लोक जागृति

वर्ष-5 अंक-11 नवम्बर 2015 मूल्य 15 पत्रिका

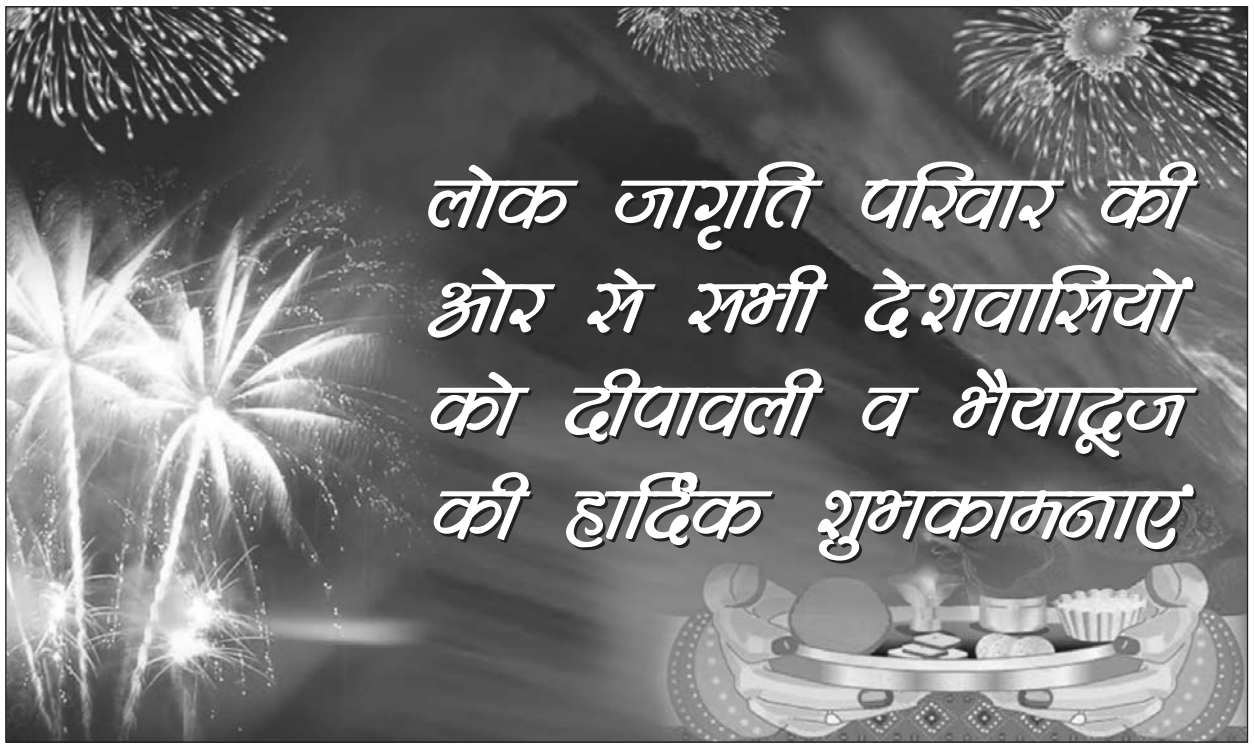
कानूनी मुद्दों पर मुखर बातचीत एवं सामाजिक जन जागरण का मासिक प्रकाशन

"पुराना लायें और नया ले जाएँ।"
* Condition Apply.
GRAND FESTIVAL OFFERS
Chimney
Cook Top
R.O. Water Purifier
Induction
Geysers
Modular Kitchen
And Other Kitchen Appliances
Kitchen N
Plot No-31, PNB Road, Sector -3rd A,
Rachna Vaishali- Ghaziabad–U.P.
E:mail- vaishalikitchenexus@gmail.com
www.kitchenexus.in
Tel. :- 0120-4558949
Cell : 9911173052, 9899418949

ck Calvin Klein
BAR 3 REAL LIVE MUSIC
Levi's
Lee
NIKE
PUMA
ZARA
DIWALI Spacial Offer
up to
70% OFF
Brand Surplus
All Brand Surplus Under One Roof
3A/306, Opp. P.N.B., Sec,-3A Vaishali, Gzb.
Mob. 9990133456

Vijay Ghandhi M+91-9811034677
01204295024, 9311358813
DELHI ELECTRICAL TRADING CO.
fully wholesellar
हमारे यहां पर दिल्ली के होलसेल रेट पर माल मिलता है
POLYCAB WIRES & CABLES
PHILIPS
HAVELL'S
Finolex gets people together
Add- Sec 2, Plot no. 137, Vaishali ghaziabad

Dr. Narendra Saraswat
(B.D.S. PGDCR)
HITI DENTAL CLINIC
ALL DAYS OPEN
Affordable & Quality Dental Care
SPECIAL DISCOUNT ON DENTAL IMPLANT
FREE DENTAL CHECKUP
CALL FOR APPOINTMENT 9999598080
Add.: 337 (Ground Floor) II-B, Sec-2, Vaishali



Suresh pandey **Mob-9810514888**

INDIAN/FOREIGN BOOKS, JOURNALS
NEW/OLD (LAW BOOKS), BACK VOLUMES
& SUBSCRIPTIONS SUPPLIER

SK

SK ACADEMIC PUBLISHING PVT.LTD

E-252/4, West Vinod Nagar, Delhi-110092
Email: - suresh66pandey@gmail.com
pandeysureshk@gmail.com

आवश्यकता है

निर्भीक संवाददाताओं और विज्ञापनदाताओं की। आप पत्रकार हैं, मगर आपकी खोजी रिपोर्ट दबाई जा रही है तो हमें भेजें।

लोक जागृति पत्रिका

95, सेक्टर 3ए, वैशाली,
गाजियाबाद, उप्र
9810960818

लोक जागृति (NGO)

लोक जागृति की स्थापना श्री स्वामी नारायण जी की प्रेरणा से की गई है। यह संस्था 80G में रजिस्टर्ड है। जिसका निम्नलिखित उद्देश्य है

- वृद्ध आश्रम की स्थापना करना।
- लोगों को जागृत करने के लिए 'लोग जागृति पत्रिका' का प्रकाशन।
- लोगों में कानूनी जागरुकता फैलाना।
- गरीब, विधवा, अनाथ बच्चों एवं असहाय लोगों की सहायता करना।
- अन्याय, अत्याचार, भ्रष्टाचार के खिलाफ लोगों को जागरुक करना।
- लोगों को अपने कर्तव्य एवं अधिकारों की जानकारी प्राप्त कराना।
- पर्यावरण सुरक्षा एवं स्वच्छता को प्रोत्साहन देना।
- धार्मिक जागरुकता फैलाना।

यदि आप संस्था से जुड़ना चाहते है तो सम्पर्क करें
95, सेक्टर 3ए, वैशाली, गाजियाबाद, उ.प्र.
मोबाइल : 9810960818ए 0120–4249595 ई मेल : lokjagriti@gmail.com, www.lokjagriti.com

खुद को कमजोर समझना सबसे बड़ा पाप है।

लोक जागृति की 20 सूत्रीय मांग

1. बेरोजगार को रोजगार प्रदान कराना।
2. सभी को उचित चिकित्सा सुविधा प्रदान कराना।
3. आरक्षण का आधार आर्थिक हो।
4. पुलिस व्यवस्था में सुधार हो।
5. अधिकारियों एवं कर्मचारियों के कार्य एवं योग्यता का प्रत्येक दस वर्ष में उनके प्रदर्शन का मूल्यांकन होना चाहिए।
6. एक निश्चित समय में न्याय निर्णय की व्यवस्था करना।
7. भारतीय न्यायालयों में भारतीय भाषा में कार्य करने की स्वतंत्रता हो।
8. शिक्षण संस्थान एवं चिकित्सा व्यवस्था पर सरकार का नियंत्रण हो।
9. सांसद व विधानसभा में पार्टी व्यवस्था समाप्त कर लोकहित में काम करना।
10. सामाजिक सोशल आडिट की व्यवस्था करना।
11. लाभ के पद पर बैठे लोगों की सब्सिडी बंद करना।
12. बड़े नोट 500, 1000 रुपए के नोटों का चलन बंद होना।
13. हर वस्तुओं एव सेवाओं की लागत अंकेक्षण कराना और वस्तुओ के पैकेट पर लागत मूल्य लिखना।
14. भारतीय दण्ड संहिता में सुधार झूठे केस दर्ज कराने एवं करने पर कार्यवाही करना या कुछ दण्डात्मक कार्यवाही ।
15. समान शिक्षा प्रणाली की व्यवस्था करना।
16. देश के प्राकृतिक संसाधनो पर सरकार का अधिकार होना चाहिए।
17. सीलिंग लिमिट जैसे कृषि भूमि पर उसी तरह शहरी क्षेत्र में भी होनी चाहिए।
18. कराधान एवं लाइसेंसी प्रक्रिया को सरल एवं स्पष्ट करना। लाल फीता शाही खत्म करना।
19. गरीबों की सही पहचान और उन्हे निःशुल्क कोई चीज न दे कर उन्हें रोजगार परक बनाना एव स्वावलम्बी बनाने का कार्यक्रम बनाना।
20. टोल टैक्स समाप्त करना।

पाठक के नाम

लोक जागृति (NGO) की स्थापना स्वामी नारायण जी की प्रेरणा से की गई है। स्वामी नारायण जी ने लोक जागृति के लिए सन्यास लिया, घर छोड़ा। स्वामी नारायण धर्म की स्थापना की और उस के प्रचार प्रसार के लिए अक्षर धाम मन्दिर की स्थापना पूरे, विश्व में कई जगह पर हुई है। दिल्ली के अक्षरधाम मन्दिर का नाम गिनीजबुक ऑफ वर्ल्ड रिकार्ड में दर्ज है। स्वामी नारायण का जन्म जिला गोण्डा के छपिया में हुआ था, इसी से प्रेरणा लेकर, लोक जागृति (NGO) की स्थापना की गयी और उसी क्रम मे लोक जागृति पत्रिका का सम्पादन किया जा रहा है। यह पत्रिका लोगों को कानूनी एव अन्य उपयोगी जानकारी के साथ–साथ स्वामी नारायण के लोक जागृति के उद्देश्यों को पूरा करने के लिए देश के हिन्दी भाषी क्षेत्र में प्रधान एव उपप्रधान को निःशुल्क पत्रिका देती है, और ग्रामीण क्षेत्रों की समस्या को जानने समझने का प्रयास किया जाता है। लोक जागृति द्वारा वृद्धाश्रम, निःशुल्क कानूनी सहायता व सामाजिक अकेक्षण का कार्य किया जाता है जिसके माध्यम से सरकारी विभागों मे कैम्प लगा कर आम जनता से जानकारी ली जाती है कि लोग उनके काम से कितना सन्तुष्ट है। लोक जागृति पत्रिका सामाजिक कार्य से सरोकार करने वाले लोगों को प्रोत्साहित करती है साथ मे सम्मानित भी करती है। हमारा मुख्य उद्देश्य गॉवों मे पत्रिका का वितरण करना तथा वहां के लोगों की आवाज को देश की राजधानी तक पहुंचाना है। जिससे लोगों को फायदा पहुंच सके और लोग अपनी बात सही तरीके से सरकार तक पहुंचा सके। सरकार लोकहित में सही कार्य कर सके और नीतियां बना सके। लोक जागृति 80G, 12A मे रजिस्टर है इसकी लोकप्रियता किसानो, गरीब ,पढ़े, लिखे ईमानदार लोगों, छात्रो मे है, जो दिन प्रतिदिन बढ़ती जा रही है। हमारे कानूनी जानकारी से सम्बन्धित लेख से लोगो को पुलिस अत्याचार, अवैध वसूली भष्टाचार से लड़ने मे महत्वपूर्ण सहयोग मिला है साथ मे स्वास्थ्य सम्बन्धी जानकारी से लोगो को स्वास्थ्य से सम्बन्धित अच्छी–अच्छी जानकारी मिल रही है। संस्था का प्रबंधन सेवारत एवं सेवानिवृत्त उच्च पदस्थ अधिकारी, एडवोकेट, न्यायाधीश आदि हस्तियों द्वारा किया जा रहा है। अतः निवेदन है कि इस एन.जी. ओ. और मासिक पत्रिका को आप सभी सहयोग प्रदान करने का कष्ट करें जिसका उपयोग जनता के हित में किया जाना है।

अच्छी बातें

चार बाते नहीं भूलनी चाहिए
बूढ़ों का आदर करना
छोटों को सलाह देना
बुद्धिमानों से सलाह लेना
मूर्खों से न उलझना।

श्रीराम आचार्य

वो शख्स जो झुक के तुमसे मिला होगा..
. यकीनन उका कद तुमसे बड़ा होगा।
उस मूर्ख इंसान से सौ कदम दूर
रहना चाहिए जिसे भ्रम हो कि वह
बहुत समझदार है।

पाउडर खा के बनाई हुई बॉडी जमीन बेचकर आया
पैसा और फेसबुक द्वारा उपजा प्रेम कभी नहीं टिकता।

इस समय में लोग रावण भी हो जाए तो भी बहुत है।
रावण बनना भी कहां आसान है....
रावण में अहंकार था तो पश्चाताप भी था।।
रावण में वासना थी तो संयम भी था।
रावण में सीता के अपहरण की ताकत थी तो बिना सहमति
परस्त्री को स्पर्श भी न करने का संकल्प भी था।
सीता जीवित मिली ये राम की ही ताकत थी पर
सीता पवित्र मिली ये रावण की मर्यादा थी।

शत्रुओं को मित्र बनाकर क्या मैं उन्हें नष्ट नहीं कर रहा ?

लोक जागृति पत्रिका

नवम्बर 2015 वर्ष 5 अंक 11

संरक्षक

कपिल सिंघल

डा. ए.जी. अग्रवाल

संपादक

संतोष कुमार मिश्रा (एडवोकेट)

वित्त सलाहकार एवं सह सम्पादक

नीरज बंसल

समाचार संपादक

बृजमोहन, आसिफ खान

संपादकीय सहयोगी

सुरेश पाण्डेय

तेज सिंह यादव (एडवोकेट)

नरेन्द्र कुमार सक्सेना

गिरीश त्रिपाठी

एस.बी.एस. गौतम

सत्येंद्र श्रीवास्तव

अश्विनी मिश्रा (एडवोकेट)

राहुल मिश्र

जगजीत सिंह

कृष्ण कुमार पाण्डेय (एडवोकेट)

राजेश कुमार मिश्र

कमल कांत त्रिपाठी (एडवोकेट)

तरुण गुप्ता (एडवोकेट)

पूनम सिंह (एडवोकेट)

शोभा चौधरी

अनिल कुमार शुक्ला

रजनीश कुमार पाण्डेय

महेन्द्र पाण्डेय (एडवोकेट)

प्रमोद उपाध्याय (एडवोकेट)

मार्केटिंग

दीपक गुप्ता

सर्कुलेशन

संदीप माथुर

साज सज्जा

A.N.R. Creation

9868632759

मुद्रक प्रकाशक एवं संपादक
संतोष कुमार मिश्र
द्वारा आदर्श प्रिंटिंग हाउस बी 32 महिंद्रा इंक्लेव शास्त्री नगर गाजियाबाद से मुद्रित एवं 3ए 341 वैशाली, गाजियाबाद से प्रकाशित।

इस पत्रिका में छपे किसी भी लेख से संपादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। किसी भी विवाद के निराकरण के लिए गाजियाबाद न्यायालय पूर्ण क्षेत्राधिकार व निर्णय मान्य होगा।

RNI NO.
UPHIN/2011/39809

सम्पादकीय

सत्ता और शासन की साठ गांठ ही भ्रष्टाचार का माध्यम हैं जिसे ''जुगाड़'' भी कह सकते हैं। इसी का ही परिणाम है कि UPPSC के अध्यक्ष अनिल यादव बना दिये जाते है और सारी प्रक्रिया एक दिन में भले ही वह रविवार ही क्यों न हो पूरी कर ली जाती है। ऐसे और कितने अध्यक्षों की और पदों पर नियुक्ति हुई होंगी और सिर्फ उत्तर प्रदेश ही नहीं अन्य राज्यों और केंद्र तक यह ''जुगाड़'' काम कर रहा है। इसका परिणाम व्यापम सबके सामने है। हमारा देश महान है। इतना ज्यादा भ्रष्टाचारी, माफिया, कुकर्मी लोग ही शासन और सत्ता पर या तो काबिज है या उसके करीब हैं। ''जुगाड़'' से भ्रष्ट लोग अपनी पहुंच बना ही लेते हैं। इसका एक और उदाहरण लेते हैं कि देश में एक ओर प्रतिदिन लगभग 46 किसान आत्महत्या कर रहे हैं तो सरकारी योजनाओं का लाभ किसे मिल रहा है ? जाहिर है यहां ''जुगाड़'' ही चल रहा होगा। किसान के नाम पर आयकर का फायदा लेने वाले जमीनें हड़पने ''जुगाड़'' वाले लोग ही फायदा ले रहे हैं। इसी तरह सरकारी स्कूल, अस्पताल में सिर्फ गरीब पिस रहे हैं लेकिन एम्स में वीआईपी लोगों का उपचार होता है और गरीबों पर रिसर्च की जाती है। ऐसे में यहां के डाक्टरों की नैतिकता मर चुकी है कहना गलत नहीं होगा। यहां तो कुएं में भी भांग पड़ी है तो कहने ही क्या है ? केंद्र में मोदी जी की सरकार को आए लगभग डेढ़ साल से ऊपर हो गए हैं लेकिन सरकार द्वारा कोई ठोस कार्य विकास के लिए नहीं हो पाया सिवाय भाषण तुकबंदी, मेल–मिलाप, डेंटिंग–पेंटिंग एवं भावनात्मक मुद्दों को छोड़कर। इसका मुख्य कारण है आपसी खींचतान। मोदी जी भ्रष्टाचार के विरोधी है और वह सभी मंत्री, सांसद पर पूरी तरह से नकेल कसे हुए हैं। अब इस बात का खुल कर कोई विरोध तो नहीं कर रहा लेकिन ''जुगाड़'' किसी तरह मोदी, अमित शाह की जोड़ी को फेल करने में लगाया जा रहा। अब तो यह भी चर्चा होने लगी है कि इतना खर्च चुनाव लड़ने का मतलब क्या जब कोई फायदा नहीं है।

स्वामी विवेकानंद ने कहा था कि हिंदुस्तान को विश्व के एक नम्बर पर पहुंचाने के लिए सौ विवेकानंद चाहिए तो आप समझ सकते हैं कि सिर्फ एक नरेंद्र मोदी क्या कर सकते हैं? मोदी के पास जो टीम है वह भी ''जुगाड़'' वाली। सभी टीम सदस्य अपने–अपने ''जुगाड़'' में लगे हैं देश या सिस्टम की उनको कहां फिक्र। उनकी सिर्फ टीम दिखावे की है और वह इस ताक में रहते हैं कि मोदी जी रस्सी ढीली करें और कब हम ''जुगाड़'' कर लें। यही नहीं राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ भी है जिसके लोग राष्ट्र के बहुत बड़े भक्त हैं इसमें कोई शंका नहीं लेकिन यह सिर्फ अपने निजी हितों के लिए ही समर्पित रहते हैं।

अभी जिस तरह से बिहार के चुनाव में भाषा का प्रयोग किया गया है वह एक स्वस्थ लोकतंत्र के लिए ठीक नहीं कहा जा सकता है। साथ में चुनाव आयोग को नोटिस देने के अलावा ऐसे लोगों पर सख्त कार्यवाही करनी चाहिए जिससे एक उदाहरण पेश हो और राजनेताओं अनरगल बातें न करके जनता के हित एवं विकास की बातें करें। चुनाव के अलावा भी बहुत सारे लोग गलत बयानबाजी करके देश के माहौल को बिगाड़ने की कोशिश करते हैं। इससे वह मीडिया में बने रहते हैं, राजनीति में पकड़ बनाए रखते हैं वोट बैंक तैयार करते है जनता के बीच और कोई कार्य करने की जरुरत नहीं होती है इस आड़ में वह अपनी सारी बुराईयां छुपा ले जाते हैं। संविधान में अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता है तो यह दूसरों को गाली देने के लिए नहीं वह चाहे जो भी हो ओवैसी हो या योगी आदित्यनाथ या कोई और।

सच्चा ज्ञान इसी में है कि आप समझें कि आप कुछ नहीं जानते।

कितनी होगी सुख शांति समृद्धि

कपिल सिंघल

भारत में त्यौहारों का अत्यधिक महत्व हैं। इन में चार महीनो में आने वाले ये त्यौहार अधिक पूजा पाठ एवं मान्यताओं से भरे पूरे होते हैं। सभी त्यौहारों की अपनी अलग विशेष बात एवम धार्मिक मान्यता होती हैं जिसके अनुसार हर धर्म जाति का व्यक्ति इसे मनाता हैं। इन्ही त्यौहारों में विशेष त्यौहार हैं दिवाली। सभी अपनी मान्यतानुसार दिवाली का यह त्यौहार मनाते हैं। देश की आर्थिक स्थिती में इन त्यौहारों का विशेष महत्व होता हैं। इन दिनों बाजारी माहौल बढ़ जाता हैं जिससे धन की आवाजाही होती हैं जिससे आर्थिक विकास होता है। धन तिजोरी से बाहर निकल कर व्यक्तिगत एवं सार्वजनिक विकास में लगता हैं। इस प्रकार केवल हँसी ख़ुशी की दृष्टि से नहीं बल्कि आर्थिक विकास की दृष्टि से भी त्यौहारों का महत्व होता हैं।

दिवाली त्यौहार पूजा विधि एवं मुहूर्त

क्यूँ की जाती हैं दिवाली पर देवी लक्ष्मी की पूजा ?

पौराणिक कथाओ के अनुसार राक्षस राजा बलि ने अपने शौर्य के बल पर देवी लक्ष्मी एवम अन्य कई देवी देताओ को बंधक बना लिया था। कई दिनों तक वे सभी राजा बलि के बंधक थे जिसके बाद इसी कार्तिक माह की अमावस्या को भगवान विष्णु ने सभी देवी देवताओं एवम लक्ष्मी जी को स्वतंत्र करवाया। वहाँ से निकल कर सभी देवी देवता एवम लक्ष्मी जी क्षीरसागर पहुँचे एवम गहरी निद्रा में सो गए। इसलिए पुराणों में यह कहा गया हैं कि दिवाली उत्सव में घरों में साफ़ सफाई होना चाहिये ताकि देवी लक्ष्मी उस दिन क्षीरसागर ना जाकर भक्तो के घरो में ही सो जाये। जहाँ भगवान का वास होता हैं वहाँ दरिद्रता नहीं होती हैं और वही धन का आगमन होता हैं और आज के समय में खुशियों का दूसरा नाम धन प्राप्ति ही हैं।

इस सन्दर्भ में एक और कथा कही जाती हैं

राजा बलि ने तीनो लोको में अपना अधिपत्य करने के लिए अश्वमेघ यज्ञ करने का निर्णय लिया जिससे परेशान होकर सभी देवता भगवान विष्णु से सहायता मांगने गये। तब भगवान विष्णु ने वामन अवतार लिया और राजा बलि के पास भिक्षा की इच्छा से पहुँचे। राजा बलि ने बोला आपको जो चाहिये मैं देने का वचन देता हूँ। वामन देव ने कहा मुझे तीन पग भूमि चाहिये। राजा बलि ने दान दे दिया। वामन देवता ने अपना विशाल रूप धर कर एक पग में पृथ्वी, दुसरे में स्वर्ग को माप लिया एवम तीसरा पग कहा रखु ऐसा प्रश्न किया। तब बलि ने कहा आप अपना तीसरा पग मेरे मस्तक पर रखे।राजा बलि की दान प्रियता को देख भगवान प्रसन्न हुए और उन्होंने वरदान माँगने को कहा। तब राजा बलि ने कहा कि वे अगले तीन दिनों तक तीनो लोको में अपना अधिपत्य चाहते हैं और इन तीन दिनों में सभी जगह जश्न हो एवम माता लक्ष्मी की पूजा की जाये और इन तीनो दिन तक माता लक्ष्मी अपने भक्तो के घर में निवास करें। इस प्रकार उस दिन से प्रति वर्ष दीपावली का यह त्यौहार मनाते हैं इसलिए माता लक्ष्मी की पूजा का महत्व पुराणों में मिलता हैं।

इसलिए इसे प्रकाश पर्व कहा जाता है।

माता कैकई के हठ के कारण भगवान राम, देवी सीता एवम भाई लक्ष्मण को चौदह वर्षो के वनवास के लिए जाना पड़ा। उस दौरान लंका पति रावण ने देवी सीता का हरण कर लिया और अपनी अशोक वाटिका में बंदी बना कर रखा। भगवान राम ने रावण से युद्ध किया। देवी सीता को सह सम्मान वापस अपने साथ अयोध्या लेकर गए। इस तरह वनवास जीवन में कई कठिनाईयों का सामना करने के चौदह वर्ष बाद जब वे अपनी नगरी अयोध्या पहुँचे। उस दिन अमावस्या की काली रात थी। उस अन्धकार को मिटाने के लिए सभी प्रजा जनों ने दीप प्रज्ज्वलित कर अपने राजा राम, रानी सीता एवम लक्ष्मण का स्वागत किया।

मनुष्य जीवन में कई कठिनाइयाँ एवम दुःख आते हैं जिनसे बाहर निकल उसे कर्तव्य पथ पर आगे बढ़ना होता हैं। दीपावली का यह पर्व इसी बात का सन्देश देता हैं कि जीवन सुख दुःख से घिरा हुआ हैं लेकिन यह दोनों ही जीवन भर नहीं होते बल्कि आते जाते रहते हैं इसलिए मनुष्य को अडिगता से इसका स्वीकार करना चाहिये और आगे बढ़ते रहना चाहिये।

कब मनाएं दीपावली

दिवाली आश्विन माह की अमावस्या के दिन मनाई जाती हैं। यह पांच दिनों का पर्व होता हैं। हिन्दू पर्व में सबसे ज्यादा महत्व दिवाली का होता हैं।

वर्ष 2015 में दिवाली का पर्व निम्नानुसार मनाया जायेगा

क्र.	दिनांक	वार	तिथी		क्र.	दिनांक	वार	
1	09 नवंबर	बुधवार	धन तेरस		3	11 नवंबर	शुक्रवार	दीपावली
2	10 नवंबर	गुरुवार	नरका चौदस		4	12 नवंबर	शनिवार	गोवर्धन पूजा
					5	13 नवंबर	रविवार	भाई दूज

एक जीवन जो दूसरों के लिए नहीं जिया गया वह जीवन नहीं है।

अगर आप घर में परिवारजनों के साथ बिना पंडित के पूजा कर रहे हैं तो केवल इस लक्ष्मी मंत्र का उच्चारण कर सकते हैं।

■ ऊं श्रीं ह्रीं श्रीं महालक्ष्म्यै नमः ॥

लक्ष्मी पूजा विधि

■ स्वच्छ पूजा योग्य स्थान अथवा घर का मंदिर स्थान, अगर इशान कोण में हो तो अति उत्तम स्थान माना जाता हैं का चयन करें।

■ स्थान को पवित्र करे एवम पवित्र आसान बिछायें।

■ सबसे पहले लक्ष्मी जी की प्रतिमा अथवा नवीनतम चित्र को पूजा स्थान पर रखें।

■ पूजा के लिए सभी सामग्री एकत्र करे जैसे कमल फूल, अबीर, गुलाल, कुमकुम, सिंदूर, कलश, नारियल, अक्षत, नैवेद्य, दीपक, पंचामृत, जल , गंगा जल आदि।

■ सबसे पहले गणपति जी एवम कलश की पूजा करें।

■ माता लक्ष्मी को कमल पुष्प पर आसीत करें।

■ माता लक्ष्मी का आव्हान करें।

■ जल से शुद्ध करें। माता लक्ष्मी के चरणों को जल से धोयें।

■ पंचामृत से शुद्ध करें। गुलाब जल एवम गंगा जल से स्नान करें। स्वच्छ जल से शुद्ध करें।

■ वस्त्र चढ़ायें।

■ आभूषण चढ़ायें।

■ चन्दन, सिंदूर, कुमकुम , अबीर, गुलाल, इत्र, अक्षत चावल एवम पुष्प जिसमे, कमल एवम गुलाब के पुष्प हो तो ज्यादा अच्छा है।

■ माता लक्ष्मी की पूजा के बाद घर की तिजौरी, दुकान के गल्ले एवम भोजन कक्ष आदि की पूजा भी करें।

■ पूजा के बाद दीप प्रज्ज्वलित करें।

■ नेवेद्य अर्पित करें।

■ दीपक एवम नैवेद्य को आचमनी में जल लेकर तीन बार उसके चारो तरफ घुमाये इस प्रकार जल अर्पित करें।

■ इसके बाद सभी परिवार जनों के साथ आरती करें।

■ माता के चरण स्पर्श कर आशीर्वाद ले। अपनी गलतियों की क्षमा मांगे। अपनी मनोकामना कहें।

■ पूजा एवम आरती के बाद घर के सभी बड़ों का आशीर्वाद ले। सभी को प्रशाद दे।

सुख शांति समृद्धि

दीपावली के लाभ

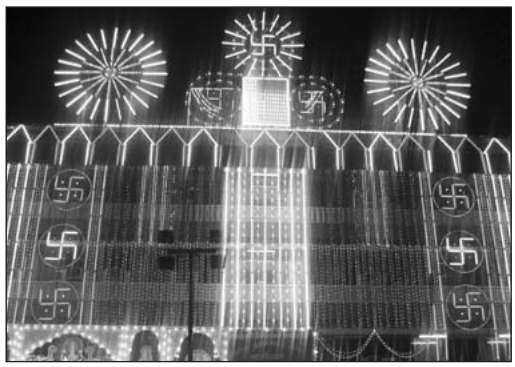
■ दीपावली एक बड़ा त्यौहार माना जाता हैं। हिन्दू परिवारों में इसका बहुत अधिक महत्व होता है इस कारण पूरे परिवार जन इस त्यौहार को मिलकर मनाते हैं। इस कारण नौकरी अथवा पढाई के कारण दूर गए घर के सदस्य त्यौहार के लिए घर आते हैं। इससे बढ़ती दूरियाँ कम होती हैं।

■ नौकरी पढाई एवम कई निजी समस्याओं के कारण लोगो में मान. सिक तनाव बढ़ रहा हैं ऐसे में दिवाली जैसे त्यौहार हमेशा सकारात्मक प्रभाव छोड़ते हैं।

■ व्यापार में तेजी आती हैं बड़े– बड़े व्यापारियों के साथ– साथ छोटे–छोटे व्यापार भी तेजी से चलते हैं और ये छोटे– छोटे व्यापारी इन त्यौहारों के दिनों में ही साल भर की कमाई कर पाते हैं। इसलिए कहा जाता हैं दीपावली में चाइ. निस माल लेने की बजाय इन छोटे व्यापारियों से स्वदेशी माल लेना चाहिये। इससे देश का पैसा देश में रहता हैं और गरीब परिवारों की आजीविका बढ़ती हैं। मिट्टी के दीपक लेना चाहिये।

■ सबसे अच्छी परंपरा सफाई की हैं। दिवाली के समय सफाई का बहुत महत्व होता हैं। इससे घरो का साल भर का कचरा घर से बाहर निकलता हैं। घरो की सफाई के साथ– साथ रिसाइकिलिंग के लिए रद्दी एवम अन्य सामान घरो से बाहर आता हैं। इससे बीमारी भी दूर होती हैं।

■ दीपावली के कारण आपसी मेल मिलाप बढ़ता हैं इससे समाज में एकता आती हैं।



दीपावली की हानियाँ :

■ दीपावली में लंबी छुट्टी दी जाती हैं इसका गलत प्रभाव पड़ता हैं।

■ आज के समय में पूजा पाठ एवम आस्था का स्थान दिखावे ने ले लिया हैं जिस कारण अनावश्यक खर्च होते हैं, बिजली एवम पानी जैसे मूल्यवान चीजो का दुरपयोग बढ़ गया हैं।

■ फ़िज़ूल खर्ची के कारण परिवारों के बीच मतभेद उत्पन्न होता हैं क्यूंकि सभी की सोच अलग–अलग होती हैं।

■ फटाखो को जलाने की परंपरा बढ़ती जा रही हैं जिसके कारण व्यय, दिखावा तो बढ़ ही रहा हैं लेकिन सबसे ज्यादा प्रदुषण एवम हादसे बढ़ गए हैं।

■ हर घरों में दीपो के अलावा लाइटिंग से प्रकाश करने का फैशन बढ़ता जा रहा हैं। दीपक भी आवश्यक्ता से अधिक जलाकर तेल का एवम लाइटिंग के कारण बिजली का नुकसान हो रहा हैं।

■ अधिक पकवान बनने के कारण स्वास्थ्य ख़राब होता जा रहा हैं।

■ इस प्रकार हर त्यौहार के कई लाभ हैं तो हानियाँ भी हैं। किसी भी चीज में अगर अधिकता होने लगती हैं तो वह हानि ही पहुँचाती हैं। आज के वक्त में हम सभी पढ़े लिखे हैं हमें हर त्यौहार सादगी से मनाना चाहिये इसका मतलब यह नहीं कि हम त्यौहार मनाना ही बंद कर दे क्यूंकि त्यौहार प्रेम के साथ– साथ देश के आर्थिक स्तर को बढ़ाने में मदद करते हैं। समान्यतः एकता एवम आर्थिक विकास इन दोनों बिन्दुओं को ध्यान में रखकर ही हर धर्म में त्यौहारों की रचना की गई हैं।

■ इस प्रकार हम सभी को दिवाली का त्यौहार हर्षोल्लास के साथ एक सीमा में रहकर मनाना चाहिये।

अगर हम हल का हिस्सा नहीं है तो हम समस्या हैं।

फूट डालो और राज करो !

विशेष आलेख

प्रश्न यह है कि भारत की स्वतन्त्रता के पश्चात जातिगत आधार पर दलित वर्ग के संदर्भ मे कुछ विशेष सुविधाओं के लिये सोचने हेतु हमे क्यों मजबूर होना पड़ा ? भारतीय संविधान लागू होने के बाद आरक्षण के आधार पर जाति–भेद का कानूनी स्वरूप चिन्हत किया गया। पूर्व मे जाति–भेद अस्पर्श्यता पर आधारित था। अस्पर्श्यता की श्रेंणी भी एक समान नही थी और उसकी कट्टरता बाल्मीक समाज के प्रति अपेक्षाकृत अधिक थी। अस्पर्श्यता पर महात्मा गांधी सर्वाधिक संवे. दनशील थे, उनका कहना था कि सफाई करने और मल उठाने की जिम्मेदारी बाल्मीक समाज पर ही क्यों है? उन्होंने अपने आश्रम मे स्वयं–सेवा का संदेश देते हुये स्वयं ही सफाई कार्य प्रारम्भ किया था। हमे यह कहने मे कतई कोई संकोच नही होना चाहिये कि इन्सान की कई–कई पीढ़ियों से मानव–सेवा मे बाल्मीक समाज के योगदान को कभी भी भुलाया नही जा सकता। हमे यह सुनने मे भी कोई संकोच नही होना चाहिये कि अनुसूचित जाति के वर्ग पर उनकी जातिगत हीनता, निरीहता, सामा. जिक व आर्थिक दयनीयता के कारण प्राचीन काल मे अत्यधिक भेद–भाव था और तत्समय के कुछ बाहुबली, दबगिंयों ने उनके साथ अमानवीय व्यवहार भी किया, जिसका परिणाम आज प्रतिक्रिया स्वरूप हो रहा है। उन कटु और भेद–भावपूर्ण प्रसंगों की याद व चर्चा करने से नफरत और द्वेष के सिवाय कुछ भी हांसिल नही होने वाला है।

कुछ नासमझ लोग, जो राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ की कार्यपद्धति व चिन्तन से अनभिज्ञ हैं। उन्हे संघ के कार्यक्रमों मे और संघ–शिक्षा–वर्ग मे आकर देखना चाहिये, जहां अस्पर्श्यता व जातिगत भेद–भाव कतई नही होता है। संघ–शिक्षा–वर्ग मे कभी भी किसी भी दिन भोजन परोसने के लिये अनुसूचित जाति के दलित अथवा महादलित स्वयंसेवक को नियुक्त कर दिया जाता है और वर्ग के अन्दर किसी भी स्वयंसेवक व संघ अधिकारी के मन मे यह प्रश्न ही नही उठता है कि वह स्वयंसेवक की जाति ज्ञात करे। राष्ट्रपिता महात्मा गांधी भी यह मानते थे कि जातिविहीन समाज का स्वरूप संघ के अन्दर ही देखा जा सकता है। सन् 1934 में जब महात्मा गांधी बर्मा में आर.एस.एस. के एक संघ–शिक्षा–वर्ग का निरीक्षण करने पहुंचे थे, वह यह देखकर अचम्भित हो गये थे कि पन्द्रह सौ स्वयं–सेवक के इस वर्ग में किसी भी स्वयं सेवक को जाति–भेद का भान तक नहीं था। गान्धी जी अपने उद्‌बोधन में जाति–विहीन समाज की कल्पना मे हमेशा संघ का उदाहरण दिया करते थे। दिनांक 16 सितम्बर 1947 को गान्धी जी ने दिल्ली की हरिजन बस्ती में कहा था– 'मैंने कुछ वर्ष पूर्व आर।एस।एस। के एक कैम्प का उस समय निरीक्षण किया था जब इसके संस्थापक डॉ। हैडगेवार जीवित थे, तब मैं संघ के अनुशासन स्पर्श्यता–विहीन व्यवहार और सादगी से काफी प्रभावित हुआ था। (देखें– दि हिन्दू, दिनांक 17 सितम्बर 1947 का संदर्भ आर।एस।एस। ए विजन इन एक्शन पेज–10) सन् 1939 में बाबा साहेब डॉ. अम्बेडकर ने पूना में आर.एस.एस. के संघ–शिक्षा–वर्ग का निरीक्षण किया था तो उन्होंने वहां पूंछा था कि क्या इस वर्ग में कोई अस्पर्श्य व्यक्ति है ? तब डॉ। हैडगेवार ने जबाव दिया था, इस वर्ग में न तो कोई स्पर्श्य है और न ही अस्पर्श्य है, इस वर्ग में तो सिर्फ हिन्दू हैं। डॉ। अम्बेडकर तत्समय समानता व भाईचारे के इस व्यवहार को देखकर काफी प्रभावित हुए थे।

संघ पर जाति–भेद की टींका–टिप्पणीं करने वाले यह जान लें कि संघ परिवार का एक अनुसांगिक क्षेत्र 'सेवा भारती' है। जिसके द्वारा समाज मे आर्थिक रूप से कमजोर अनुसूचित–जाति एवं जनजाति के मध्य उन्हे सहयोग व सहायता करना तथा उनमे भाईचारे की भावना के साथ चिकित्सीय व शैक्षणिंक सहायता प्रदान करने का कार्य होता है।

आरक्षंण के नाम पर तुष्टिकरण व वोट–बैंक की सोच तक सीमित रह कर राजनीति करने वाले तथाकथित उनके छद्‌म–रक्षक यह बतावें कि क्या वे कभी उनकी आर्थिक, शैक्षणिंक, सामाजिक सहायता करने के लिये नियमित रूप से जाते हैं ? क्या उनके दल में अनुसूचित –जाति एवं जनजाति के उत्थान की कोई योजनायें संचालित हैं ? क्या उन्हे आरक्षंण की बैसाखी तक ही सीमित रखना चाहते हैं ? क्या यह कार्य वोट बटोरने की नेतागीरी तक ही सीमित हो कर नही रह गया है ? क्या ये सवर्ण एवं अनुसूचित–जाति के मध्य द्वेष और वैमनस्यता का जहर नही उगल रहे हैं?

हिन्दू समाज की पारंम्परओं मे अनुसूचित जाति को यथासमय सम्मान देने का भी एक चलन था और छोटे कस्बों व ग्रामीण क्षेत्रों मे यदा–कदा अभी भी देखने को मिल जाता है। अनुसूचित जाति के बुजुर्गों को सम्मान सूचक रिश्तों से सम्बोधित करने का प्रचलन था। सवर्णों मे लड़का के विवाह के समय यह परम्परा थी कि परिवार की बुजुर्ग महिला सफाई करने वाली बाल्मीक समाज की पारवारिक महिला को प्रणाम करतीं थी और विवाह सम्पन्न होने के बाद नव–वधु उससे आशीर्वाद प्राप्त करती थी। कुम्हार जाति के घर पर महिलायें मिट्टी मांगने की परम्परा निभाती थीं, जिसे मटियाने का बुलावा कहा जाता था और बुन्देलखण्ड मे इन परम्पराओं का काफी चलन था। बिडम्बना तो यह है कि दलित वर्ग को सम्मान व महत्व दिये जाने की प्राचीन परम्पराओं का न तो प्रचार–प्रसार हुआ है और न ही उनकी चर्चायें होती हैं।

सच तो यह है कि राजनीति का व्यवसाय करने वालों ने जिस तरह देश मे मुस्लिमों का उपयोग वोट–बैंक के रूप मे किया है, उसी तरह दलित एवं अनुसूचित–जाति मे जातिगत भेद–भाव की कट्टरता का आभास कराते हुये उनके वोट बटोरने का काम किया है। उनके सामने आरक्षंण रूपी झुन–झुना दिखाया है तथा इस ओर भी ध्यान नही दिया है कि आखिरी छोर पर बैठे उस निरीह, सामाजिक व आर्थिक रूप से आश्रित दलित को आरक्षंण का क्या कोई लाभ पहुंचता है ? आरक्षंण के नाम पर सुर्खियों मे रहने की चाहत व नफरत फैलाने वाले कुछ लोग, राजनीतिक लाभ लेने की फिराक मे रहते हैं और उनके नाम पर उनके रक्षक बनने का ढ़ोग कर के अपनी रोटियां सेंकते हैं।

अनुसूचित–जाति, जनजाति के उत्थान हेतु कोई सारगर्भित कार्य उनके पास नही है। प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से ये संघ विरोधी भावना को प्रसारित करते हैं और स्वार्थवश किसी न किसी राजनीतिक दल को लाभ पहुंचाते रहते हैं। ऐसे लोगों ने न तो राष्ट्रीय–स्वयं–सेवक संघ को समझा है और न ही उसकी कार्यपद्धति से परिचित हैं। संघ के ऐसे स्वयं–सेवक जो अनुसूचित जाति के हैं उनसे ही संघ की विचारधारा और कार्यशैली ज्ञात कर लें तो संभवतः उनकी ज्ञान वृद्धि होगी।

राजेन्द्र तिवारी,
वरिष्ठ शासकीय अभिभाषक

शिक्षा सबसे सशक्त हथियार है। जिससे दुनिया को बदला जा सकता है।

पत्रकारों के लिए सबसे खतरनाक देश पाकिस्तान

■ पाकिस्तान में मीडिया ने देश में पत्रकारों के खिलाफ बढ़ रही हिंसा पर सरकार के नरम रवैये की जमकर आलोचना की है।

■ पाकिस्तानी मीडिया का आरोप है कि पत्रकारों पर हमला करने वाले अपराधियों के खिलाफ सरकार कड़े कदम नहीं उठा रही।

■ हर दो नवंबर को संयुक्त राष्ट्र 'पत्रकारों पर हमला करने वालों पर नरम रवैये' को खत्म करने के लिए अंतरराष्ट्रीय दिवस मनाया जाता है।

■ 2014 में अंतरराष्ट्रीय पत्रकार संघ ने पाकिस्तान को 'पत्रकारों के लिए सबसे खतरनाक देश' की सूची में सबसे खतरनाक बताया था।

■ पत्रकारों की सुरक्षा के लिए बनी कमेटी ने उन देशों की सूची जारी की थी जहां पत्रकारों पर हमला करने वाले अपराधियों को आसानी से छोड़ दिया जाता है, पाकिस्तान को इसमें नौंवे स्थान पर रखा गया था।

■ कई अखबार पाकिस्तान के गैर–सरकारी संस्थान ''सेफ्टी फॉर मीडिया'' की एक रिपोर्ट को महत्वपूर्ण मानते हैं जिसके मुताबिक 2001 से अब तक मारे गए 71 पत्रकारों में से 47 पत्रकारों को उनके काम की वजह से मारा गया था। इनमें से सिर्फ दो मामलों में ही आरोपियों को सजा मिली है।

■ दो नवंबर को अंग्रेजी अखबार 'डॉन' के संपादकीय में लिखा गया है कि पाकिस्तान पत्रकारों के लिए बिल्कुल सुरक्षित नहीं है। इसमें नॉन–स्टेट तत्वों और सरकार प्रायोजित तत्वों को पत्रकारों को धमकियों और हमलों के लिए जिम्मेदार ठहराते हुए सरकार पर प्रतिबद्धता नहीं दिखाने का आरोप लगाया गया है।

■ अंग्रेजी अखबार 'द एक्सप्रेस ट्रिब्यून' ने दो नवंबर के अपने संपादकीय में छापा है कि पाकिस्तानी पत्रकारों को केवल चरमपंथी निशाना नहीं बनाते बल्कि राजनीतिक, धार्मिक और नस्ली गुट भी निशाना बनाते हैं। इसमें ये भी कहा गया है कि कानूनी एजेंसियां भी पत्रकारों को निशाना बनाती हैं। संपादकीय के मुताबिक, 'सरकार संकेत दे रही है कि पत्रकारों की आवाजें बंद की जाएंगी और सरकार देखती रहेगी।' 'द नेशन' अखबार के मुताबिक जले पर नमक छिड़कने की तरह सरकार नए नियम लागू करती रहती है।

■ पाकिस्तान के टीवी चैनलों और उर्दू अखबारों में पत्रकारों पर हमला करने वालों को माफी देने की संस्कृति को खत्म करने की अपील की है।

■ सोमवार सुबह उर्दू समाचार चौनल 'जियो टीवी' ने एक रिपोर्ट प्रसारित की जिसमें पत्रकारों के खिलाफ हो रहे अपराधों की जांच में किस तरह ढुल–मुल रवैया अपनाया जाता है।

■ उर्दू अखबार 'डेली एक्सप्रेस' ने कहा है कि किसी देश में लोकतंत्र और कानून सही मायने में लागू हो पाता है जब उस देश के पत्रकार अपना काम स्वतंत्र रूप से कर सकें।

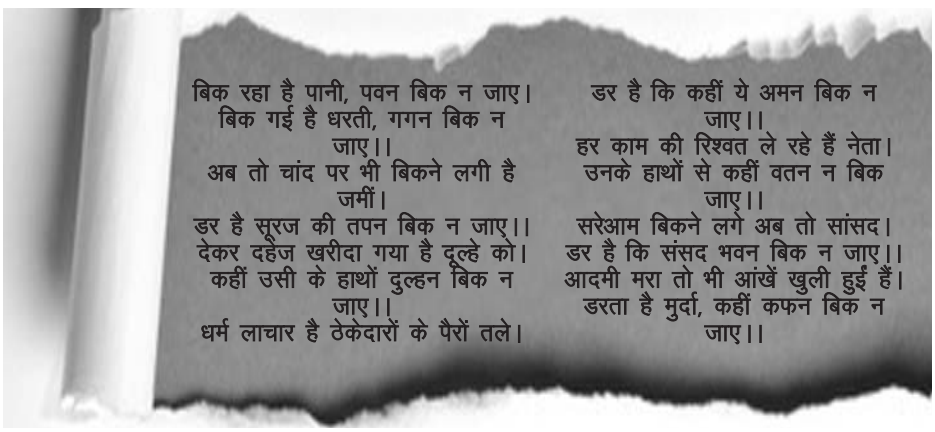
■ 'पाकिस्तानी टुडे' में 31 अक्तूबर को कहा गया कि पाकिस्तानी मीडिया को संकीर्णता, धार्मिक और सांप्रदायिक पूर्वाग्रह और अन्ध देशभक्ति का सामना करना पड़ता है। जिससे मीडिया अपने कर्मचारियों की सुरक्षा की दिशा में वह भूमिका नहीं निभा पाता जो उसे निभानी चाहिए।

■ अंग्रेजी अखबार 'द एक्सप्रेस ट्रिब्यून' ने लिखा है कि मीडिया को अपने कर्मचारियों की सुरक्षा का जिम्मा खुद उठाना चाहिए। अखबार ने लिखा है कि मीडिया को पत्रकारों को बुलेटप्रूफ जैकेट और मैडिकल किट जैसे संसाधन मुहैया कराने चाहिए और मारे गए पत्रकारों के परिवारों को मुआवजा देना चाहिए।(साभार : इंटरनेट)

''कुछ जजों के बेटे सगे संबंधी कोर्ट में प्रैक्टिस कर रहे हैं। प्रैक्टिस शुरु करने के कुछ दिनों के भीतर ही ये लोग बहुत कुछ कमा लेते हैं। उनके भारी भरकम बैंक खाते हैं, लक्जरी कारें हैं। बड़ी–बड़ी कोठियां हैं और वह लोग ऐश ओ आराम की जिंदगी बिता रहे हैं।''

जस्टिस काटजू

बार काउंसिल ऑफ इंडिया के मुताबिक किसी भी जज का कोई करीबी रिश्तेदार उसी कोर्ट में वकालत नहीं कर सकता। यह व्यवस्था इसीलिए रखी गई है कि न्याय में पक्षपात का आरोप न लगे लेकिन इस नियम का पालन पूरी तरह से नहीं हो रहा है। इसीलिए उच्चतम न्यायालय को यह टिप्पणी देनी पड़ी कि 'अंकल सिंड्रोम की चपेट में इलाहाबाद हाईकोर्ट''।



काम की बात

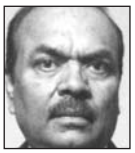
''जब आप किसी को पसंद करने लगते हैं, तो उनकी बुराईयां भूल जाते हैं, जब आप किसी को नापसंद करने लगते हैं, तो उनकी खूबियां भूल जाते हैं''

ये आठ कभी दूसरों का दुख नहीं समझते

राजा, वेश्या, यमराज, अग्नी, छोटा बच्चा, चोर, भिखारी, कर वसूलने वाला। चाणक्य

स्वास्थ्य सबसे बड़ा उपहार, संतोष सबसे बड़ा धन और वफादारी सबसे बड़ा सम्बन्ध है।

मोदी के गांव में भाजपा की हार



सतेंद्र मिश्रा

नरेंद्र मोदी के संसदीय क्षेत्र बनारस में पंचायत चुनाव में बीजेपी को करारी शिकस्त मिली है।

वाराणसी की 48 जिला पंचायत सदस्य सीटों पर हुए चुनाव में से भाजपा के 47 घोषित उम्मीदवारों में से सिर्फ 8 प्रत्याशी ही जीत सके हैं।

वाराणसी से पत्रकार रोशन कुमार कहते हैं कि चौंकाने वाली बात ये रही कि मोदी के गोद लिए वाराणसी के जयापुर गांव में भाजपा की ओर से घोषित जिला पंचायत सदस्य के प्रत्याशी अरुण सिहं उर्फ रिंकू बीएसपी समर्थित प्रत्याशी गुड्डू तिवारी से हार गए हैं।

लोक जागृति से बात–चीत में बीजेपी के वाराणसी जिलाध्यक्ष और पंचायत चुनाव की बागडोर संभालने वाले नागेंद्र नागवंशी ने बनारस के नतीजों को बुरा नहीं बताया।

उन्होंने कहा कि भारतीय जनता पार्टी के चुनाव चिन्ह कमल और प्रत्याशियों के अपने अलग–अलग चुनाव चिन्ह को वह ग्रामीणों तक सही ढंग से प्रोजेक्ट नहीं कर सकें।

इतना ही नहीं राजनाथ सिंह के क्षेत्र लखनऊ में भी पार्टी को हार का सामना करना पड़ा है। यहां से 28 उम्मीदवारों में से महज 4 पर जीत हासिल हुई है।

वहीं दूसरी ओर आंध्र प्रदेश के हैदराबाद से सांसद असदउद्दीन ओवैसी की पार्टी आल इण्डिया मजलिस ए इत्तेहादुल मुसलमीन (एएमआईएम) से आजमगढ़ के पवई विकास खण्ड के मकसुदिया वार्ड नम्बर 32 जिला पंचायत क्षेत्र से कैलाश गौतम को सफलता हाथ लगी है।

कैलाश गौतम ने भारतीय जनता पार्टी के उम्मीदवार फूलचन्द को 543 मतों से हराया।

आजमगढ़ जिले के 86 जिला पंचायत सदस्य की सीट में से ओवैसी की पार्टी ने 10 उम्मीदवार पहली बार उतारे थे जिसमें से एक कैलाश के रूप में सफलता हाथ लगी।

उधर समाजवादी पार्टी के कई नेताओं के कई रिश्तेदारों को भी हार का सामना करना पड़ा है। वहीं राहुल गांधी के क्षेत्र अमेठी में कांग्रेस के सभी आठ उम्मीदवारों को हार का मुंह देखना पड़ा है।

दूसरी ओर उत्तर प्रदेश में समाजवादी पार्टी को पंचायत चुनाव में भारी झटका लगा है। अखिलेश सरकार के आधा दर्जन से ज्यादा मंत्रियों के रिश्तेदार पंचायत चुनाव हार गए हैं। पंचायत चुनाव में बहुजन समाज पार्टी के उम्मीदवारों ने लंबी छलांग लगाई है। इन चुनावों से साफ जाहिर होता है कि प्रदेश में जनता का रुख क्या है।

अखिलेश सरकार में कैबिनेट मंत्री मनोज पांडे के भाई रायबरेली से चुनाव हार गए हैं। मैनपुरी में बूथ कैप्चरिंग करने वाले तोताराम यादव भी चुनाव नहीं जीत सके। तोताराम को मंत्री स्तर का दर्जा प्राप्त है और चुनाव में उन्हें केवल 28 वोट ही मिले।

समाजवादी पार्टी के मुखिया मुलायम सिंह यादव की समधिन रामसखी फिरोजाबाद में चुनाव हार गई हैं जबकि अखिलेश यादव के ससुर को पंचायत चुनाव में जीत हासिल हुई है। रामपाल यादव की पत्नी और बेटा निर्विरोध जीत गए क्योंकि उनके सामने कोई उम्मीदवार ही खड़ा नहीं हुआ था। उत्तरप्रदेश के जेलमंत्री राजपाल रघुवंशी ने पंचायत चुनाव में अपनी दोनों बेटियों को सीतापुर से खड़ा किया था, लेकिन इन दोनों को करारी हार का सामना करना पड़ा। लखनऊ में समाजवादी पार्टी के अध्यक्ष की पत्नी भी चुनाव हार गई।

इसी तरह सिंचाई मंत्री सुरेश पटेल की भाभी भी वाराणसी से पंचायत चुनाव जीतने में नाकाम रही हैं। एक अन्य मंत्री शिवप्रताप यादव ने अपनी पत्नी और बहू को पंचायत चुनाव के मैदान में उतारा था लेकिन वे दोनों भी चुनाव नहीं जीत सकीं।(साभार : इंटरनेट)

अनमोल

गरीब मीलो चलता है
भोजन पाने के लिए
अमीर मीलो चलता है
उसे पचाने के लिए
किसी के पास खाने के लिए
एक वक्त की रोटी नहीं,
किसी के पास एक रोटी
खाने के लिए वक्त नहीं।
कोई अपनों के लिए
अपनी रोटी छोड़ देता है।
कोई रोटी के लिए
अपनों को छोड़ देता है
दौलत के लिए
सेहत खो देता है
सेहत पाने के लिए
दौलत खो देता है
जीता है जैसे कभी मरेगा
नहीं, और मर ऐसे जाता है
जैसे कभी जीया ही नहीं
एक मिनट में जिंदगी नहीं
बदलती एक मिनट में लिया
गया फैसला,
जिंदगी बदल देता है।

हर एक जीवित प्राणी के प्रति दया रखो, घृणा से विनाश होता है

स्कूली बच्चों को दी उपयोगी वस्तुएं

लोक जागृति (एनजीओ) एवं लॉयंस क्लब के सौजन्य से वैशाली सेक्टर–5 गाजियाबाद के राजकीय प्राथमिक विद्यालय के बच्चों को कुर्सी, दरी एवं, खाने–पीने के सामान वितरित किए गए। इस अवसर पर संस्था के संरक्षक श्री कपिल सिंघल, राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री संतोष कुमार मिश्र, अध्यक्ष श्री एन.के. सक्सेना, श्री बृजमोहन व श्री गौरव गुप्ता आदि लोगों ने भाग लिया।

लोक जागृति पत्रिका की सराहना करते हुए केंद्रीय गृहमंत्री श्री राजनाथ सिंह व पत्रिका के सम्पादक श्री संतोष कुमार मिश्र।

PAIN CURE

A COMPLETE CENTER FOR PHYSIOTHERAPY/ NATUROTHERAPY / NEUROTHERAPY & DENTAL CARE

NO PAIN DRUG SIDE EFFECT

NUROTHERAPY AND FOOT THERAPY

THROUGH NEW AGE WONDER THERAPY

ALL DISEASES ARE CURABLE & PREVENTED

Such As :

Dr. Ranjeet
9891753276

Dr. Akshat
8882225678

ARTHRITIS (OA & RA), SPONDYLITIS JOINT PAIN, KNEE PAIN, SCIATICA, MYOPATHY, MULTIPLE, SCELOROSIS, MIGRAIN, SINUSITIS, ABDOMINAL PAIN, ACIDITY, HYPER THYROID, CEREBRAL PALSY, AUTISM, DOWN SYNDROME, SLOW LEARNER, **MIRACLE, RESULT IN CASE OF PARALYSIS**

DENTAL CARE

FREE DENTAL CHECK UP

SCALING (CLEANING) OF TEETH 300/- Only

Such As :
Dr. Pallavi Sharma
9540122568

DENTAL X-RAY
TOOTH EXTRACTION
FILING, RCT (ROOT CANAL TREATMENT)
FIXED AND REMOVABLE DENTURE
BRACES AND WIRING OF TEETH

20% Spl.Rebate During Camp

फिजियोथिरेपी, न्यूरोथिरेपी, नेचुरोथिरेपी एवं दाँतों के सभी बिमारीयों का इलाज उपलब्ध है।

Address : Plot No. 95, Aashirwad Apartment, Sector-3A (Near Rachna Society Gate) Vaishali, Ghaziabad -201010 (U.P.) E-mail : paincure@rediffmail.com

क्या हम यह नहीं जानते कि आत्म सम्मान आत्म निर्भरता के साथ आता है।

श्री स्वामीनारायण

अक्षरधाम या स्वामीनारायण अक्षरधाम मंदिर दिल्ली में स्थित भारतीय संस्कृति, वास्तुकला, और आध्यात्मिकता के लिए एक सच्चा चित्रण है। इस मंदिर परिसर को पूरा बनने में 5 साल का समय लगा जिसे श्री अक्षर पुरुषोत्तम स्वामीनारायण संस्था के प्रमुख स्वामी महाराज के कुशल नेतृत्व में पूरा किया गया। इस मंदिर को 11,000 कारीगरों ने मिलकर बनाया है जिसमें 3000 से ज्यादा स्वयंसेवक भी शामिल थे, इस मंदिर परिसर का उदघाटन आधिकारिक तौर पर 6 नवम्बर, 2005 को किया गया। गौरतलब है की मंदिर वास्तु शास्त्र और पंचरात्र शास्त्र की बारीकियों को ध्यान में रख कर बनाया गया है। पूरा मंदिर परिसर 5 प्रमुख भागों में विभाजित है। मुख्य मंदिर परिसर ठीक बीचोंबीच यानी केंद्र में स्थित है। इस 141फीट उच्च संरचना में 234 शानदार नक्काशीदार खंभे, 9 अलंकृत गुंबदों, 20 शिखर , एक भव्य गजेंद्र (पत्थर हाथियों की कुर्सी) 20,000 मूर्तियां शामिल हैं। साथ ही यहाँ दिव्य व्यक्तित्व, ऋषियों, भक्तों और संतों की प्रतिमाओं को भी बनाया गया है। ये मंदिर गुलाबी बलुआ पत्थर और सफेद संगमरमर के मिश्रण से बनाया गया है, इस मंदिर में गौर करने वाली बात ये है की इस मंदिर के निर्माण के दौरान मंदिर के किसी भी भाग में इस्पात (स्टील) और कंक्रीट का इस्तेमाल नहीं किया गया है।

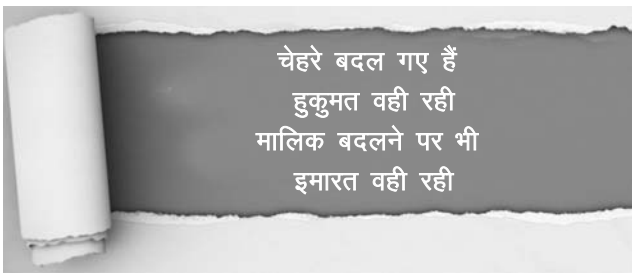
इस मंदिर में एक 'हॉल ऑफ वेल्थ' प्रदर्शन भी है जो एनिमेटेड रोबोटिक्स का उपयोग कर स्वामीनारायण के जीवन से जुडी घटनाओं को दर्शाता है। इन घटनाओं से हमें शांति, सद्भाव का सन्देश मिलता है साथ ही ये घटनाएं हमें विनम्रता, दूसरों के लिए और सर्वशक्तिमान से भक्ति करने के लिए भी प्रेरित करती हैं।नीलकंठ कल्याण यात्रा है यहां विशाल स्क्रीन पर दिखाई जाने वाली फिल्म है जो इस मंदिर परिसर का एक अन्य आकर्षण है। यहाँ दिखाई जाने वाली फ़िल्में दर्शकों को विभिन्न धार्मिक स्थानों, उनकी संस्कृति, त्यौहार, आदि से रु–ब–रु कराती हैं।

यहाँ आने वाले पर्यटक नाव की सवारी ले सकते हैं जो इस यात्रा के दौरान आपको कई सारी महत्त्वपूर्ण जानक. ारियों से भी अवगत कराया जायगा। याज्ञना पुरुष कुंड में स्थित संगीतमय फव्वारा परिसर का एक और प्रमुख आकर्षण है. यह एक वैदिक यज्ञ कुंड और एक संगीतमय फव्वारा यहां का एक दुर्लभ संयोग है। कुंड या स्टेप्वेल दुनिया का सबसे बड़ा स्टेप्वेल है, शाम में यहां पर संगीतमय फव्वारा चलाया जाता है साथ ही यहां भारत में गणित के उन्नत ज्ञान को परिभाषित एक आठ पंखुड़ियों वाला कमल भी है।भारत उपवन या 'भारत का गार्डन' एक विशाल रसीला उद्यान है जो बच्चों की पीतल की मूर्तियां, महिलाओं, स्वतंत्रता सेनानियों, प्रख्यात हस्तियों और भारत की उल्लेखनीय आंकड़े के साथ तैयार है। परिसर के अन्य आकर्षणों में योगी हृदय कमल, नीलकंठ अभिषेक , नारायण सरोवर, प्रेमवती अहर्ग्रून और आर्श केन्द्र शामिल हैं। **(बृजमोहन)**

क्या चाहती है नारी, पुरुष से?

डॉ. शिप्रा शिल्पी
कोलोन, जर्मनी से

बन आँगन की सोंधी खुशबू
महकना चाहती है फिजा में!
अलमस्त पतंग सी उड़ना चाहती है वो!
बनना चाहती है अनकहे शब्दों की माला!
प्रेम का गीत बनना चाहती वो!
देखना चाहती है वो प्रिये के नयन में
प्रेम के रक्ताभ डोरे!
समेटना चाहती है आँचल में
ख़ुशियों के एक एक पल!
फूलों सी बिछ जाना चाहती है वो!
क्या चाहती है नारी, पुरुष से?..
तप्त मन की धरा पर पावन
नदिया सी बहना चाहती है वो!
बनकर दृष्टि कोमल सी
नैनों में नरमी सी झलकना चाहती है वो!
चाहती है वो प्रिये का स्पर्श!
लाज के कुछ पल सलोने!
कभी काँधे का सुख तो कभी बाहों के घेरे!
बस समर्पण का बिछौना
बन जाना चाहती है वो!
क्या चाहती है नारी, पुरुष से?..
नहीं चाहिए उसे हीरे, मोती
और आडम्बर से भरे बहरूपिये चेहरे!
नहीं चाहिए झूठे दिलासे!
प्रेम के नाम पर दया के फाहे!
बस चाहिए सच्चे भाव मन के,
छल कपट से दूर
सच्चे ख्वाब सारे!
बनकर हृदय की धड़कन
रोम रोम में स्पंदित होना चाहती है वो!



आप परमात्मा पर विश्वास नहीं कर सकते जब तक स्वयं पर विश्वास न करें।

ध्यान विधि

■ अपनी पीठ गर्दन और सिर एक सीध में रखकर चिन मुद्रा में बैठे।
■ कुछ समय तक अपने होने का एहसास करें।
■ बंद आंखों से अपने शरीर के सारे अंगों को देखे।
■ प्रयास करें बाह्य एवं आंतरिक अंग दिखे और रिलैक्स होवें।
■ बंद आंखों से अपना पोस्चर स्थिर रखते हुए सुषुम्ना बिंदु पर ध्यान दें।
■ अब लगभग 10 राउंड सुषुम्ना ब्रीदिग करें।
■ सांस लेते वक्त महसूस करें आप पोजीटिव एनर्जी ले रहे हैं।
■ आपके सांस छोड़ते वक्त महसूस करना है कि सारी निगेटिव एनर्जी बाहर जा रही है।
■ इनहेलिव व एक्जेलिंग के वक्त कोई पोज, जर्क, एवं अनियमितता न हो।
■ जिस रिदम से सांस लेते हैं इसी रिदम से छोड़े भी।
■ बिदिग के वक्त विशुद्धि चक्र, अनाहत चक्र, मणिपुर चक्र एवं मुलाधार चक्र का एहसास करें।
■ अब आप ध्यान मुद्रा में बैठकर ध्यान करें, मन में आ रहे विचारों पर कोई नियंत्रण न रखें, सिर्फ आप वृक्ष बनकर देखते रहें।
■ हर क्रियाविधि को विटवेस करें। न तो किसी विचार को ग्रहण करें और न ही खारिज करें। जो विचार आ रहे थे वह अपने आप लुप्त हो जाएंगे। आप वाइलेटरज डायलाग करने से बचे। स्वगत भाषण न करें।आप पाएंगे कुछ वक्त बाद एक शून्य की स्थिति पैदा हो गई है और एक स्पेस क्रिएट हो गया है।

बी चंद्रा

बिन पेंदी का लोटा 'नोटा'

चुनाव आयोग ने वोटरों को एक विकल्प दिया "None of the above" जिसे नोटा कहते हैं यानि आपको कोई उम्मीदवार पसंद नहीं है तो आप इस विकल्प का प्रयोग करके मतदान कर सकते हैं। अब प्रश्न है कि नोटा के पक्ष में यदि अधिकतम वोट कास्ट हो जाते हैं तो उसकी उपयोगिता क्या होगी ? वोटर क्यों और किस लिए इसका प्रयोग करे ? सिर्फ कोई उम्मीदवार पसंद नहीं है तो उस पसंद का उम्मीदवार दिया जाएगा यदि एक आंकड़े से अधिक वोट नोटा के पक्ष में पड़े या फिर सिर्फ वोट ले लेने के बाद काम खत्म होगा। नोटा का सही उपयोग तब माना जाएगा जब नोटा में पड़े वोटों की कुछ उपयोगिता भी हो जो कि अभी नहीं है। अभी तो यह बिन पेंदी का लोटा ही है।

सरकार को तोते की जरुरत

सरकार सरकारी वकीलों की नियुक्ति करती है और जज की भी नियुक्ति भी वही करने लगे तो हो गया न्याय। सरकार कोई भी ऐसा क्षेत्र बता दे जहां उसने ईमानदारी से सफलतापूर्वक कार्य किया है। चपरासी की नियुक्ति तो ईमानदारी पारदर्शिता से सफलतापूर्वक कर नहीं सकती है। अपनी नाकामी को छिपाने के लिए सभी महत्वपूर्ण प्राकृतिक संसाधनों का निजीकरण किए जा रही है। वहां पर इनकी एक नहीं चलती। कुछ देश में बचा है तो वह न्यायपालिका। वह भी खत्म करके देश के प्रजातंत्र को ही खत्म कर देना चाहते हैं। प्रजातंत्र के चार खम्बे हैं जिसमें तीम खम्भे खत्म हैं बचा खुचा न्यायपालिका इनके कब्जें से बाहर है। यदि इस पर भी कब्जा हो गया तो एक तोता और इनके पास हो जाएगा। (महेंद्र कु. पांडेय)

'दान'

और किसी का दोष नही है, यह सब दोष हमारा है।
हमने अपनी मूर्खता से , दान का रूप बिगाडा है।।
देकर दान अयोगी को, जो योगी थे उन्हें बिसारा है।
इसलिए आलसी लोगो ने ले भीख का लिया सहारा है।।
लूला–लंगड़ा अन्धा अपाहिज, मर रहा भूख का मारा है।
लेकिन इन मस्त मंलगों का, भारत में खूब गुजारा है।।

किसी ने तन पर भस्म लगाया तिलक छाप और माला है।
किसी ने टीका लाल लगाया, किसी ने टीका काला है।।
किसी ने तप बाधंबर माना, किसी का तप मृग छाला है।
किसी ने आग में तापकर, तप का अर्थ निकाला है।।
गांजा भांग चरस कोई चण्डू अफीम में मतवाला है।
किसी के मुख पर लगा हुआ हरदम शराब का प्याला है।।

भिखमंगे हैं सुखी देश में दाता लोग दुखारी है।
दाताओं के घर नहीं हैं, भिखमंगों के महल अटारी हैं।।
बढ़िया इनोवा, स्विफट डिजायर, मोटर कार सवारी है।
कोई अरबपति कोई खरबपति कोई लाखों कोई हजारी है।।
जिसके सबूत में भारत के ये पण्डे और पुजारी हैं।

बृज मोहन

प्रसन्नता आपके कर्मो से आती है।

कड़वा सच

हिंदुत्व के ठेकेदार, जिनके मुस्लिम रिश्तेदार

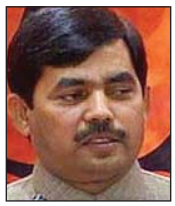
ये जनता को समझते हैं बेवकूफ

1– शिवसेना बाल ठाकरे की पोती ने मुस्लिम से शादी की है।

2– नरेंद्र मोदी की भतीजी का पति मुस्लिम है।

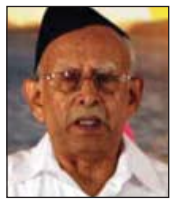
3–लाल कृष्ण आडवाणी की भतीजी ने दूसरी शादी मुस्लिम के साथ की है।

4. बीजेपी के शहनवाज चूंकि नकवी और शहनवाज के रिश्तेदार बड़े–बड़े दिग्गज हैं, इसीलिए भाजपा में उनका महत्व भी है।



एक और तथ्य सामने आया है कि मुख्तार अब्बास नकवी ने 80 के दशक में जब शादी की तो वे हिंदू होना चाहते थे, तब के संघ से सहसरकार्यवाह के एस सुदर्शन ने उन्हें हिंदू होने से रोका और कहा कि वे मुस्लिम रहकर राष्ट्रवाद की अलख जगाएं। श्री नकवी ऐसा ही कर रहे है।

यह ध्यान रखना होगा कि 1987 से 2000 तक केएस सुदर्शन सह सरकार्यवाह यानि ज्वाइंट जनरल सेक्रेटरी की हैसियत से संघ और भाजपा के बीच समन्वय की भूमिका निभा रहे थे। (साभार : एफबी वाल)



मायावती ने अपने बुत लगाने से की तौबा

यूपी की पूर्व मुख्यमंत्री मायावती ने अब अपने बुत लगाने से तौबा कर ली है। लखनऊ में एक प्रेस कॉन्फ्रेंस में उन्होंने एलान किया कि इस बार हुकूमत में आने पर वह न तो अपने बुत लगाएंगी, न ही कोई स्मारक बनाएंगी। वह अपना सारा वक्त यूपी में लॉ एंड आर्डर ठीक करने में लगाएंगी। उनका कहना है कि चार बार यूपी में सीएम रहते हुए उन्हें जितनी मूर्तियां लगानी थीं और जितने स्मारक बनाने थे, उन्होंने बना लिए।

प्रतिमाओं–स्मारकों के निर्माण में 1400 करोड़ का घोटाला

हालांकि मायावती के बनाए स्मारकों की जांच करने वाले यूपी के लोकायुक्त ने अपनी रिपोर्ट में कहा है कि इसमें 1400 करोड़ का घोटाला हुआ है। लोकायुक्त ने स्मारक घोटाले में 199 लोगों को दोषी पाया है, जिनके खिलाफ कार्रवाई की सिफारिश की गई है।

करोड़ों रुपये की संपत्ति धूल में मिला दी

मायावती 1995 में 39 साल की उम्र में पहली बार यूपी की मुख्यमंत्री बनीं थीं। वह चार बार यूपी की मुख्यमंत्री रहीं। पूर्व प्रधानमंत्री नरसिम्हा राव ने उन्हें 'मिरेकल ऑफ डेमोक्रेसी' कहा था। फोर्ब्स मैगजीन ने उनका शुमार दुनिया की 100 सबसे ताकतवर महिलाओं में किया था। लोग उन्हें बेहतरीन एडमिनिस्ट्रेटर मानते हैं। लेकिन उन पर मूर्तियों और स्मारकों पर अनाप–शनाप रकम खर्च करने के आरोप लगे। अपनी हुकूमत में उन्होंने अपना बंगला बनाने के लिए चार आलीशान सरकारी बंगले तुड़वा दिए। उनके बंगले की लागत ही करीब 200 करोड़ आंकी गई। आंबेडकर स्मारक बनाने के लिए उन्होंने लखनऊ में एक नया बना हुआ स्टेडियम डायनामाइट से उड़वा दिया। बौद्ध विहार बनाने के लिए करीब 100 अपार्टमेंटों वाली पूरी कॉलोनी डायनामाइट से उड़ा दी। कांशीराम स्मारक बनाने के लिए लखनऊ की तीन जेलें तुड़वा दीं।

सियासत छिनने का एक कारण फिजूलखर्ची भी

अखिलेश यादव की सरकार आने के बाद मायावती की मूर्तियों और स्मारकों की जांच लोकायुक्त को सौंपी गई। उन्होंने कहा कि इन स्मारकों को बनाने में 1400 करोड़ का घोटाला हुआ है। उन्होंने इसमें दो मंत्रियों समेत 199 लोगों को दोषी पाया और घोटाले की पूरी रकम उनकी तनख्वाह से वसूलने के आर्डर दिए। यही नहीं सीएजी ने अपनी रिपोर्ट में इसमें बड़े पैमाने पर घपला पाया। सियासत के जानकार कहते हैं कि शायद मायावती को अहसास हो गया है कि जिन वजहों से उनकी सरकार गई उनमें एक वजह मूर्तियों और स्मारकों पर उनकी फिजूलखर्ची भी थी। शायद इसीलिए अब उन्होंने बुत लगाने से तौबा करने का एलान किया है।(एजेंसी)

शरीर मर जाता है परंतु आत्मा जीवित रहती है लेकिन आज के समय में देख रहा हूं कि शरीर तो जीवित हैं परंतु आत्माएं मर चुकी हैं।

योग्य लोग दूसरों की योग्यता का सम्मान करते हैं, अयोग्य लोग दूसरों की योग्यता से ईर्ष्या करते हैं।

चढ़ती थी उस मजार पर चादरें बेशुमार
और बाहर बैठा एक फकीर सर्दी से मर गया।

जहां तक दिखाई देता है वहां तक जाएं, वहां पहुंचने पर आगे भी दिखाई देगा।

डाकू ददुआ के इलाके में बुंदेलखंड पैकेज की एक खोज

आठ साल पहले जिस कोल्हुवा के जंगल में ददुआ को एसटीएफ ने मार गिराया था उसी जंगल में केंद्र द्वारा दिए बुंदेलखंड पैकेज की हकीकत जानने हम निकले। बुंदेलखंड के किसानों को आत्महत्या और सूखे से बचाने के लिए केंद्र सरकार 7266 करोड़ रुपये उत्तर प्रदेश और मध्य प्रदेश के 13 जिलों को दिया लेकिन पैसे का बड़ा हिस्सा नेता और अधिकारियों की जेब में गया !

किसानों को इसका कितना फायदा मिला, ये देखने के लिए बांदा से करीब 60 किमी दूर अतर्रा तहसील से कोल्हुवा के जंगल में चल पड़े। रास्ते में आरटीआई कार्यकर्ता और एक पत्रकार ने हमें बताया कि रसिन गांव में 76 करोड़ रुपये की लागत से रसिन बांध बनाया गया है जिसका मकसद करीब 5 हजार एकड़ खेत तक सूखे के हालात में पानी पहुंचाना है। इस साल मानसून नहीं के बराबर रहा है। इसलिए पहले हमें रसिन बांध का जायजा लेना चाहिए।

तुम इतना जो मुस्कुरा रहे हो...

तुम इतना जो मुस्कुरा रहे हो
क्या गम है जिसको छुपा रहे हो
आँखों में नमी, हँसी लबों पर
क्या हाल है, क्या दिखा रहे हो
बन जायेंगे जहर पीते पीते
ये अश्क जो पीते जा रहे हो
जिन जख्मों को वक्त भर चला है
तुम क्यों उन्हें छेड़े जा रहे हो
रेखाओं का खेल है मुकद्दर
रेखाओं से मात खा रहे हो

2012 में बांध बनकर तैयार हुआ। विध्यांचल पहाड़ियों की गोद में बने इस बांध पर सिंचाई विभाग का कोई कारिंदा मौजूद नहीं था। रसिन गांव के नाम पर इस बांध का नाम रसिन बांध रखा गया। यहां हमें भूषण नाम के किसान मिले जिनकी 12 बीघे जमीन का अधिग्रहण इस बांध को बनाने में किया गया था। इनकी जमीन का मुआवजा 24 हजार रुपये बीघे के हिसाब से मिला। भूषण ने हमें बताया कि बांध को बने 3 साल से ज्यादा हो गया लेकिन आज तक यह गेट नहीं खुला। इससे लगती नहरें सूखी पड़ी है।

यही नहीं इस बांध का पानी आज तक रसिन गांव के खेतों में नहीं पहुंचा। कैमरे को देखकर कुछ और गांव वाले आ गए। हमारी नजर खंडहरनुमा बनी एक इमारत पर ठहर गई। बताया गया कि ये बांध का कंट्रोल रुम है। टूटी खिड़कियां–दरवाजे को चोर उठा ले गए थे। आजकल ये आवारा पशु और नशेड़ियों के बैठने का अड्डा बना हुआ है। जिस बांध का कंट्रोल रूम बदहाल हो चुका है वो सूखे खेतों को कैसे हरा करेगा, हमारी समझ में आ चुका था। यहीं से कुछ दूरी पर हमें दो पार्क दिखाई पड़े। किसी तरह जानलेवा ढलान को पारकर हम इस पार्क तक पहुंचे।

गांव वालों ने बताया यहां गौतम बुद्ध की मूर्ति लगी थी। पार्क में बहुत खोजने पर बुद्ध की प्रतिमा के कुछ अवशेष हमें भी मिले। आशीष सागर और शिव नारायण ने बकायदा उसे लेकर फोटो खींचे। मेरी समझ में नहीं आ रहा था कि दो करोड़ रुपये में आखिर किसानों के पैसे से ये पार्क क्यों बनवाए गए। यहां लगे सफेद खंबों को पहले मैं सीमेंट का मान रहा था लेकिन तभी मेरी नजर आंधी में गिरे एक खंबे पर पड़ी। ये देखकर हैरान रह गया कि दूर से सीमेंट के दिखने वाले ये खंबे फाइबर के थे और इसके अंदर बालू और मौरंग को भर दिया गया था।

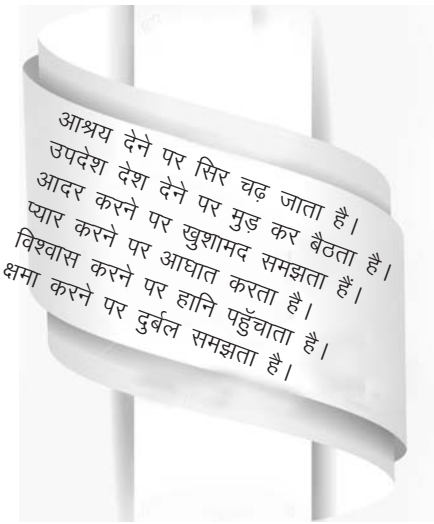
पार्क और बांध की हालत देखकर मुझे दुख भी हो रहा था और गुस्सा भी आ रहा था। पत्रकार ने बताया कि ये तो ट्रेलर है, बुंदेलखंड पैकेज की कहानी अभी बाकी है। यहां से 30 किमी दूर कोल्हुवा के घने जंगल में चल पड़े। हमें बताया गया कि ददुआ, ठोंकिया, बखिया के मारे जाने के बाद अभी बबली नाम का एक डाकू सक्रिय है।

ये सुनकर कुछ घबराहट हुई, हमने कार गांव में छोड़ दी और पैदल पटपर पहाड़ी नाले पर बने चेक डैम को देखने चल पड़े।

कोल्हुवा के जंगल में जंगल विभाग ने 55 चेकडैम बनाए हैं और हर एक की कीमत 5 लाख रुपये है। कुछ दूर आगे चलकर कुछ पत्थर रखकर एक हदबंदी देखने को मिली। हमें बताया गया कि पांच लाख का चेक डैम यही है। आशीष ने बताया कि यहीं के आदिवासियों को बुलाकर नदी के पत्थर रख दिए गए। इससे आगे बढ़ने पर चेकडैमनुमा चीज भी नहीं मिली। पत्रकार ने बताया कि यहां आकर कोई काम को चेक नहीं कर सकता लिहाजा कागजी चेकडैम बनाकर पैसा डकार लिया गया।

लौटने लगे तो कुछ किसान बैठे मिले। किसानों ने बताया कि इस साल बारिश बिल्कुल नहीं हुई लिहाजा हालात काफी खराब हैं। जानवर अगर नहीं हों तो हम भूखों मर जाएं। जब बदहाल किसानों के लिए योजनाएं एसी के बंद कमरों में बैठकर बने तो उससे खुशहाल केवल अधिकारी और नेता हो सकते हैं। ये बात हमें समझ आ चुकी थी। (साभार : इंटरनेट)

जब आप कुछ गवां बैठते हैं तो उससे प्राप्त शिक्षा को न गवाएं।



शिक्षा व्यवस्था पर दिबाकर बैनर्जी की खुली चिट्ठी

दिबाकर बैनर्जी

जिस स्कूल में मैं नर्सरी से 12वीं तक पढ़ा हूँ उसके कर्ताधर्ता वही लोग थे जिन्हें आज राइट विंग, हिंदुत्ववादी या आम भाषा में 'संघी' कहा जाएगा। स्कूल की शिक्षा व्यवस्था का सनातन हिंदू संस्कृति से रिश्ता बहुत गहरा था। हमें हिंदी और संस्कृत काफी जोर देकर पढ़ाई गई।

स्कूल का वार्षिकोत्सव गुरुवंदना से शुरू होकर वाद–विवाद, सितार, गिटार वादन, नुक्कड़ नाटक, संस्कृत काव्य पाठ, कव्वाली और मुशायरा से गुजर कर सरस्वती वंदना पर खत्म होता था। हमें सिखाया जाता था कि भारत दुनिया के उन महान समाजों में से है जिसमें सभी के लिए जगह है।

पाँचवी क्लास में ही मुझे 'वसुधैव कुटुम्बकम्' का अर्थ मालूम था। कड़क और एक किलो के थप्पड़ वाले संस्कृत सर की बदौलत छठी क्लास तक मैं गणित, भौतिकी, रसायन विज्ञान और जीव विज्ञान हिंदी में पढ़ा। हमारी सोंधी खुशबू वाली स्कूल डायरी में गायत्री मंत्र, संस्कृत काव्य और गीता के चुने हुए हिस्से थे जो मुझे आज भी कंठस्थ हैं।

इसके साथ–साथ हम इतिहास पढ़ते थे जिसे अब 'लेफ्टिस्ट', 'एलीटिस्ट' और 'स्युडो–सेक्युलर' कहा जाने लगा है – जो भी उसका अर्थ हो। उसका कुछ–कुछ अब भी सच सा लगता है, और कुछ नहीं।

अंग्रेजी के वर्चस्व के इस जमाने में आज हिंदी, संस्कृत और प्राचीन भारत पर मेरी (अधूरी) पकड़ देखकर मेरे दोस्त–यार इम्प्रेस हो जाते हैं। मैं अपने स्कूल का जितना भी शुक्रिया अदा करूँ कम होगा, जिसने तीन हजार सालों के मानव इतिहास को सहजता से समझने की योग्यता मुझे दी, साथ ही वक्त के साथ चलना भी सिखाया। मैं जो भी हूँ, अपने उस स्कूल की वजह से हूँ। इसका गर्व है मुझे।

स्कूल जाते भारतीय बच्चे

मुझे आज तक कभी भी ऐसा नहीं लगा कि मेरे स्कूल की शिक्षा गलत है। एक बार भी हमें ये नहीं पढ़ाया गया कि भारत से प्यार करने के लिए किसी से से नफरत करने की जरूरत है। इसका गर्व है मुझे।

मेरे जैसे अनगिनत भारतीय हैं जिन्हें अपने स्कूल या कॉलेज पर गर्व है।

भारत के अभिभावक, शिक्षक और छात्रगण, अब समय आ गया है ये निर्णय लेने का कि जिस दिन हमारे बच्चे पढ़ाई पूरी करके भविष्य के भारत में कदम रखें तो उन्हें अपने स्कूल पर फख्र होगा तो किस बात का होगा? कितना बड़ा प्लेग्राउन्ड या वीआईपी पार्किंग है उसकी? या कितने लाख की फीस है उसकी? या किस फिल्मस्टार के बेटा क्लासमेट है उसका? या किस नेता का जिगरी चेयरमैन है उसका?

या फिर अपने शिक्षकों का? हमारे संस्कृत सर, हमारी अंग्रेजी मैम, मेरे प्रिंसिपल सर और वो सभी शिक्षक जिनका हमने आदर किया, जिनसे डरे, जिन पर हम फिदा हुए, जिनके हम दीवाने रहे, जिनकी हमने पीठ पीछे नकल उतारी और जिन्होंने हमारे कान खींचे।

इन शिक्षकों ने हमें केवल विद्या नहीं दी, जुनून दिया सिर्फ पांच स्टेप्स में सेट थियरी पैराडॉक्स साबित करने का या बिना सांस लिए एक मिनट तक रावण के शिवस्तोत्र की आवृत्ति का। मैं जिस प्रोफेशनल इंस्टीट्यूट में गया वहाँ पेड़ के नीचे बैठकर शिक्षकों ने हमें जुनून दिया छोटे भारतीय शहरों के लिए सस्ता और सेफ रिक्शा बनाने का या लोटे के अनूठे आकार पर फिदा होने का। हमें एक बार भी ये भनक नहीं पड़ी कि हम राइट हैं या लेफ्ट। मास हैं या एलीटिस्ट!

एक भारतीय स्कूल के बच्चे।

कभी ऐसा नहीं लगा कि कुछ महान हो रहा है। कभी किसी शिक्षक ने हमें भारत से प्यार करने, देशभक्त बनने या देश की रक्षा करने के लिए नहीं कहा। लेकिन अब मालूम पड़ता है कि जब उन्होंने हमें ब्रह्मगुप्त के चतुर्भुज समीकरण, दिनकर की कविता, रस्किन बॉण्ड और मंटो की कहानियां, भारतीय मलमल की बारीकी, बंगाल के टेराकोटा टाइल की सुंदरता या लद्दाख में विश्व की सबसे ऊंची हवाई पट्टी के बारे में बताया और साहिर के फिल्मी गाने गाए, उन्होंने हमारे दिल में चुपके से, हमें बताए बिना देशप्रेम की वह अगन जला दी जो आज भी सुलग रही है।

उस अगन का सबूत नम्बर एक? करोड़ों भारतीय, जो आज भी भारत में हर नाइंसाफी, मजबूरी, तकलीफ से जूझते हुए यहीं जी रहे हैं और जम के जी रहे हैं। सबूत नम्बर दो? वह लाखों भारतीय जो भारत के बाहर भारत के लिए तरसते हुए अपने केबल वाले से देसी चौनल के लिए रोज झगड़ते हैं!

एक भारतीय स्कूल के अध्यापक और छात्र।

भारत की शिक्षा अपने आप में एक सीख है। हजारों वर्षों से भारत में अध्ययन–अध्यापन की बेजोड़ परंपरा रही है। इस परंपरा का केंद्र गुरु और शिष्य हैं। ये यूँ ही नहीं है कि द्रोण, कृप, कपिल, बुद्ध, महावीर, शंकर और नानक आज भी पौराणिक कथाओं और धर्मग्रंथों में हमारे बीच जीते हैं। ये आखिरकार कुछ भी हों, सबसे पहले ये शिक्षक ही थे जिन्होंने शिष्यों के एक विशाल समूह को प्रेरित किया।

हमारे बचपन के शिक्षक हमें दूसरे भारतीयों के साथ भारत में रहना सिखाते थे। वह दूसरे भारतीय भी ऐसे स्कूल–कॉलेजों से पढ़कर आए थे, जहाँ सहजता से निभाई जाने वाली भारतीयता सिखाई गई थी। हम रूड़की से पढ़कर पास होते और चेन्नई में काम करने जाते थे। पंजाबियों से भरी दिल्ली में रह रहे बंगाली लड़के का बेस्टफ्रेंड एक गुजराती लड़का बन जाता था।

(शेष अगले अंक में)

हम ये नहीं समझते कि आत्म सम्मान आत्मविश्वास से ही आता है।

नारी उत्थान

आज प्रभा देवी का गुस्सा सातवे आसमान पर था1 नौकर दृचाकर, कारिंदे सारे सिर झुकाये खडे थे! हर एक सह्मा सा खडा था और प्रभा देवी उन सब पर जोर जोर से चिल्ला रही थी1 वे सब सिर झुकाये यही मना रहे थे कि किसी तरह उनका गुस्सा शांत हो और उनकी जान बचे!

आज उनकी सबसे विश्वास प्राप्त नौकरानी चंदा का कही अता पता नही था! चंदा ही थी जो ये जानती थी कि प्रभा देवी की कौन सी चीज कहा पडी है! चंदा ही यह ध्यान रखती थी कि आज मेमसाहिब कौन सी साडी पहनेंगी, वो कौन सी माला आज धारण करेंगी, और जो लिपिस्टिक का शेड उनके वस्त्रो और गह्ने के साथ मेल करता हो वो लिपिस्टिक सामने रख देती थी1 चंदा ही थी जो ये जानती थी कि उन पर कौन सा रंग खिलता है और उनके साथ कौन सी सैंड्ल या जूती मैच करती थी।

प्रभा देवी के पतिदेव एक सफल व्यवसाई थे। उनकी दो मिले चलती थी1 इसके अलावा एक पांच सितारा होटल भी था। सुना है रियल स्टेट मे भी उनका खूब पैसा लगा हुआ था। कहने का अर्थ यह है कि किसी भी चीज की कोई कमी नही थी। कुबेर देवता प्रसन्न थे1 लक्ष्मी अपना भंडार खोले हुई सी जान पडती थी। खूब बडा मकान था। और कई कमरो के उस मकान का बगीचा भी लगभग एक एकड़ मे फैला हुआ था। बाहर मकान के बडे से गेट पर दो चोकीदार हमेशा सजग खडे रहते। उनका डील डौल देखकर सामान्य जन वेसे ही भयभीत रहता। प्रभा देवी का ड्राईवर श्याम साफ सफेद यूनिफार्म मे हैट लगाये उनका इंतिजार करता रहता। और आज वो सब सिर झुकाये खडे थे और प्रभा जी ऐसे बरस रही थी जैसे जेठ के महीने मे सूरज की तपिश बरसती है। और उन बेचारो के लिये तो उस तपिश से बचने का कोई उपाय भी नही था।

प्रभा देवी एक सामाजिक कार्यकर्ता थी। वो कई एन.जी.ओ. भी चलाती थी1 इसके अलावा वो नगर की महिला कल्याण समिति की अध्यक्षा भी थी। उनका मानना था कि नारी पर बहुत अत्याचार होता है। हर युग मे नारी का शोषण हुआ है और इस पुरुष प्रधान समाज मे उसके ऊपर बहुत से जुल्म किये जाते हैं। वो घर देखती हैं, सबके प्रति समर्पण भाव से अपनी जिम्मेवारी का निर्वाह करती है। स्वय भूखी रहती है लेकिन सबका पेट भर जाये इसका ख्याल करती है। अगर वो बाहर निकलकर कमा भी रही है तो भी अपना सबकुछ घर पर ही न्योछावर कर देती है। हर योगदान देती है लेकिन बदले मे उसको क्या मिलता है। पीड़ा, उपहास, गालियो की बौछार और कभी कभी मानसिक और शारीरिक यातनाए भी।

इसलिये वो अपना पूरा समय अब इन्ही नेक कामो के लिये देती। वो कहती अब मेरे जीवन का उद्देश्य पीडित, मासूम नारियों का उत्थान ही है1 मैं किसी भी नारी पर अत्याचार होते हुये नही देख सकती1 वो चाहती थी कि पीडित को न्याय मिले और दोषी को सजा। और आज इसी क्रम मे उनका टी.वी. पर आज एक प्रोग्राम मे उनका इस विषय पर व्याख्यान था। उनको वो एमराल्ड की माला नही मिल रही थी जो उन्होने कल ही इसी प्रोग्राम के लिये 11 लाख रुपये मे खरीदी थी। उनको इस बात का अधिक मलाल नहीं था कि माला नही मिल रही, उनको इस बात कि ज्यादा चिंता थी कि मिसेज बेदी आज उनसे बाजी मार जायेंगी। पता नहीं किस बात का गुरुर है उनको। अरे वो मेरा मुकाबला क्या करेगी। मेरे समर्पण की सभी कितनी तारीफ करते हैं। मैने नारियो को उनका अधिकार दिलाने के लिये जो लडाई लडी है क्या मिसेज बेदी ने उसका आधा भी किया है। सुना है उनका अपना पति तो उनपर अत्याचार करता है और वो खामोश रहती हैं लेकिन फिर भी चली हैं नारियो का उद्धार करने। पिछ्ली बार तो मुझे नीचा दिखाने के लिये ना जाने किससे साडी और गहने मांग लायी थी। लेकिन क्या कभी वो मेरा मुकाबला कर सकती है1 क्या कभी सूरज का दिया मुक.ाबला कर सकता है। क्या कभी कोई नदी महासागर के समकक्ष खडी हो सकती है। घर मे फांके हो तो क्या किसी के प्रति सेवाभाव जग सकता है कुछ नही सिर्फ दिखावा है और मुझसे टकराने की होड।

वो झुंझुला कर बोली पता नही आज ये चंदा कहाँ मर गई? ना जाने उसने कल वो माला कहाँ रख दी? और आज आई भी नहीं। कल आने दो उसको बहुत सिर चढ गयी है, निकाल ना बाहर किया तो देखना। इतना कहकर उन्होने उन सभी कारिंदो, नौकर चाकरो को अपनी आंख से दूर हो जाने का हुक्म दे दिया।

शाम के पांच बज गये थे। प्रभा देवी ने किसी तरह आज के व्याख्यान के लिये अपने आप को चंदा को कोसते हुये अपने आप को तैयार कर लिया। जानती थी कि आज उनको आज नारी के हक की बात को पुरजोर तरीके से उठाना है। जानती थी आज उसकी सभी महिला मित्र उस समय टी.वी। पर चिपकी होंगी जब उनका व्याख्यान होगा।

वो ऐसा समझती थी कि नगर की सारी नारिया उन पर आस लगाये बैठी हैं। और ये सोचकर उनको एक अजीब सा अभिमान भरा संतोष

जागो रूको नही जब तक अपने लक्ष्य तक न पहुँचो।

मिलता। आज के इस व्याखान के लिये उन्होने पिछ्ले आठ दिनो से कितनी तैयारी की है। रोज कई घंटे शीशे के सामने खडे होकर कई मुद्राओ मे अभ्यास किया है। वो ऐसा समझती हैं कि उनकी आज की तकरीर से नगर की सभी नारियो का उद्धार हो जायेगा। और आज ये चंदा पता नही कहाँ मर गई। घर से जाने का समय हो गया था। प्रभा देवी घर से बाहर निकली। नौकर चाकर अब भी दम साधे खडे थे। श्याम कार के दरवाजे को पहले से ही खोलकर खडा था।

प्रभा ने सबको हिदायत देते हुये कहा। देखो घर का पूरा ध्यान रखना। साहिब आयेंगे तो उनको भोजन करवा देना। हमे आने मे देर हो जायेगी। तभी सामने से चंदा का बेटा विवेक आता हुआ दिखाई दिया। जोर जोर से हाँफ कर जब वो प्रभा देवी के सामने पहुंचा तो अपना मलिन चेहरा लिये हुये जोर से उनके चरणो मे गिर पडा। प्रभा देवी हिचकिचाकर दूर हट गयी और बोली क्या है रे विवेक ये कौन सा तरीका है। चल दूर हट। और तेरी मा कहाँ है। क्या उसको पता नही है कि आज मुझे कहाँ जाना था। क्या समझती है अपने आप को? क्या उसके बिना मेरा काम नहीं चलेगा। तभी कहते हैं कि इन गरीबो की कितनी भी मदद करो ये एहसान फरामोश होते हैं। उसको कह देना कि कल से काम पर आने की कोई जरूरत नहीं है। जाये जहाँ जाकर मरे लेकिन मेरे घर ना आये।

विवेक जो अभी तक ठीक से सामान्य भी नही हुआ था। ये डांट और कड्वे वचन सुनकर और मलिन हो गया। लेकिन साहस बटोर कर बोला मेमसाहिब मेरी मा हस्पताल मे है। कल शाम को आपके यहाँ से जाने के बाद जब मा घर पर पहुची तो घर पर पिताजी शराब पीकर बैठे थे और ना जाने किस बात पर बिगड गये कि पहले तो मा को बहुत मारा पीटा और फिर ऊपर से नीचे धक्का दे दिया। मा का सिर फट गया और वो जीवन और मृत्यु के बीच जूझ रही हैं। मैं उनको अभी हस्पताल मे भर्ती करवा कर आ रहा हू लेकिन घर पर एक भी रुपया नही है और बाप भी ना जाने इसके बाद कहा भाग गया है। हस्पताल वाले कह रहे हैं कि इतने पैसे लाओ तो इलाज शुरु हो। बडी आस लेकर आया हू कुछ मदद कीजिये। और इतना कहते ही वो फूट फूट कर रोने लगा।

प्रभा देवी को देर हो रही थी। वो इस समय यहाँ पर ये सब नाटक नहीं चाहती थी। घुडककर बोली मरती है तो मरने दे। क्या मैंने तुम्हारी मा का ठेका ले रखा है। पता नही कहाँ से चला आया सारा का सारा मूड आफ कर दिआ। ना जाने अब टी। वी। मे वो लावण्य झलके ना झलके। वेसे ही आज मूड आफ था इसने आकर और आफ कर दिया। बोली चल हट मेरी राह छोड और भाग जा यहाँ से।

सत्रह साल का वो तरुण विवेक रोते रोते बोला ऐसा ना कहे वो सचमुच मर जायेगी। चोट बहुत गम्भीर है। आप ही तो हमारी माई बाप हैं। बहुत आस लेकर आपके पास आया हू। मा हमेशा ये कहती थी कि हमारी मेम साहिब जैसा इस दुनिया मे कोई नहीं है। वो किसी भी संकट मे पडी हुई नारी के लिये जान भी दे सकती हैं। नारी पर जरा भी संकट आ जाये उसे वो अपना संकट समझती हैं। उनका ह्रदय बहुत विशाल है और उस अनंत सागर मे सभी के लिये बहुत जगह है। इसी उम्मीद पर आया हू कि आप इस संकट से उबरने मे हमारी मदद करेंगी। आप ही बताइये और कहाँ जाऊ प्यासा नदी के पास ही तो जाता है।

प्रभा देवी वेसे ही तिलमिला रही थी। वो इस समय कोई बात नहीं करना चहती थी। उनको देर हो रही थी और ये कम्बख्त पता नहीं कहाँ से चला आया। जोर से बोली चले जाओ यहा से। ये कोई यतीम खाना नहीं है। संसार मे इतने लोग मरते हैं तो क्या सबकी जिम्मेवारी ले लू? भागो यहाँ से और अपनी सूरत दुबारा ना दिखाना। फिर बिफरकर दोनो चौकीदारो पर खीज उतारती हुयी बोली क्या खड़े–खड़े देखते हो? इसको निकाल बाहर करो। क्या वो काम भी मे ही करू। तो फिर कल से तुम दोनो भी मत आना। वो दोनो चौकीदार जो अबतक यंत्रवत खडे थे लपक कर विवेक की तरफ बढे और उसको पकड्कर घसीटते हुये गेट की तरफ ले गये। विवेक चिल्ला रहा था। ऐसा मत करिये मालकिन मेरी मा को बचा लीजिये। जीवन भर आपकी गुलामी करूंगा। आपका ये एहसान कभी नहीं भूलूंगा। लेकिन उसके ये शब्द प्रभा देवी के लिये ऐसे ही थे जैसे हमारा ध्यान अगर कही और हो तो हम ज्ञान की बात भी नही सुनपाते हैं। अभिमान के उपवन से निकली हुई समीर मदहोश कर देती है और ऐसे मे कभी भी सत्य का बोध नहीं होता है। प्रभा देवी पर ऐसी ही मदहोशी थी। वो सत्य से दूर थी और आड्म्बर का लबादा ओढे हुई थी।

तभी वहा पर दो और किशोर भागते भागते वहा पहुंचे। और जब उन्होने विवेक को जमीन पर पडे देखा तो फफक फफक कर रो पडे और बोले विवेक तुम्हारी मा चंदा नही रही। उनका खून खूब बह गया था और तुम भी ना जाने कहाँ थे। डाक्टर बार बार तुमको बुलाता था और कहता था कि अगर अभी इलाज शुरू नही हुआ तो उनका जीवन बचना मुश्किल है। हमने तुमको बहुत ढूंढा लेकिन तुम नही मिले और उन्होने दम तोड दिया। किसी ने तुमको इधर आते देखा तो बताया और हम फिर यहा आये। तुम्हारे पिता का भी पता नहीं। पुलिस उसे ढूंढ रही है और तुम्हारी मा की लाश हस्पताल मे पडी है। विवेक ने इतना सुना तो बेहोश हो गया।

प्रभा देवी अपनी चमचमाती कार मे बैठी और ये सोचती हुई चली गयी कि कल चंदा के घर पर अपनी संस्था की सभी औरतो को ले जाकर एक जोरदार प्रदर्शन करूंगी। आखिर कब तक औरत आदमी का जुल्म सहेगी। देखना कैसी सजा दिलाती हू उसके आदमी को। अपने रुतबे को दिखाने का एक और अवसर जो मिल गया था उनको। अपने विरोधियों पर जीत हासिल करने का अवसर वो कैसे हाथ से कैसे जाने देती। प्रभा देवी के होंठो पर मुस्कान खेल रही थी और उनकी गाड़ी टी। वी। स्टूडियो की तरफ सरपट दौड रही थी।

सुदर्शन भडोला

आरक्षण

आओ बच्चों तुम्हें दिखाएं झांकी हिंदुस्तान की।
योग्यता की कद्र नहीं यहां
चांदी जातिवाद की।
आरक्षण वाला देश है ये,
यहां काबिल बेरोजगार हैं।
देकर कास्ट सर्टिफिकेट
अयोग्य मालामाल है।
देखो यारो देश मेरा
आरक्षण से बेहाल है।

शांति की शुरुआत मुस्कराहट से होती है।

सब्जियों के सब्जबाग

सत्तर के पार हो गये
प्याज अब अनार हो गये
आलू अब हर सब्जी से
दूर है
उसे भी बढते भाव का
गुरूर है
टमाटर पहले भी लाल
था
टमाटर आज भी लाल है
पहले जुबान का स्वाद था
आज जेब का सवाल है
भिंडी तो लेडी फिंगर है
नाजो–नजाकत दिखाएगी
ही
जब सारे पहुंच से दूर हैं
तो
वो और दूर जायेगी ही
घीये की दास्तान सुनी तो
अचम्भा हो गया
सब्जी वाले ने बताया
भाव सुनकर बिका नहीं
और
रेहड़ी पर पडे दृ पडे और
लम्बा हो गया
बैगन के चेहरे पर भी
खुशी है आज उजाला हो
गया
हाँ उसको खरीद्ने वाले
का
चेहरा काला हो गया
करेले और नीम
चढ गये हैं
सब बढे तो वो भी
बढ़ गये हैं
सुंदर सी गोभी की तरफ
अब
नजर कैसे हो
अगर उसे खरीद लिया तो
फिर
पूरे महीने गुजर बसर कैसे
हो
थाल से अब दाल भी
गायब हो गयी है
रोटी थाल मे पडे पडे
अकेली सो गयी है
और वो भी ना जाने
कब तक रहे
ऐसा ना हो कि एक दिन
बस पानी ही लब तक रहे

दुनिया में सबसे बड़ी अदालत इतिहास की है

इस दुनिया में सबसे बड़ी अदालत इतिहास की है, कोर्ट में क्या हुआ, हाईकोर्ट, सुप्रीम कोर्ट में क्या हुआ, युद्ध में क्या हुआ, इलेक्शन में क्या हुआ इन सबका कोई मूल्य नहीं है, मूल्य है तो सिर्फ इस बात का कि इतिहास में क्या लिखा जाएगा?

और, यदि आप इतिहास उठा कर देखें तो आपको पता चलेगा कि इतिहास ने कभी उसका साथ नहीं दिया जो न्याय संगत था, इतिहास ने कभी उसका साथ नहीं दिया जो शांतिप्रिय था, अपितु इतिहास की अदालत में सदैव वही विजयी हुआ है जो शक्तिशाली था।

यदि इतिहास न्यायसंगत लोगों का साथ देता तो आज दिल्ली में बाबर रोड है, परन्तु राणा सांगा रोड क्यों नहीं है?, क्योंकि बाबर आया और उसने राणा सांगा को हरा दिया, भले ही राणा सांगा सही थे, न्यायसंगत थे परन्तु आज इतिहास ने उन्हें भुला दिया है।

हमारे हजारों वर्ष के इतिहास में हम हिन्दुओं ने कभी किसी पर आक्रमण नहीं किया, किसी अन्य धर्म को आहत नहीं किया, कभी भी हमने अन्य धर्म के धार्मिक स्थलों को नहीं तोड़ा, परन्तु इतिहास में जिस भारतवर्ष की सीमाएं अफगानिस्तान/ईरान तक थी आज सिकुड़कर केवल वर्तमान इण्डिया तक रह गयी हैं ,क्यों आखिर ऐसा क्यों हुआ? क्या जरूरत से ज्यादा अहिंसा , सहनशीलता और मानवता दिखाने का क्या यह परिणाम नहीं था ?

हम न्यायसंगत थे, हम शांतिप्रिय थे, हम मानवता में विश्वास करते थे, परन्तु इतिहास ने हमें सजा दी, सजा इस बात की कि हमने अपनी शक्तियों का प्रयोग नहीं किया। यदि विदेशी आक्रांताओं की शक्ति और उस समय भारतवर्ष की शक्ति का अनुपात निकाला जाए तो 1:1000 का अनुपात भी नहीं था, फिर भी हम पर विदे. शियों ने शासन किया क्योंकि हिन्दू शक्ति बंटी हुई थी एकजुट नहीं थी ,और न सिर्फ उन मुस्लिम और अंग्रेज लुटेरों ने शासन किया वरन् जब उनका मन भर गया और वे जाने लगे तो यहां की सत्ता अपने गुलामों को सौंप गए, और तब भारत में गुलाम वंश का उदय हुआ।

इतिहास ने हमें सिर्फ इस बात की सजा दी कि हमने राष्ट्रहित से आगे अपने आदर्शों को रखा, यदि कभी भी आपके आदर्शों और राष्ट्रहित के बीच में टकराव की स्थिति पैदा हो तो हमेशा आदर्शों से पहले राष्ट्रहित को ही चुनें अर्थात राष्ट्रहित में यदि कोई अनैतिक कार्य भी करना पड़े तो करें, महाभारत में भगवान श्री कृष्ण भी भ्रमित अर्जुन को बार–२ यही समझा रहे होते हैं की दुष्ट को पापी को अधर्मी को अगर अधर्मपूर्वक भी मारना पड़े तो वह भी धर्म ही होगा ना कि अधर्म'।

अजित डोभाल
(पीएम मोदी द्वारा नियुक्त किये गये भारत के वर्तमान सुरक्षा सलाहकार)

Subal Dass
+91-9211288057
+91-9717957046

New Advance
Electrocare

REPAIR, SPAIR & SERVICE

Whirlpool
Washing Machines, Microwave Ovens
Air Conditioners, Refrigerators
Haier Inspired Living

BLUE STAR BLUE STAR INFOTECH | DAIKIN | LG | SAMSUNG | Panasonic

Shop No. 148, Sec-3A, Rachna Vaishali, Near Bijli Ghar, Gzb

Self confidence बढ़ाने के तरीके

इस बात से कोई इनकार नहीं कर सकता की जीवन में सफलता पाने के लिए Self confidence एक बेहद important quality है . जीवन में किसी मुकाम पर पहुंच चुके हर एक व्यक्ति में आपको ये quality दिख जाएगी, फिर चाहे वो कोई film-star हो, कोई cricketer आपके पड़ोस का कोई व्यक्ति , या आपको पढ़ाने वाला शिक्षक . आत्मविश्वास एक ऐसा गुण है जो हर किसी में होता है , किसी में कम तो किसी में ज्यादा . पर जरुरत इस बात की है कि अपने present level of confidence को बढ़ा कर एक नए और बेहतर level तक ले जाया जाए और आज AKC पर मैं आपके साथ कुछ ऐसी ही बातें share करूँगा जो आपके आत्म–विश्वास को बढाने में मददगार हो सकती हैं :

(1) Dressing sense improve कीजिये : आप किस तरह से dress-up होते हैं इसका असर आपके confidence पर पड़ता है। ये बता दूँ कि यहाँ मैं अपने जैसे आम लोगों की बात कर रहा हूँ , Swami Vivekanand और Mahatma Gandhi जैसे महापुरुषों का इससे कोई लेना देना नहीं है।

मैंने खुद इस बात को feel किया है, जब मैं अपनी best attire में होता हूँ तो automatically मेरा confidence बढ़ जाता है , इसीलिए जब कभी कोई presentation या interview होता है तो मैं बहुत अच्छे से तैयार होता हूँ . दरअसल अच्छा दिखना आपको लोगों को face करने का confidence देता है और उसके उलट poorly dress up होने पर आप बहुत conscious रहते हैं .

मैंने कहीं एक line पढ़ी थी, आप कपड़ों पर जितना खर्च करते हैं उतना ही करें, लेकिन जितनी कपड़े खरीदते हैं उसके आधे ही खरीदें"। आप भी इसे अपना सकते हैं।

(2) वो करिए जो confident लोग करते हैं : आपके आस –पास ऐसे लोग जरूर दिखेंगे जिन्हें देखकर आपको लगता होगा कि ये व्यक्ति बहुत confident है . आप ऐसे लोगों को ध्यान से देखिये और उनकी कुछ activities को अपनी life में include करिए - For example: Front seat पर बैठिये -Class में seminars में , और अन्य मौके पर Questions पूछिए / Answers दीजिये. अपने चलने और बैठने के ढंग पर ध्यान दीजिये।

- दबी हुई आवाज में मत बोलिए .
- Eye contact कीजिये , नजरे मत चुराइए .

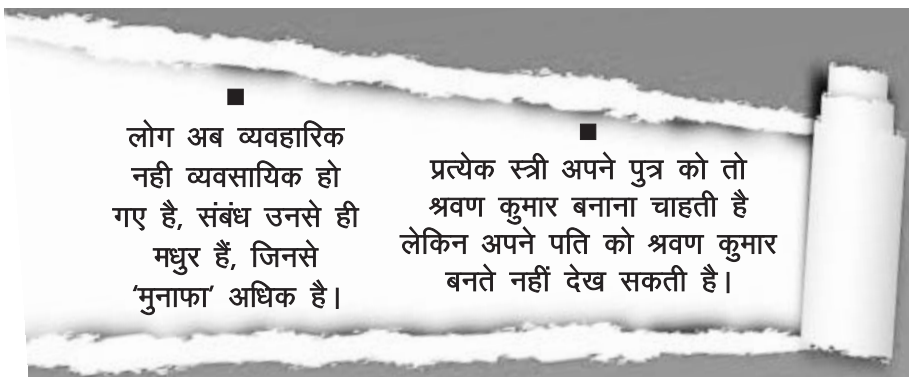
(3) किसी एक चीज में अधिकतर लोगों से बेहतर बनिए : हर कोई हर field में expert नहीं बन सकता है, लेकिन वो अपने interest के हिसाब से एक –दो areas चुन सकता है जिसमे वो औरों से बेहतर बन सकता है। जब मैं School में था तो बहुत से students मुझसे पढ़ाई और अन्य चीजों में अच्छे थे, पर मैं Geometry में class में सबसे अच्छा था (thanks to Papa), और इसी वजह से मैं बहुत confident feel करता था। अगर आप किसी एक चीज में महारथ हांसिल कर लेंगे तो वो आपको in-general confident बना देगा। बस आपको अपने interest के हिसाब से कोई चीज चुननी होगी और उसमे अपने circle में best बनना होगा, आपका circle आप पर depend करता है, वो आपका school/college, आपकी colony या आपका शहर हो सकता है .

आप कोई भी field चुन सकते हैं , वो कोई art हो सकती है, music/dancing/etc कोई खेल हो सकता है , कोई subject हो सकता है या कुछ और जिसमे आपकी expertise आपको भीड़ से अलग कर सके और आपकी एक special जगह बना सके। ये इतना मुश्किल नहीं है, आप already किसी ना किसी चीज में बहुतों से बेहतर होंगे, बस थोड़ा और मेहनत कर के उसमें expert बन जाइये, इसमें थोड़ा वक्त तो लगेगा, लेकिन जब आप ये कर लेंगे तो सभी आपकी respect करेंगे और आप कहीं अधिक confident feel करेंगे .

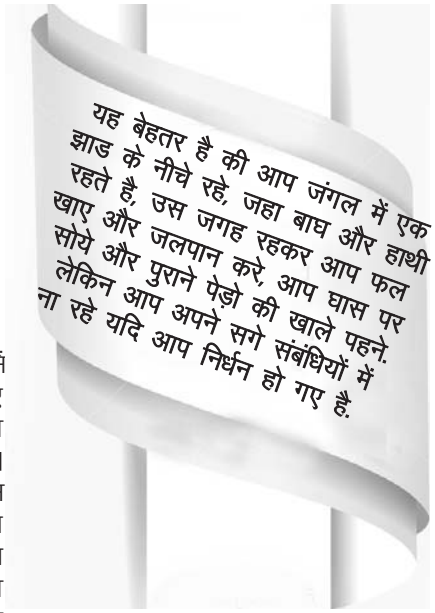
और जो व्यक्ति किसी क्षेत्र में special बन जाता है उसे और क्षेत्रों में कम knowledge होने की चिंता नहीं होती , आप ही सोचिये क्या कभी सचिन तेंदुलकर इस बात से परेशान होते होंगे कि उन्होंने ज्यादा पढाई नहीं की कभी नहीं !

(4) अपने achievements को याद करिए : आपकी past achievements आपको confident feel करने में help करेंगी। ये छोटी–बड़ी कोई भी achievements हो सकती हैं। For example: आप कभी class में first आये हों , किसी subject में school top किया हो, singing completion या sports में कोई जीत हांसिल की हो, कोई बड़ा target achieve किया हो, employee of the month रहे हों. कोई भी ऐसी चीज जो आपको अच्छा feel कराये आप इन achievements को dairy में लिख सकते हैं , और इन्हें कभी भी देख सकते हैं , खास तौर पे तब जब आप अपना confidence boost करना चाहते हैं। इससे भी अच्छा तरीका है कि आप इन achievements से related कुछ images अपने दिमाग में बना लें और उन्हें जोड़कर एक छोटी सी movie बना लें और समय समय पर इस अपने दिमाग में play करते रहे . Definitely ये आपके confidence को इवेज करने में मदद करेगा।

(5) Visualize कीजिए कि आप **confident हैं :** आपकी प्रबल सोच हकीकत बनने का रास्ता खोज लेती है, इसलिए आप हर रोज खुद को एक confident person के रूप में सोचिये। आप कोई भी कल्पना कर सकते हैं, जैसे कि आप किसी stage पर खड़े होकर हजारों लोगों के सामने कोई भाषण दे रहे हैं , या किसी seminar hall में कोई शानदार presentation दे रहे हैं , और सभी लोग आपसे काफी प्रभावित हैं , आपकी हर तरफ तारीफ हो रही है और लोग तालियाँ बजा कर आपका अभिवादन कर रहे हैं। Albert Einstein ने भी imagination को knowledge से अधिक powerful बताया है और आप इस power का use कर के बड़े से बड़ा काम कर सकते हैं।**(सतेंद्र श्रीवास्तव)**



करोड़ो खर्च के बाद 1 जगह ऐसी बताएं जहां साफ हो गंगा



राष्ट्रीय हरित अधिकरण (एनजीटी) ने केंद्र सरकार से कोई एक जगह बताने को कहा जहां गंगा नदी साफ है। अधिकरण ने कहा कि भारी–भरकम राशि खर्च करने के बावजूद हालात बद से बदतर हो गए हैं।

गंगा की निर्मलता और अविरल प्रवाह को लेकर सरकार के तरीके पर निराशा प्रकट करते हुए एनजीटी ने कहा कि हम मानते हैं कि वास्तविकता में लगभग कुछ भी नहीं हुआ है। हरित प्राधिकरण ने कहा कि केंद्र और राज्य इतने सालों से केवल जिम्मेदारी एक दूसरे पर डाल रहे हैं और जमीन पर कुछ ठोस नहीं हुआ है।

सुप्रीम कोर्ट ने एनजीटी से गंगा को प्रदूषित कर रहीं औद्योगिक इकाइयों के खिलाफ कार्रवाई करने को कहा था। एनजीटी के अध्यक्ष न्यायमूर्ति स्वतंत्र कुमार की अध्यक्षता वाली पीठ ने कहा कि क्या आप हमें बताएंगे कि क्या यह सही है कि 5000 करोड़ रपए से ज्यादा गंगा को बद से बदतर बनाने पर खर्च हो गए। हम यह नहीं जानना चाहते कि आपने यह राशि राज्यों को दी है या खुद खर्च की है। केंद्र को छळज की कड़ी फटकार, पूछा– एक जगह बताएं जहां गंगा साफ हो एनजीटी के अध्यक्ष न्यायमूर्ति स्वतंत्र कुमार की अध्यक्षता वाली पीठ ने कहा कि क्या आप हमें बताएंगे कि क्या यह सही है कि 5000 करोड़ रपए से ज्यादा गंगा को बद से बदतर बनाने पर खर्च हो गए। पीठ ने कहा कि गंगा नदी के 2500 किलोमीटर लंबे क्षेत्र में से एक जगह ऐसी बताएं जहां गंगा की स्थिति में सुधार हुआ है। जल संसाधन मंत्रालय की ओर से वकील ने एनजीटी की पीठ से कहा कि 1985 से पिछले साल तक गंगा के पुनरुद्धार पर करीब 4000 करोड़ रपए खर्च किए गए हैं।

पीठ ने कहा कि गंगा कार्य योजना (जीएपी) चरण–1 की शुरूआत 1985 में केंद्र पोषित योजना के तौर पर हुई थी और बाद में जीएसपी चरण–2 की शुरूआत नदी के जल की गुणवत्ता को सुधारने के उद्देश्य से 1993 में हुई। साल 2009 में गंगा में प्रदूषण नियंत्रण के लिए राष्ट्रीय गंगा नदी घाटी प्राधिकरण (एनजीआरबीए) बनाया गया। वकील ने कहा कि विश्वबैंक से पोषित एनजीआरबीए का उद्देश्य प्रदूषण को प्रभावी तरीके से कम करना और गंगा का संरक्षण करना था और कुल परियोजना लागत का 70 फीसदी केंद्र ने दिया तथा बाकी खर्च राज्यों ने वहन किया।

इस पर पीठ ने कहा कि आप जो कह रहे हैं, संभलकर कहें। हम इसे ऐसे देखते हैं कि वास्तव में लगभग कुछ हुआ ही नहीं है। हम अचानक से आपसे सारी जानकारी नहीं मांग रहे हैं। पीठ ने कहा कि हम पिछले एक साल से इंतजार कर रहे हैं। लेकिन आप किसी न किसी वजह से इस मुद्दे पर देरी कर रहे हैं। हम इस पर टिप्पणी नहीं करना चाहते। लेकिन इस बार हम इसे आपके विवेक पर नहीं छोड़ रहे। गंगा की सफाई आपकी प्रमुख जिम्मेदारी है। आपके पास बहुत कम दिन हैं। हरित अधिकरण ने उत्तर प्रदेश और उत्तराखंड की राज्य सरकारों समेत सभी संबंधित एजेंसियों से अपने सुझाव देने को कहा। उन्होंने कहा कि हम अपने आदेश को खाली नहीं छोड़ेंगे। हम प्रत्येक राज्य की जिम्मेदारी स्पष्ट करेंगे। पीठ ने कहा कि उसने पहले चरण में गोमुख से कानपुर तक गंगा की सफाई के सिलसिले में सख्त दिशानिर्देश जारी करने की योजना बनाई है। **(अनिल कुमार शुक्ला)**

जैसा हमारा समाज व राष्ट्र होगा वैसे ही हम स्वयं भी हो जाएंगे

किसी गांव में एक किसान रहता था। उसके पास भी लगभग उतनी ही जमीन थी जितनी गांव के दूसरे किसानों के पास, लेकिन उसकी आर्थिक स्थिति सबसे अच्छी थी। वह हमेशा अच्छे से अच्छे बीज अपने खेतों में बोता था। उसके खेतों में उगने वाली फसलें सबसे अच्छी होती थीं। बीज तो बाकी किसान भी अच्छे ही बोते थे, लेकिन उनकी फसलें उतनी अच्छी नहीं होती थीं। यह किसान बहुत समझदार व उदार हृदय था। वह जैसा उत्तम बीज अपने खेतों में बोता था वैसा ही उत्तम बीज अपने आसपास के किसानों को भी खरीदवा देता था। और जो किसान उत्तम व महंगे बीज नहीं खरीद पाते थे, ये बीज वह उन्हें खुद ही खरीदकर दे देता था।

इसीलिए पड़ोसी किसान कभी उसकी तारीफ करते न थकते थे।एक बार एक व्यक्ति ने उससे पूछा कि भई तुम अच्छे वाले इतने महंगे बीज मुफ्त में क्यों बांट देते हो। इस पर किसान ने जवाब दिया–'इससे तो मुझे ही फायदा होता है।' 'पर कैसे?' उस व्यक्ति ने आश्चर्य से पूछा। किसान ने बताया–'जब फसलों में बौर आता है तो उसके परागकण उड़कर इधर–उधर चले जाते हैं। हमारे आसपास के खेतों का हमारे खेतों की फसलों पर गहरा असर पड़ता है। हमारे आसपास जैसी फसलें होंगी कुछ समय के बाद हमारी फसलें भी वैसी ही हो जाएंगी। मेरे आसपास के खेतों में अच्छे बीजों से उत्पन्न पौधों के परागकण जब मेरे खेतों में उगे पौधों पर आते हैं तो वे अच्छे होने के कारण मेरी फसल को खराब नहीं करते। यदि पड़ोसियों के खेतों में घटिया बीजा. ं से उत्पन्न पौधे होंगे तो उनसे आने वाले परागकण मेरे अच्छे बीजों से उत्पन्न पौधों को भी खराब कर डालेंगे और मेरी फसल का मूल्य कम हो जाएगा। इसीलिए मैं अपने पड़ोसियों को अच्छी किस्म के बीज बोने में उनकी हर संभव मदद करता हूं।इसी प्रकार हमारे परिवेश का भी हमारे घर–परिवार और स्वयं हमारे ऊपर सीधा असर पड़ता है। इसलिए हमारे लिए आवश्यक है कि हम एक अच्छे समाज के निर्माण के प्रति लापरवाही न बरतें। यदि हमारे आसपास कुछ कमियां हैं तो उन्हें फौरन दूर करने की दिशा में सक्रिय हो जाएं। यदि हम अपने घर को तो साफ–स्वच्छ रखते हैं, लेकिन हमारे पास–पड़ौस में गंदगी व कूड़ा पड़ा है अथवा पानी रुका हुआ है, तो उसमें से उठने वाली दुर्गंध व बीमारियां फैलाने वाले मच्छर–मक्खियों को हम तक पहुंचते देर नहीं लगेगी। जितनी घर की स्वच्छता जरूरी है, उतनी ही स्वच्छता अपने आसपास व संपूर्ण परिवेश की भी है। भौतिक परिवेश के साथ–साथ सांस्कृतिक परिवेश भी महत्वपूर्ण है। हमें अपने पूरे समाज व राष्ट्र को शिक्षित व समझदार बनाने के प्रयासों में कोई कसर नहीं छोड़नी चाहिए क्योंकि जैसा हमारा समाज व राष्ट्र होगा वैसे ही हम स्वयं भी हो जाएंगे। **(अश्विनी मिश्र)**

जिसने अपने को वश में कर लिया उसकी जीत को देवता भी हार में नहीं बदल सकते।

(UPPSC) के चेयरमैन अनिल यादव का अपॉइंटमेंट अवैध

इलाहाबाद हाईकोर्ट ने उत्तर प्रदेश पब्लिक सर्विस कमीशन (UPPSC) के चेयरमैन अनिल यादव के अपॉइंटमेंट को अवैध करार दिया है। कोर्ट ने अपना फैसला सुनाते हुए कहा, अनिल यादव का अपॉइंटमेंट फैक्ट्स को छिपाकर मनमाने तरीके से किया गया था। इसमें संविधान के आर्टिकल 316 की अनदेखी हुई। इसलिए इस अपॉइंटमेंट को कैंसिल किया जाता है। कोर्ट ने कहा कि चेयरमैन रहते हुए अनिल यादव ने जो फैसले लिए थे और जिनपर सीबीआई जांच की मांग की गई है, उनपर कोर्ट अलग से केस दायर होने पर विचार करेगी। इस मामले में कोर्ट ने अपनी राय यूपी के गवर्नर राम नाईक को भी भेज दी है।

इस ग्राउंड पर कोर्ट ने दिया फैसला

अनिल यादव के खिलाफ कई पीआईएल दायर किए गए थे। इन्हें मंजूर करते हुए कोर्ट ने कहा, सरकार ने एक ही दिन में अनिल यादव को अपॉइंट करने की सारी कागजी कार्रवाई पूरी कर ली। रविवार को छुट्टी होने के बावजूद लेखपाल से डीएम मैनपुरी ने यादव के पक्ष में उनके कैरेक्टर और बिहेवियर को लेकर रिपोर्ट हासिल की। उसे तुरंत सरकार को भेज दिया गया, ताकि उनकी नियुक्ति की जा सके। कोर्ट ने कहा, अनिल यादव आगरा के रहने वाले हैं और वहां उनके खिलाफ कई संगीन मामले दर्ज थे। सरकार ने इसकी कोई रिपोर्ट नहीं मांगी और नियुक्ति के लिए गवर्नर को फाइल भेज दी। यूपीपीएससी चेयरमैन जैसे अहम पोस्ट पर ऐसे आपराधिक छवि वाले शख्स को नियुक्त करना गलत था। कोर्ट का कहना है कि ऐसे पदों पर योग्य और अच्छे आचरण वाले व्यक्ति की नियुक्ति होनी चाहिए।(एजेंसी)

नेताओं की दाउद से मिलीभगत पर चुप्पी साध गया : छोटा राजन

अंडरवर्ल्ड डॉन छोटा राजन ने मुंबई पुलिस के कुछ लोगों पर गंभीर आरोप लगाए है। छोटा राजन ने कहा है कि मुंबई पुलिस ने उस पर काफी अत्याचार किया है। उसने आरोप लगाया कि मुंबई पुलिस के कुछ लोग दाऊद के लिए काम करते हैं। ऐसे में केंद्र को सब बातों को सोचकर ही सही फैसला लेना चाहिए। उसने दिल्ली सरकार से न्याय की गुहार लगाई है। उसने कहा कि दिल्ली सरकार जहां रखेगी वहां रहेंगे। छोटा राजन ने कहा है मैं दाऊद इब्राहिम से डरता नहीं हूं । मेरे ऊपर सभी आरोप गलत है । मेरे ऊपर सभी केस गलत है । मैं आतंकवाद से लड़ता रहूंगा। राजन ने मुंबई में अपनी जान पर खतरा बताते हुए आरोप लगाया कि मुंबई पुलिस के कुछ लोग दाऊद के साथ मिले हुए है। नेताओं के साथ मिलीभगत के सवाल पर छोटा राजन चुप रहा। गैंगस्टर की गिरफ्तारी को लेकर इस बात की अटकलें तेज हैं कि उसकी गिरफ्तारी भारतीय सुरक्षा एजेंसियों के साथ 'समझौते' का हिस्सा है। वह 75 से ज्यादा संगीन मामलों में वांछित है जिसमें हत्या से लेकर उगाही, तस्करी और मादक पदार्थों की तस्करी शामिल है। छोटा राजन को पिछले महीने गिरफ्तार किया गया था। यह गिरफ्तारी आस्ट्रेलिया पुलिस से इस गुप्त सूचना के आधार पर की गई थी कि दाउद इब्राहिम के पूर्व सहयोगी से उसका प्रतिद्वंद्वी बना 55 वर्षीय राजेंद्र सदाशिव निकलजे उर्फ मोहन कुमार उर्फ छोटा राजन विमान से सिडनी से बाली गया। उसे रविवार को बाली से गिरफ्तार किया गया था। किसी समय दाउद का नजदीकी सहयोगी रहा राजन ने 1993 के मुम्बई विस्फोट के बाद से उससे अलग हो गया था और उसके बाद से वह उसका कट्टर प्रतिद्वंद्वी रहा।(एजेंसी)

VIKAS GUPTA
Handheld: +91-99999-01803

JAYANTH FINANCIAL

Deals in Financial Services
Home Loan, Mortgage Loan, C.C./O.D. Limits, Project Loan & Insurance

Email: jayanthfinancial@gmail.com

आश्चर्य की बात है कि लोग जीवन को बढ़ाना चाहते है, सुधारना नहीं।

सीएनजी गाड़ियों से निकलने वाले धुएं से कैंसर का खतरा

- सीएनजी गैस से है कैंसर होने का खतरा।
- धुंए से निकलते है नैनो कार्बन पार्टिकल।
- ये पार्टकिल वातारण को करते है दूषित ।
- एंटीआक्सीडेंट आहारों का सेवन लाभदायक।

प्रदूषण को रोकने और वातावरण को साफ रखने के लिए दिल्ली ने पुरानी डीजल व पेट्रोल गाडियों को हटाकर सीएनजी युक्त गाडध्यिों के प्रयोग की पहल की थी। पर एक शोध के मुताबिक ये फैसला भी स्वास्थ्य के लिए ज्यादा फायदेमंद साबित नहीं हुआ है। दिल्ली यानी देश की राजधानी में सीएनजी युक्त गाड़ियों की संख्या बहुत है। सभी को लगता है इससे प्रदूषण नहीं होता और यह हमारे स्वास्थ्य के लिए नुकसानदेह भी नहीं है। लेकिन सीएसआईआर के सर्वे की मानें तो इससे निकलने वाला धुआं जानलेवा हो सकता है और इससे कैंसर जैसी खतरनाक बीमारी होने की संभावना भी अधिक है। आइए इस बारे में विस्तार से चर्चा करते हैं।

क्या कहता है शोध

काउंसिल ऑफ साइंटिफिक एंड इंडस्ट्रियल रिसर्च (ॅैप्त) की एक रिपोर्ट में सीएनजी से चलने वाली गाडध्यिों के धुंए से कैंसर होने का खतरा बताया गया है। रिपोर्ट के मुताबिक सीएनजी गाडध्यिों से निकने वाले धुएं में नैनो कार्बन का पता चला। जो मानव शरीर के लिए बहुत अधिक खतरनाक होता है। ये कण वातावरण में चारों ओर घूम रहे हैं और सांस के साथ फेफड़ों में जा रहे हैं। वहां से ये मेंब्रेन के जरिये रक्त में प्रवेश कर रहे हैं। नैनो कार्बन इंसानी शरीर में कैंसर पैदा कर सकते हैं। इस रिपोर्ट के बाद ये धारणा बदल गई है कि सीएनजी एक साफ फ्यूल है, डीजल और पेट्रोल की बजाय सीएनजी से चलने वाले वाहन प्रत्यक्ष धुएं का उत्सर्जन नहीं करते, जिससे पर्यावरण और हमारी सेहत को नुकसान नहीं पहुंचता। लेकिन शोध के बाद ये तय है कि सीएनजी गाडध्यिों से भले ही धुंआ निकलते ना दिखे लेकिन उससे निकलने वाली नैनो कार्बन गैस की वजह से पर्यावरण पर बुरा प्रभाव पड़ रहा है जिसकी वजह से कैंसर का खतरा बढ़ सकता है।

■

जो व्यक्ति राजा से, अग्नि से, धर्म गुरु से और स्त्री से बहुत परिचय बढ़ाता है वह विनाश को प्राप्त होता है. जो व्यक्ति इनसे पूर्ण रूप से अलिप्त रहता है, उसे अपना भला करने का कोई अवसर नहीं मिलता. इसलिए इनसे सुरक्षित अंतर रखकर सम्बन्ध रखना चाहिए।

■

एक महान आदमी जब कोई गलत काम करता है तो उसे कोई कुछ नहीं कहता. एक नीच आदमी जब कोई अच्छा काम भी करता है तो उसका धिक्कार होता है. देखिये अमृत पीना तो अच्छा है लेकिन राहू की मौत अमृत पिने से ही हुई. विष पीना नुकसानदायी है लेकिन भगवान् शंकर ने जब विष प्राशन किया तो विष उनके गले का अलंकार हो गया.

वायु प्रदूषण से बचने के तरीके

इनसे बचने के लिए आप दिन में बाहर जाते समय मुंह और नाक पर रुमाल बांधें। इससे हानिकारक कणों से बचा जा सकता है। एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर खाद्य पदार्थ जैसे कि फल और सब्जियों का सेवन उचित मात्रा में करना चाहिए, क्योंकि यह शरीर को प्रदूषण से पैदा होने वाले हानिकारक कणों से सुरक्षित रखते हैं।

अच्छी गुणवत्ता के तरल पदार्थ, जिसमें शराब शामिल नहीं है, शरीर के अंदरूनी हिस्सों में नमी बनाए रखते हैं। अधिक प्रदूषण वाली जगहों पर व्यायाम नहीं करना चाहिए। अगर ऐसे हालात हों तो घर पर ही व्यायाम करना ज्यादा बेहतर है या फिर प्रदूषण मुक्त वातावरण का चुनाव करें। वायु में मौजूद बेंजीन, टॉल्युन, पेस्टिसाइड और सॉल्वेंट एवं आयोनाइजिंग रेडिएशन कैंसर के मुख्य कारण माने जाते है।

हवा में मौजूद बारीक कण इसके लिए प्रमुख रूप से जिम्मेदार हैं। ढाई माईक्रोन से भी छोटे ये कण आसानी से देखे भी नहीं जा सकते हैं और बहुत आसानी से हमारे शरीर में दाखिल हो जाते हैं।

मनुष्य खुद ईश्वर तक नहीं पहुँचता, जब वह तैयार होता है तो ईश्वर खुद उसके पास आ जाते हैं।

प्रियंका को मानती थी अपना उत्तराधिकारी

सुरेश पांडेय

पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी को अपनी मौत का पूर्वाभास हो गया था। अपनी मौत से कुछ ही दिन पहले उन्होंने अपने करीबी सहयोगी एमएल फोतेदार से कहा था कि उन्हें लगता है कि वक्त के साथ साथ प्रियंका गांधी उनकी राजनीतिक उत्तराधिकारी के तौर पर उभरेंगीं। लेकिन 'यह बात' सोनिया गांधी को कुछ खास पसंद नहीं आई थी।

टाइम्स ऑफ इंडिया में छपी खबर के मुताबिक, कुछ साल बाद (राजीव गांधी की हत्या के बाद) फोतेदार ने जब यह बात सोनिया गांधी को विस्तृत चिट्ठी के जरिए बतायी थी, तो वे इससे शायद नाराज हो गई थीं। फोतेदार ने यह खुलासा अपनी नई किताब 'चिनार लीव्स' में किया है।

इंदिरा को हुआ था आभास, अपनी मौत का और।

फोतेदार ने अपनी किताब में दावा किया है कि अक्टूबर 1984 में इंदिरा ने कश्मीर का दौरा किया था। वे एक हिंदू और एक मुस्लिम धार्मिक स्थल गई थीं। फोतेदार के मुताबिक, हिंदू धार्मिक स्थल से लौटते वक्त उन्हें अपनी मौत का आभास हो गया था। वहां से कार से लौटते वक्त न जाने उन्हें क्या अहसास हुआ कि काफी सोच विचार के बाद संजीदगी से उन्होंने कहा था कि प्रियंका राजनीति में वक्त के साथ–साथ उनके राजनीतिक उत्तराधिकारी के तौर पर उभरेंगी। वह न सिर्फ राजनीति में सफल होंगी बल्कि काफी समय तक सत्ता में भी रहेंगी। इसके बाद 31 अक्टूबर 1984 को इंदिरा गांधी की हत्या कर दी गई थी।

सोनिया ने इस पर दी थी ठंडी प्रतिक्रिया।

फोतेदार ने किताब के बारे में जिक्र करते हुए टाइम्स ऑफ इंडिया अखबार से कहा कि कांग्रेस अध्यक्ष सोनिया गांधी को लिखी एक चिट्ठी में मैंने प्रियंका से जुड़ी इंदिरा गांधी की इस बात का जिक्र किया था लेकिन इस पर उन्होंने कुछ खास प्रतिक्रिया नहीं दी।

कौन हैं फोतेदार?।

माखनलाल फोतेदार कांग्रेस के वरिष्ठ नेता हैं। वह नेहरू–गांधी परिवार के काफी करीबी रहे हैं। इंदिरा गांधी के भरोसेमंद लोगों में उनकी गिनती रही है।

गुरु–शिष्य की यात्रा

एक छोटी कुटिया में एक साधु ईश्वर की भक्ति में लीन रहता था। नगरवासी उसका बहुत आदर करते थे। वे उसे दान में कीमती वस्तुएं देते थे। एक दिन साधु ने अपने शिष्य से कहा, 'चलो किसी दूसरे नगर में चलें।' शिष्य बोला, 'नहीं गुरु जी, हमें अभी कुछ और समय यहां रहना चाहिए। यहां लोग मुक्त हाथों से आपको दान करते है। थोड़ा और धन जमा हो जाए तब चलेंगे।' साधु ने कहा, 'हमें धन संग्रह नहीं करना। तू चल मेरे साथ।' इस तरह साधु और शिष्य दूसरे शहर की ओर चल पड़े। शिष्य ने कुछ पैसे जोड़े थे, जिन्हें उसने अपनी धोती की गांठ में बांध लिया। चलते–चलते मार्ग में एक नदी आ गई। सामने एक नाव थी। नाविक नदी पार कराने के लिए चार आने मांग रहा था। साधु के पास पैसे नहीं थे, शिष्य देना नहीं चाहता था। दोनों नदी किनारे बैठ गए। बैठे–बैठे शाम हो गई। शाम को नाविक जब अपने घर जाने लगा तो बोला, 'आप लोग कब तक यहां बैठे रहेंगेध् यह जंगली इलाका है। रात में जंगली जानवर घूमते हैं।' शिष्य ने कहा, 'तब तुम हमें पार क्यों नहीं ले जातेध्'नाविक बोला,'माफ करें, मैं आप लोगों को खतरे में नहीं डालना चाहता, लेकिन मुफ्त में ले जाना मेरे उसूलों के खिलाफ है। दो–दो आने तो मैं जरूर लूंगा।' जंगली जानवरों की बात पर शिष्य बहुत घबराया हुआ था। आखिर उसने धोती की गांठ से चार आने निकालकर नाविक को दे दिए। नाविक ने उन्हें नदी पार करवा दी। दूसरी ओर पहुंच कर शिष्य ने गुरु से कहा, 'आप तो कहते थे कि पैसा जमा करना ठीक नहीं है। आज वही हमारे काम आया।' साधु ने हंसते हुए कहा, 'सोचकर देख बेटा, पैसे जमा करने से सुख नहीं मिला। सुख तो मिला पैसे का त्याग करने से। सुख त्याग में ही है, जमा करने में नहीं।' यह सुनकर शिष्य की आंखें खुल गईं।

Summarised key points, of information from published news along-with personal views.

Neeraj Bansal

With RBI announcements the sentiment has become very positive & every one appreciating like anything.

A. No restrictions on end use of funds raised through rupee bonds issued overseas by Indian Companies, with a minimum maturity of 5 yrs with in the permitted ceiling.

B. Proposes reduction in Risk weights on home loans for lower valued properties. As of now the mini minimum 50% capital needs to be separated, if weight is reduced,say, it comes to 25% from 50%,and then more funds will be available for borrowers at a cheaper rate.

C. Bond Market - With announcement of roadmap to increase foreign investments (FPI) in sovereign securities the - the bond market fires up & yields saw a biggest single day fall since May on rate cut .At present this limit is 3.5% of Outstanding govt bonds (which means close to 100 % holding by FPIs of allowed G-Sec limit) .

With increase of this limit to 5% , FPIs can pour Rs1.2 lacs crores extra in G-Securities by March- 2018 . Also 2% SDL (State development loans) loans separate limit, will further add.

Which is a great road map for FPI inflow. Which means - the rate & currency volatility will be sought to a significant extent.

D . RBI reduced held to maturity ceiling to 21.5% with effect from January 9 , 2016 . Thereafter it will reduce both SLR & HTM by 25 bps every qtr until March,2017.

This will help to match Global Basel liquidity requirements.

Brief of Mr R. Rajan , RBI Governor , Vision ahead . for rate reduction of 50 bps .

A. Roadmap ahead - Two Important aspects are taken care .

a. Inflation aspect - With weak global activity - commodity prices will remain constrained for a while , so not much impact on inflation in near future .

b. Demand aspect - with weak global activity & low domestic industrial utilisation in ,

more domestic demand is needed to substitute for weakening global demand so that domestic cycle picks up .Also the Investments as well as durable goods purchases are likely to respond more strongly.Given the inflation projections ahead the real interest rate to be 1.5 to 2 % (it means treasury rate near to Repo rate which is roughly 7 % less the inflation rate which is expected around 5 to 5.5%).

B. Focus on monetary policy - the focus for near term to work hard with Govt. to remove impediments (bottlenecks) to passing the bulk of 125 bps cut in rate (since January) to

consumers,individuals, corporates etc. . This includes reviewing Small Savings Rates.

Rajan Says - it is difficult - to cut bank rates significantly is difficult , the rates of saving schemes - like Public Provident fund , KVP , Post office deposits , NSCs , Sukanya Samridhi etc which are offering 8 to 9.2 % which are more attractive than Banks Fixed Deposits .

For this to pass smoothly - Change in Base Rate Calculations may be done, along with thus the Finance Minister has assured to review saving rates but expect it will be gradual.

■ Coal - availability - has increased. As against 5-7 days stock, now 25 days stock is available, during the same period.This is mainly due to opening of new mines by Coal India Ltd, by acquiring 2000 hectares & got 41 environment clearances.But demand has not grown accordingly, which a matter of serious concern.

B. The power producers are under pressure - due to - Increasing Cost of Power supply & Tepid (less) demand from State Utilities.

C. Discoms are under heavy losses - Centre is discussing intensely with State Govts. to improve health of discoms. This problem of heavy losses of discoms is continuing since last 8-10 years. UNTIL - that is not corrected,demand will not be generated.

(To be cont...)

Note – The publisher/compiler is not responsible for any action taken on this information , readers are advised to use their own sources for any action .

सबको सम्मान देने वाला व्यक्ति सदा स्वमान में रहता है।

आम आदमी के सरोकार वाले कुछ महत्वपूर्ण एवं रूचिकर अदालती निर्णय

एस.के. मिश्रा

1. गुजरात बनाम किशनभाई आदि (क्रिमिनल अपील सं.1485/2008) के मामले में 7 जनवरी 2014 को एक निर्णय में सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि हरेक एक्विटल यानि दोषमुक्ति के मामले से यह अनुमान लगाया जाना चाहिए कि एक निर्दोष व्यक्ति पर अभियोग चलाया गया। इसलिए यह आवश्यक है कि प्रत्येक राज्य को ऐसी कार्यनीति तय करनी चाहिए कि वास्तव में न्याय हो जिससे निर्दोषों के हित का सेरक्षण हो। इन परिस्थियों में अदालत के लिए आवश्यक है कि प्रत्येक राज्य के गृह मंत्रालय को आदेश दे कि प्रत्येक एक्विटल के मामले का अध्ययन करके अभियोजन पक्ष की असफलता के कारणों की जाँच की जाऐ। पुलिस के वरिष्ठ अधिकारियों की स्थाई कमिटी और अभियोजन विभाग को उपरोक्त जिम्मेदारी के निर्वहन का आदेश दिया। सभी प्रांतों के गृह मंत्रालयों को निर्दिष्ट किया गया कि कनिष्ठ स्तर के जांच एवं अभियोजन में प्रशिक्षु अधिकारियों के प्रशिक्षण में इस विधा को शामिल किया जाए कि कैसे जाँच प्रक्रिया की जाए। अदालत ने आगे कहा कि किसी आपराधिक मामले में आरोपी के निर्दोष साबित होन की स्थिति में ऐसे अभियोजन अधिकारी/जाँच अधिकारी की पहचान सुनिश्चित की जानी चाहिए। इस तथ्य को दर्ज किया जाना चाहिए कि अभियोजन ने जानबूझकर कार्यवाही में कमी रखी या त्रुटिवश ऐसा हुआ। त्रुटि करने वाले ऐसे सभी अधिकारियों के खिलाफ आवश्यकतानुसार उचित विभागीय कार्यवाही की जानी चाहिए। मामले में दोष सीमा और गंभीरता के मद्देयनजर संबधित अधिकारी को जाँच की जिम्मेदारी से अस्थाई या स्थाई रुप से हटाया जाना चाहिए। अदालत ने सभी राज्यों के गृह विभाग को निर्दिष्ट किया कि ऐसे दोषपूर्ण कार्य करने वाले जाँच, अभियोजन अधिकारियों के खिलाफ कार्यवाही करने के लिए प्रक्रिया तय की जाए।

2. पूणे म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन आदि बनाम हरक. चंद मिसरीमल सोलंकी इत्यादि (सिविल अपील सं. 877/2014) के मामले में 24 जनवरी 2014 को अदालत ने निर्णय किया कि मुआवजा हेतु सरकारी कोषागार में जमा राशि को संबधित हकदारों/ भूमि मालिकों को दिये गये मुआवजे के बराबर नहीं माना जा सकता।

3. राजिन्दर कुमार बनाम कुलदीप सिंह इत्यादि (सिविल अपील सं. 1873/2014) के मामले में 7 फरवरी 2014 को अदालत ने एक जायदाद के बैनामे के करार के विनिर्दिष्ट अनुपालन के मामले में अदालत ने निर्णय किया कि खरीददार विवाद के दौरान संबधित संपति के क्षय के मुआवजे का हकदार भी है और उसी तरह विक्रय कर्ता ग्राहक से संपति की बढ़ी हुई कीमत पाने का हकदार है यदि यह बिलम्ब ग्राहक के द्वारा किया गया है।

4. मैथ्यू वर्गीज बनाम एम. अमृता कुमार इत्यादि (सिविल अपील सं. 1927.1929/2014) के मामले में 10 फरवरी 2014 को अदालत ने पाया कि यद्यपि जनधन के बकाया की वसूली अतिशीध्र की जानी चाहिए मगर यह वसूली कानूनी प्रक्रिया के तहत होनी चाहिए, संवैधानिक अधिकारों का उल्लंघन नहीं होना चाहिए एवं व्यक्ति के प्रापर्टी के स्वामित्व के मनवाधिकार का हनन भी नहीं हेाना चाहिए। सरफेसी एक्ट के प्रावधानों पर व्याख्या करते हुए अदालत ने निर्दिष्ट किया कि एक्ट के नियम 8 एवं 9 एवं धारा 13(8) के तहत अगर नीलामी विक्री नहीं हो पाती तो उसके लिए कर्जदार पूर्णतः जिम्मेदार नहीं है, ऐसे में पुनः उस प्रक्रिया को दोहाराया जाऐगा और पूर्व में जारी नोटिस को समाप्त माना जाऐगा।

5. पब्लिक इंनरेस्ट फाउन्डेशन इत्यादि बनाम भारत गणराज्य, (याचिका सं. सिविल. 536/2011) के मामले में 10 मार्च 2014 को अदालत ने चुनावी अयोग्यता के विवाद मामले में निर्णय करते हुए कहा कि जनप्रतिनिधि कानून 1951 के धारा 8(1), 8(2) एवं (3) के तहत जिन सांसदों एवं विधायकों के खिलाफ अभियोग पत्र दाखिल किया जा चुका है,का निबटारा अभियोग पत्र दाखिल करने के एक साल के भीतर किया जाऐ।

किसी से प्रतियोगिता करने के बजाए उसकी सहायता करना बेहतर है।

कैंसर से बचने को इन 10 आहारों से बनायें

पूनम सिंह

हमें कैंसर जैसी गंभीर बीमारी से बचने के लिए नियमित आहार में क्या खाना चाहिए और क्या नहीं इसपर ध्यान देना बहुत जरूरी है,क्योंकि बहुत से आहार के सेवन से कैंसर का खतरा बढ़ जाता है।

■ आहार से कैंसर का खतरा

भारत में पिछले दो दशकों में कैंसर के मामलों में लगभग दो तिहाई से अधिक की वृद्धि हुई है और प्रति वर्ष लगभग 17 लाख नये मामले प्रकाश में आ रहे हैं। कैंसर से होने वाली मृत्यु–दर भारत में अनेक कारणों से पाश्चात्य देशों की अपेक्षा अधिक है। इसके कारणों में से अनियमित आहार भी शामिल है। कैंसर के मरीजों में लगातार हो रही बढ़त कुछ हद तक हमारे खाने–पीने की चीजों पर भी निर्भर करती है। शोधकर्ताओं का मानना है कि पेट, प्रोस्टेट, आंत, लंग और गर्भाशय कैंसर आहार में फैट की मात्रा अधिक होने के कारण विकसित होते हैं। इसलिए इस गंभीर बीमारी से बचने के लिए हमें नियमित आहार में क्या खाना चाहिए और क्या नहीं, इस पर ध्यान देना चाहिए। आइए ऐसे ही कुछ आहार के बारे में जानते हैं जिनके सेवन से कैंसर का खतरा बढ़ जाता है।

■ रेड मीट की लालसा

हालांकि वाइट मीट की तुलना में रेड मीट को देखते ही हम ललचाने लगते हैं। और कम मात्रा में सेवन से यह कुछ तरह के कैंसर के खिलाफ लड़ने में मदद करता है। लेकिन विभिन्न अध्ययनों के अनुसार, रेड मीट के सेवन से कैंसर से होने वाली मृत्यु का खतरा लगभग 10 प्रतिशत तक बढ़ जाता है। रेड मीट में वैसे तो लिनोलिक एसिड का गुण होता है। लेकिन इसे हर रोज खाना बहुत खतरनाक होता है और इसके लगातार सेवन से कैंसर का जोखिम बढ जाता है। यह स्तन, बड़ी आंत एवं प्रॉस्टेट कैंसर के खतरे को बढ़ाने में भी सहायता करता है। यह सलाह दी जाती है कि सप्ताह में 300 ग्राम से अधिक रेड मीट का सेवन नहीं करना चाहिए।

■ आर्टिफिशियल शुगर मतलब मीठा जहर

चीनी के ज्यादा सेवन करना नुकसानद. `ह होता है, और इसके ज्यादा सेवन से डायबिटीज का खतरा भी बढ़ जाता है, और वजन में भी लगातार बढ़ोतरी होने लगती है। यह बात तो हम सभी जानते है। लेकिन क्या आज जानते हैं कि चीनी की जगह इस्तेमाल किये जाने वाले आर्टिफिशियल स्वीटनर एक तरह का केमिकल है। आर्टिफिशियल स्वीटनर का स्वाद चीनी की तरह ही होता है, लेकिन इसमें कोई दो राय नहीं कि यह किसी मीठे जहर से कम नहीं है। ओहियो यूनिवर्सिटी कॉलेज ऑफ मेडिसिन के प्रोफेसर और चेयरमैन डॉक्टर राल्फ वॉटसन के अनुसार, आर्टिफिशियल स्वीटनर से सिरदर्द, याददाश्त की कमी, अचानक चक्कर आकर गिर पड़ना और कैंसर जैसी बीमारियों के शिकार हो सकते हैं। इसके सेवन से मस्तिष्क ट्यूमर की संभावना बनी रहती है।

■ रिफाइंड शुगर का असर

कैंसर कोशिकाओं को रिफाइंड शुगर पसंद होता है, जो इंसुलिन के स्तर को बढ़ाकर, कैंसर के विकास को बढ़ावा देती है। इसके लिए हाई फ्रूक्टोज कॉर्न सिरप सबसे बड़ा अपराधी माना जाता है और यह किसी भी मिठाई में पाया जा सकता है। इसके सेवन करने से कैंसर की संभावनाएं बनी रहती है। यह कैंसर कोशिकाओं में आसानी से जगह बना लेता है।

■ प्रोसेस्ड सफेद आटा भी है नुकसानद. `ह

सफेद आटा आपकी सेहत के लिए अच्छा नहीं होता, क्योंकि वह प्रोसेस्ड होने के कारण सफेद होता है और इसमें सैचुरेटेड फैट की बहुत अधिक मात्रा में होती है। सैचुरेटेड फैट का संबंध कैंसर से होता है। इसमें अधिक केमिकल और क्लोरीन गैस होती है। इसका शरीर पर बुरा असर पड़ता है। सफेद चावल भी अम्लीय खाद्य पदार्थ की सूची में आते है, क्योंकि इसमें ब्राउन चावल की तुलना में शुगर की मात्रा बहुत अधिक होती है। अगर किसी को कैंसर के शुरुआती लक्षण दिखें तो इसे खाने से बचना चाहिए।

■ कहीं आप भी आलू चिप्स के शौकीन तो नहीं

आलू के चिप्स या फेंच फ्राई जैसी चीजो के शौकीन लोगों को सावधान हो जाना चाहिए क्योंकि अभी तक तो ये केवल मोटापे और दिल के रोगों को बढ़ाने के लिए जध्म्मेदार माने जाते थे लेकिन अब यह माना जा रहा है कि ये कैंसर का कारण भी है। स्वीडन में हुए एक सर्वेक्षण के अनुसार, स्टार्च वाले कुछ खाद्य पदार्थों में ऐक्रिलामाइड नामक एक केमिकल पाया जाता है। ऐक्रिलामाइड एक ऐसा तत्व है, जो 120 डिग्री सेंटीग्रेड से अधिक तापमान पर पकाए, तले अथवा ग्रिल किए जाने वाले खाद्य पदार्थों में उपस्थित होता है। और कैंसर से संबधित होता है। स्टॉकहोम विश्विद्यालय के शोधकर्ताओं ने पाया कि जब कार्बोहाइड्रेट से भरे आलू या चावल आदि को पकाया जाता है तो ऐक्रिलामाइड बनता है।

■ टाइम पास माइक्रोवेव पॉपकॉर्न से बचें

हर कोई पॉपकार्न खाने के लिए उतावला रहता है। चाहे मूवी हॉल हो या घर में दोस्तों के साथ मैच देखने का प्रोग्राम, इस समय पॉपकॉर्न को सभी खाना पसंद करते हैं। यह एक टाइम पास, सस्ता और स्वादिष्ट आहार है। और इसे माइक्रोवेव में बनाना बहुत आसान और सुविधाजनक होता है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि इसको बनाते समय इसमें एक (च्थ्ब्।) केमिकल डाला जाता है जो बहुत खतरनाक होता है। इसके खाने से लोगों का किडनी, मूत्राशय, लीवर और आंत कैंसर का खतरा बढ़ जाता है। एक अध्ययन के अनुसार माइक्रोवेव में बने पॉपकार्न का प्रयोग करने से फेफड़ों के कैंसर में लगातार बढ़ोतरी हो रही है।

■ एल्कोहल भी है घातक

एल्कोहल के अधिक सेवन से डायबिटीज, मोटापा और कैंसर जैसी घातक बीमारियों का खतरा बना रहता है। जो लोग शराब पीते हैं और दो वंशानुगत कैंसर जीन उनमें हैं तो शराब से पैदा होने वाले एक उपात्पाद के कारण उनमें कैंसर का खतरा बढ़ जाता है। आजकल महिलाएं भी इसका आनंद लेने में पीछे नहीं रह गयी है। (एजेंसी)

"सच" वह दौलत है जिसे पहले खर्च करो फिर जिन्दगी भर उसका आनन्द लो।

कैंसर के इलाज में ऐसे सहायक है अंजीर

अंजीर, फ्रेश और सूखा, दोनों तरीके से फायदेमंद है। अंजीर को सुखा कर रखने पर पूरे साल खा सकते हैं।

अंजीर, फाइबर, एंटीआक्सीडेंट, कैल्शियम का अच्छा स्रोत है।

अंजीर ब्रेन कैंसर का खतरा 75: तक कम करता है।

अंजीर खाने में कैसा लगता है, इसके बारे में सबकी अपनी पसंद हो सकती है। लेकिन अंजीर कैंसर का इलाज करता है इसके बारे में किसी की कोई राय नहीं हो सकती? क्योंकि अंजीर और कैंसर का एक साथ नाम सुनकर हर कोई चौंक जाता है। ये हर कोई जानता है कि अंजीर लीवर की रक्षा कर उसके फंक्शन को सूधारने में मदद करता है। लेकिन अंजीर के बारे में अधिक स्डटी करने पर पता चला है कि अंजीर कैंसर के मरीजा. ` के लिए काफी लाभदायक है। या यूं कहें कि कुछ विशेष कैंसर के इलाज में सहायक होता है। एन्टीऑक्सिडेंट गुण से भरपूर अंजीर फ्री–रैडिकल्स से होने वाले नुकसान से डी।एन।ए। की रक्षा करता है जिससे कैंसर होने की संभावना कुछ हद तक कम हो जाती है।

अंजीर में मौजूद हैं न्यूट्रीएंट्स

अंजीर में प्रचूर मात्रा में फाइबर पाए जाते हैं। इसे फ्रेश भी खा सकते हैं और सुखाकर भी। फर्क केवल इतना होता है कि फ्रेश अंजीर में फाइबर की मात्रा अधिक होती है और सूखे हुए अंजीर में एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं जो बीमारियों से रक्षा करते हैं। इसके अलावा अंजीर में मौजूद पोटैशियम, ब्लड प्रेशर और ब्लड शुगर को नियंत्रित रखने में मदद करता है। सूखे अंजीर में फेनोल, ओमेगा 3, ओमेगा 6 होता है जो कोरोनरी हार्ट डिजीज और कैंसर के खतरे को कम करता है।

कैल्शियम तो अधिकतर सभी फलों में पाया जाता है जो हड्डियों को मजबूत बनाता है। लेकिन अंजीर में मैग्नेशियम और केटू विटामिन, दोनों पाया जाता है। इस कारण ये शरीर के सभी भागों के अस्थि–पंजर को मजबूत बनाता है।

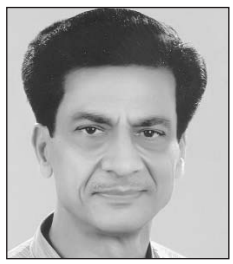
इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट बीमारियों से लड़ने में मदद करते हैं।

कैंसर के इलाज में सहायक

हाल ही के रिसर्च में यह बात साबित हुई है कि अंजीर खाने से ब्रेन कैंसर का खतरा 75: तक कम हो जाता है। कैंसर कोशिकाओं के अनियंत्रित तरीके से बढ़ने का परिणाम है और अंजीर यही काम करता है। अंजीर ब्रेन में कोशिक. ाओं को बढ़ने से रोकता है जिससे ब्रेन कैंसर का खतरा टलता है। इसी तरह लीवर कैंसर में लीवर की कोशिकाओं की वृद्धि को अंजीर रोकता है। लेकिन यहां ये जानना जरूरी है कि अंजीर कैंसर में कितना सहायक है? इसका जवाब है– शत प्रतिशत। अंजीर को आप कितना भी खा सकते हैं इसका कोई नुकसानदायक असर शरीर में नहीं पड़ता। अंजीर कैंसर की कोशिकाओं की वृद्धि को पूरी तरह रोक देता है और यह इलाज अन्य दूसरे इलाजों की तुलना में काफी सुरक्षित और सस्ता है।(एजेंसी)

उत्तर प्रदेश को अभी बहुत जरुरत है डा. निर्मल खत्री की : दयानंद शुक्ला

सौम्य व्यक्तित्व के धनी डा. निर्मल खत्री (अध्यक्ष उ.प्र. कांग्रेस) ने देश के सबसे बड़े सूखे उ.प्र. की 2012 में कमान संभाली। प्रदेश अध्यक्ष बनते ही डा. खत्री ने ऐसे लोगों की तलाश करना शुरु किया जो दशकों से कांग्रेस पार्टी की गतिविधियों से दूर हो गए थे। जिसका परिणाम अपने प्रदेश कांग्रेस कमेटी के गठन के समय देखा गया कि युवक कांग्रेस के उन ताकतवर लोगों के घरों में जाकर जमीन पर काम करने को प्रेरित किया जिनके बलबूते पर कभी प्रदेश में कांग्रेस सत्ता में काबिज थी।



डा. निर्मल खत्री का एक ईमानदार व साफ सुधरी छवि व आचरण चरित्र के बेदाग नेताओं में हमारी नजर में पहला नाम है शायद ही किसी भी दल का कोई नेता इस तरह से राजनीति में पाक–साफ हो। राजनीति के इस गंदे दलदल में सिर्फ निर्मल खत्री बेदाग और स्वच्छ छवि से सभी प्रदेशवासियों को प्रभावित करते हैं।

डा. निर्मल खत्री जैसे नेताओं को किसी भी पद के लिए लंबी पारी खेलवानी चाहिए जिससे पार्टी के अंदर कार्यकर्ताओं की एक ऐसी फौज तैयार हो कि पूरा देश उनके पदचिह्नों पर चलने को तैयार हो।(सं.)

जो कुछ तुम आज कर सकते हो, उसे कल के भरोसे पर मत छोड़ो

इलाहाबाद हाईकोर्ट ने सचिव लोक सेवा आयोग के काम पर लगाई रोक

किसने दायर की थी पीआईएल?

यूपीपीएससी चेयरमैन को हटाने को लेकर प्रतियोगी छात्र संघ ने पीआईएल दायर की थी। अनिल यादव के इलीगल अपॉइंटमेंट पर मंगलवार को दिनभर सुनवाई चली थी। बुधवार को हाईकोर्ट के चीफ जस्टिस डॉ। डीवाई चंद्रचूड़ और जस्टिस यशवंत वर्मा की बेंच ये फैसला दिया। प्रतियोगी छात्र की ओर से सतीश कुमार सिंह ने कहा कि न्याय की जीत हुई है। करप्शन फैलाया जा रहा था, जिससे छात्रों में मायूसी थी। हाईकोर्ट का फैसला आने के बाद अब उनमें खुशी का माहौल है।

ये है मामला : हाईकोर्ट ने अनिल यादव के अपॉइंटमेंट के खिलाफ दायर पीआईएल पर पूछा था कि आखिर अनिल में ऐसी क्या खासियत थी कि इस पोस्ट के लिए 82 उम्मीदवारों की काबलियत को दरकिनार कर उनका चुनाव किया गया। मौजूदा रिकॉर्ड्स से साफ हो रहा है कि दूसरे कैंडिडेट अनिल यादव से ज्यादा काबिल थे। जिन 82 बायोडाटा को रिजेक्ट किया गया, उनमें बहुत से प्रोफेसर, रीडर और आईएएस थे। पहले भी ऐसे ही लोग इस पोस्ट पर अपॉइंट होते रहे हैं। अनिल यादव पर कई मामले भी दर्ज थे। इन्हें अपॉइंटमेंट के वक्त देखा तक नहीं गया।

सरकार से मांगा था ब्योरा : इलाहाबाद हाईकोर्ट ने प्रदेश सरकार से यूपीपीएससी के अध्यक्ष अनिल यादव का आपराधिक ब्योरा भी मांगा था। कोर्ट में इससे पहले अनिल यादव की ओर से हलफनामा दाखिल कर बताया गया था कि वह जानलेवा हमला करने के आरोपी रह चुके हैं। इसके साथ ही तीन अन्य मामलों में भी वह आरोपी रहे हैं। उनका कहना था कि एक मामले में फाइनल रिपोर्ट लग चुकी है, जबकि तीन मामलों में वह बरी हो चुके हैं।

इसलिए विवादों में घिरे : आयोग के अध्यक्ष पद पर नियुक्ति के बाद से ही अनिल यादव विवादों में घिरे रहे हैं। उन पर कैंडिडेट्स से पक्षपात और कुछ खास क्षेत्र के लोगों को तरजीह दिए जाने के आरोप लगते रहे हैं। पीसीएस–प्री 2015 का पर्चा लीक होने के बाद उन्हें आयोग की कार्यशैली को लेकर कघि आलोचनाओं का सामना करना पघ था। इस मामले की सीबीआई जांच कराने को लेकर भी याचिका दाखिल हुई थी, लेकिन कोर्ट ने इसे नामंजूर कर दिया था।

लग चुका है गुंडा एक्ट : सरकार ने माना था कि उत्तर प्रदेश लोक सेवा आयोग अध्यक्ष अनिल यादव पर गुंडा एक्ट समेत कई गंभीर केस दर्ज हैं। राज्य सरकार के जवाब में वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक आगरा ने स्वीकार किया था कि अनिल यादव पर न्यू आगरा थाना में गुंडा एक्ट के तहत मामला दर्ज किया गया था। साथ ही छह महीने के लिए जिला बदर की कार्रवाई की गई थी। हालांकि इसका कोई दस्तावेज मौजूद नहीं। बता दें, अनिल यादव लाइसेंसी रिवॉल्वर लेकर ऑफिस जाते थे। इसके लिए भी वो चर्चा में रहे थे।

क्या कहती है बीजेपी? : इस मामले में बीजेपी के प्रदेश अध्यक्ष लक्ष्मीकांत वाजपेयी ने कहा, ष्नियुक्ति देने वाले सभी आयोगों पर भ्रष्टाचार के आरोप लगे हैं। ऐसे में सपा सरकार को बने रहने का कोई अधिकार नहीं है। अखिलेश यादव को सीएम का पद छोड़ देना चाहिए। उन्होंने कहा कि अनिल यादव के बाद अब हमारा अगला मकसद मंत्री पद से गायत्री प्रसाद प्रजापति को हटवाना है।

बागी आईएएस ने ये दिया रिएक्शन : इस मामले में यूपी के बागी आईएएस सूर्य प्रताप सिंह ने कहा, ष्कोर्ट ने जिस तरह से अनिल यादव पर अपना फैसला सुनाया है वह काबिले–तारीफ है। अनिल यादव के अपॉइंटमेंट को इलीगल करार देना ठीक वैसे ही है, जैसे नवरात्रि में रावण का वध होना।ष सूर्य प्रताप ने कहा, ष्मेरे पास तो अभी पोस्टिंग भी नहीं है। इसके बाद भी मैंने हिम्मत नहीं हारी। इस लघई में मेरे साथ सैकघें लोग शामिल हैं। अब इसके बाद मुझे उम्मीद है कि अनिल यादव के खिलाफ सीबीआई जांच भी होगी।(सं.)

हिन्दी और बस हिन्दी

अमन आनंद

हिन्दी है हमारी राष्ट्रभाषा।
जिसे लोगों ने बना दिया है तमाशा।।
हिन्दी को छोड़ अंग्रेजी की तरफ भागे।
जैसे अंग्रेजी हो हिन्दी से आगे।।
हिन्दुस्तान की भाषा है हिन्दी।
जैसे हो माथे की बिन्दी।।
जिसको सीखने के लिए है इंग्लैंड परेशान।
उसको नहीं मान पा रहे हम अपना अभिमान।।
हिन्दी है हमारी राष्ट्रभाषा।
जिसे लोगों ने बना दिया है तमाशा।।
हिन्दी हिन्दुस्तान के रग में।
लोगों ने मिला दिया इसे ठग में।।
जैसे मथुरा का पेड़ा हो मन में
वैसे हिन्दी है मेरे रग में।।
जैसे बिहार का लिट्टी–चोखा।
वैसे ही हिन्दी को नहीं दे सकता धोखा।।
हिन्दी है हमारी राष्ट्रभाषा।
जिसे लोगों ने बना दिया है तमाशा।।

सबसे अधिक तो कायर खुश है, पतन हो गया महाबली का।

जानवरों को भूकंप का आभास

कई बार ऐसी घटनाएं हुई हैं जिसने इंसानों को यह सोचने पर मजबूर कर दिया है किर पशु–पक्षियों में ऐसा कौन सा गुण होता है जिनसे उन्हें भविष्य में होने वाली दुर्घटनाओं का पहले से पता चल जाता है। पशु–पक्षियों की इस अतिइंद्रिाय शक्ति से विाज्ञान भी इनकार नहीं करता है और इस पर शोध भी किआए जा रहे हैं।

यहां हम आपको कुछ ऐसी घटनाओं के बारे में बता रहे हैं जब पशु पक्षियों ने अपने अद्भुत अति इंद्रिय शक्ति के चमत्कार दिखाए। एक अध्ययन से इस बात का पता चला है कि टोडों को भूकंप का पता पहले ही चल जाता है। उदारहण के तौर पर इस घटना को देखिए, इटली के लाल किला शहर में आए भूकंप के समय सारे टोड भूकंप से तीन दिन पहले ही पलायन कर गए। और ये तब हुआ जबकि भूकंप का अभिकेंद्र उनके नितवास स्थान से 74 किलोमीटर दूर था। जर्नल ऑफ जूलॉजी में छपे लेख में कहा गया है कि टोडों को कैसे पहले से ही भूकंप का पता लग पाया, ये अभी स्पष्ट नहीं है। बर्मा में अंगरेजों और जापानियों के बीच युद्ध चल रहा था।

अंगरेजों की एक टुकड़ी पर चंद जापानियों ने हमला कर दिया। जापानियों ने सोची–समझी रणनीति के तहत पीछे हटने का नाटक खेला। अंगरेजों ने उन्हें भागा हुआ समझा और देखा कि उनके ठिकाने पर एक मेज पर ताजा पकाया हुआ खाना रखा है। वे खाना खाने को जैसे ही आगे बढ़े सार्जेंट रैडी की काली बिल्ली ने खाने को तहस–नहस कर दिया और अंगरेज सैनिकों पर गुर्राने लगी। कुछ ही मिनटों में बारूदी सुरंग फट पड़ी और खाने की मेज और बिल्ली के टुकड़े–टुकड़े हो गए। बर्मा में आज भी उस बिल्ली की समाधि है।

अमेरिका के पश्चिमी द्वीप समूह में माउंट पीरो नामक पर्वत है। इस पर्वत से एक दिन अचानक ज्वालामुखी फूट पड़ा। चारों तरह दहकते अंगारे फैलने लगे, पर्वत के टुकड़े–टुकड़े हो गए। माना जाता है कि इस प्राकृतिक आपदा में लगभग तीस हजार लोग काल के गाल में समा गए। करोड़ों की सम्पत्ति नष्ट हो गई।

जो लोग इस घटना के बाद जीवित रह गए उनका कहना था कि यहां के पशु–पक्षी काफी दिनों से रात में खूब रोते थे। पशु–पक्षियों ने यहां से अपना बसेरा बदल लिया था।घटना वियना की है। एक कुत्ता माल उठाने–उतारने की क्रेन के पास पड़ा सुस्ता रहा था। अचानक वह चौंककर उठा और उछलकर दूर जाकर बैठ गया। कुछ मिनटों के बाद अचानक क्रेन का रस्सा टूट गया और भारी लौहखंड वहीं गिरा, जहां कुत्ता पहले लेटा हुआ था।(साभार : इंटरनेट)

भयानक होता है कुसंग का ज्वार

जीवन में संगति का हमारे मन और हमारे कार्यों पर बहुत प्रभाव पड़ता है। यहां तक कि सारे सकारात्मक गुणों वाला व्यक्ति भी खराब संगति के कारण अनैच्छिक गतिविधि में शामिल होने लगता है। वह चाहे कितना भी मानसिक रूप से मजबूत हो, कुछ क्षण ऐसे आते हैं जब उन लोगों के प्रभाव जिनके साथ वो घूमता है, अनिवार्य हो जाते हैं। उदाहरण के लिए, आप बेईमान माध्यमों से धन जोड़ने के विचार के विरोधी हो सकते हैं लेकिन कोई करीबी दोस्त जो कि बेईमान हो, वह आप पर ऐसा करने के लिए दबाव डाल सकता है। समर्पण जुटाने के लिए, जैसा कि रामकृष्ण ने कहा था, उन लोगों की संगति में रहना जरूरी है जो त्याग के पथ पर हों। यदि आप ज्यादा समय ऐसे भौतिकवादी लोगों के साथ बिताएंगे जो कि दुनियावी बातों की चर्चा में सारा समय गंवाते हों तो आप उनके जैसे बन जाएंगे, उस मेडिटेशन के बावजूद जिसका अभ्यास आप कर रहे हैं। आप ईश्वर के लिए गहरा प्रेम तभी महसूस करना शुरू करेंगे जब आप ऐसे लोगों के संपर्क में आएंगे जो कि ऐसा ही महसूस कर रहे होंगे। क्या ऐसा नहीं कहा गया कि अच्छा साहित्य और अच्छी संगति आपके व्यक्तित्व को आकार देने में एक महत्वपूर्ण भूमिका अदा करते हैं? बहुत बार हमारा अपना मन हमारा सबसे बुरा दुश्मन हो सकता है। मां शारदा देवी ने एक बार कहा था कि ईश्वर दयामय हो सकता है, गुरु दयालु हो सकता है दृ फिर भी एक व्यक्ति अपना जीवन खराब कर सकता है यदि उसका मन सहयोगी न हो तो। ऐसी परिस्थिति में अच्छे लोगा. ं की संगति मानसिक अवस्था में अविश्वसनीय परिवर्तन ला सकती है। उन लोगों की संगति से बचना वास्तव में मुश्किल है जिनमें नकारात्मक गुण व्याप्त हैं दृ वो आपको अपने साथ रहने के लिए बहका सकते हैं या परेशान कर सकते हैं। नकारात्मक प्रभाव का बल ऐसा होता है। उन लोगों के बीच आपसी निर्भरता जिनमें अखंडता की कमी हो, उनसे बड़ी हो सकती है जिनके बीच जो अपनी ईमानदारी के कारण भीड़ से अलग दिखते हैं। इसके कारण, विनाशकारी शक्ति अक्सर विरोधी निर्माणाधीन शक्ति से अधिक शक्तिशाली बनने की कोशिश करती है। लेकिन व्यक्ति को गहरी मानसिक शिष्टता बनाकर रखनी पड़ती है और 'उदार उपेक्षा' के सिद्धांत का पालन करना पड़ता है। वास्तव में, ये हमारे सामाजिक कर्तव्य का एक हिस्सा है, कि उनके कार्यों के खिलाफ गलत कर्ता की चेतावनी दें लेकिन बार बार याद दिलाने का भी कोई मतलब नहीं। एक बार कहें और बिना पीछे मुड़ें आगे बढ़ जाएं।

चिंतन में वक्त बिताना बेहतर होगा। आपके दुश्मनों के कारण आई समस्याएं एक समय में बहुत महंगी साबित हो सकती हैं। लेकिन सहन का सिद्धांत विचित्र तरीके से काम करता है। रामकृष्ण कहते हैं, जो व्यक्ति सहन करता है उसे ठहराव मिलता है और जो सहन नहीं करता वह नष्ट हो जाता है। जब भारी बारिश हो रही होती है बहुत तरह की मछलियां मूसलाधार बारिश की निरंतरता का पालन करने में सक्षम होती हैं और जोरदार बहते पानी के बावजूद जिंदा रहती हैं। मन को इसी तरह के रास्ते का पालन करना होगारू इसे गुरुत्वाकर्षण बल के खिलाफ चलना होगा। यदि इच्छा हो तो कुछ भी असंभव नहीं होता। हालांकि, इच्छा को स्थायी होना चाहिए। सिर्फ एक आवेगी चिल्लाहट काफी नहीं होगी। और यह विचित्र संयोग इसके प्रेरणा के स्रोत को साधु की संगति से प्राप्त होता है जो कि अबाधित तरीके से, स्थिर होकर अपनी कोशिशें जारी रखते हैं। यदि हमारे पास जो कुछ है हम केवल उसी से संतुष्ट रहें तो ईश्वर के प्रति कोई विकास नहीं हो सकता।(साभार : इंटरनेट)

इस व्यवस्था ने नई पीढ़ी को आखिर क्या दिया, सेक्स की रंगीनियां या गोलियां सल्फास की।

7065535552

Ph.: 0120-4329344
7065535551

GREEN VEG

Go For Green

*Free 10 KG Atta
(Ashirwad Atta)
PURCHASE ON 1000/-

ALL KINDS OF INDIAN & IMPORTED FRUITS, VEGETABLES & DAIRY PRODUCTS

FREE HOME DELIVERY

GF-14, PARSVNATH MAJESTIC ARCADE, INDIRAPURAM, DELHI-NCR
AN OTHER BRANCH : 3-F, 547, 32 METER, VAISHALI, DELHI-NCR

Web : www.greenveg.co.in | E-mail : greenveg123@gmail.com

MINIMUM ORDER RS. - 150/-(within 3 km. in 45 minutes)

TIMING : MORNING 8:00AM TO 11:00PM

Our Contact : +91 7065535550

All Kind Indian & Important Fruit, Vegetable, Dairy Products & Fruit Stall Supplier
For Marrige Parity, Birthday Party Any Party Function

RNI NO.UPHIN/2011/39809