ISSN 2349-6614

नवम्बर 2021

मूल्य 50 रु

प्रत्यूष

हिन्दी मासिक पत्रिका

नेह के ताप से
तम पिघलता रहे
दीप जलता रहे

प्रकाशन की तिथि प्रत्येक माह की 23 तारीख वर्ष 19 अंक 7, Postal Registration No. RJ/UD/29-62/2021-23 Posting Date: 27th-28th of Every Month RNI No. RAJHIN/2003/9297 Posting Office: Chetak Circle, Udaipur

दीपावली की हार्दिक शुभकामनाओं सहित

टाया एस्टेट्स

अमृत वाटिका - राज वाटिका - श्याम वाटिका

टाया एस्टेट्स, सहेलियों की बाड़ी, उदयपुर

टाया रिसोर्ट्स

सजनी वाटिका-साहेब वाटिका-हजारी बाग

सुभाष नगर, उदयपुर

बुकिंग हेतु सम्पर्क करें :

सुखसागर पैलेस, 133, अशोक नगर, मेन रोड, उदयपुर, मो. : 9001997000, 9001998888

दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएं

नवम्बर 2021 वर्ष 19, अंक 7

प्रत्यूष

मूल्य 50 रू
वार्षिक 600 रू

अंदर के पृष्ठों पर...

आयुर्वेद
स्वास्थ्य चेतना का पर्व धन्वन्तरि 18

देव-दिवाली
जब अमृत घुल जाता है हर जल में 22

खान-पान
राजस्थान का शाही स्वाद 36

जीवन शैली
साल में एक बार जरूरी पूरे शरीर की जांच 42

'प्रत्यूष' के प्रेरणा स्रोत मात श्रीमती प्रमिला देवी शर्मा एवं तात श्री आनन्दी लाल जी शर्मा
प्रत्यूष परिवार का शत्-शत् नमन चरणों में पुष्प समर्पण

प्रधान सम्पादक विष्णु शर्मा हितैषी

सम्पादक रेणु शर्मा

प्रबन्ध सम्पादक नीरज शर्मा, डॉ. वीणा शर्मा

विपणन प्रबन्धक नितेश कुमार, नन्द किशोर मदन, भूमिका, उषा चन्द्रप्रभा, संगीता

टाइप सेटिंग जगदीश सालवी

कम्प्यूटर ग्राफिक्स Supreme Designs
विकास सुहाल्का

सलाहकार मण्डल
गोपाल शर्मा (गोपजी), वैभव गहलोत
पवन खेड़ा, नीरज डागी
कुलदीप इन्दौरा, कृष्णकुमार हरितवाल
धीरज गुर्जर, अभय जैन
लालसिंह झाला, ओम शर्मा
अजय गुर्जर, आदित्य नाग
हेमन्त भागवानी, डॉ. राव कल्याण सिंह
अशोक तम्बोली, सुंदरदेवी सालवी

छायाकार :
कमल कुमावत, जितेन्द्र कुमावत,
ललित कुमावत

चीफ रिपोर्टर : उमेश शर्मा

जिला संवाददाता
बांसवाड़ा - अनुराग चेलावत
चित्तौड़गढ़ - संदीप शर्मा
नाथद्वारा - लोकेश दवे
डूंगरपुर - सारिका राज
राजसमंद - कोमल पालीवाल
जयपुर - राव संजय सिंह
मोहसिन खान

प्रत्यूष में प्रकाशित सामग्री में व्यक्त विचार लेखकों के अपने हैं, इनसे संस्थापक-प्रकाशक का सहमत होना आवश्यक नहीं है।

सर्व विवादों का न्याय क्षेत्र उदयपुर होगा।

प्रत्यूष
हिन्दी मासिक पत्रिका
प्रकाशक - संस्थापक :
Pankaj Kumar Sharrma
''रक्षाबंधन'', धानमण्डी, उदयपुर-313 001

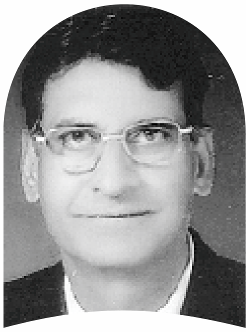
कार्यालय पता : 2, 'रक्षाबन्धन' धानमण्डी, उदयपुर (राज)
दूरभाष एवं फैक्स: 0294-2427703 वाट्सएप 9414077697
मोबाइल : 94141-57703(विज्ञापन), वाट्सएप 75979-11992(समाचार-आलेख), 98290-42499(वाट्सएप), 94141-66737
Email:pankajkumarsharma2013@gmail.com, Visit us at: www.pratyushpatrika.com

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक, संस्थापक, स्वामी पंकज शर्मा की ओर से मुद्रक आशीष बापना द्वारा मैसर्स पायोराइट प्रिन्ट मीडिया प्रा. लि. एम.आई.ए., उदयपुर से मुद्रित तथा 'रक्षाबन्धन' धानमण्डी उदयपुर से प्रकाशित।

NARAYAN SEVA SANSTHAN
Our Religion is Humanity
प्रमुख निःशुल्क सेवा प्रकल्प
निर्धन एवं दिव्यांगों को खिलाएं निवाला
भोजन
गरीब बच्चों को पढ़ा लिखाकर बनायें सशक्त
शिक्षा
गरीब दिव्यांगों को बनाएं आत्मनिर्भर
रोजगार
दिव्यांग बन्धु-बहिनों को चलाएं अपने पैरों पर
ऑपरेशन
अंगविहिनों को दें कृत्रिम अंगों का उपहार
कृत्रिम अंग
कन्यादानी बनें पुण्यभागी बनें
दिव्यांग विवाह
अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क करें
प्रधान कार्यालय : सेवानगर, हिरण मगरी, सेक्टर-4, उदयपुर (राज.) 313002
+91 294 662 2222 | +91 7023509999
www.narayanseva.org | info@narayanseva.org

घाटी में नई साजिश

जिस तरह से कश्मीर में निर्दोष लोगों को खून बहाया जा रहा है, उसके पीछे आतंकियों की मंशा साफ है। वे स्थानीय लोगों के मन में डर और भय पैदा करना चाहते हैं, ताकि वे पलायन को विवश हो जाएं। 1990 के दशक में भी कुछ इसी तरह की दहशत फैलाकर कश्मीरी पंडितों को पलायन के लिए मज़बूर कर उनके आशियाने तहस-नहस किए गए। अफगानिस्तान पर दहशतगर्दी के जरिए तालिबान के कब्ज़े के बाद पाकिस्तान की शह पर पलते आतंकवादियों की कायराना हरकतें फिर शुरू हुई। जिसका प्रमाण 12 अक्टूबर को पूंछ जिले में आतंकरोधी अभियान के क्रम में सुरक्षा बलों और आतंकवादियों के बीच हुई एक बड़ी मुठभेड़ में एक जूनियर कमीशंड अधिकारी समेत सेना के पांच जवान शहीद हो गए। 14 अक्टूबर को भी इसी जिले में आतंकवादियों के हमले में एक जेसीओ व जवान शहीद हुआ। 17 अक्टूबर को दो गैर मुस्लिम श्रमिकों की हत्या हुई। इससे पूर्व भी 5 अक्टूबर को राजौरी में एक मुठभेड़ में एक जवान शहीद हुआ। घाटी के तीन क्षेत्रों में तीन निर्दोष स्थानीय व्यवसाइयों की हत्या कर दी गई। उनमें एक कश्मीरी पण्डित भी था, जिसने दहशतगर्दी के दौर में भी घाटी छोड़कर जाने की बजाय वहीं रहने का फैसला किया। जो दो अन्य लोग मारे गए उनमें एक खोमचे पर पानी-पुरी बेचकर बच्चों का पेट पालता था तो दूसरा टैक्सी चालकों का एक संगठन चलाता था। कई दिनों की शांति के बाद एकाएक घाटी में रक्तपात का दौर शुरू होना एक सुनियोजित साजिश की तरफ इशारा कर रहा है। गैर-मुस्लिमों को इरादतन निशाना बनाया जा रहा है। सात अक्टूबर की सुबह भी ईदगाह इलाके में स्थित एक सरकारी स्कूल में घुसकर आतंकियों ने स्कूल प्रधानाध्यापक सतन्दिर कौर व शिक्षक दीपचंद को मौत की नींद सुला दिया। गैर मुस्लिमों को निशाना बनाने के पीछे इन दरिन्दों का संदेश शायद यही है कि दो समुदाय यहां मिलकर साथ नहीं रह सकते। समुदायों के बीच सद्भाव पर प्रहार की इस नई साजिश के पीछे पाकिस्तान में पनाह और प्रशिक्षण लिए बैठे कायर ही हैं, जिनकी कमर तोड़ने का यही समय है। ताज्जुब और अफसोस भी है कि देश के तथाकथित बुद्धिजीवी और विभिन्न मंचों पर मानवाधिकारों की दुहाई देते रहने वाले लेखक, विशेषज्ञ, एनजीओ और राष्ट्रीय व अन्तर्राष्ट्रीय मानवाधिकार संस्थाए इन अमानवीय घटनाओं को लेकर विरोध दर्ज कराने के लिए सामने नहीं आई हैं। जिस वृद्ध केमिस्ट पंडित माखनलाल की हत्या की गई वे 31 साल से बिना किसी जाति और सम्प्रदाय में भेद किए सबके दुःख-दर्द में सहभागी रहते सेवा कर रहे थे, क्यों उनकी हत्या की गई ? है, कोई जवाब ? अगर जवाब है तो सिर्फ यह कि कश्मीरी पंडितों के पुनर्वास की केन्द्रीय योजना को पलीता लगाना और पांच राज्यों में चुनाव के चलते भारत में अस्थिरता और अराजकता पैदा करना।



जम्मू-कश्मीर में आतंकवाद के सफाए को लेकर जारी प्रयत्न जब भी सार्थक होने लगते हैं, तब आतंकी समूह ऐसे हमलों को अंजाम देते हैं, वे ऐसा संभवतः इस लिए करते हैं ताकि यहां से गए लोग वापस न लौटें, पर्यटकों की आवाजाही रूके और विकास ठप हो। क्योंकि ऐसा होता है तो वहां विधानसभा चुनाव की घोषणा व लोकतंत्र की सीधी बहाली हो जाएगी, तो उनके पास कोई मुद्दा नहीं रह जाएगा। वे चाहते हैं कि जनता और विश्व समुदाय के बीच यह धारणा कायम रहे कि जम्मू-कश्मीर अब भी आतंकवाद की गिरफ्त में है। दरअसल घाटी में सक्रिय आतंकी संगठनों पर हमारे जांबाज सैनिकों ने शिकंजा कस लिया है। आतंकियों को स्थानीय लोगों का भी समर्थन नहीं मिल पा रहा है, क्योंकि वे अब निर्भय हैं। इसकी हताशा और खीज वे लुक-छिप कर निर्दोष और निरीह स्थानीय निवासियों पर निकाल रहे हैं। सेना के जिन जवानों की शहादत हुई है, उसकी कीमत आतंकवादियों को देर-सवेर चुकानी ही पड़ेगी। गृहमंत्री ने एक और सर्जिकल स्ट्राइक की चेतावनी तो दे दी है। कहा जा रहा है कि पाकिस्तान में बैठे आकाओं की मदद से इस साल 28 से अधिक हत्याओं को आतंकवादियों ने अंजाम दिया है, जिनमें ज्यादातर गैर-मुस्लिम अर्थात् कश्मीरी पंडित, सिख या हिन्दू समुदाय के अन्य लोग हैं। उनके पास ऐसे और 200 गैर-मुस्लिमों की हिट लिस्ट बताई जा रही है, जिन्हें वे निशाना बनाने केलिए घुसपैठ की ताक में हैं। केन्द्र सरकार को इस दिशा में सख्त कदम उठाने होंगे और कश्मीरी पण्डितों, सिख व सभी अन्य समुदायों की सुरक्षा व पुनर्वास के काम में तेजी लानी होगी। कश्मीर को जन्नत भले ही न बनाया जा सके पर जहन्नुम बनने से तो रोका ही जा सकता है। केन्द्र ने जम्मू-कश्मीर में अनुच्छेद 370 समाप्त किए जाने के बाद शरणार्थी पण्डितों को फिर से घाटी में बसाने के लिए दावे किए थे, लेकिन कोई बड़ी पहल नहीं की, परिणाम ये है कि आतंकियों के हौसले बुलन्द हैं। पाकिस्तान कश्मीर के जरिए भारत में हिन्दू-मुस्लिम के बीच जिस खाई का सपना देख रहा है, वह पूरा होने वाला नहीं है। वह दिन जल्दी ही आने वाला है जब आतंकियों के तार उनके मूल स्रोतों से इस तरह काटे जाएंगे कि दुबारा उन्हें जोड़ने की वे हिमाकत करने लायक भी नहीं रहेंगे।

बाबर बड़े हमले की तैयारी के साथ आया

अमरीकी संस्था सीआरएस की रिपोर्ट

पाकिस्तान 12 आतंकी संगठनों की पनाहगाह

जम्मू-कश्मीर के उरी क्षेत्र से सितम्बर में जिस पाक प्रशिक्षित युवा आतंकवादी को गिरफ्तार कर उससे बरामद चीजों को देखने से सहज पता चलता है कि वह अपने साथियों के साथ भारत में किसी बड़े हमले के इरादे से आया था। दूसरी ओर आतंकवाद पर अमेरिकी कांग्रेस की एक हालिया रिपोर्ट के अनुसार पाकिस्तान, लश्कर-ए-तैयबा और जैश-ए-मोहम्मद जैसे भारत को निशाना बनाने वाले पांच आतंकवादी संगठनों समेत 'विदेशी आतंकवादी संगठनों' के रूप में चिन्हित कम से कम 12 संगठनों की पनाहगाह बना हुआ है।

भगवान प्रसाद गौड़

मुंबई और उरी में आत्मघाती हमलों को अंजाम देने वाला लश्कर-ए-तैयबा कश्मीर में फिर से साजिशों का जाल बुनने के लिए सक्रिय हो गया है। पिछले दो साल से लश्कर अपने हिट स्क्वायड द रजिस्टेंस फ्रंट (टीआएफ)के नाम से स्थानीय आतंकियों द्वारा वारदात को अंजाम दे रहा है। उसने कश्मीर में नए आतंकियों की भर्ती के साथ गुलाम कश्मीर से प्रशिक्षित आतंकियों को जम्मू-कश्मीर में हथियारों के साथ भेजना शुरू कर दिया है। उरी में जिस पाक आतंकी अली बाबर को भारतीय सेना ने 26 सितम्बर को पकड़ा है, उसने भी पाकिस्तान के आतंकी मंसूबों का खुलासा किया कि अलग-अलग लांचिंग पैड पर पांच से छह आतंकियों के 10 गुट घुसपैठ के लिए तैयार हैं। इन्हें नवम्बर अथवा उसके आसपास जम्मू-कश्मीर में धकेला जाएगा। उसने बताया है कि कैसे पाकिस्तान में कश्मीर को लेकर झूठ फैलाया जाता है और लोगों को भड़काया जाता है। मजबूरी और गरीबी का फायदा उठाकर युवाओं को आतंकी बनने पर मजबूर किया जाता है। बाबर कहता है कि पाकिस्तानी सेना, आईएसआई और लश्कर-ए-तैयबा कश्मीर के बारे में झूठ फैला रहे हैं। उसने कहा, हमें बताया गया कि भारतीय सेना कश्मीर में खून बहा रही है, लेकिन वहां शांति है। मैं अपनी मां को बताना चाहता हूं कि भारतीय सेना ने मेरे साथ अच्छा बर्ताव किया। जिस समय उसे पकड़ा गया तब भी वह अपनी जान की भीख मांग रहा था। सेना का अभियान 18 सितम्बर को शुरू हुआ था और नौ दिन तक चला जिसमें एक पाकिस्तानी घुसपैठिया मारा गया था। बाबर की गिरफ्तारी के बाद उससे बरामद चीजों, साजिश के तौर-तरीकों को देखने से प्रतीत होता है कि वे यहां किसी हमले के इरादे से आए थे। बाबर के कब्जे से एक एके-47 राइफल, दो ग्रेनेड, रेडियो सेट बरामद हुए। बाबर ने कबूल किया कि वह लश्कर-ए-तैयबा का सदस्य है। उसे मुजफ्फराबाद में प्रशिक्षण दिया गया था। आतंकवाद पर अमेरिका की स्वतंत्र कांग्रेसनल रिसर्च सर्विस (सीआरएस) की रिपोर्ट में भी पाकिस्तान को लेकर बड़े खुलासे हुए हैं। इसके अनुसार पाकिस्तान में 12 खूंखार आतंकी संगठन है। इनमें लश्कर-ए-तैयबा समेत पांच आतंकी संगठनों के निशाने पर भारत है। रिपोर्ट में कहा गया है कि अमेरिकी अधिकारियों ने पाकिस्तान की पहचान कई हथियारबंद और दूसरे देशों के आतंकी संगठनों के पनाहगाह के तौर पर की है। इनमें से कुछ आतंकी संगठन 1980 के दशक से ही अस्तित्व में आ गए थे। रिपोर्ट में आतंकी पाकिस्तान से संचालित इन समूहों को मोटे तौर पर पांच श्रेणियों में बांटा जा गया है। इसमें वैश्विक स्तर के आतंकी संगठन, अफगान केन्द्रित, भारत-कश्मीर केन्द्रित, घरेलू मामलों तक सीमित रहने वाले संगठन और पंथ केन्द्रित आतंकी संगठन हैं।

गरीबी ने आतंक की राह पर धकेला

खुद के आतंकी समूह में शामिल होने के बारे में बताते हुए बाबर ने कहा कि उसके पिता की सात साल पहले मौत हो गई थी। पैसों की कमी के चलते उसे स्कूल छोड़ना पड़ा था। उसने कहा मैंने सियालकोट की एक कपड़े की फैक्ट्री में नौकरी की, जहां मैं अनस से मिला, जो लश्कर-ए-तैयबा के लिए लोगों की भर्ती करता था। मेरी हालत के कारण मैं उसके साथ चला गया। उसने मुझे 20 हजार रुपए दिए और बाद में 30 हजार और देने का वादा किया। उसने यह भी बताया कि खैबर देलीहबीबुल्ला शिविर में पाकिस्तानी सेना और आईएसआई ने उसे किस तरह से हथियार चलाने का प्रशिक्षण दिया।

आकाओं से लगाई गुहार, मुझे मेरी मां के पास भेज दें

आतंकी बाबर ने सीमापार स्थित अपने आकाओं से कहा है कि उसे उसकी मां के पास पहुंचा दिया जाए। उसने वीडियो में कहा मैं लश्कर-ए-तैयबा के एरिया कमांडर, आईएसआई और पाकिस्तानी सेना से अपील करता हूं कि वे मुझे उसी तरह मेरी मां के पास वापस भेज दें जैसे उन्होंने मुझे यहां (भारत) भेजा।

इन आतंकवादी संगठनों के निशाने पर भारत

1. लश्कर-ए-तैयबा

लश्कर–ए–तैयबा (एलईटी) का गठन 1980 के दशक में पाकिस्तान में हुआ था, 2001 में इसे विदेश आतंकी संगठन के रूप में चिह्नित किया। सीआरएस ने कहा, एलईटी को मुंबई में 2008 के आतंकी हमले के साथ कई अन्य हमलों के लिए जिम्मेदार माना जाता है।

2. हिज्बुल मुजाहिदीन

हिज्बुल मुजाहिदीन (एचएम) का गठन 1989 में हुआ, जो कथित तौर पर पाकिस्तान की सबसे बड़ी इस्लामी पार्टी की आतंकवादी शाखा है, 2017 में इसे एफटीओ की सूची में डाला गया। यह जम्मू कश्मीर में आतंकी गतिविधियों में शामिल सबसे बड़ा आतंकी संगठन है।

3. जैश-ए-मोहम्मद

जैश–ए–मोहम्मद (जेईएम) का गठन 2000 में कश्मीरी आतंकवादी नेता मसूद अजहर ने किया था और 2001 में इसे भी एफटीओ के तौर पर चिह्नित किया गया। जेईएम भी 2001 में भारतीय संसद पर हमले समेत कई अन्य हमलों के लिए जिम्मेदार है।

4. अलकायदा

अलकायदा मुख्यतः पूर्व संघीय प्रशासित कबायली इलाकों, कराची, अफगानिस्तान से गतिविधियां चलाता है। 2011 तक अयमन अल जवाहिरी ने इसका नेतृत्व किया। देश में कई अन्य आतंकी संगठनों से इसके कथित तौर पर सहयोगात्मक संबंध है।

5. हरकत-उल जिहाद इस्लामी

हरकत–उल जिहाद इस्लामी (एचयूजेआई) की स्थापना 1980 में अफगानिस्तान में सोवियत सेना से लड़ने के लिए हुई थी और 2010 में इसे भी एफटीओ के तौर पर चिह्नित किया गया। 1989 के बाद एचयूजेआई ने अपनी गतिविधियों को भारत केन्द्रित कर दिया, साथ ही वह अफगान तालिबान को भी अपने लड़ाके भेजता था। रिपोर्ट में कहा गया है, एचयूजेआई अज्ञात ताकत के साथ आज अफगानिस्तान, पाकिस्तान, बांग्लादेश और भारत में गतिविधियों को अंजाम दे रहा है, कश्मीर का पाकिस्तान में विलय चाहता है।

भारतीय सेना का व्यवहार पाक फौज से एकदम विपरीत

बाबर ने यह भी बताया कि उसे जिस शिविर में रख गया वहां आने वाले स्थानीय लोगों के साथ भारतीय सेना के अधिकारियों और जवानों का व्यवहार बहुत अच्छा था। उसने कहा मैं दिन में पांच बार होने वाली अजान सुनता हूं। भारतीय सेना का व्यवहार पाकिस्तानी फौज के एकदम विपरीत है। मुझे लगता है कि कश्मीर में शांति है। इसके उलट वे कश्मीर में हमारे बेसहारा होने का फायदा उठाते हैं।

पाक में सक्रिय अन्य संगठन

इनमें अलकायदा इन द इंडिया सबकॉन्टिनेंट (एक्यूआईएस), इस्लामिक स्टेट खुरासन प्रोविंस (आईएसकेपी या आई–के), अफगान तालिकान, हक्कानी नेटवर्क, तहरीक–ए–तालिबान पाकिस्तान (टीटीपी), बलुचिस्तान लिबरेशन आर्मी (बीएलए), जुंदाल्ला (उर्फ जैश अल–अदल), सिपाह–ए–साहबा पाकिस्तान (एसएसपी) और लश्कर–ए–झांगवी (एलईजे) शामिल हैं।

दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएं

चित्तौड़गढ़ अरबन को-ऑपरेटिव बैंक लि.

इन सुविधाओं के साथ त्वरित बैंकिंग सुविधा

Mobile Banking & IMPS | Physical to Digital Banking | Debit Card | Education Loan, House Loan Vehicle Loan, All Business Loan

एडवोकेट विमल सेठिया – चेयरपर्सन
शिवनारायण मानधना – उपाध्यक्ष
डॉ. आई.एम. सेठिया – संस्थापक अध्यक्ष
वंदना वजीरानी – प्रबंध निदेशक

संचालक मण्डल के सदस्य

डॉ. महेश सी. सनाढ्य, हस्तीमल चोरड़िया, शांतिलाल पुंगलिया, आदित्येन्द्र सेठिया, विनोद आंचलिया, राधेश्याम आमेरिया, सुनीता सिसोदिया, चांदमल नंदावत, बालकिशन धूत, रणजीतसिंह नाहर, सीए बालकृष्ण डाड एवं समस्त अरबन बैंक परिवार।

प्रधान कार्यालयः केशव माधव सभागार परिसर, एनसीएस सिटी, चित्तौड़गढ़, मो. 8003590333

हमारी शाखाएं

एस.एस. प्लाजा, स्टेशन रोड – कपासन
दक प्लाजा, हॉस्पीटल रोड – बड़ीसादड़ी
सर्वोदय साधना संघ – चंदेरिया
मण्डी चौराहा – निम्बाहेड़ा
मिस्त्री मार्केट – बेगूं

कोरोना वेक्सीन अवश्य लगवाएं, घर से बाहर मास्क अवश्य पहने, सोशल डिस्टेंस रखें।

'उज्जवला' ने छीनी गृहणियों की मुस्कान

महंगाई से गड़बड़ाया घर-घर का बजट
हर माह भभक रही गैस

अमित शर्मा

महंगाई बाजार का ऐसा गुणधर्म है, जिसका असर आमदनी के रूझान पर टिका है। यदि आमदनी दैनन्दिन जरूरतों को पूरा करने वाली है तो महंगाई आदमी को निगल नहीं पाती। लेकिन जब कमाई ही घटने लगे तो महंगाई रौद्र और हिंसक रूप दिखाने से भी नहीं चूकती। हिंसा व रौद्र रूप भी ऐसा कि आदमी घुट-घुट कर मरने लगता है, बावजूद इसके महंगाई का पेट नहीं भरता।

अर्थशास्त्र का यह सामान्य नियम है कि जब बाजार में मांग होती है, तब महंगाई बढ़ती है। पर मांग न होने के बावजूद यदि कीमतें आसमान छू रही हों तो उसका एक बड़ा कारण तंत्र की गड़बड़ी ही हो सकती है। और यदि व्यवस्था का मानस कीमतें उछाल कर अर्थव्यवस्था को संभालने का हो, तो चढ़ती महंगाई मांग को कम कर देती है, जिससे अर्थव्यवस्था के औंधे मुंह गिर पड़ने की पूरी संभावना बन जाती है। इस समय देश में ऐसा ही माहौल है। कोरोना से ध्वस्त भारतीय बाजार में मांग काफी कम हो गई है, फिर भी वह बेहिसाब महंगाई से जूझ रहा है।

चिंता की बात ज्यादा इसलिए है कि लगातार 6-7 माह से थोक महंगाई दो अंकों में बनी हुई है। महंगाई चाहे थोक हो या खुदरा, है तो महंगाई ही और पैसा आम आदमी की जेब से ही निकलता है।

थोक महंगाई बढ़ने के पीछे कारण गैर-खाद्य वस्तुओं, कच्चे तेल, पेट्रोल व डीजल, प्राकृतिक गैस, धातुओं, उत्पादों, खाद्य उत्पादों, कपड़े, रसायनों और रासायनिक उत्पादों के दाम बढ़ना बताया जा रहा है। इसमें कोई संदेह नहीं कि कोरोना की वजह से पिछले डेढ़ साल से बिजली, कोयला, पेट्रोलियम व गैस, सीमेंट, खनन जैसे अर्थव्यवस्था के प्रमुख क्षेत्रों तक में उत्पादन पर भारी असर पड़ा है। बड़े कारखानों से लेकर छोटे उद्योगों तक की हालत खराब हो गई। आबादी का बड़ा हिस्सा पैसे और रोजगार के संकट में पड़ गया। अब सब कुछ पटरी पर आने का दावा किया जा रहा है तो महंगाई पीछा नहीं छोड़ रही। उद्योगों ने उत्पादन की लागत बढ़ा दी है। इसके पीछे तर्क कच्चे माल की कमी, कोयले और बिजली के दाम बढ़ने का दिया जा रहा है। फिर पेट्रोल और डीजल के लगातार बढ़ते दामों ने महंगाई बढ़ाने में कोई कसर नहीं छोड़ी। रसोई गैस भी लगातार महंगी हो रही है। खाद्य तेलों के दाम पिछले एक साल में साठ फीसद से भी ऊपर चले गए हैं।

देश में पेट्रोल-डीजल की मूल कीमत चालीस रुपए के करीब है और बाजार में उसकी औसत कीमत सौ रुपए से अधिक है। यानी राज्य और केन्द्र सरकार, दोनों मिल कर जनता से साठ रुपए का कर लेती हैं। ऐसे में अगर एक देश, एक टैक्स हो जाता है, तो इसके दामों में जरूर कमी हो सकती है। केरल हाईकोर्ट की दलील के बाद एक उम्मीद थी कि पेट्रोल-डीजल को जीएसटी के दायरे में लाया जाएगा, जिससे इसके भाव में कुछ कमी आएगी। लेकिन जीएसटी परिषद की बैठक में इस पर राज्यों की आम सहमति नहीं बन पाई।

उज्जवला योजना के दौरान प्रधानमंत्री ने लोगों से अपील की थी कि वे स्वेच्छा से रसोई गैस पर मिलने वाली सबसिडी छोड़ें, ताकि गरीब परिवारों को उसका लाभ पहुंचाया जा सके। उनकी अपील पर लाखों लोगों ने सबसिडी छोड़ दी थी। इस तरह ज्यादातर परिवार अब सबसिडी वाले सिलेंडर नहीं लेते। जब सिलेंडर की कीमत साढ़े पांच सौ रुपए थी, तब तक तो सबसिडी मिला करती थी, पर अब सरकार उसके बोझ से मुक्त है। आज सिलेंडर की कीमत 1000 रुपए की ओर रूख कर चुकी है।

हर महीने रसोई गैस महंगी हो रही है। जनवरी में 50 रुपए, फरवरी में तो तीन बार दाम बढ़े थे, एक बार चार फरवरी को 25 रुपए, पंद्रह फरवरी को 25 रुपए और फिर पच्चीस फरवरी को 25 रुपए। एक मार्च को 25 रुपए, 1 अप्रेल को 10 रुपए, जुलाई में 25.50 रुपए बढ़ाए गए। बिना सब्सिडी वाले 14.2 किलोग्राम के सिलेंडर पर 18 अगस्त और फिर 1 सितम्बर को 25-25 रुपए और बढ़ा दिए गए। त्योहारी सीजन शुरु होते ही 1 अक्टूबर को 15 रुपए का बोझ उपभोक्ता पर और डाल दिया गया। व्यावसायिक इस्तेमाल वाला सिलेंडर भी महंगा कर दिया गया। पेट्रोल और डीजल के दाम पहले ही सारे रिकॉर्ड तोड़ चुके हैं। दरअसल ईंधन की महंगाई जीवन यापन की लागत को जिस तेजी से बढ़ाती जाती है, उसका असर आने में देर नहीं लगती। ऐसे में यह प्रश्न स्वाभाविक है कि आम आदमी का गुजारा होगा कैसे ?

रसोई गैस सिलेंडरों का इस्तेमाल करने वाले करोड़ों की संख्या में है। जिन शहरों में पाइप के जरिये रसोई गैस आपूर्ति की सुविधा है, वहां भी लाखों लोग गैस सिलेंडर पर निर्भर हैं। कस्बों और गांवों में भी रसोई गैस सिलेंडर इस्तेमाल होते ही है। जाहिर है आबादी का बड़ा हिस्सा सिलेंडर वाले ईंधन पर ही निर्भर है। यह तबका मध्यम और निम्न वर्ग का है। ऐसे में जब भी सिलेंडर महंगा होता है तो सबसे ज्यादा मार भी इसी वर्ग पर पड़ती है।

भाजपा सरकार ने अपने पिछले कार्यकाल में उज्जवला योजना के तहत हर गरीब परिवार को मुफ्त गैस सिलेंडर उपलब्ध कराए थे। तब इस योजना का बढ़-चढ़ कर श्रेय लिया गया और दावा किया गया कि अब इससे गृहिणियों के स्वास्थ्य पर बुरा असर नहीं पड़ेगा और जंगल भी बचेंगे। गैस के दाम में वृद्धि से गृहणियों के चेहरे से उज्जवला मुस्कान गायब हो चुकी है। वे फिर जंगलों की तरफ रूख करने को मजबूर हैं। उज्जवला योजना का मकसद ही खत्म हो गया। जंगल फिर कटेंगे, घर धुंआ-धुंआ होंगे और महिलाओं का स्वास्थ्य खतरे में पड़ जाएगा। हैरानी इस बात की है कि जो भाजपा 2014 से पहले महंगाई और ईंधन के दाम बढ़ने पर सरकार को कोसती और विरोध-प्रदर्शन करती दिखती थी, आज उसी ने अपने राज में महंगाई से आम आदमी को बेदम कर दिया है।

दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएं

रणवीरसिंह चुण्डावत
डायरेक्टर, Mob.: 7742791508

स्व. किशन सिंह जी चुण्डावत

चुण्डावत रेस्टोरेंट एण्ड
चुण्डावत लस्सी कॉर्नर

पुराना रेल्वे स्टेशन रोड़, ठोकर चौराहा, उदयपुर

गहलोत सरकार के नवाचार

पंकज कुमार शर्मा

राजस्थान के चहुंमुखी विकास के लिए मुख्यमंत्री अशोक गहलोत संकल्पबद्ध हैं। उन्होंने घोषणा पत्र को नीतिगत दस्तावेज मानते हुए उसमें निहित अधिकतम घोषणाओं को कार्यकाल के तीन वर्ष में ही पूर्ण कर लिया है। पिछले तीन साल में मुख्यमंत्री ने बजट प्रस्तुति के दौरान कुल 1685 घोषणाए की थीं। शेष घोषणाएं सतत प्रगति पर अथवा क्रियान्वयन की प्रक्रिया में हैं। राज्य सरकार की संवेदनशीलता एवं पारदर्शी कार्यों से प्रदेश के युवा, महिला, किसान, दलित, आदिवासी, श्रमिक-उद्यमी, राज्यकर्मी एवं अल्पसंख्यक आदि सभी वर्ग खुश हैं। कोविड 19 वैश्विक महामारी जैसी विकट परिस्थितियों में भी विकासात्मक योजनाएं सुसंचालित रहीं और प्रत्येक की मुख्यमंत्री सतत समीक्षा करते रहे। कुछ समय अस्वस्थ होते हुए भी उन्होंने अपने निवास से प्रत्येक विभाग के कार्यों को जांचा-परखा और आवश्यकता पड़ने पर संबंधित मंत्री-अधिकारियों को निर्देश दिए। जन घोषणा पत्र पर कार्रवाई का रिपोर्ट कार्ड भी वे समय-समय पर सार्वजनिक करते रहे हैं। मुख्यमंत्री के नेतृत्व में राज्य सरकार द्वारा जल जीवन मिशन (जेजेएम) के तहत प्रदेश में वर्ष 2024 तक सभी ग्रामीण परिवारों को हर घर नल कनेक्शन देने के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए युद्ध स्तर पर प्रयास किए जा रहे हैं। जीवन की पहली सांस, पहला स्पर्श और पहला आहार मां से प्राप्त होता है। इसलिए समाज में मां का स्थान ईश्वर तुल्य अथवा उससे भी ऊंचा माना गया है। मुख्यमंत्री ने पूर्व प्रधानमंत्री श्रीमती इंदिरा गांधी की 103वीं जयंती पर गर्भवती महिलाओं, धात्री माताओं एवं बच्चों को उचित व पर्याप्त पोषण उपलब्ध कराने की दृष्टि से पिछले वर्ष (19 नवम्बर 2020) इंदिरा गांधी मातृत्व पोषण योजना का शुभारंभ किया था। इस योजना में मां और उसके आने वाले बच्चे के स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए गर्भवती महिलाओं को

बेहतर चिकित्सा व जांच के लिए आर्थिक सहायता प्रदान की जा रही है।

कोरोना काल में राजस्व प्राप्ति में कमी के बावजूद राज्य सरकार ने चिकित्सकीय सुविधाओं के आधारभूत ढांचे को मजबूत करने में कोई कसर नहीं छोड़ी। मुख्यमंत्री ने राजधानी जयपुर से लेकर प्रदेश के दूर-दराज गांवों तक कोरोना की संभावित तीसरी लहर व अन्य मौसमी बीमारियों का सामना करने के लिए व्यापक स्तर पर तैयारी की जिनकी दैनन्दिन समीक्षा की जा रही है। राज्य सरकार किसान कल्याण की दिशा में भी निरंतर महत्वपूर्ण फैसले ले रही है। किसानों की आजीविका एवं जीवन को सुगम बनाने के लिए नवाचारों को लगातार प्रात्सोहन दिया जा रहा है। इसी कड़ी में मुख्यमंत्री ने इसी वर्ष पूर्व प्रधानमंत्री राजीव गांधी की जयंती पर 20 अगस्त को राज किसान साथी पोर्टल का लोकार्पण किया। यह किसानों को डिजिटल तकनीक से जोड़कर उन्नत कृषि और कृषि विपणन की ओर आगे बढ़ाने में अहम होगा। एक समय था, जब हमारा प्रदेश शैक्षिक रूप से पिछड़े प्रदेशों में गिना जाता था, वहीं अब इसका शुमार अग्रणी राज्यों में होने लगा है। इसका सम्पूर्ण श्रेय मुख्यमंत्री को है। हाल ही में केन्द्र सरकार द्वारा जारी पीजीआई इंडेक्स 2019-20 में राज्य को 'ए प्लस' रेकिंग दी गई है। शिक्षा में 70 मापदंडों पर जारी होने वाली इस रैंकिंग में राजस्थान ने दिल्ली, महाराष्ट्र और हरियाणा जैसे प्रति व्यक्ति उच्च आय वाले राज्यों के बराबर स्कोर किया है। वर्तमान में राज्य के 106240 विद्यालयों में लगभग 1 करोड़ 68 लाख विद्यार्थी अध्ययन कर रहे हैं। इनमें से राजकीय विद्यालयों की संख्या 66044 है जिनमें 8583572 विद्यार्थी अध्ययनरत हैं। करीब 437255 शिक्षक इन सरकारी स्कूलों में शिक्षण करवा रहे हैं। गहलोत सरकार का सबसे अनूठा नवाचार शिक्षा क्षेत्र में ही रहा है। जिसको उत्तर प्रदेश सरकार ने भी अपनाया है। देश में राजस्थान ने ऐसा पहला राज्य बनने का गौरव हासिल किया, जिसने स्कूलों में शनिवार को 'नो बैग डे' घोषित किया है। इस नवाचार से बच्चों का सहशैक्षिक प्रवृत्तियों में रूझान बढ़ाया जाकर, किताबी बोझ हल्का किया जाएगा। इससे उनके भीतर की प्रतिभा उजागर होकर विकसित हो सकेगी।

HAPPY DEEPAVALI

HOTEL RAJKAMAL INTERNATIONAL

FOR EXCLUSIVE COMFORT & LUXURY STAY

123, By Pass Road, Bhuwana, Udaipur (Raj.) Ph.: 0294-2440085, 2440770

Mob.: 08302614326, 09829113316

Email-rajkamaludr@gmail.com, www.hotelrajkamal.com

लो फिर आ गई सर्दी

कभी सोचा है कि सर्दी के आते ही कुछ पेड़ अपनी पत्तियों को क्यों गिरा देते हैं? रातें बड़ी और दिन छोटे क्यों होने लगते हैं? इन दिनों आसमान से बर्फ क्यों गिरने लगती है? ठंड से जुड़े और भी कई सारे सवाल होंगे तुम्हारे! सर्दी से जुड़ी कुछ रोचक बातें बता रही हैं - किरण मिश्रा

सर्दी में एक तो ठंड और उस पर सूरज की आंखमिचौली। ठंड बढ़ने के साथ ही हर समय मम्मी का पहरा भी कि बाहर खेलने नहीं जाना, ठंड लग जाएगी। खूब सारे गरम कपड़े भी पहनने पड़ते हैं। शायद इसलिए तो खराब लगती है तुम बच्चों को सर्दी।

सर्दी आती कैसे है?

तुम्हें तो पता ही होगा कि पृथ्वी अपने ध्रुवों पर थोड़ी चपटी है और यह अपने अक्ष यानी परिक्रमा पथ के तल से 23/3 डिग्री पर झुकी हुई भी है। अपने अक्ष पर झुकी पृथ्वी जब सूर्य की परिक्रमा करती है, तो एक ही स्थान पर अलग-अलग समय में सूर्य की किरणों का झुकाव भी अलग होता है। इस कारण से सूरज की किरणें पृथ्वी के हर हिस्से पर एक समान तीव्रता से नहीं पड़ती। जो गोलार्द्ध सूर्य की तरफ झुका होगा, वहां गर्मी और जो गोलार्द्ध सूर्य की विपरीत दिशा में होगा, वहां सर्दी। अब सवाल यह कि हमें सर्दी लगती क्यों है? असल में हमारी त्वचा के नीचे शरीर को गर्मी-सर्दी का एहसास कराने वाली अलग-अलग कोशिकाएं होती हैं। जैसे ही सर्दी का अनुभव इन कोशिकाओं को होता है तो ये हरकत में आ जाती हैं और इनमें कंपन होने लगता है। इस तरह जैसे ही शरीर का तापमान कम होता है, हमारे दिमाग का हाइपोथैलेमस पार्ट सक्रिय हो जाता है, जो सर्दी महसूस होने पर पूरे शरीर को एक संकेत भेजता है। संकेत मिलते ही ठंड का एहसास होने लगता है।

बर्फबारी कैसे होती है?

सूरज की गर्मी पाकर नदियों, तालाबों, झीलों से जल भाप बनकर वातावरण में पहुंच जाता है। यही वाष्प कण इकट्ठे होकर बादल का रूप ले लेते हैं। यही बादल वातावरण में बहुत अधिक ऊपर चले जाते हैं तो वहां का तापमान बहुत कम हो जाता है। तापमान कम होने पर बादलों में मौजूद वाष्प कण नन्हे-नन्हे बर्फ कणों में बदल जाते हैं। हवा इन बर्फ कणों का वजन सह नहीं पाती, जिस कारण ये कण बादल से नीचे की ओर गिरने लगते हैं।

क्यों जरूरी है ठंड?

लंबे समय तक एक सा मौसम रहे तो हमारा मूड खराब होने लगता है। एक सा रहने वाला मौसम सेहत की दृष्टि से भी अच्छा नहीं होता। मौसम का बदलाव न सिर्फ मनुष्य, बल्कि प्रकृति में मौजूद अन्य जीव-जन्तुओं के लिए भी जरूरी है। इसे ऐसे समझ सकते हो कि कुछ फल व फसल सर्दियों में बेहतर उपज देते हैं तो कुछ के लिए गर्मी जरूरी है।

हैण्डपम्प का पानी गर्म कैसे?

हैण्डपम्प का पाइप जमीन के अंदर होता है, जहां का तापमान बाहर की अपेक्षा ज्यादा होता है। यानी ठंड के मौसम में बाहर का तापमान हैण्डपम्प के पानी के तापमान से कम हो जाता है, जबकि गर्मियों में बाहर का तापमान हैंडपम्प के पानी के तापमान से ज्यादा रहता है। इस अंतर के कारण ही हैंडपम्प का पानी सर्दियों में गर्म रहता है, जबकि टंकी का पानी सर्दी में ज्यादा ठंड हो जाता है।

दिन छोटे क्यों हो जाते हैं?

तुम्हें पता है कि साल का सबसे छोटा दिन 21 दिसम्बर होता है, क्योंकि इस दिन सूर्य की किरणें मकर रेखा पर सीधी पड़ती है। इसलिए यह दिन छोटा होता है और इस दिन के बाद से ही ठंड बढ़ जाती है। खगोलशास्त्रियों के अनुसार सूर्य की दूरी इन दिनों पृथ्वी के उत्तरी गोलार्द्ध से अधिक हो जाती है जिसके कारण सूर्य की किरणों का वितरण पृथ्वी पर कम समय तक हो पाता है।

कैसे करते हैं जानवर बचाव

पृथ्वी पर मौजूद अधिकतर जीव-जंतु खुद को मौसम के अनुकूल ढालना जानते हैं, जैसे मेंढक, सांप, छिपकली और कुछ मछलियां सर्दी से बचने के लिए जमीन के अंदर घुसकर शीतनिद्रा में चली जाती हैं। शीतनिद्रा में जाने से पहले ये अपने शरीर में वसा जमा कर लेते हैं, ताकि जिंदा रहें। कुछ पक्षी खुद को मौसम के हिसाब से ढाल लेते हैं तो कुछ अधिक सर्दी वाले इलाकों से निकल कम ठंड वाले क्षेत्रों में चले जाते हैं।

नि:शुल्क नेत्र सेवा प्रकल्प

सोमवार से शनिवार

दीपावली की
हार्दिक शुभकामनाएं

तारा संस्थान

के नेत्र चिकित्सालय तारा नेत्रालय में नि:शुल्क

PHACO पद्धति द्वारा मोतियाबिन्द ऑपरेशन,
नेत्र परीक्षण एवं लेन्स प्रत्यारोपण तथा चश्मे के नम्बर

236, सेक्टर 6, हिरण मगरी (जे.बी. हॉस्पीटल के पास वाली गली),
उदयपुर-313002 (राज.) भारत (+91) 9549399993, 9649399993

Madanlal Chaanra
#92144 53304

Happy Diwali

MOTOROLA

Dealers : 2-Way Radios

Mobile Communications

WIRELESS ENGINEERS (Free Warranty Services)

243/17, "Nundee", Ashok Nagar, (Maya Misthan)
Opp. Vigyan Samiti, UDAIPUR-313001 (Raj.)
Ph. : 0294-2420455 E-mail : mobcom@gmail.com

Ministry of Communicaions & IT Lic. No. AJR/DPL/04/2000
PAN# : ADJPC3852C TIN #08164003800

कुछ देर ही सही धूप लेना जरूरी

शरीर में विटामिन डी की कमी के कारण कई तरह की परेशानियां पैदा होती हैं। विशेषज्ञों के अनुसार 100 में से 70-75 लोगों में विटामिन डी की कमी देखी गई है। जिसके कारण हड्डियों में दर्द, कमजोरी, वज़न घटना, मांसपेशियों में दर्द, बाल झड़ना व नींद न आने जैसी समस्याएं खड़ी हो सकती हैं। विटामिन डी का सबसे अच्छा और सुलभ स्रोत धूप है। किस समय और कितनी धूप लेना फायदेमंद होता है, बता रही हैं न्यूट्रिशियन विशाखा शिवदासानी

पर्याप्त आराम के बावजूद भी थकान होती है ? हड्डियों व मांसपेशियों में दर्द रहता है ? अगर हां, तो संभव है आपको विटामिन डी की खुराक की जरूरत है और इस खुराक का सबसे अच्छा स्रोत है सूरज की रोशनी। धूप में हमारी त्वचा विटामिन डी बनाती है।

विटामिन डी का मुख्य काम खून में कैल्शियम व फॉस्फोरस के स्तर को बनाए रखना है। दोनों ही हड्डियों को मजबूत बनाने में सहायक होते हैं। इतना ही नहीं, विटामिन डी फ्लू, खांसी, जुकाम जैसे सांस के संक्रमणों से भी सुरक्षा प्रदान करता है। विटामिन डी की कमी से रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होती है, वजन में कमी आती है और हड्डियों में दर्द की शिकायत हो सकती है। बच्चों में विटामिन डी की कमी से हड्डियां मुलायम होने लगती हैं, पैर भीतर की ओर मुड़ सकते हैं, साथ ही उम्र बढ़ने पर नॉक नी की समस्या आ जाती है। सूरज की रोशनी से दूर होना विटामिन डी की कमी के बढ़ते मामलों का सबसे बड़ा कारण है। हावर्ड स्कूल ऑफ पब्लिक हेल्थ स्टडी के अनुसार दुनियाभर में करीब एक अरब लोग विटामिन डी की कमी से जूझ रहे हैं। अकेले भारत में हर सौ में से 70 लोगों में इसकी कमी पायी जाती है।

कौनसा समय सही

सूरज विटामिन डी का सबसे अच्छा प्राकृतिक स्रोत है, पर बहुत अधिक अल्ट्रावॉयलेट किरणों के सम्पर्क में रहना भी त्वचा के कैंसर का कारण बन सकता है। ऐसे में विटामिन डी की पूर्ति के लिए सूरज की धूप जरूरी है, पर इतनी ही कि यह कैंसर का कारण ना बनें। कम समय में पर्याप्त विटामिन डी मिल जाए इसके लिए कुछ बातों को समझना जरूरी है।

अल्ट्रावॉयलेट रेडिएशन का स्तर

सूरज की धूप से मिलने वाला लाभ इस बात पर निर्भर करता है कि पृथ्वी पर सूरज किस कोण में है। जब सूरज झुकाव की तरफ होता है तो पृथ्वी की सतह पर पहुंचने से पहले रोशनी ओजोन परत से होकर अधिक गुजरती है। इससे यूवीबी का स्तर कम हो जाता है। सूरज की किरणों की लम्बाई के आधार पर अल्ट्रावॉयलेट किरणें तीन तरह की होती हैं- यूवीए, यूवीबी और यूवीसी। विटामिन डी का प्रमुख स्रोत यूवीबी किरणें होती हैं।

समय, साल का जगह

यूवी रेडिएशन का स्तर दिन और साल के समय पर भी निर्भर करता है। दिन की शुरूआत और दिन के आखिरी समय में यह स्तर सबसे कम होता है। सर्दियों में दिनभर ही ऐसा रहता है। ऐसे में दोपहर के आसपास त्वचा पर धूप लगना विटामिन डी के लिहाज से सबसे बेहतर रहता है, जब सूरज की किरणें सीधी पड़ती हैं। अगर आपकी छाया आपसे लंबी है तो इसका अर्थ है कि आपको पर्याप्त विटामिन डी नहीं मिल रहा है। इसी तरह अगर बादल घिरे हुए हैं या हवा में प्रदूषण अधिक है तो यूवी किरणें हम तक कम पहुंचती हैं।

त्वचा का रंग

गहरी रंग की त्वचा से गेहूएं रंग की त्वचा पर विटामिन डी तेजी से बनता है। गहरी रंग की त्वचा में मेलानिन अधिक होता है, जो त्वचा को ब्लॉक करता है। गोरे रंग की त्वचा को अगर हफ्ते में तीन से चार बार 20 मिनट की सीधी धूप चाहिए तो गहरे रंग की त्वचा वालों को 30 से 40 मिनट धूप लेनी चाहिए। सर्दियों में यह समय दोगुना तक कर सकते हैं।

किस उम्र में कितनी चाहिए

बड़ी उम्र में त्वचा की विटामिन डी पैदा करने की क्षमता कम हो जाती है। इसी तरह बच्चों की त्वचा में विटामिन डी निर्माण करने की क्षमता वयस्कों की तुलना में अधिक होती है। यह भी समझने की जरूरत है कि कांच अल्ट्रावॉयलेट किरणों को रोकता है। अगर कांच के भीतर धूप में बैठे हैं तो त्वचा विटामिन डी का निर्माण नहीं करेगी।

कुछ खाने की चीजों में भी प्राकृतिक रूप से विटामिन डी होता है। मछली का तेल, अंडा, रेड मीट के सेवन से विटामिन डी मिलता है। अगर विटामिन डी की कमी है तो कुछ सप्लीमेंट्स भी लिए जा सकते हैं, पर उन्हें डॉक्टर के परामर्श से ही लें।

Happy Diwali

Anup Kumar Jhambani
Director

Industrial Electricals

Authorised Dealer For

Schneider Electric, FLUKE Calibration, Empire Cables, Unique Cables, minilec, MKAY Power Controls, METRAVI, ascon, HPL, "JAYKAY" Sirens, HEX, KAYCEE, COOPER Bussmann, connectwell ...The Right Connection, m-seal, 3M

Shop No. 157-B, Shakti Nagar (In the street Near RSEB-GSS) Udaipur-313 001 (Raj.)
Phone : 0294 - 2422742, 2411879, Mob. : 9829072047
E-mail : info@industrialelectricals.com, Website : www.industrialelectricals.com

VIJETA NAMKEEN PRODUCTS

Main Road Bhupalpura, Udaipur-313001, Rajasthan INDIA, Contact No. : 0294-2415817, Mob. : 09828555227
E-mail ID. : vijetanamkeen@gmail.com

धर्मांधता की ढलान पर फिसलते इमरान

पाकिस्तान की इमरान खान सरकार से बड़ी उम्मीद थी कि वह धार्मिक आजादी का अपना चुनावी वादा पूरा करेगी। वहां मंदिर टूटने का मामला इकलौता नहीं है। बीता साल वहां अल्पसंख्यकों के लिए काफी कठिन रहा है, उनकी मुश्किलें और बढ़ सकती हैं।

***नगमा सहर**, वरिष्ठ टीवी पत्रकार*

पाकिस्तान में जो स्वतंत्र विचार वाली आबादी है, वह प्रधानमंत्री इमरान खान से कुछ और मायूस हो गई है। खैबर पख्तूनख्वा प्रांत के भोंग शरीफ में गणेश मंदिर जलाने के बाद जिस बुरी तरह से तोड़ा गया है, वह उस नए पाकिस्तान के सपने को और कुचल गया है, जिसका वादा प्रधानमंत्री इमरान खान ने अपनी चुनावी रैलियों में किया था। जहां सब धर्म के लोगों के लिए जगह होगी, जो सबका पाकिस्तान होगा। भोंग शरीफ के मंदिर में हुई तोड़फोड़ के बाद इमरान खान की पार्टी के हिंदू सांसद ने अपना फर्ज निभाते हुए इसकी कड़ी निंदा की है। हालांकि जिस हाल में पाकिस्तान के अल्पसंख्यक हैं, उनके लिए यह निंदा भी बड़ी हिम्मत का काम है।

इस मंदिर पर हमले के लिए उकसाने का आरोप कट्टरपंथी पार्टी जमता-ए-उलेमा-इ-इस्लाम के मौलाना पर है। पर बुनियादी सवाल यह है कि पाकिस्तान की चुनी हुई सरकार क्या कट्टरपंथियों के विरुद्ध जाने की हिम्मत कर सकती है? इमरान खान ने कहा था कि हिंदू, ईसाई और अहमदिया इत्यादि को दूसरे दर्जे के नागरिक का दर्जा मिलता है, वह इनकी स्थिति सुधारेंगे, उनकी उन सभी इबादतगाहों का पुनर्निर्माण कराएंगे, जो मजहबी नफरत का शिकार हुई हैं। पर समानता के लिए संघर्षरत कार्यकर्ता व समाजसेवी कहते हैं कि इमरान ने कट्टरपंथियों के आगे घुटने टेक दिए। भोंग शरीफ का गणेश मंदिर पहला मंदिर है, जिसे तोड़ा गया है। इस्लामाबाद में श्रीकृष्ण मंदिर का निर्माण होना था, लेकिन पिछले साल दबाव में सरकार को मंदिर के लिए चंदा देने के अपने वादे से पीछे हटना पड़ा, बल्कि इसकी जगह इस्लामी विचारधारा की परिषद से राय मांगनी पड़ी कि सरकार क्या करे? मुल्लाओं ने फैसला दिया कि पाकिस्तान इस्लामी मुल्क है, यहां कोई हिन्दू मंदिर नहीं बन सकता। और यूं दो सप्ताह में इस्लामाबाद के पहले मंदिर का सपना टूट गया। इमरान खान से बड़ी उम्मीद थी कि वह 2018 में किया गया धार्मिक आजादी का अपना चुनावी वादा पूरा करेंगे। यह कृष्ण मंदिर दुनिया में पाकिस्तान की एक सहिष्णु देश की छवि बनाने का संकेत देता, लेकिन हिंसा और विवादों ने उसे पाकिस्तान के अपने अल्पसंख्यकों के साथ जटिल रिश्तों का प्रतीक बना दिया।

एक रिपोर्ट के मुताबिक, पाकिस्तान में 365 मंदिरों में सिर्फ 13 ट्रस्ट प्रोपर्टी बोर्ड के संरक्षण में हैं। बाकी को बचाए रखने की जिम्मेदारी अल्पसंख्यकों पर है। हाल में एक चौकानें वाली रिपोर्ट आई। सिंध प्रांत में 60 हिंदुओं का जबरन धर्म परिवर्तन कराया गया। एक वीडियो भी जारी हुआ, जिसमें इन्हें कलमा पढ़ते दिखाया गया।

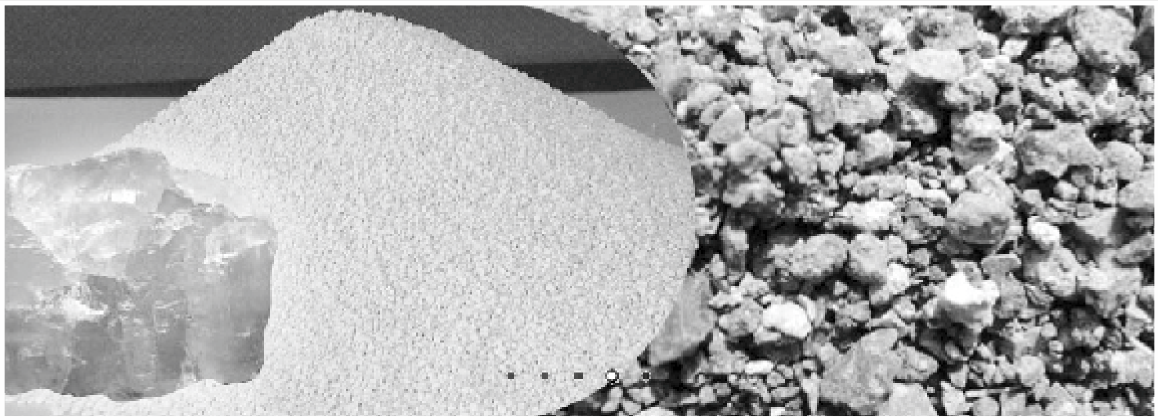
पाकिस्तान में फौज और धर्मगुरु ही असली फैसले लेते आए हैं। शायद इसी डर से सत्ताधारी कभी हिम्मत नहीं कर पाते हैं, दुनियाभर में सभ्यताओं से घुले-मिले, अंतरराष्ट्रीय स्टार खिलाड़ी इमरान खान भी नहीं। पिछले साल की घटना है। जब दुनिया कोरोना से लड़ रही थी, पाकिस्तान अपने कट्टर मौलानाओं को खुश करने में लगा था। सऊदी अरब ने फैसला लिया कि वह हज रद्द करेगा और मस्जिदें बंद रहेंगी, पर पाकिस्तान सरकार में अपनी मस्जिदों को बंद करने की हिम्मत नहीं थी, क्योंकि मुल्लाओं ने सड़क पर आ जाने की धमकी दी।

बीता साल पाकिस्तान के अल्पसंख्यकों के लिए मुश्किल भरा रहा है, उनकी मुश्किलें और बढ़ सकती हैं, क्योंकि प्रधानमंत्री फैसले ले नहीं पा रहे हैं। दूसरे अल्पसंख्यक वर्गों का भी बुरा हाल है। ईसाई हो या अहमदिया, इनकी हैसियत क्या है, इसका एक उदाहरण है वह विज्ञापन, जो जुलाई 2020 में पाकिस्तानी सेना ने अखबारों में प्रकाशित कराया था। सेना ने गटर साफ करने वालों के लिए विज्ञापन निकाला था, शर्त थी कि सिर्फ ईसाई आवेदन करें, काफी विरोध के बाद यह शर्त हटाई गई। पिछले साल एक ईसाई व्यक्ति को गोली मार दी गई, क्योंकि वह पेशावर के मुस्लिम बहुल इलाके में आ गया था। अहमदिया समुदाय की किताबें छपने तक पर प्रतिबंध है। इमरान को प्रधानमंत्री बने कुछ महीने ही हुए थे, जब उन्हें कट्टरपंथियों के दबाव में अपने आर्थिक आयोग से इकलौते अहमदी मुस्लिम को हटाना पड़ा था। पाकिस्तानी प्रधानमंत्री कोई ऐसा मंच नहीं छोड़ते, जहां वह हिन्दुस्तान में अल्पसंख्यकों की बात न उठाएं, लेकिन अपने आंगन में झांकना भी नहीं चाहते।

(दैनिक हिन्दुस्थान से साभार)

Happy Diwali

GANPAT KHICHA
Director
Mobile: 9829041117



- Rock Phosphate Powder
- China Clay
- Sandy Clay
- Dicalcium Phosphate
- Khicha Jaivik Khad
- Khicha PROM (Phosphate Rich Organic Manure)

Mineral Lumps

- Kyanite Lumps
- Sillimanite Lumps
- Bentonite Lumps
- Dolomite Lumps
- Feldspar Lumps
- Pyrophyllite Lumps
- Quartz Lumps
- Soapstone Lumps

KHICHA PHOSCHEM LTD.

204, Vinayak Business Centre, Fatehpura, Pulla Road
Udaipur - 313 001 (Raj) Phone: 0294-2452151 (O) 6451366, 6451377
2451332 (R). (W) Madri: 0294-2490829, 6451257 Fax: 0294-2452149
E-mail: khichaphoschem@rediffmail.com Website: www.khichaphoschem.com

स्वास्थ्य चेतना का पर्व धन्वन्तरि दिवस

डॉ. राजकुमार पारीक

आदिदेव धन्वन्तरि अष्टांग आयुर्वेद के ज्ञाता थे। समुद्र मंथन के समय 12वें रत्न के रूप में उत्पन्न हुए थे। ये विष्णु के अवतार, यज्ञ अंश के अधिकारी, आयुर्वेद प्रवर्तक अमृतकलशधारी एवं देवताओं को जरा (वृद्धावस्था) एवं व्याधि से मुक्त करने वाले हैं। शिशिर ऋतु आदानकाल की एवं हेमंत के पूर्वकाल की ऋतु होने के कारण धन्वन्तरि दिवस (धनतेरस) के बाद शरीर के लिए पुष्टिदायक आहार और व्यायाम का उचित मात्रा में उपयोग जरूरी है।

धन्वन्तरि जयंती पर्व भारतीय संस्कृति के प्रमुख त्योहार दीपावली से एक दिन पूर्व मनाया जाता है। इस पर्व को स्वास्थ्य के साथ जोड़ा गया है, क्योंकि समस्त आर्यावर्त क्षेत्र में सूर्य की स्थिति के अनुसार छह त्रतुएं वर्षा, शरद, हेमंत, शिशिर, बसंत एवं ग्रीष्म मानी गई है। आयुर्वेद के अनुसार तीन-तीन ऋतुएं मिलाकर आदान एवं विसर्ग काल होता है। आदान-विसर्ग काल में शरीर के बल की स्थिति के संबंध में आयुर्वेद में काफी कुछ बताया गया है। विसर्ग काल के प्रारंभ में प्राणियों में दुबर्लता रहती है, मध्य में मध्यबल एवं विसर्ग के अंत व आदान के प्रारंभ में श्रेष्ठ बल रहता है। आदान काल में वायु रूक्ष गुण युक्त होती है, सूर्य की सीधी किरणें पृथ्वी पर पड़ने के कारण वे सृष्टि के रस का शोषण करती हैं यानी सूर्य आदान (ग्रहण) करने की स्थिति में होता है। विसर्ग काल में वायु को सतत पुष्टि प्रदान करता है। भारतीय संस्कृति में सृष्टि को सोम सूर्यात्मक माना गया है, जिसमें सोम का आशय चन्द्रमा जो शीतलतादायक, पुष्टि प्रदायक माना गया है। विसर्गकाल में शरीर पुष्ट रहता है, बल युक्त रहता है, रोगों का सामना करने में समर्थ रहता है एवं इस काल में शरीर स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए आहार-औषध सेवन करने का श्रेष्ठतम समय रहता है। स्वास्थ्य का श्रेष्ठतम काल यही माना गया है। ऋतु विभाजन के क्रम में आयुर्वेद में समाप्त ऋतु का अंतिम सप्ताह एवं प्रारंभ होने वाली नई ऋतु के प्रथम सप्ताह को ऋतुसंधि कहा गया है। इस संधिकाल में पूर्व ऋतु के निर्देशों को क्रमश: छोड़ते हुए आगामी ऋतु की चर्या का सेवन धीरे-धीरे शुरू करने का निर्देश दिया गया है। धन्वन्तरि जयंती पर्व के समय काल की स्थिति इस प्रकार की होती है कि मानव स्वास्थ्य का उच्चतम स्तर शुरू होने का प्रारंभिक काल होता है और इसको विशिष्ट आयोजन पूर्वक मनाते हैं। साथ ही स्वास्थ्य के आदिदेव भगवान धन्वन्तरि से सुस्वास्थ्य बनाए रखने के लिए प्रार्थना करते हैं। शिशिर ऋतु आदान काल की ऋतु है उसका उत्तरार्द्ध होने से एवं हेमंत ऋतु का पूर्वकाल होने के कारण धन्वन्तरि जयंती के पश्चात रसायन एवं पुष्टिदायक, व्यायाम का उचित मात्रा में प्रयोग किया जा सकता है। इस समय सभी औषधियां अपने रस एवं गुणों से पुष्ट हो जाती हैं। अत: उनके ग्रहण-सेवन का श्रेष्ठतम समय होता है। विसर्ग काल में बाहरी वातावरण में शीत के प्रभाव से शरीर की उष्मा बाहर नहीं निकल पाती इसलिए अग्नि का बल बढ़ा हुआ होता है। जो भारी आहार को पचाने में सक्षम होती है। छह ऋतुओं में केवल हेमंत ही ऐसी ऋतु है जिसमें शरीर के सभी दोष सम अवस्था में रहते हैं। आधुनिक परीक्षणों से सिद्ध हुआ है कि इस काल में ही सबसे अधिक गर्भाधान होते हैं। स्वास्थ्य के उच्चतम स्तर के काल के प्रारंभ होने के अवसर को उत्सव के रूप में मनाने की हमारी संस्कृति के कारण धन्वन्तरि जयंती मनाई जाती है।

Silver Art Palace

OLD SILVER & GOLDEN JEWELLER

OUR PRODUCTS :
Gold Jewellery with Precious Stones,
Precious & semi precious Stone Jewellery
Silver Jewellery with Stones,
Plain Gold Jewellery,
Victorian Jewellery
Kundan, Meena & Silver Jewellery,
Silver Articles, Silver Furniture,
Indian Handicrafts

Opp. Sahelion Ki Bari,8, New Fatehpura, Mewar Art Wali Gali, Udaipur (Raj.) INDIA
Telefax : +91 294 2414334, 2420914 (S) Email : silverartpalace@rediffmail.com
web : www.silverartpalace.com

HAPPY DEEPAVALI

LAXMI ENGINEERING WORKS

FEW OF OUR OTHER PRODUCT

✦ Jaw Crusher ✦ Bucket Elevator ✦ Belt Conveyor ✦ 3,4 Roller Mill
✦ Hammer Mill ✦ Ball Mill ✦ Whizzer Classifier ✦ Screw Conveyor
✦ Microzine Plant for 15 & 20 ✦ Microns ✦ Material Handling Equipments

OUR SPECIALTY : CUSTOM BUILT PLANTS & MACHINERY

E- 176, Road No. 5, Mewar Industrial Area, Madri, Udaipur - 313003 Tel. : 0294-2490060, 2490735
E-mail : info@laxmiengineering.com | govind@laxmiengineeering.com Website : www.laxmiengineering.com

बुला रही हैं चमोली की हसीन वादियां

प्रीति नेगी

प्रकृति प्रेमियों के लिए चमोली एक खास जगह है। यहां मनमोहक दृश्यों को देखकर मन प्रफुल्लित हो उठता है। चमोली में ऐसे कई मंदिर हैं, जो पौराणिक मान्यताओं के चलते काफी प्रसिद्ध हैं। सिखों का प्रसिद्ध हेमकुण्ड साहिब गुरुद्वारा भी इसी जिले की सात हरी-भरी वादियों के बीच खड़ा प्राणिमात्र को प्रेम का संदेश दे रहा है।

बर्फ से ढके ऊंचे-ऊंचे पहाड़ों के बीच बसी चमोली उत्तराखंड की बेहद खूबसूरत जगह है। समुद्र तल से लगभग 1300 मीटर की ऊंचाई पर स्थित चमोली गढ़वाल का प्रमुख जिला है। इसे चिपको आंदोलन की जन्मभूमि के रूप में भी पहचाना जाता है। यहां की हसीन वादियों सैलानियों को सहज ही अपनी और आकर्षित कर लेती हैं। खूबसूरत नजारों के साथ-साथ यहां आप धार्मिक स्थलों के दर्शन भी कर सकते हैं। पूरे चमोली जिले में कई ऐसे मंदिर हैं, जो पौराणिक मान्यताओं के चलते काफी प्रसिद्ध हैं। पवित्र अलकनंदा नदी इसी जगह के पास से गुजरती है।

बर्फ में लिपटा औली

स्नो फॉल देखने वालों के लिए औली बेहद खास जगह है। यहां प्रकृति ने अपने सौंदर्य को खुलकर बिखेरा है। स्की रिसॉर्ट के लिए मशहूर यह जगह समुद्र तल से नौ हजार फीट की ऊंचाई पर है। यहां की बर्फीली चोटियां और ढलानें बहुत ही सुंदर लगती हैं। सैलानी यहां स्कीइंग का जमकर आनंद उठा सकते हैं। रात के वक्त झर-झर गिरती बर्फ और खुले आसमान में टिमटिमाते अनगिनत तारों को देखना भी बेहद प्यारा लगता है।

फूलों की घाटी

हिमालयी क्षेत्र में स्थित फूलों की घाटी भारत का बेहद खूबसूरत राष्ट्रीय उद्यान है। यह घाटी बर्फ से ढके ऊंचे-ऊंचे पहाड़ों से घिरी हुई है। सर्दियों के समय तो यह घाटी बर्फ को ओढ़े रहती है। 87.5 वर्ग किलोमीटर क्षेत्र में फैली इस घाटी को प्रकृति ने फूलों की 500 से अधिक प्रजातियों से नवाजा है। यहां मार्श, गेंदा, जर्मेनियम, प्रिभुला, पोटेन्टिला, जिउम, तारक, लिलियम, हिमालयी नीला पोस्त, तारक बछनाग, डेलफिनियम व साइप्रिपेडियम सहित कई तरह के फूल मन मोह लेते हैं। घाटी की ओर बढ़ने पर एक झरना दिखाई देता है, जो अपनी ओर आकर्षित करता है। घाटी को दो हिस्सों में बांटने वाली पुष्पावती नदी का गुलाबी रंग भी मन हर लेता है। मान्यता है कि जब लक्ष्मण जी मूर्च्छित हो गए थे, तब उनके प्राण बचाने के लिए हनुमानजी इसी घाटी से संजीवनी बूटी लेकर गए थे। स्थानीय लोगों के अनुसार, इस घाटी को परियों ने बसाया है, इसलिए इसे परी भूमि भी कहते हैं।

चोपता में शांति और सकून

एक छोटा सा हिल स्टेशन है, लेकिन शांति और सुकून चाहने वाले लोगों के लिए यह धरती पर स्वर्ग की तरह है। इस खूबसूरत स्थल से हिमालय की नंदादेवी, त्रिशूल और चौखम्बा पहाड़ी के अदभुत दृश्य दिखते हैं। जब सूरज की किरणें हिमालय की चोटियों पर पड़ती हैं तो यहां की सुबह बेहद खूबसूरत लगती है। समुद्र तल से 12 हजार फुट की ऊंचाई पर स्थित चोपता घने जंगलों से घिरा हुआ है। यहां से तुंगनाथ और चन्द्रशीला के लिए पैदल यात्रा शुरू होती है। चोपता के आसपास केदारनाथ कस्तूरी मृग अभ्यारण्य, देवरिया ताल आदि देखने लायक स्थल हैं।

कब जाएं

यहां घूमने के लिए जुलाई से अगस्त और नवम्बर से मार्च का समय सबसे उपयुक्त है। इस दौरान प्रकृति की छटा चारों ओर बिखरी रहती है। यूं तो पहाड़ों का मौसम हमेशा ठंडा रहता है, लेकिन सर्दियों के वक्त यहां का तापमान काफी गिर जाता है। अगर आपको सर्द मौसम अच्छा लगता है तो इस दौरान आप यहां स्नो फॉल का आनंद ले सकते हैं।

जरूर खाएं

खाने के लिए यहां के होटल और ढाबों में अलग-अलग प्रकार के कई व्यंजन मिल जाएंगे, लेकिन यहां के मशहूर व्यंजनों जैसे चैंसू, गहत की दाल, भांग की चटनी, झंगोरे की खीर, कापा, मंडुए की रोटी और थिच्वेनी के स्वाद का लुत्फ भी ले सकते हैं।

पंचबद्री के दर्शन

भगवान विष्णु का निवास स्थल बद्रीनाथ धाम इसी जिले में है। यह हिंदुओं के चार धामों में से एक धाम है। यह मंदिर अलकनंदा नदी के बाएं तट पर नर और नारायण नामक दो पर्वत श्रेणियों की गोद में स्थित है। मान्यता है कि आठवीं शताब्दी में आदि शंकराचार्य ने इसका निर्माण कराया था। यहां श्री बद्रीनाथ भगवान के पांच स्वरूप, श्री विशाल बद्री, श्री योगध्यान बद्री, श्री भविष्य बद्री, श्री वृद्ध बद्री व श्री आदि बद्री देखने को मिलते हैं। इन सभी रूपों में भगवान बद्रीनाथ यहां रहते हैं। यहां अखंड जोत जलती रहती है।

हेमकुंड साहिब

हेमकुंड साहिब गुरुद्वारा सिखों का प्रसिद्ध धार्मिक स्थल है। यह पवित्र स्थल समुद्र तल से लगभग 4329 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। कहा जाता है कि इसी जगह सिखों के 10वें गुरु गोविंदसिंह ने पूजा-अर्चना और तपस्या की थी। सात पर्वतों के बीच बर्फीली झील के किनारे बसा यह गुरुद्वारा अद्भुत लगता है। फूलों की घाटी इसके नजदीक ही है। शीतकाल के चलते इसके कपाट 10 अक्टूबर से बंद हैं, जो मई में खुलेंगे

गाय को राष्ट्रीय पशु घोषित करने का सुझाव

गो मांस खाना मौलिक अधिकार नहीं

इलाहाबाद हाईकोर्ट ने पिछले दिनों संभल निवासी जावेद की जमानत अर्जी खारिज करते हुए पौराणिक सांस्कृतिक महत्व व सामाजिक उपयोगिता को देखते हुए गाय को राष्ट्रीय पशु घोषित करने का सुझाव दिया है। याची पर साथियों के साथ एक व्यक्ति की गाय चुराकर जंगल में अन्य गायों सहित मारकर मांस इकट्ठा करने का आरोप है। इलाहाबाद हाईकोर्ट का यह फैसला बेहद महत्वपूर्ण और विचारणीय है। हमारे समाज में गाय न केवल आर्थिक, बल्कि सामाजिक, सांस्कृतिक और धार्मिक रूप से भी व्यापक महत्व रखती है यदि उच्च न्यायालय ने गाय के संपूर्ण महत्व को देखते हुए इसे राष्ट्रीय पशु घोषित करने

का सुझाव दिया है, तो यह भारत में एक पारम्परिक आस्था को पुष्ट करने वाला कदम है। भारतीय समाज में अनेक समूह और लोग गो मांस का उपयोग करते हैं, लेकिन उच्च न्यायालय ने साफ कर दिया है कि गो मांस खाना किसी का मौलिक अधिकार नहीं है। अपने आदेश में न्यायमूर्ति शेखरकुमार यादव ने कहा कि 'जीभ के स्वाद के लिए किसी से जीवन का अधिकार नहीं छीना जा सकता। बूढ़ी, बीमार गाय भी खेती के लिए उपयोगी होती है। गाय की हत्या की इजाजत किसी को देना ठीक नहीं है।' वास्तव में आज गाय भारतीय कृषि की रीढ़ नहीं है और समय के साथ उसका सम्मान कम भी हुआ है, लेकिन अदालत के फैसले से गाय को नए सिरे से न केवल संरक्षण, बल्कि संवर्द्धन मिलने की संभावना बनेगी। अदालत ने इस बात को भी विशेष रूप से रेखांकित किया है कि भारत में सभी संप्रदाय के लोग रहते हैं और सभी को एक-दूसरे की भावनाओं का आदर करना चाहिए।

-उदय प्रजापत

जब अमृत घुल जाता है हर जल में

डॉ. मयंक मुरारी

कार्तिक माह भगवान विष्णु का प्रिय माह माना जाता है। इस माह की पूर्णिमा का भी विशेष महत्व है। इस दिन भक्तजन पवित्र नदियों में स्नान के लिए जुटते हैं। देव दिवाली भी इसी दिन मनाई जाती है।

कार्तिक मास को मंगल मास कहा गया है। इस पूरे माह में जल की प्रधानता होती है। ऋग्वेद के सांतवे मंडल के सूक्त 49 में ऋषि वशिष्ट धरतीवासियों के लिए आह्वान करते हैं कि दिव्य जल, आकाश से बारिश के माध्यम से प्राप्त होता है जो नदियों में सदा गमनशील है, जमीन खोदकर जो कुएं और तालाब से जल निकाला जाता है और जो जल सभी जगह प्रवाहित होकर पवित्रता बिखेरते हुए समुद्र की ओर जाते हैं, वे दिव्यतायुक्त पवित्र जल हमारी रक्षा करें। कार्तिक पूर्णिमा को ही मत्यस्यावतार पूर्णिमा, त्रिपुरी पूर्णिमा तथा महाकार्तिकी पूर्णिमा के नाम से जाना जाता है।

इस दिन माता लक्ष्मी पीपल के वृक्ष में निवास करती हैं। इसलिए मीठे जल में दूध मिलाकर पीपल में अर्पित करने से माता लक्ष्मी प्रसन्न होती हैं। कार्तिक पूर्णिमा को श्रीहरि ने प्रलय काल में चार वेदों की रक्षा के लिए मत्स्यावतार लिया था। इसी पूर्णिमा के दिन भगवान भोलेनाथ ने त्रिपुरासुर नामक राक्षस का वध किया और त्रिपुरारी के नाम से जाने गये। इसी पूर्णिमा के दिन बैकुंठधाम में श्री तुलसी का प्रकाट्य हुआ। देवी तुलसी का पृथ्वी पर जन्म हुआ। शरद पूर्णिमा के बाद चन्द्रमा से निकलने वाली अमृतदायी किरणों का प्रभाव पूरे कार्तिक मास में रहता है। चन्द्रमा की मधुरिमा से सरोवर, सरिता और जलकुंड में एक शक्ति का संचलन होता है। इस कारण कार्तिक मास में जलस्नान का विधान है। कुछ वर्षों तक गांवों एवं उपनगरीय क्षेत्रों में पूरे कार्तिक में गंगा, यमुना, कावेरी आदि नदियों में स्नान की परिपाटी थी। गांवों में आज भी माताएं गंगा स्नान करने जाते हुए गुनगुनाती हैं

–कार्तिक मास हे सखि पुण्य महिनवा हे,
सब सखि गंगा स्नान हे,
पाट पटंबर हम धनि, लुगड़ी पुरान हे।

यह महीना वैशाख और माघ की तरह स्नान ध्यान और जप तथा अनुष्ठान का मास है। इस महीने कहीं श्रीमद्भागवत कथा, कहीं रासलीला, कहीं चकई–चकवा का खेल कहीं तुलसी चौरा पर दीप रखना तो कहीं कीर्तन–भजन का समागम होता है। श्रीमद्भागवत में इस महीने को शरत्काव्य कथारसाश्रय का महीना कहा गया है, जहां श्री कृष्ण को भी गोपियों से चुनौती मिलती है। कार्तिक मास के जलस्नान और अंतर्यात्रा के बाद व्यक्ति अपने अंदर ऊर्जा अनुभव करता है। जीवन जब पानी की तरलता में एवं समाज की सघनता में समग्रता को अनुभव करता है, तो भीतर जागरण का बोध होता है।

यम गए थे यमुना के घर

दीपावली पंचपर्व का आखिरी त्योहार भैया दूज, जिसे यम द्वितीया भी कहा जाता है, कार्तिक शुक्ल द्वितीया को मनाया जाता है। सनातन धर्म की एक प्रमुख विशेषता यह भी है कि यहां धर्म के साथ पारिवारिक रिश्तों को जोड़ा गया है। रक्षाबंधन और भैया दूज दोनों भाई-बहन के अनूठे संबंधों का गुणगान करते हैं। दोनों त्योहारों का अपना अलग महत्व है। संभवत यह त्योहार मनाने के पीछे यह भावना भी रही होगी कि भाई कम से कम दूर रह रही अपनी बहन का साल के एक दिन तो हालचाल जान लें। साथ ही बहन और उसके परिवार के आर्थिक या किसी अन्य संकट में होने पर यथासंभव सहयोग करें। इसके अलावा यह भी कि बहन को तसल्ली रहे कि भाई मजबूती से उसे समर्थन दे रहा है। परिवार वाले उसका विवाह कराके उसके भूल नहीं गए।

सनातन धर्म में माता-पिता के न होने पर बड़ी बहन को मां और बड़े भाई को पिता का दर्जा दिया जाता है। भाई-बहनों की अदभुत पूजा हम चार धामों में शामिल जगन्नाथ पुरी में देखते हैं, जहां बलभद्रजी, सुभद्राजी और जगन्नाथजी की पूजा होती है। इस दिन भाई को अपनी बहन के यहां दोपहर बाद जाकर तिलक आदि लगवा कर अवश्य भोजन करना चाहिए। आर्थिक स्थिति ठीक होने पर उसे अवश्य उपहार प्रदान करना चाहिए। सगी बहन न होने पर मामा, काका की बेटी या मित्र की बहन के यहां भाजन करना भी अच्छा रहता है। इससे बहन के सुहाग की भी रक्षा होती है।

पौराणिक कथा है कि भगवान सूर्य की बेटी यमुना ने भाई यमराज को बार-बार कहा कि वह उसके घर आ कर भोजन ग्रहण करें। परंतु व्यस्तता के कारण यमराज नहीं जा पाते थे। एक दिन यमुना ने यमराज से वचन ले ही लिया कि वे उनके घर आएं। ऐसी मान्यता है कि अपनी बहन यमुना के घर आते समय यमराज ने नरक में निवास करने वाले जीवों को मुक्त कर दिया। कार्तिक शुक्ल द्वितीया को यमराज ने यमुना के घर जाकर भोजन किया। बहन को वर दिया कि जो भी इस दिन यमुना में स्नान करके बहन के घर जाकर प्रसन्नता से भोजन ग्रहण करेगा उसे और उसकी बहन को यमराज और उनके दूतों का भय नहीं होगा। इस दिन बहनें भाई के सिर पर तिलक लगा कर उनकी आरती उतारती हैं और फिर हथेली में कलावा बांधती है। इसी दिन चित्रगुप्त भगवान की भी पूजा की जाती है।

पं. भानुप्रताप नारायण मिश्र

Virender Kabra
Director
+ 91 93525 00759

Rakesh Kabra
Director
+ 91 94621 68691

SATISFACTION 100% GUARANTEE

JAI SHREE TRADERS

Authorised Distributor

• HIKOKI Power Tools • Garg Machine • Keapoxy • Lethal Rtu/TC • Araldite Adhesive
• FOSROC (Cons. Solu.) • Bond Tite Adhesive • AKEMI (Stone Chemical)
• Lapox (Epoxi Ch.) • MRF Special Coatings • Abro Masking Tape • Dow Silicon
• MRF Vapocure Paints • Reliance RecronTM 3S • Grindwell Norton Ltd

34, Ashwini Bazar, Udaipur - 313 001 (Raj.) Ph.: 0294-2415387 (O), 2484898 (R)
E-mail: jaishreetrader@gmail.com Website: www.jaishreetrader.nowfloats.com

प्रो. एस. एस. सारंगदेवोत की नई पहल

विद्यापीठ करेगा सौ गांवों का कायाकल्प

योगेश नागदा

जनार्दनराय नागर राजस्थान विद्यापीठ(डीम्ड) विश्वविद्यालय नवाचार के क्रम में ऐतिहासिक दृष्टि से अत्यन्त महत्वपूर्ण अंचल के 100 गांवों को गोद लेकर आर्टिफिशियल इंटलीजेंस के माध्यम से वहां के परिवेश में प्रासंगिक बदलाव लाकर वहां के निवासियों के आर्थिक उन्नयन की दिशा में काम करेगा। यह बात पिछले दिनों विश्वविद्यालय की एकेडमिक कौन्सिल की बैठक की अध्यक्षता करते हुए कुलपति प्रो. एस. एस. सारंगदेवोत ने कही। बैठक में कई नए पाठ्यक्रमों के संचालन को भी हरी झण्डी मिली। प्रो. सारंगदेवोत की पहल पर जिन नए पाठ्यक्रमों की स्वीकृति दी गई, उनमें इसी सत्र से योग एवं शारीरिक शिक्षा विभाग में बीएससी योग, स्कूल ऑफ एग्रीकल्चर साईंस में कृषि विज्ञान में स्नातकोत्तर, द्वितीय सेमेस्टर में प्लांट पैथोलॉजी का पाठ्यक्रम, कृषि विज्ञान पाठ्यक्रम, एग्रोनर 224, खरपतवार प्रबंधन, विज्ञान संकाय में बीएससी स्नातक में जियोलॉजी तथा एनवायरमेंटल साईंस कोर्स साथ ही सभी विभागों में कौशल आधारित वेल्यू एडेड सर्टिफाइड कोर्स शामिल हैं।

गांव-गांव में थ्री डी प्रिन्टर के माध्यम से स्कूली विद्यार्थियों को आर्टिफिशियल इंटेलीजेंस से वीडियो तैयार करना सिखाया जाएगा इसके लिए उपकरण व पूरी कार्य योजना तैयार कर ली गई है। उन्होंने बताया कि राजस्थान विद्यापीठ के संस्थापक पं. जनार्दनराय नागर के साहित्य को भी अब पाठ्यक्रमों में शामिल कर दिया गया है जिससे विद्यार्थी उनके आदर्शों को अपने जीवन में उतार सकेंगे। चरित्र निर्माण एवं व्यक्ति के समग्र विकास को भी पाठ्यक्रम में शामिल किया गया है। उन्होंने बताया कि विद्यापीठ के कृषि महाविद्यालय की ओर से ग्रामीण क्षेत्रों में कृषि केन्द्र स्थापित किये जाएंगे जिनके माध्यम से उन्नत बीज से अधिक पैदावार के साथ ही कृषि में नवाचार व केन्द्र राज्य सरकार द्वारा कृषि के क्षेत्र में लागू की गई योजनाओं के बारे में भी जानकारी दी जाएगी। विद्यापीठ में रिसर्च काउन्सलिंग का गठन किया जाएगा जिसके अन्तर्गत अकादमिक सदस्यों को नये प्रोजेक्ट व नवीनतम रिसर्च की जानकारी से अवगत करा इस पर कार्य कराया जाएगा। इसके लिए वर्ष में दो बार एक्सपर्ट ट्रेनिंग देंगे। उन्होंने बताया कि विद्यार्थियों में सर्वांगीण विकास के लिए गुरुकुल पद्धति से चरित्र निर्माण का डिप्लोमा कोर्स भी कराया जाएगा जिससे वे भारतीय संस्कृति व सभ्यता से रूबरू हो सकें।

यहां यह उल्लेखनीय है कि पं. नागर ने आज से करीब 83 वर्ष पूर्व मात्र 3 रुपये की राशि, एक लालटेन और पांच कार्यकर्त्ताओं को लेकर मेवाड़ में स्वाभिमान और स्वतंत्रता के उद्देश्य को लेकर गांव-गांव में सामुदायिक एवं प्रौढ़ शिक्षा केन्द्रों की स्थापना कर शिक्षा की अलख जगाई थी। उसके बाद शिक्षा में उनके नित नये प्रयोगों ने शिक्षाविदों का ध्यान आकृष्ट किया और अनौपचारिक शिक्षा को भी समग्र विकास का महत्वपूर्ण औज़ार माना गया। पिछले 10-12 वर्षों में मौजूदा कुलपति प्रो. सारंगदेवोत ने जनुभाई के सपनों को साकार करने में अहर्निश मेहनत की। विद्यापीठ ने आज 50 करोड़ से अधिक के सालाना बजट के साथ एक विशाल शिक्षा संकुल का रूप ले लिया है। हाल ही में 4 करोड़ की लागत से बनने वाले डिपार्टमेंट ऑफ डी फार्मा का भूमि पूजन भी उन्होंने किया है। जनुभाई के सपनों के जनभारती केन्द्रों को प्रो. सारंगदेवोत गांवों के विकास की महत्वपूर्ण कड़ी बनाने की ओर अग्रसर हैं। उनके इन समग्र प्रयासों को क्रियान्वित करने में कुल प्रमुख भंवरलाल गुर्जर, रजिस्ट्रार हेमशंकर दाधीच, प्राचार्य, प्रो. सुमन पामेचा, डॉ. धर्मेन्द्र राजोरा, डॉ. दिलीप सिंह, हरीश शर्मा, कृष्णकांत कुमावत, घनश्यामसिंह भीण्डर सहित विद्वान आचार्यों की टीम लगी है।

एकेडमिक कौन्सिल की बैठक में विशेष आमंत्रित जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय, दिल्ली के प्रो. कौशल कुमार शर्मा ने भारत सरकार से आग्रह किया कि शिक्षा पर जीडीपी का 06 प्रतिशत तो खर्च किया ही जाए। गोविन्द गुरु विश्वविद्यालय, गोधरा के कुलपति प्रो. प्रतापसिंह चौहान ने नई शिक्षा नीति में कौशल विकास के पाठ्यक्रमों को जोड़कर रोजगार सृजन पर ध्यान केन्द्रित करने की सहाल दी। दिल्ली विधानसभा के पूर्व अध्यक्ष डॉ. योगानन्द शास्त्री ने राष्ट्र व चरित्र निर्माण के साथ-साथ विद्यार्थियों को व्यक्तित्व निर्माण की शिक्षा देने पर जोर दिया। बैठक का संचालन पीजी डीन प्रो. जी. एम. मेहता ने किया। बैठक में रजिस्ट्रार डॉ. हेमशंकर दाधीच, कोटा खुला विश्वविद्यालय की निदेशक डॉ. रश्मि बोहरा सहित विश्वविद्यालय के विभागों के डीन-डायरेक्टर भी उपस्थित थे।

The Icon to Luxuriate

SHIVA export company

8, Bhatt Ji ki Bari, Udaipur-313001, Rajasthan, INDIA
Tel. : +91-294-2418228, Fax : +91-294-2414643
Cell : +91 99280 37747, 96800 02120
E-mail : shivaexport@gmail.com | Website : www.shivaexport.in

मान्यताओं से सजी 'रोशनी' का सत्कार

दीपावली से कई मत और मान्यताएं सम्बद्ध हैं। कहीं राजा रामचन्द्र के अयोध्या वापसी की प्रसन्नता है तो कहीं इसे महर्षि दयानंद और वर्धमान महावीर के निर्वाण दिवस के रूप में मनाया जाकर जीवन को सार्थकता देने वाली शिक्षा ग्रहण की जाती है। यह अंधकार पर प्रकाश की विजय का भी पर्व है। साल 1577 में दिवाली के दिन ही अमृतसर में सिख समुदाय ने पवित्र स्वर्ण मंदिर की आधारशिला रखी थी।

रेणु शर्मा

विश्वभर में हर त्यौहार, इंसानी जज्बात और पौराणिक मान्यताओं का प्रतीक है। क्रिसमस यीशू मसीह के जन्मदिन के साथ ही बड़े दिनों के आगमन का प्रतीक होता है तो वहीं बसंत पंचमी नए वर्ष का आगमन है। ठीक इसी तरह कार्तिक माह में हर भारतीय घर दीपों की रोशनी से रोशन होता है। उनकी रोशनी में कहीं भगवान राम के 14 वर्षीय वनवास से लौटकर अयोध्या आने की खुशी जगमगाती है तो कहीं धन की देवी लक्ष्मी के स्वागत के लिए घर सजते हैं। इसी तरह पौराणिक कथाओं के अनुसार, नारी शक्ति का प्रतिनिधित्व करने वाली मां काली का अवतरण स्वर्ग और पृथ्वी की रक्षा के लिए हुआ था। सभी दैत्यों को मारने के बाद मां काली ने नियंत्रण खो दिया था और भगवान शिव ने उन्हें रोकने का प्रयास किया। मां काली की जीभ निकली प्रतिमा, जिसमें उनका एक पैर भगवान शिव के ऊपर है, उसी घटना का प्रतीक है, जो कार्तिक मास की अमावस्या को घटित हुई थी।

मां लक्ष्मी का अवतरण

माना जाता है कि दिवाली के दिन समुद्र मंथन के दौरान सुख–समृद्धि की देवी लक्ष्मी का अवतरण हुआ था। हिन्दू धर्मग्रंथों के अनुसार, देव और दानवों में द्वन्द्व हुआ करते थे। अमृत की तलाश में दोनों ने समुद्र मंथन किया था। मंथन के दौरान समुद्र से अनेक बहुमूल्य चीजें सामने आईं। इनमें से मुख्य मां लक्ष्मी थीं, जो दूधिया समुद्र के राजा की बेटी थी और कार्तिक मास की अमावस्या के दिन समुद्र से निकली थीं। बाद में उसी वर्ष वैसी ही अंधेरी रात में उनका विवाह भगवान विष्णु से हुआ। ढेरों चमचमाते दीपों को पंक्तिबद्ध सुसज्जित कर तब से इस पवित्र अवसर को मनाया जाता है। इस त्यौहार पर घर को दीये और मोमबत्तियों से सजाकर मनाने की परम्परा है।

वापसी पांडवों की

महाभारत में इस बात का जिक्र है कि कौरवों से चौसर के खेल में हारने के बाद पांडव 12 वर्ष के वनवास के लिए गए थे और कार्तिक अमावस्या के दिन वनवास से वापस आए थे। पांचों पांडव और पत्नी द्रोपदी के हस्तिनापुर वापस आने पर उनका स्वागत वहां की प्रजा ने पूरे राज्य को दीपों से सजाकर किया था।

ऐसे पधारेंगी लक्ष्मी

वास्तु के अनुसार घर में रोशनी का काफी महत्व है। दिवाली पर दीए जलाने का सकारात्मक असर होता है और घर में सौभाग्य बढ़ता है। वास्तु के अनुसार दिवाली की पूजा उत्तर–पूर्व की ओर मुंह करते हुए की जानी चाहिए। यहां ऐसे ही कुछ अन्य टिप्स दिए जा रहे हैं।

- दीए जलने के लिए सबसे अच्छी दिशा उत्तर–पूर्व है। यदि यह दिशा अंधेरे में रोशन रहे तो घर के सभी सदस्यों के लिए सौभाग्यशाली होती है।
- मेन एंट्रेंस पर दीए जरूर जलाने चाहिए। घर में सौभाग्य का आगमन मुख्य द्वार से ही होता है।
- यदि आप अपने काम से पहचान बनाना चाहते हैं तो दक्षिणी क्षेत्र में लाल दीए या लाल मोमबत्ती जलाएं।

वामन अवतरण

भागवत पुराण(श्रीमद् भागवत) में इस बात की जानकारी मिलती है कि दिवाली के दिन भगवान विष्णु ने पांचवें वामन अवतरण में त्रेता युग में राजा बलि की कैद से अन्य देवताओं के साथ ही मां लक्ष्मी को बंधन मुक्त कराया था। बंधन मुक्त होने के बाद लक्ष्मी के साथ ही देवता क्षीरसागर में चले गए। बलि शक्तिशाली असुर राजा था और उसने स्वर्ग व पृथ्वी पर कब्जा कर रखा था। भगवान ब्रह्मा के वरदान के कारण बलि अजेय था। यहां तक कि देवता भी उसे परास्त करने में असमर्थ थे। राजा के रूप में बलि बहुत दानी भी था। विष्णु भगवान वामन रूप लेकर बलि से दान लेने पहुंचे। बलि ब्राह्मण का आग्रह ठुकरा न पाए। विष्णु ने चतुरता से बलि से तीन पग धरती मांग कर उसका साम्राज्य और धन–सम्पत्ति भी ले ली। दिवाली भगवान विष्णु द्वारा महाबलि को पराजित करने के रूप में भी मनाई जाती है।

भगवान राम की वापसी

भगवान राम(त्रेता युग में विष्णु के अवतार) ने रावण का अंत कर लंका पर विजय प्राप्त की थी। 14 वर्ष के वनवास और लंका विजय के बाद कार्तिक मास की अमावस्या को वे पत्नी सीता और छोटे भाई लक्ष्मण के साथ राजधानी अयोध्या वापस लौटे। अपने प्रिय राजा के वापस आने पर अयोध्यावासियों ने दीपमाला संजो कर बड़े उल्लास से उनका स्वागत किया। समय के साथ इस उत्सव ने दिवाली का रूप ले लिया।

दो पुण्यात्माओं का निर्वाण

जैन धर्म में दिवाली वर्धमान महावीर (जैनियों के 24वें व आखिरी तीर्थंकर और जैन धर्म के संस्थापक) के निर्वाण दिवस के रूप में मनाई जाती है। साथ ही दिवाली को उस शुभ अवसर का प्रतीक भी माना जाता है, जब कार्तिक मास की अमावस्या को हिन्दुत्व के महान संशोधक स्वामी दयानंद सरस्वती ने निर्वाण प्राप्त किया।

विक्रमादित्य का राजतिलक

भारत के प्रसिद्ध सम्राट विक्रमादित्य बुद्धिमत्ता, वीरता और दानशीलता के लिए प्रसिद्ध थे। शकों पर उनकी विजय के बाद दिवाली के दिन उनका राज्यतिलक हुआ। इसे बहुत बड़े उत्सव के रूप में मनाया गया, जो आज भी हर साल मनाया जाता है। महान हिन्दू राजा विक्रमादित्य की स्मृति में विक्रम संवत चला।

सिखों का खास दिन

सिखों के लिए दिवाली का खास महत्व है, क्योंकि सिखों के तीसरे गुरु अमर दास जी ने सभी सिखों को गुरु का आशीर्वाद प्राप्त करने के लिए एक जगह एकत्र किया था। इस अवसर पर उन्होंने प्रकाश के इस पर्व की शुरुआत की। इसके अलावा साल 1619 में दिवाली के ही दिन सिखों के छठे, गुरु हरगोबिंद सिंहजी, जिन्हें मुगल बादशाह जहांगीर ने ग्वालियर के किले में बंदी बनाकर रखा था, को 52 अन्य हिन्दू राजाओं के साथ मुक्त कर दिया था। साल 1577 में दिवाली के ही दिन अमृतसर में पवित्र स्वर्ण मंदिर की नींव रखी गई थी।

नरकासुर का नाश

नरकासुर नामक दैत्य ने अपनी शक्ति से इंद्र, वरुण, अग्नि, वायु आदि देवताओं को परेशान कर दिया था। वह संतों ओर महिलाओं पर भी बहुत अत्याचार करता था। उसने 16 हजार स्त्रियों को बंदी बना रखा था। जब उसका अत्याचार बहुत ज्यादा बढ़ गया तो देवता विष्णु की शरण में गए। विष्णु ने उन्हें नरकासुर से मुक्ति दिलाने का आश्वासन दिया। नरकासुर को स्त्री के हाथों मरने का श्राप मिला था। द्वापर युग में भगवान विष्णु ने कृष्ण का अवतार लिया। उन्होंने अपनी पत्नी सत्यभामा को सारथी बनाया और उन्हीं की सहायता से नरकासुर का वध किया। कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी को नरकासुर का वध किया गया था। इस खुशी में दूसरे दिन अर्थात् कार्तिक मास की अमावस्या को लोगों ने अपने घरों में दीपक जलाए। तभी से नरक चतुर्दशी और दिवाली का त्योहार मनाया जाने लगा।

दीप की महत्ता

भगवान कृष्ण ने कहा है, 'मैं पुरियों में द्वारकापुरी, ऋतुओं में वसंत, माहों में कार्तिक, तिथियों में एकादशी और वृक्षों में पीपल हूं।' इसीलिए कार्तिक माह सभी माहों में श्रेष्ठ कहा गया है। कार्तिक माह में ही एकादशी के दिन भगवान विष्णु अपनी निद्रा त्यागते हैं। इस माह में सभी नदियां ऋतुस्राव से निवृत्त होकर पूर्णतः शुद्ध हो जाती हैं। अतः राधा–कृष्ण के महारास के समय इनके अंश से उत्पन्न विष्णुपदी गंगा में माहपर्यंत स्नान और अर्घ्य का पर्व आरम्भ हो जाता है। कार्तिक माह में गंगा अथवा गण्डकी नदी में स्नान सर्वाधिक पुण्य फलदायी होता है। गंगा और तुलसी में दीप–दान करने से प्राणी भवसागर से मुक्त हो जाता है। कार्तिक ही ऐसा माह है, जिसमें केवल तुलसी नाम का उच्चारण करने से ही जीव भवबंधन से परे हो जाते हैं। इस माह में तुलसी पूजन और सांध्यकालीन प्रदोषवेला में इनके समीप दीप जलाना अत्यधिक शुभ होता है। चातुर्मास की अवधि समाप्त होने पर जब सूर्य अपनी तुला राशि की यात्रा पर होते हैं तो देवप्राण बिलकुल क्षीण हो जाते हैं। सूर्य का तेज कम हो जाता है। इस अवधि के मध्य देवताओं की शक्तियां पहले से ही कमजोर पड़ जाती हैं। इन्हीं आसुरी शक्तियों से मुक्ति पाने के लिए प्राणी उनकी प्रिया तुलसी का भजन–पूजन और दीप–दान माह पर्यंत करते हैं। तरह–तरह के मंगलगान करने से नारायण प्रसन्न होकर अपनी प्रिय तिथि एकादशी को निद्रा त्यागते हैं। भावविभोर सभी भक्त विष्णु की आराधना करके हरिप्रिया तुलसी का विवाह पुनः उत्सव स्वरूप करते हैं।

आर्किटेक्चरल ट्रेवल गाइड्स का विमोचन

उदयपुर। महाराणा मेवाड़ चेरिटेबल फाउंडेशन के अध्यक्ष एवं प्रबंध न्यासी अरविन्द सिंह मेवाड़ ने 'इंडियन आर्किटेक्चरल ट्रेवल गाइड्स : यूडीआर उदयपुर' पुस्तक का हाल ही विमोचन किया। इस अवसर पर पुस्तक लेखिका डॉ. शिखा जैन एवं लेखक डॉ. मयंक गुप्ता उपस्थित थे। उदयपुर पर लिखी यह गाइड बुक पर्यटकों को मेवाड़ की कला और शहर की वास्तुकला से रू-ब-रू कराएगी। पुस्तक में स्थापत्य कला की शैलियां एवं वास्तुशिल्प शामिल हैं। उदयपुर गाइड बुक में उदयपुर शहर की स्थापना और 16वीं सदी से 21वीं सदी तक के विकास को दर्शाया गया है। पुस्तक में शहर के हेरिटेज मार्गों और उदयपुर की जीवंत विरासतों को मेप, चित्र व जानकारियों के साथ डिजाइन किया गया है। पुस्तक उदयपुर के पारम्परिक पहनावे, तीज-त्यौहारों, ऐतिहासिक व सुप्रतिष्ठित स्मारकों, जल निकायों आदि के बारे में प्रमुख सचित्र जानकारी देती है।

राष्ट्रीय उपाध्यक्ष सिखवाल का सम्मान

उदयपुर। विप्र फाउण्डेशन के राष्ट्रीय अध्यक्ष महावीर प्रसाद शर्मा द्वारा उदयपुर के राधेश्याम सिखवाल को राष्ट्रीय उपाध्यक्ष मनोनीत करने पर उनका विप्र फाउण्डेशन युवा प्रकोष्ठ सेवाश्रम कार्यालय पर सम्मान किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि प्रदेशाध्यक्ष के. के. शर्मा, युवा प्रकोष्ठ प्रदेशाध्यक्ष नरेन्द्र पालीवाल, प्रदेश महामंत्री लक्ष्मीकांत जोशी, शहर जिलाध्यक्ष त्रिभुवन व्यास, महामंत्री गोविन्द पालीवाल, प्रदेश संगठन मंत्री राजेश पालीवाल एवं शहर जिलाध्यक्ष राजकुमार मेनारिया आदि पदाधिकारी मौजूद थे। सिखवाल ने तन-मन-धन से विप्र बन्धु-बहिनों की सेवा का संकल्प व्यक्त किया।

पीएमसीएच को एनएबीएच मान्यता

उदयपुर। भीलों का बेदला स्थित पेसिफिक मेडिकल कॉलेज एवं हॉस्पीटल उदयपुर को नेशनल एक्रेडिट्रेशन बोर्ड फॉर हॉस्पिटल्स एण्ड हेल्थकेयर प्रोवाइडर्स (एनएबीएच) से मान्यता मिल गई है। पीएमसीएच के चेयरमैन राहुल अग्रवाल, प्रीति अग्रवाल, एक्जीक्यूटिव डायरेक्टर अमन अग्रवाल, सीईओ शरद कोठारी, ग्रुप डायरेक्टर मेडिकल सर्विसेज डॉ. दिनेश शर्मा एवं मेडिकल अधीक्षक डॉ. आर के सिंह ने इसे बड़ी उपलब्धि बताते हुए प्रसन्नता व्यक्त की है। राहुल अग्रवाल ने बताया कि एनएबीएच ने यह मान्यता मरीजों के प्रति गुणवत्तापूर्ण देखभाल, नैतिक व्यवहार, निरंतरता और प्रतिबद्धता के चलते दी है।

सिंघल एमसीएमएस के चेयरमैन बने

उदयपुर। स्किल काउंसिल फॉर माईनिंग सेक्टर (एससीएमएस) की आठवीं वार्षिक आम बैठक और खनन क्षेत्र के लिए कौशल परिषद के संचालन बोर्ड की 32वीं बैठक में वॉलकेम इण्डिया लि. उदयपुर के प्रबंध निदेशक अरविन्द सिंघल को एससीएमएस का नया चेयरमैन मनोनीत किया गया है। सिंघल वर्तमान चेयरमैन पी. के. सतपथी का स्थान लेंगे। एससीएमएस फैडरेशन ऑफ इण्डियन मिनरल इण्डस्ट्रीज, नई दिल्ली (फिमी) द्वारा प्रचारित एवं खान मंत्रालय द्वारा समर्थित है।

सावंत ने संभाला कार्यभार

जयपुर। भारतीय प्रशासनिक सेवा के 1995 बैच के अधिकारी भास्कर ए सावंत ने राजस्थान राज्य विद्युत प्रसारण निगम लिमिटेड के अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक एवं डिस्कॉम अध्यक्ष का पद भार गत दिनों ग्रहण किया। इससे पूर्व सावंत कृषि, कॉपरेटिव, अरबन डवलपमेन्ट, स्कूल एजुकेशन, कार्मिक, वित्त, रोडवेज जैसे महत्वपूर्ण विभागों में कार्य कर चुके हैं।

जोशी द्वारा आईवीएफ सेंटर का उद्घाटन

जयपुर। विधानसभा अध्यक्ष डॉ. सी. पी. जोशी जोशी ने कहा कि राज्य की अशोक गहलोत सरकार स्वास्थ्य के आधारभूत ढांचे को मजबूती देने का कार्य कर रही है। गत दिनों इंदिरा आईवीएफ फर्टिलिटी के गया (बिहार) में स्थापित 101वें सेंटर का वर्चुअल शुभारंभ करते हुए उन्होंने ये विचार व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि वर्ष 2011 में उदयपुर से प्रारंभ यह सेंटर अब देशभर में अपनी पहचान बना रहा है। उन्होंने इन्दिरा आईवीएफ के संस्थापक डॉ. अजय मुर्डिया और श्रीमती इंदिरा मुर्डिया का भी आभार जताया। कार्यक्रम के विशिष्ठ अतिथि चिकित्सा मंत्री डॉ. रघु शर्मा थे। कार्यक्रम में निदेशक क्षितिज मुर्डिया और नितिज मुर्डिया ने संस्थान की ओर से दी जा रही आधुनिकतम सुविधाओं और तकनीक के बारे में विस्तार से बताया।

पंकज गंगावत अध्यक्ष

उदयपुर। उदयपुर मार्बल एसोसिएशन के चुनाव में पंकज गंगावत को अध्यक्ष निर्वाचित किया गया। चुनाव अधिकारी बी आर भाटी ने बताया कि गंगावत 93 वोट से उपाध्यक्ष पद पर राजेन्द्र मोर 115 वोट और कोषाध्यक्ष पद पर कुलदीप जैन 653 वोट से विजेता रहे।

शशिकांत शर्मा नर्सिंग काउंसिल के रजिस्ट्रार बने

जयपुर। राजस्थान नर्सिंग काउंसिल के रजिस्ट्रार पद पर डॉ. शशिकांत शर्मा ने 8 अक्टूबर को पदभार ग्रहण किया। इस मौके पर राजस्थान प्राइवेट नर्सिंग स्कूल एंड कॉलेज फेडरेशन के प्रदेश उपाध्यक्ष विमल मीणा, प्राइवेट फिजियोथेरेपी नर्सिंग एंड पैरामेडिकल इंस्टीट्यूटशन सोसायटी ऑफ जयपुर के प्रदेश सचिव दिलीप तिवारी, राजस्थाान नर्सिंग एसोसिएशन के प्रदेशाध्यक्ष प्यारेलाल चौधरी, कार्यकारी प्रदेश अध्यक्ष नरेन्द्र सिंह शेखावत, प्रदेश महामंत्री सुनील शर्मा, प्रदेश उपाध्यक्ष प्रेमलता चौधरी, राजस्थान नर्सिंग ट्यूटर एसोसिएशन के प्रदेशाध्यक्ष दाताराम यादव, नर्सिंग टीचर एसोसिएशन ऑफ इंडिया, राजस्थान के प्रदेशाध्यक्ष पुरुषोत्तम कुंभज, राजस्थान संविदा नर्सेज एसोसिएशन के प्रदेशाध्यक्ष गिरिश शर्मा, राजस्थान प्राइवेट लिमिटेड एसोसिएशन के प्रदेश अध्यक्ष राजेन्द्र शर्मा, राजस्थान वूमन वेलफेयर ऑर्गेनाइजेशन की प्रदेश अध्यक्ष विनिता शेखावत, राजस्थान प्राइवेट नर्सेज एसोसिएशन के प्रदेश अध्यक्ष रविन्द्र चौधरी एवं महासचिव संदीप यादव, राजस्थान स्टूडेंट नर्सेज एसोसिएशन के प्रदेश अध्यक्ष प्रहलाद खटाना सहित नर्सेज यूनियनों के पदाधिकारी मौजूद थे।

प्रत्यूष
प्रत्यूष पत्रिका में विज्ञापन देने के लिए सम्पर्क करें
75979 11992, 94140 77697

जे.के.टायर एण्ड इण्डस्ट्रीज लिमिटेड

जेकेग्राम, कांकरोली (राज.)

दीपावली

के शुभ अवसर पर हार्दिक शुभकामनाएं

JK TYRE & INDUSTRIES LTD.

MEMBER J.K. ORGANISATION

SELECTED Superbrand INDIA 2009-10 CONSUMER VALIDATED

संयुक्त राष्ट्र महासभा के मंच से मोदी की चेतावनी

आतंक पालने वाले सुधर जाएं

प्रधानमंत्री ने सितम्बर में अपनी अमेरिकी यात्रा में संयुक्त राष्ट्र की प्रासंगिकता पर सवाल उठाया। उन्होंने साफ कहा कि इस संस्था पर आज कई तरह के सवाल खड़े हो रहे हैं। जिन्हें हमने पर्यावरण और कोविड के दौरान देखा है। दुनिया के कई हिस्सों में चल रहे छद्म युद्ध, आतंकवाद और अभी अफगानिस्तान के संकट ने इस सवाल को और गहरा कर दिया है। चार दिन के अमेरिकी दौरे में उन्होंने विश्व के कई नेताओं और कॉरपोरेट हस्तियों के साथ बैठक भी की।

सतीश शर्मा

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की अमेरिकी यात्रा काफी फलदायी कही जा सकती है। उनका यह दौरा मूल रूप से संयुक्त राष्ट्र महासभा के 76वें सत्र की बैठक में संबोधन के लिए था, जहां विश्व के शताधिक राष्ट्राध्यक्षें अथवा उनके प्रतिनिधियों ने संयुक्त राष्ट्र मंच से बदलते परिदृश्य में अपने विचार रखे। पिछले डेढ़-दो वर्ष में देश और दुनिया में हालात काफी बदल गए हैं। दुनिया अत्यंत महत्वपूर्ण मोड़ पर खड़ी है। ऐसे अवसर बहुत कम आते हैं, जब दुनिया के छोटे-बड़े देशों के अधिकतर नेता आमने-सामने एक दूसरे के विचार सुनते हैं, ये विचार एक तरह से उनके देश की जनता का सुख-दु:ख ही होते हैं। अमेरिका में जो बाइडेन के राष्ट्रपति निर्वाचित होने के बाद वहां के राजनैतिक समीकरण बदल गए हैं, तो अफगानिस्तान में अमेरिकी सेना की वापसी के साथ ही लोकतांत्रिक सरकार की अपदस्थगी और तालिबान का सत्ता में आना विश्व समुदाय के लिए एक बड़ी चिंता का कारण बन गया है। चीन अपनी विस्तारवादी नीति की जड़ें रोपने के लिए ताक लगाए बैठा है। उसके छुटभैया पाकिस्तान को भी लग रहा है कि वह अब चीन की पीठ पर बैठ तालिबानी कंधों से बंदूक चलाकर कश्मीर में फिर से गड़बड़ी, घुसपैठ और रक्तपात के व्यापक अवसर पा लेगा। पाकिस्तान को ऐसे दिवास्वप्न देखना महंगा ही पड़ेगा। ऐसे में अमेरिका, ब्रिटेन, जापान और आस्ट्रेलिया के साथ भारत को शामिल करके चार देशों का जो 'क्वाड' नामक चतुर्गुट बना है, वह विश्व के बदलते परिदृश्य में

हैरिस-मोदी वार्ता

प्रधानमंत्री ने बाइडेन से भेंट के पूर्व 23 सितम्बर को अमेरिकी उपराष्ट्रपति कमला हैरिस के साथ बैठक की। इस दौरान दोनों नेताओं ने भारत-अमेरिका रणनीतिक साझेदारी को और मजबूत करने का फैसला किया और लोकतंत्र, अफगानिस्तान व हिंद-प्रशांत के लिए खतरों सहित साझा हित के वैश्विक मुद्दों पर चर्चा की। हैरिस ने कहा कि पाकिस्तान में आतंकवादी संगठन सक्रिय हैं। उन्होंने पाकिस्तान से कार्रवाई करने को कहा ताकि इससे (आतंकवाद संगठनों से) अमेरिका और भारत की सुरक्षा पर कोई असर न पड़े। उन्होंने इस तथ्य को भी स्वीकारा कि भारत कई दशकों से आतंकवाद से पीड़ित रहा है और ऐसे आतंकवादी समूहों के लिए पाकिस्तान के समर्थन पर लगाम लगाने और बारीकी से निगरानी करने की जरूरत है। लोकतंत्र की बात उठाते हुए हैरिस ने कहा कि लोकतंत्र की रक्षा करना दोनों देशों का दायित्व है और यह दोनों देशों के लोगों के लिए सर्वोत्तम हित में है। यहां यह उल्लेखनीय है कि भारतीय मूल से ताल्लुक रखने वाली कमला हैरिस विगत वर्षों में नरेन्द्र मोदी सरकार की कड़ी आलोचक रही हैं। एक डेमोक्रेटिक सीनेटर के रूप में उन्होंने जम्मू-कश्मीर को विशेष राज्य का दर्जा देने वाले अनुच्छेद 370 को रद्द करने के कदम का विरोध किया था। इस विशेष दर्जे को जिस तरह से अप्रभावी किया गया, उस पर उन्हें आपत्ति थी। इसके अलावा नागरिकता (संशोधन) अधिनियम (सीएए) के तहत गैर मुस्लिम शरणार्थियों को ही भारतीय नागरिकता देने के प्रावधान के भी वह खिलाफ थीं। ऐसे में प्रधानमंत्री से उनकी भेंट और विचारों का आदान-प्रदान भी महत्वपूर्ण कहा जा सकता है।

संरा में सुधार की जरूरत

प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत काफी समय से संयुक्त राष्ट्र में सुधार की मांग करता रहा है। अभी इसकी ज्यादातर संस्थाओं में विकसित देशों का प्रभुत्व दिखता है फिर चाहे महासभा हो या सुरक्षा परिषद, सुधारों की जरूरत हर जगह नजर आती है। मसलन, महासभा जो प्रस्ताव पारित करती है, वे बाध्यकारी नहीं होते हैं। यह बड़ी कमजोरी है।

संरा सुरक्षा परिषद एवं एनएसजी

व्हाइट हाउस में 24 सितम्बर को राष्ट्रपति बाइडेन–मोदी मुलाकात में अमेरिकी वीजा का मुद्दा उठा ही, संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद और परमाणु आपूर्तिकर्ता समूह में भारत की स्थायी सदस्यता को लेकर अमेरिका का समर्थन मिल गया। अमेरिकी राष्ट्रपति बाइडेन के समर्थन से भारत के प्रयासों को प्रोत्साहन मिला है, जो स्थायी सदस्य के रूप में संयुक्त राष्ट्र के इस उच्च और महत्वपूर्ण अंग में स्थान के लिए दावा जता रहा है। बाइडेन ने जानकारी साझा करने और उन्नत सैन्य प्रौद्योगिकियों के सहयोग को मजबूत करने जैसी कई ऐसी बातें कही हैं, जिससे उन्होंने भारत को प्रमुख रक्षा भागीदार माना है।

रणनीतिक रूप से अत्यंत महत्वपूर्ण साबित हो सकता है। प्रधानमंत्री ने यात्रा के दौरान संयुक्त राष्ट्र की प्रासंगिता का सवाल भी उठाया। मोदी के 23 सितम्बर को वाशिंगटन पहुंचने पर भारतीय अमरीकी समुदाय ने उनका गर्मजोशी से स्वागत किया।

अमेरिका से रक्षा सौदे

प्रधानमंत्री मोदी के यहां पहुंचते ही उनकी अमेरिकी कंपनियों के प्रमुखों के साथ मुलाकात को भारत में पूंजी निवेश और रक्षा परियोजनाओं के लिहाज से अहम बताया जा रहा है। अमेरिका की जनरल एटॉमिक्स कंपनी खतरनाक प्रीडेटर ड्रोन की निर्माता है और भारत ने ऐसे 30 ड्रोन खरीदने का मन बनाया हुआ है। कम्पनी इसके लिए तकनीकी सहायता भी उपलब्ध कराएगी। इसके लिए भारत तीन अरब डॉलर यानि करीब 22 हजार करोड़ रुपए खर्च करेगा। सेना के तीनों अंगों के लिए 10–10 प्रीडेटर ड्रोन खरीदे जाने हैं। यह ड्रोन हवा में लगातार 35 घंटे तक उड़ान भर सकता है। यह 50 हजार फीट की ऊंचाई पर तीन हजार किमी तक सफर कर सकता है। इस पर खतरनाक मिसाइलें लगाई जा सकती हैं। इसके अलावा कई अन्य रक्षा मसलों पर चर्चा भी हुई हैं, जिसके परिणाम आने वाले दिनों में दिखेंगे।

व्यापार नीति मंच के पुनर्गठन की उम्मीद

भारत–अमेरिका को 2021 के अंत से पहले भारत–अमेरिका व्यापार संबंधी नीति मंच के पुनर्गठन की उम्मीद है, जिसका मकसद व्यापार चिंताओं का समाधान कर द्विपक्षीय संबंधों को आगे बढ़ाना है। 2021 के अंत तक दोनों देशों के बीच व्यापार नीति तय हो सकती है। एक प्रमुख रक्षा भागीदार के रूप में अमेरिका ने भारत के प्रति अपनी अटूट प्रतिबद्धता की पुष्टि की है।

क्या कहते हैं जानकार

अप्रत्यक्ष तौर पर यह साफ है कि चीन का नाम लिए बिना जिस तरह सुरक्षा विषयों पर सहयोग करने की बात हुई है उससे पश्चिमी देशों के साथ भारत के रिश्ते मजबूत होंगे। क्वॉड देशों के साथ भारत के रिश्ते मजबूत होंगे। क्वॉड देशों ने कभी भी चीन का नाम नहीं लिया है, लेकिन इतना जरूर है कि क्वॉड में होना भारत के लिए हर लिहाज से बेहतर है।

जी पार्थसारथी, पूर्व राजनयिक

भारत यह राय रखने में कामयाब रहा कि जो देश आतंकवाद का सहारा ले रहे हैं, उन्हें यह समझना होगा कि आतंकवाद उनके लिए भी उतना ही बड़ा खतरा है। अफगानिस्तान की धरती का इस्तेमाल आतंकवाद फैलाने और आतंकी हमलों के लिए न हो और पाकिस्तान उसका लाभ न ले सके।

श्याम सरन,
पूर्व विदेश सचिव

आतंकवाद पर करारा हमला

प्रधानमंत्री का 25 सितम्बर को संयुक्त राष्ट्र में दिया गया भाषण न सिर्फ साहसिक और बेबाक था, उन देशों के लिए एक तरह से चुनौती भरा भी था, जो भारत पर वक्र दृष्टि रखते आए हैं। प्रधानमंत्री ने इशारों–इशारों में ही महासभा के मंच से आतंकवाद को लेकर पाकिस्तान पर करारा हमला बोला। उन्होंने कहा कि आतंक पालने वाले सुधर जाएं। आतंकवाद का राजनीतिक उपकरण के तौर पर इस्तेमाल करने वाले देश भूल रहे हैं कि यह उनके लिए भी खतरा बनेगा। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में कहा कि यह सुनिश्चित करना जरूरी है कि अफगानिस्तान की जमीन का इस्तेमाल आतंकवाद फैलाने के लिए न हो। हमें सर्तक रहना होगा कि वहां की मौजूदा स्थितियों का फायदा कोई अपने लिए न उठाए। उन्होंने कहा, विश्व के सामने रूढीवादी सोच और चरमपंथ का खतरा बढ़ रहा है। इसे एक जुट होकर रोकना ही होगा। पूरे विश्व को विकास के लिए विज्ञान आधारित, तार्किक और प्रगतिशील सोच को आधार बनाना चाहिए। विज्ञान आधारित दृष्टिकोण को मजबूत करने के लिए भारत अनुभव आधारित 'लर्निंग' को बढ़ावा दे रहा है। प्रधानमंत्री ने समुद्री स्वतंत्रता पर चीन का नाम लिए बिना उसे जमकर लताड़ा। उन्होंने कहा कि हिंद–प्रशांत क्षेत्र को विस्तार से बचाना होगा। भारत विकास करेगा तो दुनिया विकास करेगी।

प्रत्यूष
प्रत्यूष पत्रिका में विज्ञापन देने के लिए सम्पर्क करें
75979 11992, 94140 77697

अवनि लेखरा : हौसलों की उड़ान

टोक्यो पैरालंपिक में भारत की नई स्वर्ण सनसनी बनी अवनि लेखरा। इन्हें 2021 में हुई एक कार दुर्घटना के बाद व्हीलचेयर का सहारा लेना पड़ा, क्योंकि पैर हिल डुल नहीं पाते थे लेकिन यह हादसा उन्हें और उनके परिवार के इरादों को जरा भी नहीं डिगा सका। अवनि की रीढ़ की हड्डी में गंभीर चोट थी। हालांकि यह चोट उनके हौसलों को नहीं डिगा पाई। पिता के प्रोत्साहन पर उन्होंने निशानेबाजी शुरू की।पूर्व ओलंपिक निशानेबाज सुमा शिरूर की देखरेख में वे प्रशिक्षण लेने लगीं और 10 मीटर एअर राइफल स्टैंडिंग एचएस1 में 246.6 अंक के कुल स्कोर से टोक्यो में पैरालंपिक खेलों में स्वर्ण पदक जीतने वाली भारत की पहली खिलाड़ी बन गई। जयपुर निवासी 19 साल की इस निशानेबाज ने टोक्यो में पैरालंपिक का नया रिकॉर्ड भी बनाया और विश्व रिकॉर्ड की बराबरी भी की।कोरोना के कारण उनकी पैरालंपिक तैयारियों पर असर पड़ा, उनके लिए जरूरी फिजियोथेरेपी दिनचर्या सबसे ज्यादा प्रभावित हुई। 'रीढ़ की हड्डी की चोट के कारण कमर के निचले हिस्से में उन्हें कुछ महसूस नहीं होता लेकिन फिर भी हर दिन उन्हें पैरों का व्यायाम करना होता है।' उनके अनुसार एक फीजियो रोज घर आकर व्यायाम में मदद करते थे और पैरों की स्ट्रेचिंग करवाते थे। लेकिन कोविड-19 के बाद से माता-पिता व्यायाम में मेरी मदद करते हैं। वे जितना बेहतर कर सकते हैं, करते हैं।' वर्ष 2015 में राइफल उठाने के बाद लेखरा ने राज्य और राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिताओं में काफी अच्छा प्रदर्शन किया और फिर कामयाबी की वह यात्रा शुरू हुई जिसमें उन्होंने खेल के शीर्ष स्तर पर सबसे बड़ा इतिहास रच दिया। उन्होंने कहा, 'मैं स्वर्ण पदक जीतकर बहुत खुश हूं। मैं इस अहसास को बया नहीं कर सकती। मुझे ऐसा लग रहा है जैसे कि मैं दुनिया में शीर्ष पर हूं।' उन्होंने कहा, मुझे आगे और स्पर्द्धाओं में भाग लेना है तथा और पदक जीतने हैं। उल्लेखनीय है कि अवनि ने 2017 में बैंकाक में डब्ल्यूएसपीएस विश्व कप में कांस्य पदक जीता। इसके बाद उन्होंने क्रोएशिया में 2019 में और संयुक्त अरब अमीरात में हुए अगले दो विश्व कप में इस पदक का रंग बेहतर करते हुए रजत पदक अपने नाम किए।

प्रस्तुति : प्रिशा शर्मा

सबसे पुराने इंसानी पदचिह्न

अमेरिका में अब तक के सबसे पुराने मानव पदचिह्न खोजे गए हैं। विशेषज्ञों के मुताबिक, यह करीब 23,000 साल पुराने हैं। अभी तक ऐसा माना जाता था कि अमेरिकी महाद्वीप पर इंसानों की चहलकदमी करीब 13 से 16 हजार साल पहले शुरू हई थी। लेकिन मेक्सिकों में खोजे गए हालिया इंसानी पैरों के निशान इस बात की पुष्टि करते हैं कि इस महाद्वीप पर इंसान पूर्व अनुमान से भी दस हजार साल पहले मौजूद थे। बॉर्नमाउथ विश्वविद्यालय के विशेषज्ञों ने इन निशानों के अध्ययन के बाद यह दावा किया है। ब्रिटेन और अमेरिका के पुरातत्व विदों ने अलकाली फ्लैट नाम की सूखी हुई झील में इंसानी पैरों के निशान के आधार पर यह खोज की है।

रेडियोकार्बन डेटिंग की ली मदद

न्यू मैक्सिकों में मिले इन निशानों का अमेरिकी जियॉलॉजिकल सर्वे के विशेषज्ञों ने रेडियोकार्बन डेटिंग की मदद से अध्ययन किया। अध्ययन के परिणामों में विशेषज्ञों ने पाया कि यहां पाए गए निशान अब तक मिले इंसानी पैरों के निशान से कहीं ज्यादा पुराने हैं। उन्होंने कहा कि ये 23 हजार साल पहले के हैं। उस समय उत्तरी अमेरिका का ज्यादातर हिस्सा बर्फ से ढका हुआ था।

Happy Diwali

FS bE

Your Trust Our Passion...

FIVE STAR BUILD ESTATE PVT. LTD.

A Real Estate & Construction

27, Ist Floor, Diamond Plaza, Opp. Choudhary Hospital,
Hiran Magri, Sec. 4, Udaipur (Raj.) 313002
Email: devvardar@gmail.com,
Mob.: 98295-62167, Ph.: 0294-2461186 (R)

Praman
Construction Pvt. Ltd.

Hemraj Vardar

Office: 9, Five Star Complex, Near Kumbha Nagar,
Hiran Magri, Sector No. 4, Udaipur-313001 (Raj.)
Telefax: 0294- (O) 2461648, (R) 2461186,
Mobile: 98299-48186
Email: pcpl.udaipur@gmail.com

Sister Concern:

D.V. CONSULTING STRUCTURAL ENGINEERS

Expert in Structure Design with Etabs, Safe, Sap, Staad
Email: dvardar@gmail.com

विज्ञान की कुछ मज़ेदार बातें

पृथ्वी पर जो भी हलचल है, उसके पीछे कोई न कोई वैज्ञानिक कारण तो है ही। हम रात को सोते हैं, सुबह स्वतः नींद खुल जाती है। हम चाहकर भी लगातार कई दिनों तक सोए नहीं रह सकते। यदि कारण खोजेंगे तो उत्तर विज्ञान ही देगा। जानिए ज़िंदगी से जुड़ी ऐसी ही कुछ बातों के बारे में।

देवेन्द्र मेवाड़ी

पेंग्विन तो समुद्री जीव है। ये अधिकतर दक्षिणी ध्रुव की ओर ही क्यों पाए जाते हैं? हिन्द महासागर या अरब सागर में क्यों नहीं आ पाते?

यह सच है कि उनका आधा समय जमीन और आधा समय समुद्र में बीतता है। लेकिन उनके रहने के लिए अनुकूल तापमान भी चाहिए। दरअसल वे अंटार्कटिक की कड़ाके की ठंड में बर्फ में ज्यादा रहते हैं। अंटार्कटिक महासागर का पानी बेहद ठंडा होता है, इसलिए वे उससे ज्यादा गर्म पानी वाले सागरों में नहीं रह पाते। उनका काला रंग, सूरज की गर्माहट को सोखने में मदद करता है।

सुबह होते ही चिड़िया क्यों चहचहाने लगती हैं?

इसलिए कि वे अपनी बात कहना चाहती हैं। उनकी बात वे ही समझती हैं। तभी तो कहते हैं – खग ही जाने खग की भाषा। लेकिन चहकती क्यों हैं, इस बात का पता वैज्ञानिकों ने लगा लिया है। जो चिड़िया चहकती हैं, वे ज्यादातर नर होती हैं। चहक कर मादा चिड़ियों को रिझाती हैं और दूसरी नर चिड़ियों को बताती हैं कि यह हमारा इलाका है, यहां कोई दूसरी नर चिड़िया न आए। रात का अंधेरा छंटने के बाद सुबह की बहती शीतल बयार और सूरज की गुनगुनी धूप में खुश होकर भी वे जरूर चहकती होंगी।

जब मच्छर काटते हैं तो उतनी पीड़ा नहीं होती, लेकिन जब मधुमक्खी डंक मारती है तो.....

मच्छर के मुंह पर एक लम्बी पतली सूंड होती है, जिससे वह हमारी त्वचा में छेद करता है। उसकी सूंड से कुछ रसायन हमारी त्वचा में छूटते हैं। इस कारण वहां पर खुजली के साथ दर्द होता है। मधुमक्खी के डंक पर उल्टे कांटे होते हैं, इसलिए डंक त्वचा में से बाहर नहीं निकलता। वह जोर लगाती है तो उसका आधा हिस्सा टूटकर अलग हो जाता है। मधुमक्खी के डंक मारने से कुछ रसायन त्वचा में छूट जाते हैं। इस कारण से वहां त्वचा सूज जाती है और हमें अधिक दर्द का एहसास होता है।

सुबह नहाने से सुस्ती क्यों दूर हो जाती है? इसमें पानी के तापमान की क्या भूमिका है?

पानी के तापमान की बड़ी भूमिका है। रात भर हमारा शरीर, उसके सभी अंग, सभी मांसपेशियां आराम करती हैं। जब हम सामान्य या कम तापमान वाले यानी ठंडे पानी से नहाते हैं, तो ठंडक से बचाने के लिए शरीर में खून को दौरा तेज हो जाता है। शिराओं, धमनियों में खून तेजी से दौड़ता है और शरीर के सभी अंगों तक पहुंच जाता है। शरीर जाग्रत हो जाता है और हमारी सुस्ती दूर हो जाती है। उस समय हम सांस भी तेज-तेज लेते हैं, इसलिए ऑक्सीजन भी भीतर अधिक ली जाती है।

रात के अंधेरे में डर क्यों लगता है?

अंधेरे में डर तो लगता है। छोटे ही क्या, बड़े भी अंधेरे से डरते हैं। मनोवैज्ञानिक कहते हैं, अगर बचपन में अंधेरे से न डरा जाए तो फिर बड़े होकर भी नहीं डरेंगे। लेकिन बचपन में डर क्यों लगता है? इसलिए कि तब मन में हजार विचार आते हैं? मन तरह-तरह की कल्पनाएं करता है। माता-पिता व दोस्तों से सुनी डरावनी कहानियां अंधेरे में फिर याद आने लगती हैं। भूत-प्रेत और राक्षसों की जो काल्पनिक कहानियां बच्चे सुनते हैं, उससे मन में डर बैठ जाता है।

बढ़ती उम्र के साथ बाल सफेद क्यों हो जाते हैं?

बुढ़ापे में बालों में काला रंग भरने वाला द्रव्य यानी पिग्मेंट मेलानिन कम हो जाता है। असल में बचपन और युवा अवस्था में जब बाल बढ़ते रहते हैं, तो उनकी जड़ों में मेलानिन पिग्मेंट की कोशिकाएं होती हैं, जो बालों के भीतर जाकर उन्हें काला रंग प्रदान करती हैं। ज्यों-ज्यों उम्र बढ़ती है तो बालों की जड़ में ये कोशिकाएं नष्ट होने लगती हैं।

घर में हमारे साथ कई और जीव भी रहते हैं। जिनका हमें पता भी नहीं लगता। कौन-से हैं वे जीव?

हमारे अलावा हमारे घर में रहते हैं - चूहे, तिलचट्टे, मच्छर, मक्खियां, छिपकलियां, मकड़ियां, चींटियां, खटमल, पिस्सू, जूं व अनगिनत बैक्टीरिया तथा वायरस। बैक्टीरिया और वायरस को हम नंगी आंखों से नहीं देख सकते। उनकी अपनी अदृश्य दुनिया है। उनमें से कई बैक्टीरिया हमारी मदद करते हैं जैसे, दूध को दही में बदल देते हैं। खमीर उठाते हैं। लेकिन इन्फ्लूएंजा का वायरस हमें जुकाम से पीड़ित कर देता है।

पत्रकारिता को नोबेल सम्मान

शांति के लिए दो पत्रकारों को नोबेल सम्मान हासिल होना स्वागत योग्य और अनुकरणीय है। आज दुनिया में जब अभिव्यक्ति पर संकट के बादल कुछ ज्यादा मंडरा रहे हैं, तब पत्रकारों का सम्मान वास्तव में पत्रकारिता का सम्मान है। फिलीपींस की पत्रकार मारिया रसा और रूस के पत्रकार दिमित्री मुराटोव को 2021 के नोबेल शांति पुरस्कार से नवाजा गया है। पत्रकारिता के लिए यह ऐसी कामयाबी है जिससे मीडिया की समग्र गुणवत्ता पर सकारात्मक असर पड़ेगा।

मारिया रसा अपने मूल देश फिलीपींस में सत्ता के दुरुपयोग, हिंसा और बढ़ती तानाशाही के खिलाफ अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता का उपयोग करती रही हैं। उन्होंने साल 2012 में खोजी पत्रकारिता के लिए एक डिजिटल मीडिया कंपनी की सह स्थापना की थी और अपने देश में ड्रग के खिलाफ कलम युद्ध चलाया, जिससे हजारों लोगों की जान बचाने में वह कामयाब हुईं। दूसरी ओर, रूसी पत्रकार दिमित्री आंद्रेयेविच मुराटोव ने *नोवाजा गजेटा* अखबार की सह-स्थापना की थी। उनका रूसी अखबार भ्रष्टाचार, सत्ता के दुरुपयोग, चुनावी धोखाधड़ी और ट्रोल अभियानों पर सवाल उठाते हुए कारगर पत्रकारिता को अंजाम देता रहा है। खास बात यह कि *नोवाजा गजेटा* के पत्रकारों को अलग-अलग ढंग से उत्पीड़न का सामना करना पड़ा है। इस अखबार ने सच्ची सूचना की राह में छह पत्रकार भी गंवाए हैं, जिसमें वह अन्ना पोलितकोवस्काजा भी शामिल हैं, जिन्होंने चेचन्या में युद्ध को अपनी लेखनी से बेपर्दा किया था। आज जब दुनिया में अधूरी सूचनाओं और फर्जी खबरों की बाढ़ आई हुई है, तब पत्रकारिता के सच्चे टापुओं को पहचानना बहुत जरूरी है।

प्रत्यूष

कैसा लगा यह अंक

इस अंक में कौन सा आलेख आपको ज्यादा पसंद आया।
आप किन विषयों पर आलेख पढ़ना ज्यादा पसंद करेंगे?
किस विषय पर आप हमें अपना मौलिक आलेख, शोध, कविता, कहानी भेजना चाहेंगे। कृपया हमें लिखें।
आपके रचनात्मक सुझावों का सदैव स्वागत होगा।

pankajkumarsharma2013@gmail.com

राजस्थान का शाही स्वाद

राजस्थान की आन, बान और शान तो निराली है ही, यहां के खान-पान विशेषकर दाल-बाटी, चूरमा का तो एक अलग अन्दाज़ और स्वाद है। ऐसी ही कुछ और शाही रेसिपी प्रस्तुत है, आपके लिए।

कविता राठौड़

जोधपुरी पुलाव

सामग्री : बासमती चावल 2 कप, ब्रेड 2, लौंग 2, नींबू का रस 2 चम्मच, घी 1 चम्मच, साबुत मसाले, सौंफ 1 चम्मच, जीरा 1 चम्मच, बड़ी इलायची 1, इलायची 1, साबुत काली मिर्च 1 चम्मच।

अन्य सामग्री : कटा प्याज 1, कटी गोभी आधा कप, आलू 1, मटर एक चौथाई कप, ब्रेड 4, दही आधा कप, अनार एक चौथाई कप, हल्दी पाउडर 1 चम्मच, लाल–मिर्च पाउडर स्वादानुसार, काजू 2 चम्मच, किशमिश 2 चम्मच, घी आवश्यकतानुसार।

विधि: चावल को धोकर पानी से निकालें और आधे घंटे के लिए छोड़ दें। कुकर में चावल, दो चम्मच घी, लौंग और नींबू का रस डालें। चार कप पानी डालकर कुकर बंद करें और दो सीटी लगाएं। ब्रेड को छोटे–छोटे क्यूब के आकार में काट लें। इस बीच कड़ाही में दो चम्मच घी गर्म करें और उसमें ब्रेड के टुकड़े डालकर सुनहरा और कुरकुरा होने तक तलें। प्लेट में निकालकर रख दें। उसी कड़ाही में थोड़ा–सा घी और गर्म करें। काजू और किशमिश को हल्का भूनकर कड़ाही से निकाल लें। कड़ाही में फिर से थोड़ा घी डालें और सभी साबुत मसाले डालकर कुछ मिनट तक पकाएं। बारीक कटा प्याज डालें और उसे सुनहरा होने तक भूनें। आलू को छीलकर उसे छोटे–छोटे टुकड़ों में काट लें और उसे गोभी, नमक व हल्दी के साथ पैन में डालें। पैन में हल्का–सा पानी छिड़कें और पैन को ढककर धीमी आंच पर दस मिनट तक पकाएं। सभी सूखे मसालों के साथ दही को कड़ाही में डालकर मिलाएं। जब दही का पानी सूख जाए तो मटर और ब्रेड के टुकड़े डालकर मिलाएं। पका चावल भी डालकर मिलाएं। नमक चख लें और गैस बंद कर दें। काजू, किशमिश और अनार से सजा कर पेश करें।

गट्टे का पुलाव

सामग्री : बेसन 1 कप, अजवाइन आधा चम्मच, लाल मिर्च पाउडर एक चौथाई चम्मच, दही 2 चम्मच, तेल 2 चम्मच, नमक स्वादानुसार।

पुलाव के लिए : पका चावल 1 कप, घी 1 चम्मच, लहसुन 4 कलियां, बारीक कटा प्याज 1, हल्दी पाउडर, 1 चम्मच, लाल मिर्च पाउडर एक चौथाई चम्मच, तेजपत्ता 1, लौंग 3, दालचीनी 1 टुकड़ा, नमक स्वादानुसार, धनिया पत्ती 4 चम्मच।

विधि : एक बड़े बाउल में गट्टे बनाने के लिए सभी सामग्री डालें और अच्छी तरह से मिलाएं। थोड़ा–थोड़ा पानी डालते हुए बेसन को कड़ा गूंद लें। दस मिनट तक बेसन को ढककर छोड़ दें। एक सॉसपेन में पानी गर्म करने के लिए चढ़ाएं। इस बीच गूंदे हुए बेसन से कुछ लोई काटें और लोई को लंबा करके रोल बना लें। बेसन के इस रोल को एक–एक इंच लंबे टुकड़ों में काट लें। उबलते पानी में गट्टे के टुकड़ों को डालें। जब गट्टे पानी के ऊपर तैरने लगें, उसके बाद उन्हें तीन–चार मिनट तक और उबालें। गट्टे को पानी से निकालकर एक ओर रख दें। अब पैन में एक चम्मच घी गर्म करें और उसमें प्याज व लहसुन डालें। प्याज जब सुनहरा हो जाए तो पैन में उबले गट्टे, लाल मिर्च पाउडर और हल्दी पाउडर डालें। धीमी आंच पर चार से पांच मिनट तक पकाएं, ताकि मसाले और गट्टे आपस में अच्छी तरह मिल जाएं। अब पका हुआ चावल और नमक पैन में डालें और अच्छी तरह से मिलाएं। धीमी आंच पर दो–तीन मिनट तक और पकाएं। धनिया पत्ती से सजाएं और पेश करें।

बादशाही बैंगन

सामग्री : बैंगन 4(मध्यम आकार के), प्याज 2 (बड़े आकार के), टमाटर 4(कटे हुए), हरी मिर्च – 8(बारीक कटी), लहसुन अदरक का पेस्ट 2 बड़े चम्मच, खड़ी लाल मिर्च 1, तेज पत्ता 1, काली मिर्च के दाने 2–4, दाल चीनी आधा इंच, लौंग 2, इलायची पाउडर आधा छोटा चम्मच, लाल मिर्च पाउडर आधा छोटा चम्मच, धनिया पाउडर 2 छोटे चम्मच, खसखस आधा छोटा चम्मच, तिल आधा छोटा चम्मच, काजू 6–7, कसूरी मैथी – 1 छोटा चम्मच, दही 1 बड़ा चम्मच, ताज़ी क्रीम 1 बड़े चम्मच, घी या मक्खन 1 बड़ा चम्मच, तेल–तलने के लिए, नमक स्वादानुसार।

विधि : बैंगन को चार हिस्सों में काटें। इन्हें इस तरह काटना है कि यह ऊपर के हिस्से से जुड़े रहें। अब इनमें थोड़ा सा नमक भरकर गर्म तेल में तलकर रख दें। एक पैन में काजू, खसखस और तिल को कुछ सेकंड तक भूनें और ग्राइंडर में बारीक पीस लें। पैन में 2 बड़े चम्मच तेल छोड़कर बाकी तेल निकाल लें। तेल गर्म करके प्याज डालें और हल्का गुलाबी होने तक भूनें। प्याज को ठंडा होने दें। तली हुई प्याज को कटे टमाटर और हरी मिर्च के साथ मिक्सर में पीसें और गाढ़ी प्यूरी बना लें। एक पैन में मक्खन पिघलाएं। इसमें लाल मिर्च, तेज़ पत्ता, दालचीनी, काली मिर्च के दाने और लहसुन डालकर कुछ सेकंड भूनें। अब अदरक–लहसुन का पेस्ट डालकर चलाएं। इसमें प्यूरी, नमक, लाल मिर्च पाउडर और इलायची पाउडर डालकर कुछ देर और पका लें। अब इसमें तले हुए बैंगन, काजू और खसखस पाउडर अच्छी तरह से मिलाएं। कसूरी मैथी और ताज़ी क्रीम डालकर लगातार चलाते रहें। बैंगन को क़रीब चार मिनट तक धीमी आंच पर पकाएं। जब ये पैन में तेल छोड़ दें और इसमें रंगत आ जाए तो गैस बंद कर दें। तैयार बादशाही बैंगन को हरा धनिया, पुदीने और बादाम से गार्निश कर सर्व करें।

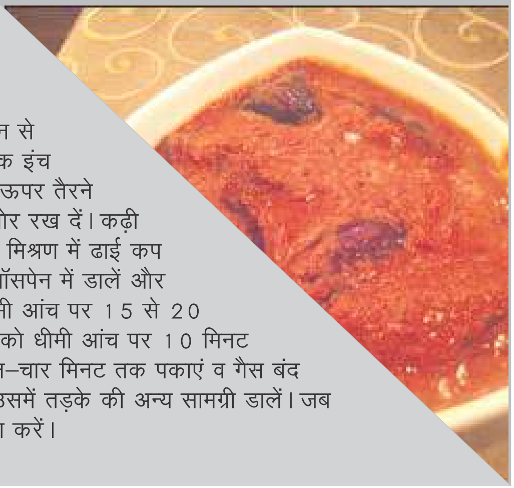
गट्टे की कढ़ी

सामग्री : बेसन 1 कप, अजवाइन आधा चम्मच, लाल मिर्च पाउडर एक चौथाई चम्मच, दही 2 चम्मच, तेल 2 चम्मच, नमक स्वादानुसार।

कढ़ी के लिए : बेसन 2 चम्मच, दही 2 कप, हींग एक चौथाई चम्मच, हल्दी 1 चम्मच, लाल मिर्च पाउडर एक चौथाई चम्मच, तेज पत्ता 1, दालचीनी 1 टुकड़ा, नमक स्वादानुसार, बारीक कटी धनिया पत्ती सजावट के लिए।

छौंक के लिए : घी 1 चम्मच, सरसों आधा चम्मच, जीरा आधा चम्मच, करी पत्ता 10।

विधि : एक बड़े बरतन में गट्टे बनाने केलिए सभी सामग्री डालें और अच्छी तरह से मिलाएं। थोड़ा–थोड़ा पानी डालते हुए बेसन को कड़ा गूंद लें। दस मिनट तक बेसन को ढककर छोड़ दें। एक सॉसपेन में पानी गर्म करने के लिए चढ़ाएं। इस बीच गूंदे हुए बेसन से कुछ लोई काटें और लोई को लंबा करके रोल बना लें। बेसन के इस रोल को एक–एक इंच लंबे टुकड़ों में काट लें। उबलते हुए पानी में गट्टे के टुकड़ों को डालें। जब गट्टे पानी के ऊपर तैरने लगें, उसके बाद उन्हें तीन–चार मिनट और उबालें। गट्टे को पानी में निकालकर एक ओर रख दें। कढ़ी बनाने के लिए एक बरतन में दही और बेसन डालकर अच्छी तरह से फेंट लें। अब इस मिश्रण में ढाई कप पानी, हींग, हल्दी पाउडर और नमक डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। इस मिश्रण को सॉसपेन में डालें और पकाएं। जब कढ़ी उबलने लगे तो उसे मिलाते हुए मध्यम आंच पर पकाएं। कढ़ी को धीमी आंच पर 15 से 20 मिनट तक पकाएं। अब पैन में तेजपत्ता, दाल चीनी और लाल मिर्च पाउडर डालें। कढ़ी को धीमी आंच पर 10 मिनट तक और पकाएं ताकि कढ़ी गाढ़ी हो जाए। तैयार गट्टे को कढ़ी में डालकर मिलाएं। तीन–चार मिनट तक पकाएं व गैस बंद कर दें। इस बीच तड़का तैयार करें। तड़का के लिए छोटे–से पैन में घी गर्म करें और उसमें तड़के की अन्य सामग्री डालें। जब जीरा चटकने लगे तो तड़के को कढ़ी में डालें और मिलाएं। रोटी या चावल के साथ पेश करें।



जिन्ना की प्रतिमा विस्फोट से उड़ाई

अशांत बलूचिस्तान प्रांत के तटीय शहर ग्वादर में बलोच आतंकवादियों ने पाकिस्तान के संस्थापक मोहम्मद अली जिन्ना की एक प्रतिमा को बम धमाके में नष्ट कर दिया।

मरीन ड्राइव पर जून में स्थापित की गई प्रतिमा को 26 सितम्बर की सुबह प्रतिमा के नीचे विस्फोटक रखकर उड़ा दिया गया। खबर के अनुसार विस्फोट में प्रतिमा पूरी तरह से नष्ट हो गई। बीबीसी उर्दू सर्विस के अनुसार प्रतिबंधित आतंकवादी संगठन बलोच रिपब्लिकन आर्मी के प्रवक्ता बबगर बलोच ने ट्विटर पर विस्फोट की जिम्मेदारी ली है। प्रतिमा को नष्ट करने वाले पर्यटकों के रूप में क्षेत्र में घुसे थे। **(एजेंसी)**

मकड़ी के ज़हर से दिल का इलाज

क्वीस लैंड के वैज्ञानिकों ने लंबे अध्ययन के बाद बनाई जीवनरक्षक दवा

मकड़ी का जहर शिकार के तंत्रिका तंत्र और मस्तिष्क के बीच का सम्पर्क तोड़ देता है। इसी जहर से अब वैज्ञानिकों ने दिल के दौरे के पीड़ितों के लिए एक जीवन रक्षक दवा बनाई है।

नए अध्ययन के मुताबिक शोधकर्ताओं ने फनल-वेब मकड़ी से जहर की खोज की, जिसका दिल के दौरे से पीड़ित लोगों की मदद के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है। यह अध्ययन क्वींसलैंड विश्वविद्यालय के प्रोफेसर ग्लेन किंग के नेतृत्व में किया गया है। मकड़ी के जहर का इस्तेमाल करने वाले वैज्ञानिकों ने एक ऐसे अणु की खोज की, जो दिल के स्ट्रोक का शिकार होने पर मस्तिष्क की क्षति को रोक सकता है। शोधकर्ताओं ने इस अणु पर अध्ययन कर दवा को विकसित करने में सफलता प्राप्त की। यह शोध सर्कुलेशन पत्रिका में प्रकाशित भी हुआ है। जिसके अनुसार ऑक्सीजन की कमी से कोशिका अम्लीय हो जाती हैं, लेकिन नई दवा कोशिका की मौत को रोकने का काम करती है।

ज़हर में हैं कई तरह के प्रोटीन

मकड़ी के जहर में कई तरह के प्रोटीन होते हैं। जिसे एचआई 1ए कहा जाता है। इसमें कुछ ऐसे प्रोटीन भी हैं जो इंसानी दिमाग को दर्द का अनुभव नहीं होने देते। रिसर्च टीम के प्रमुख ग्लेन किंग के मुताबिक जहर में सात ऐसे तत्व मिले हैं जो दर्द का आभास कराने वाले संकेतों को मस्तिष्क तक पहुंचने से रोकते हैं। मकड़ी इस जहर का इस्तेमाल शिकार को मारने के लिए करती है। जहर शिकार की तंत्रिकाओं और दिमाग के बीच के संपर्क को तोड़ देता है।

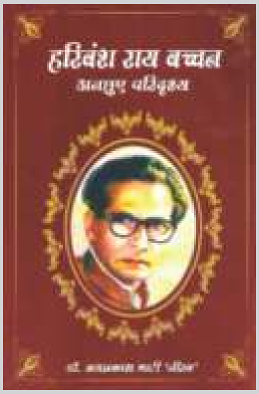
कोशिकाओं को मृत होने से रोकता

प्रोफेसर किंग ने हाल ही में इस अध्ययन के बारे में खुलासा किया है कि यह जो शोध हृदय की मांसपेशियों की कोशिकाओं की मृत्यु को रोकने में सहायक हो रहा है, इसलिए मरीज दिल का दौरा पड़ने या कार्डियक अरेस्ट से बच जाते हैं।

समीक्षा

बच्चन नहीं थे किसी वाद से प्रभावित

डॉ. जयप्रकाश भाटी 'नीरव' की यह दसवीं प्रकाशित पुस्तक है। समाज सेवा में व्यस्त होते हुए लेखन के लिए समय निकालना काफी कठिन है, लेकिन भाटी ने इसे संभव बनाया। डॉ. हरिवंश राय बच्चन के संबंध में डॉ. भाटी का एक शोध प्रबंध 'बच्चन का साहित्य: कथ्य और शिल्प' सन 1980 में प्रकाशित हो चुका है। उसकी भूमिका में डॉ. भाटी ने लिखा है बच्चन के काव्य के प्रति प्रारंभ से ही मुझ में रूचि रही है। उस रूचि को आगे बढ़ाते हुए लगभग 40 वर्ष बाद लेखक पुन: बच्चन जी की ओर मुखातिब हुए हैं। तब बच्चन जी जीवित थे, आज वे नहीं हैं। शोध प्रबंध पर कार्य करते समय ही लेखक यह संकोच व्यक्त कर चुके थे। 'वस्तुत: समकालीन और जीवित लेखक पर लिखना कठिन अवश्य है क्योंकि जीवित



लेखक की लेखनी हो सकता है कि अनागत में ऐसे मोड़ ले जिसकी पूर्व कल्पना तक संभव नहीं होती।' इस पुस्तक के माध्यम से डॉ. भाटी ने यह सिद्ध करने का प्रयास किया है कि डॉ. बच्चन किसी भी वाद से प्रभावित नहीं थे। उनका तो अपना अलग ही वाद था- मस्ती और बेफिक्री। उनके समकालीन आलोचकों ने उनकी कविता पर हालावाद, छायावाद, प्रगतिवाद, प्रयोगवाद थोपने की कोशिश की थी, किंतु वास्तव में ऐसा नहीं है। जीवन जीने का उनका एक अलग ही रंग था-मस्ती का। डॉ. भाटी ने इस तथ्य को रेखांकित भी किया है कि बच्चन की कविता अपने समकालीन कवियों से अलग थी, उसमें एक नयापन था, ताजगी थी और इसीलिए वह अधिक पसंद की गई। हरिवंशराय बच्चन की कविता का स्वर और मिजाज अपने युग की कविता से अलग है, इतना अलग कि एक कवि एक वाद बन गया, वह समय उसके नाम से जाना गया। इन शब्दों के साथ डॉ. कृष्णकुमार जी शर्मा ने भी इस पुस्तक के प्रारंभ में मेरी बात शीर्षक के अंतर्गत डॉ. भाटी के विचारों की पुष्टि की है।

प्रस्तुत पुस्तक में डॉ. बच्चन की पूर्व पत्नी श्यामा का प्रसंग अत्यंत मार्मिक बन पड़ा है। यह वास्तव में एक अनछुआ परिदृश्य है। श्यामा बच्चन जी की काव्य प्रेरणा थी। इस संबंध में लेखक ने लिखा है कि श्यामा की मृत्यु के बाद के दो वर्षों का इतिहास अवसाद का, रिक्तता का, पीड़ा का इतिहास रहा। बच्चन आत्मलीन रहे। इसी अवधि में 'निशा निमंत्रण' और 'एकांत संगीत' के गीत लिखे गए। दर्द के इन सजीव गीतों ने हिंदी में धूम मचा दी। आदर्श पत्नी तेजी (दूसरा विवाह) का प्रसंग भी एक अनछुए परिदृश्य के रूप में उल्लेखनीय है। तेजी जी के सुसंस्कृत हाथों ने और उनकी सुरूचिपूर्ण सूझ-बूझ ने बच्चन की गृहस्थी को जो सुंदर रूप दिया है, वह अप्रतिम है। बच्चन का व्यक्तित्व और घर संस्कृति साहित्य की संस्था बन गए। यह तेजी जी की ही देन थी। बच्चन जी की कविता प्रत्यक्ष अथवा परोक्ष रूप से तेजी के व्यक्तित्व से पूर्ण रूप से प्रेरित थी। स्वयं डॉ. बच्चन ने एक जगह लिखा है 'इन बारह वर्षों के गीतों में जहां कहीं वे हैं बहुत जगह वे नहीं हैं। वे 'पत्नी' शब्द की सीमा में संकुचित प्राप्त नारी के रूप में नहीं हैं, वे हैं अभिलाषित नारी के रूप में - प्रेयसी के रूप में, मेरा कवि, मेरे व्यक्ति की ओर से तेजी के प्रति कृतज्ञता ज्ञापन के लिए इससे अधिक सुकुमार कुसुमांजलि समर्पित कर सकता था।' हरिवंश राय बच्चन के अनछुए परिदृश्य पाठकों के सम्मुख रखने के लिए डॉ. भाटी बधाई के पात्र हैं।

डॉ. गिरिराज गुंजन

प्रत्यूष

इस माह आपके सितारे

पं. शोभालाल शर्मा

मेष

माह आपको सम्मान व उपलब्धियां दिलाएगा। लम्बित कार्य में सफलता, व्यापार सिद्धि, रूका हुआ धन प्राप्त होगा, लेकिन शारीरिक कमजोरी महसूस करेंगे। व्यवहार में मृदुता रखें, प्रतियोगिता में भाग लेने वालों को सफलता, वरिष्ठजनों का सहयोग लेवें।

वृषभ

घर में सुख–शान्ति का माहौल तथा आपसी सहयोग रहेगा। घर में धार्मिक कार्य संभव, व्यापारी वर्ग के लिए माह पेचीदा है। खर्चों में वृद्धि व मानसिक तनाव रहेगा। विद्यार्थी वर्ग में भ्रम, माता–पिता का सहयोग मिलेगा।

मिथुन

विरोधियों से सावधानी बरतें, राजनीति में नये अवसर प्राप्त होंगे। जीवन साथी का पूर्ण सहयोग, स्वास्थ्य में प्रतिकूलता, व्यापारिक गतिविधियों में बाधाएँ संभव हैं। नौकरीपेशा पदोन्नति पा सकते हैं।

कर्क

यह माह आर्थिक लाभ देगा, व्यापार में कुछ ऐसा करेंगे जो आगे लाभप्रद होगा। स्वास्थ्य ठीक, किन्तु बड़े–बुजुर्ग अस्वस्थ हो सकते हैं। यात्रा योग, मन की बात को सार्वजनिक करने से बचें।

सिंह

माह का पूर्वार्द्ध कष्टकारक, उत्तरार्द्ध में कार्य क्षेत्र में उठापटक एवं विरोधाभास का सामना करना पड़ेगा। भाग्य सहयोगी, राजनीति में संयम रखें।

कन्या

संतान पक्ष से शुभ समाचार, परिवार में किसी की उन्नति होने से खुशी, व्यापार में सावधानी बरतें अन्यथा निर्णय भविष्य में नुकसान पहुंचा सकते हैं। नौकरीपेशा भी सावधानी बरतें, स्वास्थ्य की दृष्टि से माह अच्छा है, विद्यार्थी वर्ग को प्रतियोगी परीक्षा में सफलता मिलेगी।

तुला

इस माह आर्थिक रूप से लाभान्वित होंगे। परिवार में धार्मिक अनुष्ठान और यात्रा योग बनेंगे। संतान के प्रति कोई ठोस निर्णय ले सकते हैं। स्वस्थ रहेंगे, क्रोध की अधिकता रहेगी, भावनाओं पर नियन्त्रण रखें।

वृश्चिक

यह माह असमंजस भरा रहेगा, किसी निर्णय से पहले वरिष्ठ जनों से परामर्श करें, विद्यार्थी वर्ग को मनोवांछित परिणाम नहीं मिलने से व्यथित हो सकते हैं, घर में किसी भी सदस्य का स्वास्थ्य गड़बड़ा सकता है, व्यर्थ के खर्चों में वृद्धि, राजकीय मामले बाधित रहेंगे।

माह के प्रमुख उत्सव

दिनांक	तिथि	पर्व/त्योहार
2 नवम्बर	कार्तिक कृष्णा त्रयोदशी	धन्वन्तरि पूजा
3 नवम्बर	कार्तिक कृष्णा चतुर्दशी	रूप चतुर्दशी/हनुमान जयंती
4 नवम्बर	कार्तिक अमावस्या	दीपावली
5 नवम्बर	कार्तिक शुक्ला प्रतिपदा	अन्नकूट/गोवर्धन पूजा
6 नवम्बर	कार्तिक शुक्ला द्वितीया	भैया दूज/विश्वकर्मा व चित्रगुप्त पूजा
9 नवम्बर	कार्तिक शुक्ला पंचमी	छठ पूजा खरना
11 नवम्बर	कार्तिक शुक्ला अष्टमी	गोपाष्टमी
14 नवम्बर	कार्तिक शुक्ला एकादशी	तुलसी विवाह/नेहरू जयंती
15 नवम्बर	कार्तिक शुक्ला द्वादशी	खाटूश्याम मेला
17 नवम्बर	कार्तिक शुक्ला त्रयोदशी	बैकुंठ चतुर्दशी/लाजपतराय जयंती
19 नवम्बर	कार्तिक पूर्णिमा	निम्बार्क जयंती/गुरूनानक जयंती/ कार्तिक स्नान

धनु

माह का प्रारम्भ श्रेष्ठ रहेगा, अपने से वरिष्ठजनों का मार्गदर्शन प्राप्त होगा, परिवारजन से वाद–विवाद सम्भव, आर्थिक दृष्टि से उतार–चढ़ाव महसूस करेंगे, अटके कार्य पूर्णता को प्राप्त करेंगे, परन्तु नये कार्यों में चुनौतियां रहेगी, सहकर्मियों से अहित की संभावना, माह के दूसरे सप्ताह में गले, कान और उदर पीड़ा सम्भव।

मकर

परिवार में शान्ति। यात्रा सम्भव, आर्थिक पक्ष मजबूत, आए हुए अवसर हाथ से न जाने दें, व्यापारिक गतिविधियां उत्तम, नौकरीपेशा जातक भी श्रेष्ठ परिणाम प्राप्त करेंगे, विद्यार्थी वर्ग को परिश्रम करना पड़ेगा। दाम्पत्य जीवन में निराशा।

कुम्भ

घर में सुख–शान्ति, लेकिन किसी सगे–सम्बन्धी का अप्रिय समाचार मिल सकता है। व्यापार विस्तार के लिए उत्तम समय है। राजनीति क्षेत्र में सफलता, विद्यार्थी वर्ग अपने को बोझिल महसूस करेगा। वरिष्ठ जन के मार्गदर्शन से सफलता मिलेगी।

मीन

माह का उत्तरार्द्ध लाभप्रद, पारिवारिक जीवन खुशहाल, भौतिक सुखों में वृद्धि, आय के विभिन्न आयाम बनेंगे। व्यापारी वर्ग सजगता से कार्य करे। राजकीय एवं न्यायिक मसले पक्ष में, विद्यार्थी वर्ग में असंतोष, जीवन साथी को स्वास्थ्य सम्बंधी समस्या हो सकती है।

शीत ऋतु की कुदरती सौगात गुणकारी आंवला

शैलजा त्रिवेदी

अचार, मुरब्बा हो या चटनी... आंवला सभी को बहुत भाता है। मुंह में पानी ला देने वाला यह छोटा सा फल स्वाद ही नहीं, सेहत की दृष्टि से भी बेहद लाभप्रद है। विटामिन सी की भरपूर मात्रा लिए आंवला पाचन तंत्र के लेकर स्मरण शक्ति को दुरुस्त करने की ताकत रखता है। एक सामान्य आकार में आंवले में 3 संतरों के बराबर विटामिन सी मौजूद होता है, जो लम्बे समय तक बरकरार रहता है। यदि रोगों की बात की जाए तो आंवला मधुमेह, नकसीर, दिल की बीमारियों, खांसी बलगम, पथरी आदि में मददगार साबित होता है। एसिडिटी या उबकाई की समस्या में भी आंवला अपना कमाल दिखाता है। इसके नियमित सेवन से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। यदि आप कच्चा आंवला न खा सकें तो इसे अपने आहार में किसी अन्य तरीके से शामिल करें। जैसे आंवले की कैंडी या अचार लें या इसे चावल में कीसकर मिलाएं। आंवले का जूस या सुपारी बनाकर इसका सेवन किसी भी मौसम में किया जा सकता है।

आंवला चावल

क्या चाहिए: 1 कप चावल, 15 आंवले, 10-12 हरी मिर्च, 8-10 काजू (टुकड़े कर लें), 1 चम्मच चला दाल, 1 चम्मच उड़द दाल, 1 चम्मच मूंगफली, 1/2 चम्मच राई, 10-12 कढ़ी पत्ते, 2 चम्मच तेल, 1 चम्मच बारीक कटा हरा धनिया और स्वादानुसार नमक।

ऐसे बनाएं: चावल धोकर 2 कप पानी में 10-15 मिनट भीगने को रख दें। अब कुकर में चावल पका लें। इन्हें ठंडा होने दें। बीज अलग कर आंवलों को बारीक काट लें। हरी मिर्चों में चीरा लगाएं। एक कड़ाही में तेल गर्म करें। इसमें राई तड़काएं। एक-एक कर चना दाल, उड़द दाल और काजू डालकर सुनहरा होने तक भूनें। इसमें बारीक कटा आंवला मिलाएं और 2 से 3 मिनट तक भूनें। चाहे तो हल्दी पाउडर डालें और ढंककर 6-8 मिनट तक धीमी आंच पर पकने दें। मिश्रण अच्छी तरह से ठंडा होने दें। अब इस मिश्रण को हाथों से एकसार करें, ताकि यह गूदे की तरह बन जाए। जरूरत पड़े तो थोड़ा पानी मिला लें और ढंककर गैस पर रख दें, ताकि यह भाप में पक सके । मिश्रण में चावल और नमक मिलाकर एकसार करें। ऊपर से बारीक कटा हरा धनिया डालकर सजाएं।

आंवला लौंजी

क्या चाहिए: 250 ग्राम आंवला, 2 चम्मच तेल, 1 चम्मच शक्कर, 1 चम्मच लाल मिर्च पाउडर, 1/2 चम्मच हल्दी पाउडर, 2 चम्मच धनिया पाउडर, स्वादानुसार नमक, 1 चम्मच राई, 1 चम्मच सौंफ, चुटकीभर हींग, 1 चम्मच कश्मीरी मिर्च पाउडर।

ऐसे बनाएं: आंवलों को प्रेशर कुकर में उबाल लें। केवल एक ही सीटी लें, ताकि ये बहुत नर्म न हो। ठंडे होने पर आंवलों से बीज हटा लें और हाथ से टुकड़े कर लें। कड़ाही में तेल गर्म करें और राई तड़काएं। अब सौंफ, हींग और कश्मीरी मिर्च पाउडर डालकर मिलाएं और एक मिनट तक पकने दें। इस मिश्रण में आंवले डालें और मिलाएं। अब लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर, धनिया पाउडर, नमक डालकर मिलाएं। 2 मिनट तक पकने दें। ऊपर से शक्कर और थोड़ा पानी छिड़कें (यदि आपको पानी वाली लौंजी पसंद हो, तो यहां पानी की मात्रा बढ़ा सकते हैं)। 1 से 2 मिनट तक पकाएं और गरम-गरम परोसें।

आंवला ठेचा

क्या चाहिए: 4 आंवले, 2 हरी मिर्च, 1 चम्मच बारीक कटा हरा धनिया, स्वादानुसार नमक, 1 चम्मच तेल, 1/4 चम्मच राई और चुटकी भर हींग।

ऐसे बनाएं: मिक्सर के बर्तन में आंवले, हरी मिर्च, धनिया व नमक डालकर पानी की मदद से पीस लें। इसे थोड़ा दरदरा ही छोड़ें, क्योंकि ठेचा दरदरा होता है। कड़ाही में तेल गर्म करें और राई तड़काएं। राई के तड़कते ही हींग डाले और भूनें। इस तड़के को पिसे हुए मिश्रण पर डालें। तैयार तीखा ठेचा चावल, पराठे और रोटी के साथ अच्छा लगता है।

नोट : तीखापन कम चाहिए तो आंवलों में मिर्च के साथ भूनी मूंगफलियां भी पीसें।

आंवला अचार

क्या चाहिए: 400 ग्राम आंवले, 1/4 कप लाल मिर्च पाउडर, 1 चम्मच हल्दी पाउडर, 1/2 कप सेंधा नमक, 1/2 कप तिल का तेल (तेल का चुनाव इच्छानुसार भी कर सकते हैं), 1 चम्मच राई, 1 चम्मच मेथी दाना, 1 चम्मच हींग।

ऐसे बनाएं: आंवले धोकर अच्छी तरह पोंछ लें, ताकि पानी न रहे। आंवले छोटे हों तो साबुत ही बनाएं अथवा चार टुकड़ों में काट लें। एक बड़े बोल में आंवले डालें। इसमें लाल मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर और सेंधा नमक डालकर एकसार करें। कड़ाही में तेल गर्म करें और राई तड़काएं। अब मेथी दाना डालें। इसके बाद हींग डालकर मिलाएं। आंच से उतारकर इस मिश्रण को ठंडा होने दें। पूरी तरह ठंडा होने पर इस तड़के को मसाले लगे आंवलों पर डालें और एकसार करें। कांच की बोतल में अचार भर दें और अच्छी तरह ढक्कन लगाकर 7 दिनों के लिए रख दें। जब अचार बन जाए तो इसे फ्रीज में रखें। मौसम अच्छा हो, तो बाहर भी रखा जा सकता है।

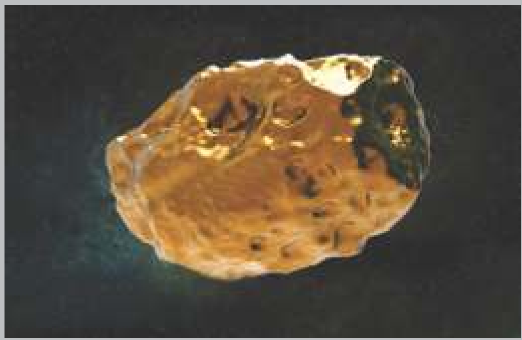
आंवला कैंडी

क्या चाहिए: 250 ग्राम आंवला, 1 चम्मच जीरा पाउडर, 1 चम्मच अदरक का पाउडर (सौंठ), 150 ग्राम शक्कर, 2 चम्मच बूरा शक्कर।

ऐसे बनाएं: आंवले को धोकर साफ पोंछ लें। बर्तन में पानी गर्म करें और आंवलो को 2 मिनट तक उबलने दें। ठंडा होने पर पानी निथार लें। आंवले लम्बाई में काट लें। ऊपर से जीरा पाउडर और सौंठ छिड़कें। अब शक्कर बुरकें और ढंककर 1 दिन के लिए रखें। अगले दिन आंवले के टुकड़े शक्कर में पूरी तरह घुल-मिल जाएंगे। अब इन टुकड़ों को शक्कर से अलग कर लें, शेष शक्कर के सिरप को फ्रिज में रखें (इसे आंवले के शरबत की तरह इस्तेमाल किया जा सकता है) आंवले के टुकड़ों को 2 दिनों के लिए धूप में रखें। दो दिन बाद ऊपर से बूरा शक्कर छिड़कें और डिब्बे में भर लें।

अद्‌भुत

16 साइकी क्षुद्र ग्रह पर अरबों का खजाना



मैक्सिको। अमेरिका की अंतरिक्ष एजेंसी नासा को रहस्यमय 16 साइकी ऐस्टरॉइड पर इतनी ज्यादा अनमोल धातुएं मिली हैं, जिससे धरती का हर इंसान अरबपति बन सकता है। 16 साइकी नाम के इस क्षुद्रग्रह की कीमत करीब 10 हजार क्वाड्रिलियन डॉलर हैं, जो कि पृथ्वी की पूरी अर्थव्यवस्था से भी कई हजार गुना अधिक है।

इस क्षुद्रग्रह की चट्टानें बहुमूल्य खनिजों और बेशकीमती धातुओं से बनी हैं जो इसे हमारे सौर मंडल का सबसे महंगा एस्ट्रॉएड बनाती हैं। नासा ने साइकी ऐस्टारॉइड के सतह की फिर से माप की है और उसके आधार पर यह ताजा अनुमान लगाया है। साइकी करीब 226 किमी चौड़ी चट्टान है जो ऐस्टारॉइड बेल्ट में सूरज के चक्कर लगाती है। यह ऐस्टारॉइड बेल्ट मंगल ग्रह और बृहस्पति के बीच स्थित है। इस इलाके में 10 लाख से ज्यादा अंतरिक्ष चट्टानें तैर रही है

226 किमी चौड़ा है

इस क्षुद्रग्रह पर लगातार नजर रखने वाली दक्षिण पश्चिम अनुसंधान संस्थान की ग्रह वैज्ञानिक डॉ. ट्रेसी के शोध के आधार पर, सौरमंडल में परिक्रमा करने वाले अधिकांश क्षुद्रग्रहों के विपरीत, 16 साइकी आकार में लगभग 140 मील या 226 किलोमीटर चौड़ा है। यह पृथ्वी से करीब 370 मिलियन किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। नासा अनमोल धातुओं से भरे इस ऐस्टारॉइड की जांच के लिए वर्ष 2026 में एक अंतरिक्षयान भेजने जा रहा है ताकि यह पता लगाया जा सके कि उसकी उत्पत्ति कैसे हुई। ***(एजेंसी)***

प्रत्यूष

प्रत्यूष पत्रिका में विज्ञापन देने के लिए सम्पर्क करें

75979 11992, 94140 77697

साल में एक बार ज़रूरी पूरे शरीर की जांच

डॉ. सुनील शर्मा

होल बॉडी चेकअप का मतलब है इंसानी शरीर का सामान्य परीक्षण, जिसे किसी डॉक्टर या प्रैक्टिशनर द्वारा अंजाम दिया जाता है। इसके परीक्षण के अंतर्गत हमारे शरीर के सबसे बेसिक तंत्रों को कवर किया जाता है, जिनमें तंत्रिका तंत्र, पाचन तंत्र, फेफड़ा तंत्र आदि शामिल हैं। आगे के परीक्षण नैदानिक विवरणों पर निर्भर करते हैं।

नैदानिक इतिहास और परीक्षण के आधार पर मौजूदा स्वास्थ्य समस्याओं की पुष्टि करने के लिए होल बॉडी चेकअप की जरूरत पड़ती है। इसके अलावा शरीर में ऐसी बीमारियों का पता लगाने के लिए भी, जो शरीर में अनजाने में मौजूद हो सकती हैं। इसमें विभिन्न किस्म के जांचों की एक श्रृंखला शामिल होती है। बीमारियों का पता लगाने के साथ ही उनको पनपने से रोकने और असर कम करने के लिए जरूरी उपाय भी सुझाए जाते हैं।

कौन–कौन सी जांच शामिल

होल बॉडी चेकअप के तहत बायो-मेडिकल प्रोफाइल और हृदय स्थिति दोनों की ही जांच की जाती है। हृदय स्थिति के परीक्षणों में दिल और उससे जुड़े मामलों की जांच की जाती है। बायोमेडिकल प्रोफाइल के अंतर्गत महिलाओं में मेमोग्राफी जांच, दांतों, कान-नाक-गला(ईएनटी), आंखों की जांच, लिपिड प्रोफाइल और ब्लड शुगर आदि परीक्षण किए जाते हैं।

बीमार होने का न करें इंतजार

जीवन शैली का प्रभावित करने वाले कई कारक हमारे इर्द-गिर्द मौजूद हैं। ऐसे में संतुलित आहार लेने और नियमित व्यायाम करने के बाद भी आप बीमारियों की चपेट में आ सकते हैं। साल में एक बार पूरे शरीर की जांच करा लेने से आप कम से कम इस खतरे से मुक्त रह सकते हैं।

किनके लिए फायदेमंद

यूं तो होल बॉडी चेकअप किसी खास आयु वर्ग या लिंग के लिए सीमित नहीं होती है, लेकिन 40 की उम्र के ऊपर के व्यक्तियों के लिए यह बेहद जरूरी हो जाता है। ऐसा इसलिए, क्योंकि इस उम्र के लोगों में बीमारियों का खतरा सबसे ज्यादा होता है। संपूर्ण शारीरिक जांच के माध्यम से किसी व्यक्ति के शरीर का विस्तृत और संपूर्ण विश्लेषण किया जाता है। अगर आपके साथ बीमारी का कोई इतिहास रहा है तो उस स्थिति में इसकी जरूरत और बढ़ जाती है।

कोई जोखिम नहीं

होल बॉडी चेकअप में किसी तरह का कोई जोखिम शामिल नहीं होता, सिवाए इसके कि कुछ मरीजों के लिए यह असहज हो सकता है। लेकिन मरीज की इजाजत के बिना और उसे बताए बिना कोई भी जांच नहीं की जाती। इसलिए इसमें घबराने की कोई जरूरत नहीं होती।

जांच में शामिल

ब्लड टेस्ट

यह सबसे पहली और सबसे जरूरी जांच होती है। इसके जरिए हीमोग्लोबिन का स्तर, पॉलिमोपर्स, लिफोसाइट, मोनोसाइट, प्लेटलेट्स आदि के स्तर को मापा जाता है। इसी ब्लड टेस्ट के जरिए ब्लड शुगर, कोलेस्ट्रॉल आदि की जांच भी की जाती है। किसी भी तरह के असामान्य स्तर की स्थिति में दूसरे विशेष टेस्ट किए जाते हैं।

यूरिन टेस्ट

पेशाब की जांच के जरिए ग्लूकोज और प्रोटीन की मात्रा का पता लगाया जाता है।

ईसीजी

दिल की हालत को जांचने के लिए ईसीजी किया जाता है। हृदय गति को माप कर उससे जुड़ी बीमारियों का पता लगाया जाता है।

आंखों की जांच

आंखें सही तरीके से काम कर रही हैं या नहीं, इसका जांच के जरिए पता लगाया जाता है। कलर ब्लाइंडनेस, मायोपिया और हाइपरमेट्रोपिया की स्थिति का भी अंदाजा मिल जाता है।

कान की जांच

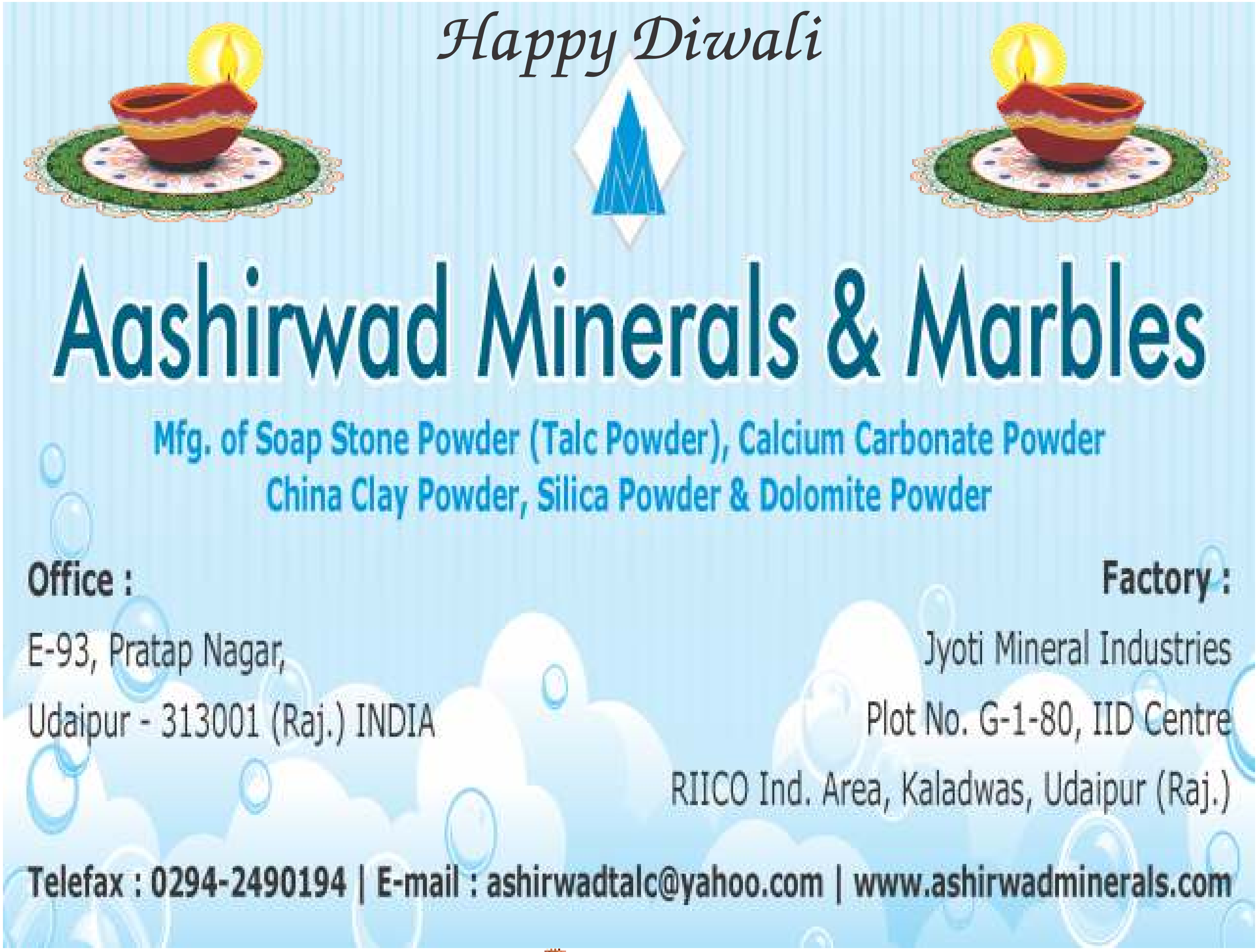
कानों के सुनने की क्षमताओं का पता चलता है।

एक्स रे और स्कैन

यह जांच बहुत सामान्य नहीं है, लेकिन कुछ स्थितियों में इसे करवा लेने की सलाह दी जा सकती है।

लिवर फंक्शन टेस्ट

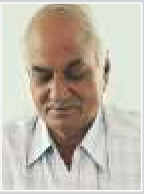
प्रोटीन, एल्बुमिन, ग्लोबुलिन, बिलरुबिन, एसजीओटी, एसजीपीटी आदि इस टेस्ट के तहत आते हैं।



रोहिंग्या शरणार्थियों के लिए द्वीप

संयुक्त राष्ट्र और बांग्लादेश सरकार ने बंगाल की खाड़ी में एक द्वीप पर रोहिंग्या शरणार्थियों के संरक्षण और अन्य प्रबंधन के लिए मिलकर काम करने की दृष्टि से 9 अक्टूबर को समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए। हजारों शरणार्थियों को म्यांमा से लगी सीमा के पास स्थित शिविर से हटाकर इस द्वीप पर लाया गया है। संयुक्त राष्ट्र के अनुसार दक्षिणी बांग्लादेश के 11 लाख रोहिंग्या शरणार्थियों में से 19 हजार से अधिक को सरकार ने भसन चार द्वीप पहुंचा दिया है। सरकार ने पहले कहा था कि उसकी काक्स बाजार जिले के शिविरों से एक लाख शरणार्थियों को चरणबद्ध तरीके से द्वीप पहुंचाने की योजना है। नया समझौता महत्वपूर्ण कदम है, क्योंकि संयुक्त राष्ट्र और अन्य मानवीय सहायता समूहों ने इस पुनर्वास की निंदा करते हुए कहा था कि देश के नोआखली जिले में 30 वर्ष पुराना द्वीप निवास के लिए दुरुस्त नहीं है, लेकिन बांग्लादेश की प्रधानमंत्री शेख हसीना की सरकार ने कहा था कि द्वीप को विकसित करने के लिए 11.2 करोड़ डॉलर से अधिक की राशि खर्च की गई है। यह अब संवेदनशील क्षेत्र नहीं रहा, जो बार-बार मानसून की बारिश के कारण डूब जाता था। द्वीप में अब समुद्र के आसपास दीवारें, अस्पताल, स्कूल और मस्जिदें हैं। अधिकारियों ने समझौते के बाद कहा कि अन्य 81 हजार शरणार्थियों को अगले तीन महीने में द्वीप पर पहुंचाया जाएगा। संयुक्त राष्ट्र के जोरदार विरोध के बावजूद अंतरराष्ट्रीय निकाय के दल ने मार्च में द्वीप का दौरा किया था, जिसके बाद संयुक्त राष्ट्र ने अपना विचार बदलना शुरू किया था।

पाठक पीठ



'प्रत्यूष' का अक्टूबर-21 का अंक मिला। इसमें कवर पृष्ठ व अंदर के पृष्ठों पर टोक्यो पैरालम्पिक में भारतीय खिलाड़ियों की उपलब्धियों का सचित्र उल्लेख कर खिलाड़ियों विशेषकर दिव्यांग खिलाड़ियों के हौसले को प्रतिष्ठा प्रदान की गई है, इसके लिए बहुत-बहुत आभार।

देवकीनंदन शर्मा,
भारतीय मजदूर संघ प्रदेशाध्यक्ष

'नए राजस्थान को साकार करता जन घोषणा पत्र' 'प्रत्यूष' के अक्टूबर अंक का प्रथम आलेख है, जिसमें सरकार की उपलब्धियों व जनकल्याणकारी नई घोषणाओं का विस्तार से जिक्र किया गया है। कोरोना में राजस्थान सरकार का मैनेजमेंट बढ़िया रहा। बधाई

अनूप छान्दवाल, सहायक इंजीनियर, अ.वि.वि.नि.लि.

सम्पादकीय 'प्रत्यूष' की आत्मा है। जिसमें हर आम आदमी की भावाभिव्यक्ति झलकती है। इस बार का सम्पादकीय 'जाति की जकड़बंदी में राजनीति' एक अच्छा विश्लेषण तो था ही, उसके गुण-दोष पर भी विचार सटीक थे।

गोटूलाल डांगी,
डायरेक्टर, होटल पिक व्यू

यह जानकर प्रसन्नता हुई कि 'प्रत्यूष' जल्दी ही प्रकाशन के बीसवें वर्ष में प्रवेश करेगा। एक लघु-पत्रिका की यह दीर्घावधि यात्रा इसकी लोकप्रियता ही प्रमाणित करती है। अक्टूबर-21 के अंक के लगभग सभी आलेख देशकाल के हालात पर सटीक विश्लेषण वाले और नई जानकारियों से परिपूर्ण थे। बधाई।

विनोद कुशवाहा,
प्रशासनिक अधिकारी गणपति इंफ्रा.

सितम्बर व अक्टूबर 2021 के अंक मिले। बहुत आकर्षक छपाई और उत्कृष्ट आलेखों के साथ ही अंकों का सम्पादन सराहनीय है। सभी आलेख सम-सामयिक विषयों पर थे। संक्षिप्त समाचार भी अच्छे लगे। सम्पादकीय टीम को बधाई। यदि इसके कलर पृष्ठ बढ़ सके तो यह अधिक आकर्षक बन सकेगी।

मंगलकुमार जैन,
उदयपुर

आईएमए नई कार्यकारिणी ने ली शपथ

उदयपुर। इंडियन मेडिकिल एसोसिएशन उदयपुर की नव नियुक्त कार्यकारिणी का शपथ ग्रहण समारोह गत दिनों सम्पन्न हुआ। इंडियन मेडिकल एसोसिएशन के प्रदेश अध्यक्ष डॉ. अशोक शारदा मुख्य अतिथि थे। मुख्य वक्ता कार्डियोलॉजिस्ट डॉ. सी पी पुरोहित थे। इंडियन मेडिकल एसोसिएशन उदयपुर के अध्यक्ष डॉ. आनंद गुप्ता ने बताया कि शपथ ग्रहण समारोह में इंडियन मेडिकल एसोसिएशन के इलेक्ट प्रेसीडेंट डॉ. सुनील चुघ, चिकित्सा विभाग के संयुक्त निदेशक डॉ. जुल्फिकार काजी, उपनिदेशक डॉ. पंकज गौड़, मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. दिनेश खराड़ी सहित कई वरिष्ठ चिकित्सक मौजूद थे। नव नियुक्त कार्यकारिणी के डॉ. शारदा ने शपथ दिलाई। संचालन डॉ. प्रशान्त अग्रवाल ने किया।

जे. के. में आजादी का अमृत महोत्सव

निम्बाहेड़ा। जे. के. सीमेंट के तत्वावधान में पिछले दिनों 'आज़ादी का अमृत महोत्सव' राजकीय उच्च मा. विद्यालय, पायरी में हर्षोल्लास से मनाया गया। खान सुरक्षा महानिदेशालय के निर्देशन एवं खदान प्रमुख मनीष तोषनीवाल के मार्गदर्शन में सम्पन्न कार्यक्रम में निबंध, पोस्टर मेकिंग व गीत प्रतियोगिताएं हुईं। अध्यक्षता जे. के. सीमेंट के महाप्रबंधक दिलीप कुमार धाकड़ ने की। विजयी प्रतिभागी विद्यार्थियों को पुरस्कृत किया गया। इस अवसर पर उपमहाप्रबंधक पीयूष आमेटा, प्रबंधक राजेश जोशी, सुधीर नागोरी, पीयूष कुमावत, खुशबू, विद्यालय प्रधान कविता चौधरी आदि भी उपस्थित थे। संचालन प्रदीप शर्मा ने किया।

डॉ. अनुष्का लॉ कॉलेज को एक्सीलेंस अवार्ड

उदयपुर। स्पेक्ट्रम रिसोर्ट एवं स्पा में आयोजित समारोह में डॉ. अनुष्का लॉ कॉलेज उदयपुर की कोरोना काल के दौरान उत्कृष्ट कार्यों एवं शैक्षणिक योगदान के लिए माय एक्सीलेंस अवार्ड 2021 से सम्मानित किया गया। समारोह की विशिष्ठ अतिथि बालिका वधू फेम स्मिता बंसल ने संस्थान के सचिव राजीव सुराणा व डॉ. रंजना सुराणा को अवार्ड प्रदान किया।

नेहा का सम्मानः अनुष्का ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट द्वारा संस्थान की मेधावी छात्रा एवं अन्तर्राष्ट्रीय कयाकिंग खिलाड़ी नेहा कुमावत को उनके द्वारा खेल क्षेत्र में प्राप्त की गई राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय उपलब्धियों के लिए सम्मानित किया गया। संस्थान संस्थापक डॉ. एस. एस. सुराणा ने घोषणा की कि एकेडमी कार्सेस में राष्ट्रीय स्तर के खिलाड़ियों को पूर्णत: एवं राज्य स्तरीय खिलाड़ियों को फीस में 50 प्रतिशत की छूट दी जाएगी।

अनचाहे बालों से मुक्ति

उदयपुर। चर्म व सौंदर्य केन्द्र अर्थ स्किन एंड फिटनेस अनचाहे बालों को हटाने के लिए एडवांस टेक्नोलॉजी सोपरानो टाइटेनियम के थ्री वेवलेंथ की टेक्निक लाया है। अर्थ के सीईओ डॉ. अरविंदर सिंह ने बताया कि इस तकनीक में बालों को हटाने में एक साथ तीन वेवलेंथ उपयोगी में ली जाती है। इससे अर्थ स्किन एंड फिटनेस अनचाहे बालों को जड़ से हटाने में कामयाब होगा। मेडिकल फेशियल, पिगमेंट हटाना, कील-मुंहासे, मुंहासों के दाग, स्किन ग्लो, बालों का झड़ना जैसी समस्याओं का समाधान भी किया जाएगा।

अर्बन स्क्वायर का पहला चरण पूर्ण

उदयपुर। भूमिका ग्रुप ने लेकसिटी के सबसे बड़े मॉल अर्बन स्क्वायर के पहले फेज का काम पूरा कर लिया है। यह नवम्बर में शुरू हो जाएगा। प्रबंध निदेशक उद्धव पोद्दार ने बताया कि मॉल में एक ही छत के नीचे सभी सुविधाएं मिलेगी। मॉल को इस तरह बनाया गया है कि टॉप ब्रांड्स के साथ स्थानीय ब्रांड्स भी आमजन को उपलब्ध होंगे।

यूडीसीए के चुनावः मनोज अध्यक्ष, शर्मा सचिव

उदयपुर। उदयपुर जिला क्रिकेट संघ(यूडीसीए) के 17 अक्टूबर को सम्पन्न हुए चुनाव में अध्यक्ष मनोज भटनागर, सचिव महेन्द्र शर्मा, पीआरओ आर चन्द्रा, डिप्टी प्रेसिडेन्ट महिपाल सिंह, कोषाध्यक्ष मनोज चौधरी, उपाध्यक्ष अनीश इकबाल, हर्षवर्द्धन जैन, राकेश खोखावत, मोहम्मद शाहिद और यशवन्त पालीवाल चुने गए। संयुक्त सचिव सुरेश सोनी, मुकेश कुमावत, रजनीश शर्मा और डॉ. प्रकाश जैन निर्वाचित किए गए। चुनाव अधिकारी यासिन खान पठान ने बताया कि सात सदस्यीय कार्यकारिणी में विनोद राठौड़, महेन्द्र छापरवाल, राजेन्द्र केवलिया, अभिषेक शर्मा, राजेन्द्र जैन, नारायण सिंह और कुबेर सिंह चावड़ा की पहली बार एन्ट्री हुई है। उदयपुर क्रिकेट संघ के दो बार अध्यक्ष रहे लक्ष्यराज सिंह मेवाड़ ने नई कार्यकारिणी को बधाई देते हुए कहा कि यह क्रिकेट में नई प्रतिभाओं को निखारने के लिए सतत् प्रयास करेगी। इस कार्यकारिणी का कार्यकाल चार साल रहेगा। इसकी देखरेख में ही उदयपुर के कानपुर खेड़ा में अन्तर्राष्ट्रीय क्रिकेट स्टेडियम बनेगा।

समाचार पत्र वितरकों का सम्मान

उदयपुर। लायंस क्लब उदयपुर लेकसिटी ने लायंस भवन देवाली में 16 समाचार पत्र वितरकों का कोरोना योद्धा के रूप में सम्मान किया। अध्यक्ष प्रवीण आंचलिया, कार्यवाहक डिस्ट्रिक्ट गवर्नर संजय भण्डारी, रेणु बांठिया, के एल पुनमिया, दीपक हिंगड़, वीसी व्यास, प्रमोद चौधरी, अशोक जैन, सुरेश मेहता, आशा मेहता, एस के पोखरना, नरेन्द्र शर्मा, आर एस भंडारी, कल्पना भंडारी मौजूद थे।

'इजी इकोनॉमिक्स' का विमोचन

उदयपुर। उमंग खत्री ने कक्षा 11वीं एवं 12वीं के छात्रों के लिए टर्म-1 बोर्ड परीक्षाओं को मद्देनजर रखते हुए इजी इकोनॉमिक्स पुस्तक लिखी है। जिसका विमोचन कैट के महासचिव सीए प्रवीण खण्डेलवाल, पूर्व शिक्षा मंत्री वासुदेव देवनानी एवं कलेक्टर चेतन देवड़ा ने किया। उमंग खत्री ने बताया कि सीबीएसई बोर्ड को टर्म-1 और टर्म-2 में बांटा गया है। जिसमें टर्म-1 में एमसीक्यू के आधार पर प्रश्न दिए जाएंगे। किताब पूरी तरह से एमसीक्यू प्रश्न पर आधारित है। हर चैप्टर में करीबन 60 से 80 एमसीक्यू दिए गए हैं। इस किताब की सहायता से बच्चे इकोनॉमिक्स एनसीईआरटी का पूरा सिलेबस कवर कर पाएंगे।

शांता प्रिंस और चूंडावत जिला कमेटी में

शांता प्रिंस

नवलसिंह चूंडावत

उदयपुर। राजस्थान सरकार पर्यटन मंत्रालय द्वारा जिला स्तरीय कमेटी में शांता प्रिंस और नवल सिंह चूंडावत को मनोनीत किया गया।

करणसिंह स्मृति शतरंज प्रतियोगिता

उदयपुर। उस्ताद करण सिंह स्मृति लेकसिटी ओपन इनामी शतरंज प्रतियोगिता के तहत सीनियर वर्ग में हर्षित शर्मा और महिला वर्ग में महिमा सालवी प्रथम रही। आयोजन कमेटी के विकास साहू ने बताया कि समापन समारोह में मुख्य अतिथि पंकज शर्मा, अरुण टांक, हितांशी शर्मा, शंकर चंदेल, सीआई डॉ. हनवंतसिंह ने विजेताओं को पुरस्कार दिए।

कप्पू व मीणा का सम्मान

उदयपुर। राष्ट्रीय स्वैच्छिक रक्तदान दिवस पर रविन्द्र पाल सिंह कप्पू को 93 बार व आर सी मीणा को 83वीं बार रक्तदान करने पर गत दिनों राजस्थान सरकार ने जयपुर में भगवत सिंह मेहता सभागार में सम्मानित किया। चिकित्सा मंत्री रघु शर्मा ने प्रमाण पत्र एवं प्रतीक चिन्ह प्रदान कर सम्मानित किया।

कला आश्रम में राष्ट्रीय शिविर

उदयपुर। हिन्दुस्तान स्काउट्स एण्ड गाइड्स, राष्ट्रीय शिविर के तत्वावधान में सात दिवसीय बेसिक, एडवांस, प्री एचडब्ल्यूबी एवं मैनेजमेंट प्रशिक्षण शिविर कला आश्रम गोगुन्दा उदयपुर में हुआ। शिविर संचालक एवं राज्य सचिव नरेन्द्र औदिच्य ने बताया कि मुख्य अतिथि राष्ट्रीय मुख्य आयुक्त एवं डीजीपी गुजरात अनिल प्रथम थे। अध्यक्षता नानालाल वया राज्य कोषाध्यक्ष एवं विशिष्ट अतिथि डॉ. दिनेश खत्री व डॉ. सरोज शर्मा थे।

स्थापना दिवस मनाया

उदयपुर। तारा संस्थान ने एक सादे समारोह में स्थापना दिवस मनाया। इस अवसर पर तारा नेत्रालय के वरिष्ठ आई सर्जन डॉ. जी.एल. कुमावत ने कहा कि पिछले 30 साल में मुझे सरकारी सेवा में रहते हुए जो काम नहीं किया होगा उससे ज्यादा काम करने का अवसर यहां मिला। अध्यक्ष कल्पना गोयल, सीओ दीपेश मित्तल, वरिष्ठ आई सर्जन डॉ. सुबोध सर्राफ, निदेशक विजय चौहान, अलका जैन, कालू लाल पटेल, के. पी. राणावत, शंकर सिंह आदि ने विचार रखे।

पोखरना बने प्रान्तीय अध्यक्ष

उदयपुर। अखिल भारतवर्षीय श्वेताम्बर स्थानकवासी जैन कॉन्फ्रेन्स राजस्थान प्रान्त के चुनाव में निर्मल पोखरना राजस्थान प्रान्त के अध्यक्ष चुने गये। चुनाव प्रक्रिया उदयपुर और भीलवाड़ा दोनों केन्द्रों पर सम्पन्न हुई, जिसमें उदयपुर में 157 वोट में से निर्मल पोखरना को 148 वोट मिले, भीलवाड़ा में 86 वोट में से 76 वोट मिले, कुल 243 वोट में से पोखरना को 224 वोट मिले।

त्रिभुवन आमेटा अध्यक्ष निर्वाचित

उदयपुर। फोटोग्राफरों के संगठन उदयपुर पोस्ट प्रोडक्शन वेलफेयर सोसायटी के चुनाव में अध्यक्ष पद पर त्रिभुवन आमेटा विजयी रहे। उपाध्यक्ष कमल कुमावत, सचिव गणपत सालवी, सह सचिव धीरज साहू, कोषाध्यक्ष सुरेश औदिच्य और संगठन मंत्री के पद पर बजरंग सिंह चौहान निर्विरोध निर्वाचित हुए। इसके अलावा खेल मंत्री तरुण औदिच्य, सांस्कृतिक मंत्री के पद पर वसीम अकरम, सुरेश छाबड़ा और कैलाश औदिच्य का निर्वाचन किया गया। संरक्षक संरक्षक एस पी चौहान की देखरेख में चुनाव सम्पन्न हुए।

संजय गंगावत अध्यक्ष

उदयपुर। दिगम्बर जैन नरसिंहपुरा युवा शक्ति संस्थान के चुनाव में अध्यक्ष संजय गांगावत और महामंत्री अरुण लुणदिया को चुना गया।

मनप्रीत सिंह सदस्य नियुक्त

उदयपुर। राज्य सरकार ने अल्पसंख्यकों के कल्याणार्थ प्रधानमंत्री के 15 सूत्रीय कार्यक्रम की क्रियान्विति के लिए जिला स्तर पर गठित कमेटी ने उदयपुर के मनप्रीतसिंह खनूजा को सदस्य मनोनीत किया है।

पुरोहित व चौरड़िया खाद्य सुरक्षा समिति में

डॉ. संजीव

सीमा चौरड़िया

उदयपुर। राज्य सरकार ने देहात जिला कांग्रेस के निवर्तमान प्रवक्ता डॉ. संजीव राजपुरोहित एवं देहात जिला महिला कांग्रेस अध्यक्ष सीमा चौरड़िया को उदयपुर जिला खाद्य सुरक्षा एवं सतर्कता समिति में सदस्य नियुक्त किया है। खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति विभाग की उपायुक्त एवं उपशासन सचिव अलका मीणा ने इस सम्बन्ध में आदेश जारी किए। नाथूलाल मीणा(गोगुन्दा), रायसाराम खेर(कोटड़ा), रामेश्वर चौधरी(गोगुन्दा) को भी इसमें मनोनीत किया गया है। इनका कार्यकाल दो वर्ष का होगा।

अमृत महोत्सव रोल का विमोचन

उदयपुर। राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की 150वीं जयंती व देश की आजादी के अमृत महोत्सव पर शिल्पकार चन्द्रप्रकाश चित्तौड़ा द्वारा 152 फीट का रोल तैयार किया गया। जिसमें राष्ट्रीय आन्दोलन का सचित्र वर्णन है। इसका विमोचन हाल ही में राजस्थान विद्यापीठ जेआर विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. एस. एस. सारंगदेवोत ने किया। इस अवसर पर विश्वविद्यालय के वरिष्ठ अधिकारी भी मौजूद थे।

महिन्द्रा एक्सयूवी 700 लॉन्च

उदयपुर। महिन्द्रा एण्ड महिन्द्रा के नए एवं बहुप्रतीक्षित एक्सयूवी 700 मॉडल का अनावरण गत दिनों के. एस. ऑटोमोबाइल्स प्राइवेट लिमिटेड पर मुख्य अतिथि लक्ष्यराजसिंह मेवाड़ एवं निवृत्ति कुमारी मेवाड़ द्वारा सम्पन्न हुआ। इस अवसर पर के. एस. ऑटोमोबाइल्स प्रा. लि. के निदेशक सुनील कुमार परिहार, आकाश परिहार एवं महिन्द्रा के एरिया सेल्स मैनेजर नावेद खान भी उपस्थित थे। परिहार ने बताया कि ग्राहक उपलब्ध विकल्पों जैसे ईंधन, बैठक क्षमता, रंग आदि में से अपनी पसंद के अनुसार विकल्प का चयन कर ऑनलाइन बुकिंग भी कर सकते हैं। उदयपुर में अनावरण के दिन 200 से अधिक ग्राहकों ने वाहन की बुकिंग करवाई।

प्रथम स्थापना दिवस

उदयपुर। राजस्थान राव समाज संस्थान के प्रथम स्थापना दिवस पर गत दिनों आम सभा हुई। मुख्य अतिथि राजस्थान विद्यापीठ विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. शिवसिंह सारंगदेवोत थे। विशिष्ट अतिथि राव रतन सिंह (को-चेयरमेन, बार कौंसिल ऑफ राजस्थान) थे। अध्यक्षता संस्थान के अध्यक्ष डॉ. राव कल्याण सिंह ने की। कार्यक्रम में संस्थान के महासचिव महेन्द्र सिंह कैलाश नगर द्वारा लिखित पुस्तक 'विस्मृत सत्य' का विमोचन किया गया। इस मौके पर दिलीप सिंह, प्रतापनगर थानाधिकारी विवेक सिंह राव, भोपाल सिंह, डॉ. भरत सिंह राव, डॉ. रविन्द्र सिंह, डॉ. अजित सिंह भी उपस्थित थे। संचालन विनय सिंह खेड़ली ने किया।

गीतांजलि में पुस्तक विमोचन

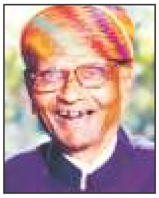
उदयपुर। गीतांजलि विश्वविद्यालय के परीक्षा विभाग के डिप्टी रजिस्ट्रार राकेश जोशी द्वारा लिखित पुस्तक क्लीनिकल पेथोलॉजी, हेमेटोलॉजी एवं ब्लड बैंकिंग का विमोचन गीतांजलि सभागार में किया गया। समारोह में मुख्य अतिथि गीतांजलि समूह के एग्जीक्यूटिव डायरेक्टर अंकित अग्रवाल, कुलपति डॉ. प्रो. एफ एस मेहता, रजिस्ट्रार भूपेन्द्र सिंह मंडलिया, जीएमसीएच डीन डॉ. नरेन्द्र मोगरा आदि उपस्थित थे।

मास खमन तप अभिनंदन

उदयपुर। समाजसेवी एवं उद्यमी सुरेश कुमार सिंघवी का 10 अक्टूबर को अपनी आहार संज्ञा को तोड़कर 30 उपवास(मास खमन तप) करने पर परिवार व समाज द्वारा अभिनंदन किया गया। सिंघवी ने बताया कि यह तपस्या स्मृति शेष पिता श्री कुंदनमल जी व माता श्रीमती सुन्दर बाई के शुभाशीष से ही संभव हो पाई। पंचायती नोहरा में आयोजित अभिनंदन समारोह में परिजनों ने उनके प्रति मंगल कामनाओं की अभिव्यक्ति करते हुए आशीर्वाद प्राप्त किया।

शोक संवेदना

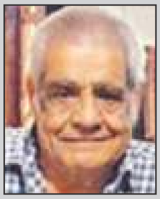
उदयपुर। श्रीमती कंकु देवी जी नागदा (धर्मपत्नी श्री हमेरलाल जी नागदा, जगत) का 9 अक्टूबर को उनके आवास रामदास कॉलोनी में स्वर्गवास हो गया। वे अपने पीछे व्यथित हृदय पुत्र शंकर लाल, पुष्कर लाल व देवीलाल नागदा(संस्थापक-नागदा युवा मंच, उदय) पुत्रियां कमला देवी व देऊबाई सहित पौत्र-पौत्रियों एवं दोहित्र-दोहित्रियों का भरापूरा परिवार छोड़ गई हैं।



उदयपुर। श्री रोशनलाल जी रटोड़िया लकड़वास वाला का 24 सितम्बर को देहान्त हो गया। वे अपने पीछे व्यथित हृदय पुत्र महेन्द्र कुमार, जीवन कुमार, जसवन्त, देवेन्द्र व सुन्दरलाल, पुत्रियां श्रीमती केसर टीमरवा, चौसर देवी, जंसीगोत, पौत्र-पौत्रियों, दोहित्र-दोहित्रियों तथा भाई-भतीजों का समृद्ध परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्रीमती पुष्पा देवी जी वाणावत धर्मपत्नी स्व. राजेन्द्र जी वाणावत का हृदयगति रूकने से 13 सितम्बर को निधन हो गया। वे अपने पीछे शोकग्रस्त पुत्र जिनेन्द्र, महेन्द्र, अनिल व मनीष वाणावत, पुत्री श्रीमती नीता बोहरा, पौत्र-पौत्री, दोहित्री तथा भाई-भतीजों का सम्पन्न परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। रीजनल कॉलेज अजमेर के पूर्व प्राचार्य प्रो. राजेन्द्र दुर्गा भारतीय का 9 सितम्बर को निधन हो गया। वे 86 वर्ष के थे। वे अपने पीछे शोकाकुल पत्नी श्रीमती विमला भारतीय, पुत्र मनोज, संजय, डॉ. श्रीकान्त व पंकज भारतीय, पुत्री डॉ. ज्योत्स्ना सहित भाई-भतीजों, पौत्र, पौत्रियों व दोहित्र का भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।



उदयपुर। श्री ओमप्रकाश जी शर्मा, डोरेनगर का 20 सितम्बर को देहावसान हो गया। वे अपने पीछे शोकाकुल पत्नी श्रीमती शीला देवी, पुत्र दीपन, पुत्रियां श्रीमती अल्पा व शिल्पा, पौत्र-पौत्रियों, दोहित्र-दोहित्रियों व भाई-भतीजों का वृहद परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री शांतिलाल जी वेलावत का 28 सितम्बर को आकस्मिक स्वर्गवास हो गया। वे अपने पीछे शोकाकुल धर्मपत्नी श्रीमती मंजू, पुत्रियां पलक, पायल व पिनल, भाई-भतीजों एवं दोहित्र-दोहित्रियों का सम्पन्न परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्रीमती मधु जी खटवड़ धर्मपत्नी श्री सुनील जी खटवड़ (मावली) का 29 सितम्बर को देहावसान हो गया। वे अपने पीछे व्यथित हृदय पति, पुत्र रजत खटवड़ सहित भाई-भतीजों का वृहद परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। श्रीमती सुमन जी सपरा धर्मपत्नी श्री हरीश जी सपरा का आकस्मिक स्वर्गवास 28 सितम्बर को हो गया। वे अपने पीछे शोक विह्वल पति, पुत्र विजय सपरा, पुत्री श्रीमती कविता चावला सहित दोहित्र, पौत्रियों एवं भाई-भतीजों का भरापूरा परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। श्रीमती कला जी मेहता धर्मपत्नी श्री देवीलाल जी मेहता का 16 अक्टॅबर को स्वर्गवास हो गया।। वे अपने पीछे शोकाकुल पुत्र उमेश मेहता, पुत्रियां उषा नलवाया, अरूणा भंडारी व अर्चना कच्छारा सहित पौत्र-पौत्रियों व दोहित्र-दोहित्रियों का सम्पन्न परिवार छोड़ गई हैं।

उदयपुर। श्री रिद्धीनारायण जी वशिष्ठ का 24 सितम्बर को आकस्मिक निधन हो गया। वे अपने पीछे शोक संतप्त पत्नी श्रीमती उषा देवी, पुत्र गौरांग, पुत्रियां श्रीमती विभूति, श्रुति तथा भाई-भतीजों का वृहद एवं समृद्ध परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री सागरमल जी जैन (संगावत) का 30 सितम्बर को आकस्मिक देहावसान हो गया। वे अपने पीछे धर्मपत्नी श्रीमती ललिता देवी, पुत्र धीरज, आदर्श व अनुभव तथा भाई-भतीजों व पौत्र-पौत्रियों का बड़ा परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री शांतिलाल जी करणपुरिया का 6 अक्टूबर को देहावसान हो गया। वे अपने पीछे धर्मपत्नी श्रीमती चंचल देवजी, पुत्र उपेश, पुत्री नीलम देवी, भाई-भतीजों एवं पौत्र-पौत्रियों व दोहित्र समेत सम्पन्न परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। श्री झमकलाल जी जैन (नागदा) का 9 अक्टूबर को आकस्मिक निधन हो गया। वे अपने पीछे शोक सन्तप्त धर्मपत्नी श्रीमती कंकु देवी, पुत्र दिलीप व नरेश सहित भाई-बहिनों, भतीजों व पौत्र-पौत्रियों का सम्पन्न परिवार छोड़ गए हैं।

उदयपुर। धर्मोपासिका शतायुधिक श्रीमती रानी देवी जी कालरा का 5 अक्टूबर को परलोकगमन हो गया। वे अपने पीछे सुखी-सम्पन्न विशाल परिवार छोड़ गई। जिसमें पुत्र मोहन कालरा, सन्तोष, श्याम, अनिल, नंदलाल, अशोक श्रीचंद, गुरुमुख, पुत्रवधू सरोज(धर्मपत्नी स्व. रमेश जी कालरा), सरिता कालरा(धर्मपत्नी स्व. राधेश्याम जी कालरा), पुत्रियां मोहिनी खतूरिया, कविता खतूरिया, राजकुमारी मोटवानी, स्व. इन्दिरा नाचानी(दामाद श्री वाशदेव नाचानी), सजनी चेलानी, सुलोचना किंगरानी व माया कुकरेजा हैं।

उदयपुर। पूर्व सांसद एवं पत्रकार स्व. श्री औंकारलाल जी बोहरा की धर्मपत्नी श्रीमती जतन देवीजी(81) बोहरा का 16 अक्टूबर को देहावसान हो गया। वे गांधी सेवा सदन, वल्लभनगर की अध्यक्ष थीं। वे अपने पीछे पुत्र बसन्त कुमार, प्रफुल्ल, शरद, हेमन्त व अशोक तथा पुत्री आश बुलियां सहित पौत्र-पौत्रियों, दोहित्र-दोहित्रियों व भाई-भतीजों का वृहद परिवार छोड़ गई हैं।

'प्रत्यूष' परिवार हार्दिक संवेदना प्रकट करता है।

COSINE POWER PVT LTD

COSINE POWER

(Design, Engineering, Construction and Management.)

ABOUT US

We are professionally managed and technically equipped company providing Solar Roof top Power Plant & Electrical Switch gear Solutions. With our best industry practices in EPC and years of experience, we help you maximize returns on your investment and ensure a long lasting project life.

SOLAR ROOFTOP SOLUTIONS

1. **Site Survey and Capacity Estimation**
2. **Design and Engineering**
3. **Installation and Commissioning**
4. **Net Metering and Open Access Assistance**
5. **Operation - Maintenance & Online Monitoring**

- OVER 20+ MW INSTALLATION
- System Size - 10 KW TO 1000+ KW
- 200+ Projects Executed Successfully
- EXPERT ENGINEERING
- BEST PROCUREMENT
- TIMELY EXECUTION

GET IN TOUCH

Contact No. 91 7665006124 , +91 8740000996,
Email- Info@cosinepower.in
Office - Udaipur, Jaipur

What's the wrong kind of water?

Water that is filled with contaminants, toxins, and has a low pH (acidic) is the wrong kind of water. Tap water and many bottled waters are the wrong kind of water for those reasons. What can the wrong kind of water do to you?

- Toxic – Many tap and bottled waters are rife with impurities
- Low (acidic) pH – Contributes to low pH which may lead to health problems
- Oxidizing – Positive ORP (Oxidation Reduction Potential) promotes free radical tissue damage
- Hard to absorb – Large water molecule clusters must be broken down in the body
- Lacks minerals – Reverse osmosis, de-ionized, and distilled waters rob your body of essential minerals

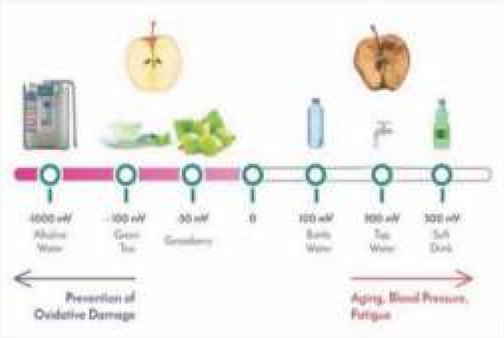
Comparison of Hydrogen with other Natural Antioxidants

Hydrogen is the lightest and the smallest molecule in the universe. It can penetrate deep inside your cells to rejuvenate them by flushing the toxic wastes and neutralizing the free radicals that cause stress and aging.

A lot of natural foods and fresh fruits have natural antioxidants, like lemon juice and green tea. But with the amount of free radicals caused by stress and pollution, just a few glasses of these fluids are not sufficient to reverse the damage.

Can you drink 10 glasses of lemon juice in a day?

It is not possible to drink so much and it is not a pleasant experience. With Alkaline Ionized Water, you get a large quantity of the lightest antioxidant in the world, and just 1.5 litres of Hydrogen Rich Alkaline Water contain the same antioxidant power as 500 apples!



Oxidation & ORP

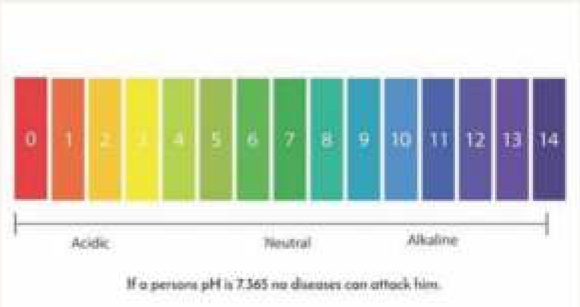
Oxidation is the chemical process by which any substance loses electrons and becomes inactive. This is the same process that happens when you cut the apple and leave it in the open air. The Molecules of the apple lose electrons rapidly to the oxygen in the air, and the Apple cells start to die.

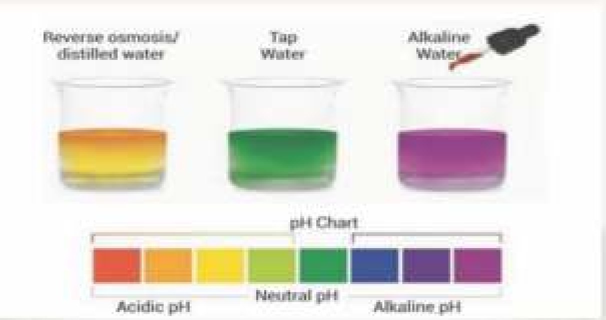
ORP(Oxidation Reduction Potential) measures the power of any substance to improve or reduce oxidation. If the ORP Value is negative, that means it reduces Oxidation. Buder's Alkaline Water Ionizers generate water with an ORP of upto -1000 mV, which is effective and reduces the oxidation in your body.

pH – Potential of Hydrogen

pH stands for 'Potential of Hydrogen'. It measures the acidity of any liquid. Pure Water has a pH of 7, which is neutral, i.e. neither acidic nor alkaline. The natural pH of Human blood is 7.365, which is slightly Alkaline.

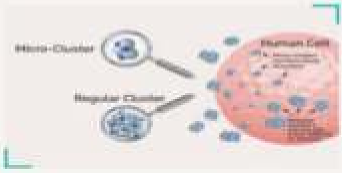
Water from ordinary RO Purifiers doesn't contain any minerals and is acidic, which spoils the pH balance of the body. Proper blood pH is required to improve the Dissolved Oxygen in the blood which helps the organs get adequate oxygen.



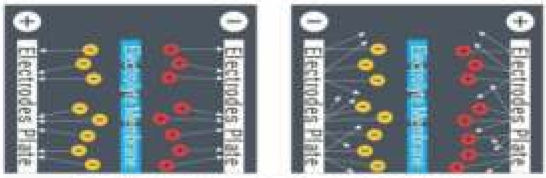


MICRO CLUSTERING | ALKALIZATION (pH) | OXIDATION (ORP)

Large molecules are broken into smaller molecules to improve absorption in cells



Alkaline Ionized Water - Redefining Technology for Health & Wellness!



PATENTED REVERSE CLEANING SYSTEM

Patented Reverse Cleaning Technology

Other Ionizers in the market need deep cleaning and maintenance twice a year to clear the scaling and mineral deposits from their Electrode Plates.

Without this periodic maintenance, the ionizers start to lose their performance and become blocked over time.

Maxell's Patented Technology makes all these Ionizers outdated because they don't require and special deep cleaning or maintenance.

This is because the electrodes are cleaned automatically with an innovative technology that doesn't even allow the minerals to build up on the plates.

Every second during electrolyzing, the polarity of the electrodes reverses and the stuck mineral ions suddenly start migrating to the opposite electrode because the charge is now opposite.

This clears the electrode surface so that there is no build up of any minerals and your ionizer is always at peak performance.

ISO · Certified for ISO 13485 · TÜV SÜD · NSF · CE · Water Quality · TÜV Rheinland · SGS · JAB

Certifications

Buder's Alkaline Water Ionizers manufactured by Maxell Ltd. have been awarded with many prestigious Certifications like the ISO 13485 Medical Devices Certification which has the strictest criteria.

Our Devices are also certified and approved by the Water Quality Association of USA along with Quality Certification from NSF International.

Mfd. By
HITACHI
maxell
Made in Japan

HI-TA 817

हाइड्रोजन
बॉटल

Alkaline Ionized Drinking Water
दुनिया का सबसे बेस्ट वॉटर

M. 96641 69451
90246 89244
91161 16403

KTS

KTS Prime Merchandise Pvt. Ltd.

101-102, Vinayak Plaza, 100 Ft. Road, Opp. Royal Raj Villas,
Shobhagpura Chouraha, Udaipur (Raj) 313001
Website : www.ktsprime.com, Email : info@ktsprime.com

Founded on Trust. Envisioning Infinite Possibilities.
Agri Input | Custom Synthesis

Becoming a leading Agri Input and Custom Synthesis company took us foresight, acumen and ability. But it all started with our foundation of trust. Our principles of complete business transparency and an adherence to the highest standards have made us global experts and a partner of choice in our business. We are confident that our belief will lead us to infinite possibilities in the world of chemistry in the times to come.

OUR BUSINESS PRINCIPLES

TRUST

Like the earth, we are dependable
We work with integrity of purpose, honesty in action and fairness in all our dealings.

SPEED

Blazing ahead, like fire
Quick and agile like fire, we constantly strive to work with speed in the way we observe, think and act.

ADAPTABILITY

Adaptive, like water
Constantly transforming ourselves like water, we are free flowing, adapting and highly responsive to change.

INNOVATION

Enlivening, like the air
A constant quest for reaching new horizons, the never-ending search for a better and novel way to do things. Innovation is a way of life for us.

Inspired by Science

PI Industries Ltd.

www.piindustries.com | info@piind.com