

डॉ. जे. एस. सिकरवार

सम्पादक

कृति सिंह

उप संपादक

अतिमा सिंह -कौस्तुभ सिंह
राजीव तोमर, भूपेन्द्र तोमर

कार्यकारी संपादक

डॉ. आर. एन. एस. तोमर

सहायक संपादक

अछेन्द्र सिंह कुशवाह

सब एडिटर/एडिटिंग

इमरान गौरी

कानूनी सलाहकार

एड. अरविन्द दूदावत

न्यूज एंकर

प्रिया शिंदे, कल्पना पाल

एडिटोरियल प्रभारी

स्तुति सिंह

संकलन

भरत सिंह, स्तिंघ तोमर

ठायांकन/सिटी रिपोर्टर

अनिल सिंह सिकरवार

गूंज पत्रिका संपादकीय कार्यालय

ई-69/70, हरिशंकरपुरान लक्कट ग्वालियर मध्य प्रदेश

(संपर्क: 7880075908)

इस अंक में



"Gender and Politics in Media and Literature"



सतेन्द्र लोहिया ने...3



डॉ. अक्षय निगम....46



देव श्रीमाली को मिला सम्मान...45



"Young Achiever's Award 2023"



संगीत के क्षेत्र में....43



विश्व रेडियो दिवस...24

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक, मुद्रक कृति सिंह के लिए गूंज ई 69-70 हरिशंकर पुरम ग्वालियर मध्य प्रदेश से मुद्रित एवं
ई 69-70 हरिशंकर पुरम ग्वालियर मध्य प्रदेश से प्रकाशित। संपादक-कृति सिंह

RNI.Title Code-MPBIL02443/2020-TC

गूंज के एक वर्ष का सफर....

रे

डियो मानवता को उसकी सभी विविधता में मनाने का एक शक्तिशाली माध्यम है और लोकतांत्रिक प्रवचन के लिए एक मंच का गठन करता है। वैश्विक स्तर पर, रेडियो सबसे अधिक खपत वाला माध्यम बना हुआ है। व्यापक दर्शकों तक पहुंचने की इस अनूठी क्षमता का मतलब है कि रेडियो समाज के विविधता के अनुभव को आकार दे सकता है, सभी

गवालियर चंबल और अंचल में कई प्रतिभाएं हैं जो कहीं गुम हो चुकी हैं। ऐसे ही प्रतिभाओं को ढूँढ़कर आगे लाना और गवालियर अंचल का नाम पूरे विश्व में रोशन करना ही गूंज का मुख्य उद्देश्य है। गवालियर का पहला कम्युनिटी रेडियो स्टेशन गूंज 90.8 एफ.एम. के माध्यम से हम प्रतिभाओं को निखारना, संवारना चाहते हैं। उन्हें एक मंच प्रदान करना चाहते हैं जहां वो खुलकर अपनी

बात कह सकें। अपने हुनर का प्रदर्शन कर सकें। इसी को बात ध्यान में रखते हुए लगभग 5 वर्ष पहले गूंज के रूप में रेडियो स्टेशन शुरू करने का जो सपना देखा था आज वह साकार हो गया है। लोगों के बीच आज उस सपने को पूरा होता देखकर मुझे काफी प्रसन्नता होती है।

आज के डिजिटल दौर में मीडिया की भूमिका काफी अहम है। आज के दर्शक काफी एडवांस हैं उन्हें आज की खबर

आज ही चाहिए। आज डिजिटल मीडिया की जिम्मेदारी काफी बढ़ गई है। इसी को ध्यान में रखते हुए गूंज डिजिटल मीडिया के माध्यम से भी लोगों को खबरें पहुंचाने का कार्य कर रहा है। हम सामुदायिक गूंज नेशनल न्यूज मैगजीन के माध्यम से भी अपने पाठकों को गवालियर चंबल अंचल एवं इसके आसपास की ऐतिहासिक धरोहरें, लोक संगीत, पुरातत्व, पर्यटन, धर्म, राजनीति, खेल, सोशल एक्टिविटी, समाज सेवा के क्षेत्र में कार्यरत लोगों से रुबरु करा रहे हैं। समाज का प्रत्येक व्यक्ति गूंज का हिस्सा बने और हमारे साथ मिलकर विकास में अपना योगदान दें। हमें आशा है कि हमारे प्रिय पाठक गूंज 90.8 एफ.एम. से जुड़ कर हमारे उद्देश्य को सफल बना समाज की उत्तरि में अपना योगदान देंगे।

बात गूंज के सफर की करें तो यह कोई आसान काम नहीं था। गवालियर के पहले कम्युनिटी रेडियो स्टेशन को शुरू करने का जो सपना मैंने देखा था वह बिल्कुल भी आसान नहीं रहा। पड़ाव-दर पड़ाव लोग जुड़ते गए और कारवां बनता गया। गूंज को अभी एक साल ही हुआ है। लेकिन दर्शकों का गूंज के प्रति जो प्यार और अपनापन हमें मिला है मानों ऐसा लगता है कि दर्शकों से हम रेडियो के माध्यम से दर्शकों का मनोरंजन कर रहे हैं।

रेडियो स्टेशन शुरू करना कोई आसान काम नहीं था यह अपने आप में एक बड़ी चुनौति थी। जिसे गूंज की पूरी टीम ने बखूबी पूरा किया और दर्शकों के दिलों पर गूंज एक अलग पहचान बनाई और दर्शकों का भी हमें भरपूर स्नेह और प्यार मिला जिसके लिए गूंज की पूरी टीम की तरफ से पाठकों, दर्शकों का हृदय से धन्यवाद आभार।

कृति सिंह



कृति सिंह
संपादक



बात गूंज रेडियो के सफर की करें तो यह कोई आसान काम नहीं था। गवालियर के पहले कम्युनिटी रेडियो स्टेशन को शुरू करने का जो सपना मैंने देखा था वह बिल्कुल भी आसान नहीं रहा। पड़ाव-दर पड़ाव लोग जुड़ते गए और कारवां बनता गया। गूंज को अभी एक साल ही हुआ है। लेकिन दर्शकों का गूंज के प्रति जो प्यार और अपनापन हमें मिला है मानों ऐसा लगता है कि दर्शकों से हम रेडियो के माध्यम से दर्शकों का मनोरंजन कर रहे हैं।



नॉर्थ चैनल पार करने वाले एशिया के पहले पैरा स्वीमर सतोंद्र लोहिया

● गूंज न्यूज नेटवर्क

मध्यप्रदेश के चंबल निवासी पैरा स्वीमर सतोंद्र सिंह लोहिया नॉर्थ चैनल पार करने वाले एशिया के पहले पैरा स्वीमर हैं। इस उपबंधि से उन्होंने मध्यप्रदेश का नाम विश्व पटल में रोशन किया था। पैरा स्वीमर सतोंद्र सिंह लोहिया ने 24 जून 2018 को 12 घंटे 24 मिनट में इंग्लिश चैनल पार किया था, जो कि एक रिले इवेंट था। इस इवेंट के लिए उनका नाम एशियाई लिम्का बुक ऑफ रिकॉर्ड में दर्ज है। मध्यप्रदेश के चंबल निवासी पैरा स्वीमर सतोंद्र सिंह लोहिया ने गूंज को दिए साक्षात्कार में अपनी जिंदगी से जुड़े कई अहम पहलुओं पर हमसे बातचीत की पेश हैं इंटरव्यू के मुख्य अंश।

सर आपकी इस जर्नी की शुरुआत कैसे हुई?

सबसे पहले आप सभी का मुझे गूंज मीडिया हाउस में बुलाने के लिए बहुत-बहुत धन्यवाद यहां तक आने के लिए मुझे बहुत स्ट्राइल करना पड़ा पर इसके लिए मैंने बहुत डिटर्मिनेशन बहुत ही फोकस के साथ इस पर काम किया काफी मेहनत कर कर मैं यहां तक पहुंचा हूं क्योंकि मैं एक गांव से बिलौंगा करता हूं। मेरे करियर की शुरुआत भी गांव से ही हुई मेरा गांव भिंड गाता है वहां पर एक नदी है जहां पर मैंने स्विमिंग सीखी और स्विमिंग के साथ-साथ मैंने अपनी हाई सेकेंडरी तक की एजुकेशन भी वहां से पूरी की पर मैंने स्विमिंग तो हाँबी की तरह सीखी थी

लेकिन तब यह नहीं पता था कि मैं इंटरनेशनल लेवल तक इसे कटिन्यू कर पाऊंगा और यह जो प्रॉब्लम मुझे बचपन में हो गई थी काफी चलने में प्रॉब्लम होती थी आप जानते ही हैं कि सोसाइटी ऐसे लोगों को किस तरह ट्रीट करती है यह कितना चैलेंजिंग होता है लोगों की सोच बहुत नेगेटिव होती

जितने भी श्रोता गण हैं उन्हें मैं बताना चाहता हूं विक्रम अवार्ड मध्यप्रदेश का हाईएस्ट अवार्ड होता है स्पोर्ट्स में नेशनल खेलते हैं उन्हें 4 या 5 नेशनल के बाद वह एलिजिबल होते हैं विक्रम अवार्ड के लिए हाईएस्ट अचौक्षिक है विक्रम अवार्ड उसके बाद मैं आगे बढ़ता गया और एडवेंचर स्विमिंग स्टार्ट की फिर हमने लंदन



है सोचते हैं कि वह इंसान कैसे आगे बढ़ पाएगा लेकिन मैंने ऐसी नेगेटिव सोच को आड़े नहीं आने दिया बल्कि सारी चीजों को पॉजिटिव लेते हुए सोचा कि ऐसा नहीं है कि दिव्यांग व्यक्ति कुछ नहीं कर सकता और मैं अपनी सोच और इशारे के साथ आगे बढ़ा और तब जाकर मैंने नेशनल में पार्टिसिपेट किया 3 इंटरनेशनल टूर्नामेंट में पार्टिसिपेट किया 8 नेशनल टूर्नामेंट में पार्टिसिपेट किया नेशनल में मेरे पास 25 से ज्यादा मेडल्स हैं और तीन इंटरनेशनल में मेडल्स हैं और अभी हमने एडवेंचर स्विमिंग भी स्टार्ट की है जब मैं नेशनल में खेलता रहा तब मुझे विक्रम अवार्ड मिला

का इंग्लिश चैनल अपनी टीम के साथ क्रॉस किया उसके बाद कैलिफोर्निया एले में कैटलीना चैनल है उसे अपनी टीम के साथ क्रॉस किया, अभी सितंबर में लास्ट ईयर ही नॉर्थ चैनल जो नॉर्थन आईलैंड मैं है उसे भी क्रॉस किया उसी के लिए महामहिम फॉर्मर प्रेसिडेंट रामनाथ कोविंद जी ने खेल दिवस के अवसर पर तेनजिंग नोर्म राष्ट्रीय सहायक अवार्ड से हमें सम्मानित किया और यह सम्मान मैं सिर्फ अपना नहीं समझता यह पूरे ग्वालियर का सम्मान है पूरे प्रदेश का सम्मान है पूरे उन दिवांगों का भी सम्मान है जिनको यह कहा जाता है कि यह कुछ कर नहीं सकते।



सर ऐसा देखने में आता है कि जो स्टूडेंट सोच में अपना करियर बनाना चाहते हैं उनके घर वाले और सोसाइटी उन्हें बिल्कुल सपोर्ट नहीं करते और सोचते हैं कि स्पोर्ट्स में कुछ भी नहीं है ऐसे में वह स्टूडेंट्स मिसगाइड हो जाते हैं आप उन्हें क्या कहना चाहेंगे?

आपने बहुत अच्छा प्रश्न पूछा स्पोर्ट बहुत ही जरूरी है अपने मेंटल और फिजिकल स्ट्रेंथ बढ़ाने के लिए स्पोर्ट इसमें नहीं खेला जाता है हमें नेशनल या इंटरनेशनल प्लेयर बना है, स्पोर्ट इस लिए खेलना चाहिए कि हमारा फिजिकल और मेंटल हेल्थ प्रॉपर रहे क्योंकि आज कल मेंटल हेल्थ पर काम करना बहुत जरूरी है। एक नई बीमारी आई मेंटल इलेसन ये देखती नहीं है पर ये शरीर को डूबा देती है। स्पोर्ट बहुत अच्छे चीज़ है इसके लिए, स्पोर्ट में अप-डाउन चलता रहता है। हम एक बार फेल होंगे तो ऐसा नहीं है कि हम बार बार फेल होंगे। माता-पिता को भी कहना चाहता हूँ कि अगर आप का बच्चा पढ़ाई में कमज़ोर है तो ऐसा मत सोचने की उसके अंदर प्रतिभा नहीं है। हमें यूएस के स्किल को पढ़ना होगा अगर वो एक्जाम में फेल हो गया या बैक लग गई तो बच्चों को बोलना चहुआ कि वो उदास मत हो क्यूंकि वो स्पोर्ट्सपर्सन बन सकते हैं, बिज़नेस मैन या कुछ भी बन सकते हैं, ऐसा कुछ नहीं है अगर आप एजुकेशन में कुछ नहीं कर पाए तो लाइफ में आप कुछ नहीं कर सकते बस हमें अपने स्किल को खोजना है बस हमेशा सकारात्मक सोचना चाहिए। सर में आपसे पूछना चाहता हूँ कि आखिर आपने कब तय किया कि आपको तैराक बना है?

जब हम गांव में द टीबी स्विमिंग करना शुरू किया तो हमने अपनी स्विमिंग के स्किल बड़ा लिया। किसी स्किल पर मेहनत करता है तो वो चीज बड़ा देता है तो उसका करियर बन जाता है। धीरे-धीरे हम इंटरनेशनल, नेशनल पीआर ग्वालियर में एलएनआईपी डॉ. वीके दवास जी ने हमको स्पोर्ट एजुकेशन, लीनिंग्स शिकायती, ट्रेनिंग्स एवं स्विमिंग में लगा कि हमरा करियर, हमरा फोकस स्विमिंग के तरफ है तो हमें है मैं वह बदलना

चाहिएकोई भी इंसान ऐसा नहीं है कि वो कुछ नहीं कर सकता बस होसला और चाह चाहिए वो कहते हैं ना जो चला गया वो सोचता नहीं करता, जो मिल गया वो खोया नहीं करते होती सफता उनकी ही है जो बत और हल पर

हर किसी के लाइफ में परिवार का होना बहुत जरूरी है और उनका समर्थन भी तो सर आपके इस यात्रा में आपके परिवार किस तराह भूमिका निभाई?



गंज टीम के साथ पैरा स्वीमर सतंद्र सिंह लोहिया।

रोया नहीं रखते।

सर में आपसे पूछना चाहता हूँ कि ग्वालियर में आप स्पोर्ट कल्चर कहां देखते हैं, ग्वालियर में जो स्पोर्ट्स हैं वो कितना सुधार हुआ है पिछले दिनों में या फिर कितना हो सकता है?

पिछले 10 साल से मुझे खुद ही देख रहा हूँ कि पहले ये अवेयरनेस नहीं थी मैं ये सोचता हूँ कि पहले ग्वालियर में यही नहीं पता था कि what is para . Para धीरे-धीरे सरकार का ध्यान आया। मध्य प्रदेश में खिलो इंडिया चल रहा है। पहले ग्वालियर में स्पोर्ट को ले कर ऐसा माहौल नहीं था para को ले कर policy भी बन गई है। मैं चाहता हूँ कि हमारे ग्वालियर से भी एक दो ओलंपिक में जाए।

देखो किसी का भी परिवार हो, मेरा हो या किसी और का सब सपोर्ट करते हैं। जब हम खुद को भूलंद करेंगे तो फिर माता, पिता, पति, पत्नी सब सपोर्ट करते हैं। मेरी फैमिली मुझे बहुत सपोर्ट किए, जब मैं बहार गया था तब सराउंडिंग वाले बहुत सपोर्ट किए।

सर आप ग्वालियर वासी को क्या कहना चाहेंगे? मैं ग्वालियर वासी को यही कहना चाहूँगा कि ग्वालियर में खासी अच्छा माहौल क्रिएट है तो अपने बच्चों को स्पोर्ट में पुण करे और अगर आपका बच्चा स्टडी में बीक है तो यह ना सोचे कि आपका बच्चा कुछ नहीं कर सकता। वो बहुत कुछ कर सकता है बस आपको उनके टैलेंट को देखना होगा आपने आप को कभी भी कमज़ोर ना समझे।



AMITY'S YOUTH FEST AMICHROMA 2023 MASS MEDIA

● गूंज नेटवर्क

ग्वालियर में Amity School of Communication and Amity Institute of Social Sciences में गत दिवस एक



अंतर्राष्ट्रीय कॉफ्रेंस आयोजित की गई जिसका विषय "Gender and Politics in Media and Literature" था। जहां देश-विदेश के जाने-माने जर्नलिज्म से जुड़ी शख्सियतों ने शिरकत की। कार्यक्रम में मीडिया से जुड़ी कई अहम बातों पर विस्तार से चर्चा हुई एवं छात्र-छात्राओं को मीडिया के क्षेत्र में



"Gender and Politics in Media and Literature"

कार्य करने और किस तरह से इसमें अपना कैरियर बना सकते हैं इसके बारे में भी जागरूक किया गया। कार्यक्रम में ग्वालियर से मीडिया के क्षेत्र में सराहनीय योगदान के लिए गूंज मीडिया ग्रुप की डायरेक्टर कृति सिंह को भी सम्मानित किया गया। इस अवसर पर कृति सिंह ने छात्र-छात्राओं को रेडियो कम्प्युनिकेशन

एवं मीडिया से जुड़े विषय पर छात्रों को विस्तार से समझाया और उनका मार्गदर्शन किया। Amity's Youth Fest -Amichroma 2023 mass media बच्चों के बीच चल रही अलग अलग प्रतियोगिताओं को जज करने के लिए गूंज मीडिया ग्रुप की डायरेक्टर विशेष रूप से उपस्थित रहीं।

GOONJ GUEST OF THE MONTH

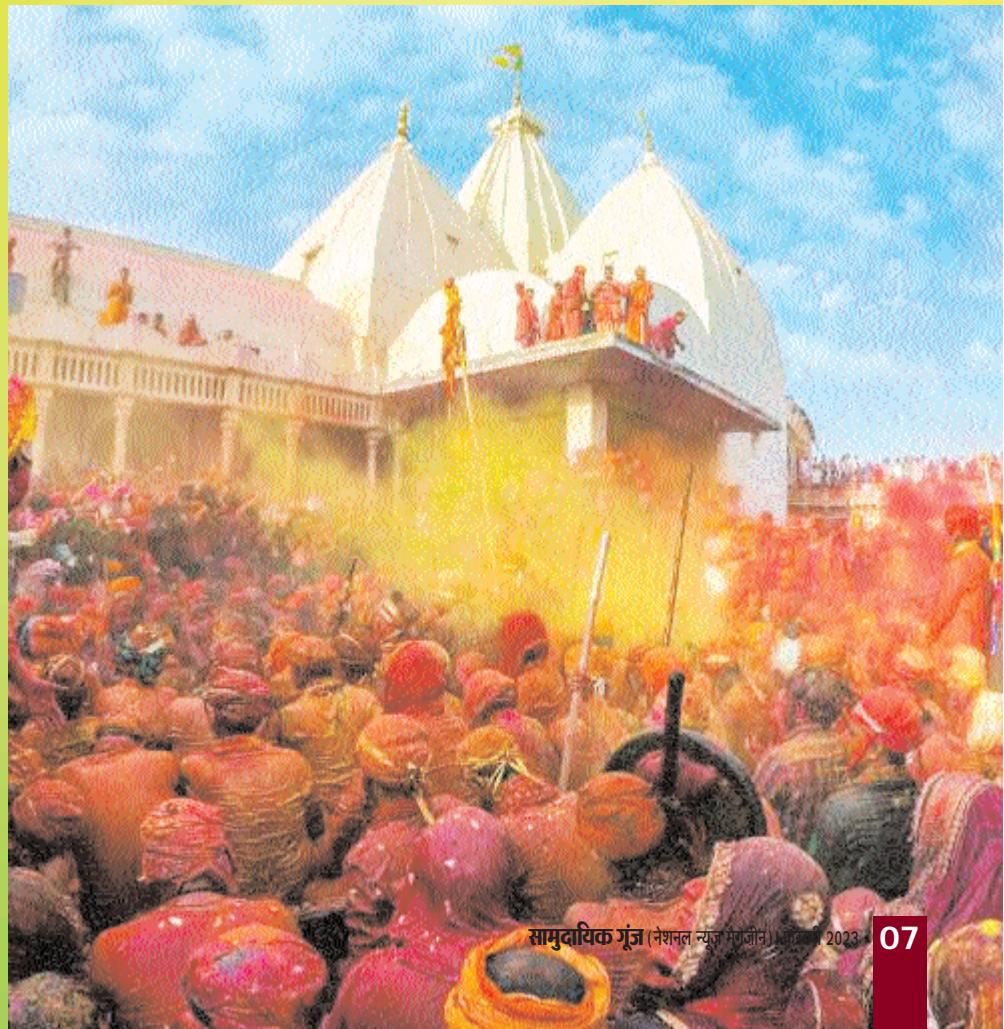


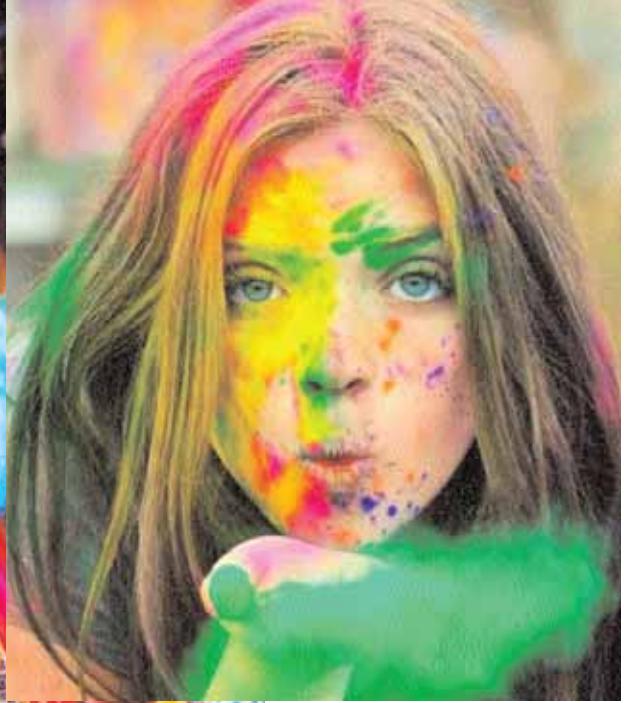
बरसाने की लठमारहोली

भारत में त्योहार और पर्वों का अनादि काल से विशिष्ट महत्व है। हमारी संस्कृति की यह अनूठी विशेषता है कि हमारे त्योहार समाज में मानवीय गुणों को स्थापित कर लोगों में समता, समानता, सद्भाव, प्रेम और भाईचारे का सन्देश प्रवाहित करते हैं। होली देश का सबसे पुराना त्योहार है जिसे छोटे-बड़े अमीर-गरीब सभी लोग मिलजुल कर मनाते हैं। यह असत्य पर सत्य और बुराई पर अचाई का प्रतीक है। राग-रंग का यह पर्व वसंत का संदेशवाहक भी है। राग रंग और नृत्य इसके प्रमुख अंग हैं। फाल्गुन माह में मनाए जाने के कारण इसे फाल्गुनी भी कहते हैं।

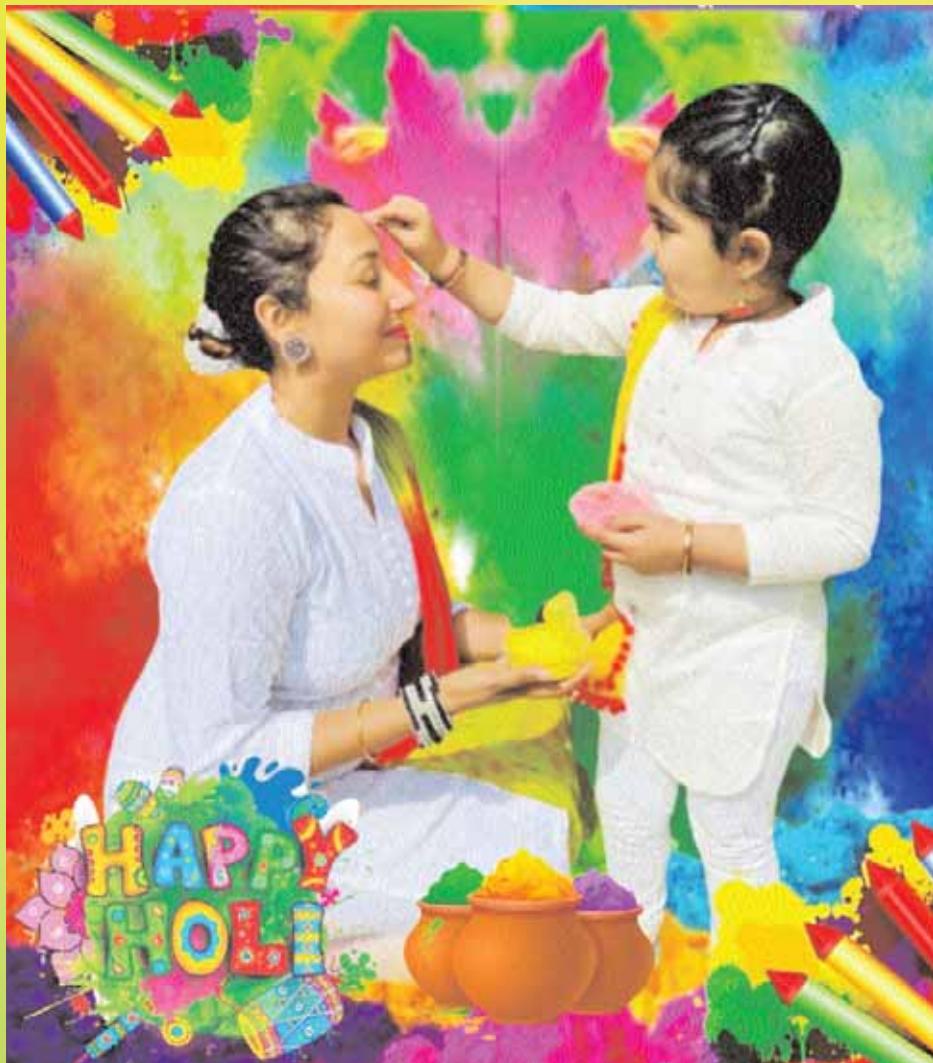
बो

ली का त्योहार देश और दुनिया भर में बड़े ही उत्साह के साथ धूमधाम से मनाया जाता है हर तरफ लोग मस्ती में झूमते व एक दूसरे पर अबीर-गुलाल लगाते व रंगों की वर्षा करते दिखाई देते हैं। यह त्योहार सामाजिक समानता, राष्ट्रीय एकता और अखण्डता तथा विभिन्नता में एकता का साक्षात् प्रतीक है। होली मनाते समय जात-पात, छोटा-बड़ा का भी कई भेद नहीं होता। अमीर-गरीब, बच्चे, युवा बुर्जुर्ग सभी मिल-जुल कर यह त्योहार मनाते हैं। होली रंगों के साथ गीत-संगीत और नृत्य का अनूठा त्योहार है। इसे एकता, प्यार, खुशी, सुख और जीत का त्योहार के रूप में भी जाना जाता है। यह हर्षोल्लास परस्पर मिलन व एकता का प्रतीक है। इस पर्व के अवसर पर लोग आपसी वैमनस्य को भुलाकर मित्र बन जाते हैं। यह त्योहार अमीर और गरीब के भेद को कम कर वातावरण में प्रेम की ज्योति प्रज्वलित करता है। निःसंदेह होली का पर्व हमारी सांस्कृतिक धरोहर है। उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, हरियाणा, राजस्थान, बिहार, पंजाब, दिल्ली आदि हिन्दी भाषी प्रदेशों में होली का पर्व भारी उल्लास और रंगों के साथ मनाया जाता है। देश के अन्य राज्य भी अलग-अलग तरीकों से होली का आनन्द उठाते हैं। ब्रज, मथुरा और बरसाने की होली विश्व प्रसिद्ध है। देश में होली पर्व को अनेक कहानियों के साथ भी जोड़कर देखा जाता है। उत्तर भारत के राज्यों में जिसमें राजस्थान भी शामिल है, भक्त प्रह्लाद की कहानी विख्यात है।





फाग और धमार का गाना प्रारंभ हो जाता है। खेतों में सरसों खिल उठती है। बाग-बगीचों में फूलों की आकर्षक छाया छा जाती है। पेड़-पौधे, पशु-पक्षी और मनुष्य सब उल्लास से आहादित हो जाते हैं। खेतों में गेहूं की बालियाँ इठलाने लगती हैं। किसानों का हृदय खुशी से नाच उठता है। बच्चे-बुजुर्ग सभी सब कुछ संकोच और रुढ़ियाँ भूलकर ढोलक-झाँझ-मंजीरों की धुन के साथ नृत्य-संगीत व रंगों में डूब जाते हैं। उत्साह और उमंग से भरा ये त्योहार एक दूसरे के प्रति प्रेम, स्नेह और निकटता लाता है। इसमें लोग आपस में मिलते हैं, गले लगाते हैं और एक दूसरे को रंग और अबीर लगाते हैं। इस दौरान सभी मिलकर ढोलक, हारमोनियम तथा करताल की धुन पर धार्मिक और फागुन गीत गाते हैं। होली राग रंग और मौज मस्ती का बांका त्योहार है। होली हमारे लिये सांस्कृतिक और पारंपरिक उत्सव है। होली का त्योहार जैसे-जैसे नजदीक आता है वैसे-वैसे लोगों में खिलन्दड़ भाव के साथ एक अनोखा और अन्धुत उन्माद छा जाता है। विशेषकर उत्तर भारत के मैदानी राज्यों में होली बहुत धूमधाम के साथ मनाई जाती है। होली रंग बिरंगा पर्व है। रंग और पिचकारी लेकर युवा निकल पड़ते हैं और एक-दूसरे पर अबीर, गुलाल और रंग डालकर होली मनाते हैं। हर तरफ लोग मस्ती में झूमते व एक दूसरे पर अबीर-गुलाल लगाते व रंगों की वर्षा करते दिखाई देते हैं। यह त्योहार सामाजिक समानता, राष्ट्रीय एकता और अखण्डता तथा विभिन्नता में एकता का साक्षात प्रतीक है। होली मनाते समय जातपात, छोटा-बड़ा का भी कोई भेद नहीं होता। अमीर-गरीब, बच्चे, युवा बुजुर्ग सभी मिल-जुल कर यह त्योहार मनाते हैं। होली रंगों के साथ गीत-संगीत और नृत्य का अनूठा त्योहार है। इसे एकता, प्यार, खुशी, सुख और जीत का त्योहार के रूप में भी जाना जाता है। यह हर्षोल्लास परस्पर मिलन व एकता का प्रतीक है। इस पर्व के अवसर पर लोग आपसी वैमनस्य को भुलाकर मित्र बन जाते हैं। यह त्योहार अमीर और गरीब के भेद को कम कर बातावरण में प्रेम की ज्योति प्रज्ज्विलित करता



है। निःसंदेह होली का पर्व हमारी सांस्कृतिक धरोहर है। उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, हरियाणा, राजस्थान, बिहार, पंजाब, दिल्ली आदि हिन्दी भाषी प्रदेशों में होली का पर्व भारी उल्लास और रंगों के साथ मनाया जाता है। देश के अन्य राज्य भी अलग-अलग तरीकों से होली का

आनन्द उठाते हैं। ब्रज, मथुरा और बरसाने की होली विश्व प्रसिद्ध है। देश में होली पर्व को अनेक कहानियों के साथ भी जोड़कर देखा जाता है। उत्तर भारत के राज्यों में जिसमें राजस्थान भी शामिल है, भक्त प्रह्लाद की कहानी विख्यात है।

होली है

द शभर में होली के त्यौहार का विशेष महत्व है। मथुरा में मनाई जाने वाली होली पूरे भारत में प्रसिद्ध है, मथुरा में होली का त्यौहार खूब धूम-धाम से मनाया जाता है। जमकर गाजे-बाजे के साथ होली के पर्व का स्वागत करते हैं इसके साथ ही यहां लटुमार होली खेली गई, मथुरा में 1 हफ्ते पहले से ही होली का पर्व शुरू हो जाता है, वहीं दूसरी तरफ बनारस में भी होली के त्यौहार की धूम देखने को मिली जहां बाबा विश्वनाथ के साथ भक्तों ने भस्म की होली खेली।

होली राग रंग और मौज मस्ती का बांका त्यौहार है। होली हमारे लिये सांस्कृतिक और पारंपरिक उत्सव है। होली रंग बिरंगा पर्व है। रंग और पिचकारी लेकर युवा निकल पड़ते हैं और एक-दूसरे पर अबीर, गुलाल और रंग डालकर होली मनाते हैं। हर तरफ लोग मस्ती में झूमते व एक दूसरे पर अबीर-गुलाल लगाते व रंगों की वर्षा करते दिखाई देते हैं। यह त्यौहार सामाजिक समानता, राशीय एकता और अखण्डता तथा विभिन्नता में एकता का साक्षात् प्रतीक है।

होली मनाते समय जात-पात, छोटा-बड़ा का भी कोई भेद नहीं होता। अमीर-गरीब, बच्चे, युवा बुजुर्ग सभी मिल-जुल कर यह त्यौहार मनाते हैं। होली रंगों के साथ गीत-संगीत और नृत्य का अनूठा त्यौहार है। इसे एकता, प्यार, खुशी, सुख और जीत का त्यौहार के रूप में भी जाना जाता है। यह हर्षोल्लास परस्पर मिलन व एकता का प्रतीक है इस पर्व के अवसर पर लोग आपसी वैमनस्य को भुलाकर मित्र बन जाते हैं। यह त्यौहार अमीर और गरीब के भेद को कम कर वातावरण में प्रेम की ज्योति प्रज्वलित करता है। निःसंदेह होली का पर्व हमारी सांस्कृतिक धरोहर है। उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, हरियाणा, राजस्थान, बिहार, पंजाब, दिल्ली आदि हिन्दी भाषी प्रदेशों में होली का पर्व भारी उल्लास और रंगों के साथ मनाया गया। देश के अन्य राज्य भी अलग-अलग तरीकों से होली का आनन्द उठाते हैं। ब्रज, मथुरा और बरसाने की होली विश्व प्रसिद्ध है। देश में होली पर्व को अनेक कहानियों के साथ भी जोड़कर देखा जाता है।

उत्तर भारत के राज्यों में जिसमें राजस्थान भी शामिल है, भक्त प्रह्लाद की कहानी विष्यात है। होली देश का सबसे पुराना त्यौहार है जिसे छोटे-बड़े अमीर-गरीब

सभी लोग मिलजुल कर मनाते हैं। यह असत्य पर सत्य और बुराई पर अच्छाई का प्रतीक है। राग-रंग का यह पर्व वसंत का संदेशवाहक भी है। राग रंग और नृत्य इसके



प्रमुख अंग हैं। फाल्गुन माह में मनाए जाने के कारण इसे फाल्गुनी भी कहते हैं। बच्चे-बुजुर्ग सभी सब कुछ संकोच और रुढ़ियाँ भूलकर ढोलक-झाँझ-मंजीरों की धुन के साथ नृत्य-संगीत व रंगों में डूब जाते हैं। उत्साह और उमंग से भरा ये त्यौहार एक दूसरे के प्रति प्रेम, स्नेह और निकटता लाता है। इसमें लोग आपस में मिलते हैं, गले लगते हैं और एक दूसरे को रंग और अबीर लगाते हैं। इस दौरान सभी मिलकर ढोलक, हारमोनियम तथा करताल की धुन पर धार्मिक और फागुन गीत गाते हैं। होली राग रंग और मौज मस्ती का बांका त्यौहार है। होली हमारे लिये सांस्कृतिक और पारंपरिक उत्सव है। रंग और पिचकारी लेकर युवा निकल पड़ते हैं और एक-दूसरे पर अबीर, गुलाल और रंग डालकर होली मनाते हैं। हर तरफ लोग मस्ती में झूमते व एक दूसरे पर अबीर-गुलाल लगाते व रंगों की वर्षा करते दिखाई देते हैं।



Budget 2023

आत्म बजट

केंद्र सरकार ने भारत के आधारभूत ढांचे को विकसित अवस्था में ले जाने के उद्देश्य से एक क्रांतिकारी कदम उठाया है। केंद्र सरकार के पूंजीगत निवेश की राशि में 33 प्रतिशत की वृद्धि करते हुए इसे वित्तीय वर्ष 2022-23 के 7.50 लाख करोड़ रुपए से बढ़ाकर वित्तीय वर्ष 2023-24 के लिए 10 लाख करोड़ रुपए किया जा रहा है, जोकि देश के सकल घरेलू उत्पाद का 3.3 प्रतिशत होगा। इतनी भारी भरकम राशि यदि केंद्र सरकार द्वारा पूंजीगत ढांचे को विकसित करने के लिए खर्च की जा रही है तो इससे देश में रोजगार के करोड़ों नए अवसर निर्मित होंगे एवं देश में उत्पादों की मांग में भारी वृद्धि होगी तथा अंततः निजी क्षेत्र की कम्पनियों को भी अपने पूंजीगत निवेश को गति देने के लिए बाध्य होना पड़ेगा। देश की आर्थिक प्रगति को बल देने के लिए यह एक क्रांतिकारी उपाय कहा जा सकता है।

मोदी सरकार का आत्मनिर्भर बजट

भा रत में लगातार यह प्रयास किए जा रहे हैं कि प्रत्येक नागरिक की रोटी, कपड़ा, मकान, शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधाओं के रूप में, आधारभूत आवश्यकताओं की पूर्ति हो। इस दृष्टि से प्रारम्भ की गई प्रधानमंत्री आवास योजना के अंतर्गत वित्तीय वर्ष 2023-24 के लिए आवंटित की गई राशि को 66 प्रतिशत से बढ़ाकर 79,000 करोड़ रुपए किया जा रहा है। इससे भारतीय नागरिकों को आवास की सुविधा उपलब्ध कराने के महत्वपूर्ण कार्य को गति मिल सकेगी। प्रधानमंत्री आवास योजना के अंतर्गत खर्च की जा रही राशि को भी केंद्र सरकार का पूंजीगत निवेश ही कहा जाना चाहिए क्योंकि इस प्रकार के खर्च से देश में आस्तियों का निर्माण ही तो हो रहा है एवं रोजगार के लाखों नए अवसर भी निर्मित हो रहे हैं। भारत का अमृत काल प्रारम्भ हो चुका है और वर्ष 2047 में भारत अपनी स्वाधीनता के 100 वर्ष पूरे कर रहा होगा। उस समय तक भारत को विश्व के मानचित्र पर एक विकसित राष्ट्र के रूप में स्थापित करने की प्रेरणा देश के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी ने भारतीय नागरिकों को दी है। अतः देश के पास अब केवल लगभग 24 वर्ष का समय ही शेष है, ऐसे में केंद्रीय वित्त मंत्री माननीय निर्मला सीतारमन द्वारा संसद में वित्तीय वर्ष 2023-24 के लिए प्रस्तुत किया गया केंद्र सरकार का बजट भारत को विकसित राष्ट्र बनाने की राह दिखा रहा है। यह बजट दरअसल अमृत काल का प्रथम बजट होने के

कारण इसे भारत में अमृत काल की मजबूत आधारशिला रखने वाला बजट भी कहा जा सकता है। शिक्षा के क्षेत्र को भी अतिरिक्त महत्व प्रदान करने का प्रयास इस बजट में किया गया है। भारत में राष्ट्रीय डिजिटल लाइब्रेरी की स्थापना के साथ-साथ मेडिकल शिक्षा के क्षेत्र में -मल्टी-डिसिलीनरी स्टडी- के लिए कोर्स मटेरियल की व्यवस्था भी केंद्र सरकार द्वारा की जाएगी। 740 एकलव्य मॉडल रेजीडेंशियल स्कूलों के लिए अगले तीन वर्षों के दौरान 38,000 नए शिक्षकों एवं सहायक स्टाफ की भर्ती की

जाएगी। इस बजट में केंद्र सरकार द्वारा जनजातियों के लिए विशेष स्कूलों हेतु 15 हजार करोड़ रुपए का प्रावधान किया गया है। सिविल सेवकों और सरकारी कर्मचारियों में कौशल विकास को बढ़ावा देने के उद्देश्य से ऑनलाइन ट्रेनिंग योजना भी प्रारम्भ की जाएगी।

केंद्र सरकार ने भारत के आधारभूत ढांचे को विकसित अवस्था में ले जाने के उद्देश्य से एक क्रांतिकारी कदम उठाया है। केंद्र सरकार के पूंजीगत निवेश की राशि में 33 प्रतिशत की वृद्धि करते हुए इसे वित्तीय वर्ष 2022-23 के



7.50 लाख करोड़ रुपए से बढ़ाकर वित्तीय वर्ष 2023-24 के लिए 10 लाख करोड़ रुपए किया जा रहा है, जोकि देश के सकल घरेलू उत्पाद का 3.3 प्रतिशत होगा। इतनी भारी भरकम राशि यदि केंद्र सरकार द्वारा पूंजीगत ढांचे को विकसित करने के लिए खर्च की जा रही है तो इससे देश में रोजगार के करोड़ों नए अवसर निर्मित होंगे एवं देश में उत्पादों की मांग में भारी वृद्धि होगी तथा अंतः निजी क्षेत्र की कम्पनियों को भी अपने पूंजीगत निवेश को गति देने के लिए बाध्य होना पड़ेगा। देश की आर्थिक प्रगति को बल देने के लिए यह एक क्रांतिकारी उपयोग कहा जा सकता है।

अंत में यह कहा जा सकता है कि भारत में अब नई तकनीकी को अपनाने के साथ ही हमारी सांस्कृतिक परम्परा पर भी पूरा ध्यान दिया जा रहा है ताकि भारत को विश्व गुरु के रूप में पुनः स्थापित किया जा सके। नई तकनीकी को अपनाने हुए गरीबतम नागरिकों को भी विभिन्न योजनाओं का लाभ पहुंचाने का भरपूर प्रयास हो रहा है। देश में स्वच्छ भारत अभियान के अंतर्गत 11.7 करोड़ टायलेर का निर्माण किया गया है, उज्ज्वला योजना के अंतर्गत 9.6 करोड़ गैस कनेक्शन उपलब्ध कराए गए हैं, जनधन योजना के अंतर्गत 47.8 करोड़ खाते बैंकों में खोले गए हैं, आयुष्मान भारत योजना के अंतर्गत 50 करोड़ नागरिकों को मुफ्त स्वास्थ्य सुविधाएं उपलब्ध कराई गई हैं, जल जीवन मिशन के अंतर्गत 11 करोड़ परिवारों को नल से जल उपलब्ध कराया गया है, प्रधानमंत्री गैरीब कल्याण अन्न योजना के अंतर्गत 3.5 लाख करोड़ रुपए की राशि का खर्च केंद्र सरकार द्वारा किया गया है, प्रधानमंत्री स्वनिधि योजना के अंतर्गत 40 लाख पथमार्ग विक्रेताओं को ऋण उपलब्ध कराए गए हैं, मुद्रा योजना के अंतर्गत 70 प्रतिशत ऋण महिला उद्यमियों को प्रदान किए गए हैं एवं गरीबी रेखा के नीचे जीवन यापन करने वाले करोड़ों नागरिकों को गरीबी रेखा के ऊपर ले आया गया है। उक्त योजनाओं पर भी वित्तीय वर्ष 2023-24 के बजट में खर्चों का प्रावधान जारी रखा गया है। इसी प्रकार, भारत में आधारभूत संरचना को विकसित स्तर तक ले जाने के उद्देश्य से रेल बजट के लिए वित्तीय वर्ष 2023-24 में 2.40 करोड़ रुपए की राशि निर्धारित की गई है, जबकि वित्तीय वर्ष 2022-23 में 1.40 करोड़ रुपए की राशि निर्धारित की गई थी। इस प्रकार इस मद पर अब नए वित्तीय वर्ष के दौरान लगभग

दुगनी राशि खर्च की जाएगी। रेलवे को विकसित अवस्था में लाने के लिए 75,000 करोड़ रुपए की लागत की कई नई योजनाएं भी प्रारम्भ की जाएंगी। साथ ही, देश में हवाई यातायात को और अधिक आसान बनाने के उद्देश्य से 50 अतिरिक्त नए एयरपोर्ट, हेलीपैड, वॉटर एयरोड्रम आदि बनाए जाएंगे। साथ ही, क्षेत्रीय हवाई संबद्धता को भी और अधिक मजबूत करने के प्रयास किए जाएंगे। वित्तीय वर्ष 2023-24 का बजट रक्षा क्षेत्र के लिए एक बड़ी सौगत लेकर आया है। केंद्रीय बजट में वर्ष 2023-24 के लिए रक्षा क्षेत्र को कुल 5.94 लाख

रुपये के टर्नओवर तक के सूक्ष्म उद्योग को करों में छूट दी जा रही है। इंज ऑफ डूँग बिजनेस को और अधिक बल देते हुए 3,400 सरकारी कानूनी प्रावधानों को अपराध की श्रेणी से बाहर लाने का फैसला किया गया है। इससे देश में नए उद्योगों को स्थापित करने में अब और अधिक आसानी होगी।

कृषि का क्षेत्र तो केंद्र सरकार के लिए प्रारम्भ से ही प्राथमिकता का क्षेत्र रहा है और किसानों की आय को दुगना किए जाने के प्रयास लगातार किए जा रहे हैं। आज भी देश की 60 प्रतिशत से अधिक आबादी गांवों



करोड़ रुपये की राशि आवंटित की गई है, जो कुल बजट की राशि का 8 प्रतिशत है। आज भारत रक्षा क्षेत्र में आत्मनिर्भरता प्राप्त करने के उद्देश्य को लेकर अपने कदम तेजी से आगे बढ़ा रहा है। बजट में आवंटित की गई इस राशि का उपयोग हथियारों की आत्मनिर्भर तकनीक और भारत में ही इन उत्पादों के निर्माण के कार्य पर किया जाएगा। इससे देश में ही रोजगार के लाखों नए अवसर निर्मित होंगे। वैसे, अब तो रक्षा क्षेत्र में उत्पादित उपकरणों एवं हथियारों आदि का भारत नियांत भी करने लगा है। रक्षा के क्षेत्र को और अधिक मजबूती प्रदान करने से देश से इन उत्पादों के नियांत को भी गति मिलेगी।

भारत में सूक्ष्म, लघु और मध्यम क्षेत्र में उद्यमियों द्वारा रोजगार के करोड़ों अवसर निर्मित किया जा रहे हैं अतः इस क्षेत्र को बढ़ावा देने के उद्देश्य से सूक्ष्म, लघु और मध्यम क्षेत्र के उद्यमियों के लिए 2 लाख करोड़ रुपए की क्रेडिट गरंटी योजना लाई जा रही है। साथ ही, तीन करोड़

आयकट को लेकर नौकरीपेटा लोगों को बड़ी दाहत

ऑटोमोबाइल, एय्लॉने और देसी मोबाइल सल्टे

PAN अब दाष्टीय पहचान पत्र के रूप में जाना जाएगा

में निवास करती है एवं अपनी आजीविका के लिए मुख्यतः कृषि क्षेत्र पर ही निर्भर है। अतः वित्तीय वर्ष 2023-24 के बजट में भी कृषि क्षेत्र के लिए विशेष ध्यान दिया गया है। कृषि क्षेत्र का डिजिटलाइजेशन किया जा रहा है। कृषि क्षेत्र में पशुपालन, डेयरी पालन और मत्स्य पालन को बढ़ावा देने के उद्देश्य से एवं अन्य कृषि कार्यों के लिए 20 लाख करोड़ रुपये के क्रृषि वितरित किए की योजना है। मत्स्य उपयोजना में 6,000 हजार करोड़ रुपये का निवेश किया जाएगा। कृषि-स्टार्टअप्स को प्रोत्साहित करने के लिए एग्रीकल्चर एक्सीलेटर फंड बनाया जाएगा। गोबरधन योजना के अंतर्गत 500 नए संयंत्रों की स्थापना की जाएगी एवं प्राकृतिक खेती के लिए 10 हजार बायो इनपुट रिसोर्स स्थापित किए जाएंगे। युवा किसानों की सहायता के लिए एक विशेष फंड का निर्माण किए जाने की भी योजना है।

राहुल पर बरसे पीएम मोदी

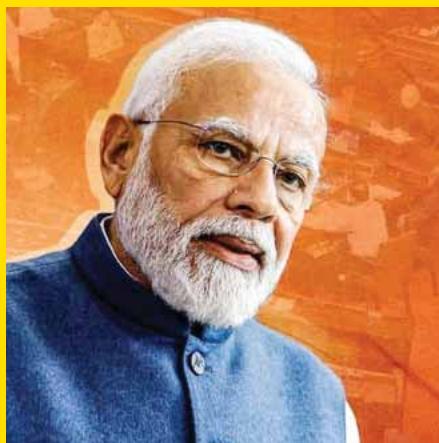


एक अकेला कितनों पर भारी...विपक्ष की नारेबाजी के बीच सीना ठोककर बोले पीएम मोदी

ज

ब प्रधानमंत्री मोदी लोकसभा में बोले थे तो विपक्ष सत्राटे में चला गया था। 85 मिनट के स्पीच में मोदी ने 2024 की चुनावी स्टैट्रेजी का ब्लू प्रिंट सामने रखा। पीएम मोदी ने विरोधियों को बता दिया कि चुनाव जीतना है और सरकार बनानी है तो हवाबाजी नहीं चलेगी। अब बारी राज्यसभा की थी। राज्यसभा में हांगामे के बीच पीएम मोदी ने कांग्रेस पर चुभते सवाल दागे। पूछा नेहरू सरनेम में शर्मिंदगी क्यों? पीएम मोदी ने कहा कि देश देख रहा है एक अकेला कितनों पर भारी है। कमल और कीचड़ का जिक्र कर पीएम ने विरोधियों पर तंज भी कसा। विपक्ष के हर आरोप पर प्रधानमंत्री गरजे, कांग्रेस के हर हमले पर राज्यसभा में बरसे। विपक्ष शोर करता रहा और प्रधानमंत्री बोलते रहे। परिवावाद को लेकर तंज कसा, कांग्रेस की नीयत पर सवाल खड़े किए।

अनुच्छेद 356 के तहत आपातकालीन शक्तियों को लागू करके राज्य मशीनरी पर नियंत्रण रखने के अपने इतिहास के लिए कांग्रेस पर निशाना साधते हुए प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि ये सबसे पुरानी पार्टी थी जिसने संवैधानिक प्रावधानों का सबसे अधिक दुरुपयोग किया और निवार्चित राज्य सरकारों को अपनी इच्छा से गिरा दिया। पीएम मोदी के भाषण के दौरान विपक्षी सांसदों ने बिजनेसमैन गौतम अडानी को लेकर नारे भी लगाए लेकिन फिर भी वो लगातार



बोलते रहे। पीएम मोदी ने कहा कि इतना ही नहीं, एक प्रधानमंत्री ने अर्थशतक लगाते हुए 50 बार अनुच्छेद 356 का इस्तेमाल किया। वह नाम श्रीमती इंदिरा गांधी जी का है। गांधी-नेहरू परिवार को निशाने पर लेते हुए पीएम मोदी ने कहा कि किसी अखबार में पढ़ा था कि 600 सरकारी योजनाएं गांधी-नेहरू परिवार के नाम पर हैं। अगर नेहरू जी के नाम उल्लेख ना हुआ तो कुछ लोगों के बाल खड़े हो जाते हैं। पीएम मोदी ने कहा कि नेहरू परिवार की पीढ़ी को नेहरू नाम रखने पर आपत्ति क्यों है। पीएम मोदी ने कहा कि 60

साल कांग्रेस के परिवार ने गड़े ही गड़े कर दिए थे... जब वो गड़े खोद रहे थे, 6 दशक बर्बाद कर चुके थे... तब दुनिया के छोटे-छोटे देश भी सफलता के शिखरों को छू रहे थे। इतना बड़ा महान व्यक्ति अगर आपको मंजूर नहीं है, परिवार को मंजूर नहीं है और हमारा हिसाब मांगते रहते हैं। कुछ लोगों को समझना होगा ये सदियों पुराना देश सामान्य मानवी की पसीनों से बना देश है, ये देश किसी परिवार की जागीर नहीं। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने विपक्ष पर निशाना साधते हुए कहा कि उनके आरोपों की 'कीचड़' से 'कमल' को खिलने में मदद मिलेगी। उन्होंने कहा कि वह अकेले ही पूरे विपक्ष पर भारी पड़ रहे हैं, जिन्हें उनके विरोध में बारी-बारी से नारेबाजी करनी पड़ती है। अपनी छाती ठोकते हुए मोदी ने कहा कि वह देश के लिए जीते हैं और देश के लिए कुछ करना चाहते हैं, जिससे विपक्षी दल परेशान हैं तथा खुद को बचाने के लिए राजनीतिक खेल खेल रहे हैं पीएम मोदी ने कहा कि एक अकेला कितनों पर भारी पड़ रहा है। नारे बदलने के लिए उन्हें बदलाव करना पड़ रहा है... घंटे भर से आवाज नहीं रोक पाए हैं क्योंकि देश के लिए जीता हूं... देश के लिए कुछ करने के लिए निकला हूं।' उन्होंने विपक्षी सदस्यों पर हमला करते हुए कहा कि राजनीतिक खेल खेलने वाले लोगों के अंदर वह हौसला नहीं है। उन्होंने कहा, 'वे बचने का रास्ता खोज रहे हैं।'

खरबों खाणा!

ज

ब से अडाणी गुप पर हिंडनबर्ग की रिपोर्ट आई है अर्थिक व राजनीतिक क्षेत्रों में तूकान थमने का नाम नहीं ले रहा है। इस मुद्दे की आंच अब देश की संसद तक जा पहुंची है। इस मुद्दे पर संसद में जमकर हंगामा बरपा। विपक्षी दल लगातार अडाणी समूह के वित्तीय लेनदेन की व्यापक जांच के लिये संसदीय पैनल बनाने की मांग करते रहे। वहाँ कुछ विपक्षी सुप्रीम कोर्ट की कमेटी से मामले की जांच करने की मांग करते देखे हैं। इस मामले ने इतना तूल पकड़ा कि हंगामे के चलते आखिरकार लोकसभा व राज्यसभा की कार्यवाही स्थगित करनी पड़ी। दरअसल, राजग सरकार के सत्ता में आने के बाद अडाणी समूह का साम्राज्य अप्रत्याशित रूप से बढ़ा है। यह आम धारणा रही है कि राजाश्रय में ही अडाणी समूह फला-फूला है। विपक्ष के इस विरोध के मूल में आर्थिक अनुशासन कायम करने के बजाय मोदी सरकार को कठघरे में खड़ा करना प्राथमिकता नजर आता है। लगातार यह दलील दी जाती है कि अडाणी समूह की अप्रत्याशित सफलता के लिये सरकारी बैंकों से भारी ऋण उपलब्ध कराया गया है। जिससे जनता का पैसा दांव पर लगा है। कुछ समाचार एजेसियों का दावा है कि आरबीआई ने बैंकों से अडाणी एंटरप्राइजेज लिमिटेड को दिये गये कर्ज का विवरण मांगा है। बहरहाल, हिंडनबर्ग रिसर्च के आरोपों के बाद समूह के शेयरों में भारी गिरावट का ऋम लगातार जारी है। इस संकट की घड़ी में अडाणी समूह ने निवेशकों का विश्वास हासिल करने के लिये बीस हजार करोड़ के एफपीओ को रद्द करके निवेशकों को पैसा लौटाने की बात कही है। ऐस्यु गौतम अडाणी ने एफपीओ रद्द करने की घोषणा

एक वीडियो के जरिये की और निवेशकों का शुक्रिया अदा करते हुए कहा कि उनका भरोसा बनाये रखना उनकी प्राथमिकता है। निवेशकों को नुकसान से बचाने के लिये एफपीओ रद्द किया गया है। बहरहाल, इसके

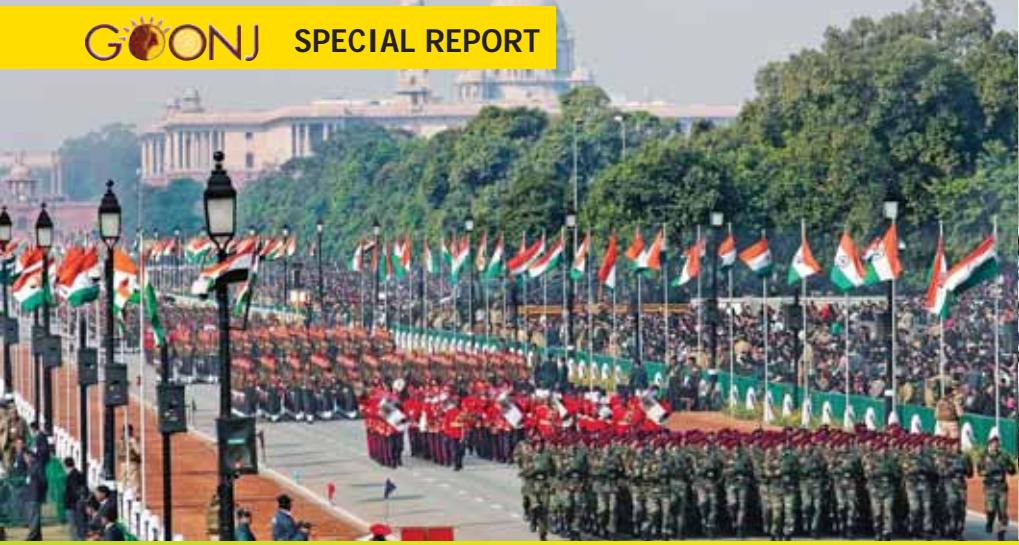
पैसा लगाते हैं। जिसके लिये मजबूत नियामक ढांचे की जरूरत महसूस की जा रही है। दरअसल, इस विवाद के मूल में न्यूयार्क स्थित एक निवेशक अनुसंधान फर्म हिंडनबर्ग की वह रिपोर्ट है जिसमें दावा किया गया कि

अडाणी समूह जो आर्थिक समृद्धि दर्शा रहा है उसके लिए अनैतिक व अनुचित तौर-तरीकों का प्रयोग किया गया है। हालांकि, अडाणी समूह ऐसे किसी भी आरोप को खारिज करता रहा है और इसे भारतीय अर्थव्यवस्था पर बाहरी हमला बताता रहा है। लेकिन इसके बावजूद समूह को साख के अलावा अरबों का नुकसान हुआ है। दरअसल, रिपोर्ट में समूह के



बावजूद मुद्दे पर विवाद का सिलसिला थमने का नाम नहीं ले रहा है। गुरुवार को संसद में तेरह विपक्षी पार्टियां लगातार हिंडनबर्ग रिपोर्ट पर सदन में चर्चा की मांग करती रही। ये तेरह पार्टियां नेता प्रतिपक्ष मल्लिकार्जुन के साथ एकजुट हुईं। विपक्षी नेता आरोप लगाते रहे कि जनता की मेहनत का पैसा दांव पर लगा है। उनकी दलील थी कि राजनीतिक संरक्षण में जनता का पैसा उद्योगपतियों के हितों में लगाने से लोगों का बैंकिंग व एलआईसी जैसी संस्थाओं से भरोसा उठ जाएगा। निस्संदेह, अर्थिक अनिश्चितताओं के बीच निवेशकों का भरोसा जगाने के लिये पारदर्शी आर्थिक व्यवस्था का होना अपरिहार्य है। दरअसल, देश के लोग सामाजिक सुरक्षा के मकसद से बैंकों व अन्य सरकारी वित्तीय संस्थाओं में

उच्च ऋण स्तरों पर सवाल उठाए गये और उस पर टैक्स हेबन में स्थित शेल कंपनियों का उपयोग करने का आरोप लगाया है। दरअसल, विगत में आर्थिक विश्लेषक एलआईसी और कई सार्वजनिक क्षेत्र के बैंकों द्वारा अडाणी समूह में निवेश करने को लेकर सवाल उठाते रहे हैं। निस्संदेह, इन परिस्थितियों में उम्मीद की जानी चाहिए कि सेबी और भारतीय रिजर्व बैंक जैसी नियामक संस्थाएं ऐसे मामलों में शीघ्र व निर्णायक रूप से पहल करके लोगों का विश्वास बहाल करें। इसमें दो राय नहीं कि ऐसे प्रकरणों से निवेश की दृष्टि से भारत की प्रतिष्ठा को भी नुकसान हो सकता है। खासकर वे विदेशी निवेशक प्रभावित हो सकते हैं जो भारत को अन्य उभरती अर्थव्यवस्थाओं के मुकाबले निवेश के लिये सुरक्षित मानते रहे हैं।



दुनिया ने देखी भारत की सैन्य ताकत के साथ-साथ देश की सांस्कृतिक झलक

रा

श्रीय गौरव के अवसर गणतंत्र दिवस पर गणतंत्र दिवस परेड भारत की ताकत को पूरी दुनिया के सामने रखने का एक बड़ा अवसर होता है और इस बार परेड में पूरी दुनिया ने कर्तृतव्य पथ पर भारत की लगातार बढ़ती ताकत को देखा। पीएम मोदी ने गणतंत्र दिवस पर तिरंगा फहराया और



परेड की सलामी ली। गणतंत्र दिवस परेड में आयोजित किए गए रंगरंग कार्यक्रमों के अलावा देश की संस्कृति और परम्पराओं को प्रदर्शित करने के लिए निकाली गई ज्ञाकियां तथा पूरे विश्व को भारत की ताकत दिखाने के लिए तीनों सेनाओं के जवानों द्वारा किए गए अनोखे करतबों ने हर किसी का मोह लिया। सही मायनों में इस वर्ष परेड में कर्तृतव्य पथ पर देश की सांस्कृतिक विरासत और सैन्य शक्ति की झलक स्पष्ट दिखाई दी। हालांकि इस वर्ष भी परेड के दौरान होने वाले आयोजनों में कुछ बदलाव किए गए थे। देश की आजादी के बाद लगातार दूसरी बार ऐसा हुआ, जब परेड 10 बजे के निर्धारित समय के बजाय आधे घंटे देरी से शुरू हुई। गणतंत्र दिवस परेड में पहले जहां सवा लाख लोग परेड देखने पहुंचते थे, वहाँ इस बार दर्शकों की संख्या काफी कम कर दी गई थी और साथ ही



बीआईपी आर्मट्रॉन पास की संख्या में भी भारी कटौती की गई थी। हालांकि कोविड काल में केवल 25 हजार लोगों को ही आमंत्रित किया गया था लेकिन इस बार कर्तृतव्य पथ पर भव्य गणतंत्र दिवस परेड देखने के लिए 45 हजार दर्शकों की ही अनुमति थी। बीआईपी मेहमानों की संख्या भी 12 हजार तक सीमित कर दी गई थी। परेड में सेना की मार्चिंग टुकड़ियों से लेकर टैंक, तोप और बैंड के अलावा वायुसेना के फ्लाईपास्ट ने इस आकर्षण में चार चांद लगा दिए। कई विमानों के फ्लाईपास्ट के दौरान भारत के लड़ाकू विमानों का शीर्य पूरी दुनिया को देखने को मिला। कर्तृतव्य पथ पर देश की प्रगति और संस्कृति को दर्शाती सांस्कृतिक

ज्ञाकियां भी बदलते भारत के नए अंदाज और अहसास का अनुभव कराती नजर आई। गणतंत्र दिवस परेड के दौरान इस बार तीनों सेनाओं के कुल 75 एयरक्राफ्ट ने कर्तृतव्य पथ पर अपनी ताकत दिखाई, जिनमें फ़ांस से आया गांकल भी सम्मिलित था। इन 50 एयरक्राफ्ट में वायुसेना के 45, नौसेना का 1 और थलसेना के 4



एयरक्राफ्ट शामिल थे, जिनमें 23 फाइटर जेट, 18 हेलीकॉप्टर, 8 मिलिट्री ट्रांसपोर्ट विमान के अलावा नौसेना का सबसे पुराना टोही विमान आईएल-38 भी था। गणतंत्र दिवस परेड में पहली बार भारतीय वायुसेना की गरुड़ स्पेशल फोर्स ने भी हिस्सा लिया। कर्तृतव्य पथ पर डेयरडेविल्स ने तो अपने हैरतअंगेज प्रदर्शनों से हर किसी को मंत्रमुद्ध कर दिया। बाइक पर डेयरडेविल्स ने कमाल के स्टंट दिखाए और इस दौरान वे बाइक पर योग की मुद्राएं करते भी दिखाई दिए। गणतंत्र दिवस परेड ने इस बार देश की सैन्य शक्ति और सांस्कृतिक विविधता के अनूठे मिश्रण के साथ भारत की बढ़ती स्वदेशी क्षमताओं, नारी शक्ति और 'न्यू इंडिया' के उद्देव का विलक्षण प्रदर्शन किया। कुल मिलाकर देखा जाए तो इस बार कर्तृतव्य पथ पर बुलंद भारत की बुलंद तस्वीर स्पष्ट रूप से दिखाई दी।

बाइडन का यूक्रेन दौरा अमेरिका को क्या हासिल हुआ

31

मेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडेन स्यूक्रेन की राजधानी कीव पहुंचे। राष्ट्रपति बाइडेन का कीव का यह औचक दौरा है। जो बाइडेन रूस-यूक्रेन युद्ध की पहली वर्षगांठ से ठीक पहले कीव पहुंचे हैं। अपनी इस यात्रा के दौरान बाइडेन ने यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदिमीर जेलेंस्की से भी मुलाकात की है। बता दें कि बाइडेन का यह दौरा काफी अहम माना जा रहा है। अभी तक रूस-यूक्रेन युद्ध के दौरान अमेरिका दूर से ही यूक्रेन को मदद करता रहा है। इस युद्ध के दौरान ऐसे कई मौके आए जब जो बाइडेन ने ऐलान किया कि वह यूक्रेन के साथ हर हाल में खड़े रहेंगे। जानकार मान रहे हैं कि इस समय बाइडेन का यूक्रेन का दौरा कहीं ना कहीं यूक्रेन को अमेरिका से मिल रहे समर्थन को व्यापक तौर पर दुनिया के सामने जाहिर करने का हिस्सा है। गैरतलब है कि रूस और यूक्रेन के बीच बीते करीब साल भर से युद्ध जारी है। अपनी यूक्रेन यात्रा को लेकर राष्ट्रपति बाइडेन ने एक ट्वीट भी किया। इस ट्वीट में उन्होंने लिखा कि जैसा कि कुछ दिन के बाद रूस-यूक्रेन युद्ध की पहली वर्षगांठ आने वाली है। उससे ठीक पहले मैं कीव में हूं ताकि मैं अपने दोस्त वोलोदिमीर जेलेंस्की को यूक्रेन के लोकतंत्र की रक्षा के लिए अमेरिका के समर्थन को लेकर आश्रम कर सकूं। कीव पहुंचने के बाद जो बाइडेन ने एक बयान भी जारी किया। उन्होंने अपने बयान में कहा कि हम शुरू से ही यूक्रेन के साथ हैं। हमने इस युद्ध के दौरान दुनिया भर से यूक्रेन के लिए समर्थन जुटाया है। बाइडेन ने आगे कहा कि इस युद्ध में यूक्रेन का साथ देते हुए हम उहें जल्द ही एयर सर्विलांस रडार भी देने जा रहे हैं। मैं इतना जरूर कहना चाहता हूं कि कोई भी इस युद्ध में यूक्रेन को कमज़ोर ना समझे। यूक्रेन राष्ट्रपति जेलेंस्की ने कीव यात्रा के लिए बाइडेन का शुक्रिया अदा किया। जेलेंस्की ने कहा कि ये साल जीत का साल होगा।

अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेन की यूक्रेन-यात्रा ने सारी दुनिया को आश्र्यंचकित कर दिया है। वैसे पहले भी कई

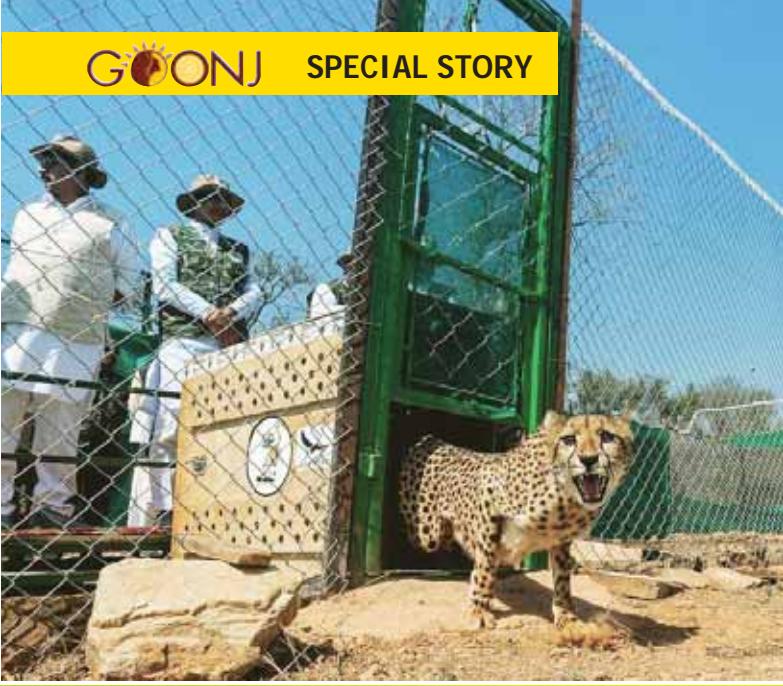
अमेरिकी राष्ट्रपति जैसे जॉर्ज बुश, बराक ओबामा और डोनाल्ड ट्रंप इराक और अफगानिस्तान में गए हैं लेकिन उस समय तक इन देशों में अमेरिकी फौजों का वर्चस्व कायम हो चुका था लेकिन यूक्रेन में न तो अमेरिकी फौजें हैं और न ही वहां युद्ध बंद हुआ है। वहां अभी रूसी हमला जारी

है। बाइडेन तो युद्ध शुरू होने के साल भर यूक्रेन पहुंचे हैं लेकिन फास के राष्ट्रपति इन्सुएल मैट्रो, जर्मन चासलर ओलफ शुल्ज, कनाडा के प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रूडो और ब्रिटेन के तत्कालीन प्रधानमंत्री बोरिस जॉनसन और वर्तमान प्रधानमंत्री ब्रिटि सुनक भी यूक्रेन की राजधानी



है। दोनों देशों के डेढ़ लाख से ज्यादा सैनिक मर चुके हैं। हजारों मकान छह चुके हैं और लाखों लोग देश छोड़कर परदेश भागे चले जा रहे हैं। यूक्रेन फिर भी रूस के सामने डटा हुआ है। आत्म-समर्पण नहीं कर रहा है। इसका मूल कारण अमेरिका का यूक्रेन को खुला समर्थन है। अमेरिका के समर्थन का अर्थ यही नहीं है कि अमेरिका सिर्फ डॉलर और हथियार यूक्रेन को दे रहा है, उसकी पहल पर यूरोप के 27 नाटो राष्ट्र भी यूक्रेन की रक्षा के लिए कमर कर से हुए

कीव जाकर वोलोदिमीर जेलेंस्की की पीठ थपथा चुके हैं। राष्ट्रपति बाइडेन का कीव पहुंचना इसलिए भी आश्र्यंजनक रहा क्योंकि इस समय रूसी हमला बहुत जोरों पर है और बाइडेन के जीवन को कोई भी खतरा हो सकता था। इसीलिए यह यात्रा बिल्कुल गोपनीय रही लेकिन अमेरिकी शासन ने यात्रा के कुछ घंटे पहले मास्को को चेताया कि बाइडेन कीव जा रहे हैं ताकि इस युद्ध को समाप्त किया जा सके। लेकिन बाइडेन ने वहां जाकर क्या किया?



चीतों के आने से कूनो सेंचुरी बनेगी एशिया के आकर्षण का केन्द्र

“

मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा कि भारत में चीता की वापसी से अब जैव विविधता की टूटी कड़ी फिर से जुड़ गई है। यह प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के प्रयासों से ही संभव हो सका है। उन्होंने कहा कि अब 20 चीते हो जाने से एशिया में कूनो सेंचुरी आकर्षण का केन्द्र बनेगा। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने सेंचुरी में दक्षिण अफ्रीका से आये 12 चीतों में से 2 चीता को पिंजड़े से मुक्त किया। केन्द्रीय वन एवं पर्यावरण मंत्री भूपेन्द्र यादव, केन्द्रीय कृषि एवं किसान-कल्याण मंत्री नरेन्द्र सिंह तोमर, प्रदेश के वन मंत्री डॉ. कुंवर विजय शाह की गरिमामयी मौजूदगी रही। मुख्यमंत्री ने जैसे ही पिंजरे से चीते को छोड़ा, वह बाड़े में विचरण करने लगा। क्वारेंटाइन पीरियड खत्म होने के बाद इन्हें स्वच्छ विचरण के लिए आजाद किया जायेगा।

मृ

ख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कूनो सेंचुरी में चीता प्रोजेक्ट लाकर बहुत बड़ी सौगात दी है। मैं प्रधानमंत्री का हृदय से आभार मानता हूँ। उन्होंने कहा कि आज दक्षिण अफ्रीका से आये 12 चीतों से कूनो सेंचुरी में 20 चीते हो गये हैं। मैं केन्द्रीय वन मंत्री श्री यादव को भी धन्यवाद देता हूँ। मुख्यमंत्री ने कहा कि पूर्व में आये 8 चीते प्राकृतिक जीवन जी रहे हैं। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री श्री मोदी की पर्यावरण को बचाने की सोच के साथ हमें सभी वन्य-प्राणियों को बचाना है। उन्होंने कहा कि कूनो पालपुर में चीता आने से पर्यावरण-संरक्षण के साथ टूरिज्म भी तेजी से बढ़ेगा। आर्थिक गतिविधियाँ बढ़ेगी। यहाँ रेस्तरां, होटल, होम स्टे आदि अधो-संरचना विकास कार्य रहे हैं।

केन्द्रीय वन मंत्री श्री यादव ने कहा कि कूनो में चीते छोड़ कर भारत में बहुआयामी उदाहरण प्रस्तुत किया है। पहले चरण में अफ्रीका के नामीबिया से लाये गये चीते छोड़े गये थे, चीता प्रोजेक्ट के दूसरे चरण में आज महाशिवरात्रि पर दक्षिण अफ्रीका से लाये गये 12 चीते छोड़ कर चीता प्रोजेक्ट का दूसरा भाग शुरू हुआ है। नामीबिया से आये चीते बड़े बाड़े में पूरी तरह से स्वस्थ हैं।

संरक्षण के विजन में पूरा सहयोग कर रहे हैं। केन्द्रीय कृषि एवं किसान-कल्याण मंत्री श्री तोमर ने कहा कि मध्यप्रदेश के



बढ़ाया है। पेड़ काटने वाले लोगों ने कुल्हाड़ी छोड़ कर वन बचाने का संकल्प लिया है, इससे पर्यावरण बचेगा। कूनो में स्व-सहायता के प्रोजेक्ट देखने को मिले हैं। यहाँ की टीम ने चीता प्रोजेक्ट के अनुसासन का जिस तरह पालन किया है, उसके लिये टीम धन्यवाद की पात्र है। उन्होंने वायुसेना के वॉलेटियर अफसरों का भी आभार माना, जो पर्यावरण-

लिये प्रसन्नता का विषय है कि सितंबर 2022 में प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कूनो नेशनल पार्क में चीते छोड़ कर अपना जन्म-दिवस मनाया था। पहले छोड़े गये सभी 8 चीतों का स्वतंत्र जीवन भी हमारे लिए गर्व की बात है। श्री तोमर ने कहा कि हर साल कूनो सेंचुरी में 12 चीते आयेंगे।

कूनो नेशनल पार्क में चीता रिलीज



कार्यक्रम से पूर्व मुख्यमंत्री श्री चौहान ने चीता इंकलोजर का भ्रमण भी किया। दक्षिण अफ्रीका से 12 चीतों को ग्लोब मास्टर सी-17 वायुयान से रक्षा मंत्रालय ग्वालियर के हवाई अड्डे और फिर बहाँ से वायुसेना के 4 चिनक हेलीकॉप्टर से कूनो नेशनल पार्क लाया गया।

मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने पार्क में चीता मित्रों से संवाद करते हुए कहा कि ग्रामीणों की प्रसन्नता बता रही है कि चीता आने से लोग उत्साहित है। चीता आने से इस क्षेत्र में रोजगार के अवसर बढ़ेंगे। संवाद में केन्द्रीय वन एवं पर्यावरण मंत्री श्री भूपेन्द्र यादव, केन्द्रीय कृषि एवं किसान-कल्याण मंत्री श्री नरेन्द्र सिंह तोमर, मध्यप्रदेश के वन मंत्री डॉ. कुंवर विजय शाह भी उपस्थित थे।

मुख्यमंत्री श्री चौहान ने चीता रिलोज कार्यक्रम से पूर्व श्योपुर में विकास यात्रा के दौरान चीतों एवं वन्य-जीवों तथा वन एवं पर्यावरण की सुरक्षा का संकल्प लेते हुए प्रशासनिक अधिकारियों के समक्ष कुल्हाड़ी एवं तीर-कमान समर्पित करने वाले ग्रामीणों के प्रतिनिधि-मंडल एवं स्व-सहायता समूह की महिलाओं से भी चर्चा की। मुख्यमंत्री ने चीता मित्रों से संवाद में चीतों की सुरक्षा के लिए चीता मित्रों द्वारा चलाये जा रहे जागरूकता अभियान की जानकारी ली। उन्होंने कहा कि साशा चीता के अस्थय होने पर कराहल की जनता द्वारा उसके स्वास्थ्य में सुधार के लिए पूजा-अर्चना एवं भजन-कीर्तन किया जाना बताता है कि लोग इन चीतों से कितना प्रेम करते हैं। चीता मित्र श्री चेतन भारद्वाज ने चीतों पर केन्द्रित कविता एवं श्योपुर गान सुनाया, जिसकी मुख्यमंत्री ने प्रशंसा की। श्री भारद्वाज ने कूनो नदी के गोल पथर पर बनाई चीता पैंटिंग भी भेंट की। चीता मित्र सुश्री रानी आदिवासी ने भी मुख्यमंत्री को चीतों की सुरक्षा के प्रति आस-पास के गाँव में चलाये जा रहे वातावरण निर्माण कार्यक्रम से अवगत कराया।

मुख्यमंत्री श्री चौहान ने पार्क के विश्राम गृह परिसर में कुल्हाड़ी एवं तीर-कमान त्याग कर जंगल, वन्य-जीव बचाने का संकल्प लेने वाले ग्रामीणों के प्रतिनिधि-मंडल से चर्चा की। उन्होंने ग्रामीणों द्वारा लिये गये निर्णय की प्रशंसा करते हुए पर्यावरण बचाने की दिशा में लिये गये संकल्प के लिए बधाई दी। आज मुख्यमंत्री श्री चौहान

जब कूनो आये तो शपथ लेने वाले ग्रामीणों के प्रतिनिधि-मंडल ने भेंट कर चीता प्रोजेक्ट के लिए कूनो नेशनल पार्क को चुने जाने के लिए प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी तथा मुख्यमंत्री श्री चौहान के प्रति आभार जताया। विकास यात्रा के दौरान ली गई शपथ तथा विभिन्न सामाजिक मुद्राओं पर लिये गये संकल्पों से संबंधित फोटोग्राफ्स, पेपर कतरन एवं जमा किये गये कुल्हाड़ी, तीर-कमान आदि

रखी भेंट कर उनके सदैव स्वस्थ रहने की कामना की। महिलाओं ने मुख्यमंत्री श्री चौहान को लाडली बहना योजना लागू करने के लिए धन्यवाद दिया और भाई-बहन के प्रेम के प्रतीक के रूप में रक्षा-सूत्र बांधा। मुख्यमंत्री ने कहा कि बहों ने जो राखी अपने भाई को दी है, वो सीएम हाउस में लगाई जायेगी। श्रीमती चमेली आदिवासी बरगवा ने चीता ग्रामीण होम-स्टे योजना से रोजगार



की प्रदर्शनी भी लगाई गई। मुख्यमंत्री सहित अतिथियों ने प्रदर्शनी का अवलोकन किया।

उद्घेखनीय है कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी द्वारा गत 17 सितंबर 2022 को नामीबिया से लाये गये चीतों के कूनो नेशनल पार्क में प्रतिस्थापन के बाद पूरे क्षेत्र में वन्य-जीव, वन एवं पर्यावरण-संरक्षण के प्रति लोगों में चेतना बढ़ी है। दक्षिण अफ्रीका से आज लाये गये 12 चीतों को मुख्यमंत्री श्री चौहान द्वारा पार्क में रिलोज करने की खबर से लोगों का उत्साह और बढ़ गया। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने स्व-सहायता समूह की महिलाओं से भी चर्चा की। मुख्यमंत्री को समूह की महिलाओं ने जड़ी-बूटी से बनी

सृजन, श्रीमती कलिया कुशवाह निवासी कराहल ने आजीविका गतिविधि से जुड़ कर आत्म-निर्भरता, श्रीमती सुनीता बिलवाल निवासी दूड़िखेड़ा ने लाडली बहना योजना, श्रीमती शोफाली राठौर निवासी कराहल ने बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ और श्रीमती भावना पटेलिया निवासी करियादेह ने समूहों को प्राप्त सीसीएल, पीएम मुद्रा लोन योजनाओं का लाभ लेकर आगे बढ़ रहे समूहों की गतिविधियों से अवगत कराया। मुख्यमंत्री श्री चौहान, केन्द्रीय वन मंत्री श्री यादव, केन्द्रीय कृषि मंत्री श्री तोमर एवं मध्यप्रदेश के वन मंत्री डॉ. शाह को स्मृति-चिन्ह के रूप में चीतों की तस्वीर भेंट की गई।



पुलवामा
के शहीदों को
विनम्र श्रद्धांजलि

पुलवामा शहीदों का बलिदान याद रखेगा हिंदुस्तान

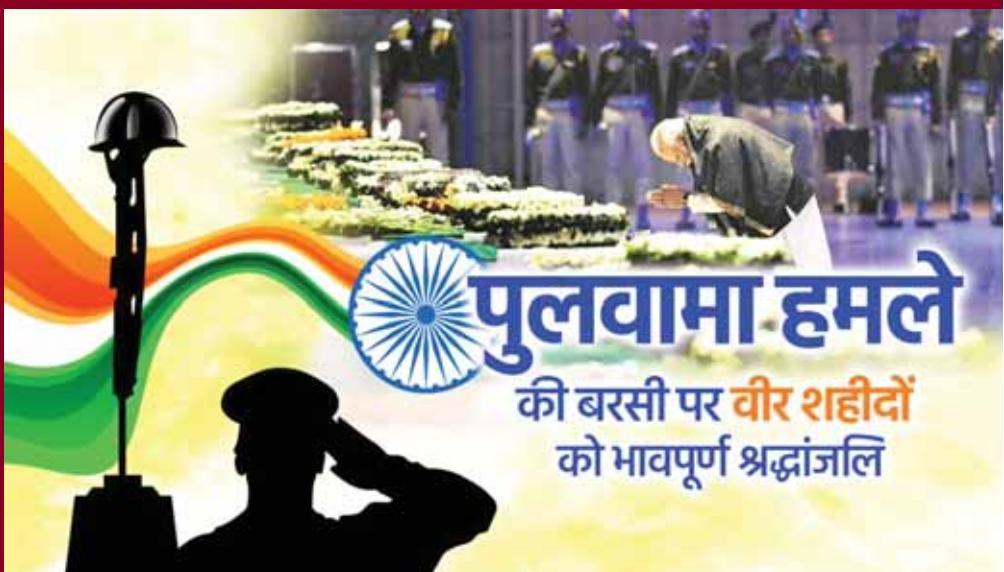
14

फरवरी को सुरक्षा बलों पर सबसे घातक आतंकी हमलों में से एक पुलवामा में 40 भारतीय बहादुर शहीद हो गए थे, जिसने भारत और पाकिस्तान को युद्ध के कगार पर ला दिया था। पाकिस्तान की ओर से कायरतापूर्ण हमले के बाद उस भयावह दिन पर हर भारतीय के आंसू छलक पड़े। 14 फरवरी का दिन इतिहास में जम्मू कश्मीर की एक दुखद घटना के साथ दर्ज है। उस घटना के जख्म आज तक हरे हैं, जब आतंकवादियों ने इस दिन को देश के सुरक्षकर्मियों पर कायराना हमले के लिए चुना। राज्य के पुलवामा जिले में जैश-ए-मोहम्मद के एक आतंकवादी ने विस्फोटकों से लदे वाहन से सीआरपीएफ जवानों की बस को टक्कर मार दी, जिसमें कम से कम 40 जवान शहीद हो गये और कई गंभीर रूप से घायल हुए। तीन साल पहले, सुरक्षा बलों पर सबसे घातक आतंकी हमलों में से एक में 40 भारतीय बहादुर शहीद हो गए थे, जिसने भारत और पाकिस्तान को युद्ध के कगार पर ला दिया था। पाकिस्तान की ओर से कायरतापूर्ण हमले के बाद उस भयावह दिन पर हर भारतीय के आंसू छलक पड़े। पुलवामा हमले का बदला भारत ले चुका है लेकिन सीआरपीएफ की बस पर जो हमला हुआ था उसका दर्द आज भी बना हुआ है। देश आज नम आंखों से पुलवामा के शहीदों को श्रद्धांजलि दे रहा है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने ट्वीट किया, अपने वीर नायकों को हम याद करते हैं जिहें हमने इस दिन पुलवामा में खो दिया था। उन्होंने लिखा, हम उनके सर्वोच्च बलिदान को कभी नहीं भूलेंगे। उनका साहस हमें एक मजबूत और विकसित भारत बनाने के लिए प्रेरित करता है।

हम आपको याद दिला दें कि एक आत्मघाती हमलाकार ने

अपने वाहन को सीआरपीएफ के काफिले में घुसाने के बाद विस्फोट कर दिया था जिससे 40 से ज्यादा सैनिकों की जान चली गई थी। इसके जवाब में भारतीय वायुसेना

के काफिले से एक गाड़ी टकराई और भयंकर धमाके के बाद सड़क पर क्षति-विक्षत शव नजर आने लगे। यह दृश्य ऐसा था कि कोई भी इसे देख नहीं सकता था। देखा जाये



ने पाकिस्तान के बालाकोट में आतंकी शिविरों को निशाना बनाया था।

14 फरवरी, 2019 के दिन को याद करें तो आपको बता दें कि उस दिन गुरुवार था और दोपहर के लगभग 3.30 बजे तक सब कुछ सामान्य रूप से चल रहा था। उस दिन घर पर हुड्डियां बिता कर लौटे सीआरपीएफ के जवान बसों में सवार होकर गाने गाते और एक दूसरे से हँसी मजाक करते हुए श्रीनगर की ओर जा रहे थे कि अचानक कश्मीर के पुलवामा में सीआरपीएफ के जवानों

तो कश्मीर में जवानों पर हुआ तीन दशक का ये सबसे बड़ा हमला था। इस हमले से पूरा देश सदमे में आ गया था।

इस हमले को 20 साल के आतंकवादी आदिल अहमद डार ने अंजाम दिया था। 350 किलो से ज्यादा आदिल अहमद डार ने अपनी गाड़ी को सीआरपीएफ के काफिले की बस से टकरा दिया था। 78 गाड़ियों के काफिले में शामिल 5वीं बस से जब आदिल अहमद डार ने अपनी गाड़ी से टकरा मारी



तो बस के और खुद आदिल अहमद डार के परखच्चे उड़ गये थे। चारों तरफ शवों का ढेर और खून पड़ा हुआ था। टक्कर से हुआ धमाका इतना जबरदस्त था कि कुछ देर के लिए जैसे पूरे इलाके में सत्राया पैदा हो गया। अन्य वाहनों में सवार जवानों ने जब तक होश संभाला तब तक घटनास्थल का पूरा मंजर बेहद खौफनाक हो चुका था। इस हमले में 40 जवान शहीद हो चुके थे और कई गंभीर रूप से घायल हुए थे जोकि अब भी जिंदगी से कई तरह की जंग लड़ रहे हैं। पुलवामा हमले का दृश्य देखकर पूरा देश भावुक और हमले से आक्रोशित था। देखते ही देखते देशभर में लोग सड़कों पर उतर आये थे, युवाओं का खून खौलने लगा था, सभी राजनीतिक दलों ने एकजुटता दिखाई और पाकिस्तान को सबक सिखाने की मांग की, पूरे विश्व ने इस घटना की निंदा की, यही नहीं सीआरपीएफ के जवानों ने भी कई शहरों में कैंडल मार्च निकाला, देश में बढ़ रहे गुस्से को जायज ठहराते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने आश्वस्त किया था कि पुलवामा हमले का बदला लिया जायेगा, उन्होंने कहा कि आतंकवादी बहुत बड़ी गलती कर चुके हैं और इसकी सजा देने के लिए समय तथा स्थान तय करने का अधिकार सेना को दे दिया गया है। प्रधानमंत्री ने साफ कहा था कि सौंगध मुझे इस मिट्टी की मैं देश नहीं छुकने दूँगा।

मोदी सरकार ने एक तरफ सेना को खुली छूट प्रदान की थी तो दूसरी तरफ पाकिस्तान पर राजनीतिक दबाव बढ़ाना भी शुरू कर दिया था, पाकिस्तान से मोस्ट फेवर्ड नेशन का दर्जा भी छीन लिया गया। खुद अमेरिका के तकालीन राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने पाकिस्तान को लताड़ते हुए चेतावनी दी थी कि भारत कुछ बड़ा करने वाला है। उस समय देशभर की निहांें सरकार और सेना के कदम पर लगा हुई थीं। उधर एनआईए और अन्य सुरक्षा एजेंसियां पुलवामा हमले की जाँच में जुट गये थे। देश में चौंकि लोकसभा चुनाव होने वाले थे इसलिए विपक्ष ने पुलवामा हमले को खुफिया विफलता बताते हुए मोदी सरकार को घेरना शुरू कर दिया था और एकाएक राष्ट्रीय सुरक्षा सबसे बड़ा मुद्दा बन चला था।

आखिरकार फरवरी माह में ही 26 तारीख को वह दिन आ गया था जब भारतीय वायुसेना ने पाकिस्तान पर बड़ी कार्रवाई करते हुए बालाकोट में जब्बा टॉप पर स्थित

जैश-ए-मोहम्मद के आतंकवादी कैम्पों को तबाह कर दिया। भारतीय वायु सेना ने बालाकोट में हमले के लिए 12 मिराज-2000 फाइटर जेटों को हमले के लिए भेजा था। 26 फरवरी को तड़के 3.30 बजे 12 मिराज-

की सैर पर भेज रहे थे उस समय कुछ मिराज और सुखोई विमान पाकिस्तानी वायुसेना का ध्यान भटकाने में लगे हुए थे। बहरहाल, पुलवामा हमले को चार साल बीत चुके हैं। इन वर्षों के दौरान भारत सैन्य रूप से और

शहीद दिवस पुलवामा आतंकी हमले में शहीद हुए अमर जवानों को सादर नमज एवं भावपूर्ण श्रद्धांजलि



2000 ने कई एयर बेस से उड़ान भरी थी। ये फाइटर जेट पाकिस्तानी सीमा में घुसे और खैबर पख्तूनख्वा प्रांत के बालाकोट में जैश-ए-मोहम्मद के आतंकी ठिकानों पर बम बरसाना शुरू कर दिया। रिपोर्टों के मुताबिक आतंकवादियों के ठिकानों पर 5 स्पाइस 2000 बम फेंके गये। इसमें से 4 बम उन भवनों पर गिरे थे, जहां आतंकवादी सो रहे थे। हमला करने के बाद भारतीय वायुसेना के सभी विमान अपने एयरबेस पर सुरक्षित लौट आये। इस हमले के दौरान एक खास बात यह रही कि जब मिराज लड़ाकू विमान आतंकवादियों को जनत

ताकतवर ढुआ है और जम्मू-कश्मीर का विशेष राज्य का दर्जा समाप्त कर वहां के हालात को काबू में लाने में सफलता भी मिली है। लेकिन पाकिस्तान है कि मानता नहीं, वह जब-तब सीमा पार से भारत में घुसपैठ करा कर आतंकवाद को बढ़ावा देता रहता है। लेकिन आतंकवादियों को कितना भी प्रशिक्षण मिला हो हमारे जवान उनकी हर हक्कों का जवाब देने के लिए पूरी तरह मुस्तैद हैं। यह भी कहा जा सकता है कि देश ने 14 फरवरी, 2019 को दर्द तो झेला मार कोई छेड़ेगा तो छोड़ेंगे नहीं, की मिसाल भी कायम कर दी है।



तुर्किये और सीरिया में भूकंप भारत को भी सबक लेना चाहिए

भूकंप से तुर्किये और सीरिया में हुए महाविनाश में 20 हजार से भी ज्यादा लोग मरे जा चुके हैं। तुर्किये की भौगोलिक स्थिति के चलते यहां अक्सर भूकंप आते रहते हैं। 1999 में तो यहां भूकंप से 18 हजार से ज्यादा लोगों की मौत हुई थी। तुर्किये और सीरिया में भूकंप से हुई भयानक तबाही को देखने के बाद कुछ समय से भारत के विभिन्न हिस्सों में लगातार लग रहे भूकंप के झटकों को लेकर भी चिंता गहराने लगी है। आईआईटी कानपुर के वैज्ञानिक भारत में भी तुर्किये तेस ही तेज भूकंप की आशंका जता रहे हैं। उनके मुताबिक आगामी एक-दो वर्षों में या एक-दो दशक में कभी भी भारत के कुछ हिस्सों में 7.5 से भी ज्यादा तीव्रता के भूकंप आ सकते हैं। विशेषज्ञों के मुताबिक देश का करीब 59 प्रतिशत हिस्सा विभिन्न तीव्रताओं वाले भूकंप के जाखिम पर है। खासकर दिल्ली-एनसीआर

दि

ली-एनसीआर का इलाका लगातार भूकंप से झटकों से थर्हा रहा है। हालांकि राहत की बात यही है कि बार-बार लग रहे भूकंप के झटकों से अब तक जान-माल का कोई बड़ा नुकसान नहीं हुआ है लेकिन दिल्ली-एनसीआर सहित उत्तर भारत में कई हल्के और मध्यम भूकंप के झटके हिमालय क्षेत्र में किसी बड़े भूकंप की आशंका को बढ़ा रहे हैं। ऐसे में यदि जल्द कोई ठोस कदम नहीं उठाया गया तो वह दिन दूर नहीं, जब दिल्ली-एनसीआर का हाल भी तुर्किये और सीरिया जैसा ही होगा। भूर्गमृथ वैज्ञानिकों का मानना है कि कई छोटे भूकंप बड़ी तबाही का संकेत होते हैं और बार-बार लग रहे भूकंप के झटकों के महेनजर दिल्ली-एनसीआर इलाके में आने वाले दिनों में किसी बड़े भूकंप का अनुमान लगाया जा रहा है। पिछले कुछ दशकों में दिल्ली-एनसीआर की आबादी काफी बढ़ी है और ऐसे में 6 से अधिक तीव्रता का भूकंप यहां तबाही मचा सकता है। भूकंप आने के

तथा निकटवर्ती राज्यों में तो बार-बार भूकंप के झटके लग रहे हैं। दिल्ली-एनसीआर में 3 फरवरी की रात 3.2 तीव्रता के भूकंप के झटके महसूस किए गए थे। 24 जनवरी की दोपहर को तो दिल्ली-एनसीआर सहित कुछ राज्यों में रिक्टर स्केल पर 5.8 तीव्रता के भूकंप के तेज झटके लगे थे। 5 जनवरी की रात दिल्ली-एनसीआर से लेकर जम्मू-कश्मीर तक में 5.9 तीव्रता के भूकंप के झटके महसूस किए गए थे। उससे पहले दिल्ली-एनसीआर में नए साल की शुरुआत भी 3.8 तीव्रता के भूकंप के झटकों के साथ ही हुई थी। नववर्ष याह में तो दिल्ली-एनसीआर में दो बार ऐसे बड़े भूकंप भी आए, जिनमें से एक अति गंभीर श्रेणी का रिक्टर स्केल पर 6.3 तीव्रता का था, जिसका असर उत्तर प्रदेश, उत्तराखण्ड सहित सात राज्यों के अलावा यीन और नेपाल तक महसूस किया गया था।



खतरे को लेकर देश के विभिन्न हिस्सों को कुल पांच जोन में बांटा गया है, जिनमें सर्वाधिक खतरनाक सिस्मिक जोन 5 है और उसके बाद सिस्मिक जोन 4 है। दिल्ली सिस्मिक जोन 4 में आती है और दिल्ली में कुछ क्षेत्र सिस्मिक जोन 4 से भी ज्यादा खतरे वाली स्थिति में हैं। ऐसे में दिल्ली में भूकंप का खतरा हमेशा बना रहता है। एनसीएस के वैज्ञानिकों के मुताबिक दिल्ली को हिमालयी बेल्ट से काफी खतरा है, जहां 8 की तीव्रता वाले भूकंप आने की भी क्षमता है। दिल्ली से करीब दो सौ किलोमीटर दूर हिमालय क्षेत्र में अगर 7 या इससे अधिक तीव्रता का भूकंप आता है तो दिल्ली के लिए बड़ा खतरा है। हालांकि ऐसा भीषण भूकंप कब आएगा, इस बारे में वैज्ञानिकों का कहना है कि इसका कोई सटीक अनुमान लगाना संभव नहीं है। दरअसल भूकंप के पूर्वानुमान का न तो कोई उपकरण है और न ही कोई मैकेनिज्म। विशेषज्ञों के अनुसार दिल्ली में बार-बार आ रहे भूकंप के झटकों से



तुर्की में भूकंप से भारी तबाही

पता चलता है कि दिल्ली-एनसीआर के फॉल्ट इस समय सक्रिय हैं और इन फॉल्ट में बड़े भूकंप की तीव्रता 6.5 तक रह सकती है। इसीलिए विशेषज्ञ कह रहे हैं कि बार-बार लग रहे भूकंप के इन झटकों को बड़े खतरे की आहट मानते हुए दिल्ली को नुकसान से बचने की तैयारियां कर लेनी चाहिए। दिल्ली और आसपास के क्षेत्रों में निरन्तर लग रहे झटकों को देखते हुए दिल्ली हाईकोर्ट भी कई बार कड़ा रुख अपना चुका है। हाईकोर्ट ने कुछ समय पहले भी दिल्ली सरकार, डीडीए, एमसीडी, दिल्ली छावनी परिषद, नई दिल्ली नगरपालिका परिषद को नोटिस जारी करते हुए पूछा था कि तेज भूकंप आने पर लोगों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए क्या कदम उठाए गए हैं? अदालत द्वारा चिंता जताते हुए कहा गया था कि सरकार और अन्य निकाय हमेशा की भाँति भूकंप के झटकों को हल्के में ले रहे हैं जबकि उन्हें इस दिशा में गंभीरता दिखाने की जरूरत है। अदालत का कहना था कि भूकंप जैसी विपदा से निपटने के लिए ठोस योजना बनाने की जरूरत है क्योंकि भूकंप से लाखों लोगों की जान जा सकती है। दिल्ली सरकार तथा एमसीडी द्वारा दाखिल किए गए जवाब पर सख्त टिप्पणी करते हुए अदालत यहां तक कह चुकी है कि भूकंप से शहर को सुरक्षित रखने को लेकर उठाए गए कदम या प्रस्ताव केवल कागजी शेर हैं और ऐसा नहीं दिख रहा कि ऐसेंसियों ने भूकंप के संबंध में अदालत द्वारा पूर्व में दिए गए आदेश का अनुगालन किया हो। दिल्ली-एनसीआर भूकंप के लिहाज से काफी संवेदनशील हैं,

जो दूसरे नंबर के सबसे खतरनाक सिस्मिक जोन-4 में आता है। पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय की एक रिपोर्ट में भी

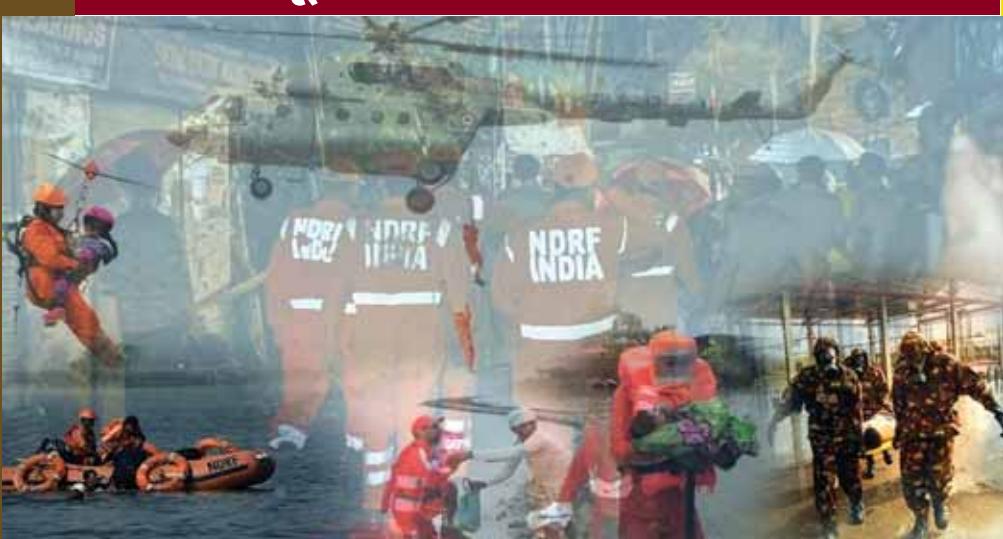
प्रतिवर्ग किलोमीटर दस हजार लोग रहते हैं और कोई बड़ा भूकंप 300-400 किलोमीटर की रेंज तक असर



कहा गया है कि दिल्ली में बनी नई इमारतें 6 से 6.6 तीव्रता के भूकंप को झेल सकती हैं जबकि पुरानी इमारतें 5 से 5.5 तीव्रता का भूकंप ही सह सकती हैं। विशेषज्ञ बड़ा भूकंप आने पर दिल्ली में जान-माल का ज्यादा नुकसान होने का अनुमान इसलिए भी लगा रहे हैं क्योंकि करीब 2.25 करोड़ आबादी वाली दिल्ली में

दिखाता है। बहरहाल, यहां सवाल यह है कि निरन्तर आ रहे भूकंपों के मद्देनजर ऐसे क्या कदम उठाए जाएं, जिससे विकास की गति भी प्रभावित न हो और प्रकृति को भी नुकसान न हो ताकि आने वाले समय में दिल्ली जैसे शहर तुकिये और सीरिया जैसी भयावह त्रासदी ज़ेलने को विवश न हों।

देवदूत बनकर भारत सामने आया



कश्मीर के मुद्दे पर पाकिस्तान का साथ देने वाले तुर्की को इस आपदा की घड़ी में भारत ने हरसंभव मदद का ऐलान किया है। इतिहास उठाकर देखें तो जब जब दुनिया में कोई भी संकट आया हो तो भारत ने अग्रणी बनकर हर मोर्चे पर राहत पहुंचाया है। ताजा मामला तुर्की का ही देख सकते हैं। करीब सौ साल बाद तुर्की में तबाही मची है। वो भी ऐसी जिसने पूरी दुनिया को हिलाकर रख दिया। भूकंप के झटकों से तुर्की और सीरिया का जर्जरा-जर्जरा कांप उठा। इस बीच भारत ने तुर्की की ओर मदद का हाथ बढ़ाया है। लेकिन ये कोई पहला मौका नहीं है 2005 में भूकंप प्रभावित पाकिस्तान हो या स्यामांर में आया चक्रवात। भारत की देवदूत बनकर मदद करने वाली फेहरिस्त बेहद ही लंबी है।

पौधरोपण की गूँज लोकल से ग्लोबल स्तर तक



J

लवायु परिवर्तन तथा ग्लोबल वार्मिंग के दुष्प्रभाव के इस दौर में मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री श्री चौहान द्वारा प्रतिदिन पौध-रोपण से देश-विदेश में मध्यप्रदेश का नाम पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रतिबद्ध एक ब्राण्ड के रूप में स्थापित हुआ है। देश-विदेश में जब संगोष्ठियों, सेमीनारों और पर्यावरणीय विवरण में जलवायु परिवर्तन और ग्लोबल वार्मिंग के प्रभावों की रोकथाम पर महज अकादमिक चर्चा हो रही है, तब श्री शिवराज सिंह चौहान ने इस संबंध में व्यक्तिगत स्तर पर कर्म करने का प्रण लिया। यह प्रण था प्रतिदिन स्वयं पौधा लगाने का और पौधा लगाने के प्रतिदिन के उपक्रम में लोगों को जोड़ने का। आज से दो साल पहले मुख्यमंत्री श्री चौहान ने माँ नर्मदा के उद्धम स्थल अमरकंटक में 19 फरवरी 2021 को नर्मदा जयंती के अवसर पर प्रतिदिन पौधा लगाने की जो शुरूआत की उसे वे दो वर्ष बाद भी निरंतर रखे हुए हैं। सर्दी, गर्मी, बरसात जैसे मौसम के बदलाव हों या स्वयं के स्वास्थ्य की समस्याएँ, या फिर मुख्यमंत्री के दायित्व निर्वहन की व्यस्तताएँ और प्रदेश व प्रदेश के बाहर के प्रवासों की उलझनें, कोई भी स्थिति उहें प्रतिदिन पौध-रोपण के अपने प्रण से डिगा नहीं पाई। श्री चौहान ने इन दो वर्षों के 730 दिनों में लगभग 2200 पौधे लगाए। पौधे लगाने की गतिविधि का विस्तार भोपाल सहित प्रदेश के कई कस्बों और शहरों से लेकर देश के 12 राज्यों तक हुआ। अब स्थिति यह है कि मुख्यमंत्री श्री चौहान के साथ प्रतिदिन कई सामाजिक संगठन और व्यक्ति, स्व-प्रेरणा से पौध-रोपण कर रहे हैं। यहीं वजह है कि बिन्दु से आरंभ हुआ सामाजिक सरोकार का यह प्रयास सिंधु बनने की ओर निरंतर अग्रसर है।

मुख्यमंत्री श्री चौहान, मुख्यमंत्री होने के साथ-साथ जन-जन के सर्वमान्य नेता, प्रदेश के बच्चों के मामा, बहनों के भाई और प्रदेश के परिवेश में रख-बसे जनयात्रक हैं। प्रदेशवासियों पर उनकी हर अपील का आत्मीय प्रभाव होता है। श्री चौहान ने पौध-रोपण के अपने प्रण से जन-जन को जोड़ने के लिए लोगों को अपने जीवन के महत्वपूर्ण अवसरों जन्मदिवस, विवाह वर्षगांठ तथा अपने परिजनों की स्मितियों को अशुण बनाए रखने के लिए उनकी पुण्य-तिथि पर पौधे लगाने का आहवान किया है। उनके आहवान के परिणामस्वरूप राजधानी भोपाल सहित पूरे प्रदेश में पौध-रोपण की गतिविधि को विस्तार मिला।

देश-तुनिया जब कोरोना से प्रभावित थी तब भी उस काल में कोरोना से बचाव की सावधानियों के साथ पौध-रोपण जारी रहा। कोरोना के नियंत्रण में आने के साथ ही, जनवरी 2022 से श्यामला हिल्स स्थित स्मार्ट सिटी उद्यान में मुख्यमंत्री के साथ अपने जन्मदिवस, विवाह वर्षगांठ या

फोटो अपलोड करने के साथ ही चयनित लोगों को प्राण वायु अवार्ड से सम्मानित करने की व्यवस्था भी है। मुख्यमंत्री श्री चौहान स्वयं के द्वारा किये गये पौध-रोपण से प्रदेशवासियों को भी इस महत्वपूर्ण और मानवसेवी गतिविधि से जोड़ने में सफल हुए हैं। यहीं नहीं एक राज्य



'संकल्प' के 2 साल

परिजनों की स्मृति में पौधे लगाने के लिए अपने बाले लोगों की संख्या बढ़ती चली गई। जनवरी 2022 से अब तक लगभग 1600 से अधिक व्यक्तियों ने उनके साथ पौधे लगाए। इस तरह श्री चौहान का व्यक्तिगत प्रण, समाज का प्रण बन गया।

पर्यावरण संरक्षण के पावन कार्य में जन-सहभागिता बढ़ाने के उद्देश्य से प्रदेश में मुख्यमंत्री श्री चौहान ने एक और नई पहल की है। यह पहल है विश्व पर्यावरण दिवस 05 जून 2021 से आरंभ किया गया प्रदेशव्यापी अंकुर कार्यक्रम। कार्यक्रम की अनूठी बात यह है कि लोग पौधा लगाकर पर्यावरण संरक्षण के महायज्ञ में अपने योगदान को डिजिटल स्वरूप में सुरक्षित रख सकते हैं। इसके लिए वायुदूत एप पर रजिस्ट्रेशन कराकर स्वयं के द्वारा लगाए गए पौधे की फोटो अपलोड करने की व्यवस्था है। पौधा लगाने के बाद उसकी देख-रेख की जिम्मेदारी सुनिश्चित करने के लिए प्रतिभागियों के लिए निश्चित समयावधि के बाद पुनः

के मुख्यमंत्री द्वारा स्वयं प्रतिदिन पौध-रोपण और फिर उसमें जन-सहभागिता से देश-विदेश में मध्यप्रदेश, पर्यावरण-संरक्षण के लिए एक संवदेनशील और प्रतिबद्ध ब्राण्ड के रूप में स्थापित हुआ है। श्री चौहान ने प्रत्येक प्रमुख अवसर पर अपने पौध-रोपण के प्रण को पूरी प्रभावशीलता के साथ प्रकट किया। राष्ट्रपति श्रीमती द्वौपदी मुर्मु ने स्वयं भोपाल के स्मार्ट सिटी उद्यान में बरगद का पौधा लगाया। राज्यपाल श्री मंगुआर्ड पटेल, मुख्यमंत्री श्री चौहान तथा केंद्रीय जनजातीय कार्य मंत्री श्री अर्जुन मुंडा भी राष्ट्रपति के साथ पौध-रोपण में शामिल हुए और पीपल तथा कचनार के पौधे लगाए। राष्ट्रपति श्रीमती मुर्मु द्वारा मध्यप्रदेश की पावन धरती पर पौध-रोपण के लिए उनका आभार मानते हुए मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा था कि इससे हमारे उस अभियान को बल मिला है, जो हर व्यक्ति को महत्वपूर्ण अवसर पर पौधे लगाने के लिए प्रेरित करने के उद्देश्य से संचालित किया जा रहा है।

म०प्र. पुलिस की डायल-100 सेवा आम लोगों को त्वरित एवं प्रभावी सहायता पहुंचाने का एक सहज माध्यम

● गूंज न्यूज नेटवर्क

बा

ल भवन सभागार में ग्वालियर एवं चंबल जोन के समस्त थाना प्रभारियों एवं सह थाना प्रभारियों का एक तिवसीय डायल 100 विषय पर सेमीनार का आयोजन किया गया। जिसका शुभारंभ अति. पुलिस महानिदेशक ग्वालियर जोन श्री डी.श्रीनिवास वर्मा, भापुसे द्वारा पुलिस अधीक्षक ग्वालियर श्री अमित सांवा, भापुसे, अति. पुलिस अधीक्षक शहर दक्षिण/यातायात श्री मोती उर रहमान, भापुसे एवं पुलिस अधीक्षक रेडियो ग्वालियर जोन श्री विनायक शर्मा की उपस्थिति में दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ किया गया। पुलिस अधीक्षक रेडियो द्वारा पुष्पगुच्छ देकर वरिष्ठ अधिकारियों को स्वागत किया गया एवं स्मृति चिन्ह प्रदान किये गये। अति. पुलिस महानिदेशक ग्वालियर जोन द्वारा अपने उद्घोषन में डॉयल-100 की कार्यप्रणाली पर प्रकाश डालते हुए डॉयल 100 को त्वरित एवं प्रभावी सहायता पहुंचाने का माध्यम बताते हुए इसके कुशल संचालन के संबंध में बताया गया। उनके द्वारा भविष्य में डॉयल 100 के माध्यम से जुड़ने वाली अन्य जन कल्याणकारी गतिविधियों के बारे में भी बताया गया। एडीजीपी



ग्वालियर जोन ने इस अवसर पर कहा कि डॉयल 100 सेवा से पुलिस व्यवस्था में बहुत लाभ हुआ है इसके आने से गंभीर अपराधों में कमी आई है साथ ही आमजन को भी त्वरित पुलिस सहायता प्राप्त हो रही है। पुलिस अधीक्षक ग्वालियर ने उपस्थित पुलिस अधिकारियों को संबोधित करते हुए कहा कि डॉयल 100 सेवा के प्रारम्भ होने पुलिस की छवि में सुधार आया है क्योंकि डॉयल

100 के रिस्पोन्स टाइम की बजह से पुलिस की उपस्थित किसी भी घटना के समय तत्काल होती है जिससे आमजन में पुलिस के प्रति विश्वास बढ़ा है और अपराधों में कमी परिलक्षित हुई है। डॉयल 100 सेवा को देश में पहली बार म०प्र० में शुरू किया गया था और इसकी उपयोगिता को देखते हुए अन्य प्रदेश की पुलिस भी अपने यहां प्रारम्भ कर रही है या कर चुकी है।

किसी भी लॉटरी निकलने या फी गिफ्ट के चक्रकर में नहीं पड़े: राजेश डण्डोत्तिया

● गूंज न्यूज नेटवर्क

रा

जा मान सिंह तोमर संगीत महाविद्यालय ग्वालियर में गुरुवार को स्टूडेंट एवं महाविद्यालय के स्टाफ को वर्तमान समय में होने वाले साइबर अपराध के संबंध में ग्वालियर पुलिस ने जागरूक किया। जागरूकता कार्यक्रम के दौरान महाविद्यालय सभागार में 200 स्टूडेंट एवं विद्यकारण उपस्थित रहे।

अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक शहर (पूर्व/अपराध) राजेश डण्डोत्तिया ने वर्तमान समय में पुलिस के समक्ष आने वाली सायबर क्राईम संबंधी शिकायतों को भी साझा किया। उनके द्वारा उपस्थित स्टूडेंट को ऑनलाइन फॉड से बचाव के तरीकों से भी अवगत कराया गया और बताया गया कि मोबाइल पर आने वाले किसी भी अंजान वीडियो काल या मैसेज लिंक को खोलकर न देखे और न ही अपनी व्यक्तिगत या बैंक संबंधी जानकारी किसी को दें। उन्होंने बताया कि आजकल साइबर फॉड करने वाले लोग बिजली बिल के भुगतान संबंधी मैसेज भेजकर, क्रेडिट कार्ड/क्रेडिट कार्ड का उपयोग करते समय बहुत सावधानी रखनी चाहिए और अपना पिन



किसी भी लॉटरी निकलने या फी गिफ्ट के चक्रकर में नहीं पड़ना चाहिए और न ही किसी अंजान लिंक पर क्लिक करना चाहिए। एटीएम या क्रेडिट कार्ड का उपयोग करते समय बहुत सावधानी रखनी चाहिए और अपना पिन

नम्बर या ओटोटीपी किसी भी अंजान व्यक्ति के साथ शेयर नहीं करना चाहिए। यदि आपके साथ कोई फॉड हो जाता है तो तत्काल इसकी शिकायत पुलिस की साइबर क्राईम सेल में करनी चाहिए।

शासकीय अधिकारी और कर्मचारी अपने दायित्वों का निष्ठापूर्वक करें निर्वहन: कलेक्टर

● गूंज न्यूज नेटवर्क

शा सकीय अधिकारी और कर्मचारी मेरे परिवार के सदस्य हैं। सभी लोग अपने पारिवारिक दायित्वों के साथ ही शासकीय दायित्वों का भी निष्ठापूर्वक निर्वहन करें। सरकार हमें हर माह शासकीय कार्य करने का वेतन देती है, जिससे हमारा धर-परिवार चलता है। इस बात को सभी अधिकारी और कर्मचारियों को हमेशा ध्यान में रखना चाहिए। कलेक्टर



अक्षय कुमार सिंह ने कलेक्ट्रेट कार्यालय के जनसुनवाई कक्ष में कलेक्ट्रेट कार्यालय में सभी विभागीय अधिकारियों और कर्मचारियों से सीधे संवाद करते हुए यह बात कही।

कलेक्टर सिंह ने कहा कि सभी शासकीय अधिकारी और कर्मचारी मेरे लिये और सरकार के लिये महत्वपूर्ण है। हम लोग शासन की योजनाओं और कार्यक्रमों का लाभ आम जनों को समय पर मिले, इसके लिये कार्य करते हैं। हमारे द्वारा कोई भी लापरवाही बरती जाती है तो उसका सीधा असर शासन-प्रशासन पर जाता है। हम सबको अपने दायित्वों का निर्वहन पूरी निष्ठा के साथ करना चाहिए। उन्होंने कहा कि सभी अधिकारी और कर्मचारी निर्धारित समय पर अपने दायित्व स्थल पर पहुँचें और सीधे गए दायित्वों का निर्वहन करें।

कलेक्टर अक्षय कुमार सिंह ने अधिकारियों और



कलेक्टर ने ग्वालियर सिविल अस्पताल का किया निरीक्षण

सिविल अस्पताल ग्वालियर में आने वाले मरीजों को और बेहतर सुविधायें उपलब्ध कराने के लिये रिशेशन काउंटर को आधुनिक बनाया जाए। काउंटर पर आने वाले व्यक्ति की सभी समस्याओं का निदान तत्परता हो, ऐसा प्रबंधन किया जाए। कलेक्टर अक्षय कुमार सिंह ने गुरुवार को अस्पताल का निरीक्षण करते हुए यह निर्देश संबंधित चिकित्सकों और प्रबंधकों को दिए। निरीक्षण के दौरान मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. मनीष शर्मा सहित चिकित्सक उपस्थित थे। कलेक्टर अक्षय कुमार सिंह ने अस्पताल निरीक्षण के दौरान यह भी निर्देश दिए हैं कि अस्पताल में एक कंट्रोल रूम भी गठित किया जाए। इसके साथ ही कंट्रोल रूम में ही माइक सिस्टम स्थापित हो, जिसकी आवज अस्पताल के कोरीडोर में सुनाई दे। उन्होंने मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. मनीष शर्मा से अस्पताल संचालन और व्यवस्थाओं के संबंध में विस्तार से जानकारी ली।

कर्मचारियों से संवाद करते हुए कहा कि सभी अधिकारी और कर्मचारी नियमित डायरी में अपना प्रतिदिन का कार्य लिखें और उसका अध्ययन कर यह भी आंकलन करें कि उनको सौंपे गए दायित्वों का उन्होंने कितना पालन किया है। शासकीय कार्य अच्छा करने वाले अधिकारियों और कर्मचारियों को पुरस्कृत भी किया जाता है। लेकिन गलत कार्य करने वालों को दण्ड का भागी बनना पड़ता है। हम सबका प्रयास होना चाहिए कि हम ऐसा कोई कार्य न करें, जिससे हमें दंडित होना पड़े। कलेक्ट्रेट कार्यालय में अधिकारियों और कर्मचारियों से संवाद करते समय एडीएम श्री एच बी शर्मा, सभी अनुविभागीय अधिकारी राजस्व, अन्य विभागीय अधिकारी और कर्मचारी उपस्थित थे।





खिलाड़ियों ने धड़काया हिन्दुस्तान का दिल

मु

ख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा है कि मध्यप्रदेश में खिलाड़ियों को भरपूर सुविधाओं के साथ सम्मान भी दिया जाएगा। खेलो इंडिया में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ी एक पृथक कार्यक्रम में पुरस्कृत और सम्मानित किए जाएंगे। पिछले खेलो इंडिया गेम्स में देश में 8वें क्रम पर रहने वाले मध्यप्रदेश ने अब तीसरे क्रम पर स्थान बनाया है। यह गर्व और गौरव का विषय है। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में देश में प्रत्येक क्षेत्र में विकास हुआ है। इसमें खेल क्षेत्र भी शामिल है। खेलों के लिए बजट राशि बढ़ाई गई है। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने इन खेलों के आयोजन के लिए मध्यप्रदेश पर भरोसा किया। मध्यप्रदेश उमंग और उत्साह में डूबा रहा। खिलाड़ियों ने जोश दिखाया और हिन्दुस्तान का दिल धड़काया। मध्यप्रदेश में 13 दिन खेलमय बातचरण था। मुख्यमंत्री श्री चौहान आज शाम भोपाल के बोट क्लब पर खेलो इंडिया यूथ गेम्स 2022 के समापन समारोह को संबोधित कर रहे थे।

मुख्यमंत्री श्री चौहान ने मैडल प्राप्त करने वाले और भागीदारी करने वाले खिलाड़ियों को बधाई देते हुए कहा कि खेलो इंडिया में ओवर ऑल चेम्पियन महाराष्ट्र विशेष बधाई का पात्र है। हरियाणा दूसरे स्थान पर रहा है। मध्यप्रदेश भी तीसरे क्रम पर आया है। मध्यप्रदेश, हरियाणा से थोड़ा ही पीछे रहा। मध्यप्रदेश ने 39 स्वर्ण पदक प्राप्त किए। एक समय मध्यप्रदेश का खेलों में कोई विशेष नाम नहीं था। श्री देव कुमार मीणा ने राष्ट्रीय रिकार्ड बनाया है। खेलो इंडिया में 40 प्रतिशत बेटियों की भागीदारी महत्वपूर्ण है। मलखम्ब, एथलीट और वाटर



स्पोर्ट्स में मध्यप्रदेश का उत्कृष्ट प्रदर्शन रहा। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि 19 वर्ष से कम आयु के खिलाड़ियों के लिए खेलो इंडिया यूथ गेम्स प्रोत्साहनकारी रहे। अब इन खेलों में सफल हुए खिलाड़ियों को अपनी मजिल की ओर बढ़ना है। इनकी मजिल अब एशियाड, कॉमनवेल्थ गेम्स और ओलंपिक हैं। इन सभी में खिलाड़ियों को पदक जीतना है। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि मध्यप्रदेश की खेल मंत्री श्रीमती यशोधरा राजे सिंधिया, स्पोर्ट्स एथरटी ऑफ इंडिया और खेल विभाग की संपूर्ण टीम बधाई की पार है। खिलाड़ियों ने जोश, जिद और जुनून का परिचय दिया है। मुख्यमंत्री श्री चौहान

ने खिलाड़ियों को निरंतर विजय प्राप्त करने के लिए शुभकामनाएँ दीकेंद्रीय खेल, युवा कार्य और सूचना प्रसारण मंत्री श्री अनुराग ठाकुर ने कहा कि मध्यप्रदेश में हुए खेलो इंडिया यूथ गेम्स में अनेक रिकॉर्ड टूटे हैं। खिलाड़ियों ने उत्कृष्ट प्रदर्शन किया है। मुख्यमंत्री श्री चौहान और उनकी पूरी टीम बधाई और धन्यवाद की पात्र है। श्री ठाकुर ने कहा कि बेटियों ने खेलों में कमाल कर दिखाया है। इन खिलाड़ियों ने अनेक अंतर्राष्ट्रीय स्पर्धाओं में पदक के दावेदार होने का प्रमाण दिया है। मध्यप्रदेश में खेलो इंडिया गेम्स के लिए बहुत अच्छी व्यवस्थाएँ की गईं। युवा खिलाड़ियों को प्रतिभा दिखाने का मंच मिला। प्रधानमंत्री श्री मोदी के नेतृत्व में खेलों के आयोजन से खेल क्षेत्र की प्रतिभाएँ आगे आ रही हैं। निर्धन परिवारों से आए खिलाड़ियों ने श्रेष्ठ प्रदर्शन किया है। यह आवश्यक है कि सरकार, समाज और कॉर्पोरेट घराने, खेल संस्थाएँ और फेडरेशन के साथ मिल कर खेलों को प्रोत्साहन देने का कार्य करें। सहयोग राशि भी खेल गतिविधियों के लिए दी जानी चाहिए। केन्द्रीय मंत्री श्री ठाकुर ने विभिन्न खेलों में बेहतरीन प्रदर्शन करने वाली बेटियों और अन्य खिलाड़ियों का अलग-अलग उल्लेख भी किया। इन खेलों में 5 हजार 800 खिलाड़ियों की भागीदारी के साथ ही व्यवस्थाओं से जुड़े अधिकारियों को मिला कर करीब 10 हजार लोग शामिल हुए। मध्यप्रदेश में यह आयोजन बहुत सफल रहा। मध्यप्रदेश की खेल एवं युवा कल्याण मंत्री श्रीमती यशोधरा राजे सिंधिया ने कहा कि वर्ष 2014 में मुख्यमंत्री श्री चौहान ने मलखम्ब जैसे खेलों को महत्व देते हुए राज्य खेल के रूप में पहचान दिलाने का कार्य किया।



प्रदेश में सुगम यातायात और नागरिक सुरक्षा के लिए लगातार हो रहा काम

प्र

देशवासियों को सुगम और सुरक्षित यातायात उपलब्ध कराना राज्य शासन की प्राथमिकता है। सुगम मार्ग उपलब्ध कराने की पहली इकाई होने से लोक निर्माण विभाग का लक्ष्य मध्य प्रदेश को सड़कों के निर्माण में आत्म-निर्भर बनाना और सड़क दुर्घटनाओं की रोकथाम करना है। इस उद्देश्य से मध्यप्रदेश में गत वर्ष विशेष प्रयास किए गए हैं। प्रदेश से गुजरने वाले राष्ट्रीय राजमार्ग और मुख्य मार्गों में ब्लॉक स्पॉट को एक वर्ष में समाप्त करने का लक्ष्य रखा गया है। शरणों में बढ़ते हुए यातायात के दबाव को कम करने के लिए 5 बड़े शहर भोपाल, इंदौर, जबलपुर, ग्वालियर और सांगर में रिंग रोड का निर्माण करना भी इसी की एक कड़ी है। सड़क दुर्घटनाओं को चिन्हित करने और नियंत्रित करने में लोक निर्माण विभाग द्वारा शार्ट टर्म और लॉन्ग टर्म दोनों प्रयोग किए जा रहे हैं। सड़कों का चौड़ीकरण, ज्योमेट्रिक विजन साइन बोर्ड का निर्माण नागरिकों को सुरक्षित यातायात उपलब्ध कराने में सहायक होगा। साथ ही राष्ट्रीय राजमार्ग पर स्थापित टोल नाकों पर प्राथमिक उपचार और एंबुलेंस की व्यवस्था भी अनिवार्य की गई है। मध्यप्रदेश में सड़क यातायात को सुगम तथा आधुनिक बनाने की दिशा में जो कदम उठाए गए हैं उनमें मुख्य राष्ट्रीय राजमार्गों का निर्माण प्राथमिकता के साथ किया जा रहा है। वर्तमान में प्रदेश में राष्ट्रीय राजमार्गों की कुल लंबाई 8853 किलोमीटर, राजमार्ग 11 हजार 389 किलोमीटर, जिला मार्ग 23 हजार 401 किलोमीटर सहित प्रदेश में कुल सड़कों की लंबाई 70 हजार 956 किलोमीटर है। साथ ही प्रधानमंत्री ग्रामीण सड़क और मुख्यमंत्री सड़क योजना में लगभग 80 हजार किलोमीटर से अधिक सड़कों का निर्माण कराया गया है। गत 4 वर्षों में देखें तो मध्यप्रदेश में 23 हजार 394 करोड़ रुपए की लागत से 10 हजार 195

किलोमीटर नवीन सड़कें और 459 पुलों का निर्माण कर रिकॉर्ड स्थापित किया गया है। वर्तमान में 5022 करोड़ रुपये से 789 वृद्ध और मध्यम पुल, रेलवे ओवर ब्रिज

अटल प्राति-पथ, राजस्थान, मध्यप्रदेश और उत्तर प्रदेश को जोड़ने वाली 404 किलोमीटर लंबी परियोजना है। सरकार की भारतमाला परियोजना का हिस्सा अटल पृष्ठीय-पथ

बन जाने से ग्वालियर - चंबल अंचल के आर्थिक विकास को नई गति मिलेगी।

राज्य सरकार द्वारा प्रदेश की जीवनदायिनी माँ नर्मदा नदी के उद्भव स्थल और गुजरात में प्रवेश के

सुगम होनी यातायात की राह विकास को मिलेगी तेज दफ्तार

मध्यप्रदेश ने यातायात और परिवहन को दफ्तार देने के लिए

मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह दोहान के नेतृत्व में कई दूरदर्शी फैसले लिए गए हैं।

नर्मदा एक्सप्रेस-वे

- नर्मदा एक्सप्रेस-वे से सुलेगा मध्यप्रदेश की इगति का मार्ग
- सड़क के दोनों ओर विकसित होने वाली इंडस्ट्रियल फैसला
- आधुनिक कृषि उत्पादनी क्षेत्र भी किए जाएंगे विकसित

और फलाई ओवर ब्रिज का निर्माण किया जा रहा है। प्रदेश में सड़कों सहित अन्य निर्माण कार्यों की गुणवत्ता पर नियंत्रण रखना राज्य शासन की पहली प्राथमिकता रही है। स्टेट लेवल क्लालिटी कंट्रोल सेल का गठन कर कार्यालय यंत्री और अधिकारियों को निर्माण कार्यों की गुणवत्ता निर्धारण का दायित्व दिया गया है। रोड और मैनेजमेंट सिस्टम द्वारा राजमार्ग और एम.डी.आर. मार्गों का 10 हजार किलोमीटर का डाटा संग्रहण भी किया गया है, जो सड़कों के संधारण में महत्वपूर्ण साबित हो रहा है। सड़कों के निर्माण से प्रदेश के आर्थिक विकास को गति मिल सके, इसके लिए मध्यप्रदेश में दो महत्वाकांक्षी परियोजनाएँ अटल प्राति-पथ और नर्मदा एक्सप्रेस-वे का निर्माण किया जाना है।

अंतिम बिंदु तक नर्मदा एक्सप्रेस-वे बनाए जाने का महत्वाकांक्षी निर्णय लिया गया है। होरिजॉन्टल इंडस्ट्रियल बैकबोन के रूप में पहचान बनाने वाले नर्मदा एक्सप्रेस-वे से प्रदेश के 10 जिलों अनूपपुर, डिंडोरी, जबलपुर, नरसिंहपुर, रायसेन, सीहोर, देवास, इंदौर, धार और झाबुआ जुड़ सकेंगे। इसके दोनों ओर धार्मिक पर्यटन के साथ औद्योगिक गतिविधियों को विकसित किए जाने का लक्ष्य है। राज्य सरकार इन सभी कार्यों को समय-सीमा में पूर्ण कर प्रदेशवासियों को इनका लाभ दिलाने के लिए लगातार प्रयासरत है। नागरिकों को सुगमता के साथ सुरक्षित यातायात मिल सके, इसी भाव के साथ राज्य सरकार अपनी सड़क परियोजनाओं को अंतिम रूप दे रही है।



मप्र में एमबीबीएस की सीटें 2055 से बढ़ कर 3700 होंगी सतना मेडिकल कॉलेज स्वास्थ्य सुविधाओं में मील का पत्थर बनेगा



द्विय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह एवं मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने सतना मेडिकल कॉलेज का लोकार्पण किया। समारोह में 43 एकड़ में विस्तारित तथा 550 करोड़ रुपये से निर्मित मेडिकल कॉलेज भवन परिसर का लोकार्पण किया गया। इस अवसर पर केंद्रीय गृह मंत्री श्री शाह ने कहा कि देश में स्वास्थ्य के क्षेत्र को समग्र विकास (हॉलोस्टिक अप्रोच) की अवधारणा पर बढ़ाया जा रहा है। सबसे पहले स्वच्छता अभियान चलाकर आम जनमानस में एक संस्कार डालने की शुरुआत की गई। इसके बाद योग, प्रधानमंत्री आयुष्मान भारत योजना, फिट इंडिया, खेलो इंडिया, इंद्रधनुष अभियान, पोषण अभियान और हेल्थ एंड वेलनेस सेंटर के माध्यम से स्वास्थ्य सेवाओं को नया स्वरूप देकर स्वास्थ्य सेवाओं को गाँव-गाँव तक पहुंचाने का प्रयास किया गया है।

केंद्रीय गृह मंत्री श्री शाह ने कहा कि भगवान श्री राम की पावन धरा विन्ध्य के सतना में मेडिकल कॉलेज की स्थापना चिकित्सा शिक्षा के क्षेत्र में मील का पत्थर साबित होगी। सतना मेडिकल कॉलेज में रोगियों को महानगरों की तरह उपचार की सभी सुविधाएँ मिलेंगी। अब इस केंद्रीय के बच्चों को मेडिकल की पढ़ाई के लिये बाहर जाने की जरूरत नहीं होगी। एमबीबीएस के साथ-साथ एमडी और एमएस की सीटें भी बढ़ाई जा रही हैं। देश में 22 नये एम्स अस्पताल बनाये गये हैं। मध्यप्रदेश में एमबीबीएस की 2055 सीटें उपलब्ध थीं, जो शीघ्र ही बढ़कर 3700 हो जायेंगी। राज्य सरकार ने दमोह, छतरपुर और सिवी में भी मेडिकल कॉलेज खोलने का संकल्प लिया है। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि सतना का मेडिकल कॉलेज स्वास्थ्य सुविधाओं के लिये मील का पत्थर साबित होगा। इससे संबद्ध चिकित्सालय का शीघ्र निर्माण आरंभ किया जायेगा। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में अब गौवशाली, समृद्धशाली और शक्तिशाली भारत का निर्माण हो रहा है।

भारत विश्व गृह बनने की ओर अग्रसर है। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि विन्ध्य क्षेत्र में सड़कों का जाल बिछाया गया है। भोपाल से विदिशा, सांगर, दमोह, कटनी, रीवा होकर सिंगराली तक विन्ध्य एक्सप्रेस-वे बनाया जायेगा। इसमें औद्योगिक क्षेत्र विकसित किया जायेगा। सतना शहर में स्मार्ट

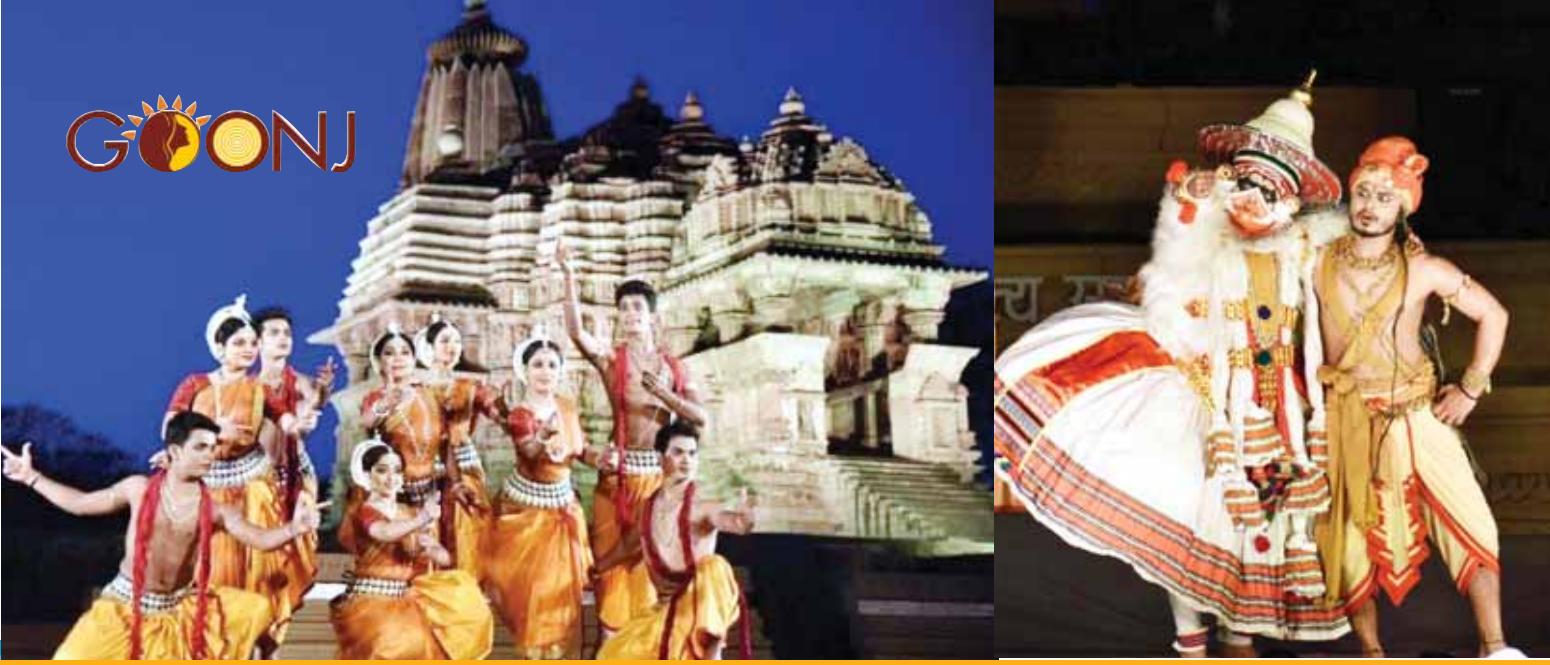
कॉलेज शुरू करने के प्रयास होंगे। उन्होंने कहा कि मेडिकल कॉलेज सतना सर्व-सुविधायुक्त आधुनिक चिकित्सा प्रणाली वाला मेडिकल कॉलेज होगा। यह सुपर स्पेशलिटी के प्रावधान को पूरा करेगा। सांसद गणेश सिंह ने कहा कि सतना के लिये आज का दिन ऐतिहासिक है। यहाँ के लोग इससे



सिटी प्रोजेक्ट से 940 करोड़ रुपये के कार्य कराये जा रहे हैं। शीघ्र ही सतना बदले हुए स्वरूप में दिखेगा और महानगरों की श्रेणी में शामिल होगा।

चिकित्सा शिक्षा मंत्री श्री विश्वास सारंग ने कहा कि आज का दिन सतना वासियों के लिये गौरव का दिन है। वर्ष 2003 से पूरे प्रदेश में मेडिकल कॉलेजों की सीमित संख्या को बढ़ाने का प्रयास किया जा रहा है। अब प्रदेश में 14 शासकीय मेडिकल कॉलेज स्थापित हो गये हैं। शीघ्र ही अन्य मेडिकल कॉलेज का लोकार्पण किया जायेगा। प्रधानमंत्री श्री मोदी के संकल्प को पूरा करते हुए हर जिले में मेडिकल

पहले इलाज कराने जबलपुर और नागपुर जाते थे। अब उन्हें सतना में ही मेडिकल कॉलेज में जटिल रोगों के इलाज की सुविधा मिलेगी। उन्होंने कहा कि इलाज में 600 बिस्तर के अस्पताल की स्वीकृति प्रदान करने और सतना मेडिकल कॉलेज को एम्स दिल्ली के नियंत्रण में लिये जाने की मांग भी रखी। साथ ही चित्रकूट अंचल के मझगांव में अर्द्ध-सैनिक बलों के प्रशिक्षण केंद्र खोलने का भी सुझाव दिया। महापौर श्री गोगेश ताम्रकर ने मेडिकल कॉलेज के समीप अपनी निजी भूमि में एक करोड़ रुपये की लागत से रोगियों के परिजन के लिये आश्रय-स्थल बनाने की घोषणा की।



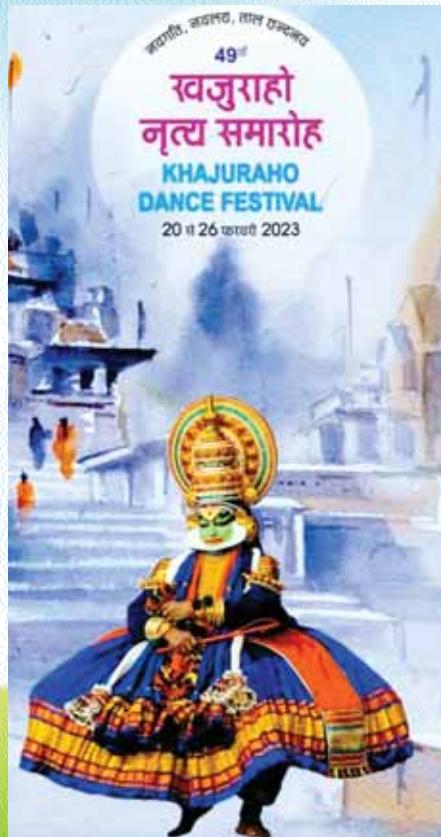
नृत्य की लय गतियों में खजुराहो में आनंद की अनुभूति

खजुराहो की धरती पर धुंधरुओं का कलरव

स

मारोह की शुरूआत आकाश मलिक एवं रुद्र प्रसाद राय की कथकली एवं समकालीन नृत्य की युगल प्रस्तुति से हुई। आकाश और रुद्र की जोड़ी ने इस नृत्य में भीम और हनुमान के संवाद की लीला को पेश किया। भीम को अपने बलशाली होने पर अभिमान होता है, जिसे बुर्जुग हनुमान ध्वनि करते हैं। महाभारत की यह कथा सभी ने सुनी और पढ़ी है। हनुमानजी जंगल में बैठे तपस्यारत हैं भीम उनकी तपस्या को बाधित करते हैं, अपने को बलशाली होने का भीम को घमंड है, जिसे हनुमानजी तोड़ देते हैं। आकाश ने इस नृत्य संयोजन में हनुमान और रुद्र ने भीम की भूमिका में बढ़िया नृत्याभिनय किया है। कर्नाटकीय संस्कृत निष्ठ गीत संगीत से सजी इस प्रस्तुति में आकाश ने कथकली और रुद्र ने समकालीन नृत्यभावों के जरिये दर्शकों पर अपनी छाप छोड़ी। शाम की दूसरी प्रस्तुति प्रख्यात ओडिसी नृत्यांगना शाश्वती गराई घोष के ओडिसी नृत्य की थी। खजुराहो के मंच पर उन्होंने जय देवा हरे नृत्य रचना से अपने नृत्य की शुरूआत की। कृष्ण कहें या भगवान विष्णु अथवा राम उन्होंने का महिमा गान इस प्रस्तुति की भावभूमि में था। वास्तव में यह एक शुभ नृत्य था जो हमारी चेतना के साथ प्रतिष्ठित होता है। नृत्य रचना खुद शाश्वती की गढ़ी हुई थी, संगीत निर्देशन

खजुराहो नृत्य समारोह में विभिन्न शैलियों के नृत्यों को अपनी देह में समाए नर्तक और नर्तकियाँ जब खजुराहो के विस्तीर्ण मंच पर देह गतियों से प्रस्तुत करते हैं तो हर तरफ आनन्द छा जाता है। समारोह के पाँचवे दिन भी कथकली, कथक और भरतनाट्यम के वैभव की चमक दमक में रसिक आनंदित होते रहे। समकालीन नृत्यभावों के जरिये सभी कलाकारों ने दर्शकों पर अपनी छाप छोड़ी। विश्व धरोहर खजुराहो मंदिर वास्तव में हमारी अमूल्य धरोहर हैं जहाँ पुरातन वैभव संजोया गया है। ऐसी जगह जब कोई नृत्यकार या नर्तक धुंधरु बाँधकर लय के साथ एकाकार होता है तो कुदरत भी उसके साथ झूमने को आतुर हो जाती है। यही अनुभव विदेश से पथारे जी 20 डेलिगेट्स और पर्यटकों को खजुराहो नृत्य समारोह के चौथे दिन हुआ। जब मलयेशिया से आए रामली इश्वाहीम के रूप ने ओडिसी नृत्य की अविस्मरणीय प्रस्तुति दी तो वहीं तेजस्विनी साठे ने भी अपने रूप के साथ कथक का कमाल दिखाया और संयुक्ता सिन्हा के कहने ही क्या। उनकी प्रस्तुति भी चित को हरने वाली थी।



सृजन चटर्जी का था। उनकी दूसरी नृत्य रचना माया मानव की थी। विश्वनाथ खुटीया द्वारा लिखित विचित्र रामायण से ली गई मृग मारीच या सुनहरे हिरण की कथा को शाश्वती ने ओडिसी के नृत्यभावों से बड़े ही सहज ढंग से पेश किया। इस प्रस्तुति के जरिये शाश्वती ने यह दिखाने की कोशिश की है कि माया इसान को इस कदर जकड़ लेती है कि वह चाह कर भी नहीं छूट पाता। इस प्रस्तुति में नृत्य संयोजन श्रीमती शार्मिला विश्वास का था, जबकि संगीत रचना रमेशचंद्र दास और विजय कुमार बारीक की थी। नृत्य का समापन उन्होंने निर्वाण से किया। इस प्रस्तुति में पखावज पर विजय कुमार बारीक, गायन पर राजेश कुमार लेंका, वायलिन पर स्मेश चंद्र दास एवं बांसुरी पर परसुरामदास ने साथ दिया नृत्य सभा का समापन बाला विश्वनाथ और प्रफुल्ल सिंह गेहलोत के भरतनाट्यम और कथक नृत्य की जुगलबंदी से हुआ। बाला भरतनाट्यम करती हैं और प्रफुल्ल कथक। इस प्रस्तुति में दोनों नृत्यानुशासनों के 16 कलाकारों ने भागीदारी की। समूह ने भगवान विष्णु के दशावतारों पर अपनी नृत्य प्रस्तुति दी। कनक और संस्कृत की रचनाओं पर भरतनाट्यम और कथक के विभिन्न नृत्य भावों और आंगिक अभिनयों से दोनों की विष्णु के अवतारों को साकार करने की कोशिश



मातृभाषा: सांस्कृतिक और भावात्मक एकता का माध्यम

आ

ज विश्व में ऐसी कई भाषाएं और बोलियां हैं जिनका संरक्षण आवश्यक है। लोकभाषाओं की चिंता इसलिए जरूरी है कि ये हमारी विवासत का एक भाग हैं और हमारी थाती हैं और इनमें जो भी कुछ सुंदर और श्रेष्ठ रचा जा रहा है, उसे सहेजकर रखा जाना चाहिए। यूनेस्को के अनुसार भाषा केवल संपर्क, शिक्षा या विकास का माध्यम न होकर व्यक्ति की विशिष्ट पहचान है, उसकी संस्कृति, परम्परा एवं इतिहास का कोष है। किसी भी राष्ट्र या समाज के लिए अपनी मातृभाषा अपनी पहचान की तरह होती है। अगर हम भासत की बात करें तो यहां हर कुछ कदम पर हमें बोलियां बदलती नजर आएंगी। हिंदी हमारी राष्ट्रभाषा जरूर है लेकिन इसके साथ ही हर क्षेत्र की अपनी कुछ भाषाएं भी हैं जिन्हें प्रोत्साहन दिया जाना जरूरी है। 85 संस्थाओं और विश्वविद्यालयों के तीन हजार विशेषज्ञों के पीपुल्स लिंग्युस्टिक सर्वे आफ इडिया (पीएलएसआई) के अध्ययन के अनुसार पिछले 50 वर्षों के दौरान 780 विभिन्न बोलियों वाले देश की 250 भाषाएँ लुम हो चुकी हैं। इनमें से 22 अधिसूचित भाषाएँ हैं।

दुनिया भर में भाषा की सांस्कृतिक परंपराओं के बारे में पूरी जागरूकता विकसित करने, उसकी समझ और संवाद के आधार पर एकजुटता को प्रेरित करते हुए मातृभाषा को बढ़ावा देने के लिये यूनेस्को द्वारा हर वर्ष 21 फरवरी को विश्व मातृभाषा दिवस मनाया जाता है। इस दिवस को मनाने का उद्देश्य है कि विश्व में भाषाई एवं सांस्कृतिक विविधता और बहुभाषिता को बढ़ावा देना। यूनेस्को द्वारा अन्तरराष्ट्रीय मातृभाषा दिवस की घोषणा से बांग्लादेश के भाषा आनंदोलन दिवस को अन्तरराष्ट्रीय स्वीकृति मिली, जो बांग्लादेश में सन् 1952 से मनाया जाता रहा है। बांग्लादेश में इस दिन एक राष्ट्रीय अवकाश होता है। 2008 को अन्तरराष्ट्रीय भाषा वर्ष घोषित करते हुए, संयुक्त राष्ट्र आम सभा ने अन्तरराष्ट्रीय मातृभाषा दिवस के महत्व को फिर दोहराया है। 2023 के अंतरराष्ट्रीय मातृभाषा दिवस की थीम, बहुभाषी शिक्षा और शिक्षा को बदलने की आवश्यकता है। मातृभाषा एक ऐसी भाषा होती है जिसे सीखने के लिए उसे

किसी कक्षा की जरूरत नहीं पड़ती। जन्म लेने के बाद मानव जो प्रथम भाषा सीखता है उसे उसकी मातृभाषा कहते हैं, वही व्यक्ति की सामाजिक एवं भाषाई पहचान होती है। लेकिन मानव समाज में कई दफा हमें मानवाधिकारों के हनन के साथ-साथ मातृभाषा के उपयोग को गलत भी बताया जाता रहा है। ऐसी ही स्थिति पैदा हुई थी 21 फरवरी

प्रकार के भ्रम फैले हैं, जिनमें एक भ्रम है कि अंग्रेजी विकास और ज्ञान की भाषा है। जबकि इस बात से यूनेस्को सहित अनेक संस्थानों के अनुसंधान यह सिद्ध कर चुके हैं कि अपनी भाषा में शिक्षा से ही बच्चे का सही एवं सर्वांगीण मायने में विकास हो पाता है। इस दृष्टि से मातृभाषा में शिक्षा पूर्ण रूप से वैज्ञानिक है। इसी मत को भारत के राष्ट्रीय मस्तिष्क अनुसंधान

केंद्र तथा शिक्षा संबंधित सभी आयोगों आदि ने भी माना है। भारतीय वैज्ञानिक सी. वी. श्रीनाथ शास्त्री के अनुभव के अनुसार अंग्रेजी माध्यम से इंजीनियरिंग की शिक्षा प्राप्त करने वाले की तुलना में भारतीय भाषाओं के माध्यम से पढ़े छात्र, अधिक उत्तम वैज्ञानिक अनुसंधान करते हैं। महात्मा गांधी ने कहा था, “विदेशी माध्यम ने बच्चों की तत्त्रिकाओं पर भार डाला है, उन्हें रट्टा बनाया है, वह सुजन



1952 को बांग्लादेश में जब 1947 में भारत के विभाजन के बाद पाकिस्तान ने पूर्वी पाकिस्तान (अब बांग्लादेश) में उर्दू को राष्ट्रीय भाषा घोषित कर दिया था। लेकिन इस क्षेत्र में बांग्ला और बांगलाली बोलने वालों की अधिकता ज्यादा थी और 1952 में जब अन्य भाषाओं को पूर्वी पाकिस्तान में अमान्य घोषित किया गया तो ढाका विश्वविद्यालय के छात्रों ने आंदोलन छेड़ दिया। आंदोलन को रोकने के लिए पुलिस ने छात्रों और प्रदर्शनकारियों पर गोलियां चलानी शुरू कर दी जिसमें कई छात्रों की मौत हो गई। अपनी मातृभाषा के हक में लड़ते हुए मारे गए शहीदों की ही याद में मातृभाषा दिवस मनाया जाता है। भारत में मातृभाषाओं को प्रोत्साहन देने के लिये नरेन्द्र मोदी सरकार प्रयासरत है। उन्होंने उच्च शिक्षा के स्तर पर भी बहुभाषिकता को राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में स्वीकार किया है। हमारे देश में मातृभाषाओं के प्रति अनेक

के लायक नहीं हो। विदेशी भाषा ने देशी भाषाओं के विकास को बाधित किया है। इसी संदर्भ में भारत के पूर्व राष्ट्रपति एवं वैज्ञानिक डॉ. अब्दुल कलाम के शब्दों का यहां उल्लेख आवश्यक हो जाता है कि :“मैं अच्छा वैज्ञानिक इसलिए बना, क्योंकि मैंने गणित और विज्ञान की शिक्षा मातृभाषा में प्राप्त की।” मातृभाषा को प्रोत्साहन देकर ही भारत सुपर पावर बनने के अपने सपने को साकार कर सकता है। इस महान उद्देश्य को पाने की दिशा में विज्ञान, तकनीक और अकादमिक क्षेत्रों में नवाचार और अनुसंधान करने के अभियान को तीव्रता प्रदान करने के साथ मातृभाषा में शिक्षण को प्राथमिकता देना होगा। मातृभाषा जब शिक्षा का माध्यम बनेगी तो मौलिकता समाज में रचनात्मकता का अभियान छेड़ेगी। भाषा और गणित को नई नीति में प्राथमिकता मिलना बच्चों में लेखन के कौशल और नवाचार का संचार करेगा।



संत रविदास जयंती पर कमलनाथ ने ग्वालियर से किया चुनावी शंखनाद

द

शहर मैदान थाठेपुर में कांग्रेस पार्टी द्वारा बृहद स्तर पर संत शिरोमणि रविदास महाराज की जयंती पूर्व मुख्यमंत्री एवं कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष कमलनाथ के मुख्य आतिथ्य में धूम-धाम से मनाई गई। इस मौके पर पूर्व मुख्यमंत्री दिग्विजय सिंह, पूर्व केन्द्रीय मंत्री एवं पूर्व प्रदेश अध्यक्ष अरुण यादव, नेता प्रतिपक्ष डॉ. गोविन्द सिंह, प्रदेश कार्यवाहक अध्यक्ष एवं पूर्व विधायक रामनिवास रावत, प्रदेश उपाध्यक्ष अशोक सिंह, प्रदेश उपाध्यक्ष एवं ग्वालियर प्रभारी महेन्द्र सिंह चौहान, महापौर श्रीमती डॉ. शोभा सतीश सिकरवार, शहर जिला कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष डॉ. देवेन्द्र शर्मा, ग्रामीण जिलाध्यक्ष प्रभुदयाल जौहरे, पूर्व मंत्री एवं विधायक लाखन सिंह यादव, विधायक डॉ. सतीश सिकरवार, विधायक प्रबीण पाठक, विधायक सुरेश राजे, विधायक प्रागीलाल जाटव, विधायक मेवाराम जाटव, विधायक बैजनाथ कुशवाह एवं अन्य वरिष्ठ कांग्रेस नेता और पूर्व विधायक मौजूद रहे। कार्यक्रम में पूर्व मुख्यमंत्री एवं कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष कमलनाथ और अन्य सभी नेताओं ने संत शिरोमणि रविदास महाराज जी के छायाचित्र पर माल्यपर्ण कर नमन किया। कार्यक्रम में संत शिरोमणि रविदास महाराज जी के अनुयायी एवं सभी धर्मों के संतों और गुरुओं का शॉल-श्रीफल भेट एवं माल्यपर्ण कर सम्मान किया गया। कार्यक्रम में पूर्व मुख्यमंत्री एवं कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष कमलनाथ ने कहा कि संत शिरोमणि रविदास महाराज जी चरणों में नमन करता हूँ। कर्मचारियों को लुभाने के लिये कांग्रेस नेता कमलनाथ ने ग्वालियर में कर्मचारियों के बीच दोहराया है कि हमारी सरकार बनेगी



तो सबसे पहले हम पुरानी पेंशन लागू करने का काम करेंगे। गैरतलब है कि मध्यप्रदेश में कांग्रेस की कई योजनाओं को 2018 के विधानसभा चुनाव में मास्टर स्ट्रोक माना जा रहा है। इन्हीं योजनाओं के दम पर कांग्रेस ने 15 वर्ष के बाद मध्यप्रदेश की सत्ता में वापिसी की थी। कमलनाथ ने कहा कि संत शिरोमणि रविदास महाराज जी ने हमें यह संदेश दिया कोई व्यक्ति किसी जाति में जन्म के कारण छोटा नहीं होता है, लेकिं उसके कर्म उसे छोटा बनाते हैं। उन्होंने कहा कि ऐसा कोई देश नहीं है, जहां इतनी जातियां हैं, जहां इतने युवा हैं, जहां

इतने देवी-देवता हैं और इसके बाद भी सभी मिल-जुल कर रहते हैं। श्री नाथ ने संत शिरोमणि रविदास महाराज जी को याद करते हुए कहा कि आज हमें उनके संदेशों और आदर्शों पर अमल करके अपने जीवन को जीना चाहिए। हमारे देश में संस्कृति की नींव संतों द्वारा ही रखी गई है, आज अगर हमारा देश एक झण्डे के नीचे खड़ा है और देश की संस्कृति जोड़ने के संस्कार भी

हमें संतों द्वारा ही दिये गये हैं। उन्होंने कहा कि आज हम सब यह प्रण लेते हैं कि अपने देश की संस्कृति को जीवित रखें और बाबा साहब डॉ. भीमराव अंबेडकर के सविधान को आदर्श बनायेंगे। श्री नाथ ने कहा कि आज देश, प्रदेश एवं संस्कृति संकट में है, जिसका मुख्य कारण भाजपा के द्वारा फैलाया जा रहा अंथविश्वास है। आज हम सभी को यह तय करना है कि अपनी आने वाली पीढ़ियों को हम कैसा देश व प्रदेश देना चाहते हैं, आज हमारे देश की संस्कृति खतरे में है और पंजाब में तो खालिस्तान के नारे लग रहे हैं।

सामाजिक मुक्ति का संदेश देते हैं संत रविदास

“

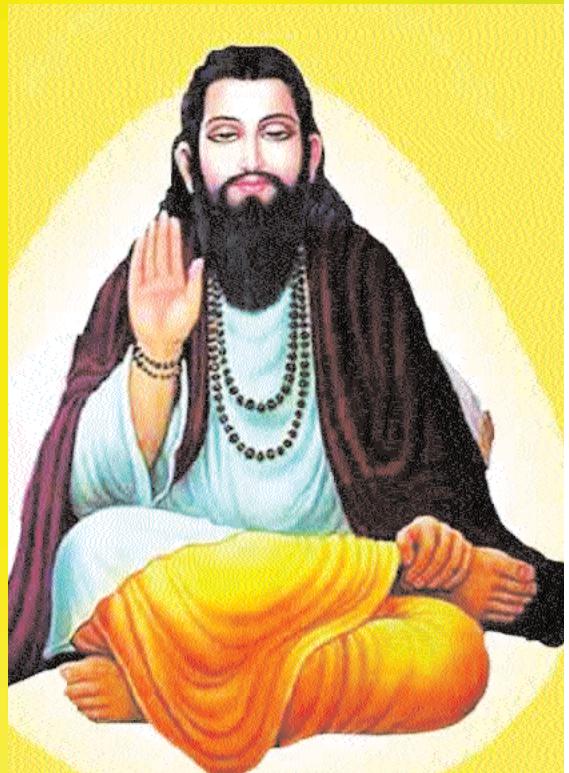
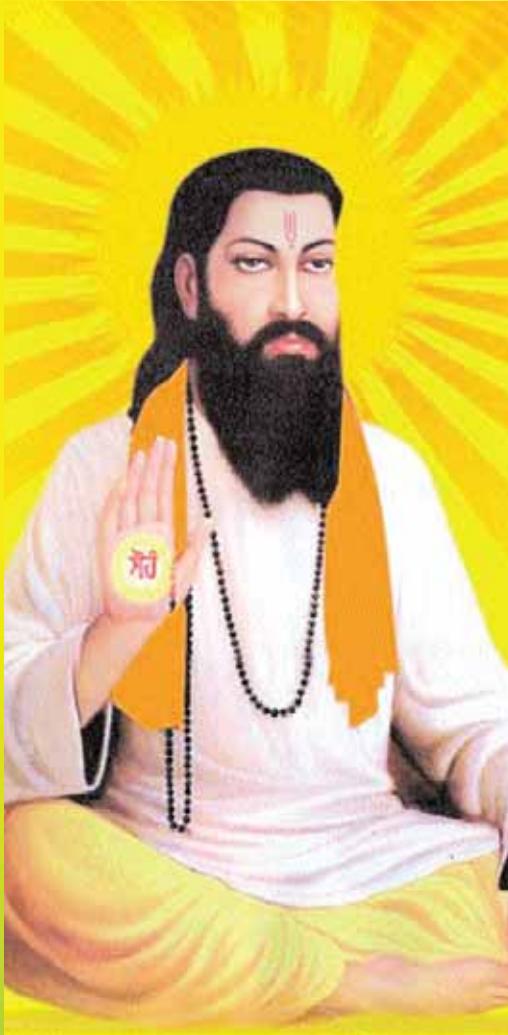
संत रविदास एक महान संत थे। उनके बारे में एक रोचक कथा भी प्रचलित है। इस कथा के अनुसार एक बार एक पड़ित जी गंगा सान के लिए उनके पास जूते खरीदने आए। पड़ित जी ने गंगा पूजन की बात रविदास को बतायी। उन्होंने पड़ित महोदय को बिना पैसे लिए ही जूते दे दिए और निवेदन किया कि उनकी एक सुपारी गंगा मैया को भेट कर दें। संत की निष्ठा इतनी गहरी थी कि पड़ित जी ने सुपारी गंगा को भेट की तो गंगा ने खुद उसे ग्रहण किया। संत रविदास के जीवन का एक ऐरेक प्रसंग यह है कि एक साधु ने उनकी सेवा से प्रसन्न होकर, घलते समय उन्हें पारस पथर दिया और बोले कि इसका प्रयोग कर अपनी दरिद्रा मिटा लेना। कुछ महीनों बाद वह गापस आए, तो संत रविदास को उसी अवस्था में पाकर हैरान हुए। साधु ने पारस पथर के बारे में पूछा, तो संत ने कहा कि वह उसी जगह रखा है, जहां आप रखकर गए थे।

S

तुगुरु रविदास भारत के उन महान संतों में से एक हैं जिन्होंने अपनी रचनाओं के माध्यम से सरे संसार को एकता, भाइचारा का संदेश दिया। साथ ही उन्होंने जीवन भर समाज में फैली कुरीतियों को समाप्त करने का प्रयास किया। संत रविदास अपने समकालीन चिंतकों से पृथक थे उन्होंने अपनी रचनाओं के माध्यम से विभिन्न सामाजिक कुरीतियों को दूर करने का प्रयास किया। वह जन्म तथा जाति आधारित वर्ण व्यवस्था के भी विरुद्ध थे।

रविदास जयंती प्रमुख त्योहार है। इस साल गुरु रविदास जयंती 5 फरवरी मनाई गई। माघ पूर्णिमा के दिन हर साल गुरु रविदास जी की जयंती मनायी जाती है। संत शिरोमणि रविदास का जीवन ऐसे अद्भुत प्रसंगों से भरा है, जो दया, प्रेम, क्षमा, धैर्य, सौहार्द, समानता, सत्यशीलता और विश्व-बन्धुत्व जैसे गुणों की प्रेरणा देते हैं। 14वीं सदी के भक्ति युग में माधी पूर्णिमा के दिन रविवार को काशी के मंडुआड़ीह गांव में रघु व करमावाई के पुत्र रूप में इन्होंने जन्म लिया। इन्होंने अपनी रचनाओं के माध्यम से आदर्श समाज की स्थापना का प्रयास किया। रविदास जी के सेवक इनको सतगुर, जगतगुरु आदि नामों से भी पुकारते हैं।

संत रविदास बहुत प्रतिभाशाली थे तथा उन्होंने विभिन्न प्रकार के दोहों तथा पदों की रचना की। उनकी रचनाओं की विशेषता यह थी कि उनकी रचनाओं में समाज हेतु संदेश होता था। उन्होंने



अपनी रचनाओं के द्वारा जातिगत भेदभाव को मिटा कर सामाजिक एकता को बढ़ाने पर बल दिया। उन्होंने मानवतावादी मूल्यों की स्थापना कर ऐसे समाज की स्थापना पर बल दिया जिसमें किसी प्रकार का भेदभाव, लोभ-लालच तथा दरिद्रता न हो।

संत रविदास पूरे भारत में बहुत लोकप्रिय थे। उन्हें पंजाब में रविदास कहा जाता था। उत्तर प्रदेश, राजस्थान तथा मध्य प्रदेश में उन्हें रैदास के नाम से भी जाना जाता था। बंगाल में उन्हें रुद्धिदास के नाम से जाना जाता है। साथ ही गुजरात तथा महाराष्ट्र के लोग उन्हें रोहिदास के नाम से भी जानते थे। संत रविदास बहुत दयालु प्रवृत्ति के थे। वह बहुत से लोगों को बिना पैसे लिए जूते दे दिया करते थे। वह दूसरों की सहायता करने में कभी पीछे नहीं हटते थे। साथ ही उन्हें सर्तों की सेवा करने में भी बहुत आनंद आता था।

संत गुरु रविदास बिना किसी आदर्शवादी में न पड़ते हुए व्यावहारिक जीवन की वस्तु स्थिति को स्वीकारते हुए अपनी बात कही है। उनकी चेतना में उनकी जातीय-अस्मिता इस प्रकार व्याप्त है कि उसी मानदण्ड से वह अपने जीवन-व्यवहार एवं कार्य-व्यापार की हर गतिविधि का अवलोकन एवं मूल्यांकन करते हैं। उनका आत्मनिवेदन उनकी जातिगत विडम्बनाओं की उपस्थिति के स्वीकार के साथ व्यक्त हुआ है। संत गुरु रविदास का यह वैशिष्ट्य संकेत करता है कि उनकी अभिव्यक्ति में सिर्फ आध्यात्मिक क्षेत्र की मुक्ति का स्वप्न नहीं बल्कि सामाजिक मुक्ति का स्वप्न भी विद्यमान है।

ਪਤੜਾਡ ਸਾਰਨ, ਬਸਨਤ ਬਹਾਰ

भारत में पतझड़ ऋतु के बाद बसन्त ऋतु का आगमन होता है। हर तरफ रंग-बिरंगे फूल खिले दिखाई देते हैं। इस समय गेहूं की बालियां भी पक कर लहराने लगती हैं। जिन्हें देखकर किसान हर्षित होते हैं। चारों ओर सुहाना मौसम मन को प्रसन्नता से भर देता है।

● टीम गुंज ज्यूज नेटवर्क

सन्त उत्तर भारत तथा समीपवर्ती देशों की
छह ऋतुओं में से एक ऋतु है। जो
फरवरी मार्च और अप्रैल के
मध्य इस क्षेत्र में अपना सौंदर्य
विखेरती है। माना गया है
कि माघ महीने की
शुक्ल पंचमी से
बसन्त ऋतु का
आरंभ होता है।
फाल्युन और चैत्र
मास बसन्त ऋतु
के माने गए हैं।
फाल्युन वर्ष का
अंतिम मास है
और चैत्र पहला।
इस प्रकार हिंदू पंचांग
के वर्ष का अंत और
प्रारंभ बसन्त में ही होता है।
इस ऋतु के आने पर सर्दी कम
हो जाती है। मौसम सुहवना हो जाता
है। पेड़ों में नए पत्ते आने लगते हैं। खेत सरसों
के फूलों से भरे पीले दिखाई देते हैं। अतः राग रंग और
उत्सव मनाने के लिए यह ऋतु सर्वेष्ठ मानी गई है।



हैं। जिन्हें देखकर किसान हर्षित होते हैं। चारों ओर सुहाना मौसम मन को प्रसन्नता से भर देता है। इसीलिये बसन्त ऋतु को सभी ऋतुओं का राजा अर्थात् ऋतुराज कहा गया है। इस दिन भगवान् विष्णु, कामदेव तथा रति की पूजा की जाती है। इस दिन ब्रह्माण्ड के रचयिता ब्रह्मा जी ने सरस्वती जी की रचना की थी। इसलिए इस दिन देवी सरस्वती की पूजा भी की जाती है। सभी शुभ कार्यों के लिए बसन्त पंचमी के दिन अत्यंत शुभ मुहूर्त माना गया है। बसन्त पंचमी को अत्यंत शुभ मुहूर्त मानने के पीछे अनेक कारण हैं। यह पर्व अधिकतर माघ मास में ही पड़ता है। माघ मास का भी धार्मिक एवं आध्यात्मिक

दृष्टि से विशेष महत्व है। इस माह में पवित्र तीर्थों में स्नान करने का विशेष महत्व बताया गया है। दूसरे इस समय सूर्योदय भी उत्तरायण होते हैं। इसलिए प्राचीन काल से बसन्त पंचमी के दिन देवी सरस्वती की पूजा की जाती है अथवा कह सकते हैं कि इस दिन को सरस्वती के जन्म दिवस के रूप में मनाया जाता है।

बसन्त पंचमी के दिन विद्यालयों में भी देवी सरस्वती की आराधना की जाती है। भारत के पूर्वी प्रांतों में घरों में भी विद्या की देवी सरस्वती की मूर्ति की स्थापना की जाती है और बसन्त पंचमी के दिन उनकी पूजा की जाती है। उसके बाद अगले दिन मूर्ति को नदी में विसर्जित कर दिया जाता है। देवी सरस्वती को ज्ञान, कला, बुद्धि, गायन-वादन की अधिष्ठात्री माना जाता है। इसलिए इस दिन विद्यार्थी, लेखक और कलाकार देवी सरस्वती की उपासना करते हैं। विद्यार्थी अपनी किताबें, लेखक अपनी कलम और कलाकार अपने संगीत उपकरणों और बाकी चीजें मां सरस्वती के सामने रखकर पूजा करते हैं।





Madhubala Birth Anniversary

मधुबाला ने लाखों दिलों पर राज किया

M

धुबाला 1940 के दशक की एक बेहद खूबसूरत अभिनेत्री थीं, उनका असली नाम मुमताज जहां बेगम था। मधुबाला का जादू सिर्फ उनकी फिल्मों के दर्शकों तक ही सीमित नहीं था बल्कि फिल्म इंडस्ट्री की कई नामी हासिताओं भी उनकी खूबसूरती की कायल थीं। मधुबाला का जन्म 14 फरवरी, 1933 को दिल्ली में एक पश्चनून मुस्लिम परिवार में हुआ था। अपने फिल्मी कैरियर की शुरुआत उन्होंने 1942 में बेबी मुमताज के नाम से फिल्म 'बसंत' से की तब वह सिर्फ 9 साल की थीं। बतौर अभिनेत्री मधुबाला को पहली फिल्म में निर्माता निर्देशक केदार शर्मा की 'नीलकमल' थी जो 1947 में प्रदर्शित हुई। इस फिल्म में अभिनेता राजकपूर थे और बतौर अभिनेता राजकपूर की भी यह पहली फिल्म थी। मधुबाला के बारे में शम्मी कपूर बताते थे कि मधुबाला से उनकी पहली मुलाकात 'रेल का डिब्बा' फिल्म के सेट पर हुई थी, उन्हें देखकर उनके चेहरे से नज़रें हटाना मुश्किल था। वे जब पानी पीती थीं तो पानी उनके गले की नस में से गुजरता हुआ देखा जा सकता था। उनकी खूबसूरती के सामने तो फिल्म के डायलॉग भी याद रख पाना मुश्किल था। बात 1953 की है जब प्रसिद्ध अमेरिकन डायरेक्टर फैंक काप्रा मुम्बई आये थे। फैंक काप्रा ने जब एक पत्रकार के पास मुकी टाइप के कवर पेज पर छपी मधुबाला की फोटो देखी तो वे पूछे बिना नहीं रह सके कि क्या रियल लाइफ में भी मधुबाला इतनी ही हसीन हैं। मधुबाला ने 70 के आसपास फिल्मों में काम किया जिनमें से 66 फिल्मों में वे लीड हीरोइन रहीं। 'नीलकमल', 'महल', 'मिस्टर एंड मिसेज 55', 'फागुन', 'हावड़ा ब्रिज', 'काला पानी', 'चलती का नाम गाड़ी', 'मुगल-ए-आजम' फिल्मों में उनका अभिनय बेमिसाल था। मधुबाला के अभिनय को सिर्फ भारत में ही नहीं विदेशों में

भी सराहा गया। अमेरिकी पत्रिका थिएटर आर्ट्स में मधुबाला पर एक पूरा पेज आर्टिकल निकला था, जिसका टाइटल था 'द बिगेस्ट स्टार इन द वर्ल्ड'। अमेरिकन डायरेक्टर फैंक कैपरा ने तो मधुबाला को अपनी फिल्म में कास्ट करना भी



चाहा था किन्तु अपनी घरेलू निजी परेशानियों के कारण मधुबाला ये फिल्म नहीं ले पाई। फिल्मों में मधुबाला ने जहां बेहद कामयाबी हासिल की वहीं उनकी जिंदगी में उन्हें हर बारे खुशी हासिल नहीं हो पाई जिनकी उन्हें चाहत थी, खासकर प्रेम के मामले में मधुबाला को नाकामयाबी ही हासिल हुई। दिलीप कुमार से वह बेहद प्रेम करती थीं और यिनमें जगत में भी उनकी जोड़ी दिलीप कुमार के साथ काफी पसंद की गई थी, दिलीप कुमार भी हालांकि मधुबाला के कायल थे किन्तु दोनों की हाँ के बावजूद रियल लाइफ में इस जोड़ी को न ही हासिल हुई। दिलीप कुमार से अपने प्यारका इजहार मधुबाला ने स्वयं किया था, उन्होंने अपनी डेस डिजाइनर को गुलाब का फूल और एक खत देकर दिलीप कुमार के पास इस संदेश के साथ भेजा कि यदि वह भी उनसे प्यार करते हों तो इसे अपने पास रख लें। दिलीप कुमार ने मधुबाला के दिए फूल और खत को अपने पास

रखकर अपनी हाँ जाहिर की थी किन्तु मधुबाला के पिता अताउल्ला खान मधुबाला और दिलीप कुमार के रिश्ते के खिलाफ थे उन्हें जब दिलीप कुमार के साथ मधुबाला की नजदीकीयां पता चलीं तो उन्होंने मधुबाला को दिलीप कुमार के साथ काम करने से मना कर दिया।

दिलीप कुमार तब भी मधुबाला से शादी करना चाहते थे। शादी करने के लिए दिलीप कुमार ने 1956 में मधुबाला की फिल्म 'दाके की मलमल' की शूटिंग के दौरान मधुबाला से कहा कि वो आज ही उनसे शादी करना चाहते हैं परन्तु इसके साथ ही दिलीप कुमार ने मधुबाला के सामने एक शर्त भी रख दी कि शादी के बाद मधुबाला को अपने पिता से सारे रिश्ते तोड़ने होंगे। शादी के लिए दिलीप कुमार की यह शर्त मधुबाला ने मंजूर न की और उनकी यह प्रेम कहानी यहीं खत्म हो गई। पचास के दशक में मधुबाला को पता चला कि वे हृदय की गंभीर बीमारी से प्रसिद्ध हैं। यह वो बक्त था जब मधुबाला की कई फिल्में निर्माण के दौर में थीं। मधुबाला ने अपनी बीमारी का अहसास किसी को कराए बिना पूरी मेहनत और लगन से अपनी फिल्मों की शूटिंग जारी रखी। इस बीच मधुबाला की तबियत काफी खराब रहा करती थी बावजूद इसके उन्होंने फिल्मों में अपने किरदार को बखूबी निभाया। साठ के दशक में मधुबाला ने अपनी खराब तबियत की बजह से फिल्मों में काम करना काफी कम कर दिया था।

होलाष्टक 2023

होलाष्टकः शुभ कार्यों की होती है मनाही

ह

हर साल हम सभी धूमधाम से होली का त्यौहार मनाते हैं। बता दें कि हर साल फालुन मास की पूर्णिमा के दिन होलिका दहन होता है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि होली के आठ दिन पहले से होलाष्टक त्यौहार की शुरूआत होती है। इस बार 8

हिरण्यकश्यप ने होली दहन के आठ दिन पहले भगवान विष्णु के अनन्य भक्त प्रह्लाद को बंदी बना लिया था। इन 8 दिनों में उसने प्रह्लाद को कई तरह की यातनाएं दी थीं। इसके बाद भी जब वह प्रह्लाद को भगवान श्रीहरि का स्मरण किए जाने से नहीं रोक पाया तो अपनी बहन होलिका से उसके प्राण लेने का आदेश दे दिया था। इसी कारण से इन 8 दिनों में कोई भी शुभ कार्य किए जाने की मनाही होती है।
होलाष्टक की शुरूआत

होलाष्टक की शुरूआत होलिका दहन के आठ दिन पहले से होती है। यानि की फालुन मास की अष्टमी तिथि से। इस बार यह तिथि 27 फरवरी को है। आपको बता दें कि इस वर्ष होलाष्टक

की शुरूआत 28 फरवरी से होगी। वहीं ये 8 मार्च को खत्म हो जाएगा। किसी विशेष कार्य में सिद्धि प्राप्त करने के लिहाज से यह समय काफी शुभ माना गया है।

होलाष्टक के दौरान क्या करें

होलाष्टक के दौरान किसी भी तरह के मांगलिक कार्य की मनाही होती है। इस दौरान अष्टमी से लेकर पूर्णिमा तक मांगलिक कार्य जैसे विवाह, गृह प्रवेश, गृह आरंभ, मुंडन कर्म आदि कार्य किए जाने की मनाही होती है। इसके अलावा मकान और वाहन खरीदना या नए बिजनेस की शुरूआत नहीं करनी चाहिए। मान्यता है कि होलाष्टक के दिनों में केवल स्नान-दान, जप-तप किया जाना चाहिए।

होलाष्टक - क्यों नहीं किये जाते शुभ कार्य

होलाष्टक छिन्दू दर्शन में महत्वपूर्ण दिनों को कहा जाता है। होलाष्टक छिन्दू दर्शन में फालुन मास में आता है। ग्रेगोरियन कैलेंडर में फरवरी त मार्च का महीना होता है।

Holashtak - Why not do auspicious work

Holashtak is said to be an important day in Hinduism. Holashtak falls in the month of Falgun in Hinduism. The months of February and March are in the Gregorian calendar.

मार्च को होली का त्यौहार है। मान्यता है कि होलाष्टक के दिनों में कोई भी शुभ काम नहीं किए जाते हैं। हालांकि इस परंपरा को लेकर भी काफी मत हैं। कहा जाता है कि होलाष्टक में भगवान के नाम का जप करने से शुभ फलों की प्राप्त होती है। आज इस अटिकल के माध्यम से होलाष्टक के नियम, कथा बताने जा रहे हैं। आइए जानते हैं कि इस दौरान किन-किन बातों का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

होलाष्टक की कहानी

मान्यता के अनुसार, होलाष्टक के जिनों में कोई भी शुभ कार्य नहीं करना चाहिए। शास्त्रों के मुताबिक असुर

होलाष्टक में क्या न करें

- शुभ कार्य जैसे विवाह, मुंडन, नामकरण, अन्नप्राशन सहित अन्य सोलह संस्कार आदि नहीं करना चाहिए।
- नया बिजनेस नहीं शुरू करना चाहिए। क्योंकि इस दौरान ग्राहों की रिति उग्र होने के कारण आपको बिजनेस में नुकसान हो सकता है।
- किसी भी तरह का वाहन नहीं खरीदना चाहिए। अगर आपको वाहन खरीदना है तो --- होलाष्टक से पहले करा सकते हैं। होली के बाद ही वाहन को बाहर लाना शुभ होगा।
- होलाष्टक के समय पूजा, यज्ञ आदि का आपको पूर्ण फल प्राप्त नहीं होगा। इसलिए कोई पूजा आदि न रखवाएं।
- होलाष्टक के समय किसी भी मकान निर्माण कार्य को न शुरू करवाएं। इसके अलावा गृह प्रवेश की भी मनाही होती है।

इष्ट देव की पूजा करें

होलाष्टक के दिनों में आपको अपने आराध्य की पूजा करनी चाहिए। वहीं अगर आप भगवान भोलेनाथ के साथ हैं तो शिवलिंग में दूध, पानी, दही, बेलपत्र, पुष्प आदि अपिंत कर अभिषेक करना चाहिए। साथ ही ऊँनम-शिवाय मंत्र का जप करना चाहिए। वहीं विष्णु भगवान की पूजा के दौरान ऊँनम का जप किया जाना चाहिए। इससे आपके आसपास सकारात्मक ऊर्चक का संचार होने के साथ आपका दिमाग शांत रहता है।

भगवान शिव के इन मंत्रों के पाठ से खुल जाती है किरण, कैसे करना चाहिए जाप

म

गवान शंकर को प्रसन्न करने के लिए शिवलिंग का जलाभिषेक करने और शिव मंत्रों का नियमित जाप करना काफी शुभ होता है। ऐसे व्यक्ति की हर मनोकामना जल्दी पूरी होती है। भगवान भोलेनाथ को प्रसन्न करने के लिए अलग-अलग मंत्रों का जाप किया जाता है। बता दें कि शिव मंत्रों के हर एक शब्द का अपना महत्व और अर्थ होता है। अलग-अलग मनोकामनाओं की पूर्ति के लिए शिव मंत्रों का जाप किया जाता है। कहा जाता है कि भोलेनाथ अपने भक्तों से बहुत जल्द प्रसन्न हो जाते हैं। सच्चे मन से की गई पूजा से भगवान शिव प्रसन्न होकर काल को काटने के साथ ही व्यक्ति को सभी दोषों से भी मुक्त कर देते हैं। शिव शंकर को प्रसन्न करने के लिए कई मंत्रों का शास्त्रों में वर्णन किया गया है। इन मंत्रों का निरंतर जाप करने से मनोवाञ्छित फल मिलता है। ऐसे में अगर आप भी अपने जीवन में तमाम तरह की परेशानियों से छुटकारा पाना चाहते हैं तो शिवजी के कुछ मंत्रों का जाप अवश्य करना चाहिए।

ॐ नमः शिवाय

भगवान शंकर को प्रसन्न करने के लिए शिवलिंग का जलाभिषेक करने और शिव मंत्रों का नियमित जाप करना काफी शुभ होता है। ऐसे व्यक्ति की हर मनोकामना जल्दी पूरी होती है। भगवान भोलेनाथ को प्रसन्न करने के लिए अलग-अलग मंत्रों का जाप किया जाता है। बता दें कि शिव मंत्रों के हर एक शब्द का अपना महत्व और अर्थ होता है। अलग-अलग मनोकामनाओं की पूर्ति के लिए शिव मंत्रों का जाप किया जाता है। कहा जाता है कि भोलेनाथ अपने भक्तों से बहुत जल्द प्रसन्न हो जाते हैं। सच्चे मन से की गई पूजा से भगवान शिव प्रसन्न होकर काल को काटने के साथ ही व्यक्ति को सभी दोषों से भी मुक्त कर देते हैं। शिव शंकर को प्रसन्न करने के लिए कई मंत्रों का शास्त्रों में वर्णन किया गया है। इन मंत्रों का निरंतर जाप करने से मनोवाञ्छित फल मिलता है। ऐसे में अगर आप भी अपने जीवन में तमाम तरह की परेशानियों से छुटकारा पाना चाहते हैं तो शिवजी के कुछ मंत्रों का जाप अवश्य करना चाहिए।



महामृत्युंजय मंत्र

तर्यम्बकं यजामहे। सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् उर्वारुकमिव

बन्धनान् मृत्योर्मुक्षीय मामृतात्। इस मंत्र के उच्चारण से अकाल मृत्यु को भी टाला जा सकता है। बता दें कि इस मंत्र के प्रतिदिन जाप किए जाने से अकाल मृत्यु के साथ ही साथ गंभीर बीमारियों के चुंगल से भी छुटकारा मिलता है। महामृत्युंजय मंत्र का प्रतिदिन जाप बहुत ही फलदायी होता है। इसके अलावा शिवलिंग पर जलाभिषेक करने और फूल अर्पित करने के दौरान महामृत्युंजय मंत्र का जाप करना बेहद फलदायी होता है।

शिव पंचाक्षर स्तोत्र मंत्र

नागेन्द्रहाराय त्रिलोचनाय, भस्माङ्गरागाय महेश्वराय। नित्याय शुद्धाय दिग्म्बराय, तस्मै न काराय नमः शिवाय॥ बता दें कि शिव पंचाक्षर स्तोत्र मंत्र की रचना की थी। भगवान शिव जल्द से जल्द प्रसन्न करने के लिए शिव पंचाक्षर स्तोत्र मंत्र का जाप का नियमित जाप करना चाहिए। इस मंत्र के जरिए से सृष्टि के पांचों तत्वों को नियंत्रित किया जा सकता है। शिव पंचाक्षर स्तोत्र मंत्र का जाप करने से भगवान शिव भक्तों के करीब आते हैं। भगवान शिव की आराधना से कालसर्प दोष से भी मुक्ति मिलती है।

एकने की समस्या से निजात दिलाएगा सिरका

से

ब का सिरका एक ऐसा इंग्रीडिएंट है, जिसे अक्सर किचन में इस्तेमाल किया जाता है। लेकिन वास्तव में यह एक मल्टीपर्पस प्रोडक्ट है, जिसे कई तरीकों से काम में लाया जा सकता है।

क्लीनिंग से लेकर ब्यूटी प्रॉब्लम्स को दूर करने में सिरका बेहद ही काम

आ सकता है। चाहे आपको एकने की समस्या हो या फिर काले धब्बे परेशान करते हों, तो आप एप्पल साइडर विनेगर को इस्तेमाल करने पर विचार करें। हालांकि, आपको यह ध्यान रखना चाहिए कि सेंसेटिव स्किन होने पर इसका इस्तेमाल ना करें। साथ ही, इसे हमेशा किसी ना किसी तरह से डायलूट करके लगाना चाहिए। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको बता रहे हैं कि सिरका एकने की समस्या



को किस तरह दूर कर सकता है-

एप्पल साइडर विनेगर से बनाएं टोनर

एप्पल साइडर विनेगर की मदद से टोनर बनाकर इसका इस्तेमाल किया जा सकता है। इसके लिए आप 2 बड़े चम्मच आर्गेनिक एप्पल साइडर विनेगर, दो कप शुद्ध फिल्टर्ड पानी और 1 चम्मच ताजा और प्राकृतिक एलोवेरा जेल डालकर अच्छी तरह मिक्स करें। आप इस मिश्रण को एक स्प्रे बोतल में भरकर रख लें। हर रात को सोने से पहले अपने चेहरे को क्लीन करने के बाद इस टोनर का प्रयोग करें।

अगर आप काले धब्बों व दानों से परेशान हैं तो ऐसे में आप सिरके से स्पॉट ट्रीटमेंट किया जा सकता है। इसके लिए आपको बस इतना करना है कि आप 2 बड़े चम्मच आर्गेनिक एप्पल साइडर विनेगर लें और इसे 1 कप अनफिल्टर्ड पानी के साथ अच्छी तरह मिलाएं। मिश्रण को एक स्प्रे बोतल में स्टोर करें और इसे कॉटन पैड पर स्प्रे करें। अब इस पैड को दाने पर रखें और एक मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें। अगली सुबह तक अपना चेहरा न धोएं, और आप पाएंगे कि दाने का आकार और लाली दानों में कम हो गया है।

लें फेशियल स्टीम

एप्पल साइडर विनेगर से स्टीम लेकर भी आप अपनी स्किन को क्लीयर बना सकती हैं। इसके लिए आप 2 कप पानी में 4 बड़े चम्मच आर्गेनिक सेब का सिरका और शुद्ध टी ट्री ऑयल की 3-4 बूँदें मिलाएं। इस मिश्रण को उबालें और इसकी भाप को अपनी स्किन के पोर्स में रिसने दें। यह आपकी त्वचा को साफ और स्पष्ट करने में मदद करेगा। इससे एकने और काले धब्बे दानों में जल्द अंतर नजर आएगा।



इस तरह करेंगी आई मेकअप तो नहीं होगा इंफेक्शन का खतरा

मे

कअप करना हर महिला को अच्छा लगता है। मेकअप के जरिए अलग-अलग लुक्स क्रिएट करने के लिए सबसे ज्यादा आई मेकअप पर फोकस किया जाता है। आंखों आपकी खूबसूरती को कई गुना बढ़ाती है। हालांकि, आई मेकअप करते हुए इंफेक्शन का खतरा कई गुना बढ़ जाता है। इसलिए यह आवश्यक होता है कि आगर आप आई मेकअप करें तो कुछ छोटी-छोटी बातों का विशेष रूप से ध्यान दें। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको ऐसे ही कुछ आसान टिप्प के बारे में बता रहे हैं-

शेयर न करें आई मेकअप

अगर आप मेकअप के कारण होने वाले आई इंफेक्शन के खतरे से बचना चाहती हैं तो ध्यान रखें कि आप कभी भी अपने आई मेकअप प्रोडक्ट को शेयर न करें। जब आप अपने आई मेकअप प्रोडक्ट को शेयर करती हैं तो इससे आंखों में बैक्टीरियल इंफेक्शन व इरिटेशन आदि का खतरा काफी बढ़ जाता है।

सही हो प्रोडक्ट्स

आई मेकअप से होने वाले प्रोडक्ट्स से बचने के लिए जरूरी होता है कि आप समय-समय पर अपने मेकअप प्रोडक्ट्स को बदलते रहें। आई मेकअप प्रोडक्ट की शेल्फ लाइफ काफी कम होती है और अगर मेकअप प्रोडक्ट के एक्सपायर होने के बाद भी उन्हें इस्तेमाल किया जाए तो इससे आई इंफेक्शन होने का खतरा

काफी बढ़ जाता है। ऐसे आई मेकअप प्रोडक्ट्स का उपयोग न करें जो चिपचिपे हों।

गलत तरीके से आई मेकअप लगाना

आपके आई मेकअप लगाने का तरीका भी काफी हद तक आपकी आंखों पर अपना प्रभाव डालता है। कई बार हम ट्रेवल करते हुए या फिर चलती कार में आई मेकअप करते हैं। लेकिन ऐसा करने से आपकी एक छोटी सी गलती आपकी आंखों को नुकसान पहुंचा सकती है। अगर हो गया है इंफेक्शन

अगर आपकी आंख में बैक्टीरियल इंफेक्शन हो गया है, तो यह बेहद आवश्यक है कि आप इंफेक्शन ठीक होने के बाद अपने सभी आई मेकअप प्रोडक्ट्स को बदल दें। अगर आप उन्हें आई मेकअप प्रोडक्ट्स को इस्तेमाल करेंगी तो इससे आपको बार-बार इंफेक्शन होने का खतरा बना रहेगा।

क्लीनिंग पर दें ध्यान

यह भी एक जरूरी टिप है, जिस पर आपको ध्यान देना चाहिए। आई मेकअप करने के बाद आप रात को सोने से पहले उसे अच्छी तरह क्लीन अवश्य करें। अन्यथा आपकी आंखों में मेकअप पार्टिकल्स जाकर इंफेक्शन का खतरा बढ़ जाता है। इतना ही नहीं, आप मेकअप एप्लीकेशन टूल्स जैसे आई शैडो ब्रश आदि को भी हर बार इस्तेमाल के बाद क्लीन अवश्य करें।

ऑरेंज की मदद से बनाएं स्किन टोनर, त्वचा पर आयेगा निखार

J

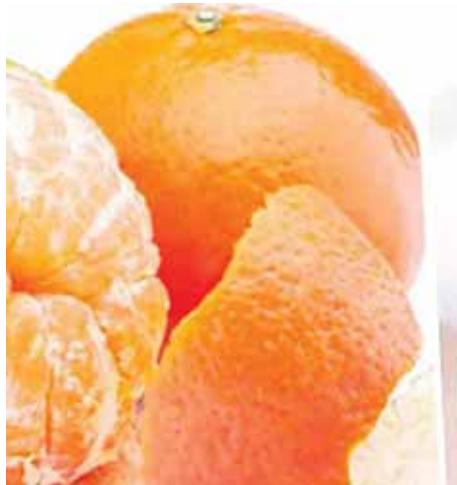
ब ठंड का मौसम आता है तो हम सभी संतरा खाना बेहद पसंद करते हैं। विटामिन सी स्किन संतरा ना केवल स्वाद में बेहद अच्छा होता है, बल्कि यह इम्युन सिस्टम को भी बूस्ट अप करता है। इतना ही नहीं, संतरा हमारी स्किन का ख्याल रखने में भी बेहद मददगार होता है। आपको शायद पता ना हो, लेकिन संतरे की मदद से टोनर बनाकर स्किन का बेहद अच्छी तरह ध्यान रखा जा सकता है। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको ऑरेंज की मदद से स्किन टोनर बनाने के आसान तरीके के बारे में बता रहे हैं- यह एक ऐसा टोनर है, जिसे बेहद आसानी से तैयार किया जा सकता है। इसके लिए आपको संतरे के बचे हुए छिलके और विच हेजल की जरूरत होगी।

आवश्यक सामग्री

1 संतरे का छिलका 1 बड़ा चम्मच विच हेजल 1 कप उबलता पानी

टोनर बनाने का तरीका-

एक संतरा लें और चाकू या सिट्रस पीलर की मदद से इसके छिलके को छोटे-छोटे टुकड़े में काट लें। छिलकों को हीट सेफ जार में डालें और फिर इसमें एक कप उबलता पानी डालें। इसे ढक्कन से ढक दें और रात भर धींगने दें।



- अब इस लिंकिड को एक स्प्रे बोतल में डालकर छान लें और उसमें 1 बड़ा चम्मच विच हेजल डालें। विटामिन सी की ताज़गी बनाए रखने के लिए उसे गहरे रंग के कांच के बर्तन में रखना चाहिए।

संतरे और बादाम के तेल से बनाएं टोनर

यह टोनर आपकी स्किन को अतिरिक्त नमी प्रदान करने में मदद करता है। इसलिए, अगर आप विंटर में रुखी स्किन से परेशान हैं तो इस टोनर का इस्तेमाल करें। संतरे को छीलकर उसकी स्लाइस अलग कर लें, उन्हें जूसर ग्राइंडर



में डालकर पीस लें। इस मिश्रण को एक छोटे कटोरे में डालें। एक दूसरी कटोरी में थोड़ा सा नीबू का रस और बादाम का तेल डालें। इसे अच्छी तरह मिक्स करें। अब इसमें थोड़ी सी गिलसरीन मिलाएं और सभी सामग्रियों को एक साथ मिला लें। अंत में, संतरे का रस का कटोरा लें, और दूसरे कटोरे के ऊपर एक छलनी रखें और छलनी में संतरे का रस डालें ताकि इसका रस छलनी से निकल जाए और अन्य सामग्री के साथ मिल जाए। आप सभी सामग्री को अच्छे से मिला लें और यदि आवश्यक हो तो थोड़ा पानी डालें। इस मिश्रण को एक स्प्रे बोतल में डालें। आपका टोनर बनकर तैयार है।

अदरक की चाय

अदरक में एंटी-ऑक्सिडेंट और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो कई बीमारियों को दूर रखने में मददगार है। अदरक की चाय की अगर स्टीम ली जाती है, तो इससे श्वसन संबंधी समस्याओं को कम करने में मदद मिलती है। अदरक आपकी मसल्स को रिलैक्स करता है और सिरदर्द, मासिक धर्म में ऐंथन, मांसपेशियों में दर्द और अन्य प्रकार के दर्द को कम कर सकता है। इसके लिए कुछ अदरक को छीलकर काट लें। अब एक पैन में पानी उबालें और अदरक डालें। चाय को छान लें और इसमें थोड़ा शहद, दालचीनी या नीबू का रस मिलाएं।

तुलसी की चाय

तुलसी में एंटी-बैक्टीरियल, एंटीफंगल, एंटीवायरल और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जिससे व्यक्ति की रोग प्रतिरोधक क्षमता में सुधार होता है। तुलसी की चाय सांस की बीमारियों को रोक सकती है और खांसी होने पर कफ को कम कर सकती है। यह शरीर में एक तनाव हाँसौन कोर्टिसोल के स्तर को कम करती है, जिससे व्यक्ति की मेंटल हेल्थ पर असर पड़ता है। इसके लिए आप कुछ उबलते पानी में कुछ अदरक, तुलसी के पत्ते और इलायची पाउडर डालें। 10 मिनट तक उबालने के बाद पानी को छान लें। थोड़ा शहद और नीबू का रस मिलाएं।



औषधीय घटक के रूप में किया जाता रहा है। इसमें मौजूद करक्यूमिन आपके इम्युन सिस्टम को मजबूत बनाता है। साथ ही, पाचन के लिए भी हल्दी को काफी अच्छा माना जाता है। चाय पीना तो अधिकार लोगों को अच्छा लगता है, लेकिन साथ ही साथ वे इससे होने वाले नुकसान से भी बचना चाहते हैं। ऐसा माना जाता है कि चाय का सेवन करने से पेट में गैस बनना व अन्य कई तरह की समस्याएं हो सकती हैं। जबकि वास्तव में ऐसा नहीं है। ऐसी कई चाय होती हैं, जो आपकी इम्युनिटी को बढ़ाने में मदद करते हैं। इसलिए, अगर आप इन चाय को बनाते हैं तो ऐसे में ना केवल आपका इम्युन सिस्टम मजबूत होता है, बल्कि इससे आपके पाचन और वजन घटाने में सहायता में भी मदद मिलती है। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको कुछ ऐसी ही चाय के बारे में बता रहे हैं-

हल्दी की चाय

हल्दी को इसके एंटीवायरल, जीवाणुरोधी और एंटीऑक्सिडेंट गुणों के कारण इसका उपयोग एक

होली के त्योहार को गुजिया और इन स्वीट डिशेज के साथ बनाएं और भी स्पेशल

हो

ली के त्योहार को अब कुछ दिन ही बाकी है। पूरा भारत एक बार फिर होली के रंग में रंगने के लिए तैयार है। इस वर्ष 7 और 8 मार्च को होली का त्योहार मनाया जाएगा। वहीं इस त्योहार में जमकर रंग और गुलाल उड़ाया जाता है। लेकिन कोई भी त्योहार मिठाइयों के बिना अधूरा होता है। ठीक वैसे ही होली का त्योहार भी गुजिया के बिना कैसे पूरा हो सकता है। उत्तर भारत समेत देश के ज्यादातर हिस्सों में गुजिया को बड़े शौक से खाया जाता है। वहीं कुछ लोग मार्केट से मिठाई और गुजिया खरीदते हैं। आज इस आर्टिकल से माध्यम से हम आपको घर में गुजिया और बाकी मिठाइयां बनाने का तरीका बताने जा रहे हैं।

गुजिया बनाने की रेसिपी

वहीं होली में बनने वाली गुजिया का स्वाद ही अलग होता है। होली में कई तरह की गुजिया बनाकर तैयार की जाती है। इसमें शहद वाली गुजिया, ड्राई गुजिया, खोया वाली गुजिया आदि होती हैं।

आवश्यक सामग्री

मैदा- 2 कप मावा- 250 ग्राम चीनी पिसी हुई या बूरा- 1 कप इलायची- 1 छोटा चम्पच पिसी हुई बादाम- 8-10 कटे हुए किशमिश- 8-10 काजू- 8-10 चिरौंजी- 15-20 धी- 300 ग्राम

घर पर ऐसे बनाएं

गुजिया बनाने के लिए सबसे पहले आप मावे को अच्छे से सुनहरा होने तक भूलें। अब मावा के ठंडा होने पर इसमें चीनी, काजू, बादाम, किशमिश और इलायची मिला दें। अच्छे से मिक्स होने के बाद एक बर्तन में मैदा लें और इसमें 5 छोटी चम्पच धी मिलाएं। अब इस आटे



के आप हल्के गर्म पानी से गूंथकर 20 मिनट के लिए कपड़े से ढक्कर रख दें। इसके बाद छोटी-छोटी लोइयां बनाकर इसकी पूरी बेल लें। इस दौरान सूखे मैदे का इस्तेमाल न करें। पूरी में 1 चम्पच मावा भरकर इसे गुजिया मेकर या सांचे से अच्छे से दबा दें। इस तरह से सारी गुजिया बनाकर इहें तल लें। इस दौरान गैस का फलेम मीडियम रखें। जिससे कि यह अच्छे से पक जाएं। इस आसान तरीके से आप अपने घर में गुजिया बना सकती हैं।

मालपुआ

गुजिया की तरह ही मालपुआ भी होली में बनने और खाई जाने वाली पाँपुर मिठाई है। मालपुआ बनाने के लिए सबसे पहले आप पैन में चीनी, केसर, पानी और इलायची डालकर चाशनी तैयार कर लें। फिर कटोरी में दूध और खोया को अच्छे से मिक्स कर लें। अब इसमें

मैदा मिला दें। मैदा मिलाए जाने के बाद चीनी और सौंफ भी डालें। इसके बाद आप मीडियम आंच पर मालपुआ तलकर इसे चाशनी में डुबो दें। इस आसान तरीके से आप घर पर मालपुआ बना सकती हैं।

बादाम का हलवा

बादाम का हलवा सभी लोगों को पसंद होता है। अगर आप भी इस बार होली में बादाम का हलवा बनाना चाहती हैं तो सबस पहले बादाम को भिगो लें। इसके फूलने के बाद आप बादाम के ऊपर का छिलका उतार कर पेस्ट तैयार कर लें। फिर एक कढ़ाई में धी गर्म करने के बाद उसमें बादाम का पेस्ट डाल दें। अब इसको अच्छे से भून लें। जब यह पेस्ट अच्छे से भून जाए तो इसमें चीनी मिला लें और सूखा होने तक पकाते रहें। हलवा सूखने के बाद इसमें बारीक कटा हुआ बादाम, किशमिश और पिस्ता डालकर मिक्स कर लें।

सैंपल से पता चला कि कमरे की रोशनी में एक रात सोने से प्रतिभागियों के इंसुलिन प्रतिरोध में इजाफा हुआ है। आज इस आर्टिकल के माध्यम से हम आपको लाइट जलाकर सोने वाले नुकसानों के बारे में बता रहे हैं। जिससे कि आप भी आने वाले खतरे को देखकर इस आदत को जल्द छोड़ सकें।

मोटापे का खतरा



मेटाबॉलिज्म और हार्ट पर प्रभाव होने की अधिक संभावना रहती है। इसके अलावा ऐसे लोगों के ब्लड

महिलाओं पर किए गए अध्ययन से सामने आया है कि रूम लाइट या टीवी आँन करके सोने वाले लोगों को गंभीर बीमारियां होने का खतरा रहता है। वहीं ऐसा करने वाले लोगों में मोटापे का जोखिम ज्यादा होता है। लाइट बंद कर सोने वाले लोगों को इन परेशानियों का सामना नहीं करना पड़ता है। वहीं मोटापे के खतरे से कई गंभीर बीमारियों को भी बुलावा मिलता है। इसलिए अगर आप भी लाइट जलाकर सोते हैं तो आपको भी अपनी इस आदत को जल्द ही छोड़ना चाहिए।

थायराइड में इन फूड्स को डाइट में करें शामिल, तेजी से होगा वेट लॉस

अ

गर आप भी थायराइड के मरीज हैं और तेजी से बढ़ रहे वजन से परेशान हैं। ऐसे में आप कुछ फूड्स को अपनी डाइट में शामिल करें। इससे आपको वेट लॉस करने में मदद मिलेगी। थायराइड एक आम बीमारी होती है। थायराइड गले में मौजूद एक ग्रंथि है। बता दें कि यह हार्मोन बनाती है, जो शरीर के फंक्शन करने के लिए जरूरी होता है। लेकिन जब गड़बड़ी के चलते थायराइड इन हार्मोन को कम या ज्यादा मात्रा में बनाने लगता है, तो उसे थायराइड की बीमारी कहते हैं। थायराइड मुख्य रूप से दो तरह की होती है। एक को अंडरएक्टिव थायराइड और दूसरा ओवरएक्टिव थायराइड कहते हैं। अंडरएक्टिव थायराइड मरीजों का वजन तेजी से बढ़ने लगता है। बता दें कि हाइपोथायरायडिज्म का उपाय तब किया जाता है, जब पर्याप्त हार्मोन का उत्पादन नहीं होता है। हालांकि यह किसी भी उम्र में आपको प्रभावित कर सकता है। अगर आप भी इससे परेशान हैं तो आप इन फूड्स से थायराइड के बढ़े वजन को कंट्रोल कर सकते हैं।

नट्स और सीड़स

नट्स और सीड़स वजन घटाने में फायदेमंद होता है। सेलेनियम और जिंक का सूखे मेवे अच्छा स्रोत होते हैं। इसके अलावा खासतौर पर सेलेनियम का एक उत्कृष्ट स्रोत ब्राजील नट्स भी होते हैं। यह थायराइड को बेहतर को बेहतर तरीके से काम करवाने में मदद करता है।

चिया सीड़, और कदू के बीज में भी भरपूर मात्रा में जिंक पाया जाता है।

मदद से थायराइड फंक्शन में सुधार होने के साथ-साथ तेजी से वेट लॉस में करने में मददगार होता है।



हरी सब्जियां

प्रोटीन, फाइबर विटामिन सी और एंटीऑक्सीडेंट युक्त हरी सब्जियों का सेवन करने से यह आपके थायराइड फंक्शन को सुधारने का काम करती है। साथ ही यह बढ़ते हुए वजन को भी तेजी से कंट्रोल करती हैं। अगर आप भी थायराइड के बढ़ते वजन से परेशान हैं तो टमाटर, शिमला, मूली, पत्ता गोभी, हरी पत्तेदार सब्जियों का सेवन करना आपके लिए फायदेमंद हो सकता है।

कैफीन और पानी

दाल और बीन्स में भरपूर मात्रा में प्रोटीन पाया जाता है। आपको बता दें कि इसका सेवन करना मरीज के लिए काफी फायदेमंद होता है। साथ ही यह मेटाबॉलिज्म को भी सुधारने में मदद करता है। जिससे तेजी से वजन घटने लगता है।

अंडा

अगर आप भी थायराइड से बढ़ने वाले वजन से परेशान हैं, तो अंडा आपके बढ़ते वजन को मेनटेन करने का एक बढ़िया ऑप्शन है। अंडे की जर्दी में भरपूर मात्रा में जस्ता, सेलेनियम और प्रोटीन पाया जाता है। जिसकी

ज्यादा कैफीन का सेवन करने से मोटापा बढ़ता है। ऐसे में अगर आप थायराइड की दवा के साथ कैफीन का सेवन करते हैं तो इस आदत को बदल देना चाहिए। क्योंकि यह झासा के लेवल को बिगाड़ने का काम करता है। वजन घटाने के लिए कैफीन फी ड्रिंक का सेवन करें। वहीं वेट लॉस के लिए पानी सबसे अच्छा ड्रिंक है। इससे तेजी से वजन घटाने में मदद मिल सकती है।

फ्लेवोनोल्स- ये आहार में फ्लेवोनोइड्स के सबसे प्रचुर स्रोत हैं और इसमें कैफ्टेरोल, क्लोरेटिन, माइक्रेटिन और फिसेटिन शामिल हैं। टमाटर, प्याज, गोभी, सेब, अंगूर, जामुन, चाय व रेड वाइन आदि इसके रिच सोर्स हैं।

फ्लेवोन्स- पुदीना, पार्सले, थाइम, सेलरी व कैमोमाइल आदि में फ्लेवोन्स पाए जाते हैं।

फ्लेवनोल्स या फ्लेवन-3-ओल्स- इनमें कैटेचिन शामिल हैं, जैसे एपिकेचिन और एपिगैलोकैटेचिन। ब्लैक, ग्रीन और ऊलोंग टी, ब्लू बैरीज, आइ, कोको, सेब, अंगूर और रेड वाइन में फ्लेवनोल्स पाए जाते हैं।

फ्लेवनोन्स- ये सभी खट्टे फलों में पाए जाते हैं और संतरे, नीबू और अन्य खट्टे फलों के छिलके के कड़वे स्वाद के लिए जिम्मेदार होते हैं।

आइसोफ्लेवोन्स- आइसोफ्लेवोन यौगिक, जैसे जेनिस्टिन और डैडजिन, फलियां और सोयाबीन में पाए जाते हैं।

एथोसायनिन- साइनाइडिन, डेलिफनिडिन और पेओनिडिन जैसे एथोसायनिन फलों और सब्जियों के लाल, नीले या बैंगनी रंग के लिए जिम्मेदार होते हैं। क्रैनेबेरी, स्ट्रॉबेरीज, ब्लू बैरीज, रास्बेरी, ब्लैकबेरी आदि में यह पाया जाता है।



सलाह दी जाती है कि हर व्यक्ति को अपनी डाइट में विटामिन पी रिच फूड्स को अवश्य शामिल करना चाहिए।

विटामिन पी रिच फूड्स

फ्लेवोनोइड्स या बायोफ्लेवोनोइड्स को पहले विटामिन पी के रूप में जाना जाता था। फ्लेवोनोइड्स या बायोफ्लेवोनोइड्स प्लांट बेस्ड खाद्य पदार्थों में पाए जाते हैं। बता दें कि फ्लेवोनोइड्स मुख्य रूप से 6 प्रकार हैं।

विटामिन पी के हेल्थ बेनिफिट्स

विटामिन पी को फ्लेवोनोइड्स भी कहा जाता है। यह पौधों में पाया जाने वाला एक तरह का यौगिक है और इसे शरीर के लिए बेहद ही आवश्यक माना जाता है। दरअसल, दिल से लेकर दिमाग तक के लिए इसे बेहद फायदेमंद माना जाता है। यह आपके मेटाबॉलिज्म को भी बेहतर तरीके से काम करने में मदद करता है और डायबिटीज सहित कई बीमारियों को मैनेज करने में मददगार है। इसलिए यह



बड़े पर्दे पर एक्शन करते दिखेंगी दीपिका-कैटरीना

आने वाले समय में अगर किसी फिल्म में कैटरीना कैफ और दीपिका पादुकोण कंधे से कंधा मिलकर दुश्मनों का मुकाबला करते हुए, मशीनगन चलाती नजर आएं तो आश्र्य की बात नहीं होगी। कहा जा रहा है दीपिका-कैटरीना को साथ देखने के लिए लोगों में जबर्दस्त ऋज है और उन्हें साथ लाया गया तो फिल्म की बॉक्स ऑफिस सफलता तय है।

प

ठान की सफलता के बाद अगर शाहरुख खान बीते चार साल के मुश्किल दौर को भुला चुके हैं तो विश्वास कीजिए कि इस फिल्म ने दीपिका करियर का भी करियर फिर से पटरी पर ला दिया है। उन्हें भी बॉक्स ऑफिल पर चार-साढ़े चार साल बाद कायमाबी मिली है। पद्मावत उनकी आखिरी हिट थी। इसके बाद उनकी छपाक फ्लॉप रही। 83 का बॉक्स ऑफिस पर बहुत बुरा हाल हुआ। गहराइयां ओटीटी पर रिलीज होकर भी हर किसी के निशाने पर रही। लेकिन पठान के साथ दीपिका का खराब दौर बीती बात लग रहा है और यह कैटरीना कैफ तथा आलिया भट्ट के लिए अच्छी खबर नहीं है। बीते कुछ समय में आलिया के खाते में सफलताएं दर्ज हुईं और वह 2021-22 में तेजी से उभर कर आई। कहा जा रहा था कि वह दीपिका की जगह ले सकती हैं। वही कैटरीना कैफ अपनी जगह को बड़े सितारों के साथ काम करते हुए सुरक्षित बनाए थीं। परंतु आने वाले कुछ महीने इन अभिनेत्रियों की नींद उड़ा सकते हैं। पठान के निर्देशक सिद्धार्थ आनंद की मानें तो प्रोड्यूसर आदित्य चोपड़ा ने टाइगर, वार और पठान सीरीज की फिल्मों को लेकर बहुत सारी कहानियां सोच रखी हैं। इसमें उन्होंने अपनी तरफ से पूरे गणित बैठाए हुए हैं कि किसके साथ किसकी कहानी दिखाएंगे तो दर्शक थियेटरों तक खिंचे चले आएंगे। पठान में उन्होंने शाहरुख खान और सलमान खान को साथ लाकर प्रयोग कर लिया है। दर्शकों ने फिल्म करण अर्जुन के बाद शाहरुख-सलमान को कभी साथ में एक्शन करते नहीं देखा था। पठान में आदित्य चोपड़ा ने दोनों को साथ में एक ट्रेन पर लंबे फ़ाइटिंग सीन में उतार दिया। यह देख कर शाहरुख-पठान के फैन्स फूले नहीं समा रहे हैं। यशराज फिल्म्स ने जासूस किरदारों की इन कहानियों को स्पाईवर्स नाम दिया है और उनकी योजनाओं से साफ है कि इसमें वे तीनों फिल्मों के किरदारों को यहां-वहां करते रहेंगे। इसके बाद



से इंडस्ट्री में यह चर्चा है कि आने वाले समय में अगर किसी फिल्म में कैटरीना कैफ और दीपिका पादुकोण कंधे से कंधा मिलकर दुश्मनों का मुकाबला करते हुए, मशीनगन चलाती नजर आएं तो आश्र्य की बात नहीं होगी। कहा जा रहा है दीपिका-कैटरीना को साथ देखने के लिए लोगों में जबर्दस्त ऋज है और उन्हें साथ लाया गया तो फिल्म की बॉक्स ऑफिस सफलता तय है। दीपिका जहां पठान में नजर आई थीं, वह कैटरीना टाइगर सीरीज की पिछली दो फिल्मों में आ चुकी हैं। टाइगर 3 इस साल के अंत तक रिलीज होगी। उल्लेखनीय है की यशराज फिल्म्स की इन फिल्मों में कैटरीना और दीपिका, दोनों को पाकिस्तानी एजेंटों की भूमिकाएं दी गई हैं। पठान में जहां दीपिका डॉ. रुबिया के रोल में हैं, वहीं कैटरीना कैफ एजेंट जोया बनी हैं। दोनों पाकिस्तान की तरफ से आतंकवाद को खत्म करने के लिए लड़ती हैं। पठान में डॉ. रुबिया जहां शाहरुख खान से मिलती हैं, वहीं टाइगर फिल्मों में कैटरीना की मुलाकात सलमान खान से होती है। टाइगर जिंदा है में टाइगर-जोया को शादीशुदा दिखाया गया था, जो भारत-पाकिस्तान को छोड़कर अपने बच्चे के साथ किसी तीसरे देश में रहते हैं। पठान में हालांकि पठान और रुबिया का एक-दूसरे के प्रतिक आकर्षण दिखाया गया, मगर उनके रोमांस पर जोर नहीं दिया गया। संभावना है कि इस सीरीज की आने वाली कहानियों में दोनों को टाइगर तथा जोया की तरह ही दिखाया जाए।



● टीम गूंज न्यूज नेटवर्क



ज संगीत विशेष में इस बार हम अपने पाठकों को रुबरू करा रहे हैं क्लासिकल सिंगर पारूल दीक्षित से जिहोने क्लासिकल सिंगर के रूप में ग्वालियर अंचल का नाम रैशन कर सफलता हासिल की है। संगीत के प्रति उनके प्रेम और जज्बे को देखते हुए आज गूंज विशेष में हम आपको पारूल दीक्षित की जिंदगी से जुड़े कुछ अहम पहलुओं से रुबरू करा रहे हैं पेश हैं बातचीत के मुख्य अंश।

मेम आप अपनी जर्नी के बारे में बताएं?

मैं म्यूजिक मैं कैसे आई क्यों आई यह एक बहुत लम्बी कहानी है। मेरी फँमिली में कोई भी म्यूजिक बैकग्रांड से नहीं है। मेरे माता पिता म्यूजिक सुनने के शौकीन हैं। एक दिन मेरे पिता ने मुझे कोई गाना गाते सुन लिया उस दिन से उहोने मुझसे कहा की मुझे अपनी म्यूजिक की ट्रेनिंग की शुरूआत करनी चाहिए। मेरे मना करने के बाद भी वो एक गुरु को घर ले आए। शुरूआत के दिनों में मुझे ट्रेनिंग काफ़ी बोरिंग लगती थी। फिर धीरे-धीरे मुझे भी म्यूजिक में इंटेरेस्ट आने लगा। फिर मैंने अपनी पढ़ाई के साथ-साथ 12वीं तक में म्यूजिक सीखा। मेरा द्विकाव म्यूजिक की तरफ़ ही था। 12वीं के बाद मैंने म्यूजिक को ही अपना करियर चुन लिया।

आज के युवा या जो न्यू जनरेशन हैं वो म्यूजिक में अपना करियर कैसे बना सकते हैं?

म्यूजिक की एक सही फॉर्मल ट्रेनिंग और म्यूजिक के लिए डेवोशन होना जरूरी है। म्यूजिक यूनिवर्सिटी से डिग्री करें बीए या बीबीए एक फॉर्मल ट्रेनिंग के बाद ही म्यूजिक में कोई स्कोप है। और जितने भी आप रियलिटी शोज़ देखते हैं उसमें जितने भी लोग आते हैं वो फॉर्मली ट्रेनिंग होते हैं। काफ़ी लोग एक्साइटमेंट में अपनी जर्नी शुरू तो करते

है पर कटिन्यू नहीं कर पाते?

किसी भी फॉल्ड में पेशेंस होना बहुत ज़रूरी है। स्पेशियली म्यूजिक के लिए तो बहुत पेशेंस चाहिए होता है। जब हम शास्त्री संगीत की अगर बात करे तो हमारे गुरु हमेशा कहा



करते थे की एक जन्म जो है ना वो इसके लिए कम हैं। तो जो भी कोई इस फॉल्ड में आ रहा है पेशेंस रखना पड़ेगा। जो लोग संगीत को करियर के तौर पर देखते हैं उन लोगों के लिए पेशेंस और डेडीकेशन दोनों चीज़ों की बहुत ज़रूरत है। एक म्यूजिशन की लाइफ में डिसिप्लीन कितना इम्पोर्टेंट होता है?

संगीत के क्षेत्र में है बेहतर करियर: पारूल दीक्षित

मैं अपने स्टूडेंट्स को कहती हूँ कि वह रेगुलरली मोर्निंग रियाज करे उसे वो बेहतर तरीके से ग्रूम होंगे और आगे जाएंगे।

म्यूजिक की डिग्री के बाद एक स्टूडेंट के लिए क्या क्या जॉब ऑपर्टुनिटीज़ होती है?

जॉब ऑपर्टुनिटीज़ के लिए कई स्ट्रीम होता है की आप एक आर्टिस्ट के रूप में समर्ने आ सकते हैं। जिसमें आप फ़िल्म या जो बॉलीवुड म्यूजिक है उसमें भी जा सकते हैं। आप अगर क्लासिकल ट्रेनिंग है तो आप फ़ीलांसर के तौर पर स्टेज पर परफॉर्म कर सकते हैं। जॉब की अगर हम बात करे तो हर स्कूल में म्यूजिक टीचर की बेकंसी होती है। और अगर कोई चाहे तो नेट या पी. एच. डी. के साथ उसको एजुकेशन में उसे और ऊपर लेकर जाए। या फिर स्कूल में जॉब के साथ साथ फ़ीलांसरिंग स्टेज कंसर्ट भी कर सकते हैं।

वॉइस ओवर आर्टिस्ट या म्यूजिशियंस के लिए कोन कोन सी एसी एक्साइज है जो घर पर बेठकर की जा सकती है?

संगीत का आधार होता होता है सा एक स्वर होता है सा और का उच्चारण करते आपनी ब्रेथ को होल्ड करते हैं। के उच्चारण करने से वॉइस में एक नेचुरल बैस डेवलप होता है। और ब्रेथ सट्रैट भी बढ़ती है स्टॉप वॉच यूज करके अपनी ब्रेथ कैपेसिटी मॉनिटर कर सकते हैं।

मैं अभी हर जगह एग्राम का माहोल चल रहा है ऐसे में आप बच्चों को क्या एडवाइस देना चाहेगी वो कैसे अपने आप को कूल एंड काम रखे?

म्यूजिक इस थे बेस्ट मेडिसिन इ सपोज़ म्यूजिक हील्स उस हील्ज और सोल। आप प्रेशर में है आप पढ़ रहे हैं आप स्ट्रेस है। आप अपना फेवरेट म्यूजिक सुने उसको एंजॉय करे चेरिश करे। कीप लिसनिंग योर फेवरेट।



AKSA International received "Young Achiever's Award 2023"

The Associated Chambers of Commerce & Industry of India (ASSOCHAM) is the country's oldest apex chamber. It brings in actionable insights to strengthen the Indian ecosystem, leveraging its network of more than 4,50,000 members, of which MSMEs represent a large segment. With a strong presence in states, and key cities globally, ASSOCHAM also has more than 400 associations, federations and regional chambers in its fold.

Aligned with the vision of creating a New India, ASSOCHAM works as a conduit between the industry and the Government. The Chamber is an agile and forwardlooking institution, leading various initiatives to enhance the global competitiveness of the Indian industry.

The Indian aviation market is on a high growth path and expected to become the third largest aviation market in the world. This growth is driven by a growing economy, rising incomes, intense competition among airlines and a supportive policy environment. Ministry's initiative towards UDAN scheme has provided regional connectivity. Post disinvestment of Air India, the Indian aviation industry is dominated by private low-cost airlines who

have made air travel affordable to masses. The Ministry's further focus on Creation of an International Aviation Hub in India,

Conference is to augment & support Govt of India's initiatives. The outstanding achievers from Industry will be felicitated



Operationalisation of Production Linked Incentive Scheme (PLI) for Drones and Components to promote indigenisation, Digi Yatra, Indigenous design and manufacture of aircrafts and aircraft components, Skilling and Safety, enhanced efficiency, and economic viability of operations in major airports, will take India's Civil Aviation market to the next level. ASSOCHAM's 14th International Civil Aviation Conference will focus upon these aspects. The objective of the

with Civil Aviation Awards during this annual meet. Shri Jyotiraditya M. Scindia, Hon'ble Union Minister of Civil Aviation, Government of India has concurred to be the Chief Guest at the Plenary Session. Senior Government Officials including Shri Piyush Srivastava Senior Economic Advisor, Smt Rubina Ali Joint Secretary to the Government of India and Shri P K Thakur Deputy Director General Ministry of Civil Aviation will interact with industry stakeholders.

देव श्रीमाली को ग्लोबल अवार्ड फॉर एक्सीलेंस इन जर्नलिज्म

● टीम गूंज न्यूज नेटवर्क

म

ध्यप्रदेश के वरिष्ठ पत्रकार, लेखक और राजनीतिक विश्लेषक तथा इंडिया शाम तक के संपादक देव श्रीमाली को नोएडा के मारवाह फ़िल्म और पत्रकारिता इंस्टिट्यूट में आयोजित एक भव्य और गरिमापूर्ण आयोजन में ग्लोबल अवार्ड फॉर एक्सीलेंस इन जर्नलिज्म से नवाजा गया। यह सम्मान पाने वाले वे मध्यप्रदेश के पहले पत्रकार हैं। उन्हें सम्मान संमारोह के मुख्य अतिथि अफ्रीकी देश लिसेशो के हाई कमिशनर थाबांग लिनस खोलुमो और साइप्रस के डिप्टी हाईकमिशनर यानिस मेकराइड ने प्रदान किया। अध्यक्षता मारवाह फ़िल्म और पत्रकारिता इंस्टिट्यूट के चेयरमेन संदीप मारवाह ने की।

इस भव्य और गरिमापूर्ण आयोजन में देश के सुप्रसिद्ध पत्रकार पद्मश्री आलोक महेता, जनसत्ता और इंडियन एक्सप्रेस के पूर्व संपादक राहुल देव, सुप्रसिद्ध कॉमेटेटर कुलविंदर सिंह, प्रसिद्ध टीवी एंकर अनुराग मुस्कान और मारवाह फ़िल्म इंस्टिट्यूट के आयोजन समिति के प्रमुख सुशील भारती जाने माने कार्टूनिस्ट इरफान, पंचायत और ग्रामीण विकास मंत्रालय के मीडिया प्रमुख आलोक पण्डिया, देश के प्रमुख मीडिया इंवेंट ऑर्गनाइज़र और नोएडा प्रेस क्लब के प्रमुख पदाधिकारी दिनेश गौर सहित पत्रकारिता, साहित्य, टीवी और सिनेमा की अनेक हस्तियां मौजूद थीं।

सम्मान किया ख्याली आलोक तोमर को समर्पित

इस मौके पर अपने उद्घोषन में अपने उद्बोधन में देव श्रीमाली ने कहांकि यह सम्मान मेरे लिए खास मायने इसलिए रखता है क्योंकि यह मध्यप्रदेश की पत्रकारिता का सम्मान है और इस बात का प्रमाण भी कि ग्लोबलाइजेशन के दौर में कोई भी पत्रकार गाँव कस्बे में भी अपना बेहतर काम करके देश और दुनिया का ध्यान आकृष्ट कर सकता है। पहले यह केवल राजधानी और मेट्रो स्टीटी में रहकर ही किया जा सकता था। श्रीमाली ने कहांकि वे यह सम्मान देश के जाने माने पत्रकार स्व आलोक तोमर को समर्पित करते हैं। वे ही थे जिन्होंने तीन दशक पहले मुझे पहली बार दिल्ली बुलाया था और आज उसी दिल्ली में मेरा सम्मान होना उनके मुझ पर किये गए भरोसे और उम्मीद का प्रतिफल है इसे मैं उन्हें ही सौंपना चाहता हूँ।

भिण्ड से की पत्रकारिता की शुरुआत

ग्लबल अंचल के भिण्ड में 12 सितंबर 1962 में पैदा



अब तक मिल चुके हैं सम्मान

देव श्रीमाली को अब तक देश और प्रदेश के अनेक सम्मान मिल चुके हैं जिनमें प्रतिष्ठित राष्ट्रीय उद्भव एक्सीलेंस पत्रकारिता सम्मान 2021, प्रसिद्ध शब्द ऋषि सम्मान (रेटेट प्रेस क्लब इंडॉर), राष्ट्रीय संजीवनी मीडिया अवार्ड, भगवान सहाय शर्मा कलमवीर सम्मान सप्ते संग्रहालय भोपाल का राजेन्द्र नूतन श्रेष्ठ रिपोर्टर सम्मान, घम्बल रब सम्मान, राष्ट्रकवि मैथली शरण गुप्त पत्रकारिता सम्मान, किस्सा कोताह साहित्यिक पत्रकारिता सम्मान सहित देश प्रदेश में अनेक सम्मान प्राप्त हो चुके हैं।

हुए देव श्रीमाला न अपना शक्षा भा वह हासल का। भिण्ड के एमजे-एस कॉलेज से एम कॉम एल-एल-बी, ग्वालियर से एमए हिंदी, बीजे-एसी और फिर मास्टर ऑफ जर्नलिज्म एंड मास कम्युनिकेशन (एम जे-एसी) की डिग्री हासिल की। खास बात उन्होंने एमजे-एसी की परीक्षा अपने विद्यार्थियों के साथ ही दी। यानी वे उन्हें पढ़ाने भी गए और फिर खुद भी उनके साथ स्टूडेंट बनकर परीक्षा दी।

18 वर्ष की अग्र में ही पत्रकारिता की

देव श्रीमाली बैंक, शिक्षा, राजस्व, डाक तार विभाग और

अनेक पुस्तकें लिख चुके हैं

पत्रकार देव श्रीमाली ने अब तक अनेक पुस्तकें भी लिखी हैं जिनमें अपराध आप जुड़ी घटनाओं को लेकर आलोक तोमर के सम्पादन में - परत दर परत, महासमर के योद्धा (स्वतंत्रता आंदोलन में ग्वालियर की भूमिका पर पुस्तक), एमी की कला संस्कृति पर आधारित पुस्तक - विविधा का सम्पादन किया, घम्बल अंचल की पुरा संपदा पर आधारित पुस्तक - गौरवशाली अतीत के साक्षी, कोरोना काल में दिवंगत पत्रकारों के परिवारों पर आधारित विश्वर में वर्चित किताब - बिछड़े कई बारी - बारी, लिखी। यह कोरोना पर दुनिया का फहना डॉक्यूमेंटेशन था। इस किताब का विवेचन मध्यप्रदेश की विद्यासभा में मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान, पूर्व मुख्यमंत्री कमलनाथ, विवासभा अध्यक्ष गिरीश गोतम, गृहमंत्री डॉ नरोत्तम मिश्रा और नेता प्रतिपक्ष डॉ गोविंद सिंह के द्वारा किया गया। जद्य ही नेशनल बुक ट्रस्ट उनके द्वारा घम्बल अंचल पर लिखी गयी एक शोधपूर्ण पुस्तक शीघ्र ही प्रकाशित होने वाली है जिसका नाम है - घम्बल संस्कृति और विवास।

राज्य प्रशासनिक सद्वा म नाकरा के लिए चयानत हुए लेकिन उन्होंने अपना फोकस सिर्फ पत्रकारिता पर ही रखा। उन्होंने महज 18 वर्ष की उम्र से एक सामाजिक वनखंडेश्वर से खबरों की दुनिया से मुलाकात की तो फिर इसी के होकर रह गए। इस दौरान उन्होंने भिण्ड के दैनिक उदगार और दैनिक त्रिमुख बसंत और दैनिक आचरण में काम किया। ग्वालियर में पत्रकारिता की शुरुआत दैनिक आचरण से की और उसमें विभिन्न दायित्व संभाले। 1992 से 1999 ग्वालियर में दैनिक भास्कर में विभिन्न पदों पर रहे। यहां परत दर परत चर्चित सामाजिक कॉलम भी लिखते थे। दो वर्ष भोपाल में रहकर ही हिंदी मेल में भी काम किया।

आपकी अपनी आवाज़



कैंसर से डरना नहीं, लड़ना है: डॉ. अक्षय निगम

गूंज डॉक्टर विशेष: डॉक्टर अक्षय निगम ऑर्कलॉजिस्ट एवं डीन गजराराजा मेडिकल कॉलेज ने कैंसर के प्रति पाठकों को किया जागरूक

● टीम गूंज न्यूज नेटवर्क



ज डॉक्टर विशेष में इस बार हमने पाठकों को डॉक्टर अक्षय निगम ऑर्कलॉजिस्ट एवं डीन गजराराजा मेडिकल कॉलेज से रुबरु करा रहे हैं। जिन्होंने गूंज को दिए साक्षात्कार में अपनी जिंदगी से जुड़े अहम पहलुओं पर हमसे बातचीत की और कैंसर जैसी जटिल बीमारी के बारे में भी हमारे पाठकों को जागरूक किया। ये शब्द हैं पेश हैं उनसे बातचीत के प्रमुख अंश।

सबसे पहले आप अपने बारे में हमें बताइए?

मैं कालपी उर्ड उत्तर प्रदेश का रहने वाला हूं। इसके बाद में लखनऊ चला गया पढ़ने गया और वहां से पढ़ाई करते-करते एमबीबीएस झासी से किया और इसके बाद में काम करते-करते 2001 में ग्वालियर आया और तब से लेकर अब तक मैं ग्वालियर में हूं और अपनी सेवाएं दे रहा हूं।

कैंसर है व्याप?

मैं ग्वालियर मेडिकल कॉलेज की बात करूं तो पहले यहां कैंसर डिपार्टमेंट नहीं थी 2003 में ज्वाइन करने के पश्चात मेरे अथक प्रयासों से यहां कैंसर विभाग की स्थापना हुई कैंसर के ट्रीटमेंट संबंधी सभी प्रकार की



रेडियो रेडिएशन संबंधित कीमोथेरेपी संबंधित सुविधा उपलब्ध करावाने की भारपूर कोशिश की जो कि आज उपलब्ध भी है। कोविड-19 में जब देश के सभी तरह के इलाज बंद हो गए थे तबा ग्वालियर का गजरा राजा मेडिकल कॉलेज एक ऐसी जगह थी जहां पर कीमोथेरेपी हो रही थी।

3 कैंसर की छम बात करें तो यह ज़ेंडर स्पेसिफिक है या किसी भी इस ग्रुप के लोगों को ही सकती है या किसी भी व्यक्ति को सकती है?

पहले के परियोग में बात करें तो ऐसे ही सारी मैथ सोसाइटी में थी लेकिन वर्तमान में यह सारी चीजें खत्म हो गई है कोई व्यक्ति चाहे किसी भी उम्र का हो उसे कैंसर होने की संभावना होती है कोई व्यक्ति कहते हैं कि मैंने कभी गुटका नहीं खाया कभी सिगरेट नहीं पी फिर भी मुझे मुंह का कैंसर हो गया मैं आपको बताना चाहूँगा टेढ़े मेढ़े दांत जो मरीज बिल्कुल ध्यान नहीं देते बराबर काटते रहते हैं उसके अलावा तीखा मसाला खाते हैं और घाव को बढ़ाते रहते हैं ऐसे भी कैंसर बन जाता है और यह कह देना बिल्कुल गलत है कि सिफ गुटका वालों को ही कैंसर होता है अगर बात करें ब्रेस्ट कैंसर की तो पहले की महिलाएं स्तनपान जरूर करती थीं बदलते वक्त के साथ महिलाएं ब्रेस्ट ब्रेस्टन कल्चर से प्रभावित हुई ब्रेस्टफीडिंग बंद कर दी

आपने कैसा जीवन



इसी से ब्रेस्ट कैंसर का खतरा बढ़ा है लेकिन सरकार के ध्यान देने से वर्तमान में ब्रेस्ट कैंसर के केस में कमी आई है। इसी तरह से बच्चेदानी कैंसर की बात करें उसमें भी कमी आई है इसके लिए वैक्सीन भी आ गई है।

4 किसी के परिवार में पता चला कि किस व्यक्ति को कैंसर है परिवार में निराशा आ जाती है तो इन चीजों से कैसे डील करें?

पहले के टाइम में के कैंसर लाइलाज बीमारी है लेकिन वर्तमान में अंतर का पूरा इलाज कैंसर का इलाज संभव है थोड़ा बक्क की जरूरत और बात आती है पैसों की तो अब सरकार ने अयुष्मान योजना भी लांच की है जिसके माध्यम से कई सारे लोगों को लाभ मिला है और कई सारे लोग ठीक भी हुए हैं।

5 कैंसर के लक्षण क्या हैं?

शरीर में बहुत सी गांठे होते हैं कुछ नॉर्मल होती हैं और कुछ कैंसर की निशानी अगर कोई भी काटे हो रही है तो उसे डॉक्टर को जरूर दिखा लेना चाहिए अपना सन्देह भी दूर हो जाएगा इसके अलावा मुंह के घाव का इलाज करवाने के बाद भी नहीं भर रहे हैं बच्चेदानी में खून में पानी काफी लंबे समय से आ रहा है इसके अलावा ब्रेस्ट में गांठे इसके लक्षण हैं।

6 क्या परीक्षण के लिए वापसी बेपसी ही एकमात्र रास्ता है

बेपसी डायग्नोस्टिक प्लफ है तो किसी को डरना नहीं चाहिए।

7 कैंसर रोगियों को किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?

रोगियों को डरना नहीं चाहिए और ना ही हर किसी की बातों में आना चाहिए पानी खूब पीना चाहिए घर का खाना खाना चाहिए साफ और स्वच्छ और हर 2 से 4

घंटे में खाना खाते रहना चाहिए योगा कीजिए वॉक कीजिए तो आपका मोरल बूस्ट रहेगा।

8 सोसाइटी में अभी भी है कैंसर लाइलाज बीमारी है?

यह पहले था अब नहीं स्म्रतश्व3 के भी 60वाँ मरीज ठीक

वाले लोगों को बताते हैं तो एक से दूसरे तक पहुंच जाती है व्यसन से दूर रहें अच्छा खाए खूब सारा पानी पी 90त बीमारी आपसे बैसे ही दूर हो जाएंगी

10- अब हमारे यहां हिंदी में मेडिकल की पढ़ाई की



हो जाते हैं और स्म्रतश्व-4 में गिरे थोड़ा कम होता है 30 परसेंट स्टेज 4 के मरीज ठीक हो पाते हैं तो हम जितनी जल्दी कैंसर की पहचान करेंगे इलाज संभव हो सकेगा मरीज उतनी जल्दी ठीक हो सकेगा।

9 आप शहर के सबसे बड़े कॉलेज गजरा राजा मेडिकल कॉलेज के डीन हैं तो जीआरएमसी कैंसर अवेयरनेस के लिए क्या काम कर रहा है?

हम लोग समय-समय पर पोस्टर रंगोली नुकड़ नाटक से लोगों के बीच जागरूकता लाने का प्रयास कर रहे हैं और हम मरीजों को लाकर दिखाते हैं और स्टाफ भी हमारा उस समय रहता है जो लोगों में अवेयरनेस बढ़ाने का काम करता है लोग जो देखकर जाते हैं वह अपने साथ

युरुआत हुई है इसके बारे में आप क्या सोचते हैं?

हमारे यहां की 60 प्रश्न पब्लिक आदिवासी है या गांव में रहती है इंगिलिश में थोड़ी वीक कह सकते हैं हम होते हैं मैं मानता हूं कि पढ़ाई अपनी मातृभाषा और क्षेत्र भाषा में होनी चाहिए जैसे में ज्यादा समझ में आता है प्रभावी रूप से समझ आता है मेडिकल की पढ़ाई अंग्रेजी में होगी।

गवालिपर वासियों से आप क्या कहना चाहेंगे?

इतना ही कहना चाहूंगा स्वच्छ रहें स्वस्थ रहें और एक दूसरे का साथ देते रहे उससे क्या होगा हमारा देश और समाज दोनों साथ बढ़ागा किसी को किसी प्रकार की कोई समस्या नहीं आएगी।

Impact of Pond Development on Farmers in Gwalior

Gwalior, located in the northern part of Madhya Pradesh, has an extreme climate, especially in summer, with scorching heat levels in April, May, and June. The maxi-

population of over 1,950 people and 825 livestock. The recharge well in Dugnawali village created additional water storage and recharge capacity. The intervention improved the volume and quality of

pond development work carried out in Dugnawali has provided timely and adequate irrigation to his crops. He says, "Ever since the development of the pond, the water level of my well has risen! Before, I could run the motor for about 1.5 hours before running out of water, and now the motor can be run for three hours at ease."

A similar experience resonates with Kartar Singh Gurjar and Lokendra Phul Rajendra of Bhatpura Dung village. As a result of the pond development activity, water availability is allowing the farmers to diversify with more crops. Kartar Singh says, "I can irrigate my crops timely now because of the pond. The water levels in our bores and tube wells have also increased; I also cultivated some vegetables for home consumption this year, along with other crops."

Lokendra Phul says, "I used to cultivate mustard in one bigha land; this year, because of water availability in the pond, I doubled my crop area and cultivated mustard in two bigha land."

The project beneficiaries and villagers at large expressed their heartfelt gratitude to DCB Bank Limited and Sehgal Foundation for the results of the work.

mum temperature in peak summers reaches 43 to 48 degrees centigrade. Agriculture is the main livelihood in the community and the agricultural community depends on surface water to provide irrigation for their crops, but the region has a diminishing water table that threatens farmer livelihoods.

S M Sehgal Foundation (Sehgal Foundation) implemented project "Jal Vikas" in partnership with DCB Bank Limited in the Morena and Ghatigaon blocks of Gwalior district in Madhya Pradesh in 2021-22, with a primary objective to replenish the depleting water table by implementing solutions such as ponds with recharge wells. To make water available to meet the farm community's agricultural needs, 38 million liters of surface water storage capacity were created in Dugnawali and Bhatpura Dang villages, directly benefitting 364 households-a

groundwater in the long run and provides greater water security for households and livestock.

Kamal Kishore, a long-time resident of Dugnawali village and a beneficiary of the Jal Vikas project, expressed that the





ASHOKA

INTERNATIONAL PUBLIC SCHOOL

CBSE Affiliation No. : 1031221

Admissions
OPEN

Nursery to 10th



Facilities



Wi-Fi
Campus



Digital
Classrooms



International
Primary
Curriculum



Regular
Health
Check-up



Qualified &
Experienced
Faculty



Dedicated Faculty
for Sports, Music,
Arts & Craft



Well Maintained
Library &
Computer Lab.



Regular Counseling
for Students
& Parents.



CCTV surveillance
system equipped
premises.



Conveyance
Facility
Available.



नर्सरी कक्षाओं में
12 माह प्रवेश उपलब्ध

Campus : Chirwai Naka, Piproli, Lashkar-Gwalior

City Office : Gudi Guda ka Naka Tiraha, Kampoo, Gwalior

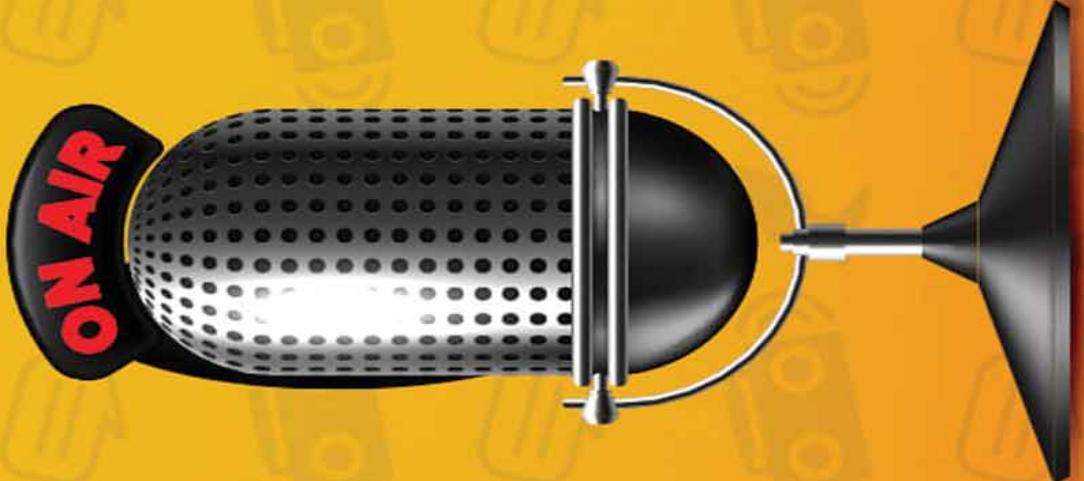
Tele. : 0751-2401010, Mob.: 9893304342 9826935303, 97540 27171



आपकी अपनी आवाज़।

First Frequency Radio Station of Gwalior
Stories | Talkshows | Knowledge

f Goonj90.8
 www.goonjgwl.com





विज्ञ न ज़ीरो

EDUCATION AND TRAINING
ARE CRUCIAL IN INSTILLING
APPROPRIATE BEHAVIORS AND
ATTITUDES IN ROAD USERS

CRACKING DOWN ON TRAFFIC OFFENCES
WILL MAKE A DIFFERENCE



90% OF ALL ACCIDENTS ARE LINKED TO HUMAN ERROR
THE BEHAVIORS OF ROAD USERS IS THE ARE WITH
BY FAR THE BIGGEST POTENTIAL FOR IMPROVING ROAD SAFETY



IN 30% OF FATAL
ACCIDENTS SPEEDING

DISTRACTION CAUSES
10-30% OF ROAD DEATHS

25% OF ALL ROAD
FATALITIES IN EUROPE
ARE ALCOHOL- RELATED

ABOUT 65% OF FATAL
ACCIDENTS ARE CAUSED BY
VIOLATIONS OF TRAFFIC RULES