

## पूरे देश में चरणबद्ध तरीके से लागू होगा एसआईआर

नई दिल्ली चुनाव आयोग देश में चरणबद्ध तरीके से मतदाता सूची गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) का काम शुरू कर सकता है। आयोग के अधिकारियों ने बताया कि एसआईआर प्रक्रिया की शुरुआत उन राज्यों से हो सकती है, जहां अगले साल विधानसभा चुनाव होने हैं। आयोग उन राज्यों में मतदाता सूची संशोधन अभियान नहीं चलाएगा जहां स्थानीय निकाय चुनाव होने हैं या हो रहे हैं। चुनाव आयोग का कहना है कि चुनाव मशीनरी, निकाय चुनाव में व्यस्त है और इसके चलते वे एसआईआर पर ध्यान केंद्रित नहीं कर पाएंगे। इन राज्यों में शुरू हो सकती है एसआईआर की प्रक्रिया गौरतलब है कि असम, केरल, पुडुचेरी, तमिलनाडु और पश्चिम बंगाल में साल 2026 में विधानसभा चुनाव होने हैं। इन पांच राज्यों के अलावा पहले चरण में कुछ अन्य राज्यों में भी रकम की प्रक्रिया शुरू की जा सकती है। बिहार में एसआईआर का काम पूरा हो गया है, जहां 30 सितंबर को लगभग 7.42 करोड़ नामों वाली अंतिम सूची प्रकाशित की गई थी। मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार ने सोमवार को कहा कि सभी राज्यों में मतदाता सूचियों



### एसआईआर देश में लागू हुआ तो हमारे पास होने चाहिए कौन से दस्तावेज

मतदाता सूची में नाम शामिल करने के लिए फॉर्म 6 के साथ निम्नलिखित दस्तावेजों की आवश्यकता होती है: जन्म तिथि/आयु का प्रमाण- (इनमें से कोई एक) जन्म प्रमाण पत्र भारतीय पासपोर्ट आधार कार्ड पैन कार्ड ड्राइविंग लाइसेंस

कक्षा 10वीं या 12वीं का अंकपत्र/प्रमाण पत्र (यदि उसमें जन्मतिथि दी गई हो) निवास स्थान का प्रमाण: (इनमें से कोई एक, जो आपके पते को प्रमाणित करे) बैंक/डाकघर की चालू पासबुक राशन कार्ड नवीनतम रेंट एग्रीमेंट पानी/बिजली/गैस/टेलीफोन का नवीनतम बिल

आयोग के शीर्ष अधिकारियों ने इस महीने की शुरुआत में एक सम्मेलन में राज्य के मुख्य चुनाव अधिकारियों (सीईओ) से अगले 10 से 15 दिनों में एसआईआर शुरू करने के लिए तैयार रहने को कहा था।

### अपने राज्यों की मतदाता सूचियों को अंतिम एसआईआर के बाद प्रकाशित रखें

मुख्य निर्वाचन अधिकारियों को निर्देश दिया गया है कि वे अपने राज्यों की मतदाता सूचियों को अंतिम एसआईआर के बाद प्रकाशित रखें। दिल्ली के मुख्य निर्वाचन अधिकारी की वेबसाइट पर 2008 की मतदाता सूची है, जब राष्ट्रीय राजधानी में अंतिम बार गहन पुनरीक्षण हुआ था। उत्तराखंड में, अंतिम एसआईआर 2006 में हुआ था, और उस वर्ष की मतदाता सूची अब राज्य मुख्य निर्वाचन अधिकारी की वेबसाइट पर है। अधिकांश राज्यों में मतदाता सूची की अंतिम एसआईआर 2002 और 2004 के बीच थी। एसआईआर का प्राथमिक उद्देश्य अवैध मतदाताओं के जन्म स्थान की जांच करके उन्हें मतदाता सूची से बाहर निकालना है।

### क्या विचाराधीन कैदियों को भी मतदान का हक? मांग जवाब

नई दिल्ली सुप्रीम कोर्ट ने देशभर की जेलों में बंद लगभग 4.5 लाख विचाराधीन कैदियों के मतदाधिकार को फिर मान्यता देने की मांग वाली एक जनहित याचिका पर केंद्र और चुनाव आयोग से जवाब मांगा है। चीफ जस्टिस (सीजेआई) बीआर गवई और जस्टिस के. विनोद चंद्रन की पीठ ने वकील प्रशांत भूषण की इस दलील पर गौर किया कि जनप्रतिनिधित्व अधिनियम, 1951 की धारा 62(5) के तहत लगाया गया वर्तमान पूर्ण प्रतिबंध संवैधानिक गारंटी और अंतरराष्ट्रीय लोकतांत्रिक मानदंडों का उल्लंघन करता है।

## भारत-अफगानिस्तान के बीच मजबूत होंगे हवाई संपर्क: मुत्ताकी

नई दिल्ली अफगानिस्तान के विदेश मंत्री मावलवी आमिर खान मुत्ताकी ने कहा है कि वह भारत की राजधानी दिल्ली में आकर बेहद खुश है। यह उनका भारत का पहला दौरा है बतौर विदेश मंत्री। उन्होंने भारतीय विदेश मंत्री एस. जयशंकर और भारत सरकार की गर्मजोशी और मेहमाननवाजी के लिए धन्यवाद दिया। मुत्ताकी ने बताया कि दोनों देशों के बीच कई अहम मुद्दों पर विस्तृत बातचीत हुई, जिसमें आर्थिक, राजनीतिक, राजनयिक, क्षेत्रीय और सुरक्षा से जुड़े विषय शामिल थे।

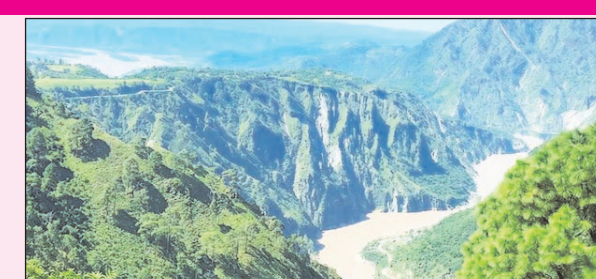


हवाई संपर्क को मजबूत करने उद्देश्य से उन्होंने कहा, 'भारत सरकार ने काबुल में अपने दूतावास की तकनीकी उपस्थिति को और मजबूत करने का फैसला लिया है। साथ ही, जल्द ही इस्लामिक अमीरात (अफगानिस्तान) का राजनयिक प्रतिनिधिमंडल भी दिल्ली पहुंचेगा।' दोनों देशों के बीच व्यापार बढ़ाने के लिए हवाई

संपर्क (एयर कॉरिडोर) को भी मजबूत करने पर सहमति बनी है। मुत्ताकी ने बताया कि विदेश मंत्री जयशंकर ने अफगानिस्तान में स्वास्थ्य सेवाओं के विस्तार का भरपूर ध्यान दिया है। उन्होंने हाल ही में आए भूकंप के पीड़ितों को भारत की ओर से दी गई मदद के लिए भी आभार जताया। इसके अलावा, भारत और अफगानिस्तान ने मिलकर एक 'व्यापार समिति' बनाने का भी निर्णय लिया है। मुत्ताकी ने बताया कि अफगानिस्तान में निवेश के लिए नए अवसर खुले हैं, खासकर खनिज और ऊर्जा के क्षेत्र में।

## सावलकोट परियोजना को केंद्र की मंजूरी, पाकिस्तान को घेरने की तैयारी

नई दिल्ली पहलगाव में हुए आतंकी हमले के बाद भारत ने पाकिस्तान को घुटनों पर लगा दिया। मोदी सरकार ने बड़ा फैसला करते हुए चिनाब नदी के पानी पर रोक लगा दी। ऐसे में अब एक बार फिर भारत ने पाकिस्तान पर जल प्रहार की तैयारी कर ली। सिंधु जल संधि के निलंबन के बीच केंद्र ने चिनाब नदी पर सावलकोट परियोजना को मंजूरी दी है। जिससे साफ होता है कि भारत का पाकिस्तान को स्पष्ट संदेश है कि पानी को लेकर पुरानी रियायतों का



दौरा खत्म हो चुका है। 1,856 मेगावाट की सावलकोट जलविद्युत परियोजना केंद्र सरकार ने जम्मू-कश्मीर में चिनाब नदी पर 1,856 मेगावाट

बाद फिर से जीवित की जा रही है। लगभग चार दशकों से रुकी हुई, सावलकोट परियोजना चिनाब बेसिन में भारत की सबसे बड़ी जलविद्युत परियोजनाओं में से एक है और 1960 की संधि के तहत पश्चिमी नदी जल के अपने हिस्से का पूर्ण उपयोग करने के सरकार के प्रयासों का एक अहम हिस्सा है। फिर से पहले जैसी स्थिति में लाने का काम 22 अप्रैल को पहलगाव आतंकवादी हमले के बाद केंद्र की ओर से संधि को निलंबित करने की घोषणा के कुछ महीने बाद हुआ।

### केरल हाईकोर्ट का एसआईटी को आपराधिक मामला दर्ज करने का आदेश

कोच्चि प्रसिद्ध हिंदू तीर्थस्थल सबरीमाला मंदिर में स्वर्ण-पल्लवन (सोने की परत) की कथित चोरी के मामले में केरल हाईकोर्ट ने आपराधिक मामला दर्ज करने का आदेश दिया है। उच्च न्यायालय ने शुक्रवार (10 अक्टूबर) को विशेष जांच दल (एसआईटी) को सबरीमाला भगवान अयप्पा मंदिर के 'द्वारपालक' मूर्तियों से सोना चोरी के मामले में आपराधिक मामला दर्ज करने और जांच शुरू करने का आदेश दिया है। न्यायमूर्ति राजा विजयराघवन वी और न्यायमूर्ति के वी जयकुमार की पीठ ने यह आदेश दिया है।

## दिल्ली-एनसीआर में ग्रीन पटाखा उत्पादन और बिक्री का मामला, फैसला सुरक्षित

नई दिल्ली सुप्रीम कोर्ट ने दिल्ली-एनसीआर में हरित पटाखों के उत्पादन और बिक्री की अनुमति वाली याचिकाओं पर अपना आदेश सुरक्षित रख लिया है। चीफ जस्टिस बीआर गवई और न्यायमूर्ति के विनोद चंद्रन की पीठ में इस मुकदमे की सुनवाई हुई। राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र के राज्यों का प्रतिनिधित्व करने वाले वकीलों ने शीर्ष अदालत से दिवाली, गुरु पर्व और क्रिसमस जैसे अवसरों पर दिल्ली-एनसीआर में हरित पटाखों के इस्तेमाल की अनुमति मांगी। दलीलों में कहा गया कि पटाखों के इस्तेमाल के समय को लेकर किसी भी तरह का प्रतिबंध नहीं होना चाहिए।



ग्रीन पटाखे फोड़ने की अनुमति मांगी सरकार की तरफ से सॉलिसिटर जनरल तुषार मेहता ने पैरवी की। पक्षकारों की दलीलों को सुनने के बाद सुप्रीम कोर्ट ने आदेश सुरक्षित रख लिया। सुप्रीम कोर्ट से दिवाली पर रात 8 बजे से 10 बजे के बीच ग्रीन पटाखे फोड़ने की अनुमति मांगते हुए दिल्ली-एनसीआर की

तरफ से सॉलिसिटर जनरल तुषार मेहता ने कहा, पेट्रोलियम और विस्फोटक सुरक्षा संगठन (पीईएसओ) और राष्ट्रीय पर्यावरण इंजीनियरिंग अनुसंधान संस्थान (टाएफएन) समय-समय पर पटाखों के उत्पादन कार्यों का निरीक्षण करेंगे। सरकार ने सुप्रीम कोर्ट से कहा, यह सुनिश्चित किया जाएगा कि बाजार में केवल स्वीकृत ग्रीन फायर फॉर्मूलेशन ही बेचे जाएं। निमातों को ग्रीन पटाखों की मात्रा और विवरण बताना होगा। सरकार की तरफ से शीर्ष अदालत को यह सुझाव भी दिया गया कि किसी भी ई-कॉमर्स वेबसाइट को ऑनलाइन ऑर्डर स्वीकार नहीं करना चाहिए।

## अंतरिक्ष में अब राष्ट्रीयता का नहीं, मानवता का सवाल है

जब कोई अंतरिक्ष में जाने के लिए धरती छोड़ता है, तो पृथ्वी उसकी पहचान बन जाती है: शुभांशु शुक्ला नई दिल्ली अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन पर पहुंचने वाले पहले भारतीय शुभांशु शुक्ला ने कहा है कि जब कोई अंतरिक्ष में जाने के लिए धरती छोड़ता है, तो पृथ्वी उसकी पहचान बन जाती है। उन्होंने यह भी कहा कि अंतरिक्ष में अब राष्ट्रीयता का नहीं, बल्कि मानवता का सवाल है। शुभांशु शुक्ला ने यह बात छात्रों को वर्चुअली संबोधित करते हुए कही। स्पेस स्टेशन के अनुभव किए साझा दरअसल, शुभांशु शुक्ला भारतीय विद्यालय प्रमाणपत्र परीक्षा परिषद से संबद्ध स्कूलों के छात्रों से वर्चुअली संवाद कर रहे थे। गोवा में मौजूद शुभांशु शुक्ला ने कहा कि



अंतरिक्ष में राष्ट्रीयता मान्य नहीं रखती, क्योंकि मानवता सर्वोपरि है। अंतरिक्ष स्टेशन में अपने अनुभवों को साझा करते हुए उन्होंने कहा कि स्टेशन से बाहर देखने पर ऐसा लगा जैसे किसी ऐसे दफ्तर में हों,

आकर्षक था। संवाद सत्र के दौरान उन्होंने कहा कि इस दुनिया में लोगों की अलग-अलग पहचान हो सकती है, लेकिन जब कोई अंतरिक्ष में होता है तो वे धुंधली हो जाती हैं। उन्होंने छात्रों को संबोधित करते हुए कहा कि, "जब आप बच्चे होते हैं और स्कूल जाते हैं, तो हमारा घर और माता-पिता हमारी पहचान बन जाते हैं। जब हम कॉलेज जाते हैं, तो कॉलेज हमारी पहचान बन जाता है। जब आप शहर छोड़कर दूसरी जगह जाते हैं, तो वह शहर आपकी पहचान बन जाता है। जब आप विदेश जाते हैं, तो आपका देश आपकी पहचान बन जाता है।"

## टीवीके की याचिका पर 'सुप्रीम' फैसला सुरक्षित



नई दिल्ली सुप्रीम कोर्ट ने शुक्रवार को तमिल अर्धनेता विजय की राजनीतिक पार्टी टीवीके और अन्य द्वारा दायर याचिका पर अपना फैसला सुरक्षित रख लिया। याचिका में मद्रास हाईकोर्ट के उस आदेश को चुनौती दी गई थी जिसमें करूर भगदड़ की जांच के लिए एसआईटी गठित करने का निर्देश दिया गया था। इस भगदड़ में 41 लोग मारे गए थे। न्यायमूर्ति जेके माहेश्वरी और न्यायमूर्ति एन वी अंजोरिया की पीठ ने पक्षकार, पीड़ितों, तमिलनाडु सरकार और अन्य की ओर से पेश वरिष्ठ वकीलों की दलीलों सुनीं। सभी पक्षों द्वारा प्रस्तुत दलीलों के बाद न्यायमूर्ति जेके माहेश्वरी और न्यायमूर्ति एन वी अंजोरिया की पीठ ने तमिलनाडु सरकार से कहा कि वह अपना फैसला सुरक्षित रखने से पहले पीड़ितों की ओर से दायर

याचिकाओं के जवाब में एक जवाबी हलफनामा दायर करे। घटना का सीबीआई जांच की मांग इससे पहले मंगलवार को मुख्य न्यायाधीश की अध्यक्षता वाली पीठ ने भाजपा नेता उमा आनंदन की उस याचिका पर सुनवाई पर सहमति व्यक्त की थी, जिसमें 27 सितंबर की भगदड़ की सीबीआई जांच से इनकार करने वाले हाईकोर्ट के आदेश को चुनौती दी गई थी। तमिलनाडु के भाजपा नेता जी एस मणि ने भी भगदड़ की सीबीआई जांच की मांग करते हुए एक याचिका दायर की है। टीवीके ने सर्वोच्च न्यायालय की निगरानी में एक स्वतंत्र जांच की मांग की है। याचिका में उच्च न्यायालय द्वारा केवल तमिलनाडु पुलिस के अधिकारियों वाली एक विशेष जांच दल (एसआईटी) गठित करने पर आपत्ति जताई गई है।

## 30 दिन में 'लाल आतंक' को चोट: 26 नक्सली खत्म तो 98 ने डाले हथियार

नई दिल्ली केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने घोषणा की है कि मार्च 2026 तक देश के सभी हिस्सों से नक्सलवाद पूरी तरह खत्म हो जाएगा। 'सीआरपीएफ' और इसकी विशेष इकाई 'कोबरा', डीआरजी व राज्यों की पुलिस, नक्सलियों के खात्मे/सरेंडर कराने में लगी हैं। सितंबर माह के दौरान सुरक्षा बलों को इस मुहिम में बड़ी कामयाबी मिली है। नक्सल प्रभावित क्षेत्रों में सीआरपीएफ एवं संबन्धित राज्यों की पुलिस के समक्ष 98 माओवादीयों ने सरेंडर किया है। साथ ही 98 माओवादी पकड़े गए हैं। सुरक्षा बलों के साथ हुई मुठभेड़ में 26 नक्सली मारे गए हैं। सीआरपीएफ/कोबरा, ने नक्सलियों के गढ़ में लगातार बढ़त लेते हुए छत्तीसगढ़ में 100 एफओबी स्थापित कर लिए हैं। सीआरपीएफ की सक्रियता भूमिका वाले क्षेत्रों में सितंबर माह के दौरान 64 हथियार भी बरामद किए हैं। विभिन्न इलाकों में 55 आईईडी, 2656 राउंड गोलावारी, 94 ग्रेनेड, दो बम, 1006 डेटोनेटर, 113.85 किलोग्राम विस्फोटक पदार्थ,



177140 रुपये कैश, 45 जिलेटिल स्टिक और 4 किलोग्राम नशीले पदार्थ बरामद जब्त किए गए हैं। नक्सलियों के गढ़ में पहुंचकर सीआरपीएफ व दूसरे बलों के जवान 48 घंटे में 'फॉरवर्ड ऑपरेटिंग बेस' स्थापित कर रहे हैं। अब इसी एफओबी के चक्रव्यूह में फंसकर नक्सली मारे जा रहे हैं। सुरक्षा बलों ने ऐसा जाल बिछाया है कि जिसमें नक्सलियों के पास दो ही विकल्प बचते हैं। एक, वे सरेंडर कर दें और दूसरा, सुरक्षा बलों के साथ मुठभेड़ में गोली खाने के लिए तैयार रहें। केंद्रीय सुरक्षा बल के एक वरिष्ठ अधिकारी की मुताबिक, नक्सलियों का अंत अब कितना निकट है, यह

## जम्मू-कश्मीर को राज्य बनाने की मांग पर सुप्रीम कोर्ट सरख्त, केंद्र से चार हफ्ते में मांगा जवाब

नई दिल्ली जम्मू-कश्मीर को वापस राज्य का दर्जा देने की लगातार उठ रही मांग पर सुप्रीम कोर्ट ने सख्ती दिखाते हुए केंद्र सरकार को अहम निर्देश दिया है। कोर्ट ने शुक्रवार को केंद्र सरकार को चार हफ्ते का समय दिया है ताकि वह जम्मू-कश्मीर को राज्य का दर्जा वापस देने से जुड़ी याचिकाओं पर अपना जवाब दाखिल कर सके। मुख्य न्यायाधीश बीआर गवई की अध्यक्षता वाली पीठ ने इस मामले की सुनवाई की। बता दें कि जम्मू-कश्मीर से संबन्धित ये याचिकाएं शिक्षाविद जहूर अहमद भट और सामाजिक कार्यकर्ता अहमद मलिक सहित कई लोगों ने दाखिल की हैं। इन



याचिकाओं में केंद्र सरकार से मांग की गई है कि वह दिसंबर 2023 में सुप्रीम कोर्ट में दिए गए वादे के अनुसार, जम्मू-कश्मीर को जल्द से जल्द फिर से राज्य का दर्जा दे। वहीं मामले में याचिकाकर्ताओं के वकील ने सुप्रीम कोर्ट के उस फैसले का हवाला दिया जिसमें अनुच्छेद 370 को रद्द करने को सही ठहराया गया था और केंद्र को जम्मू-कश्मीर में विधानसभा चुनाव सितंबर 2024 तक कराने और जल्द राज्य का दर्जा बहाल करने का निर्देश दिया गया था। साथ ही जम्मू-कश्मीर राज्य दर्जा सुप्रीम कोर्ट की पांच न्यायाधीशों वाली पीठ ने पहले यह निर्देश दिया था कि जम्मू-कश्मीर में सेंटेंबर 2024 तक चुनाव कराए जाएं।

## वेनेजुएला की मारिया कोरिना मचाडो को शांति का नोबेल पुरस्कार

स्टॉकहोम दक्षिणी अमेरिकी देश वेनेजुएला की मारिया कोरिना मचाडो को वर्ष 2025 के नोबेल शांति पुरस्कार के लिए चुना गया है। इस आशय की घोषणा शुक्रवार को स्वीडन की राजधानी स्टॉकहोम में नोबेल समिति ने की। वेनेजुएला की पूर्व सांसद 56 वर्षीय मचाडो को देश के लोगों के लिए लोकतांत्रिक अधिकारों को बढ़ावा देने और तानाशाही से न्यायपूर्ण तथा शांतिपूर्ण लड़ाई लड़ने के लिए यह सम्मान दिया जाएगा। आगामी 10 दिसंबर को आयोजित समारोह में ये पुरस्कार प्रदान किए जाएंगे। पुरस्कार में 11 मिलियन स्वीडिश क्रोना (लगभग 96 करोड़ रुपये) और प्रशस्ति पत्र मिलेगा।



लिए लोकतांत्रिक अधिकारों को बढ़ावा देने और तानाशाही से न्यायपूर्ण तथा शांतिपूर्ण लड़ाई लड़ने के लिए यह सम्मान दिया जाएगा। आगामी 10 दिसंबर को आयोजित समारोह में ये पुरस्कार प्रदान किए जाएंगे। पुरस्कार में 11 मिलियन स्वीडिश क्रोना (लगभग 96 करोड़ रुपये) और प्रशस्ति पत्र मिलेगा।

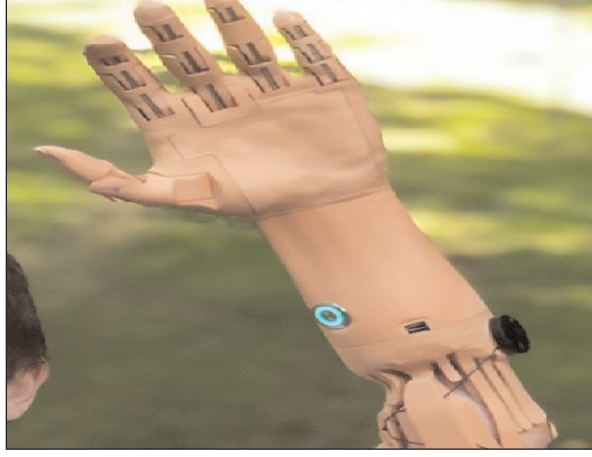




## दिव्यांगजनों को दिया जाएगा निःशुल्क इलेक्ट्रॉनिक कृत्रिम हाथ लाभ पाने को 30 अक्टूबर से पूर्व करें आवेदन

**प्रयागराज।** योगी सरकार दिव्यांगजनों को मजबूती प्रदान करने के लिए एक निजी संस्थाओं का सहयोग लेकर दिव्यांगजनों को निःशुल्क इलेक्ट्रॉनिक कृत्रिम हाथ देने के लिए आवेदन मांगा है। ऐसे दिव्यांगजन जिन्हें कृत्रिम हाथ की आवश्यकता है वह 11 अक्टूबर से 30 अक्टूबर तक अपना पंजीकरण कराएं। यह जानकारी शुक्रवार को जिला दिव्यांगजन सशक्तीकरण अधिकारी, प्रयागराज अशोक कुमार गौतम ने दी। उन्होंने बताया कि योगी सरकार दिव्यांगजनों को निःशुल्क कृत्रिम अंग उपलब्ध कराने के उद्देश्य से

निजी संस्थाओं का सहयोग ले रही है। इसी अभियान के तहत प्रयागराज जिला प्रशासन एवं समाजसेवी संस्था रोटर इलाहाबाद मिड टाउन का सहयोग लेकर निःशुल्क इलेक्ट्रॉनिक कृत्रिम हाथ दान शिविर का आयोजन कर रही है, जिसमें ऐसे दिव्यांगजन जिनके हाथ कोहनी के नीचे कटे हुए हैं, को निःशुल्क इलेक्ट्रॉनिक कृत्रिम हाथ प्रदान किया जायेगा। अशोक कुमार ने बताया कि प्रयागराज में रहने वाले ऐसे दिव्यांगजन जिनके हाथ कोहनी के नीचे कटे हुए हैं, निःशुल्क इलेक्ट्रॉनिक कृत्रिम हाथ उपलब्ध कराए जाएंगे। इसका लाभ लेने के लिए दिव्यांगजन अपना पंजीकरण



30 अक्टूबर से पूर्व करा लें। उन्होंने बताया कि पंजीकरण कराने के लिए दिव्यांगजन अपना

दिव्यांगता प्रमाण पत्र, आधार कार्ड एवं एक पासपोर्ट साइज फोटोग्राफ जिसमें चेहरे के साथ दोनों हाथ प्रदर्शित हो रहे हों, को वाट्सअप नम्बर-9021175135 अथवा ई-मेल आई.डी.-कल्लाङ्क@लल्लङ्क-इलेक्ट्रॉनिक कृत्रिम हाथ पर भेजकर करा सकते हैं। पंजीकृत पात्र दिव्यांगजनों को 16 एवं 17 नवम्बर, 2025 को आयोजित वितरण शिविर में निःशुल्क इलेक्ट्रॉनिक कृत्रिम हाथ प्रदान किये जायेंगे। पंजीकरण हेतु दिव्यांगता प्रमाण पत्र, आधार कार्ड, पासपोर्ट साइज फोटोग्राफ जिसमें चेहरे के साथ दोनों हाथ प्रदर्शित हो रहे हों एवं मोबाइल नम्बर आवश्यक है।

## पुलिस मुठभेड़ के दौरान शांति गोकश गिरफ्तार, पैर में लगी गोली

**गौतम बुद्ध नगर।** थाना दनकोर पुलिस ने देर रात को मुठभेड़ के दौरान एक गोकशी करने वाले बदमाश को गिरफ्तार किया है। पुलिस द्वारा चलाई गई गोली उसके पैर में लगी है। पुलिस ने इसके पास से एक मोटरसाइकिल, देशी तमचा और कारतूस बरामद किया है। अपर पुलिस उपायुक्त जोन तृतीया सुधीर कुमार ने बताया कि थाना दनकोर पुलिस बृहस्पतिवार की देर रात को चपरगढ़ पुलिसिया के पास चेकिंग कर रही थी, तभी मोटरसाइकिल पर सवार होकर कुछ बदमाश आते हुए दिखाई दिए। शक होने



पर पुलिस ने उन्हें रुकने का इशारा किया। उन्होंने बताया कि बदमाश रुकने की बजाए भागने लगे। पुलिस ने पीछा करके उन्हें घेर लिया। पुलिस से अपने आपको

घिरा हुआ देख बदमाशों ने जान से मारने की नीयत से पुलिस पार्टी पर गोली चलाई। उन्होंने बताया कि जवाबी कार्रवाई में पुलिस ने भी गोली चलाई। पुलिस द्वारा चलाई गई गोली एक बदमाश राजा पुत्र हाकमीन निवासी ग्राम देहरा थाना धौलाना जिला हापुड़ के पैर में लगी है। इसकी उम्र 23 वर्ष है। उन्होंने बताया कि उक्त बदमाश को उपचार के लिए अस्पताल में भर्ती करवाया गया है। उन्होंने बताया कि इसके खिलाफ जनपद हापुड़ सहित विभिन्न जगहों पर गोकशी अवैध हथियार रखने सहित विभिन्न धाराओं में मुकदमा दर्ज है।

## बीएचयू में ग्रंथालय उपयोगकर्ता समिति का गठन, प्रो. गोपेश्वर अध्यक्ष बने



**वाराणसी।** उत्तर प्रदेश के वाराणसी स्थित काशी हिन्दू विश्वविद्यालय (बीएचयू) में कुलपति प्रो. अजित चतुर्वेदी ने ग्रंथालय उपयोगकर्ता समिति का गठन किया है। समिति का उद्देश्य विश्वविद्यालय के पुस्तकालयों के आधुनिकीकरण, उन्नयन तथा सहयोगात्मक विकास से संबंधित विषयों पर विचार-विमर्श कर आवश्यक सुझाव एवं अनुशंसाएं प्रस्तुत करना है। प्रो. गोपेश्वर नारायण (आणविक एवं मानव आनुवंशिकी विभाग, विज्ञान संस्थान) इस समिति के अध्यक्ष बनाए गए हैं। शुक्रवार को विश्वविद्यालय के जनसम्पर्क अधिकारी ने बताया कि समिति में प्रत्येक संकाय के संकाय प्रमुख द्वारा नामित एक सदस्य सहित डॉ. टी.एस. कुम्हार, सलाहकार, पुस्तकालय एवं संस्थागत अभिलेखागार, आईआईटी गांधीनगर; डॉ. डी. वी. सिंह, पूर्व पुस्तकालयाध्यक्ष, दिल्ली विश्वविद्यालय; डॉ. एम. एन. जाधव, पूर्व पुस्तकालयाध्यक्ष, आईआईटी मद्रास सदस्य के रूप में तथा बीएचयू के पुस्तकालयाध्यक्ष सदस्य सचिव के रूप में शामिल होंगे। समिति विश्वविद्यालय के पुस्तकालयों के उपयोगकर्ता दृष्टिकोण से उनके उन्नयन एवं आधुनिकीकरण के उपायों की समीक्षा करेगी तथा सहयोगात्मक पहल एवं समझौता ज्ञापन से संबंधित प्रस्तावों का मूल्यांकन कर उपयुक्त अनुशंसाएं प्रस्तुत करेगी।

## सर्पदंश से जनहानि रोकने को 50 डॉक्टरों को दिया गया प्रशिक्षण

**मीरजापुर।** जिला पंचायत सभागार में गुरुवार को राहत आयुक्त कार्यालय के निदेश पर सर्पदंश न्यूनीकरण विषयक कार्यशाला आयोजित की गई, जिसमें जनपद के 50 चिकित्सकों को प्रशिक्षित किया गया। कार्यक्रम का संचालन जिला आपदा विशेषज्ञ अंकुर गुप्ता ने किया। कार्यशाला का मार्गदर्शन जिलाधिकारी पवन कुमार गंगवार, एडीएम (वि/रा) अजय कुमार सिंह और मुख्य चिकित्साधिकारी डॉ. सी.एल. वर्मा ने किया।

## स्वतंत्रता सेनानी बाबू छेदालाल गुप्ता की 126वीं जयंती श्रद्धा और हर्षोल्लास के साथ सम्पन्न

### स्वतंत्रता सेनानी बाबू छेदालाल गुप्ता की 126वीं जयंती श्रद्धा और हर्षोल्लास के साथ सम्पन्न

**हरदोई।** स्वतंत्रता संग्राम सेनानी, पूर्व विधायक एवं सांसद स्वर्गीय बाबू छेदालाल गुप्ता की 126वीं जयंती गुरुवार शाम को नगर पालिका सभागार, में श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाई गई। कार्यक्रम में बाबू जी के त्याग, समर्पण और राष्ट्रसेवा को नमन करते हुए उपस्थित लोगों ने भावभीनी श्रद्धाजलि अर्पित की। समारोह में उनके सुपुत्र ज्ञानप्रकाश अग्रवाल (एडवोकेट), विजय प्रकाश अग्रवाल (पूर्व चेयरमैन, एयरपोर्ट अथॉरिटी ऑफ इंडिया), पुत्रवधु चंद्र किरण अग्रवाल, पौत्र अंकुर अग्रवाल, पौत्रवधु ज्योति अग्रवाल और प्रज्ञा अग्रवाल (पत्नी, अभिनव अग्रवाल) ने उपस्थिति दर्ज की। स्व. रामप्रकाश अग्रवाल की पत्नी मीनू अग्रवाल अस्वस्थता के कारण कार्यक्रम में शामिल नहीं हो सकीं। कार्यक्रम की अध्यक्षता सुरेन्द्रनाथ अग्निहोत्री ने की जबकि मंच संचालन डॉ. शीला पाण्डेय ने किया। वक्ताओं ने बाबू जी के जीवन, व्यक्तित्व और योगदान को स्मरण करते हुए कहा कि वे सच्चे राष्ट्रप्रेम और तपस्वी महारूप थे। डॉ. ईश्वरचंद्र वर्मा ने उन्हें त्याग और देशभक्ति का प्रतीक बताया।



डॉ. बी.एस. पाण्डेय ने कहा कि वे ईमानदार, कर्मठ और अनुशासनप्रिय व्यक्तित्व के धनी थे। उन्होंने इलाहाबाद विश्वविद्यालय से अर्थशास्त्र में स्वर्ण पदक प्राप्त किया और पूना विश्वविद्यालय में रीडर के पद पर कार्यरत रहे, परंतु गांधीजी के आह्वान पर 1920 में स्वतंत्रता आंदोलन में कूट पड़े और दो बार जेल गए। समारोह में विशिष्ट अतिथियों को शौल ओढ़ाकर सम्मानित किया गया। सम्मानित होने वालों में अलका गुप्ता (महिला जिलाध्यक्ष, भाजपा), निरमा देवी (संस्थापिका,



कुबेरलाल संस्थान), डॉ. चित्रा मिश्रा (संरक्षक, बहादुर बेटियाँ फाउंडेशन), रेशमा गुप्ता (संस्थापिका), लीला पाठक (आराध्या वेलफेयर सोसायटी), ऋचा गुप्ता (अस्तित्व फाउंडेशन), विनीता पाण्डेय (पतंजलि महिला जिला प्रभारी), डॉ. शीला पाण्डेय (महिला उपाध्यक्ष, संवेदना), सीमा मिश्रा (प्रभारी, सरस्वती सदन पुस्तकालय), कवयित्री मीतू मिश्रा, मीरा द्विवेदी, ज्योति बघेल और विजयलक्ष्मी सिंह (संपादिका, आईएनए न्यूज) शामिल थीं। स्वतंत्रता संग्राम सेनानी संगठन के विभिन्न उत्तराधिकारी सदस्यों को भी सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में राकेश अग्रवाल (अध्यक्ष, राइस मिल्स), निखिल अग्रवाल, भुट्टो मियाँ (एडवोकेट, जिला उपाध्यक्ष काँग्रेस), देवेंद्र विक्रम (अध्यक्ष, उत्तराधिकारी स्वतंत्रता सेनानी संगठन, हरदोई), मनोज अग्रवाल (प्रबंधक, वेणीमाधव इंटर कॉलेज), दिनेश अग्निहोत्री, नरेश चंद्र शुक्ल (पूर्व प्रधानाचार्य, सी.एस.एन. डिग्री कॉलेज), अवधेश मिश्रा, वेदप्रकाश अवस्थी, रमेश बाजपेई, इंद्रप्रकाश गुप्ता, वेदप्रकाश बाजपेई और सरोज श्रीवास्तव सहित अनेक गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

## खाद की किल्लत से भड़के किसान, सचिव को दौड़ा-दौड़ाकर पीटा, वीडियो वायरल

**औरैया।** उत्तर प्रदेश के औरैया जिले में डीएपी खाद की भारी किल्लत के चलते किसानों का गुस्सा अब फूट पड़ा है। बिधुना तहसील क्षेत्र की बैसौली समिति पर गुरुवार को खाद वितरण के दौरान हंगामा हो गया। खाद न मिलने से नाराज किसानों ने समिति सचिव कृष्ण कुमार को दौड़ा-दौड़ाकर पीटा दिया। इस दौरान वहां अफरातफरी मच गई और सचिव किसी तरह



जान बचाकर भाग निकले। घटना का वीडियो अब सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है, जिसमें किसान सचिव को दौड़ाते और मारपीट करते नजर आ रहे हैं। बताया जा रहा है कि सैकड़ों किसान सुबह से लाइन में लगे थे, लेकिन केंद्र पर केवल 300 बोरी डीएपी खाद ही उपलब्ध थी। कई घंटे इंतजार के बाद जब अधिकांश किसानों को खाद नहीं

## सपा संस्थापक मुलायम सिंह यादव की तीसरी पुण्यतिथि पर काशी में गंगा तट पर अनुष्ठान

### कार्यकर्ताओं ने दी भावभीनी श्रद्धाजलि, 2027 में उत्तर प्रदेश में जीत का लिया संकल्प

**वाराणसी।** उत्तर प्रदेश की धार्मिक नगरी वाराणसी में शुक्रवार को समाजवादी पार्टी (सपा) के कार्यकर्ताओं ने गायघाट पर पार्टी के संस्थापक और उत्तर प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री मुलायम सिंह यादव की तीसरी पुण्यतिथि मनाई। समाजवादी पार्टी युवजन सभा के बैनर तले जुटे कार्यकर्ताओं ने अपने प्रिय नेता को भावपूर्ण श्रद्धाजलि अर्पित की और उनकी आत्मा की शांति व तृप्ति के लिए वैदिक मंत्रों के साथ हवन-पूजन संपन्न कराया। कार्यक्रम में पांच विद्वान ब्राह्मणों ने वैदिक मंत्रोच्चार के साथ हवन और पूजन कराया। हवन पूजन के बाद मां गंगा का दुग्धाभिषेक कर मुलायम सिंह यादव को श्रद्धाजलि दी गई। इसके पहले घाट पर नेताजी का एक विशाल कटाआउट स्थापित किया गया। कार्यकर्ताओं ने लाल टोपी धारण कर अपने नेता के प्रति सम्मान और एकजुटता का दिखाई। अनुष्ठान के बाद कार्यकर्ताओं ने 2027 के उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव में पार्टी की जीत के लिए मेहनत का संकल्प लिया। ससुस के प्रदेश महासचिव किशन दीक्षित व महानगर अध्यक्ष राहुल गुप्ता के नेतृत्व में आयोजित इस कार्यक्रम में कार्यकर्ताओं ने मुलायम सिंह यादव के आदर्शों और समाजवादी विचारधारा को जन-जन तक पहुंचाने का प्रण लिया। इस दौरान किशन दीक्षित ने कहा, मुलायम सिंह यादव हमारे लिए केवल एक नेता नहीं, बल्कि एक प्रेरणा थे। उनकी तीसरी पुण्यतिथि पर हम काशी की पवित्र भूमि पर उन्हें श्रद्धाजलि अर्पित करते हैं और उनके सपनों को साकार करने के लिए संकल्पबद्ध हैं। वहीं, महानगर अध्यक्ष राहुल गुप्ता ने कहा, नेता जी ने हमेशा समाज के कमजोर वर्गों की आवाज उठाई। हम उनके दिखाए रास्ते पर चलकर 2027 में उत्तर प्रदेश में समाजवादी सरकार बनाएंगे। कार्यक्रम में राहुल गुप्ता, अशोक यादव 'नायक', पंकज जायसवाल, अनूप खरवार, शुभम सिंह, अमन सेठ सहित अन्य कार्यकर्ताओं ने भागीदारी की।

मिली तो उनमें आक्रोश फैल गया। मौके पर मौजूद कुछ लोगों ने बीच-बीचा कर स्थिति को संभालने की कोशिश की, लेकिन तब तक सचिव भाग चुके थे। घटना के बाद समिति पर खाद वितरण रोक दिया गया। सूचना पर पुलिस मौके पर पहुंची और हालात पर काबू पाया। शुक्रवार की सुबह बिधुना क्षेत्राधिकारी पुनीत मिश्रा ने बताया

## धार्मिक पर्यटन और नागरिक सुविधाएं होंगी विकास की कुंजी : श्याम सुन्दर

**मीरजापुर।** उत्तर प्रदेश के मीरजापुर में विकसित उत्तर प्रदेश 2047 - समृद्धि का शताब्दी पर्व के संकल्प को साकार करने की दिशा में नगर पालिका मीरजापुर में गुरुवार को एक महत्वपूर्ण बोर्ड बैठक आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता नगर पालिका अध्यक्ष श्यामसुंदर केशरी ने की। बैठक में सभासदों ने प्रदेश को वर्ष 2047 तक विकसित राज्य बनाने के लिए महत्वपूर्ण सुझाव रखे। सभासद अलंकार जायसवाल ने कहा कि मीरजापुर एक धार्मिक एवं पर्यटन नगरी है, इसलिए यहाँ पर्यटन सुविधाओं को बढ़ावा देकर स्थानीय अर्थव्यवस्था को सशक्त किया जा सकता है। उन्होंने सुझाव दिया कि पर्यटकों के लिए आधुनिक सुविधाएं, स्वच्छता व्यवस्था और पार्किंग जैसी व्यवस्थाएं विकसित की जाएँ। अन्य सभासदों ने इंफ्रास्ट्रक्चर, जल निकासी, सड़क और रोशनी जैसी बुनियादी सुविधाओं में सुधार पर जोर दिया। नगर पालिका अध्यक्ष श्यामसुंदर केशरी ने कहा कि विकसित उत्तर प्रदेश के लक्ष्य को हासिल करने के लिए हम सबको एकजुट होकर काम करना होगा। हाल ही में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से नगर पालिकाओं की आय बढ़ाने के निर्देश दिए थे। उसी दिशा में कार्य करते हुए मीरजापुर में राजस्व वसूली में सुधार लाया गया है। उन्होंने बताया कि विन्ध्याचल धाम में मट्टी लेवल पार्किंग और पर्यटकों के लिए सुविधा केंद्र बनाए जाने की योजना पर काम चल रहा है। इससे देशभर से आने वाले श्रद्धालुओं को बेहतर सुविधा मिलेगी और स्थानीय रोजगार के अवसर भी बढ़ेंगे।



करते हुए कहा कि जब तक नारी सशक्त नहीं होगी, तब तक प्रदेश भी समृद्ध नहीं होगा। कहा कि आधी जनसंख्या आपकी है, यदि आधी जनसंख्या कार्य नहीं करेगी, मजबूत नहीं होगी, तो देश और प्रदेश कैसे विकसित होगा। उन्होंने कहा कि आधी आबादी की प्रतिभा का बिना उपयोग किए हम विकसित भारत का सपना नहीं देख सकते हैं। बाल विवाह कराने वाले ऐसे लोग देश के विकास में भी अवरोधक बने हुए हैं। जिलाधिकारी ने महिला एवं बालिकाओं से सम्बंधित विभिन्न

## बेटियां बोझ नहीं, मौका देकर करें बौद्धिक एवं आर्थिक विकास: मनीष कुमार वर्मा बाल विवाह के विरुद्ध संघर्ष करने वाली बेटियों को किया गया सम्मानित

**प्रयागराज।** ग्रामीण क्षेत्रों में जागरूकता के आभाव में बेटियों को बोझ समझते हैं। यह बेटियों के बौद्धिक विकास में सबसे बड़ी बाधा है। उनकी कम उम्र में ही शादी कर अपनी जिम्मेदारियों से मुक्त होना चाहते हैं। यह बातविकास भवन स्थित सरस सभागार में गुरुवार को मिशन शक्ति-5.0 अभियान के तहत हृद्यबाल विवाह को ना, शिक्षा को हाँ बोलने विषय पर आधारित कार्यक्रम को संबोधित करते हुए जिला अधिकारी प्रयागराज मनीष कुमार वर्मा ने कहा। उन्होंने कहा कि बेटियों को यदि मौका दिया जाये, तो वह लड़कों की तुलना बहुत अच्छा कार्य कर सकती हैं और बहुत आगे बढ़ सकती हैं, इसलिए लड़कियाँ बोझ हैं की सोच को हमें बदलने की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि बाल विवाह कानून की दृष्टि एवं सामाजिक रूप से अपराध तो है इसके साथ ही कम उम्र में शादी कर लड़कियों का भविष्य बिगाड़ रहे हैं। उनकी प्रतिभा को दबाकर उन्हें घर-परिवार की जिम्मेदारियों में व्यस्त कर दिया जाता है। जिलाधिकारी ने मिशन शक्ति अभियान की थीम-सशक्त नारी, समृद्ध प्रदेश का जिक्र



करते हुए कहा कि जब तक नारी सशक्त नहीं होगी, तब तक प्रदेश भी समृद्ध नहीं होगा। कहा कि आधी जनसंख्या आपकी है, यदि आधी जनसंख्या कार्य नहीं करेगी, मजबूत नहीं होगी, तो देश और प्रदेश कैसे विकसित होगा। उन्होंने कहा कि आधी आबादी की प्रतिभा का बिना उपयोग किए हम विकसित भारत का सपना नहीं देख सकते हैं। बाल विवाह कराने वाले ऐसे लोग देश के विकास में भी अवरोधक बने हुए हैं। जिलाधिकारी ने महिला एवं बालिकाओं से सम्बंधित विभिन्न

हैल्पलाइन नम्बरों की जानकारी देते हुए कहा कि बाल विवाह, घरेलू हिंसा और महिलाओं से सम्बंधित अन्य मामलों में हेल्पलाइन नम्बरों पर तुरंत सूचना दें और जिसपर तत्काल कार्रवाई होगी। 25 बालिकाओं को किया गया सम्मानित कार्यक्रम में जिलाधिकारी के द्वारा रोकें गए बाल विवाहों में शामिल कुल 25 बालिकाओं, पुलिस विभाग तथा महिला को बाल विकास विभाग के अधिकारियों एवं कर्मचारी को सम्मानित किया गया

## दवा लेने से पहले जरूर ध्यान रखें ये बातें, नहीं तो बिगड़ जाएगी तबियत



कुछ लोग बिना सोचे-समझे किसी भी दवा को कभी भी खा लेते हैं, ऐसा करने से दवा का असर नैगेटिव पड़ सकता है. वॉलेंट आज इस आर्टिकल में जानते हैं कि दवा लेने से पहले आपको किन-किन जरूरी बातों का ध्यान रखना चाहिए, ताकि तैकेत को नुकसान न पहुंच सके.

आज कल अनहेल्दी लाइफस्टाइल के चलते हर किसी को कुछ न कुछ बीमारी रहती ही है. ऐसे में दवा लेना ज्यादातर लोगों के डेली रूटीन का हिस्सा बन गया है. कुछ लोग सिर दर्द की दवाई लेते हैं तो कुछ सर्दी जुकाम की. तो कुछ पुरानी बीमारी की. लेकिन अक्सर लोग बिना सोचे-समझे गोली खा लेते हैं, जिसका असर हमारी सेहत के लिए नुकसानदायक हो सकता है. जी हां, गलत तरीके से दवाई लेना गलत समय पर दवा लेना सेहत पर उल्टा असर कर सकती है. दवा लेते समय कई ऐसे बातें हैं जिनका हमें ध्यान रखना चाहिए.कई बार लोग बिना डॉक्टर की सलाह के ही दवाई लेना शुरू कर देते हैं. तो कुछ लोग बीच कोर्स में ही दवाई बंद करते हैं, जिससे उनका मर्ज भी ठीक नहीं होता और दवा शरीर के अंदर गंभीर असर डाल सकती है. अगर आप भी रोजाना किसी न किसी मर्ज की दवाई ले रहे हैं तो पहले ये आर्टिकल पढ़ते जाइए. यहां हम आपको बताएंगे की दवा लेने से पहले कौन-कौन सी बातों का ध्यान रखना चाहिए.दवा लेने से पहले एक्सपर्ट से जानें जरूरी बातें

डॉयटिशियन और एहलीक चिकित्सीय पोषण विशेषज्ञ डॉक्टर गीतिका चोपड़ा बताती हैं कि, मेडिसिन और टाइमिंग का कॉम्बिनेशन बहुत जरूरी होता है. सबसे पहले बात करें तो आयरन और थायरॉइड की दवा हमेशा खाली पेट लेनी चाहिए वरना इसका अब्सॉर्प्शन 40 से 50 परसेंट कम हो जाता है. एंटीबायोटिक और पेन किलर हमेशा खाना खाने के बाद लेनी चाहिए वरना पेट की लाइनिंग पर इरिटेशन और एसिडिटी की समस्या हो सकती है.

हमें हमेशा इस चीज का ध्यान रखना चाहिए कि खाने के साथ कभी भी चाय या कॉफी नहीं लेनी चाहिए. क्योंकि इससे आयरन का अब्सॉर्प्शन सही तरीके से नहीं हो पाता है. अगर आपको ब्लड प्रेशर की समस्या है और आप इसकी दवा ले रहे हैं तो कोशिश करें कि सुबह की दवा खा लें क्योंकि इस समय पर ही ब्लड प्रेशर की मेडिसिन सही तरीके से काम करती है. एक्सपर्ट बताती हैं कि, इंसुलिन हमेशा फूड के मुताबिक लेनी चाहिए. क्योंकि इससे इंसुलिन का इंबैलेंस हो सकता है.

**इन बातों का भी ध्यान**

एंटीबायोटिक दवा को कभी भी बिना डॉक्टर की सलाह के नहीं लेना चाहिए. क्योंकि कुछ दवा को खाली पेट लेना होता है और कुछ को खाने के बाद. ऐसे में डॉक्टर आपकी हेल्थ के मुताबिक आपको इसे खाने की सही टाइमिंग बताएगा. अगर आप गलत तरीके से दवा का सेवन करते हैं तो एसिडिटी की समस्या बढ़ सकती है.

इसके अलावा कुछ लोग खांसी की दवा या लिक्विड किसी भी दवा को डायरेक्ट शोशे की बोतल से ही पी लेते हैं. लेकिन ऐसा नहीं करना चाहिए. हमेशा सीरम को चम्मच या फिर बोतल के साथ आए कैप में निकालकर ही पीएं. सबसे जरूरी बात की दर्द की दवा को जितना कम हो सके उतना लें. क्योंकि कुछ समय के लिए दर्द से तो राहत मिल जाएगी लेकिन शरीर के अंदरूनी अंगों पर इसका बुरा असर पड़ता है.

आज जो लोग सत्ता में बैठे हैं, उनके वैचारिक पुरखों का स्वाधीनता आंदोलन से रती भर जुड़ाव नहीं था। उस दौर में उनकी सारी गतिविधियां स्वाधीनता आंदोलन के खिलाफ चलती थीं। यानी वे भारत को ब्रिटिश हुकूमत से आजाद करने के खिलाफ थे। इसलिए आज वे कभी आजादी का अमृत महोत्सव मनाते हैं तो कभी घर-घर तिरंगा लहराने और तिरंगा यात्राएं निकालने जैसे प्रहसन रचते रहते हैं।

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (आरएसएस) ने अपने को आजादी की लड़ाई से सिर्फ अलग ही नहीं रखा, बल्कि आजादी के लिए बलिदान करने वाले लोगों की तिरस्कारपूर्वक खिल्ली भी उड़ाई थी। उसकी निगाह में ऐसे लोग बहुत ऊंचा स्थान नहीं रखते थे। उसका मानना था कि जिन लोगों ने संघर्ष करते हुए अपना बलिदान कर दिया है, निश्चित रूप से उनमें कोई वृत्ति रही होगी। जो भी व्यक्ति स्वतंत्रता संग्राम के शहीदों के प्रति अपने मन में श्रद्धा और सम्मान रखता है, उसके लिए यह बात कितनी कष्टदायक हो सकती है कि आरएसएस अंग्रेजों के विरुद्ध अपनी जान की बाजी लगाने वाले वाले शहीदों को उपेक्षपूर्ण निगाहों से देखता था। एमएस गोलवलकर ने शहीदी परम्परा पर अपने मौलिक विचारों को अपनी पुस्तक में इस तरह रखा- %निस्संदेह ऐसे व्यक्ति जो अपने आपको बलिदान कर देते हैं, श्रेष्ठ हैं और वे उन सर्वसाधारण व्यक्तियों से बहुत ऊंचे हैं जो कि चुपचाप भाग्य के आगे समर्पण कर देते हैं और भयभीत व अकर्मण्य बने रहते हैं। फिर भी हमने ऐसे व्यक्तियों को समाज के सामने आदर्श के रूप में नहीं रखा है। हमने बलिदान को महानता का सर्वोच्च बिन्दु, जिसकी मनुष्य आकांक्षा करे, नहीं माना है। क्योंकि अंततः वे अपना उद्देश्य प्राप्त करने में असफल हुए और असफलता का अर्थ है कि उनमें कोई गंभीर वृत्ति थी। (विचार नवनीत, पृष्ठ 281)गोलवलकर के इन विचारों से स्पष्ट होता है कि आरएसएस का एक भी स्वयंसेवक अंग्रेजों के खिलाफ संघर्ष करते हुए शहीद होना तो दूर, जेल भी नहीं गयी। यह भी गौरतलब है कि 1925 से लेकर 1947 तक आरएसएस के पूरे साहित्य में एक वाक्य भी ऐसा नहीं है, जिसमें जालियांवाला बाग जैसी बर्बर दमनकारी घटनाओं की भर्त्सना हो। आरएसएस के समकालीन रस्तावेजों में भी भगत सिंह, राजगुरु और सुखदेव को ब्रिटिश हुकूमत द्वारा फांसी दिए जाने के खिलाफ किसी भी तरह के विरोध का रिकार्ड नहीं है।विनायक दामोदर सावरकर को अपना प्रेरणा पुरुष बनाने वाले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और उनकी पार्टी चुनाव के मौके पर अपने को सुभाषचंद्र बोस की विरासत से जोड़ने को फूहड़

दो राज्यों राजस्थान और मध्य प्रदेश में कफ सिरप से जुड़ी बच्चों की मौत की घटनाएं देश की दवा नियामक व्यवस्था पर गंभीर सवाल खड़े करती हैं। यह केवल एक चिकित्सा त्रुटि या आकस्मिक दुर्घटना नहीं, बल्कि उस तंत्र की विफलता का प्रतीक है जिस पर जनता अपने जीवन की रक्षा के लिए भरोसा करती है। दवा जैसी जीवनदायी वस्तु में भी जब लालच, लापरवाही या भ्रष्टाचार घुसपैठ कर जाते हैं तो वह अमृत भी विष बन जाता है। बच्चों की मासूम जानें जब घटिया या मिलावटी दवा के कारण चली जाती हैं, तो यह केवल परिवारों की नहीं, बल्कि पूरे समाज की नैतिकता एवं विश्वास की मृत्यु होती है। कफ सिरप में पाए गए विषैले तत्व-जैसे डाइएथिलीन ग्लाइकोल या एथिलीन ग्लाइकोल, पहले भी कई देशों में सैकड़ों बच्चों की जान ले चुके हैं। फिर भी बार-बार ऐसे हृदय होना इस बात का प्रमाण है कि भारत की दवा नियामक व्यवस्था में संरचनात्मक खामियां बनी हुई हैं। सवाल है कि पिछली गलतियों से क्या सीखा गया? भारत में बने कफ सिरप पहले भी सवालों में आ चुके हैं। 2022 में गांधिया में कई बच्चों की मौत के बाद डब्ल्यूएचओ ने एक भारतीय कंपनी के कफ सिरप को लेकर चेतावनी जारी की थी। इसके बाद भी कई और जगहों से इसी तरह की शिकायत आई।दवाओं के उत्पादन में भारत दुनिया में तीसरे नंबर पर है। करीब 200 देशों में यहां से दवाएं निर्यात होती हैं और जेनेरिक दवाएं सबसे ज्यादा यहीं बनती हैं। इन उपलब्धियों के बीच इन दो प्रमुख राज्यों में कफ सिरप की वजह से बच्चों की मौत शर्मनाक एवं त्रासदीपूर्ण है। इससे स्पष्ट है कि दवा के क्षेत्र में जिस तरह की निगरानी, मानक और सुरक्षा उपायों की जरूरत है, उसमें कोताही बरती जा रही है। दवा के रूप में जहर धडले से मासूमों की मौत का कारण बन रहा है। इस घटना सामने आने के बाद कारंबाई का दौर भले ही जारी है। दवाएं वापस ली गई हैं, केस दर्ज हुआ है और रेशनल रगुलेटोर आर्थांटी ने कई राज्यों में जांच की है। इन घटनाओं से साफ है कि दवा निर्माण की प्रक्रिया में कच्चे माल के स्रोत से लेकर तैयार उत्पाद की गुणवत्ता जांच तक हर स्तर पर लापरवाही व्याप्त है। कई कंपनियों लागत घटाने के लिए औद्योगिक ग्रेड के सॉल्वेंट या रसायनों का प्रयोग कर लेती हैं जो मानव उपभोग के लिए निषिद्ध होते हैं। वहीं निरीक्षण और परीक्षण की सरकारी व्यवस्था न केवल कमजोर है बल्कि अक्सर प्रभावशाली कंपनियों के दबाव में निष्क्रिय भी हो जाती है। राज्य और केंद्र स्तर के दवा-नियामक विभागों में पर्याप्त संसाधन और तकनीकी क्षमता का अभाव है, जिससे समय पर निगरानी और सैंपल परीक्षण संभव नहीं हो पाता। जब निरीक्षण औपचारिकता बन जाए और रिपोर्टें खरीद-फरोख्त की वस्तु बन जाएं, तब ऐसी

अब घरेलू स्तर पर घटित ऐसी घटनाएं यह दर्शाती हैं कि हमने उन हदसों से कोई सबक नहीं लिया। दुनिया के सबसे बड़े जेनेरिक दवा उत्पादक देश के रूप में भारत को यह मानना होगा कि केवल उत्पादन की मात्रा नहीं, बल्कि गुणवत्ता ही हमारी असली ताकत होनी चाहिए। इस संकट का सबसे पीड़ादायक पहलू यह है कि इसका शिकार वे मासूम बच्चे बने जिनकी प्रतिरोधक क्षमता अभी विकसित नहीं हुई थी और जिनकी जीवन रक्षा का उत्तरदायित्व समाज और राज्य पर है। इन मौतों की नैतिक जिम्मेदारी केवल दोगी कंपनियों पर नहीं, बल्कि उस पूरे तंत्र पर है जिसने नियामन और नैतिकता की आंखें मूंद लीं। दवाओं में मिलावट या गलत प्रमाणपत्र देना कोई साधारण अपराध नहीं बल्कि मानवता के खिलाफ किया गया घोर अपराध है। इस पर कड़े से कड़ा दंड होना चाहिए ताकि भविष्य में कोई भी निर्माता या अधिकारी ऐसी हरकत करने से पहले सोचें।भारत के फार्मास्यूटिकल मार्केट का आकार



त्रासदियां स्वाभाविक हैं। तमिलनाडु की दवा कंपनी श्रीसन फार्मास्यूटिकल्स के 'कोल्ड्रुफ' कफ सिरप के नमूने में 48.6 प्रतिशत डाई एथिलीन ग्लाइकोल मिला है, जबकि अंतरराष्ट्रीय मानक के अनुसार इसकी मात्रा 0.10 प्रतिशत से अधिक नहीं होनी चाहिए। यह एक खतरनाक इंडस्ट्रियल केमिकल है, जिसका इस्तेमाल गाड़ियों और मशीनों में होता है। इसकी वजह से पीड़ित बच्चों की किडनी फेल हो गई। इन घटनाओं ने न केवल स्वास्थ्य प्रशासन की विश्वसनीयता को चोट पहुंचाई है बल्कि भारत की वैश्विक छवि पर भी धब्बा लगाया है। पिछले वर्षों में अफ्रीकी देशों में भी भारतीय सिरप से हुई मौतों के बाद कई देशों ने हमारे फार्मा उत्पादों पर प्रतिबंध लगाया था।

अब घरेलू स्तर पर घटित ऐसी घटनाएं यह दर्शाती हैं कि हमने उन हदसों से कोई सबक नहीं लिया। दुनिया के सबसे बड़े जेनेरिक दवा उत्पादक देश के रूप में भारत को यह मानना होगा कि केवल उत्पादन की मात्रा नहीं, बल्कि गुणवत्ता ही हमारी असली ताकत होनी चाहिए। इस संकट का सबसे पीड़ादायक पहलू यह है कि इसका शिकार वे मासूम बच्चे बने जिनकी प्रतिरोधक क्षमता अभी विकसित नहीं हुई थी और जिनकी जीवन रक्षा का उत्तरदायित्व समाज और राज्य पर है। इन मौतों की नैतिक जिम्मेदारी केवल दोगी कंपनियों पर नहीं, बल्कि उस पूरे तंत्र पर है जिसने नियामन और नैतिकता की आंखें मूंद लीं। दवाओं में मिलावट या गलत प्रमाणपत्र देना कोई साधारण अपराध नहीं बल्कि मानवता के खिलाफ किया गया घोर अपराध है। इस पर कड़े से कड़ा दंड होना चाहिए ताकि भविष्य में कोई भी निर्माता या अधिकारी ऐसी हरकत करने से पहले सोचें।भारत के फार्मास्यूटिकल मार्केट का आकार

### संपादकीय

## हादसों की सड़क

यह शर्मनाक ही है कि भारत में दुनिया की सबसे ज्यादा सड़क दुर्घटनाएं होती हैं। इन दुर्घटनाओं में अन्य कारणों के अलावा सबसे अधिक भूमिका तकनीकी व गुणवत्ता की खामियों वाली सड़कों की होती है। यह भयावह है कि वर्ष 2023 में देश में हुई पांच लाख दुर्घटनाओं में करीब पौने दो लाख लोगों की मौत हुई। उस पर सबसे दुःखद यह है कि मरने वालों में एक लाख चौदह हजार लोग अद्वारह से 45 वर्ष के बीच के युवा थे। जो परिवार के कमाने वाले व नई उम्मीद थे। इन हालात को देखते हुए ही केंद्रीय सड़क परिवहन व राजमार्ग मंत्रालय ने वर्ष 2030 तक इन सड़क दुर्घटनाओं को आधा करने का लक्ष्य रखा है। यह विडंबना ही है कि दुर्घटनाएं रोकने के लिये खसक कानून बनाने एवं तकनीक के जरिये चालकों की लापरवाही पर नजर रखने जैसे उपायों के बावजूद आशातीत परिणाम सामने नहीं आए हैं। ऐसे में केंद्रीय सड़क परिवहन व राजमार्ग मंत्री नितिन



गडकरी के बेबाक सुझाव से सहमत हुआ जा सकता है कि खराब सड़क निर्माण को गैर-जमानती अपराध बना दिया जाना चाहिए। इसके लिये ठेकेदार और इंजीनियर की जवाबदेही तय होनी चाहिए। हाल ही में

भारतीय उद्योग परिषद के एक कार्यक्रम में उन्होंने दुःख बताया कि विदेशों में होने वाले कार्यक्रमों में जब भारत में विश्व की सर्वाधिक सड़क दुर्घटना वाले देश के रूप में चर्चा होती है, तो उन्हें शर्म महसूस होती है। आखिर तमाम प्रयासों के बावजूद सड़क हादसे क्यों नहीं थम रहे हैं।

यह बात तय है कि अगले पांच सालों में सड़क दुर्घटनाओं को यदि आधा करना है, तो युद्ध स्तर पर प्रयास करने होंगे। उन कारणों को तलाशना होगा, जिनकी वजह से हर साल सड़क दुर्घटनाओं में वृद्धि होती है। आखिर क्या वजह है कि राजमार्गों के विस्तार और तेज गति के अनुकूल सड़कें बनने के बावजूद हादसे बढ़े हैं। विशेषज्ञ मानते हैं कि राजमार्गों व विभिन्न तीव्र गति वाली सड़कों में साम्य का अभाव है, वहीं मोड़ों को

दुर्घटना मुक्त बनाने हेतु तकनीक में बदलाव की जरूरत है। ऐसे में केंद्रीय सड़क परिवहन व राजमार्ग मंत्रालय को उन कारणों की पड़ताल करनी होगी, जो पर्याप्त धन आवंटन के बावजूद दुर्घटना वाले देश के रूप में बाधक हैं। ऐसे में जरूरी है कि सड़कों की निर्माण सामग्री और डिजाइनों की निगरानी के लिये स्वतंत्र व सशक्त तंत्र बनाया जाए, जो बिना किसी राजनीतिक हस्तक्षेप के काम कर सके। साथ ही मंत्रालय का दायित्व बनता है कि इस बावत स्पष्ट नीति को सख्ती से लागू किया जाए। यह जानते हुए कि सड़कों के ठेके में मोटे मुनाफे के लिए एक समांतर भ्रष्ट तंत्र देश में विकसित हुआ है, जो निर्माण कार्य की गुणवत्ता से समझौता करने से परहेज नहीं करता। जिसके खिलाफ उठने वाली ईमानदार आवाजें दबा दी जाती हैं। निस्संदेह, गुणवत्ता का मूल्यांकन करने वाली व्यवस्था की जवाबदेही तय करने की सख्त जरूरत है। तब हमें यह सुनने को नहीं मिलेगा कि उद्घाटन के कुछ ही बाद ही सड़क उखड़ गई या बारिश में घुल गई।

## शहीदों के बलिदान की खिल्ली उड़ाई थी आरएसएस ने

कोशिश भी करते रहते हैं, पर वे इस बात से इनकार नहीं कर सकते कि जिस समय सुभाषचंद्र बोस सैन्य संघर्ष के जरिए ब्रिटिश हुकूमत को भारत से उखाड़ फेंकने रणनीति बुन रहे थे, ठीक उसी हिंदू महासभा के नेता सावरकर ब्रिटेन को युद्ध में हर तरह की मदद पहुंचा रहे थे। यहां यह भी याद रखा जाना चाहिए कि इससे पहले सावरकर माफिनामा देकर इस शर्त पर जेल से छूट चुके थे कि वे ब्रिटिश हुकूमत के खिलाफ किसी भी तरह की गतिविधि में शामिल नहीं होंगे और हमेशा उसके प्रति वफादार बने रहेंगे। इस शर्त पर उनकी न सिर्फ जेल से रिहाई हुई थी बल्कि उन्हें 60 रुपए प्रति माह पेंशन भी अंग्रेज हुकूमत से प्राप्त होने लगी थी।1941 में बिहार के भागलपुर में हिंदू महासभा के 23वें अधिवेशन को संबोधित करते हुए सावरकर ने ब्रिटिश शासकों के साथ सहयोग करने की नीति का ऐलान किया था। उन्होंने कहा था, देश भर के हिंदू संगठनवादियों (हिंदू महासभाइयों) को दूसरा सबसे महत्वपूर्ण और अति आवश्यक काम यह करना है कि हिंदुओं को हथियारबंद करने की योजना में अपनी पूरी ऊर्जा और कारवाइयों को लगा देना है। जो लड़ाई हमारी देश की सीमाओं तक आ पहुंची है, वह एक खतरा भी है और एक मौका भी। इसके अंगे सावरकर ने कहा था, सैन्यीकरण को तेज किया जाए और हर गांव-शहर में हिंदू महासभा की शाखाएं हिंदुओं को थल सेना, वायु सेना व नौसेना में तथा सैन्य सामान बनाने वाली फैक्ट्रियों में भर्ती होने की प्रेरणा के काम में सक्रियता से जुड़ा जाए।

इससे पहले 1940 के मद्रुरे अधिवेशन में सावरकर ने अपने भाषण में बताया था कि पिछले एक साल में लगभग एक लाख हिंदुओं को अंग्रेजों की सशस्त्र सेनाओं में भर्ती करारों में वे सफल हुए हैं। जब आजाद हिंद फौज जापान की मदद से अंग्रेजी सेना को हराती हुई पूर्वोत्तर में दाखिल हुई तो उसे रोकने के लिए अंग्रेजों ने अपनी उसी सैन्य टुकड़ी को आगे किया था, जिसके गठन में सावरकर ने अपना भूमिका निभाई थी।

लगभग उसी दौरान यानी 1941-42 में सुभाष बाबू के बंगाल में सावरकर की हिन्दू महासभा ने मुस्लिम लीग के साथ मिलकर सरकार बनाई थी। हिंदू महासभा के श्यामाप्रसाद मुखर्जी उस साझा सरकार में वित्त मंत्री थे। उस सरकार के प्रधानमंत्री मुस्लिम लीग के नेता ए.के. फजलुल हक थे। अहम बात यह है कि फजलुल हक ने ही पाकिस्तान बनाने का प्रस्ताव 23 मार्च, 1940 को मुस्लिम लीग के लाहौर सम्मेलन में पेश किया था।हिन्दू महासभा ने सिर्फ भारत छोड़ो आंदोलन से ही अपने



आपको अलग नहीं रखा था, बल्कि श्यामाप्रसाद ने ही पत्र लिखकर अंग्रेजों से कहा था कि कांग्रेस की अगुवाई में चलने वाले इस आंदोलन को सख्ती से कुचला जाना चाहिए। मुखर्जी ने 26 जुलाई, 1942 को बंगाल के गवर्नर सर जॉन आर्थर हरबर्ट को लिखे पत्र में कहा था, कांग्रेस द्वारा यह पैमाने पर छोड़े गए आंदोलन को कैसे रोकना जाए। प्रशासन को इस तरह काम करना चाहिए कि कांग्रेस को तमाम कोशिशों के बावजूद वह आंदोलन प्रांत में अपनी जड़ें न जमा सके। इसलिए लोगों को सभी मंत्री यह बताएं कि कांग्रेस ने जिस आजादी के लिए आंदोलन शुरू किया है, वह लोगों को पहले से ही हासिल है।जाहें तक राष्ट्रीय ध्वज तिरंगे का सवाल है, सत्ता का स्वाद चखने के बाद पिछले कुछ सालों से भले ही आरएसएस तिरंगे के प्रति प्रेम जताने लगा हो और उसके मुख्यालय पर भी तिरंगा फहराया जाने लगा हो, मगर हकीकत यह है कि आजादी से पहले और आजादी मिलने के बाद कई वर्षों तक आरएसएस तिरंगे के प्रति हिकारत जताता रहा है। दिसम्बर, 1929 में कांग्रेस ने अपने लाहौर अधिवेशन में पूर्ण स्वराज को राष्ट्रीय ध्येय घोषित करते हुए लोगों का

आह्वान किया था कि 26 जनवरी 1930 को तिरंगा झंडा फहराएँ और स्वतंत्रता दिवस मनाएँ। इसके जवाब में आरएसएस के संस्थाक मुखिया हेडगेवार ने एक आदेश पत्र जारी करके तमाम शाखाओं को भगवा झंडा राष्ट्रीय झंडे के तौर पर पूजने के निर्देश दिए थे।आजादी की पूर्व संस्था पर जब दिल्ली के लाल किले से तिरंगा झण्डा लहराने की तैयारी चल रही थी, तब आरएसएस ने अपने अंग्रेजी मुखपत्र आर्गनाइजर के 14 अगस्त, 1947 के अंक में राष्ट्रीय ध्वज के तौर पर तिरंगे के चयन की खुलकर निंदा की थी। आर्गनाइजर के संपादकीय में लिखा गया था-जो लोग किस्मत के दांव से सत्ता तक पहुंचे हैं, वे भले ही हमारे हाथों में तिरंगा थमा दें, लेकिन हिंदुओं द्वारा न तो इसे कभी सम्मानित किया जा सकेगा और न ही अपनाया जा सकेगा। तीन का आंकड़ा अपने आप में अशुभ है और एक ऐसा झंडा जिसमें तीन रंग हो, बेहद खराब मनोवैज्ञानिक असर डालेगा और देश के लिए नुकसानदायक होगा।इस बारे में खुद गोलवलकर ने अपने एक लेख पतन ही पतन में लिखा, दाहरण स्वरूप हमारे नेताओं ने हमारे राष्ट्र के लिए एक नया ध्वज निर्धारित किया है। यह पतन की ओर बहने और नकलचौपन का प्रमाण है। हमने इसी लेख में गोलवलकर ने उस सोच की खिल्ली उड़ाई, जिसके तहत तिरंगे को भारत की एकता का प्रतीक मानकर राष्ट्रीय ध्वज के रूप में स्वीकार किया गया।तिरंगे झंडे की तरह ही भारत के संविधान के प्रति भी आरएसएस ने हमेशा हिकारत का भाव रखा, जिसकी झलक मौजूदा सरकार के क्रियाकलापों में भी अक्सर दिखती है। भारत की संविधान सभा ने 26 नवम्बर, 1949 को संविधान का अनुमोदन करके देश को एक तोहफा दिया। आरएसएस ने चार दिन बाद ही अपने मुखपत्र आर्गनाइजर (नवम्बर 30) में एक सम्पादकीय लिखकर इसके स्थान पर घोर जातिवादी, हूआहूत की झंडाबरदार, औरत और दलित विरोधी मनुस्मृति को लागू करने की मांग की।उपरोक्त तमाम तथ्य साबित करते हैं कि आज जो लोग सत्ता में बैठे हैं, उनके वैचारिक पुरखों का स्वाधीनता आंदोलन से रती भर जुड़ाव नहीं था। उस दौर में उनकी सारी गतिविधियां स्वाधीनता आंदोलन के खिलाफ चलती थीं। यानी वे भारत को ब्रिटिश हुकूमत से आजाद करने के खिलाफ थे। इसलिए आज वे कभी आजादी का अमृत महोत्सव मनाते हैं तो कभी घर-घर तिरंगा लहराने और तिरंगा यात्राएं निकालने जैसे प्रहसन रचते रहते हैं। उनका ऐसा करना अपने पुरखों के पापों पर परदा डालने का हास्यास्पद प्रयास ही कहा जा सकता है।



# जब घर में बनाएं ऑफिस

ज्यादातर लोग घरेलू और कामकाजी जीवन को अलग-अलग रखना पसंद करते हैं, लेकिन पिछले कुछ वर्षों से घर से ऑफिस चलाने की अवधारणा बहुत लोकप्रिय हुई है। पहलेपहल यह कसेट 1990 में चलन में आया। इसे नाम दिया गया- सोहो। आज के दौर में हर शिक्षित स्त्री काम करना चाहती है, लिहाजा घर में ऑफिस का विचार और फलने-फूलने लगा है। लेकिन कम लोगों के पास ही घर में इतनी जगह होती है कि वे सुचारु ढंग से ऑफिस चला सकें। कुछ लोग अपने घर के लिविंग स्पेस में ही ऑफिस निकाल लेते हैं। लेकिन यदि प्रोफेशनल ढंग से न काम किया जाए और व्यवस्थित ऑफिस न बनाया जाए तो उससे फायदा कम ही मिल पाता है। घर में ही सुविधाजनक और शांत कार्यस्थल बनाने के लिए कुछ बातों का ध्यान रखा जाना चाहिए।

## खाली जगह का सदुपयोग करें

कई बार घर के खाली स्थानों पर नजर जाती ही नहीं, जबकि इनका उपयोग ऑफिस के लिए किया जा सकता है। यदि आपका काम ज्यादा घंटे का नहीं है तो आप अपने स्टडी या लिविंग स्पेस का ही पार्टिशन करके अपने लिए छोटा ऑफिस बना सकती हैं। लेकिन यदि काम ज्यादा गंभीरता और समय की मांग करता है तो इसे अलग स्थान की जरूरत है। यदि आपके घर में तीन-चार बैलकनी है तो एक को कवर करके आप इसका उपयोग ऑफिस के लिए कर सकती हैं। घर में जगह कम हो तो स्टोर रूम या

## प्यार में तकरार भी जरूरी

मुकूल और चेतना की शादी के दस साल हो गए लेकिन उनके रिश्ते में वही प्यार और नयान देखने को मिलता है जो शादी के शुरुआती दिनों में था। एक दिन जब उनके फ्रेंड्स ने इसका राज पूछा तो जवाब आया 'लड़ाई'। जी हाँ, लड़ाई, सुनने में तो यह बड़ा ही अटपटा लगता है पर यह एक ऐसा कैटेगिरी है जो रिश्तों में रिफ्रेशमेंट लाता है। पति-पत्नी का नाजुक और पवित्र रिश्ता पूरी तरह प्यार पर ही निर्भर करता है। लेकिन दाम्पत्य जीवन में एक-दूसरे के अन्य पहलुओं को जानने के लिए कभी-कभी तकरार की भी जरूरत पड़ती है। क्योंकि तकरार के बिना संबंधों में नयान नहीं आ सकता। दाम्पत्य जीवन में नोक-झोंक और रुठने-मनाने का सिलसिला मैरिड लाइफ को रिफ्रेश कर देता है।

अधिकतर लोगों का यह मानना है कि जो कपल झगड़ते हैं वहाँ आपसी सामंजस्य की कमी होती है, पर सच्चाई तो यह है कि झगड़े में कहीं न कहीं अच्छे मैरिड लाइफ का एहसास भी छिपा होता है।

## परफेक्शन का दायरा बढ़ाता है

परफेक्शन के इस दौर में हर कोई खुद को परफेक्ट की श्रेणी में रखता है और हर कपल खुद को मेड फॉर इच अदर वाला परफेक्शन देना चाहता है। इसलिए शादी के कुछ महीनों तक वे दोनों एक-दूसरे की इच्छाओं का खू



ध्यान रखते हैं और इसी चक्कर में उनकी लाइफ रलस और परफेक्शन में बंधकर रह जाती है। नतीजा होता है नीरस और ऊबाऊ जीवन। पति-पत्नी के बीच होती छोटी-मोटी छेड़छाड़ एक रिफ्रेशर का काम करती है जो न केवल उनके संबंधों में ताजगी बनाए रखती है बल्कि परफेक्शन के दायरे को और भी अधिक बढ़ाती है। इस बावत 45 वर्षीय सीमा जो एक गृहिणी हैं कहती हैं- परफेक्शन की सीमा हर किसी के लिए अलग-अलग होती है। इसलिए मैं अपने पार्टनर को परफेक्शन के फ्रेम में नहीं जकड़ती। हर किसी के लिए परफेक्शन की परिभाषा अलग होती है और जो इसमें बंधकर रहते हैं वे हमकदम नहीं बल्कि परेशानी का सबब बनकर रह जाते हैं। वहीं दूसरी ओर 35 वर्षीय रविशंकर जो एक बिजनेस मैन हैं कहते हैं कि परफेक्शन के चक्कर में कई बार लोगों की गृहस्थी बिखर जाती है। क्योंकि परफेक्शन के होने का चुनून उनके नोक-झोंक को गंभीर विवाद में तब्दील कर रख देता है।

## झगड़ा यानी प्रेम परीक्षा

हर व्यक्ति के अंदर ईर्ष्या, क्रोध, नफरत आदि भावनाएं पनपती हैं। दो अलग-अलग व्यक्ति की भावनाएं और मन:स्थिति एक जैसी नहीं होती इसलिए पति-पत्नी के बीच तकरार न हो ऐसा नहीं हो सकता। हर बात पर प्यार और सहमति बनावटीपन को बढ़ावा देता है।

पति-पत्नी में विश्वास तभी पनपता है जब वे एक-दूसरे को कहेने का मौका देते हैं। लेकिन बातें अगर छुपाई जाए तो भरोसा उठने लगता है। उसी तरह कई बातें दिलोदिमाग पर भी असर डालती हैं। ऐसे में दोनों के बीच प्रेम नहीं बल्कि प्रेम का अभिनय मात्र हो रह जाता है।

प्रेम और कलह एक ही सिक्के के दो पहलू हैं इसलिए झगड़ने से मन का गुब्बारा निकल जाता है और मन शांत होकर पुनः प्रेम से भर जाता है। पति-पत्नी का साथ जीवनभर का होता है इसलिए लड़ाई भी करनी ही तो 'रात गई बात गई' वाले अंदाज में झगड़ें। इससे रिश्तों में दरार नहीं आएगी।

दो भिन्न-भिन्न लोगों के विचार एक से नहीं होते, इसलिए विचारों की टकराहट ही प्रेम परीक्षा है जिससे उनके वैवाहिक जीवन की डोर मजबूत होती है। जहाँ प्यार है वहाँ झगड़ा होगा ही। दो लोग आपस में तभी झगड़ते हैं जब वे एक-दूसरे से प्यार करते हैं। इसलिए एक मीठी झड़प के बाद पति-पत्नी दोनों में फिर से प्यार का अहसास जाग जाता है।

## रुठना-मनाना यानी दिल के करीब आना

रुठना-मनाना भी एक कला है। दाम्पत्य जीवन में छोटी-मोटी टकराहट हमेशा होती रहती है। इसलिए जरूरी नहीं कि हर बात जोर जबर्दस्ती या चिल्लाकर कही जाए। यूँ देखा जाए तो शब्दों में बड़ी ताकत होती है। थोड़े से कटु वचन कई महाभारत रच डालते हैं। इसलिए कटु वचन से बचना चाहिए। बहस सिर्फ अहंकार को जन्म देती है।

घर का चाहे कोई भी कमरा क्यों न हो, उसके कॉर्नर को सजाने के लिए अक्सर विकल्प की कमी महसूस की जाती है। आप अपने घर के कॉर्नर को सजाने के लिए प्लांट्स के अलावा फूलदान व टेलीफोन रख सकते हैं। इससे जगह का तो इस्तेमाल होगा ही साथ ही घर भी निखार दिखेगा..

अक्सर घर की साज-सज्जा में हम घर के कमरों के कॉर्नर की अहमियत और उसके उपयोग पर ध्यान नहीं देते, लेकिन इन कोनों पर ध्यान देते हुए इसका सही उपयोग किया जो घर की सजा-सज्जा और खूबसूरती में निखार आएगा, साथ ही आपको घर में मिलेगी अतिरिक्त जगह। यही नहीं जगह को आप अपनी पसंद और जरूरत के अनुसार इस्तेमाल भी कर सकते हैं। इंटीरियर डिजाइनर्स की मानें तो उनका कहना है कि घर का कोई भी हिस्सा चाहे वह ड्राइंग रूम हो, किचन, बालकनी या फिर बेडरूम ही क्यों न हो, कमरों में स्पेस मैनेजमेंट के जरिये ही उसका उचित इस्तेमाल किया जा सकेगा। हालाँकि इसका एक पहलू यह भी है कि जगह की कमी और बढ़ती आवश्यकताओं ने लोगों के सामने ज्यादा विकल्प उपलब्ध नहीं हैं। इसी विकल्प को ध्यान में रखते हुए आजकल इंटीरियर डिजाइनर भी पसलह देते हैं कि घर के कमरे के कोने का उचित इस्तेमाल करें और यहाँ पर उन्हीं चीजों को स्थान दें जिनका इस्तेमाल रोजाना करना हो।

वैसे यह शत-प्रतिशत सही भी नहीं है इसलिए कई डिजाइनर्स का यह भी कहना है कि कमरों के कोनों में उन चीजों का रखा जाए जहाँ कम से कम आवाजाही हो। यह कहना किसी हद तक सही भी है क्योंकि ऐसी स्थिति में चीजों के अस्त-व्यस्त रहने की गुंजाइश बनी रहती है। घर में बेडरूम, ड्राइंग रूम, बालकनी और किचन में बहुत सा स्पेस बचा रहता है, जिसका इस्तेमाल हम जाने-अनजाने नहीं करते। ऐसा बेहतर प्लानिंग न होने की वजह से होता है। ऐसे में जरूरत है तो स्पेस को पहचानने और उसके सही इस्तेमाल की और यह काम बहुत मुश्किल नहीं है। तो क्यों न आप भी कुछ खास बातों को ध्यान में रखते हुए अपने घर के कोनों का इस्तेमाल करें। यह बात बेडरूम ड्राइंग रूम किचन या फिर बालकनी पर भी लागू होती है। मसलन टेलीविजन रखने से लेकर सिंगल या डबल बेड शोपीस, बच्चों के खिलौनों और गमलों आदि पर भी लागू होती है। जहाँ तक टेलीविजन की बात है, उसे कोने में रखना बेहतर हो सकता है। घर के कोने खड़ा टीवी घर के सभी सदस्यों को दिखेगा और यही आपको मकसद भी होना चाहिए। टीवी के दोनों कोनों के नजदीक ही गमले रखने से लिविंग रूम की खूबसूरती बढ़ जाएगी। गमले दरवाजे के दोनों तरफ भी रखे जा सकते हैं। लेकिन इसकी पहली शर्त यह है कि दरवाजे पर

घर का चाहे कोई भी कमरा क्यों न हो, उसके कॉर्नर को सजाने के लिए अक्सर विकल्प की कमी महसूस की जाती है। आप अपने घर के कॉर्नर को सजाने के लिए प्लांट्स के अलावा फूलदान व टेलीफोन रख सकते हैं। इससे जगह का तो इस्तेमाल होगा ही साथ ही घर भी निखार दिखेगा..

अक्सर घर की साज-सज्जा में हम घर के कमरों के कॉर्नर की अहमियत और उसके उपयोग पर ध्यान नहीं देते, लेकिन इन कोनों पर ध्यान देते हुए इसका सही उपयोग किया जो घर की सजा-सज्जा और खूबसूरती में निखार आएगा, साथ ही आपको घर में मिलेगी अतिरिक्त जगह। यही नहीं जगह को आप अपनी पसंद और जरूरत के अनुसार इस्तेमाल भी कर सकते हैं। इंटीरियर डिजाइनर्स की मानें तो उनका कहना है कि घर का कोई भी हिस्सा चाहे वह ड्राइंग रूम हो, किचन, बालकनी या फिर बेडरूम ही क्यों न हो, कमरों में स्पेस मैनेजमेंट के जरिये ही उसका उचित इस्तेमाल किया जा सकेगा। हालाँकि इसका एक पहलू यह भी है कि जगह की कमी और बढ़ती आवश्यकताओं ने लोगों के सामने ज्यादा विकल्प उपलब्ध नहीं हैं। इसी विकल्प को ध्यान में रखते हुए आजकल इंटीरियर डिजाइनर भी पसलह देते हैं कि घर के कमरे के कोने का उचित इस्तेमाल करें और यहाँ पर उन्हीं चीजों को स्थान दें जिनका इस्तेमाल रोजाना करना हो।



टैबल रखने के लिए कर सकते हैं। आधुनिक घरों को डिजाइन करते वक्त ड्राइनिंग के लिए विशेष तौर पर जगह निकाली जाती है। किताबें रखने के लिए ड्राइंग रूम के दरवाजे के पीछे रैक रखी जा सकती है। या फिर आप चाहें तो इसके लिए रैक भी बनवा सकते हैं। घर के लिविंग रूम के कोने में टेलीफोन या फिर कम्प्यूटर भी रखे जा सकते हैं। कम्प्यूटर को वैसे भी ऐसी जगह रखना चाहिए, जहाँ आवाजाही कम से कम हो। कॉर्नर चाहे बड़ों के कमरों के हों या फिर बच्चों के, कमरे के

आवाजाही हो, क्योंकि कम या अंधेरी सी रोशनी में काम करना हानिकारक होता है। ऑफिस के इस कमरे को पूरे वर्ष के मौसम के अनुसार व्यवस्थित करें। उदाहरण के लिए यदि गर्मी में ऑफिस बना रही हैं तो आगामी बरसात और सर्दियों के मौसम का भी ध्यान जरूर रखें और उसी के अनुरूप ऑफिस को व्यवस्थित करें। लाइट्स ऐसी लगाएँ जो आपकी कार्य प्रकृति के अनुरूप हों।

## शांत माहौल जरूरी

घर में ऑफिस बनाने का नुकसान यह होता है कि घरेलू कार्यों से आप खुद को अलग नहीं कर सकतीं। ऑफिस के साथ यदि मुख्य प्रवेश द्वार, किचन या बच्चों का कमरा है तो शांत भाव से आप काम नहीं कर सकतीं। किचन से बीच-बीच में चाय-कॉफी का स्वाद तो ले सकती हैं, लेकिन यदि यहाँ पूरे घर का भोजन बनता है तो आपको परेशानी हो सकती है। छह-सात घंटे काम करने के लिए जिस शांत माहौल की जरूरत होती है, वह आपको नहीं मिल सकता। शोरगुल वाले या व्यस्त कमरों से थोड़ी दूरी पर स्थित होना चाहिए ऑफिस। यदि आप प्लैट सिस्टम में रहती हैं और आप आपके पास अतिरिक्त कमरे नहीं हैं तो फिर अपने कमरे में साउंड प्रूफ सिस्टम का प्रयोग कर सकती हैं। इसके अलावा मजबूत वुडन पैनल्स भी इस शोरगुल से आपको बचा सकते हैं। यदि घर दोमंजिला है तो आप एक मंजिल को अपने ऑफिस के लिए प्रयोग कर सकती हैं।

## सुविधाजनक हो फर्नीचर

व्यवस्थित और छोटी जगह में ज्यादा सामान खपाने वाला फर्नीचर आपके होम ऑफिस में होना चाहिए। यदि आपको कंप्यूटर पर कार्य करना है तो डेस्कटॉप, की-बोर्ड और चेयर का चुनाव सावधानी से करें। अलमारियाँ, कैबिनेट्स इस तरह से डिजाइन करें कि सारा सामान आंफकी पहुँच में रहे, साथ ही व्यवस्थित भी दिखे। बहुत भारी-भरकम फर्नीचर से ऑफिस बहुत भरा-भरा दिखता है। थोड़ी जगह खाली रहे, यह जरूरी है।

## अनावश्यक चीजें न रखें

अपने इस कार्यस्थल को ऐसे डिजाइन करें कि सारा कार्य शांति से हो सके। अनावश्यक चीजों के संग्रह से बचें। रोजमर्रा के व्यर्थ कागजों को डस्टबिन में डालती रहे। इस कमरे में मौजूद पहले के सामानों को दूसरे कमरे या स्टोर रूम में एडजस्ट करें, ताकि अपनी सुविधानुसार ऑफिस को व्यवस्थित कर सकें। फैक्स मशीन या प्रिंटर के आसपास फालतू पेपर्स का जमघट न लगाएँ और न ही अपनी मेज की दराज और कैबिनेट्स में अनावश्यक रद्दी एकत्र करें। छोटे से इस ऑफिस को जितना क्लटर फ्री यानी साफ-सुथरा और व्यवस्थित रखेंगे, उतना ही काम में ध्यान केंद्रित कर सकेंगे।

## मूड फ्रेश रखने के लिए

शांत और एकाग्रचित होकर कार्य करने के लिए कुछ ऐसे सामान ऑफिस में जरूर रखें, जो आपके मूड को अच्छे रखें। अपनी वॉल्स को पसंदीदा रंगों से सजाएँ, कुछ इंडोर प्लांट्स के पॉट्स रखें। फैमिली फोटो के साथ कुछ अच्छे लैंडस्केप्स भी लगाएँ। म्यूजिक का शौक है तो अपनी पसंदीदा सीडीज इस रूम में रख सकती हैं, लेकिन ध्यान रखें कि यह काम करने की जगह है, इसलिए इसे बहुत ज्यादा न भरें।

## घर को बनाएं

# खूबसूरत

खूबसूरत और रंगान पदा जरूर लगा हों। पदा लगा हान का स्थिति में कोने की खूबसूरती बढ़ जाएगी।

यही स्थिति ड्राइनिंग टेबल की है। इसके किचन के नजदीक रखा जाना चाहिए। अमूमन ड्राइंग रूम और बेडरूम व किचन के बीच स्पेस होता है, इसका इस्तेमाल ड्राइनिंग



टैबल रखने के लिए कर सकते हैं। आधुनिक घरों को डिजाइन करते वक्त ड्राइनिंग के लिए विशेष तौर पर जगह निकाली जाती है। किताबें रखने के लिए ड्राइंग रूम के दरवाजे के पीछे रैक रखी जा सकती है। या फिर आप चाहें तो इसके लिए रैक भी बनवा सकते हैं। घर के लिविंग रूम के कोने में टेलीफोन या फिर कम्प्यूटर भी रखे जा सकते हैं। कम्प्यूटर को वैसे भी ऐसी जगह रखना चाहिए, जहाँ आवाजाही कम से कम हो। कॉर्नर चाहे बड़ों के कमरों के हों या फिर बच्चों के, कमरे के

कोने में रखा सामान उसके व्यक्तित्व को भी एक पहचान देता है। वैसे बच्चे कोने की अहमियत शायद न समझें, इसीलिए जूते या स्कूल बैग और रद्दी कागज बिखरने के लिए इनका इस्तेमाल करें। बच्चों के कमरों में कॉर्नर्स पर टेबल लगाई जा सकती है, जिसमें उनके खिलौने और टेक्स्ट

बुकस के अलावा मैगजीन आदि रखी जा सकती हैं। इस हिस्से को निखार देने के लिए उन्हीं के द्वारा बनाई पेंटिंग्स के जरिये भी इस हिस्से की खूबसूरती और बढ़ा सकते हैं। इसके अलावा उनकी स्पोंटैन्स किट या फिर फ्रेम कराई गई फोटो भी लगा सकते हैं। इससे यह स्पेस जीवंत और सकारात्मक भी लगेगा।

बात बेडरूम की करें तो कोनों में ग्लास या फिर वुडन स्टैंड लगाकर उस पर गुलदस्ता, लैंपशेड, कोई एंटीक पीस सजाया जा सकता है। आप चाहें तो छोटा सा मंदिर बनवाकर उसमें मूर्तियाँ भी रख सकते हैं। हाँ यह जरूर ध्यान रखें कि कॉर्नर में बनाए जाने वाले इन स्टैंड्स की हाइट कम से कम पांच फीट की जरूर हो, जिससे कि छोटे बच्चे इन्हें किसी तरह का नुकसान न पहुंचा सकें। इसमें कोई दो राय नहीं कि मौजूदा समय में घरों के आकार छोटे हो रहे हैं, जिससे इनमें रहने वालों को अक्सर स्पेस की कमी महसूस होती है। फिर भी घर में जितना भी स्पेस हो, अगर उसका सही इस्तेमाल किया जाए तो इस समस्या से काफी हद तक राहत जरूर मिल सकती है।

