



आमन लेखनी



सर्दी के दिनों में

जब सताए पेट में दर्द.....

वर्ष : 12

अंक : 25

लखनऊ, 16 जनवरी, शुक्रवार 2026

पृष्ठ : 08

मूल्य : 2.00 रुपए



बृहन्मुंबई नगर पालिका

बीएमसी समेत सभी नगर निगमों में वोटिंग खत्म

आज होगी मतगणना

राज कुमार सिंह चौहान ब्यूरो प्रमुख / नई दिल्ली,

बीएमसी समेत महाराष्ट्र के 29 नगर निगमों पर मतदान की प्रक्रिया खत्म हो गई है। राजनीतिक पार्टियों को अब शुक्रवार को नतीजे का इंतजार है। मुंबई में बीएमसी चुनाव 2026 के लिए 3.30 बजे तक कुल 41.08 फीसदी मतदान हुआ। इसमें पुरुष मतदाता 23,27,033, महिला मतदाता 19,22,500 और अन्य 180 मतदाता शामिल हैं। कुल मिलाकर अब तक 42,49,713 लोगों ने अपने मतदाधिकार का प्रयोग किया। इस दौरान कई दिग्गजों ने वोट डाले, जिनमें नेता-अभिनेता भी शामिल रहे।

पुरुष मतदाता अधिक



...3.30 बजे तक 41.08 फीसदी लोगों ने किया मतदाधिकार का उपयोग

पुणे में कुछ ईवीएम में आई तकनीकी दिक्कत

ईवीएम मशीनों में तकनीकी खराबी की खबरें भी आईं। चुनाव अधिकारियों ने बताया कि जहां भी मशीनों में समस्या आई, वहां नियम के अनुसार तुरंत नई मशीनें लगाई गईं। एनसीपी (एसपी) नेता रोहित पवार ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर कहा कि पुणे और पिंपरी चिंचवड नगर निगम क्षेत्रों में कुछ ईवीएम बंद हो गई थीं। कुछ मशीनों में समय करीब 15 मिनट पीछे चल रहा था।

डिप्टी सीएम शिंदे ने किया मतदान



शिबसेना प्रमुख और डिप्टी सीएम एकनाथ शिंदे ने भी नगर निकाय चुनाव के लिए मतदान किया। मतदान के बाद उन्होंने कहा कि लोगों में काफी उत्साह है। काफी लोग मतदान करने आए हैं। सभी को अपने शहर के विकास के लिए मतदान करना चाहिए। मुंबई में भी लोग बदलाव चाहते हैं।

बीएमसी चुनाव में स्याही विवाद राज ठाकरे ने लगाए धांधली के आरोप

मनसे नेता राज ठाकरे ने मतदान में इस्तेमाल की जा रही स्याही पर



सवाल उठाए हैं। राज ने कहा कि जो स्याही पहले इस्तेमाल की जा रही थी, उसे नए पेन से बदल दिया गया है और इस पेन को लेकर कई शिकायतें मिली हैं।

उद्धव ने की इसी के इस्तीफे की मांग

यूबटी नेता उद्धव ठाकरे ने भी धांधली के आरोप लगाए और इसे



लोकतंत्र की हत्या की कोशिश बताया। राज्य निर्वाचन आयुक्त दिनेश वाघमरे के इस्तीफे की भी मांग की। उद्धव ने निकाय और सरकार में साठगांठ के भी आरोप लगाए। रोहित पवार ने धांधली के आरोप लगाए हैं।

अंगुली से स्याही मिटने की जांच की जाएगी

महाराष्ट्र के राज्य निर्वाचन आयुक्त ने बताया कि इन वायरल वीडियो की जांच की जा रही है। चुनाव आयोग मामले की पूरी पड़ताल करेगा और अगर कोई गड़बड़ी पाई गई तो जरूरी कार्रवाई की जाएगी। महाराष्ट्र सरकार के मंत्री भी हुए परेशान महाराष्ट्र सरकार के मंत्री गणेश नाइक भी नवी मुंबई निगम चुनाव में मतदान के लिए परेशान हुए।

खबर संक्षेप

आनंद डेयरी में छापा मोबाइल-कंप्यूटर जल

बुलंदशहर। यहां के स्थाना नगर के गढ़ मार्ग स्थित आनंद डेयरी प्लांट पर गुरुवार सुबह सात बजे दिल्ली

व उत्तर प्रदेश नंबर की गाड़ियों से आए आकर विभाग के अधिकारियों की टीम ने छापा मारा। प्लांट का गेट बंद कर जांच की गई। इस दौरान टीम ने डेयरी से तमाम फाइलों, कंप्यूटर और मोबाइल को कब्जे में ले लिया है।

सीबीएसई पत्र लेखन में आवेदन आमंत्रित

नई दिल्ली। केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड ने छात्रों को यूपीयू 2026 अंतरराष्ट्रीय पत्र लेखन स्पर्धा में आवेदन आमंत्रित किया है। प्रथम स्थान वाले छात्र को 50,000 रुपए का पुरस्कार और प्रमाण पत्र दिया जाएगा। उत्तम पत्र अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिता में भेजा जाएगा। 'डिजिटल दुनिया में मानवीय जुड़ाव क्यों महत्वपूर्ण है' विषय है।

मानहानि मामला: वीसी से पेश हुई कंगना रनौत बठिंडा। भाजपा सांसद और फिल्म अभिनेत्री कंगना रनौत के खिलाफ चल रहे मानहानि मामले में गुरुवार को बठिंडा की अदालत में अहम सुनवाई हुई। यह मामला उग्रविष कानूनों के विरोध के दौरान बुजुर्ग महिला महिंदर कौर को लेकर की गई कथित आपत्तिजनक टिप्पणी से जुड़ा हुआ है। रनौत अदालत में वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से पेश हुई।

मानहानि मामला: वीसी से पेश हुई कंगना रनौत

बठिंडा। भाजपा सांसद और फिल्म अभिनेत्री कंगना रनौत के खिलाफ चल रहे मानहानि मामले में गुरुवार को बठिंडा की अदालत में अहम सुनवाई हुई। यह मामला उग्रविष कानूनों के विरोध के दौरान बुजुर्ग महिला महिंदर कौर को लेकर की गई कथित आपत्तिजनक टिप्पणी से जुड़ा हुआ है। रनौत अदालत में वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से पेश हुई।

डिजिटल ठगी मामले में 5 आरोपी गिरफ्तार नई दिल्ली। दिल्ली पुलिस की यूनिट ने डिजिटल अरेस्ट के नाम पर ठगी करने वाले एक बड़े इंटर-स्टेट साइबर गिरोह का खुलासा किया है। यह गैंग खुद को पुलिस, सीबीआई और अन्य केंद्रीय जांच एजेंसियों का अधिकारी बताकर लोगों को डराता था। गिरोह के 5 सदस्यों को गिरफ्तार किया है।

उत्तराखंड के चमोली में आग नंदा देवी वन में लगी आग पर काबू पाने हेलिकॉप्टर तैनात

अमन लेखनी समाचार/नई दिल्ली, उत्तराखंड के चमोली जिले में नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच स्थित पथरीले इलाके में जंगल में आग लगने के बाद जिला प्रशासन को पूरी तरह से अलर्ट कर दिया गया है। नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच चट्टानी क्षेत्र में लगी जंगल की आग को नियंत्रित करने के लिए प्रशासन पूरी तरह से सतर्क है। क्षेत्र की दुर्गमता को देखते हुए,

उत्तराखंड के चमोली जिले में नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच स्थित पथरीले इलाके में जंगल में आग लगने के बाद जिला प्रशासन को पूरी तरह से अलर्ट कर दिया गया है। नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच चट्टानी क्षेत्र में लगी जंगल की आग को नियंत्रित करने के लिए प्रशासन पूरी तरह से सतर्क है। क्षेत्र की दुर्गमता को देखते हुए,

उत्तराखंड के चमोली जिले में नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच स्थित पथरीले इलाके में जंगल में आग लगने के बाद जिला प्रशासन को पूरी तरह से अलर्ट कर दिया गया है। नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच चट्टानी क्षेत्र में लगी जंगल की आग को नियंत्रित करने के लिए प्रशासन पूरी तरह से सतर्क है। क्षेत्र की दुर्गमता को देखते हुए,

उत्तराखंड के चमोली जिले में नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच स्थित पथरीले इलाके में जंगल में आग लगने के बाद जिला प्रशासन को पूरी तरह से अलर्ट कर दिया गया है। नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच चट्टानी क्षेत्र में लगी जंगल की आग को नियंत्रित करने के लिए प्रशासन पूरी तरह से सतर्क है। क्षेत्र की दुर्गमता को देखते हुए,

उत्तराखंड के चमोली जिले में नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच स्थित पथरीले इलाके में जंगल में आग लगने के बाद जिला प्रशासन को पूरी तरह से अलर्ट कर दिया गया है। नंदा देवी राष्ट्रीय उद्यान के गोविंदघाट रेंज में अलकनंदा और लक्ष्मण गंगा नदियों के बीच चट्टानी क्षेत्र में लगी जंगल की आग को नियंत्रित करने के लिए प्रशासन पूरी तरह से सतर्क है। क्षेत्र की दुर्गमता को देखते हुए,

बंगाल में प्रवर्तन निदेशालय की 'रेड' पर सुप्रीम कोर्ट में सुनवाई

कोर्ट ने ईडी अधिकारियों पर एफआईआर पर लगाई रोक, 2 हफ्ते में दोनों से मांगा जवाब

अमन लेखनी समाचार/नई दिल्ली,

कोलकाता में बीते 8 जनवरी को आई-पैक के कार्यालय और उसके डायरेक्टर प्रतीक जैन के घर हुई प्रवर्तन निदेशालय की रेड को लेकर सुप्रीम कोर्ट में गुरुवार को सुनवाई हुई। इस मामले में ईडी और पश्चिम बंगाल सरकार के बीच तीखी बहस देखने को मिली। सुप्रीम कोर्ट में अब अगली सुनवाई 3 फरवरी को होगी। सुप्रीम कोर्ट ने पश्चिम बंगाल सरकार और राज्य के डीजीपी को नोटिस जारी किया है। अदालत ने दोनों को दो हफ्ते में जवाब देने का आदेश दिया है। अदालत ने ईडी की याचिका पर नोटिस जारी किया। सुप्रीम कोर्ट ने स्पष्ट किया कि अगली सुनवाई तक ईडी अधिकारियों के खिलाफ एफआईआर पर रोक रहेगी। कोर्ट ने कहा कि एजेंसी के काम में दखल नहीं दे सकती। कोर्ट ने सीसीटीवी समेत सभी दस्तावेजों को सुरक्षित रखने का आदेश भी दिया।

ममता को अदालत से लगा झटका

अगली सुनवाई तीन फरवरी को

शीर्ष कोर्ट ने बंगाल सरकार और राज्य के डीजीपी से मांगा हलफनामा, अदालत ने कहा सीसीटीवी फुटेज, दस्तावेज सुरक्षित रखें



टीएनसी ने भी ऐसे बुला ली जैसे जंतर-मंतर हो

जस्टिस प्रशांत कुमार मिश्रा और जस्टिस विपुल पंचोली की पीठ ने कहा है कि वह इस मामले में नोटिस जारी कर तथ्यों की जांच करेंगे। कोर्ट ने कोलकाता हाईकोर्ट में ईडी की याचिका की सुनवाई के दौरान हुई अव्यवस्था पर भी गंभीर चिंता जताई। ईडी की ओर से पेश सॉलिसिटर जनरल तुषार मेहता और अतिरिक्त सॉलिसिटर जनरल एसवी राजू ने कहा कि एजेंसी 14 जनवरी को हाईकोर्ट में हुई सुनवाई से संतुष्ट नहीं है। सुनवाई के दौरान ईडी को कई तरह की परेशानियों का सामना करना पड़ा। ईडी ने आरोप लगाया कि कोर्ट रूम में बार-बार माइक बंद हो रहा था, जिससे पक्ष रखने में दिक्कत आई।

उपस्थित अधिकारियों को निलंबित किया जाए: एसजी मेहता और राजू



जस्टिस प्रशांत कुमार मिश्रा और विपुल पंचोली की पीठ को बताया कि कहा कि मुख्यमंत्री के साथ बंगाल के डीजीपी और बड़ी पुलिस टीम भी मौजूद थी। ईडी का दावा है कि पुलिस ने एजेंसी के अधिकारियों के मोबाइल फोन तक छीन लिए।

ईडी तो कोयला घोटाला की जांच कर रही थी...

कोर्ट ने ईडी से पूछा कि वह वहां किस जांच के सिलसिले में गई थी? मेहता ने कहा कि ईडी अवैध कोयला घोटाले की जांच कर रही थी, न कि किसी चुनावी डेटा को जमा करने। जांच में हवाला चैनल और करीब 20 करोड़ के नकद लेन-देन के सबूत मिले हैं। आई-पैक से जुड़े 10 ठिकानों पर तलाशी ली थी।

डीजीपी राजीव को निलंबित करें

ईडी ने नई याचिका दायर की है, जिसमें पश्चिम बंगाल के डीजीपी राजीव कुमार के निलंबन की मांग की गई है। ईडी ने वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों के खिलाफ अनुशासनात्मक कार्रवाई की भी मांग की है, आरोप लगाते हुए कि उन्होंने जांच में सहयोग नहीं किया।

ईडी के आरोप गलत, ममता ने बाधा नहीं डाली: सिब्बल

बंगाल सरकार की ओर से वरिष्ठ वकील कपिल सिब्बल ने ईडी के आरोपों को गलत बताया। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री केवल प्रतीक जैन का लैपटॉप और उनका निजी आईफोन लेकर गई थीं, क्योंकि उसमें चुनाव से जुड़ा संवेदनशील डेटा था। सिब्बल ने कहा कि मुख्यमंत्री ने रेड में कोई रुकावट नहीं डाली। कोर्ट ने टिप्पणी की कि अगर ईडी दस्तावेज जमा करना चाहती, तो वह ऐसा कर सकती थी। कोर्ट ने साफ कहा हमें इस मामले की जांच करनी होगी।

चुनाव के समय अचानक रेड क्यों?

सिब्बल ने सवाल उठाया कि अगर कोयला घोटाले की जांच पहले से चल रही थी, तो चुनाव के समय रेड क्यों की गई? इस पर सुप्रीम कोर्ट ने टिप्पणी करते हुए कहा कि बंगाल में चुनाव आई-पैक नहीं, बल्कि चुनाव आयोग कराता है।

याचिका में लगाए गए आरोप गलत: सिंघवी

राज्य सरकार और डीजीपी की ओर से पेश वरिष्ठ अधिवक्ता अभिषेक सिंघवी ने आपत्ति जताई। उन्होंने कहा कि यदि कोर्ट नोटिस जारी करता भी है, तो यह साफ किया जाए कि यह उनकी आपत्ति के अधीन होगा। उन्होंने यह भी आरोप लगाया कि ईडी फोरम शॉपिंग कर रही है, क्योंकि इसी तरह की राहत पहले ही हाईकोर्ट से मांगी जा चुकी है। ईडी की याचिका में लगाए गए आरोप और पंचनामा एक-दूसरे से मेल नहीं खाते।

बिरला का सीएसपीओसी में स्वागत भाषण

चुनौतियों से निपटने सामूहिक विवेक, साझा जिम्मेदारी जरूरी



एआई से होगी कार्यकुशलता में वृद्धि

बिरला ने समाज और शासन को प्रभावित कर रहे तीव्र तकनीकी परिवर्तनों की ओर ध्यान आकर्षित किया। उन्होंने कहा कि आर्टिफिशल इंटेलिजेंस (एआई) तथा सोशल मीडिया ने लोकतांत्रिक संस्थानों की कार्यकुशलता और प्रभावशीलता में वृद्धि की है। उन्होंने यह भी कहा कि इनके दुरुपयोग से दुष्प्रचार, साइबर अपराध और सामाजिक ध्रुवीकरण जैसी गंभीर चिंताएं उत्पन्न हुईं और इन चुनौतियों से गंभीरता से निपटना और उपयुक्त समाधान निकालना विधायिकाओं की सामूहिक जिम्मेदारी है। उन्होंने लोकतांत्रिक मूल्यों की रक्षा के लिए नैतिक आर्टिफिशल इंटेलिजेंस तथा विश्वसनीय, पारदर्शी और जवाबदेह सोशल मीडिया ढांचों के बढ़ते महत्व पर बल दिया।

विधायी संस्थाओं को पेपरलेस बना रहे

भारत के अनुभव को रेखांकित करते हुए बिरला ने बताया कि भारत की संसद और राज्य विधानसभाओं में आर्टिफिशल इंटेलिजेंस और डिजिटल प्रौद्योगिकियों का उपयोग निरंतर बढ़ रहा है। उन्होंने कहा कि विधायी संस्थाओं को उत्तरोत्तर पेपरलेस बनाया जा रहा है और उन्हें एकीकृत डिजिटल प्लेटफॉर्म के माध्यम से जोड़ा जा रहा है, जिससे पारदर्शिता, दक्षता और सुलभता के नए मानक स्थापित हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि संसद और सरकार के साझे प्रयासों से भारत ने अनेक पुराने और अनावश्यक कानूनों को हटाया है, नए जनकल्याणकारी कानून बनाए हैं तथा जनता की आकांक्षाओं के अनुरूप नीतियां तैयार की हैं।

मैंने अकाल तख्त को चुनौती नहीं दी



सचिवालय के सामने पेश हुए सीएम मान

अमृतसर। पंजाब के सीएम भगवंत मान गुरुवार को श्री अकाल तख्त साहिब के सचिवालय सामने पेश हुए। उन्होंने अपने ऊपर लगे आरोपों के मद्देनजर तख्त के सामने अपना पक्ष रखा। पेशी से पहले उन्होंने गुरुवार को स्वर्ण मंदिर में माथा टेका। मान ने कहा कि मैंने यह भी स्पष्ट किया है कि सोशल मीडिया पर फैलाई जा रही इस बात में कोई सच्चाई नहीं है अकाल तख्त को लेकर ऐसा करने का मुझे कोई भी अधिकार नहीं है।

संक्षेप

टायर फटने से पलटा लोडर बाल बाल बचे चालक परिचालक

बांगरमऊ, उन्नाव। क्षेत्र के एक्सप्रेसवे मार्ग पर टायर फटने से लोडर अनियंत्रित होकर पलट गया गनीमत रही चालक परिचालक बाल बाल बच गए। चालक रिहान पुत्र मुखरंग निवासी शास्त्रीनगर सेक्टर 12 थाना नौचंदी जनपद मेरठ एक लोडर 12 थाना नौचंदी जनपद मेरठ एक लोडर में कपड़े के बंडल लोडकर मेरठ से लखनऊ लेकर जा रहा था तभी गुरुवार को दोपहर करीब बांगरमऊ क्षेत्र में एक्सप्रेसवे मार्ग पर गांव भवानी खेड़ा के निकट लोडर का टायर फटने से वह अनियंत्रित होकर एक्सप्रेसवे मार्ग पर पलट गया इस हादसे में चालक मरने को रकी नवाली चोट आई घटना के बाद यूपीडा टीम ने मौके पर रेस्क्यू कर आवागमन बहाल कराया।

मां भगवती का संगीतमय जागरण का किया गया आयोजन

फतेहपुर चौरासी, उन्नाव। नगरपंचायत फतेहपुर चौरासी के मोहल्ला गांधी नगर में बने शिव कृपा धाम के राम दरबार हनुमान गढ़ी मन्दिर परिसर में मां भगवती का संगीतमय जागरण का आयोजन किया गया जिसमें रात भर भक्त गण गायकों के देवी भजनों पर नाचते गाते हुए झूमते रहे। नगर निवासी पवन पाण्डेय उर्फ नातेदार द्वारा आयोजित कार्यक्रम में कानपुर की रवी नादान जामनगर पार्टी के गायकों ने पूजन अर्चन के बाद भजनों का सिलसिला शुरू किया जो रातभर चलता रहा। भजन गायक हितेश मिश्रा ने सुन लो कहन्हाये ये अर्जी हमारी, तारो न तारो मर्जी तुम्हारी, मानवी तिवारी की प्रस्तुति बड़े प्यारे हैं मेरे सरकार सावरे दिल न लगे और शेर पे सवार होके आई शेरामाली, किशोरी कुछ ऐसा इंतजाम हो जाए, गायिका प्रिंसी के गीत काली कमली वाला मेरा यार है , एक बार वृंदावन जाकर तो देखो आदि भक्ति से सराबोर गीतों ने श्रोताओं को नाचने पर विवश कर दिया। कार्यक्रम में रूद्र इण्टर नेशनल ग्रुप ने सुदामा मिलन की मनमोहाक झांकी प्रस्तुत की। आयोजक पवन पाण्डेय ने सुबह आरती के साथ प्रसाद वितरण कराया और जागरण में आए भक्तों का आभार व्यक्त किया।

बाइक से नीचे गिरकर महिला घायल

उन्नाव। आसीवन थाना क्षेत्र के लखनऊ बांगरमऊ मार्ग पर चलती बाइक से पीछे बैठी महिला नीचे गिर कर गंभीर रूप से घायल हो गयी जिसे इलाज के लिए मियागंज अस्पताल में भर्ती कराया गया जहां डाक्टर ने उसकी हालत नाजुक होने पर जिला अस्पताल रेफर कर दिया।

हसनगंज कोतवाली क्षेत्र के कस्बा हसनगंज निवासी रवीन्द्र बुधवार की देर रात मियागंज से पत्नी रोशनी देवी को लेकर जा रहा था इसी बीच सहजाना जरगर गांव के पास सामने से आ रहे डम्पर से बचने के प्रयास में बाइक नीचे उतार दी जिस पर बाइक अनियंत्रित हो गयी जिससे पीछे बैठी पत्नी का संतुलन बिगड़ गया और वह नीचे गिर कर कं गंभीर रूप से घायल हो गयी जिसे मियागंज अस्पताल में भर्ती कराया जहां डाक्टर ने प्राथमिक उपचार के बाद जिला अस्पताल रेफर कर दिया।

मकर संक्रांति के पर्व पर विशाल खिचड़ी वितरण का किया गया आयोजन

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। शुक्लागंज में मकर संक्रांति का पर्व गुरुवार को श्रद्धालुओं ने पूरे श्रद्धा और उत्साह के साथ मनाया है। इस अवसर पर शुक्लागंज क्षेत्र में जगह-जगह खिचड़ी वितरण कार्यक्रम आयोजित किए गए। समाजसेवियों, धार्मिक संगठनों और स्थानीय लोगों ने खिचड़ी के भंडारे लगाए, जिनमें भारी संख्या में श्रद्धालुओं ने प्रसाद ग्रहण किया। सुबह से ही मंदिरों और प्रमुख चौराहों पर श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ पड़ी। लोगों ने मकर संक्रांति के शुभ अवसर पर दान-पुण्य कर पुण्य लाभ अर्जित किया। वही शुक्लागंज के सभासद विशाल त्रिपाठी ऊर्फ बिल्लू पंडा ने भी विशाल खिचड़ी भंडारे का आयोजन कराया जिसमें भारी संख्या में श्रद्धालुओं के अलावा राहगीरों, जरूरतमंदों और बच्चों ने भी प्रसाद ग्रहण किया। वही ठंड को देखते हुए सभासद द्वारा गरीब असहाय लोगों

लापता तीन बच्चों को पुलिस ने सकुशल किया बरामद एसपी ने टीम को प्रशस्ति पत्र देकर किया सम्मानित

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। नवाबगंज से दो दिन पूर्व लापता हुए बच्चों को पुलिस ने स कुशल बरामद करने के बाद गुरुवार को कप्तान जय प्रकाश सिंह ने अजगैन कोतवाली पर तीनों बच्चों को कपड़े व गिफ्ट परिजनों की कम्बल दिए व सीओ अरविन्द चौरसिया कोतवाली निरीक्षक सुरेश सिंह चौकी ईचार्ज मुकल दुबे सहित पुलिस टीम को



थी।बताया गया कि बोते मंगलवार दोपहर से तीनों बच्चे लापता थे, जिससे क्षेत्र में हड़कंप मच गया था। परिजनों द्वारा काफी खोजबीन के बाद बुधवार को अजगैन कोतवाली में गुमशुदगी की सूचना दी गई थी। लापता बच्चों में अनूप (10) और निधि (10) पुत्र व पुत्री राकेश राजपूत, जो जुड़वा हैं, तथा भूमिका (8) पुत्री विश्राम निवासी गांधी नगर शामिल थे। अनूप और निधि नवाबगंज स्थित एचएलएसडी स्कूल में कक्षा एक के

खिचड़ी भोज एवं कंबल वितरण का किया गया आयोजन

अमन लेखनी समाचार

सुमेरपुर, उन्नाव। बैशवारा नरेश 1857 क्रांति के महानायक अमर क्रांतिकारी आजादी के महानायक अमर शहीद राजा शव राम बक्श सिंह की स्मृति मे आयोजित विराट भव्य खिचड़ी भोज एवम कंबल वितरण कार्यक्रम मे पहुंचे सुविख्यात समाजसेवी पुष्प फाउंडेशन के राष्ट्रीय अध्यक्ष पुष्पेन्द्र प्रताप सिंह ने उपस्थित विशाल जनसैलाब को सम्बोधित करते पुष्पेन्द्र प्रताप सिंह ने कहा कि मेरे जीवन की हर सांस बैशवारे व राष्ट्र के नाम है मेरी तमन्ना है कि मैं ऐसा कुछ करूँ अपने क्षेत्र देश के लिये जिससे कि आने वाली पीढ़ियां समाज मे बेहतरी व उत्थान के लिये मुझे याद करें आज राजा साहब की स्मृति मे आयोजित कार्यक्रम मैं यह आप सबसे वादा करता हूँ आप सभी का स्नेह आशीर्वाद मुझ पर बना रहे जितनी की कोशिश होगी मैं जनपद का नाम बैशवारा करने का कार्य करूंगा क्योंकि

पूजन सामग्री के लिए अर्पण कलश स्थापित

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। नगर पालिका परिषद ने धार्मिक पूजन सामग्री के सम्पाजनक निपटान के लिए एक नई पहल की है। शहर में तीन प्रमुख स्थानों पर 'अर्पण कलश' स्थापित किए गए हैं। यह कदम सार्वजनिक स्थलों पर पूजा के बाद बची सामग्री के बिखरे होने से फैलने वाली गंदगी और धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाने की समस्या को दूर करने के उद्देश्य से उठाया गया है। नगर पालिका अध्यक्ष कौमुदी पांडेय और अधिशासी अधिकारी मुकेश कुमार मिश्रा की पहल पर ये कलश लगाए गए हैं। इन्हें दुर्गा मंदिर के बाहर, नवीन पुल द्वार के पास और न्माभि गंग घाट के समीप स्थापित किया गया है। पालिकाध्यक्ष प्रतिनिधि संदीप पांडेय की उपस्थिति में इन कलशों की स्थापना की गई। पालिकाध्यक्ष कौमुदी पांडेय ने बताया कि सार्वजनिक स्थानों



पर पूजन सामग्री के बिखरे होने से न केवल स्वच्छता प्रभावित हो रही थी, बल्कि धार्मिक वस्तुओं का अनादर भी हो रहा था। इस व्यवस्था का लक्ष्य श्रद्धालुओं को अपनी आस्था से जुड़ी सामग्री को सम्मानपूर्वक निर्धारित स्थान पर अर्पित करने का अवसर प्रदान करना है। उन्होंने नगरवासियों से अपील की है कि वे पूजा के बाद बची सामग्री को इधर-उधर फेंकने के बजाय 'अर्पण कलश' में ही डालें।

से शहर की स्वच्छता व्यवस्था मजबूत होगी और धार्मिक स्थलों की गरिमा भी बनी रहेगी। यदि नागरिकों का अच्छा सहयोग मिलता है और आवश्यकता महसूस होती है, तो भविष्य में शहर के अन्य सार्वजनिक और धार्मिक स्थलों पर भी ऐसे 'अर्पण कलश' लगाए जाएंगे। नगरवासियों ने इस पहल का स्वागत करते हुए इसे आस्था और स्वच्छता के बीच एक संतुलित कदम

घने कोहरे के चलते मार्गों पर धीमी गति से चल रहे वाहन

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। लगातार दूसरे दिन घना कोहरा और सर्द हवाएं जारी रहीं, जिससे ठंड में उल्लेखनीय वृद्धि दर्ज की गई। गुरुवार सुबह से ही आसमान में घने कोहरे के कारण दृश्यता काफी कम हो गई। मौसम विभाग के अनुसार, जिले का न्यूनतम तापमान 7 डिग्री सेल्सियस और अधिकतम तापमान 17 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। तापमान में इस गिरावट से सामान्य जनजीवन प्रभावित हुआ। सुबह के समय कोहरा इतना घना था कि सड़कों पर वाहनों की आवाजाही धीमी रही। हाईवे और मुख्य मार्गों पर वाहन चालकों को हेडलाइट जलाकर धीमी गति से चलना पड़ा। कई स्थानों पर दृश्यता 20 मीटर से भी कम रही, जिससे दुर्घटनाओं की आशंका भी रही। पुलिस और यातायात विभाग की टीमें सतर्क रहीं और लोगों से सावधानी बरतने की अपील की गई। बढ़ती ठंड का असर रेलवे यातायात पर भी स्पष्ट रूप से दिखाई दिया। कोहरे के कारण कई ट्रेनें अपने निर्धारित समय से देरी से पहुंचीं। लखनऊ-कानपुर रेलखंड पर चलने वाली यात्री और एक्सप्रेस ट्रेनों की गति धीमी कर दी गई। ट्रेनों के विलंब से चलने के कारण यात्रियों को स्टेशनों पर घंटों इंतजार करना पड़ा, खासकर सुबह और देर रात की ट्रेनों पर कोहरे का अधिक प्रभाव देखा गया। ठंड और कोहरे के चलते जिले में जनजीवन प्रभावित रहा। सुबह के समय बाजारों में भीड़ कम दिखी और लोग केवल आवश्यक कार्यों के लिए ही घरों से बाहर निकले। दफ्तर जाने वाले कर्मचारियों को भी परेशानी का सामना करना पड़ा। ठंड से बचाव के लिए लोग अलाव का सहारा लेते दिखे; शहर और ग्रामीण इलाकों में जगह-जगह अलाव जलाए गए। चिकित्सकों ने इस मौसम में विशेष रूप से बुजुर्गों, बच्चों और पहले से बीमार लोगों को सतर्क रहने की सलाह दी है। ठंड से बचाव के लिए गर्म कपड़े पहनने, गर्म भोजन लेने और अनावश्यक रूप से सुबह-शाम बाहर निकलने से बचने की सलाह दी गई है। मौसम विभाग के पूर्वानुमान के अनुसार, आगामी कुछ दिनों तक ठंड और कोहरे का यह सिलसिला जारी रह सकता है। सुबह और रात के समय घना कोहरा छाए रहने की संभावना है, जबकि दिन में धूप निकलने से कुछ राहत मिल सकती है।

ग्राम प्रधान ने गरीब महिलाओं को वितरित की साड़ियां

अमन लेखनी समाचार

सफीपुर, उन्नाव। विकास खण्ड के ग्राम पंचायत फतेहपुर में सामाजिक समरसता और सेवा भाव का संगम देखने को मिला। यहाँ की ग्राम प्रधान सुबोध कानि द्वारा कड़के की ठंड और त्योहार के दृष्टिगत गरीब व असहाय परिवारों की मदद के लिए हाथ बढ़ाए गए। मंगलवार को आयोजित एक कार्यक्रम के दौरान ग्राम प्रधान ने दर्जनों जरूरतमंद महिलाओं को साड़ियां वितरित कीं। इससे पूर्व, ग्राम प्रधान व उपस्थित ग्रामीणों ने सविधान निर्मात डॉ. भीमराव अम्बेडकर की प्रतिमा पर माल्यापण कर उन्हें नमन किया। इस अवसर पर भव्य खिचड़ी भोज का भी आयोजन किया गया, जिसमें बड़ी संख्या में ग्रामीणों ने प्रसाद ग्रहण किया। प्रधान प्रतिनिधि राहुल ने इस मौके पर कहा कि गरीब व असहाय लोगों की सेवा करना ही सबसे बड़ा पुण्य है। उन्होंने संकल्प दोहराया कि पंचायत के विकास के साथ-साथ हर वर्ग के उत्थान के लिए कार्य जारी रहेंगे। कार्यक्रम के दौरान मुख्य रूप से कुंज बिहारी, देवचंद्र, देवराज सहित भारी संख्या में ग्रामीण और गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे। ग्रामीणों ने प्रधान द्वारा किए गए इस कार्य की सरहना की।

खिचड़ी भोज एवं कंबल वितरण का किया गया आयोजन



बैशवारा कोई जाति नहीं एक सोंच एक विचारबधारा है उसे हम सबको मिलाकर आगे बढ़ाना है, कार्यक्रम बैशवारा कल्याण समिति उन्नाव व राणा बेनी माधव समिति रायबरेली भी पहुंची पुष्पेन्द्र प्रताप सिंह के द्वारा राजा राव राम बक्श सिंह की प्रतिमा पर माल्यापण भी किया गया, समिति के अध्यक्ष मुन्ना सिंह अवधूत ने चांदी का मुकुट, राजा साहब की प्रतिमा, तलवार आदि भेंट की, आयोजित भव्य कार्यक्रम मे पुष्पेन्द्र प्रताप सिंह के द्वारा लाभगर् 6 हजार से अधिक लोगों को कंबल वितरण किया गया व 10 हजार से अधिक खिचड़ी लोगों ने खिचड़ी भोज ग्रहण

अनियंत्रित बाइक सवार युवक विद्युत पोल से टकराया एक की मौत दूसरा घायल

अमन लेखनी समाचार

सफीपुर, उन्नाव। कोतवाली क्षेत्र में दबौली-जमालनगर मार्ग पर बुधवार देर शाम एक सड़क हादसा हुआ। अनियंत्रित बाइक विजली के खंभे से टकरा गई, जिससे उस पर सवार दो युवक गंभीर रूप से घायल हो गए। अस्पताल ले जाने पर एक युवक को मृत घोषित कर दिया गया, जबकि दूसरा गंभीर रूप से घायल है। मृतक की पहचान हरदोई के मल्लावां थाना क्षेत्र के छिबरामऊ निवासी अखिलेश (25) पुत्र रामकिशोर के रूप में हुई है। घायल युवक कानपुर के बिल्हौर थाना क्षेत्र के गदनपुर निवासी कुंवर (30) पुत्र सोने लाल हैं। दोनों आपस में साढ़ू थे और बुधवार को सफीपुर कोतवाली क्षेत्र के बोडेपुरवा स्थित अपनी ससुराल खिचड़ी का त्योहार मनाने आए थे। बताया गया कि बुधवार शाम करीब 7:30 बजे अखिलेश और कुंवर घूमने जाने की बात कहकर बाइक से निकले थे। दबौली-जमालनगर मार्ग पर सनहा गांव के पास उनकी बाइक अनियंत्रित होकर सड़क किनारे लगे बिजली के खंभे से टकरा गई। टक्कर इतनी

मकर संक्रांति के दूसरे दिन भी गंगा घाटों पर उमड़ी श्रद्धालुओं की भीड़

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। मकर संक्रांति के दूसरे दिन गुरुवार को भी गंगा घाटों पर भारी भीड़ उमड़ी। हजारों श्रद्धालुओं ने अल सुबह से ही गंगा में आस्था की डुबकी लगाई और पुण्य लाभ अर्जित किया। ठंडे मौसम के बावजूद श्रद्धालुओं का उत्साह बरकरार रहा। पुरुषों, महिलाओं, बच्चों और बुजुर्गों सहित सभी आयु वर्ग के लोगों ने गंगा स्नान किया। स्नान के बाद श्रद्धालुओं ने खिचड़ी, तिल, गुड़, कंबल और वस्त्र जैसी वस्तुएं दान कर पुण्य अर्जित किया। कई परिवारों ने गंगा तट पर पूजा-अर्चना भी की। श्रद्धालुओं की भारी भीड़ को देखते हुए जिला प्रशासन और पुलिस ने सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम किए थे। प्रमुख गंगा घाटों पर बड़ी संख्या में पुलिस बल तैनात किया गया था। गोताखोरों की टीम और जल पुलिस को भी आपात स्थिति से निपटने



के लिए अलर्ट पर रखा गया। गहरे पानी वाले स्थानों पर बैरिकेडिंग कर श्रद्धालुओं को सुरक्षित दायरे में स्नान करने के निर्देश दिए गए। घाटों पर साफ-सफाई, पेयजल और प्राथमिक चिकित्सा की व्यवस्था भी की गई थी। एंबुलेंस और मेडिकल टीमें तैनात थीं ताकि किसी श्रद्धालु की तबीयत बिगड़ने पर तत्काल उपचार मिल सके। प्रशासनिक अधिकारी लगातार घाटों का निरीक्षण कर व्यवस्थाओं का जायजा लेते रहे। गंगा घाटों की और

जाने वाले मार्गों पर यातायात सुचारू रखने के लिए विशेष प्रबंध किए गए थे। यातायात पुलिस ने डायवर्जन लागू कर वाहनों को नियंत्रित किया। स्वयंसेवी संगठनों और स्थानीय लोगों ने भी श्रद्धालुओं की सहायता में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। स्थानीय प्रशासन के अनुसार, इस वर्ष मकर संक्रांति पर श्रद्धालुओं की संख्या पिछले वर्षों की तुलना में अधिक दर्ज की गई है। दूसरे दिन भी श्रद्धालुओं का उत्साह बना रहा, जिससे गंगा तटों पर मेले जैसा माहौल नजर आया। फिलहाल, प्रशासन पूरी तरह सतर्क है और आने वाले दिनों में भी श्रद्धालुओं की संभावित भीड़ को देखते हुए सुरक्षा और व्यवस्था बनाए रखने के निर्देश दिए गए हैं। श्रद्धालुओं ने प्रशासन की व्यवस्थाओं की सराहना करते हुए शांतिपूर्ण ढंग से पर्व मनाया।

आँटो हटाने को लेकर हुआ विवाद चार घायल

अमन लेखनी समाचार

उन्नाव। सलेमपुर करोवन मोहल्ले में गुरुवार को आँटो हटाने को लेकर हुए विवाद में एक ही परिवार के चार लोग घायल हो गए। आरोप है कि कुछ लोगों ने लाठी-डंडों और धारदार हथियारों से हमला किया। घायलों को जिला अस्पताल में भर्ती कराया गया, जहां उपचार के बाद उन्होंने कोतवाली थाने में तहरीर देकर कार्रवाई की मांग की है। मारपीट में राकेश पाण्डेय, सिद्धार्थ पाण्डेय, विधि पाण्डेय और शिवम पाण्डेय घायल हुए हैं। उनके सिर, हाथ और शरीर के अन्य हिस्सों में चोटें आई हैं। डॉक्टरों के अनुसार, पुलिस मौके पर पहुंची और स्थिति को नियंत्रित किया। घायलों को तत्काल जिला अस्पताल भेजा गया। उपचार के बाद पीड़ित पक्ष ने कोतवाली थाने में आरोपियों के खिलाफ नामजद तहरीर दी है। कोतवाली पुलिस ने बताया कि तहरीर के आधार पर मामले की जांच की जा रही है और साक्ष्यों के आधार पर आगे की कानूनी कार्रवाई की जाएगी।

दुष्कर्म व अवैध धर्म परिवर्तन कराने वाले आरोपी को पुलिस ने किया गिरफ्तार

अमन लेखनी समाचार

सफीपुर, उन्नाव। कोतवाली पुलिस ने गुरुवार को एक बड़ी सफलता हासिल करते हुए दुष्कर्म और अवैध धर्म परिवर्तन कराने के आरोपी युवक को गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ संबंधित धाराओं में मुकदमा दर्ज कर उसे जेल भेज दिया है। बोते बुधवार (14 जनवरी) को सफीपुर कोतवाली में एक युवती की तहरीर पर सनसनीखेज मामला दर्ज हुआ था। पुलिस ने आरोपी के विरुद्ध दुष्कर्म (BNS 64/1), मारपीट, जान से मारने की धमकी और उत्तर प्रदेश विधि विरुद्ध धर्म संपरिवर्तन प्रतिषेध अधिनियम 2021 की गंभीर धाराओं के तहत मुकदमा पंजीकृत किया था। मामला दर्ज होने के बाद से ही पुलिस को टीम में आरोपी की तलाश में दबिश दे रही थी। पुलिस अधीक्षक के निर्देश पर अपराधियों के विरुद्ध चलाए जा रहे अभियान के तहत, थानाध्यक्ष सुब्रत नारायण के नेतृत्व में पुलिस टीम क्षेत्र में गश्त पर थी। इसी दौरान मुखबिर से सटीक सूचना मिली कि आरोपी कहीं भागने की पिराक में है। पुलिस ने तत्काल मियागंज रोड स्थित राजकीय बालिका इंटर कॉलेज (GGIC) के पास घेराबंदी की और अभियुक्त आशी उर्फ रिहान पुत्र सलीम (26 वर्ष), निवासी मोहल्ला मीरबाजार को दबोच लिया। गिरफ्तार करने वाली टीम में थानाध्यक्ष के साथ उपनिरीक्षक संजीव कुमार तोमर, सिपाही राघवेंद्र गुर्जर, निपुणमान और जितेंद्र नादर शामिल रहे। पुलिस ने आरोपी को माननीय न्यायालय के समक्ष पेश किया, जहां से उसे न्यायिक हिरासत में जेल भेज दिया गया है। थाना प्रभारी ने बताया कि महिलाओं के विरुद्ध अपराध करने वालों और कानून हाथ में लेने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई जारी रहेगी।



महिला ने अपने ससुरालीजनो पर दर्ज कराया दहेज उत्पीड़न का मुकदमा

अमन लेखनी समाचार

सुमेरपुर, उन्नाव। थाना बारामसगर अन्तर्गत विवाहिता ने अपने पति व ससुरालीजनों पर दहेज उत्पीड़न व मारपीट का आरोप लगाया है जिसमे पुलिस ने पति समेत छः लोगों के ऊपर मुकदमा दर्ज कर लिया है। थाना क्षेत्र की ही निवासिनी अतिथा कौसर पुत्री इसरार अहमद ने पुलिस को तहरीर

देते हुए बताया कि वह वर्तमान में थाना गुरबकसगंज जनपद रायबरेली उत्तर प्रदेश में अपने निजी मकान में रह रही है। उसका निकाह दिनांक 14 माह पूर्व अनवर अली पुत्र चांद मौहम्मद निवासी ऊंचगांव थाना बारामसगर जनपद उन्नाव के साथ हुआ था। शादी के कुछ ही दिनों उपरांत पति अनवर अली सास-शमरून निशा ससुर- चांद बाबू ननद-तबस्सुम निशा ननद का पति रहमत,

देवर-अशरफ आदि लोग दहेज में थार कार व प्लाट खरीदने हेतु 5 लाख नगद मांग उत्पीड़न करने लगे। विरोध करने पर गन्दी गन्दी गालिया व जिंदा जला देने की धमकी दी जा रही है। थाना प्रभारी धर्मेद नाथ मिश्रा ने बताया तहरीर के आधार पर पति समेत छः लोगो पर प्रताड़ना, दहेज उत्पीड़न सहित गंभीर धाराओं में मुकदमा दर्ज कर आवश्यक कार्यवाही की जा रही है।

पूर्व मुख्यमंत्री मायावती का धूमधाम से मनाया गया जन्मदिन

मौरावां, उन्नाव। पूर्व मुख्यमंत्री सुश्री मायावती का जन्मदिन लादखेडा.अहेसा में उनके मानने वालों ने धूमधाम से मनाया कार्यक्रम की शुरुआत उनके चित्र पर माल्यापण कर पुष्प अर्पित करते उनके दीर्घायु की कामना किया मिश्रान वितरण किया गया। कार्यक्रम आयोजक दीपक कुमार गौतम ने बताया कि बहन जी का शुशासन लोग याद कर रहे हैं उनके शासनकाल का याद कर गुंटे माफिया रिश्तवत खोर अधिकारी थर थर कापते हैं।।कार्यक्रम में बतौर अतिथि जिला पंचायत प्रत्याशी रामबाबू लोधी ने बहन मायावती के चित्र पर माल्यापण कर पुष्प अर्पित करते हुए उनके शासनकाल पर विस्तार से प्रकाश डाला प्रधान प्रतिनिधि रविशंकर रावत ने भी सम्बोधित किया इस अवसर पर रामचंद्र मट्टाली रावत अर्जुन लोधी,रमन सिंह, सुरेन्द्र रावत,किशोर लोधी, राधेलाल लोधी,डा छोड़, गुड्डु लोधी, महेश पासी, प्रकाश लोधी, मास्टर सर्वेश रावत आदि काफी लोग मौजूद रहे।



सम्पादकीय

भारत-अमेरिका संबंधों को सुधार पाएंगे गोर ?

भारत में अमेरिका के राजदूत सर्जियो गोर ने सोमवार को नई दिल्ली में कार्यभार संभाल लिया। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने पिछले साल गोर की नियुक्ति की घोषणा की थी। भारत-अमेरिका संबंध पिछले एक साल में अब तक के सबसे निचले स्तर पर हैं। अमेरिकी वाणिज्य मंत्री हावर्ड लुटनिक की हालिया टिप्पणी से ऐसा संदेश गया, जैसे भारत-अमेरिका व्यापार समझौता पूरी तरह पटरी से उतर गया है, क्योंकि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने ट्रंप को फोन नहीं किया। जबकि पिछले साल दोनों नेताओं के बीच आठ बार बातचीत हुई थी। भारत पर इस समय दुनिया में सर्वाधिक टैरिफ लागू है। लगातार वार्ता होने के बावजूद दोनों देश अब तक किसी समझौते पर नहीं पहुंच सके हैं। समझा जाता है कि गोर के आने के बाद दोनों देशों के संबंध एक बार फिर पटरी पर लौट सकते हैं। गोर की टैरिफ पर समझौते को लेकर दोनों देशों के बीच चल रही वार्ता पर यह टिप्पणी खास तौर पर ध्यान देने योग्य है। गोर ने कहा, ‘सच्चे दोस्त असहमत हो सकते हैं, लेकिन अंत में हमेशा अपने मतभेद दूर कर लेते हैं।’ राष्ट्रपति ट्रंप की हाल की प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के साथ बातचीत को याद करते हुए गोर ने कहा कि अमेरिकी राष्ट्रपति अक्सर अपनी भारत यात्रा और प्रधानमंत्री मोदी के साथ अपनी व्यक्तिगत समझा का जिक्र करते हैं। गोर ने कहा, आशा है कि राष्ट्रपति जल्द ही भारत आएंगे, उम्मीद है अगले एक या दो वर्षों में। दोनों देशों के संबंधों पर गोर ने आगे कहा, ‘भारत से अधिक महत्वपूर्ण कोई साझेदार नहीं है। आने वाले महीनों और वर्षों में भारत में राजदूत के रूप में मेरा लक्ष्य एक अत्यंत महत्वाकांक्षी एजेंडा आगे बढ़ाना है। हम यह एक सच्चे रणनीतिक साझेदार के रूप में करेंगे, जहां दोनों देश अपनी-अपनी ताकत, सम्मान और नेतृत्व लेकर आगे आएंगे।’ गोर का यह रुख दोनों देशों के रिश्तों पर जमी बर्फ को पिघलाने का काम कर सकता है। हालांकि ट्रंप का एक साल का कार्यकाल भारत के लिए किसी भी दृष्टि से अच्छा नहीं रहा। टैरिफ को अगर छोड़ भी दें तो भी ट्रंप ने वह हर काम किया, जिससे भारत के हितों पर प्रतिकूल असर पड़ता हो। एचबी वीजा से लेकर रेमिटेंस पर टैक्स बढ़ाना, अवैध भारतीयों को हथकड़ी लगाकर वापस भेजना, अमेरिका जाने के इच्छुक भारतीयों के लिए वीजा में देरी आदि ऐसे कई काम हुए हैं, जिसने आम भारतीय के दिल में भी अमेरिका के प्रति सम्मान को कम किया है। गोर अभी अपने कार्यकाल की शुरुआत कर रहे हैं, लेकिन उनके लिए भारतीयों के मन में अमेरिका का सम्मान स्थापित करना भी बड़ी चुनौती होगा। पाकिस्तान के परोक्ष शासक आसिम मुनीर को ट्रंप ने जिस तरह से गले लगाया है, वह किसी भारतीय को पसंद नहीं आया। इसलिए गोर की भारत में राह बहुत आसान होगी, यह कह पाना मुश्किल है। उन्होंने खुद स्वीकार किया कि यह ‘आसान काम नहीं’ है। जब वह कहते हैं कि व्यापार हमारे रिश्ते का महत्वपूर्ण हिस्सा है, लेकिन हम सुरक्षा, आतंकवादरोधी प्रयास, ऊर्जा, प्रौद्योगिकी, शिक्षा और स्वास्थ्य जैसे अन्य महत्वपूर्ण क्षेत्रों में भी मिलकर काम करते रहेंगे तो साफ हो जाता है कि अमेरिका की प्राथमिकता क्या है? गोर भारत में अमेरिकी राजदूत के साथ ही दक्षिण एवं मध्य एशिया के विशेष दूत भी हैं।

लोक संस्कृति

बाल मुकुन्द ओझा



लोक संस्कृति और समृद्धि का पर्व है लोहड़ी

देश की बहुगुणी लोकसंस्कृति का महत्वपूर्ण त्योहार लोहड़ी मकर संक्रान्ति के एक दिन पहले मनाया जाता है। इस साल लोहड़ी पर्व 13 जनवरी को मनाया जाएगा। लोहड़ी का पर्व फसल से जुड़ा है। यह पर्व नई फसल की बुआई और पुरानी फसल की कटाई से संबंधित है। विशेष रूप से पंजाब और हरियाणा सहित उत्तर भारत में यह त्योहार परंपरागत हंसी-खुशी, उमंग-उत्साह के साथ मनाया जाता है। प्रवासी भारतवासी विदेशों में भी अपने रंगीले त्योहार की खुशियां गीत, संगीत और नृत्य के साथ बांटते हैं। लोहड़ी का त्योहार हर साल 13 जनवरी को मनाया जाता है। ज्योतिष विज्ञान के अनुसार, यह त्योहार सूर्य की उत्तरी गोलार्ध की यात्रा का प्रतीक है। मुख्यतः पंजाब और हरियाणा सहित उत्तर भारत के इस लोकप्रिय फसल उत्सव में अच्छी फसल के लिए आभार व्यक्त करने और ईश्वर से सुख समृद्धि के लिए प्रार्थना करने के लिए पवित्र अलाव जलाया जाता है। लोहड़ी मनाने के पीछे भी एक कहानी है जिसके नायक दुल्ला भट्टी हैं। बताया जाता है कि सांदल बार इलाके के जागीरदार ने एक ब्राह्मण की दो बेटियों को उठा लिया था। यह इलाका अब पाकिस्तान के मुल्तान शहर के पास है। दुल्ला मुगलों के खिलाफ तब मुर्खिल्ला लड़ाई कर रहे थे। कहानी के मुताबिक दुल्ला भट्टी ने दोनों लड़कियों को छुड़ाया और खुद गरीब ब्राह्मण की जगह उनका बाप बना। लड़कियों के सिर के सालू (पल्लू) को बेटियों की इज्जत माना जाता था, जिसे उसने रखवाया। तब किसी गरीब के हक में और वह भी लड़कियों के हक में खड़े होना बड़ी बात थी। हर त्योहार की तरह यह भी दोस्तों, परिवार और रिश्तेदारों के साथ मिलकर मनाया जाता है। उपले और लकड़ी की मदद से बोनफायर जलाया जाता है। पंजाब में लोहड़ी का त्योहार प्रमुख रूप से और बड़े धूमधाम के साथ मनाया जाता है। ऐसी मान्यता है कि इस दिन से दिन छोटा और रात काफी बड़ी होती है। फसल कटाई के मौके पर मनाए जाने वाले इस त्योहार को बोनफायर जलाकर सेंलब्रेट किया जाता है। वहीं लोग इसके चारों तरफ घूमकर नाचते हैं और आने में प्रसाद डालते हैं। पंजाब के अलावा हरियाणा, दिल्ली, राजस्थान, हिमाचल प्रदेश आदि राज्यों में इसकी धूम होती है। पारिवारिक समूह के साथ लोहड़ी पूजन करने के बाद उसमें तिल, गुड़, रेवड़ी एवं मूंगफली का भोग लगाया जाता है। ढोल की थाप के साथ गिद्धा और भाँगड़ा नृत्य इस अवसर पर विशेष आकर्षण का केंद्र होते हैं। पंजाबी समाज में इस पर्व की तैयारी कई दिनों पहले ही शुरू हो जाती है। इसका संबंध मन्नत से जोड़ा गया है अर्थात जिस घर में नई बहू आई होती है या घर में संतान का जन्म हुआ होता है तो उस परिवार की ओर से खुशी बाँटते हुए लोहड़ी मनाई जाती है। सगे-संबंधी और रिश्तेदार उन्हें आज के दिन विशेष सौगात के साथ बधाइयाँ भी देते हैं। लोहड़ी से 10-12 दिन पहले ही बच्चे ‘लोहड़ी’ के लोकगीत गाकर दाने, लकड़ी और उपले इकट्ठे करते हैं। इस सामग्री से चौराहे या मुहल्ले के किसी खुले स्थान पर आग जलाई जाती है। रेवड़ी और मूंगफली आदि की भेंट किए जाते हैं तथा ये ही चीजें प्रसाद के रूप में सभी लोगों को बाँटी जाती हैं। घर लौटते समय ‘लोहड़ी’ से दो चार कोयले प्रसाद के रूप में, घर पर लाने की प्रथा भी है। लोग अग्न के चारों ओर चक्कर काटते हुए नाचते-गाते हैं व आग में रेवड़ी, मूंगफली, खील, मक्की के दानों को आहुति देते हैं। आग के चारों ओर बैठकर लोग आग संकेत से रेवड़ी, खील, गज्जक, मक्का खाने का आनंद लेते हैं। जिस घर में नई शादी हुई हो या बच्चा हुआ हो उसे विशेष तौर पर बधाई दी जाती है। पहले बेटा होने पर त्योहार मनाया जाता था, मगर अब कन्या होने पर दूने जोश और उत्साह से कन्या लोहड़ी का पर्व मनाया जाता है।



पिछली तिमाही में भारत की जीडीपी ग्रोथ 8.2 प्रतिशत तक पहुँच गई है। तेज़ आर्थिक ग्रोथ से आम तौर पर किसी देश की करेंसी मजबूत होनी चाहिए, लेकिन भारत अक्सर एक विरोधाभास का अनुभव करता है, जहां जीडीपी ग्रोथ ज्यादा होने पर भी उसकी करेंसी काफ़ी कम हो जाती है। इस विरोधाभास को समझने की ज़रूरत है, क्योंकि विनिमय दर में उतार-चढ़ाव जीडीपी ग्रोथ से तय नहीं होता है, बल्कि कई तत्वों से तय होता है, जिनका असर विदेशी मुद्रा की मांग और पूर्ति पर पड़ता है। वास्तव में, हाई ग्रोथ वास्तविक आर्थिक विस्तार को दर्शाती है, जबकि रुपये का मूल्य सापेक्ष कीमतों, पूंजी प्रवाह और वैश्विक वित्तीय परिस्थितियों को प्रतिबिंबित करता है।

जीडीपी वृद्धि से नहीं रुकेगी रुपए की गिरावट

आजादी के बाद से, भारतीय रुपये की अमेरिकी डॉलर के मुकाबले धीरे-धीरे कमजोर होने की प्रवृत्ति रही है। 2024 में 3.30 रुपये प्रति अमेरिकी डॉलर से गिरता हुआ 2025 के मध्य तक 83.4 रुपये और दिसंबर 2025 तक लगभग 90 रुपये प्रति अमेरिकी डॉलर हो गया। रुपये की कमजोरी की रफ़्तार दशकों में अलग-अलग रही है, जो घरेलू पॉलिसी और अंतरराष्ट्रीय आर्थिक हालात दोनों को दिखाती है। शुरुआती सालों (1947–1966) में, ब्रिटिश पाउंड से जुड़े स्थिर विनिमय डर के तहत रुपया लगभग 4.4% वार्षिक की दर से गिरा। 1966 और 1976 के बीच, 1966 के अवमूल्यन और कड़े नियमन के बाद अवमूल्यन सालाना 1.8% तक घीमा हो गया। 1976–1986 के बीच तेल के झटकों और आर्थिक दबाव की वजह से हर साल 3.5% की थोड़ी ज्यादा गिरावट देखी गई, जबकि 1986–1996 में सबसे ज्यादा 10.9% सालाना गिरावट देखी गई, जो भुगतान शेष संकट और बाज़ार निर्धारित विनिमय दर की वजह से हुई। उदारीकरण के बाद, 1996 के बाद से, रुपये की गिरावट में कमी आई। 1996–2004 के दौरान हर साल 3.0%, 2004–2014 में हर साल 2.9%, और 2014–2024 तक हर साल 3.3%। कुल मिलाकर, जबकि गिरावट संरचनात्मक है, 1990 के दशक के बाद नीति सुधारों और आर्थिक स्थिरता ने इस प्रवृत्ति को स्थायित्व प्रदान किया। हालाँकि, पिछले एक साल में रुपये में 4.7 प्रतिशत की ज्यादा तेज़ी से गिरावट आई है, यह एक अल्पकालिक घटना लगती है। यह एक आम धारणा है कि एक मजबूत अर्थव्यवस्था का मतलब है कि उस मुद्रा की ताकत भी मजबूत होगी। वर्तमान समय में यह धारणा गलत साबित हो रही है। हम देखते हैं कि पिछले लगभग एक दशक में भारत की अर्थव्यवस्था अन्य बड़ी अर्थव्यवस्थाओं की तुलना में तेज़ गति से बढ़ रही है और पिछले लगभग पांच वर्षों से इसे दुनिया की सबसे तेज़ी से बढ़ने वाली अर्थव्यवस्था होने का गौरव प्राप्त है। भारतीय अर्थव्यवस्था का आकार (जीडीपी) 2014 में 2.07 ट्रिलियन अमेरिकी डॉलर से बढ़कर 2025 में 4.18 ट्रिलियन अमेरिकी डॉलर हो गया है। इस दौरान प्रति व्यक्ति आय भी 1554 अमेरिकी डॉलर से बढ़कर 2878 अमेरिकी डॉलर हो गई है। अगर हम वर्तमान मूल्यों पर जीडीपी देखें, तो यह 2014–15 में 106.6 लाख करोड़ रुपये से तीन गुना से भी अधिक बढ़कर 2024–25 में 331.03 लाख करोड़ रुपये हो गई है। दिलचस्प बात यह है कि पिछले दो सालों में, रुपये-डॉलर विनिमय दर में उतार-चढ़ाव एक जैसा नहीं रहा है। पिछली तिमाही में, भारत की जीडीपी ग्रोथ 8.2 प्रतिशत तक पहुँच गई है,

जिसे संघर्षों और युद्धों के कारण भूराजनीतिक तनाव और अमरीका के राष्ट्रपति ट्रंप द्वारा शुरू किए गए अभूतपूर्व टैरिफ युद्ध के कारण अस्त-व्यस्त वैश्विक अर्थव्यवस्था के बीच काफ़ी अच्छा माना जाता है। तेज़ आर्थिक ग्रोथ से आम तौर पर किसी देश की करेंसी मजबूत होनी चाहिए, लेकिन भारत अक्सर एक विरोधाभास का अनुभव करता है, जहां जीडीपी ग्रोथ ज्यादा होने पर भी उसकी करेंसी काफ़ी कम हो जाती है। इस विरोधाभास को समझने की ज़रूरत है, क्योंकि विनिमय दर में उतार-चढ़ाव जीडीपी ग्रोथ से तय नहीं होता है, बल्कि कई तत्वों से तय होता है, जिनका असर



विदेशी मुद्रा की मांग और पूर्ति पर पड़ता है। पहला, विनिमय दर सिर्फ जीडीपी ग्रोथ के बजाय पूंजीगत प्रवाह से ज्यादा चलती है। मजबूत ग्रोथ के बावजूद, अगर विदेशी निवेशक वैश्विक अस्थिरता, अपने देश/देशों में बढ़ती व्याज दरों, या रिस्क से बचने की वजह से पूंजी निकालते हैं, तो रुपया कमजोर हो जाता है। भारत में ठीक यही हुआ है, 2025 में ही, विदेशी संस्थागत निवेशकों (एफपीआई) ने 15 दिसंबर, 2025 तक भारतीय स्टॉक मार्केट से 18.4 बिलियन अमरीकी डॉलर निकाले, भारतीय अर्थव्यवस्था में किसी कमजोरी की वजह से नहीं, बल्कि अपने ही कारणों से। फिर से, हम देखते हैं कि एफपीआई की भारी निकासी के बावजूद, भारतीय स्टॉक मार्केट अपने ग्रोथ के रास्ते पर चलते रहे हैं। निकासी के लगातार दबाव का विदेशी मुद्रा की पूर्ति पर बुरा असर पड़ा है और इसके कुल असर ने रुपये की गिरावट में अहम भूमिका निभाई है। दूसरा, मजबूत होने के बजाय, ज्यादा जीडीपी ग्रोथ, रुपये की गिरावट का कारण भी बन सकती है। भारत में ज्यादा ग्रोथ अक्सर आयात को बढ़ाती है, खासकर कच्चे तेल, इलेक्ट्रॉनिक्स और पूंजीगत सामान के लिए। बढ़ते आयात से डॉलर की

श्रीकृष्ण का क्रिया योग

योगदा सत्संग सोसाइटी के संस्थापक और 'योगी कथामृत' के लेखक श्री श्री परमहंस योगानंद की श्रीमद्भगवद्गीता पर व्याख्या 'ईश्वर-अर्जुन संवाद' के अनुसार, कृष्ण शब्द की अनेक व्युत्पत्ति में हैं। इनमें 'श्याम' सर्वाधिक प्रचलित है, जो उनके रंग-रूप की ओर संकेत करता है। उन्हें चित्रों में प्रायः गाढ़े नीले रंग का दिखाया जाता है, जो देवत्व का प्रतीक है। नीला रंग दिव्य नेत्र में (भ्रूमध्य के बीच) दिखने वाले नीले प्रकाश का भी प्रतीक है, जो योग में चेतना की कूटस्थ चैतन्य अवस्था को दर्शाता है। मतलब कृष्ण का रंग आध्यात्मिकता का भी प्रतीक है और एक गूढ़ अर्थ की ओर संकेत करता है। योगानंद जी के अनुसार, इंद्रिय जनित लिप्स ग्रस्त संसार दिव्य प्रेम की शुद्धता को नहीं समझ पाता। शाब्दिक अर्थों से परे गोपियों संग कृष्ण लीलाओं का प्रतीकात्मक अर्थ, ब्रह्म और सृष्टि के उस रास से है, जो ईश्वरीय लीला को संसार में व्यक्त करता है। कृष्ण की वंशी की मधुर तान भक्तों को ध्यान जनित समाधि के मंडप में आने को पुकारती है, ताकि वह आनंदवयक ईश्वरीय प्रेम का पान कर सकें। कृष्ण के जीवन का दर्शन हमें भौतिक जीवन के दायित्वों के निर्वहन और उन्हीं के बीच ईश्वर का सानिध्य पाने के प्रयासों के मध्य सामंजस्य साधना सिखाता है। कृष्ण सिखाते हैं कि परिवेश कुछ भी हो, ईश्वर को वहीं ले आओ, जहां उसने तुम्हें रखा है। कृष्ण ने अपने राजसी दायित्व निभाने हेतु दुष्ट शासकों के विरुद्ध कई अभियान किए, जिनमें कौरव-पांडवों के बीच हुए महाभारत युद्ध में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।



संकलित दर्शन



संकलित प्रेरणा

अंतर्मन

आज की पाती

बच्चों को सोशल मीडिया से दूर रखें

सोशल मीडिया के लगातार उपयोग ने बच्चों में चिंता, अवसाद, नींद की कमी, साइबर बुलिंग, पढ़ाई में गिरावट, आत्मविश्वास में कमी, हिंसक या धामक सामग्री का संपर्क जैसी समस्याएं तेजी से बढ़ाई हैं। राष्ट्रीय बाल अधिकार संरक्षण आयोग सहित कई संस्थाओं ने बार-बार चेतावनी दी है कि सोशल मीडिया कंपनियां नाबालिगों को प्लेटफॉर्म से दूर रखने में विफल रही हैं। इस बढ़ती चिंता के बीच दुनिया के दूसरे कोने से एक बेहद साहसिक और ऐतिहासिक निर्णय सामने आया, ऑस्ट्रेलिया ने 16 वर्ष से कम उम्र के बच्चों के लिए सोशल मीडिया पर सख्त प्रतिबंध लागू कर दिया। फेसबुक, इंस्टाग्राम, यूट्यूब, स्पॉटिफ, टिकटॉक जैसे सभी प्लेटफॉर्म अब 16 वर्ष से कम आयु के बच्चों को अकउंट बनाने की अनुमति नहीं देंगे। भारत में भी ऐसा ही होना चाहिए। - मोहन जोशी, राजनांदगांव

करंट अफेयर

भारतवंशी कुलकर्णी आरएएस के स्वर्ण पदक से सम्मानित

भारतवंशी खगोलशास्त्री प्रोफेसर श्रीनिवास कुलकर्णी को खगोलशास्त्र में उनकी महत्वपूर्ण खोजों के लिए लंदन स्थित 'रॉयल एस्ट्रोनॉमिकल सोसाइटी' (आरएएस) द्वारा प्रतिष्ठित स्वर्ण पदक से सम्मानित किया गया। महाराष्ट्र में जन्मे कुलकर्णी कैलिफ़ोर्निया इंस्टिट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी (कैलटेक) में खगोलशास्त्र और ग्रह विज्ञान के प्रोफेसर हैं, जहां उन्होंने 'ब्राउन ड्वार्फ' और दूरस्थ गामा किरणों के विस्फोट सहित खगोलीय पिंडों की एक विस्तृत श्रृंखला की खोज की है। पिछले सप्ताह उन्हें मिले आरएएस स्वर्ण पदक प्रशस्ति पत्र में 'खगोल भौतिकी में उनके निरंतर, नवोन्मेषी और अभूतपूर्व योगदान' को मान्यता दी गई है।

ऑफ बीट

बच्चों में पढ़ने की रुचि बढ़ाने साझा पठन-पाठन जरूरी

ब्रिटेन में बच्चों और युवाओं के बीच किताबें पढ़ने की रुचि लगातार घट रही है। एक सर्वेक्षण में यह सामने आया है कि आनंद के लिए किताबें पढ़ने वाले बच्चों का अनुपात पिछले दो दशकों में सबसे निचले स्तर पर पहुंच गया है। इस स्थिति को देखते हुए ब्रिटेन सरकार, नेशनल लिटरेरी ट्रस्ट और अन्य संगठनों ने वर्ष 2026 को 'राष्ट्रीय पठन वर्ष' घोषित किया है, ताकि लोगों को पढ़ने के लिए फिर से प्रेरित किया जा सके। अभियान का उद्देश्य बच्चों और परिवारों को उनकी मौजूदा रुचियों के अनुरूप पढ़ने से जोड़ना है।

मांग बढ़ती है और रुपये पर दबाव पड़ता है। हम देखते हैं कि इलेक्ट्रॉनिक्स, ऑटोमोबाइल, मशीनरी और कई दूसरे क्षेत्रों की मैनुफैक्चरिंग के लिए कलपूर्जों और कच्चे माल का आयात ज़रूरी हो जाता है, जिससे विदेशी मुद्रा की माँग बढ़ती है। इसके अलावा, बड़ी हुई मैनुफैक्चरिंग निर्यात से ज्यादा देश में ही उपभोग हो जाती है। गौरतलब है कि भारत के वस्तु व्यापार में घाटा 2023-24 में 240 बिलियन अमेरिकी डॉलर से बढ़कर 2024-25 में 282.2 में 282.2 बिलियन अमरीकी डॉलर हो गया। इससे भी बड़ी बात यह है कि इस घाटे में से 85.1 बिलियन अमेरिकी डॉलर और 99.2 बिलियन यूएस डॉलर सिर्फ चीन से थे। यह प्रवृत्ति 2025-26 में भी जारी रहेगी, जहाँ अप्रैल से सितंबर 2025 के पहले छह महीनों में, वस्तु व्यापार में घाटा 59.5 बिलियन अमेरिकी डॉलर तक पहुँच गया है। तीसरा, डॉलर के दबदबे और दुनिया भर में मॉनेटरी सख्ती से भी रुपया कमजोर हो रहा है, जो भारतीय अर्थव्यवस्था के दायरे से बाहर है। अमेरिकी फेडरल रिजर्व द्वारा सख्ती के समय, ज्यादातर करेंसी के मुकाबले डॉलर मजबूत होता है। ऐसे समय में, रुपये में गिरावट दुनिया भर में डॉलर की मजबूती को दिखाती है, घरेलू कमजोरी को नहीं। चौथी बात, महंगाई से करेंसी की वैल्यू में गिरावट आती है। भारत के मामले में, अतीत में अधिक महंगाई रुपये के कमजोर होने का एक बड़ा कारण रही है। कम महंगाई न केवल हमारे निर्यात की प्रतिस्पर्धात्मकता को बेहतर बनाती है, बल्कि आयात पर भी दबाव कम करती है। इस तरह यह व्यापार शेष और भुगतान शेष को नियंत्रण में रखने तथा घरेलू करेंसी को स्थिर बनाए रखने में मदद कर सकती है।

पाँचवीं बात, भारत की अधिकांश ग्रोथ निर्यात के बजाय घरेलू खपत और सार्वजनिक निवेश से संचालित होती है। जब ग्रोथ घरेलू मांग से आती है, तो निर्यात प्रतिस्पर्धात्मकता में समान अनुपात में वृद्धि हुए पाना यह अपने आप करेंसी की मजबूती में नहीं बदलती। छठी बात, कई बार सरकार स्वयं निर्यात की प्रतिस्पर्धात्मकता बनाए रखने के लिए रुपये की कीमत कम होने देती है या उसे प्रोत्साहित करती है। इसलिए, कभी-कभी रुपये की गिरावट एक नीति होती है, न कि किसी आर्थिक विफलता का संकेत। वास्तव में, हाई ग्रोथ वास्तविक आर्थिक विस्तार की दर्शाती है, जबकि रुपये का मूल्य सापेक्ष कीमतों, पूंजी प्रवाह और वैश्विक वित्तीय परिस्थितियों को प्रतिबिंबित करता है। दोनों का एक साथ होना कोई विरोधाभास नहीं है, बल्कि संरचनात्मक रूप से आयात-निर्भर अर्थव्यवस्था की एक विशेषता है।

टैंड

समाज के प्रति जिम्मेदारी

जेएनयू की डिबी केवल व्यक्तिगत उपलब्धि नहीं, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी है। मेरा विश्वास है कि यहाँ की समावेशिता, सामाजिक न्याय और निष्पक्षता की एपलस आगे बढ़ते हुए छात्र विकसित भारत के लक्ष्य की दिशि न केवल महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगी। - धर्मेष्ट प्रधान, केंद्रीय शिक्षा मंत्री

सड़क सुरक्षा माह

31 जनवरी तक हम प्रदेश भर में 'सड़क सुरक्षा माह' अयोजित कर रहे हैं। वह हमारे परिवारों और भविष्य की रक्षा का संकल्प है। प्रदेश की सड़क सभों के लिए सुगम-सुरक्षित हो, इसके लिए पुलिस तो नियमों को कड़ाई से लागू करेगी ही, परंतु सभों का सहयोग भी अपेक्षित है। - योगी आदित्यनाथ, सीएम, उप्र

सबसे सुव्यवस्थित राज्य

अगर किसी को ऋणो पर आत्मनिर्भरता करना चाहिए तो वह कांग्रेस पार्टी है, जिसकी कर्नाटक सरकार ने ऋण लेने में नया रिकॉर्ड बनाया है। अलग भारत का सबसे सुव्यवस्थित और सबसे तेज़ी से विकासशील राज्य है और इस तथ्य की पुष्टि आरबीआई ने भी की है। - हिमंता बिरवा सरमा, सीएम, असम

कानून का डर जरूरी

मेरठ के सड़कना क्षेत्र में डी कटरण समाज के युवक को जलाकर मार देने की अति क्रूर व दर्मानक घटना की जितनी तलतल की जाए, वह कम है। ऐसे अपराधिक तत्वों को कानून का डर होना जरूरी। - मायावती, पूर्व सीएम, उप्र



मकर संक्राति के अवसर पर रूपईडीहा में खिचड़ी भोज आयोजित, धूमधाम से मनाया गया त्यौहार

अमन लेखनी समाचार

रूपईडीहा, बहराइच।मकर संक्राति के पावन पर्व पर सीमावर्ती कस्बा रूपईडीहा में श्रद्धा, आस्था और सामाजिक सौहार्द का अनूठा दृश्य देखने को मिला। पर्व के अवसर पर कस्बे के विभिन्न स्थानों पर खिचड़ी भोज कार्यक्रमों का आयोजन कर लोगों ने उत्साहपूर्वक त्यौहार मनाया। इसी क्रम में संकट मोचन हनुमान मंदिर परिसर में भव्य खिचड़ी भोज का आयोजन किया गया। मंदिर के महंत हरमान दास रामायणी के सान्निध्य में आयोजित इस कार्यक्रम में सुबह से ही श्रद्धालुओं की भारी भीड़ उमड़ पड़ी। मंदिर में विधि-विधान से पूजा- अर्चना के उपरांत श्रद्धालुओं के बीच खिचड़ी प्रसाद का वितरण किया गया, जिसमें सैकड़ों लोगों ने प्रसाद ग्रहण किया। खिचड़ी भोज कार्यक्रम में स्थानीय नागरिकों, श्रद्धालुओं एवं दूर-दराज से

सर्वोदय सेवा संस्थान द्वारा साझा संग्रह में पुस्तक का लोकार्पण किया गया

अमन लेखनी समाचार हमीरपुर। प्रगत मैदान में आयोजित विश्व पुस्तक मेला में लेखक मंच के भव्य कार्यक्रम में हमीरपुर की संस्था सर्वोदय साहित्य सेवा संस्थान हमीरपुर की पुस्तक सर्वोदय साझा संग्रह का लोकार्पण किया गया यह कार्यक्रम सर्वोदय साहित्य संस्थान हमीरपुर के प्रबंधक कमल किशोर कमलकी मौजूदगी में भारत और विश्व के जाने माने साहित्यकार गरिमामयी उपस्थिति ने चार चांद लगा दिए।उक्त पुस्तक का प्रकाशन दिल्ली के स्वतंत्र प्रकाशन ने किया।प्रकाशक सुशील स्वतंत्र ने पुस्तक के सफल संपादन के लिए प्रबंधक कमल किशोर सहित साझा संग्रह में शामिल सभी रचनाकारों को हार्दिक बधाई प्रेषित की।सर्वोदय साझा संग्रह के संस्था लोकार्पण की सूचना पाकर संस्थल के अध्यक्ष चक्रवर्ती जोशी,कोषाध्यक्ष पंकज अनुराग, उपाध्यक्ष कंचन नृपता एवं रणविजय देववर्ती,संरक्षक देवीदीन अविनाशी,सदस्य जेननारायण सोनी,संदीप कुमार,रामरारा एवं उप प्रबंधक देशराज रचनाकार सहित जनपद वासियों में खुशी की लहर दौड़ गई।यह पुस्तक शिक्षक एवं कवि कमल किशोर के संपादकत्व में संस्था द्वारा प्रकाशित पहली पुस्तक है।

धर्म परिवर्तन से मना करने पर युवक ने युवती के वायरल किया अश्लील वीडियो

हिंदूवादी संगठनों में पैदा हुआ आक्रोश

अमन लेखनी समाचार/ उमेश दीक्षित

भरुआ, सुमेरपुर। धर्म छिपाकर प्रेम जाल में फसाने के बाद धर्म परिवर्तन का दबाव बनाने युवती के इंकार कर देने से खफा युवक ने नाबालिग के अश्लील वीडियो सोशल मीडिया में बीती रात वायरल कर दिए। इससे हिंदूवादी संगठनों में आक्रोश पनप गया और उन्होंने लव जिहाद का आरोप लगाकर युवती के पिता को साथ लेकर थाने में जमकर हंगामा काटा और आरोपियों के खिलाफ कार्यवाही की मांग करते हुए थाने के सामने हाईवे में जाम लगा दिया। कस्बे में कमलेश तिराहा में रहने वाले एक युवक ने दूसरे समुदाय की नाबालिग युवती को अपना धर्म छिपाकर प्रेम जाल में फसाया और अश्लील वीडियो

दक्षिणमुखी हनुमान मंदिर में भागवत कथा का शुभारंभ

मुख्य अतिथि डॉ. संदीप सरावगी ने दिया सनातन का संदेश
अमन लेखनी समाचार

झाँसी। नगरा क्षेत्र के आजादपुरा स्थित श्री दक्षिणमुखी हनुमान मंदिर (नहर के पास) में 15 से 22 जनवरी 2026 तक आयोजित होने वाली श्रीमद्भागवत कथा का शुभारंभ भक्तिभाव, वैदिक मंत्रोच्चार और मंगल आरती के साथ हुआ। कथा स्थल पर जैसे ही शंखनाद हुआ, वैसे ही वातावरण में सनातन संस्कृति की सुगंध फैल गई और श्रद्धालुओं के मन में भक्ति का दीप प्रज्वलित हो उठा। इस पावन आयोजन में कथा व्यास आचार्य पं. भूपेंद्र दुबे जी महाराज ने भागवत महात्म्य का रसपूर्ण वर्णन करते हुए कहा कि श्रीमद्भागवत केवल ग्रंथ नहीं, बल्कि जीवन का दिव्य दर्शन है, जो मनुष्य को धर्म, सदाचार और

धर्मांतरण को लेकर हिंदू संगठनों में उबाल

मुस्लिम युवक ने हिंदू युवती की अश्लील वीडियो किए थे वायरल

अमन लेखनी समाचार

भरुआ, सुमेरपुर। लव जिहाद को मामले को लेकर बजरंग दल, आरएसएस सहित हिंदू संगठनों ने हाईवे जमकर जोरदार प्रदर्शन किया और थाने का घेराव किया। संगठनों की मांग है कि आरोपी युवक के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर गिरफ्तार किया जाए कस्बे में एक मुस्लिम युवक द्वारा हिन्दू युवती के अश्लील वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल करने पर हिंदू संगठनों में उबाल आ गया है। इसको लेकर सोशल मीडिया पर लगातार मुहिम छेड़ दी गई है। गुरुवार को बजरंग दल, आरएसएस सहित हिंदू संगठनों के सैकड़ो कार्यकर्ता आरोपी मुस्लिम युवक को खिलाफ कार्यवाही करने को लेकर थाने को घेर लिया। मौके पर पहुंचे सीओ सदर से नोकझोंक के बाद लोगों ने

बमनपुर में जय पंडित बाबा दंगल प्रतियोगिता में अर्जुन गोरखपुर बने केसरी किताब

आधार का पुरवा और हसनैन मऊ के बीच जिसमें हसनैन ने बाजी मारी राजन प्रतापगढ़ और अभिषेक गड़वारा प्रतापगढ़ के बीच जिसमें राजन जीते सहरूख डीह मोहम्मद हुसैन प्रतापगढ़ जिसमें सहरूख जीते कुलदीप के बीच जिसमें अनुराग जीते सचिन प्रतापगढ़ बिनोद गड़वारा के बीच जिसमें बिनोत जीते धर्मराज बबेल सलमान प्रतापगढ़ के बीच जिसमें सलमान ने जीते दिल्ली से आए पहलवान समराज 10 हजार इनाम के साथ सनी पहलवान हरियाणा के बीच जिसमें समसाद ने जीत हासिल की बाबा विश्वनाथ बनारस नगरी रेलवे में नौकरी के पद अर्जुन के साथ उत्तरप्रदेश केसरी 18 मेडल जीत चुके पहलवान अनुरा दिल्ली के बीच जिसमें दोनों बराबर रहे इसी तरह करीब दो दर्जन से अधिक पहलवानों ने कुश्ती में भाग लिया फाइनल कुश्ती में शेरू जम्मू कश्मीर से अर्जुन गोरखपुर के बीच फाइनल मुकाबले में अर्जुन गोरखपुर बाजी मारकर एक

इंस्टाग्राम के जरिए युवती से 43 हजार की ठगी, एसीपी से लगाई गुहार

अमन लेखनी समाचार

लखनऊ। सोशल मीडिया के ज़रिए ठगी का शिकार हुई युवती को न्याय न मिलने पर अब मामला उच्चाधिकारियों तक पहुंच गया है। रहीमाबाद थाना क्षेत्र के ग्राम चंदीखेड़ा निवासी सुभाषिनी ने बृहस्पतिवार को एसीपी मलिहाबाद को तहरीर पत्र देकर कार्रवाई की मांग की है। पीड़िता के अनुसार बीते 12 दिसंबर 2025 को उनके मोबाइल फोन पर एक अज्ञात इंस्टाग्राम फोन नं. 9898989898 से कॉल आया। कॉल करने वाले ने खुद को बैंक कर्मचारी बताते हुए झांसे में लिया और अलग-अलग नंबरों से संपर्क कर ओटीपी हासिल कर लिया। इसके बाद आरोपियों ने उनके बैंक खाते से तीन बार में कुल 43 हजार रुपये निकाल लिए। ठगी की जानकारी होने पर पीड़िता ने रहीमाबाद थाने में शिकायत की।

थाने पहुंचने के चंद मिनट के बाद हिंदूवादी संगठनों ने थाने के कार्यालय में घुसने की कोशिश की। इस पर थानाध्यक्ष अनूप सिंह भड़क उठे और आरएसएस, व्यापार मंडल के पदाधिकारी को धमकाने लगे। थानाध्यक्ष के इस रवैये से हिंदूवादी संगठन के कार्यकर्ता भड़क गए और थाने में सामने प्रशासन मुदाबांद के नारे लगाते हुए जाम लगा दिया। करीब 1:00 बजे सीओ सदर राजेश कमल थाने पहुंचे। थाने गेट पर उनकी गाड़ी को हिंदूवादी संगठनों के पदाधिकारियों ने घेरे लिया। गाड़ी से उतरते ही उनके साथ धक्का-मुक्की भी की गई। थाने में यह बवाल चल ही रहा था इसी बीच करीब 1:30 बजे दो दर्जन से ज्यादा हिंदूवादी संगठन के कार्यकर्ता आरोपी के घर जा धमके और आवास पर जमकर तोड़फोड़ की।

चार घंटे तक हिंदूवादी संगठनों की गिरफ्त में रहा थाना और हाइवे

अमन लेखनी समाचार

भरुआ, सुमेरपुर। गुरुवार को कस्बे का थाना और हाईवे 4 घंटे तक हिंदूवादी संगठनों की गिरफ्त में रहा। पुलिस बचाव की मुद्रा में नजर आई और असहाय दिखी। इस दौरान हिंदूवादी संगठनों ने भगवा ध्वज लहराते हुए जमकर नारेबाजी की कस्बे के एक युवक की घिनौनी हरकत से कस्बे में तनाव व्याप्त हो गया। थानाध्यक्ष के थोड़े से तेवर तीखे कर लेने से मामला उलटा हो गया और पुलिस को बैक फुट में आना पड़ा। आक्रोश बढ़ने से हिंदूवादी संगठनों ने थाना सहित हाईवे में कब्जा जमा लिया और कार्यवाही की मांग पर अड़ गए। हिंदूवादी संगठनों को आकर्षित रूप देखकर पुलिस बैकफुट में आ गई और इनके प्रदर्शन के सामने असहाय दिखी। चार घंटे बाद सदर विधायक आदि के समझाने पर कार्यकर्ता माने और हाईवे सहित थाने से कब्जा हटाकर वापस घरों को लौट गए। यह घटना कस्बा में चर्चा का विषय बनी रही और पूरा बाजार बंद रहा।

मेले में हुड़दंग मस्त रही पुलिस और हो गई चोरी

नसीरुबाद पुलिस/नसीरुबाद पुलिस एक ओर दंगल का लुच ले रही थी तो दूसरी ओर मेला देखने आई महिला का पशु मोबाइल नगदी सहित चोरी हो गई यह उस समय हुआ जब मेले में हुड़दंग मच गई जिससे मेले में पुलिस व्यवस्था की पोल खुल गई बताते हैं बाहर से आई फोंस तो नहीं रोक सकी हुड़दंग और चोरियां कविता निवासिनी नसीरपुर अपने परिवार के लोगों के साथ बभनपुर मेला देखने गई थी।

जियो पेट्रोल पंप पर भव्य खिचड़ी भोज पूर्व प्रधान अजय सिंह रहे मुख्य अतिथि

अमन लेखनी समाचार

निगोहां। निगोहा क्षेत्र के लालपुर के पास स्थित जियो कंपनी की तुलसा फिलिंग सेंटर पर मकर पारंपरिक खिचड़ी भोज का भव्य एवं श्रद्धापूर्ण आयोजन किया गया कार्यक्रम का सफल आयोजन फिलिंग सेंटर के ऑनर अरुण सिंह तोमर एवं मैनेजर विजय सिंह की अगुवाई में संपन्न हुआ कार्यक्रम में पू्व ग्राम प्रधान अजय सिंह मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे उनके साथ क्षेत्र के प्रमुख साथी निगोहां प्रेस क्लब संरक्षक मुकेश द्विवेदी, मोहन प्रधान, गुड्डू सिंह, वीरेंद्र सिंह, रिशु सिंह, अरुल तिवारी, प्रशांत त्रिवेदी, आरिफ मांशूरी, फहीम, सौरभ सिंह सहित अनेक गणमान्य लोग मौजूद रहे। आयोजकों द्वारा

राममंदिर की दूसरी वर्ष गांठ पर कंवल वितरण का कार्यक्रम आयोजित किया

अमन लेखनी समाचार

खड़ेही लोधन (हमीरपुर) इमिलिया गांव के एक गेस्ट हाउस में राम मंदिर की दूसरी वर्षगांठ पर आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि विधायक ने क्षेत्र के विभिन्न गांवों से आए गरीब व असहाय 1100 सौ को कंबल वितरित किए।आयोजक ने अतिथियों को भगवान राम की तस्वीर और अंग भेंट कर सम्मानित किया। मुस्करा विकास क्षेत्र के इमिलिया गांव निवासी और मन्नुलाल कोरी के विधिक सलाहकार आशीष शुक्ला के तत्वाधान में आयोजित कार्यक्रम की शुरुआत राठ विधायक मनीषा अनुरागी, अखिल भारतीय ब्राह्मण एकता परिषद जिलाअध्यक्ष दीपा तिवारी ने मां सरस्वती के चित्र पर दीप प्रज्वलित व पुष्पांजलि करके की।इसके बाद आयोजित कार्यक्रम गांव हुसैना,तगारी, इमिलिया, न्यूरिया ,टीहार, केमोखर,मसगांव,उमरी, भरखरी से आए हुए ग्यारह सौ लोगों

हईवे पर जाम लगने से दोनों तरफ सैकड़ो वाहनों के साथ यात्री बसें फंसी रही। इससे यात्रियों को मुसीबतों का सामना करना पड़ा

राजकीय महिला महाविद्यालय सभागार में कलाकारों की जनपद स्तरीय प्रतियोगिताओं का आयोजन

अमन लेखनी समाचार

हमीरपुर। तहसील हमीरपुर, राठ, मौदहा, सरीला के कलाकारों द्वारा प्रतिभाग किया गया,एकल गायन, समूह गायन,एकल लोकगायन, नृत्य आदि प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया, लोक गाय जिलाधिकारी घनश्याम मीना ने सभी विजेताओं को पुरस्कृत किया, इस अवसर पर उन्होंने कहा कि बुंदेलखंड की लोकसंस्कृति का झलक संस्कृति उत्सव में देखने को मिली है, ऐसे आयोजन से नवीन पीढ़ी को अवसर मिलता है। आभार पर्यटन सूचना अधिकारी डा चित्रगुप्त ने किया। उन्होंने बताया कि जनपद स्तर पर चर्यनगर प्रतिभागियों को दिनांक 17-19 जनवरी को मण्डल पर आयोजित मण्डलीय प्रतियोगिता में भाग लेने का अवसर मिलेगा विजेताओं में तहसील हमीरपुर में सुगम संगीत एकल में, पूर्वी तिवारी प्रथम स्थान पर , श्रेया सोनकर द्वितीय स्थान पर, निर्मल बौद्ध तृतीय स्थान पर रहे तहसील राठ में

आशीर्वाद सिंह कुशवाहा को रेलवे द्वारा उत्कृष्ट कार्य करने के लिए विशिष्ट सेवा पुरस्कार से किया गया सम्मानित



अमन लेखनी समाचार

नई दिल्ली। लखनऊ के चारबाग स्थित रेल कारखाने के सीनियर सेक्शन इंजीनियर आशीर्वाद सिंह कुशवाहा को भारतीय रेल में उत्कृष्ट कार्य करने के लिए भारत सरकार द्वारा विशिष्ट रेल सेवा पुरस्कार से सम्मानित किया गया , यह पुरस्कार नई दिल्ली स्थित भारतीय रेल म्यूजियम में प्रदान किया गया । यह पुरस्कार रेलवे में कार्यरत

अमन लेखनी
(हिन्दी दैनिक)

स्वामी, प्रकाशक एवं मुद्रक श्रीमती अखिलेश सिंह द्वारा अवध एक्सप्रेस प्रकाशन, 434, सिविल लाइन, जेल रोड, उन्नाव, उत्तर प्रदेश से मुद्रित और ग्राम व पोस्ट- बनी, थाना- बन्धरा, लखनऊ- 226401 (उ.प्र.) से प्रकाशित।

सम्पादक –
श्रीमती अखिलेशा सिंह
समाचार सम्पादक –
रुद्र प्रताप सिंह
समाचार से संबंधित सभी विवादों का न्यायिक क्षेत्र लखनऊ होगा।
मो. – 9838159555, 9935457982
E-mail address
amanlekhaninews@gmail.com





डॉक्टर सजेशन
डॉ. आर. पी. सिंह लीजियर फिजिशियन, एनटीआर

जब अकसर सताए पेट में गैस की समस्या

मेरी उम्र 38 वर्ष है। पिछले काफी महीनों से मुझे गैस प्रॉब्लम हो रही है। कभी कभार तो चक्कर और वॉमिट भी होने लगता है। इससे छुटकारा पाने के लिए मुझे क्या करना चाहिए ?

—नरेश, भोपाल

आपकी समस्या सुनकर ऐसा लग रहा है कि आपकी पाचन क्रिया प्रभावित है। इसके लिए आप अपनी खान-पान और लाइफस्टाइल में बदलाव करें। अधिक ऑयली, तला-भुना खाना बिल्कुल ना खाएं। दोपहर के खाने में सलाद जरूर खाएं। रात का खाना बिल्कुल हल्का करें और सोने से 3 घंटे पहले खाना खा लें। दूध रात में बिल्कुल ना लें। इस तरह बदलाव करने से आपको आराम मिलेगा।

मेरी उम्र 34 वर्ष है। सर्दी के मौसम में मेरे बाल ज्यादा झड़ने लगते हैं। बालों में डेंड्रफ भी हो रही है। कृपया बताएं कि इस समस्या से निजात पाने के लिए मुझे क्या करना चाहिए ?

—अंकुश, रायपुर

सर्दियों के मौसम में बाल झड़ने की समस्या ज्यादा होती है, इसकी कई वजहें हैं। पहला डेंड्रफ अधिक होता है, लोग रोज तेज गर्म पानी से नहाते हैं, इसके साथ ही बाल ज्यादातर ढंक कर रखते हैं, इसलिए स्केल्प को सनलाइट नहीं मिल पाती है। कोशिश करें कि नहाने के बाद थोड़ी देर धूप में बैठें। साथ ही ज्यादा गर्म पानी से ना नहाएं। पानी नॉर्मल होना चाहिए। तरह-तरह के शैंपू के इस्तेमाल से भी बचें।

मेरी उम्र 46 वर्ष है। पिछले कुछ महीनों से मुझे बार-बार सर्दी-जुकाम की प्रॉब्लम हो रही है। दवाई लेने पर ठीक हो जाती है, कुछ दिनों बाद फिर से यही प्रॉब्लम शुरू हो जाती है। कृपया मेरी इस समस्या का कोई स्थाई समाधान बताने का कष्ट करें।

—गौतम, बिलासपुर

आजकल बड़े शहरों में होने वाले प्रदूषण की वजह से इस तरह की समस्या लोगों में देखने को ज्यादा मिल रही हैं। इससे बचने के लिए आप कोशिश करें कि घर से बाहर मास्क लगाकर ही निकलें और रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए विटामिन सी यानी खट्टे फल अधिक खाएं। कोशिश करें कि फ्रिज में रखी ठंडी डिशेज और

प्रस्तुति: रिचा पांडे



अवेयरनेस
डॉ. मणिजि अलीन

नवरी महीने की ठंड में आमतौर पर लोग सर्दी-खांसी, फीवर से ग्रस्त होते रहते हैं। लेकिन यही ठिठुरन भरी सर्दी हमारे हृदय पर भी भारी पड़ सकती है, यह हममें से ज्यादातर लोग नहीं जानते हैं। दरअसल, सर्दियों में, खासकर दिसंबर मध्य से लेकर फरवरी की शुरुआत के बीच हार्ट अटैक और दिल से जुड़ी आपात स्थितियों के मामले भारत में सबसे ज्यादा दर्ज होते हैं। लेकिन विंडबना यह है कि ज्यादातर लोग इसे मौसम का मामूली असर मानकर नजरअंदाज कर देते हैं। जबकि हकीकत यह है कि ठंड शरीर के भीतर ऐसी कई प्रतिक्रियाएं शुरू कर देती है, जो हृदय के लिए बेहद खतरनाक साबित हो सकती हैं।

ठंड का हार्ट पर असर

ठंड लगते ही शरीर अपनी गर्मी बचाने के लिए रक्त नलिकाओं को सिकोड़ने लगता है, इससे अचानक रक्तचाप बढ़ जाता है। दिल को उसी मात्रा में खून पंप करने के लिए तब ज्यादा जोर लगाना पड़ता है। जिन लोगों को पहले से ही हाई ब्लडप्रेसर, शुगर या दिल की बीमारी हो, उन्हें ठंड के मौसम में कोई भी खतरा मोल नहीं लेना चाहिए, क्योंकि जरा-सी लापरवाही ऐसे लोगों के लिए बहुत खतरनाक हो सकती है। कई मामलों में दिल की धमनियों में पहले से ही जमी चर्बी ठंड के कारण सिकुड़न और दबाव से टूट सकती है, जिससे अचानक हार्ट अटैक का खतरा पैदा हो जाता है।

सुबह का समय सबसे रिस्की

जनवरी के महीने में खासतौर पर दिल के दौर के मामले सबसे ज्यादा आते हैं और ये ज्यादातर दौरे सुबह के समय ही दर्ज होते हैं। इसका सबसे बड़ा कारण है कम तापमान। नौद से अचानक उठना और ठंडे फर्श पर पैर रखना तथा वैसी ही स्थिति में शारीरिक गतिविधियां शुरू कर देना रिस्क बढ़ा देता है। जनवरी का महीना खासतौर पर उन लोगों के लिए बेहद खतरनाक होता है, जो सुबह 5-6 बजे जगते हैं और मॉर्निंग वॉक के लिए चल पड़ते हैं। ऐसे लोगों को पता नहीं होता कि वे अनजाने में कितना बड़ा रिस्क ले रहे हैं। दरअसल, ठंड में शरीर की धमनियां पहले से ही संकुचित होती हैं और अचानक तेज चलना या कसरत करने पर दिल पर अतिरिक्त दबाव डालती हैं। इसलिए सर्दी के दिनों में सुबह की सैर टाल देनी चाहिए या फिर ऐसी जगह पर करनी चाहिए, जो चारो तरफ से बंद हो।

बुजुर्गों के लिए ज्यादा खतरा

ठंड का असर उम्र के साथ और गहरा होता जाता है। बुजुर्गों में शरीर के तापमान को नियंत्रित करने की क्षमता कम हो जाती है। कई बार उन्हें ठंड का एहसास देर से होता है। इसलिए बुजुर्ग व्यक्तियों के लिए ठंड की ठिठुरन बहुत खतरनाक होती है। लेकिन इस उम्र के लोग उसे पहचान नहीं पाते। सीने में दबाव महसूस करना, सांस का रह-रहकर फूलना, असहज बेचैनी होना, इसे ठंड की वजह मानकर नहीं चलना चाहिए। ऐसी लापरवाही जानलेवा साबित हो सकती है।

ब्लड सर्कुलेशन की समस्या

ठंड में चूँकि लोग कम पानी पीते हैं, इस कारण खून गाढ़ा हो जाता है। गाढ़े खून में थक्का बनने की

और ऑप्टिक तंत्रिका को नुकसान पहुंच सकता है। इसी तरह लंबे समय तक स्टैरेंडिंग दवाओं के उपयोग से बचें, क्योंकि ये ग्लूकोमा को बढ़ा सकती हैं।

रोग बढ़ने से रोकने के तरीके: जांच के बाद ही नेत्र सर्जन ग्लूकोमा के इलाज की प्रक्रिया सुनिश्चित करते हैं। ग्लूकोमा के इलाज की प्रक्रिया यही है कि इस बीमारी के कारण आंखों को जो क्षति पहुंच चुकी है, उसे आगे बढ़ने से रोका जाए। आंखों को पहले से ही जो क्षति पहुंच चुकी है, उसकी क्षतिपूर्ति या रिकवरी नहीं हो सकती। ग्लूकोमा के इलाज का सबसे जरूरी स्टेप है इंट्राऑकुलर प्रेशर (आईओपी) को कम करना है ताकि आंख में होने वाले नुकसान को रोका जा सके।

दवाएं: आईओपी को कम करने के लिए कई दवाएं उपलब्ध हैं, जिन्हें नेत्र विशेषज्ञ आई ड्रॉप और टेब्लेट्स के रूप में देते हैं।

सर्जरी: अगर दवाइयों से इंट्राऑकुलर प्रेशर कंट्रोल नहीं होता, तब डॉक्टर सर्जरी की सलाह दे सकते हैं। ब्लांकेज का कारण बन रहे डिस्क को सर्जरी के जरिए हटा देते हैं। जरूरत पड़ने पर लेजर से भी इलाज किया जाता है।

इन उपायों से आंखें रहेंगी स्वस्थ: अपनी आंखों को स्वस्थ रखने के लिए कुछ उपायों पर अमल कर सकते हैं। अगर शुरुआत से इन बातों पर ध्यान देंगे तो आपकी आंखें स्वस्थ रहेंगी, समस्याएं दूर रहेंगी।

- स्वच्छ हाथों को आपस में रगड़कर पलकों को एक से दो मिनट तक दबाएं। ऐसा करने से आंखों को राहत मिलती है।
- जहां तक संभव हो स्क्रीन टाइम को कम करें। ऐसा करना आंखों के स्वास्थ्य के लिए बेहतर रहेगा।
- नियमित रूप से व्यायाम करना भी आंखों की सेहत सही रखता है।

प्रस्तुति: विवेक शुक्ला

ठिठुरती सर्दी के दिनों में हार्ट की करें प्रॉपर केयर

इन दिनों उत्तर और मध्य भारत के अधिकांश राज्यों में कड़ाके की ठंड हो रही है। ऐसे में हार्ट और बीपी पेरेट्स को पूरी सावधानी बरतनी चाहिए। जरा सी लापरवाही आपके हार्ट पर भारी पड़ सकती है, जो बहुत रिस्की हो सकता है। ऐसे में यह जानना जरूरी है कि किस तरह आप अपने हार्ट की प्रॉपर केयर कर सकते हैं? इस बारे में यहां डिटेल में बता रहे हैं।

ठिठुरती सर्दी के दिनों में हार्ट की करें प्रॉपर केयर

आशंका बढ़ जाती है। यही थक्का या ब्लड क्लॉट वास्तव में हमारे दिल या दिमाग की किसी नली में अगर फंस जाता है, तो हार्ट अटैक या स्ट्रोक हो सकता है। इसके अलावा ठंड में प्रदूषण और कोहरे का असर सांस की नलियों पर पड़ता है, जिससे ऑक्सीजन की आपूर्ति प्रभावित होती है और उसका सीधा दबाव दिल पर पड़ता है। इसलिए सर्दियों में हार्ट अटैक बाकी सभी मौसमों के मुकाबले ज्यादा होते हैं। यही नहीं सर्दियों में हार्ट अटैक कई बार बड़े छुपे किस्म के होते हैं यानी पता ही नहीं चलता कि यह हार्ट अटैक के लक्षण है या किसी और समस्या के।

तब न बरतें लापरवाही

ठिठुरती सर्दी के इस मौसम में अगर सीने में तेज दर्द की बजाय भारीपन महसूस हो, जलन होने लगे, सांस लेने में परेशानी हो और बाएं हाथ या जबड़े में

यह नहीं मानना चाहिए कि यह ठंड का असर है बल्कि तुरंत मानना चाहिए कि हार्ट अटैक के लक्षण हैं और तुरंत डॉक्टर सहायता लेनी चाहिए।

इन बातों पर करें अमल

सर्दी के इस मौसम में भी आपका हृदय अच्छे से काम करे, हार्ट अटैक का रिस्क कम हो जाए इसके लिए कुछ बातों पर अमल करें।

- सुरज निकलने से पहले सुबह घर से बाहर खुले मैदान में वॉकिंग करने यानी टहलने से बचें। अगर जाएं तो तब ही जाएं जब धूप अच्छी तरह निकल आए।
- गर्म कपड़े ठीक से पहनें, खासकर छाती और कानों को लगातार ढंके रहें।
- जब सर्दी ज्यादा हो और प्यास बिल्कुल न लग रही हो, तब भी पानी पीते रहें। भले बहुत कम पिएं, लेकिन रह-रहकर पानी पिएं।
- ठिठुरती सर्दी के दिनों में ज्यादा एक्सरसाइज कभी न करें, बस हल्के से वार्मअप कर लें।
- अपने बीपी और शुगर की नियमित जांच करें।
- अगर आपको सीने में अचानक तेज दर्द महसूस हो, चाहे उसकी कोई वजह हो, तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें।
- अकेले रहने वाले बुजुर्गों को अपनी हार्ट केयर पूरी सावधानी से करनी चाहिए।



डॉक्टर एडवाइस
डॉ. समीर कोशल
डायरेक्टर एंड हेड-ऑपरेटिंगमोलिजी मेडिटि रिसेंट्रिटी, गुठनाम

वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनाइजेशन के अनुसार, दुनिया भर में दृष्टिहीनता (अंधेपन) का दूसरा प्रमुख कारण ग्लूकोमा (काला मोतिया) है। हमारे देश में ही 1 से 2 करोड़ ग्लूकोमा के मरीज हैं। ग्लूकोमा से हुई आंखों को क्षति की भरपाई नहीं की जा सकती। इसलिए ग्लूकोमा को हल्के में लेना नेत्रों की सेहत के लिए खतरा है। यही कारण है कि इस बीमारी के प्रति लोगों में जागरूकता उत्पन्न करने और बचाव के लिए हर साल जनवरी में "ग्लूकोमा अवेयरनेस मंथ" का आयोजन किया जाता है।

शुरुआत में दिखते हैं हल्के लक्षण: ग्लूकोमा के इलाज में समस्या इसलिए आती है क्योंकि इस में शुरुआत में मरीज को कोई लक्षण नजर नहीं आते। जब तक स्पष्ट लक्षण सामने आने शुरू होते हैं, तब तक बहुत नुकसान हो चुका होता है। यहां कुछ ऐसे हल्के लक्षणों के बारे में बता रहे हैं, जिनके नजर आने पर आपको तुरंत अपनी आंखों की जांच करना चाहिए, ताकि ग्लूकोमा को शुरुआत में ही पहचान लिया जाए।

- दृष्टि का धुंधला होना।
- दृष्टि में धब्बे दिखाई पड़ना।
- पास रखी या दूर की वस्तुओं को साफ देखने में दिक्कत महसूस होना।
- सिरदर्द और आंखों में तेज दर्द होना
- प्रकाश में चारों ओर रंगीन छल्लें जैसा नजर आना।
- आंखों में लालिमा होना।
- ऑप्टिक नर्व का धीरे धीरे खराब होना।

ऑप्टिक नर्व को होता है नुकसान: ग्लूकोमा में आंखों की ऑप्टिक नर्व धीरे-धीरे खराब होती रहती है। आंखों में अतिरिक्त दबाव (प्रेसर) बनता है, जिसे मेडिकल भाषा में इंट्राऑकुलर प्रेशर (आईओपी) कहा जाता है। ऑप्टिक नर्व पर लगातार दबाव पड़ने से वह नष्ट भी हो सकती है, जिसके दुष्परिणामस्वरूप दृष्टिहीनता भी संभव है। ऑप्टिक नर्व ही मस्तिष्क को किसी वस्तु का चित्र प्रेषित करती हैं। ग्लूकोमा के कारण एक बार जब आंखों की रोशनी क्षीण हो जाती है तो उसे दोबारा वापस नहीं लाया जा सकता।

ग्लूकोमा आंखों से संबंधित गंभीर बीमारी है, जिसमें लापरवाही बरतने पर रोशनी हमेशा के लिए जा सकती है। ऐसे में बहुत जरूरी है कि आप इसके आरंभिक लक्षणों के साथ इसे कंट्रोल करने के तरीकों के बारे में भी जानें। इस बारे में दे रहे हैं बहुत उपयोगी जानकारी।

कभी इग्नोर ना करें ग्लूकोमा के लक्षण



वैसे तो ग्लूकोमा किसी भी आयु वर्ग में हो सकता है लेकिन इसके ज्यादातर मामले 40 वर्ष के बाद सामने आते हैं।

ग्लूकोमा को कैसे करें नियंत्रित: स्पष्ट लक्षण दिखने का इंतजार नहीं करना चाहिए। रोग की प्रारंभिक अवस्था में नेत्र विशेषज्ञ से परामर्श लेकर इसे नियंत्रित कर सकते हैं। चालीस साल की उम्र के बाद सबसे को अपने नेत्र विशेषज्ञ के पास जाकर उनसे ग्लूकोमा के संदर्भ में परामर्श लेना चाहिए। नेत्र सर्जन आंखों में इंट्राऑकुलर प्रेशर की जांच करते हैं। जांच के जरिए अगर शुरुआती दौर में ग्लूकोमा का पता चल जाता है तो इस बीमारी को नियंत्रित करने में काफी हद तक मदद मिलती है।

इन्से बढ़ता है ग्लूकोमा का रिस्क: कुछ मामलों में ग्लूकोमा का रिस्क बढ़ सकता है। उनके बारे में जानना जरूरी है।

- 40 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में ग्लूकोमा का जोखिम अधिक होता है।
- जिन लोगों को डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर या हृदय रोग की समस्या है, उनमें

ग्लूकोमा का खतरा अधिक होता है।

- ग्लूकोमा की समस्या आनुवंशिक या जेनेटिक भी हो सकती है।
- आंख में चोट लगने से भी नेत्रों के आंतरिक भाग पर दबाव बढ़ सकता है, जिसके परिणामस्वरूप ग्लूकोमा का जोखिम बढ़ जाता है।
- जिन लोगों के चश्मे का नंबर ज्यादा होता है, उनके भी ग्लूकोमा होने की संभावना बढ़ जाती है।
- धूम्रपान से ग्लूकोमा का खतरा बढ़ता है

डाइट में शामिल करें विटामिन ए रिच फूड्स

खान-पान में विटामिन ए को महत्व देने से ग्लूकोमा ठीक नहीं होता, लेकिन आंखों की सेहत को विटामिन ए युक्त खाद्य पदार्थ लेने से कुछ हद तक स्वस्थ रखा जा सकता है। नतीजतन कालांतर में ग्लूकोमा आदि नेत्रों से संबंधित बीमारियों के होने का जोखिम कम हो सकता है। विटामिन ए वाजर में पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध होता है। इसके अलावा टमाटर, हरी पत्तेदार सब्जियां, संतरा और पपीता आदि भी विटामिन ए के अच्छे स्रोत हैं। विटामिन ए एग और दूध में भी पर्याप्त मात्रा में मौजूद होता है। इसलिए इनका सेवन अधिक करना चाहिए।

मेजबानी में इलेक्ट्रिक वाहन

पर्यटन विकास निगम ने सैलानियों की सहूलियत को छह इलेक्ट्रिक कार्ट खरीद कर यह संकेत दिया है कि अब वातावरण बचाने के लिए मेहनत होगी। न पर्यटन विकास निगम सिर्फ होटलों की श्रृंखला सखी रहेगा और न ही इमारतों के बीच पर्यटकों को सिर्फ छत उपलब्ध कराएगा। द चायल पैलेस, टी बड पालमपुर, देवदार खजियार तथा कसौली के न्यू रोज कॉमन जैसी पर्यटक इकाइयों के साथ इलेक्ट्रिक वाहन अब होटल से सैरगाह तक घुमाएंगे तो मनोरंजन के अनुभव स्टे की सार्थकता बढ़ाएंगे। अमूमन होटलों को आरामगाह बनाते हमने प्रकृति के सान्निध्य में सैरगाहें उजाड़ दी हैं। टी बड होटल के कॉन्सेप्ट में ही अगर चाय नगरी का अंदाज सीधे सैलानी से जुड़ जाए, तो पालमपुर में आने की वजह बढ़ जाएगी। ऐसे में इलेक्ट्रिक वाहन के जरिए अब टी बड आने वाले सैलानी टूर के जरिए चाय बागानों के बीच खुद को जोड़ें ? के अलावा फैक्टरी तक पहुंचकर इसके उपभोक्ता बन जाएंगे। स्थानीय उत्पादों, खान-पान के स्वादों और स्थानीय हलचल के बीच खुद को सम्मिलित करते हुए पर्यटक के लिए इलेक्ट्रिक वाहन का रूट अनौपचारिक सा संबंध कायम कर लेगा। कसौली, चायल और खजियार को दिल तक महसूस करने के लिए अगर पर्यटन निगम के होटल ऐसे कार्ट के जरिए बाहें फैलाते हैं, तो कई डेस्टिनेशन भविष्य के यात्रागमन पलों की अनुवाद कर पाएंगे। दूसरी ओर इलेक्ट्रिक कार्ट बनाना टैक्सी के बीच एक व्यापक अंतर आएगा। होटल या परिवहन के औपचारिक, कठोर और नपे तुले संबंधों को अनौपचारिकता से आगे बढ़ाने के लिए निगम का यह फैसला कारगर साबित होगा। यह महज इलेक्ट्रिक वाहन चलाने की पहल नहीं, बल्कि सैलानियों के आतिथ्य में सब कुछ भरने की कोशिश है। दिव्य

हिमाचल के इस बार के डिजिटल सर्वेक्षण में अस्सी प्रतिशत प्रतिभागियों ने ओला-उबर जैसी बुकिंग के आधार पर टैक्सी सेवाएं शुरू करने पर जोर दिया है। हिमाचल के लिए सड़क परिवहन, रेल सेवा तथा हवाई उड़ानें अगर सुधर जाएं, तो आने वालों के अनुभव बेहतर हो जाएंगे। कुछ ऊंचे स्थानों को छोड़ दें, तो हिमाचल में पर्यटक को खान-पान तथा शॉपिंग में उचित दरें ही मिलती हैं, लेकिन स्थानीय परिवहन के नाम पर टैक्सी सेवाएं निराश करती हैं। अगर टूरिज्म के होटल अपने पैकेज और स्टे के साथ घूमने, सैरसपाटा करवाने तथा साइट सीडिंग की मेजबानी कर पाएं, तो पर्यटन का परिवार स्थापित होगा। कायदे से हर सरकारी होटल को सैलानियों के अनुभव व स्टे का विस्तार करने के लिए विभिन्न परियोजनाओं पर काम करना चाहिए। प्रत्येक सरकारी होटल अपने परिवेश के बीस-पच्चीस किलोमीटर क्षेत्रफल को सर्विस एरिया के तरह पर्यटन योजना क्षेत्र मानें, तो सैलानियों के टूर और सीधे होटल की जवाबदेही बढ़ाएंगे। इस संदर्भ में पर्यटन निगम की मार्केटिंग में आधारभूत सुविधाएं, गतिविधियां व इवेंट भागीदारी के कई द्वार खुलने चाहिए। पर्यटन विभाग, निगम, स्थानीय प्रशासन व कई विभागों के साथ मिलकर सैलानियों की गतिविधियों की रूपरेखा को नए सिरे से अंगीकार करना होगा। उदाहरण के लिए नमस्ते धर्मशाला के तहत कुछ समय पहले एक खंड विकास अधिकारी ने पर्यटकों के साथ पूरे-पूरे दिन की यात्राएं जोड़कर स्वयं सहायता समूहों, लोक कलाकारों व स्थानीय खान-पान, संस्कृति व उत्पादों को प्रमोट किया था। ऐसे में स्थानीय बाजारों, व्यापार मंडलों व पारंपरिक हथकरघा उद्योगों को भी पर्यटन मार्केट के साथ जोड़े की सुविधाएं व समाधान तराशने होंगे। पर्यटक केवल साइट

सीडिंग करके ही न लौटें, इनके लिए प्रमुख बाजारों को वाहन रहित बनाने के लिए प्वाइंट टू प्वाइंट इलेक्ट्रिक कार्ट चलाने चाहिए। यहां एचआरटीसी को भी ऐसे कार्ट व इलेक्ट्रिक टैक्सी सेवाओं की नियमित सेवाएं प्वाइंट टू प्वाइंट शुरू करनी होंगी।

पाकिस्तान युद्ध के संकेत!

जम्मू-कश्मीर में राजौरी, पुंछ और सांबा के इलाकों में, सीमापार से, 8-10 ड्रोन उड़ते देखे गए। सेना तुरंत हरकत में आई और एंटी ड्रोन सिस्टम सक्रिय किया गया, उतनी ही देर में वे गायब हो गए। सीमा पर भारत की सेना हाई अलर्ट की स्थिति में है। हमारे थलसेना प्रमुख जनरल उपेन्द्र द्विवेदी ने पाकिस्तान को आगाह किया है कि ऑपरेशन सिंदूर अब भी जारी है। पाकिस्तान इसके मायने बखूबी जानता है। जनरल द्विवेदी ने यह भी खुलासा किया कि नियंत्रण-रेखा पर 6 और अंतरराष्ट्रीय सीमा पर 2 आतंकी अड्डे सक्रिय देखे गए हैं। उनमें आतंकी गतिविधियां भी देखी गई हैं। यदि पाकिस्तान ने कोई हरकत की, तो इस बार उसका नामोनिशान मिटा दिया जाएगा। यह कोई राजनीतिक बयान नहीं है, बल्कि सेना प्रमुख ने चेतावनी दी है। जनरल ने यह भी बताया कि बीती मई में ऑपरेशन सिंदूर के दौरान पाकिस्तान के 100 से अधिक फौजी भी मारे गए थे। हमारी सेना ने पाकिस्तान के 9 लड़ाकू विमान गिराए, 11 एयरबेस तोबाह किए और 2 अर्वाक्स सिस्टम बर्बाद किए थे। पाकिस्तान का कुल 2.85 अरब डॉलर का नुकसान हुआ था। पाकिस्तान कर्जदार देश है। क्या एक और युद्ध बर्दाश्त कर सकेगा? हमलों में 100 से ज्यादा आतंकी डेर किए गए और 9 आतंकी अड्डों को मिट्टी-मलबा कर दिया था। पाकिस्तान को यह विचार आज भी याद होगा।