आज का मौसम
33.0° अधिकतम तापमान
22.0° न्यूनतम तापमान
सूर्योदय 06.06
सूर्यास्त 06.28

# अमृत विचार
बरेली

एक सम्पूर्ण दैनिक अखबार
www.amritvichar.com
2 राज्य | 6 संस्करण
लखनऊ बरेली कानपुर
मुरादाबाद अयोध्या हल्द्वानी

चैत्र शुक्ल पक्ष एकादशी 07:46 उपरांत द्वादशी विक्रम संवत 2083
रविवार, 29 मार्च 2026, वर्ष 7, अंक 123, पृष्ठ 14+4 ■ मूल्य 6 रुपये

■ केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह बोले- पश्चिम बंगाल चुनाव देश की सुरक्षा के लिए अहम - 11

■ सरहद पर दुश्मनों का काल बनेगी स्वदेशी एलएमजी प्रहार - 11

■ इजराइल ने ईरान पर बोला 50 विमानों से हमला - 13

■ चोटिल एमएस धोनी आईपीएल के पहले दो सप्ताह नहीं खेल पाएंगे - 14

# विकसित यूपी की उड़ान का प्रतीक है नोएडा एयरपोर्ट

## जेवर स्थित अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे के उद्घाटन अवसर पर बोले प्रधानमंत्री | कार्गो टर्मिनल का किया लोकार्पण, 40 एकड़ में बनने वाली एमआरओ सुविधा का शिलान्यास

## यूपी के उज्ज्वल भविष्य का लांचपैड बनेगा हवाईअड्डा

इस बार के रविवारीय संस्करण 'लोक दर्पण' में, आखिर क्यों उड़ी-उड़ी सी है नींद व अन्य विषयों पर विशेष सामग्री दी जा रही है।

☞ www.amritvichar.com

**प्रिय पाठकों, लोक दर्पण आज अंदर देखें।** -संपादक

राज्य ब्यूरो,लखनऊ/ गौतम बुद्ध नगर

**अमृत विचार:** प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शनिवार को नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट के प्रथम चरण का भव्य शुभारंभ किया। इस मौके पर उन्होंने कार्गो टर्मिनल का लोकार्पण व 40 एकड़ में विकसित होने वाली अत्याधुनिक एमआरओ (मेंटेनेंस, रिपेयर एंड ओवरहॉल) सुविधा का शिलान्यास भी किया। प्रधानमंत्री ने इसे 'विकसित भारत-विकसित उत्तर प्रदेश' की दिशा में एक ऐतिहासिक कदम बताते हुए कहा कि यह एयरपोर्ट राज्य के उज्ज्वल भविष्य की नई उड़ान का प्रतीक है।

प्रधानमंत्री ने कहा कि जेवर स्थित यह एयरपोर्ट आगरा, मथुरा, मेरठ, अलीगढ़, गाजियाबाद और बुलंदशहर समेत पूरे पश्चिम यूपी के जिलों के विकास को नई गति देगा। इससे किसानों, लघु उद्योगों और युवाओं के लिए नए अवसर सृजित होंगे। उन्होंने किसानों के योगदान को विशेष रूप से सराहते हुए कहा कि उनकी जमीन के सहयोग से यह परियोजना साकार हो पाई है, जिससे कृषि उत्पाद वैश्विक बाजार तक आसानी से पहुंच सकेंगे। कहा, उप्र देश का प्रमुख एविएशन हब बन रहा है। एयरपोर्ट नेटवर्क के विस्तार से कनेक्टिविटी मजबूत हुई है।

नोएडा अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे के उद्घाटन के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व यूपी के मुख्यमंत्री योगी।

### मोदी बोले- कार्गो हब और कनेक्टिविटी से बढ़ेगा निर्यात

पीएम मोदी ने कहा कि जेवर एयरपोर्ट एक मल्टी-मोडल कनेक्टिविटी हब के रूप में विकसित किया गया है। जहां सड़क, रेल और हवाई सेवाओं का बेहतर समन्वय होगा। एयरपोर्ट का कार्गो हब शुरुआती चरण में 2.5 लाख मीट्रिक टन वार्षिक क्षमता के साथ कार्य करेगा, जिसे भविष्य में 18 लाख मीट्रिक टन तक बढ़ाया जाएगा। इससे उत्तर प्रदेश के उत्पादों को अंतरराष्ट्रीय बाजार में नई पहचान मिलेगी और निर्यात को बढ़ावा मिलेगा।

### एमआरओ सुविधा से आत्मनिर्भर बनेगा भारत

प्रधानमंत्री ने कहा कि अभी तक देश के अधिकांश विमान मेंटेनेंस के लिए विदेश भेजे जाते हैं, जिससे भारी खर्च होता है। जेवर में बनने वाली एमआरओ सुविधा इस स्थिति को बदलेगी और भारत को एविएशन सेक्टर में आत्मनिर्भर बनाएगी। इससे हजारों युवाओं के लिए रोजगार के अवसर भी पैदा होंगे।

### देशवासियों के भरोसे हम पश्चिम एशिया संकट का कर रहे मुकाबला : मोदी

पीएम मोदी ने कहा प. एशिया में एक महीने से युद्ध जारी है, भारत इस संकट का पूरी शक्ति से सामना कर रहा है। कहा कि युद्ध के कारण कई देशों में खाने-पीने के सामान, डीजल और खाद का संकट उत्पन्न हुआ है। लेकिन भारत अपनी जनता की ताकत के भरोसे इसे पूरी शक्ति से संभाल रहा है। मोदी ने बताया कि भारत बड़ी मात्रा में कच्चे तेल और गैस प्रभावित देशों से मंगाता है। सरकार हर संभव कदम उठा रही है ताकि आम परिवारों और किसानों पर इसका बोझ न पड़े। उन्होंने देशवासियों से अपील की कि वे धैर्य और एकजुटता के साथ इस चुनौती का सामना करें। उन्होंने देश व प्रदेश के राजनीतिक दलों से विभाजनकारी राजनीति से बचने का आह्वान किया।

### हवाई अड्डे का नया प्रतीक चिह्न बना 'सारस'

**नोएडा।** नोएडा अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे ने अपनी ब्रांड पहचान के लिए सारस-प्रेरित नया प्रतीक चिह्न अपनाया है, जो उप्र की सांस्कृतिक विरासत और आधुनिक, सतत विकास की सोच को दर्शाता है। प्रदेश के राजकीय पक्षी 'सारस' को प्रतीक चिह्न में शामिल कर इसे विशिष्ट और वैश्विक स्तर पर प्रभावी पहचान देने का प्रयास किया है।

### हर दो मिनट में उड़ान की क्षमता

प्रधानमंत्री ने बताया कि जेवर एयरपोर्ट को अत्याधुनिक सुविधाओं से लैस किया गया है, जहां भविष्य में हर दो मिनट में एक विमान के उड़ान भरने की क्षमता विकसित की जा रही है। यह पूरे उत्तर भारत को वैश्विक स्तर पर जोड़ने में अहम भूमिका निभाएगा।

- मुख्यमंत्री बोले-निवेश, रोजगार व कनेक्टिविटी को नई ऊंचाई प्रदान करेगा नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट

राज्य ब्यूरो, लखनऊ/ गौतम बुद्ध नगर

**अमृत विचार :** प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की मौजूदगी में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट के पहले चरण के उद्घाटन समारोह को संबोधित करते हुए इसे उत्तर प्रदेश के उज्ज्वल भविष्य का 'लांचपैड' बताया। उन्होंने कहा कि यह एयरपोर्ट राज्य की अर्थव्यवस्था, निवेश और रोजगार को नई ऊंचाई देगा।

सीएम योगी ने कहा कि यह परियोजना उत्तर प्रदेश को वैश्विक एविएशन मानचित्र पर स्थापित करेगी। आगामी वर्षों में पांच रनवे के साथ यह एयरपोर्ट अंतरराष्ट्रीय स्तर पर बड़ी पहचान बनाएगा।

यह एयरपोर्ट यमुना एक्सप्रेस-वे, दिल्ली-मुंबई एक्सप्रेस-वे, गंगा एक्सप्रेस-वे और हाईस्पीड रेल जैसे नेटवर्क से जुड़कर प्रदेश को विकास की नई गति प्रदान करेगा। इससे निवेश, लॉजिस्टिक्स और औद्योगिक गतिविधियों को बढ़ावा मिलेगा। समारोह में राज्यपाल आनंदीबेन पटेल सहित कई केंद्रीय व राज्यमंत्री और जनप्रतिनिधि मौजूद रहे।

### एक्साइज ड्यूटी कटौती पर जताया आभार

मुख्यमंत्री योगी ने पेट्रोलियम उत्पादों पर एक्साइज ड्यूटी घटाने के लिए प्रधानमंत्री का आभार जताते हुए कहा कि इससे आम जनता को बड़ी राहत मिलेगी। अमेरिका जैसे विकसित देश में पेट्रोलियम उत्पादों के दाम आसमान छूते दिख रहे रहे हैं, लेकिन भारत में दाम नियंत्रित है। इनकी आपूर्ति सुगम बनाई गई है।

### किसानों के योगदान को सराहा

मुख्यमंत्री ने एयरपोर्ट निर्माण के लिए भूमि देने वाले किसानों का आभार जताया और कहा कि किसानों ने नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट के लिए 13 हजार एकड़ जमीन दिया। किसानों ने पूरी प्रक्रिया में सकारात्मक योगदान दिया, जनप्रतिनिधियों के साथ मिलकर विकास के कार्यक्रम को बढ़ाया। उन्हें समयबद्ध मुआवजा व पुनर्वास के साथ जोड़ा गया।

### रेमंड समूह के पूर्व चेयरमैन विजयपत सिंघानिया का निधन

**कानपुर।** रेमंड समूह के पूर्व चेयरमैन विजयपत सिंघानिया का शनिवार शाम मुंबई में 87 वर्ष की उम्र में निधन हो गया। उनके पुत्र गौतम सिंघानिया ने सोशल मीडिया प्लेटफार्म पर उनके निधन की जानकारी दी। विजयपत सिंघानिया का जन्म 1938 में कानपुर में हुआ था। बाद में उनका परिवार मुंबई में बस गया था। उन्होंने 1980 से 2000 तक रेमंड समूह के चेयरमैन और प्रबंध निदेशक के रूप में कार्य किया। 2006 में तत्कालीन राष्ट्रपति डा. एपीजे अब्दुल कलाम ने उन्हें पद्मभूषण सम्मान से सम्मानित किया था। उड़ान के क्षेत्र में, उन्होंने गर्म हवा के गुब्बारे में सबसे अधिक ऊंचाई प्राप्त करने का विश्व रिकार्ड भी बनाया था।

# नेपाल में पूर्व पीएम ओली और पूर्व गृह मंत्री गिरफ्तार

काठमांडू, एजेंसी

नेपाल में पिछले साल सितंबर में हुए 'जेन जेड' विरोध-प्रदर्शनों की जांच करने वाले उच्चस्तरीय आयोग की रिपोर्ट को तुरंत लागू करने के नवगठित सरकार के फैसले के एक दिन बाद शनिवार को देश के पूर्व प्रधानमंत्री केपी शर्मा ओली को गिरफ्तार कर लिया गया। नेपाल के नए प्रधानमंत्री बालेन्द्र शाह 'बालेन' की अध्यक्षता में शुक्रवार को हुई नवगठित मंत्रिमंडल की बैठक में आयोग की रिपोर्ट को तुरंत लागू करने का फैसला किया गया था।

पुलिस ने बताया कि सीपीएन-यूएमएल के अध्यक्ष ओली को शनिवार तड़के काठमांडू से 12 किलोमीटर पूर्व भक्तपुर जिले के गुंडू इलाके से गिरफ्तार किया गया। पूर्व गृह मंत्री एवं नेपाली कांग्रेस के नेता रमेश लेखक को भी भक्तपुर जिले की सूर्यविनायक नगरपालिका के कटुंजे स्थित उनके आवास से गिरफ्तार किया गया है। ओली और लेखक को पिछले साल आठ और नौ सितंबर को हुए 'जेन जेड' आंदोलन को दबाने में संलिप्तता के आरोप में गिरफ्तार किया गया है। इस आंदोलन में 76 लोग मारे गए थे।

■ जेन जेड के विरोध-प्रदर्शनों पर कार्रवाई के सिलसिले में की गई कार्रवाई

### 10 साल तक की सजा की सिफारिश

गृह मंत्री सुदन गुरुंग ने ओली की गिरफ्तारी के बाद एक पोस्ट में लिखा, कानून से ऊपर कोई नहीं है। अब देश को एक नई दिशा मिलेगी। ओली और लेखक को भद्रकाली स्थित काठमांडू जिला पुलिस सर्किल में हिरासत में रखा गया है। जांच आयोग ने इस अपराध के लिए तीन से 10 साल तक की जेल की सजा की सिफारिश की है।

# 12वीं के छात्र की दोस्तों ने चाकू से गोदकर की हत्या

कार्यालय संवाददाता, बरेली

**अमृत विचार :** घर से बुलाकर ले गए दोस्तों ने थाना इज्जतनगर क्षेत्र में 12वीं के छात्र शिवा पटेल की चाकुओं से गोद डाला। आरोपी लहूलुहान छात्र को सड़क किनारे फेंककर भाग गए। घायल हालत में उसे अस्पताल में भर्ती कराया गया, जहां मौत हो गई। मारे गए छात्र के पिता ने 5 नामजद सहित कई लोगों के खिलाफ एफआईआर दर्ज कराई है। पुलिस दो लोगों को हिरासत में लेकर पूछताछ कर रही है।

हत्या की जघन्य वारदात का शिकार हुआ छात्र शिवा पटेल(17) अशोक बिहार कालोनी निवासी केहरी सिंह का बेटा था। पिता ने पुलिस को बताया कि शुक्रवार शाम को 7: 30 बजे शिवा पटेल को मानव राजपूत घर से बुलाकर ले गया था। आरोप है कि मानव ने अपने साथ गौरव, पारस, कृष्णा, रचित और तीन अन्य अज्ञात साथियों के साथ मिलकर चार खंभा राकेश कमल स्कूल के पास शिवा पटेल को चाकू घोंप दिए और उसे सड़क किनारे छोड़कर फरार हो गए। राहगीरों ने घायल शिवा को निजी अस्पताल पहुंचाया।

शनिवार सुबह इलाज के दौरान उसने दम तोड़ दिया। पुलिस ने आरोपी मानव राजपूत, गौरव, पारस, कृष्णा, रचित समेत अन्य तीन अज्ञात पर रिपोर्ट दर्ज कार्रवाई शुरू कर दी है।

मृतक शिवा

- थाना इज्जतनगर क्षेत्र के अशोक बिहार में वारदात से सनसनी
- चाकू मारकर शिवा पटेल को सड़क किनारे फेंका अस्पताल में मौत
- पिता ने पांच नामजद सहित कई लोगों के खिलाफ दर्ज कराई रिपोर्ट

manasiivf
बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ
निसंतानता रोग निवारण अब आपके शहर बरेली में।
पहला परामर्श नि:शुल्क
जर्मनी के K-System Benchtop Incubator से सुसज्जित
मानसी आई.वी.एफ
• 10,000+ सफल आई.वी.एफ उपचार
• 27+ वर्षों का अनुभव
• अत्याधुनिक तकनीक एवं विशेषज्ञ टीम
• अल्ट्रासाउंड की सुविधा उपलब्ध
डॉ. माला सक्सेना
Chief Medical Director
समय : सुबह 10:00 बजे से शाम 06:00 बजे तक।
परामर्श के लिए कॉल करें:
+91 8755552292 | 7455002852 | 7455002854
उपचार उपलब्ध:
फर्टिलिटी जांच | आईयूआई | आई.वी.एफ. | आईसीएसआई | ब्लास्टोसिस्ट लैप्रोस्कोपी | हिस्टेरोस्कोपी | डोनर सेवाएं | लेजर हैचिंग
35-A-7A, रामपुर गार्डन, प्रभा थिएटर के सामने, सिविल लाइंस, बरेली

**सुप्रीम आदेश** | रेप पीड़िताओं के नाम उजागर करने पर सुप्रीम कोर्ट नाराज, सभी हाईकोर्ट को निर्देश जारी

# आदेशों में भी दुष्कर्म पीड़िताओं की न हो पहचान

नई दिल्ली, एजेंसी

उच्चतम न्यायालय ने रेप मामले में एक लड़की की पहचान उजागर किए जाने की कड़ी भर्त्सना की है और सभी उच्च न्यायालयों को निर्देश दिया है कि वे सुनिश्चित करें कि अदालत के आदेशों में पीड़िताओं और उनके परिवार के सदस्यों के नाम का उल्लेख न हो।

शीर्ष अदालत ने 2018 में 'निपुण सक्सेना' मामले में अपने फैसले में कहा था, कोई भी व्यक्ति प्रिंट, इलेक्ट्रॉनिक, सोशल मीडिया आदि में पीड़िता का नाम प्रकाशित या प्रसारित नहीं कर सकता और न ही किसी भी रूप में ऐसे तथ्य उजागर कर सकता है जिससे पीड़िता की पहचान सामने आए या आम जनता को उसकी पहचान पता चल सके। न्यायमूर्ति संजय करोल और न्यायमूर्ति एन कोटिश्वर सिंह की पीठ ने इस फैसले का पालन न होने के पीछे अदालतों की सामान्य उदासीनता और संभवता ऐसे अपराधों से जुड़े गहरे सामाजिक कलंक के प्रति जागरूकता की कमी को जिम्मेदार ठहराया। शीर्ष अदालत ने कहा कि विधायिका ने 1983 में भारतीय दंड संहिता (आईपीसी) में एक प्रावधान जोड़ा था, जिसका उद्देश्य धारा 376 के तहत अपराध की पीड़िता की पहचान सुरक्षित रखना था। इसने कहा कि यह संशोधन मुख्य रूप से उस गंभीर समस्या से निपटने के लिए किया गया था, जो यौन अपराध के मामलों के निपटारे के तरीके से स्पष्ट रूप से सामने आई थी, खासकर पीड़िता की पहचान का सार्वजनिक खुलासा करने जैसी समस्या। इसलिए पीठ ने निर्देश दिया कि इस फैसले की एक प्रति सभी उच्च न्यायालयों के रजिस्ट्रार जनरल को भेजी जाए।

■ कोई भी प्रिंट, इलेक्ट्रॉनिक, सोशल मीडिया में पीड़िता का नाम प्रकाशित या प्रसारित नहीं कर सकता

### पीड़िता के नाम को किसी अन्य गवाह की तरह माना गया

शीर्ष अदालत ने कहा कि 1983 से पहले, महिला यौन उत्पीड़न की पीड़िता का नाम या विवरण प्रकाशित करने पर कोई कानूनी रोक नहीं थी, और अदालत की रिपोर्टिंग एवं मीडिया कवरेज से पीड़िताओं को सामाजिक कलंक एवं बहिष्कार का दंश झेलने के साथ आजीवन प्रतिष्ठा को नुकसान पहुंच सकता था। पीठ ने कहा, स्पष्ट रूप से, इन कार्यवाहियों में इस धारा के उद्देश्य को नजरअंदाज किया गया है। पीड़िता के नाम को किसी अन्य गवाह की तरह माना गया है और पूरे रिकॉर्ड में स्वतंत्र रूप से इसका उपयोग किया गया है। इसकी कड़ी भर्त्सना होनी चाहिए। वास्तव में, इस अदालत ने पहले भी देखा है कि इस प्रावधान का पालन नहीं किया जा रहा है।

# प्रदेश के पर्यटन शहरों तक पहुंच हो जाएगी आसान

राज्य ब्यूरो, लखनऊ/जेवर

**अमृत विचार:** नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट के शुरू होने से उत्तर प्रदेश में पर्यटन, निवेश और व्यापार के नए अवसर खुलने जा रहे हैं। यमुना एक्सप्रेसवे किनारे स्थित यह एयरपोर्ट अब विदेशी पर्यटकों के लिए यूपी के प्रमुख धार्मिक, ऐतिहासिक और सांस्कृतिक स्थलों तक सीधे पहुंच का नया विकल्प बनेगा। साथ ही उप्र. को वैश्विक पर्यटन मानचित्र पर नई पहचान और राज्य की अर्थव्यवस्था को भी मजबूती देगा।

अब तक विदेशी पर्यटकों को इंदिरा गांधी अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डा पर निर्भर रहना पड़ता था, लेकिन जेवर एयरपोर्ट के संचालन से आगरा, मथुरा-वृंदावन, फतेहपुर सीकरी, अयोध्या और वाराणसी जैसे प्रमुख स्थलों तक पहुंच आसान होगी। यमुना एक्सप्रेसवे के जरिए आगरा और फतेहपुर सीकरी तक 1.5 से 2 घंटे तथा मथुरा-वृंदावन तक करीब 90 मिनट में पहुंचा जा सकेगा। इन धार्मिक स्थलों पर बीते नौ वर्षों में विदेशी पर्यटकों की संख्या में तेज वृद्धि दर्ज की गई है। यूपी, जिसे 'लैंडलॉक्ड' माना जाता है, अब हवाई मार्ग से दुनिया से जुड़कर विदेशी पर्यटन के क्षेत्र में भी नई ऊंचाइयां छू सकता है।

# कार्यालय नगर पालिका परिषद, गोला गोकर्णनाथ-खीरी

पत्रांक: 820/न.पा.परि.गोला/2025-26 **सार्वजनिक सूचना** दिनांक: 28.03.2026

सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि नगर पालिका परिषद गोला गोकर्णनाथ-खीरी अपनी कर निर्धारण सूची में पंजीकृत वसीयत / विक्रय पत्र / वरासत / अन्य के आधार पर निम्न प्रकार परिवर्तन करना चाहती है। अत: नगर पालिका परिषद अधिनियम 1916 की धारा 147(2) के अन्तर्गत प्रस्तावित परिवर्तन से जिस किसी भी व्यक्ति पर प्रभाव पड़ने की सम्भावना हो, वह व्यक्ति लिखित आपत्ति मय साक्ष्यों सहित प्रकाशन की तिथि से एक माह के अन्दर प्रस्तुत कर सकते है निर्धारित अवधि के बाद प्राप्त आपत्तियों पर विचार नहीं किया जायेगा और तद्नुसार परिवर्तन की कार्यवही कर दी जायेगी। विवरण निम्न प्रकार है:-

| क्र. सं. | मोहल्ला | वार्ड सं. | भूमि भवन का विवरण | वर्तमान में दर्ज सम्पत्ति के स्वामी / विक्रेता का नाम | प्रस्तावित परिवर्तन के स्वामी का नाम | आधार |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. | मुन्नूगंज | 12 | मकान | श्रीमती राजरानी सहगल पत्नी स्व. जगदीश लाल सहगल | श्री राजकुमार कक्कड़ पुत्र स्व. मनोहर लाल | विक्रय पत्र |
| 2. | मुन्नूगंज | 12 | मकान पक्का | श्री मदन मनोहरलाल पुत्र छेदालाल | श्री अशोक कुमार मिश्र संजीव कुमार मिश्र पुत्रगण स्व. मदन मनोहर लाल | वरासत |
| 3. | मुन्नूगंज | 5 | भू भाग | श्री रामचन्द्र मिश्र पुत्र जगमोहन लाल | श्रीमती रोली मिश्रा पत्नी प्रकाश मिश्रा | विक्रय पत्र |
| 4. | गोकर्णवार्ड | 3 | आवासीय प्लाट | श्री शम्भूशरण पाण्डेय पुत्र श्यामबिहारी पाण्डेय | श्री विजय कुमार पुत्र जगमोहन लाल | विक्रय पत्र |
| 5. | गोकर्णवार्ड | 3 | आवासीय प्लाट | श्री विजय कुमार पुत्र जगमोहन लाल | श्रीमती मंशा पत्नी गीताराम | विक्रय पत्र |
| 6. | पश्चिमी दीक्षिताना | 2 | मकान पक्का | श्रीमती अनीशा बानो पत्नी स्व. इसहाक अली | श्री इजहार अली पुत्र स्व. इसहाक अली | वरासत |
| 7. | मुन्नूगंज | 12 | भू-भाग | श्रीमती सुमन पत्नी अशोक तोमर स्वयं व वहैसियत मुख्तारेआम श्रीमती प्रवीन पत्नी मनमोहन व मुकेश कुमार साहनी पुत्र श्री अमरनाथ साहनी वहैसियत मुख्तारेआम श्रीमती विनोद पत्नी अमरनाथ व प्रीति पत्नी मुकेश कुमार साहनी व श्याम कुमार पुत्र अशरज लाल आनन्द वहैसियत मुख्तारेआम श्रीमती दीपाली पत्नी वासुदेव आनन्द | श्रीमती नीलम पुरवार पत्नी योगेन्द्र कुमार | विक्रय पत्र |
| 8. | गोकर्णवार्ड | 19 | भू-भाग | श्रीमती रामदुलारी पत्नी सूरज प्रसाद | श्रीमती रेखा देवी ओम श्री माया पुत्रीगण स्व. सूरज प्रसाद | वरासत |
| 9. | मुन्नूगंज | 23 | मकान पक्का | श्रीमती शान्ती देवी पत्नी गोवर्धन लाल | श्री राकेश कुमार मौर्य, रामशंकर मौर्य पुत्रगण गोर्वधन लाल | वरासत |
| 10. | गोकर्णवार्ड | 19 | मकान पक्का व दुकान | श्री श्यामजी पुत्र जगन्नाथ प्रसाद | श्री आदर्श बाजपेयी पुत्र वीरेन्द्र बाजपेई व नीलम बाजपेई पत्नी आदर्श बाजपेई | विक्रय पत्र |
| 11. | कुम्हार टोला | 20 | मकान पक्का | श्रीमती चन्दावती पुत्र रामऔतार | नीतू व रेखा पुत्रीगण रामऔतार | वसीयत |
| 12. | मुन्नूगंज | 5 | भू-भाग | श्रीमती राजरानी पत्नी रामसरन वर्मा | श्री रामसरन वर्मा पुत्र मथुरा प्रसाद वर्मा, कमलेश कुमार, मनू कुमार पुत्रगण रामसरन वर्मा | वरासत |
| 13. | कुम्हार टोला | 1 | मकान पक्का | श्री प्रज्ञा प्रकाश सिंह पुत्र जयराम | श्रीमती बेलेश्वरी देवी पत्नी स्व. प्रज्ञा प्रकाश सिंह | वरासत |
| 14. | मुन्नूगंज | 5 | मकान पक्का दो मंजिल | श्रीमती सुरजा देवी पत्नी स्व. राजाराम सक्सेना | श्रीमती पुष्पलता सक्सेना पत्नी अखिलेश | दान पत्र |
| 15. | पूर्वी दीक्षिताना | 24 | मकान पक्का दो मंजिल | श्री वीरपाल सिंह पुत्र बचान सिंह | श्री सुनील सिंह पुत्र शिवरतन सिंह | विक्रय पत्र |
| 16. | पूर्वी दीक्षिताना | 24 | मकान पक्का दो मंजिल | श्री रामकुमार सैनी पुत्र रामचरन सैनी | श्री अनूप सैनी (सावन सैनी) पुत्र स्व. रामकुमार सैनी | वसीयत |
| 17. | मुन्नूगंज | 12 | भू-भाग | श्रीमती शकुन्तला वर्मा पत्नी विनोद कुमार | श्रीमती सुनीता देवी पत्नी संतोष कुमार | विक्रय पत्र |
| 18. | गोकर्णवार्ड | 10 | मकान पक्का | श्रीमती जमुना देवी पत्नी रमेश चन्द्र मिश्रा | श्रीमती रामकली पत्नी श्री पिंकू | दान पत्र |
| 19. | गोकर्णवार्ड | 10 | मकान व प्लाट | श्रीमती जमुना देवी पत्नी रमेश चन्द्र मिश्रा | श्रीमती रीना मिश्रा पत्नी दिनेश चन्द्र मिश्रा | दान पत्र |
| 20 | मुन्नूगंज | 5 | मकान पक्का दो मंजिल | श्री भोलानाथ पुत्र छोटेलाल शाह | श्री सन्दीप गुप्ता पुत्र स्व. छोटेलाल गुप्ता | वरासत |
| 21. | कुम्हार टोला | 1 | आवासीय भवन व भूखण्ड | श्री मनोज कुमार पुत्र रामप्रसाद | श्री सर्वेश पुत्र जै जै राम | विक्रय पत्र |
| 22. | मिलवार्ड | 15 | भू-भाग | श्री फूलचन्द्र पुत्र शिवचरन | श्री हरी शंकर पुत्र स्व. फूलचन्द | वरासत |
| 23. | मुन्नूगंज | 21 | मकान पक्का व दुकान | श्री रमेश चन्द्र पुत्र मुरलीधर | श्रीमती रामवती पत्नी स्व. रमेश चन्द्र गुप्ता, सतीश कुमार गुप्ता, अंकित कुमार गुप्ता, विमल कुमार गुप्ता पुत्रगण स्व. रमेश चन्द्र गुप्ता | वरासत |
| 24. | मुन्नूगंज | 21 | मकान पक्का व दुकान | श्रीमती रामवती पत्नी स्व. रमेश चन्द्र गुंप्ता, अंकित कुमार गुप्ता, विमल कुमार गुप्ता पुत्रगण स्व. रमेश चन्द्र गुप्ता | श्री सतीश कुमार गुप्ता पुत्र स्व. रमेश चन्द्र गुप्ता | दान-पत्र |
| 25. | मुन्नूगंज | 12 | भू-भाग | श्रीमती पुष्पा वर्मा पत्नी सुरेन्द्र कुमार वर्मा पुत्री विशेश्वर सिंह वर्मा | श्रीमती नीना राजपूत पुत्री मुरारी लाल | विक्रय पत्र |
| 26. | मुन्नूगंज | 9 | भू-भाग | श्री जगदीश प्रसाद वर्मा पुत्र स्व. राजाराम | श्रीमती पूनम देवी पत्नी उपेश कुमार | विक्रय पत्र |
| 27. | भूडवार्ड | 17 | दुकान व प्लाट | श्रीमती विभा देवी पत्नी स्व. रजनेश कुमार | श्री मो. गुलफाम पुत्र मो. सफी | विक्रय पत्र |
| 28. | कुम्हार टोला | 20 | भू-भाग | श्री राजकुमार गुप्ता पुत्र स्व. विश्वनाथ गुप्ता | श्री अरूण कुमार गुप्ता पुत्र सुरेन्द्रनाथ गुप्ता | विक्रय पत्र |
| 29. | कुम्हार टोला | 1 | मकान पक्का | श्री छोटेलाल पुत्र अर्जुन लाल | वन्दना, अर्चना, प्रियंका पाण्डेय, कु. कल्पना पुत्रीगण स्व. विजय कुमार शर्मा | वरासत |

**अधिशासी अधिकारी**
**नगर पालिका परिषद**
**गोला गोकर्णनाथ खीरी**

**अध्यक्ष**
**नगर पालिका परिषद**
**गोला गोकर्णनाथ खीरी**





एयरपोर्ट के पहले फेज के उद्घाटन कार्यक्रम के लिए पहुंचे प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी।



हवाई अड्डे के उद्घाटन के दौरान लोग प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का पोस्टर पकड़े हुए।

# कनेक्टिविटी का रिकॉर्ड बनाएगा नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट

## दिल्ली पर निर्भरता होगी कम, एयरपोर्ट को यमुना एक्सप्रेसवे से सीधे जोड़ा गया

राज्य ब्यूरो, लखनऊ/जेवर

**अमृत विचार:** नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट देश के सबसे बड़े एविएशन हब के रूप में विकसित होने के साथ अब कनेक्टिविटी के मामले में भी नया रिकॉर्ड बनाने की ओर बढ़ रहा है। सड़क, रेल, मेट्रो और हाई-स्पीड रेल नेटवर्क से जुड़कर यह एयरपोर्ट उत्तर भारत के यात्रियों के लिए बड़ी राहत लेकर आएगा।

एयरपोर्ट को यमुना एक्सप्रेसवे से सीधे जोड़ा गया है, जबकि दिल्ली-मुंबई एक्सप्रेसवे के लिंक से दक्षिण हरियाणा और पश्चिमी भारत से तेज कनेक्टिविटी सुनिश्चित होगी। आगे गंगा एक्सप्रेसवे और ईस्टर्न पेरिफेरल एक्सप्रेसवे से भी पहुंच और मजबूत होगी।

**रेल और रैपिड रेल कनेक्टिविटी :** रेल और रैपिड रेल कनेक्टिविटी को लेकर भी बड़ा काम हो रहा है। दिल्ली से जेवर एयरपोर्ट को जोड़ने वाली रीजनल रैपिड ट्रांजिट सिस्टम (आरआरटीएस) परियोजना का डीपीआर केंद्र सरकार को भेजा जा चुका है। साथ ही, चोला-रुंधी रेल लाइन से कनेक्टिविटी के लिए भी योजना तैयार की जा रही है। भविष्य की दिल्ली-वाराणसी हाई-स्पीड रेल लाइन में जेवर टर्मिनल पर स्टेशन का प्रावधान इस एयरपोर्ट को और खास बनाएगा।

**अंतरराज्यीय बस सेवाएं होंगी शुरू :** यात्रियों के लिए कैब और कार रेंटल सेवाएं भी उपलब्ध होंगी, जिससे सफर और आसान बनेगा। इसके लिए उत्तर प्रदेश राज्य सड़क परिवहन निगम (यूपीएसआरटी) के साथ समझौता किया गया है। उत्तर प्रदेश सहित उत्तराखंड, हरियाणा, दिल्ली और राजस्थान से अंतरराज्यीय बस सेवाएं शुरू की जाएंगी। नोएडा, ग्रेटर नोएडा और नोएडा और यमुना एक्सप्रेस वे औद्योगिक विकास प्राधिकरण उत्तर प्रदेश (यीडा) मिलकर 500 इलेक्ट्रिक बसें चलाएंगे, जो एयरपोर्ट तक पर्यावरण अनुकूल अंतिम माइल कनेक्टिविटी देंगी।

**दिल्ली एयरपोर्ट पर घटेगा दबाव :** बेहतर कनेक्टिविटी के चलते अब इंटरनेशनल फ्लाइट के लिए केवल दिल्ली पर निर्भरता नहीं रहेगी। उत्तर भारत के यात्रियों को जेवर से सीधी सुविधा मिलने से इंदिरा गांधी अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डा पर दबाव भी कम होगा। क्योंकि इससे पहले इंटरनेशनल फ्लाइट पकड़ने के लिए लोगों को दिल्ली जाना पड़ता था। अब यह सुविधा नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट से मिलने के बाद कई राज्यों के लोगों की सहूलियत बढ़ जाएगी।




## जेवर एयरपोर्ट देगा भारत दर्शन का अनुभव

**अमृत विचार, लखनऊ/जेवर :** नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट केवल एक आधुनिक हवाई अड्डा नहीं, बल्कि भारतीय संस्कृति और परंपरा का जीवंत प्रतीक बनकर उभर रहा है। इसके वास्तु और इंटीरियर डिजाइन में उत्तर प्रदेश की विरासत को प्रमुखता से शामिल किया गया है, जिससे यात्रियों को 'भारत दर्शन' जैसा अनुभव मिलेगा। एयरपोर्ट के डिजाइन में पारंपरिक हवेली शैली की झलक दिखाई देगी। मेहराब, आंगन और पारंपरिक स्थापत्य तत्व यात्रियों को प्रदेश की सांस्कृतिक धरोहर से जोड़ेंगे और आधुनिक ढांचे के बीच एक अलग पहचान बनाएंगे। टर्मिनल को गंगा घाट की थीम पर मल्टी-लेवल संरचना में विकसित किया जा रहा है, जिससे वाराणसी घाट और हरिद्वार घाट जैसा आध्यात्मिक अनुभव मिलेगा।

## सारस की उड़ान बनी एयरपोर्ट की पहचान

**अमृत विचार, लखनऊ/जेवर :** नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट ने अपनी ब्रांड पहचान को खास बनाने के लिए उत्तर प्रदेश के राजकीय पक्षी सारस को अपने लोगो के रूप में अपनाया है। यह कदम राज्य की सांस्कृतिक विरासत को वैश्विक मंच पर प्रस्तुत करने और पर्यावरणीय संतुलन की दिशा में अहम माना जा रहा है।



एयरपोर्ट के लोगो में उड़ते हुए सारस को दर्शाया गया है, जो प्रगति, आत्मविश्वास और नई ऊंचाइयों की ओर बढ़ते उत्तर प्रदेश का प्रतीक है। यह पहल योगी आदित्यनाथ के "विकास के साथ विरासत" विजन को भी दर्शाती है, जिसमें आधुनिक इंफ्रास्ट्रक्चर के साथ सांस्कृतिक पहचान और पर्यावरण संतुलन पर जोर दिया गया है। नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट का यह नया प्रतीक न केवल इसकी ब्रांडिंग को मजबूत करेगा, बल्कि इसे अंतरराष्ट्रीय स्तर पर एक अलग पहचान भी दिलाएगा।

लोगो का डिजाइन पतली और एकीकृत रेखाओं से तैयार किया गया है, जो गति, तकनीक और बेहतर कनेक्टिविटी का संकेत देता है। वहीं नीले-हरे रंग का ग्रेडिएंट आधुनिक विकास और पर्यावरण संरक्षण के संतुलन को दर्शाता है। जो योगी आदित्यनाथ की ग्रीन और सस्टेनेबल डेवलपमेंट नीति के अनुरूप है।

## 8 वर्षों में सपना साकार

**अमृत विचार, लखनऊ/जेवर :** नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट (एनआईए) आठ वर्षों के सतत प्रयास, समन्वय और समयबद्ध क्रियान्वयन के बाद अब हकीकत बन चुका है। मार्च 2026 में एयरोड्रम लाइसेंस मिलने और फेज-1 के लोकार्पण के साथ यह एयरपोर्ट संचालन के लिए तैयार है, जो उत्तर प्रदेश को वैश्विक एविएशन हब बनाने की दिशा में बड़ा कदम माना जा रहा है। इस महत्वाकांक्षी परियोजना की नींव वर्ष 2017 में पड़ी, जब साइट क्लीयरेंस और आवश्यक एनओसी प्राप्त हुईं। वर्ष 2018 में नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट लिमिटेड का गठन हुआ और 2020 में ज्यूरिख एयरपोर्ट इंटरनेशनल एजी को कंसेशनायर चुना गया।


**सूचना**

हमने अपने पुत्र उर्मिलेश कुमार शर्मा व पुत्रवधू श्रीमती अनुराधा को उनके गलत आचरण एवं दुर्व्यवहार के कारण उन्हें अपनी अपनी चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल कर दिया है। भविष्य में उनके द्वारा किये गये किसी भी कृत्य का हमसे व हमारे परिवार के किसी भी सदस्य से कोई वास्ता नहीं होगा।
**कृष्ण कुमार शर्मा पुत्र बाबू राम शर्मा व श्रीमती सुमन शर्मा पत्नी कृष्णा कुमार शर्मा नि. रामू श्यामू वाली गली गणेश नगर, नेकपुर, बरेली**

**पब्लिक नोटिस**

सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि मेरे मुवक्किल आई.सी.आई.सी.आई.एच.एफ. एल. शाखा बरेली से मिराज खान पुत्र यूनुस खान मकान नं. 33 निकट नूरी मस्जिद डेलापीर बरेली एक किता मकान रकबई 106.18 वर्गमी जो खसरा नं. 491/2, 492/2, 493 में से वाकै नवादा जोगियान बरेली को बंधक रखकर मेरे मुवक्किल से लोन ले रहे हैं उक्त सम्पत्ति से सम्बन्धित एक पूर्व बैनामा जिसकी रजिस्ट्री दि. 19.04.1994 को फो.प्र.पु. सं. 1 खण्ड 699 के पृष्ठ 311 से 334 पर नं. 1907 पर हुई है जो जियाउल नबी खां मुख्त्यारेआम सगीर अहमद द्वारा श्रीमती सुमन शर्मा पत्नी श्री घनश्याम शर्मा के हक में है जिसके खोने की सूचना दिनांक 17.09.2022 को ई-थाना पर दर्ज कराई जा चुकी है।

यदि उक्त बैनामे के निष्पादन के सम्बन्ध में या किसी अन्य व्यक्ति/बैंक/संस्था आदि को उक्त बंधक सम्पत्ति के सम्बन्ध में कोई आपत्ति हो तो वह अपनी आपत्ति सामान्य कार्य दिवस के 15 दिन के अन्दर मेरे कार्यालय पर व्यक्तिगत रूप से उपस्थित होकर दर्ज करा सकता है। उपरान्त मेरे मुवक्किल द्वारा ऋण जारी कर दिया जायेगा।

**अमिताभ भंज**
**एडवोकेट**
**चैम्बर नं. 11 बड़ा वकालतखाना**
**सिविल कोर्ट, बरेली**


# उद्योग, निर्यात और रोजगार का मेगा हब बनेगा नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट

राज्य ब्यूरो, लखनऊ/जेवर

- **मुख्यमंत्री योगी ने प्रदेश की अर्थव्यवस्था के लिए 'गेमचेंजर' बताया**

**अमृत विचार :** नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट उत्तर प्रदेश में निवेश और औद्योगिक विकास के नए युग की शुरुआत का संकेत दे रहा है। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने इसे प्रदेश की अर्थव्यवस्था के लिए "गेमचेंजर" बताते हुए कहा कि यह परियोजना निवेश, उद्योग और रोजगार के नए अवसरों के द्वार खोलेगी।

एयरपोर्ट के निर्माण के साथ यमुना एक्सप्रेसवे क्षेत्र तेजी से औद्योगिक कॉरिडोर के रूप में उभर रहा है। यहां देश-विदेश की कंपनियों ने निवेश में रुचि दिखाई है। आसपास मैन्युफैक्चरिंग क्लस्टर, डेटा सेंटर, एमएसएमई पार्क, मेडिकल डिवाइस पार्क, अपैरल और टॉय पार्क जैसे बड़े प्रोजेक्ट विकसित किए जा रहे हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा हाल ही में सेमीकंडक्टर यूनिट की आधारशिला रखे जाने से इस क्षेत्र को हाईटेक इंडस्ट्री का भी बढ़ावा मिला है। जेवर एयरपोर्ट उत्तर प्रदेश के लिए निवेश, उद्योग, निर्यात और रोजगार का समग्र विकास मॉडल बनकर उभर रहा है, जो राज्य को आर्थिक रूप से नई ऊंचाइयों तक ले जाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट का मल्टी-मोडल कार्गो हब उत्तर प्रदेश को वैश्विक बाजार से सीधे जोड़ेगा। इससे प्रदेश के उत्पादों की अंतरराष्ट्रीय पहुंच आसान होगी और निर्यात में तेजी आएगी।

## टर्मिनल-1 स्थापित करेगा नये मानक

**अमृत विचार, लखनऊ /नोएडा :** नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट का टर्मिनल-1 सबसे आधुनिक एयरपोर्ट टर्मिनलों में शामिल होने जा रहा है। करीब 1.37 लाख वर्ग मीटर में फैला यह टर्मिनल क्षमता, गति और यात्री सुविधाओं के मामले में नया मानक स्थापित करेगा।


# कार्यालय ग्राम पंचायत सिठौरा वि.खं. भदपुरा (बरेली)

**निविदा आमंत्रण सूचना** दिनांक : 29.03.2026

समस्त अधिकृत फर्मो व विक्रेताओं को सूचित किया जाता है कि ग्राम पंचायत सिठौरा में मनरेगा योजना के अन्तर्गत निम्न निर्माण हेतु सामग्री आपूर्ति हेतु पंजीकृत फर्मो से निविदा आमंत्रित की जाती है। सामग्री विवरण निम्नवत् है : ईट, बजरी, बजरफुट, सीमेंट, रेत, सरिया व अन्य सामग्री जो प्राक्कलन में लिखित है। निविदा पंचायत कार्यालय पर दिनांक 29.03.2026 से 31.03.2026 तक किसी समय खोली जा सकती है। कार्य हेतु सामग्री आपूर्ति की सूचना किसी कार्यालय दिवस में देखी जा सकती है।

| क्र.सं. | कार्य का नाम | माप | अनु. लागत |
|---|---|---|---|
| 1. | हजारी लाल के घर से त्रिलोकी नाथ के घर से सी सी रोड व नाली निर्माण कार्य | 70X3 मीटर | 1.90000.00 रूपये |

प्रधान-वीरमती सचिव-अभिषेक सिंह


# फसलों के नुकसान पर मिली आर्थिक सहायता

राज्य ब्यूरो, लखनऊ

- **ओलावृष्टि से प्रभावित 286 किसानों को दी 13.34 लाख रुपये की सहायता**

**अमृत विचार :** प्रदेश में हालिया ओलावृष्टि और बारिश से फसलों को हुए नुकसान के बाद सरकार ने राहत कार्य तेज कर दिए हैं। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के निर्देश पर प्रभावित किसानों को आर्थिक सहायता उपलब्ध कराई जा रही है।

असमय ओलावृष्टि से 21 जिलों में 244.23 हेक्टेयर फसल प्रभावित हुई, जिसमें 286 किसानों को 13.34 लाख रुपये से अधिक की राहत दी गई है। वहीं अतिवृष्टि से 17 जिलों में 4053.11 हेक्टेयर फसल को नुकसान पहुंचा, जिसमें 9992 किसानों को 4.47 करोड़ रुपये से अधिक की सहायता प्रदान की गई। सहारनपुर के पांच गांवों में 11 हेक्टेयर फसल क्षति दर्ज हुई है, जबकि ललितपुर की 3 तहसीलों में 1650.75 हेक्टेयर क्षेत्र प्रभावित हुआ, जहां 3142 किसान प्रभावित हैं।

## न्यूज ब्रीफ

### वन दरोगा रिश्वत लेते रंगे हाथ गिरफ्तार

**अल्मोड़ा।** विजिलेंस हल्द्वानी की टीम ने शनिवार को अल्मोड़ा में वन दरोगा को रिश्वत लेने के आरोप में गिरफ्तार किया है। विजिलेंस विभाग के अनुसार, आरोप है कि जागेश्वर में वन क्षेत्राधिकारी कार्यालय में तैनात नवीन नौटियाल की ओर से शिकायतकर्ता जय प्रकाश से लीसा गढ़ान-ढुलान कार्य के लिए पंजीकरण के नवीनीकरण और लंबित बिलों के भुगतान के एवज में 25,500 रुपये की रिश्वत मांगी जा रही थी। विजिलेंस ने मुकदमा दर्ज कर ट्रैप टीम का गठन किया और आरोपी को रिश्वत लेते हुए रंगे हाथ गिरफ्तार कर लिया गया।

### भाजपा से जुड़े रहे छह नेता कांग्रेस में शामिल

**देहरादून।** तीन पूर्व विधायकों समेत छह नेता शनिवार को कांग्रेस में शामिल हो गए। इनमें राजकुमार ठुकराल, नारायण पाल, भीमलाल आर्या, लाखन सिंह नेगी, गौरव गोयल और अनुज गुप्ता ने नई दिल्ली में कांग्रेस के केंद्रीय कार्यालय में पार्टी के वरिष्ठ नेताओं की मौजूदगी में सदस्यता ग्रहण की। ये सभी नेता अलग-अलग समय पर सत्तारूढ़ भाजपा का हिस्सा रहे हैं।

### कसीनो का भंडाफोड़ पूरी चौकी सस्पेंड

**देहरादून।** ऋषिकेश के आईडीपीएल क्षेत्र के एक होटल में अवैध कसीनो का भंडाफोड़ हुआ है। पुलिस ने मौके से 10 महिलाओं सहित 40 आरोपी गिरफ्तार करते हुए नकदी और कसीनो चिप्स बरामद किए हैं। वहीं, एसएसपी ने लापरवाही पर पूरी आईडीपीएल चौकी को सस्पेंड कर दिया है। इनमें चौकी प्रभारी सहित 12 पुलिसकर्मियों पर गाज गिरी है।

### 36 लाख की स्मैक के साथ महिला गिरफ्तार

**हल्द्वानी,अमृत विचार :** ड्रग्स फ्री देवभूमि मिशन के तहत नैनीताल पुलिस ने नशा माफियाओं के लिए अभियान और तेज कर दिया है। पुलिस ने एक महिला तस्कर को दबोचा है। पकड़ी गई महिला के पास से 132 ग्राम स्मैक बरामद हुई है, जिसकी अंतरराष्ट्रीय बाजार में अनुमानित कीमत करीब 36 लाख 30 हजार रुपये बताई जा रही है। पुलिस पूछताछ में खुलासा हुआ है कि महिला यूपी से नशे की यह बड़ी खेप लेकर बनभूलपुरा लौट रही थी।

### राहुल के मामले की अगली सुनवाई 6 अप्रैल को

**सुलतानपुर,एजेंसी :** जिले की एक विशेष अदालत में लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी के खिलाफ जारी एक मानहानि मामले की शनिवार को सुनवाई हुई। सांसद-विधायक (एमपी-एमएलए) अदालत में सुनवाई के दौरान शिकायतकर्ता के वकील ने राहुल गांधी की आवाज का नमूना लेने का निर्देश देने का अनुरोध किया। वादी के अधिवक्ता संतोष कुमार पांडेय ने बताया कि शनिवार को अदालत में राहुल गांधी की आवाज के नमूने की जांच के लिए अनुरोध किया गया। मामले की अगली सुनवाई 6 अप्रैल के लिए निर्धारित कर दी गयी।

### कौशांबी हादसे में मृतकों की संख्या बढ़कर 10 हुई

**कौशांबी, एजेंसी :** कौशांबी जिले में श्रद्धालुओं को ले जा रहे एक पिकअप वाहन की राष्ट्रीय राजमार्ग पर खड़े एक ट्रेलर-ट्रक से टकराने की दुर्घटना में मृतकों की संख्या बढ़कर 10 हो गई। शुक्रवार को हुए हादसे में पांच महिलाओं और तीन बच्चों की मौके पर ही मौत हो गई थी। पुलिस ने बताया कि शुक्रवार देर रात दो अन्य महिलाओं ने प्रयागराज के एसआरएन अस्पताल में इलाज के दौरान दम तोड़ दिया। पिकअप में 28 लोग सवार थे, जिनमें से 10 लोगों की मौत मौके पर हो गई थी।

# पूर्व डीआईजी पर जानलेवा हमला करने वाले 16 दोषियों को आजीवन कारावास

## मुख्य दोषी की हो चुकी मृत्यु, छह बाल अपचारियों पर बाल न्यायालय में मुकदमा विचाराधीन

**मैनाठेर प्रकरण**

कार्यालय संवाददाता, मुरादाबाद

**अमृत विचार:** मुरादाबाद के मैनाठेर कोतवाली क्षेत्र में 6 जुलाई 2011 को बलवा, लूटपाट, आगजनी व डीआइजी पर जानलेवा हमले में शनिवार को अदालत ने 16 दोषियों को आजीवन कारावास की सजा सुनाई। साथ ही अर्थदंड भी लगाया। मामले में 25 अपराधियों के खिलाफ चार्जशीट न्यायालय में दाखिल गई थी, जबकि 33 लोग नामजद थे। 25 आरोपियों के खिलाफ चार्जशीट में में छह बाल अपचारी भी शामिल थे, जिनमें से तीन की मौत हो चुकी है।

चार जुलाई 2011 को मैनाठेर कोतवाली क्षेत्र के गांव में युवती के साथ घर में घुसकर छेड़छाड़ और अश्लील की गई थी। युवती ने पांच जुलाई को असालतनगर बघा के मुस्लिम के विरुद्ध मैनाठेर कोतवाली में तहरीर दी थी। पुलिस आरोपी के खिलाफ

कोर्ट परिसर में लगी भीड़ को हटाते एसपी सिटी कुमार रणविजय सिंह।

मुकदमा दर्जकर 6 जुलाई को सुबह सात बजे आरोपी को पकड़ने उसके घर पहुंची थी। इस दौरान पुलिस की गिरफ्त से मुस्लिम को छुड़ाने के लिए महिलाओं और ग्रामीणों ने पुलिस के साथ हाथापाई की थी। लेकिन, पुलिस टीम उसे गिरफ्तार कर कोतवाली ले आई थी। इस दौरान घर की महिलाओं और कुछ असामाजिक तत्वों ने धार्मिक ग्रंथ फेंकने की झूठी अफवाह उड़ाकर फैला दी। अफवाह फैलाने और धार्मिक उन्माद फैलाने में तत्कालीन ग्राम प्रधान कामिल का अहम रोल था, जिसे पुलिस ने अपनी जांच में मुख्य आरोपी बनाया। आस-पास के गांवों के सैकड़ों लोगों ने मैनाठेर कोतवाली को घेरकर पथराव कर लूटपाट कर आगजनी की। तत्कालीन डीआईजी अशोक स्थिति नियंत्रण के लिए टीम के साथ मैनाठेर पहुंचे थे। दंगाइयों ने डीआईजी व अन्य पुलिस कर्मियों पर जानलेवा हमला किया था। डीआईजी को मरणासन्न स्थिति में पुलिस टीम ने किसी प्रकार भीड़ के चंगुल से निकाला था।

### सजा सुनाए जाने तक पुलिस छावनी बना रहा कचहरी परिसर

**मुरादाबाद,अमृत विचार :** 28 मार्च पुलिस महकमे के लिए ऐतिहासिक दिन रहा। इस दिन 2011 में मैनाठेर कोतवाली क्षेत्र के डींगरपुर चौराहे पर तत्कालीन डीआईजी अशोक कुमार पर जानलेवा हमला करने वाले 16 दोषियों को एडीजे दो कृष्ण कुमार की अदालत ने आजीवन कारावास का फैसला सुनाया। सभी दोषियों को आजीवन कारावास के साथ 55 हजार रुपये का आर्थिक दंड लगाया। सुबह से ही एसपी सिटी ने भारी पुलिस बल के साथ कचहरी परिसर की जिम्मेदारी संभाली थी। सजा सुनाए जाने तक कचहरी परिसर पुलिस की छावनी बना रहा। 2011 में चार से 6 जुलाई तक मैनाठेर कोतवाली क्षेत्र के गांव असालत नगर बवाल की आंच में सुलगता रहा। भीड़ ने पुलिस जीप व अन्य वाहनों को आग लगा दी थी।

## पुलिस कस्टडी में पीआरडी जवान की गई जान

**देहरादून, अमृत विचार:** शराब पीकर वाहन चलाने के आरोप में शनिवार को गिरफ्तार किए गए पीआरडी जवान की थाना रायपुर की हवालात में संदिग्ध हालात में मौत हो गई। पुलिस कस्टडी में मौत के बाद एसएसपी ने एक्शन लेते हुए थानाध्यक्ष समेत चार पुलिसकर्मियों को तत्काल प्रभाव से लाइन हाजिर कर दिया है।

पुलिस अधिकारियों ने बताया कि, लाडपुर स्थित एक पेट्रोल पंप पर पंप कर्मियों से झगड़ने और शराब पीकर वाहन चलाने के आरोप में सुनील रतूड़ी (45) पुत्र शिवानन्द रतूड़ी निवासी पीआरडी कालोनी तपोवन रोड़ को थाना रायपुर लाया गया था। काफी देर तक सुनील शराब के नशे में थाने में हंगामा करता रहा। सूचना पर उसके परिचित थाने पहुंचे लेकिन वे जमानत पर नहीं ले गए जिसके बाद सुनील को एमवी एक्ट में गिरफ्तार कर हवालात में दाखिल किया गया। हेड कांस्टेबल द्वारा सुनील को चेक किया गया तो वह बेहोश मिला। उसे कोरोनेशन अस्पताल ले जाया गया जहां चिकित्सकों ने उसे मृत घोषित कर दिया।

## हत्या के दोषी पिता और तीन बेटों को आजीवन कारावास

कार्यालय संवाददाता, बदायूं

- 13 दिसंबर 2015 में रात 10 बजे घर पर जाकर गाली-गलौज करके मारी थी गोली

**अमृत विचार :** पुरानी रंजिश के चलते हत्या करने के आरोपी पिता व तीन पुत्रों को विशेष न्यायाधीश पॉक्सो एक्ट कक्ष दो के न्यायाधीश नीरज कुमार गर्ग ने दोषी पाया है। चारों दोषियों को आजीवन कारावास और 25 हजार रुपये जुर्माने की सजा सुनाई है। जुर्माना की धनराशि पीड़ित परिवार को देने का आदेश दिया है।

अभियोजन पक्ष के अनुसार वादी मुकदमा अलापुर निवासी राम चरन ने 13 दिसंबर 2015 को पुलिस को तहरीर देकर बताया था कि उनका बेटा वीरपाल घर पर था। रात लगभग 10 बजे अलापुर क्षेत्र के गांव नवादा निवासी नेत्रपाल और उसके बेटे सुनील, संजीव और शेर सिंह बंदूक और तमंचा लेकर आ गए। पुरानी रंजिश के चलते गाली गलौज करने लगे। कहा कि तेरा शेर कहां है आज जान से मारना है। उनका एक बेटा वीरपाल तुरंत छत पर गया। राम चरन और उनका बेटा देव सिंह और ओमकार गेट पर पहुंचे। इसी दौरान सुनील ने असलहा से वीरपाल को गोली मार दी। जिससे उसकी मौत हो गई। आरोपी फायर करके भाग निकले। गेट पर रोशनी की वजह से उन्हें अच्छी तरह से पहचान लिया था। तहरीर में बताया कि उस दौरान बेटे का शव घर पर पड़ा है। पुलिस ने मौका मुआयना किया।

गवाहों के बयान दर्ज किए थे। आरोपियों के खिलाफ न्यायालय में चार्जशीट दाखिल की। कोर्ट में नेत्रपाल पुत्र डल्लू और उसके तीन बेटे सुनील, संजीव, शेर सिंह पर घर में घुसकर वीरपाल की हत्या करने के आरोप में मुकदमा चलाया गया।

न्यायाधीश ने पत्रावली पर उपलब्ध साक्ष्य का अवलोकन किया। विशेष लोक अभियोजक वीरेंद्र वर्मा और बचाव पक्ष के अधिवक्ता की दलीलों को सुनने के बाद चारों आरोपियों को दोषी पाते हुए सजा सुनाई गई है।

## बाराबंकी में आइसक्रीम बेचने आये युवक की हत्या, सिर चूल्हे में जलाया

टिकैतनगर, बाराबंकी

- परसावल में दिनदहाड़े हुई वारदात से सनसनी

**अमृत विचार :** शनिवार दिनदहाड़े सरयू नदी की तराई में हुई घटना जिसने सुनी, वह सहम गया। पहली बार साइकिल से आइसक्रीम बेचने गांव गए साइकिल सवार की बिना किसी विवाद के गर्दन काटकर अलग कर दी गई और मनोरोगी हत्यारे ने घर ले जाकर सिर चूल्हे में जला डाला। एसपी, सीओ के साथ पुलिस बल मौके पर पहुंचा। वहीं हत्यारोपी घर से दबोच लिया गया है।

शनिवार सुबह दरियाबाद थाना क्षेत्र के ग्राम पारा बेहटा निवासी बब्लू (21) साइकिल से आइसक्रीम बेचने परसावल गांव गया था। गांव की ओर जाते समय रास्ते में शंकर नामक अधेड़ ने उसे पीछे से आवाज दी, ग्राहक जान बब्लू साइकिल समेत रुक गया। इसी बीच पीछे से आए शंकर ने बब्लू को संभलने का मौका भी नहीं दिया और हाथ में मौजूद बांके से उसकी गर्दन पर ताबड़तोड़ वार कर दिए। अचानक हुए हमले से गंभीर रूप से घायल बब्लू जमीन पर गिरकर तड़पने लगा। हत्यारे ने उसका सिर धड़ से अलग कर दिया। शंकर सिर लेकर खेत में बने छप्परनुमा घर चला गया, जहां चूल्हा जलाकर उसमें कटा सिर रख दिया। इस घटना की खबर फैली तो काफी देर बाद सूचना मिलने पर थाना पुलिस मौके पर पहुंची। इसी बीच एसपी अर्पित विजयवर्गीय, सीओ रामसनेहीघाट जटाशंकर मिश्र भी पहुंच गए। पुलिस की दबिश में आरोपी शंकर दबोचा गया, वहीं जले हुए सिर को पुलिस ने धड़ के साथ पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

### जिसे ग्राहक समझा वह निकला हत्यारा

परसावल गांव में पहली बार आइसक्रीम बेचने गए बब्लू को अंदाजा नहीं था कि आगे मौत उसका इंतजार कर रही है। स्वभाव से सीधा सादा बब्लू जिसे ग्राहक समझकर साइकिल रोकने की भूल कर बैठा, वह सनकी और मानसिक मंदित भी है, पहली बार गांव जाने के चलते उसे नहीं पता था। हत्यारे ने पीछे से आवाज दी और पास आते ही खूनी खेल कर डाला। बब्लू खुद का बचाव तक नहीं कर सका। ग्रामीण बताते हैं कि परिवार से अलग खेत में छप्पर रखकर रह रहा आरोपी शंकर मनोरोगी और झगड़ालू प्रवृत्ति का था।

## खेल प्रशिक्षकों की भर्ती को 10 तक मांगे आवेदन

**अमृत विचार, लखनऊ :** उप्र. खेल विभाग ने आवासीय क्रीड़ा छात्रावासों में उच्च स्तरीय प्रशिक्षण सुनिश्चित करने के लिए अंतरराष्ट्रीय स्तर के प्रशिक्षकों की भर्ती के लिए तैयारी शुरू कर दी है। चयनित प्रशिक्षकों को 1.5 लाख प्रति माह का मानदेय दिया जाएगा। क्षेत्रीय क्रीड़ा अधिकारी डॉ. अतुल सिन्हा के अनुसार, राज्य के 15 खेल छात्रावासों में योग्य प्रशिक्षकों की तैनाती की जाएगी। इसके लिए आवेदन की अंतिम तिथि 10 अप्रैल निर्धारित की गई है। इन पदों के लिए वही खिलाड़ी पात्र होंगे, जिन्होंने प्रतिष्ठित अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में भाग लिया हो। आवेदक का स्नातक होना अनिवार्य है। इच्छुक अभ्यर्थी अपने आवेदन कार्य दिवसों में केडी सिंह बाबू स्टेडियम स्थित क्षेत्रीय खेल कार्यालय में जमा कर सकते हैं।

## मस्जिद को सील किए जाने के मामले में मांगा स्पष्टीकरण

विधि संवाददाता,प्रयागराज

- मुजफ्फरनगर जनपद में निर्माणाधीन थी मस्जिद

**अमृत विचार:** इलाहाबाद हाईकोर्ट ने मुजफ्फरनगर जनपद स्थित एक निर्माणाधीन मस्जिद को प्रशासन द्वारा सील किए जाने के मामले में राज्य सरकार से विस्तृत स्पष्टीकरण मांगा है। उक्त आदेश न्यायमूर्ति अतुल श्रीधरन और न्यायमूर्ति सिद्धार्थ नंदन की खंडपीठ ने अहसान अली की याचिका पर सुनवाई करते हुए पारित किया।

कोर्ट ने राज्य से यह स्पष्ट करने को कहा कि किसी पूजास्थल को सील करने तथा उसके निर्माण के लिए पूर्व अनुमति की आवश्यकता संबंधी कानूनी प्रावधान क्या हैं। याचिका में कोर्ट को बताया कि वह गांव भोपा, तहसील जानसठ, जिला मुजफ्फरनगर स्थित प्लॉट संख्या-780 का विधिक स्वामी है, जिसे उसने वर्ष 2019 में पंजीकृत विक्रय विलेख के माध्यम से खरीदा था। याचिका के अनुसार उक्त भूमि पर मस्जिद का निर्माण किया जा रहा था, जिसे प्रशासन ने अवैध निर्माण बताते हुए सील कर दिया। याचिकाकर्ता का आरोप है कि कार्रवाई से पूर्व न तो कोई नोटिस दिया गया और न ही सुनवाई का अवसर प्रदान किया गया।

इस पर कोर्ट ने राज्य से तीन प्रमुख बिंदुओं पर हलफनामा दाखिल करने को कहा, जिसमें पहला बिंदु था कि पूजास्थल को सील करने की वैधानिक शक्ति, दूसरा, क्या ऐसे मामलों में पूर्व अनुमति आवश्यक है और तीसरा, बिना नोटिस या सुनवाई के निर्माणाधीन धार्मिक स्थल को सील करने का कोई कानूनी अधिकार मौजूद है या नहीं।

## स्नातक की छात्रा ने फंदे से लटककर आत्महत्या की

**इटावा, एजेंसी:** जिले में शनिवार को बीएससी (स्नातक) की एक छात्रा ने अपने घर के कमरे में फंदे से लटककर कथित तौर पर आत्महत्या कर ली। पुलिस के अनुसार, घटना सदर कोतवाली क्षेत्र के मुहल्ला मडैयां ख्याली राम में शनिवार सुबह की है। पुलिस ने बताया कि पिता राजेंद्र सिंह की जब सुबह नींद खुली तो वह बेटी के कमरे के सामने से गुजर रहे थे कि तभी उनकी नजर फंदे से लटके शव पर पड़ी, जिसके बाद चीख-पुकार मच गई।

सदर कोतवाली के प्रभारी निरीक्षक (एसएचओ) यशवंत सिंह ने बताया कि शनिवार सुबह छात्रा यशोदा (18) का शव उसके कमरे में फंदे से लटका हुआ मिला। उन्होंने बताया कि परिजनों की सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और शव को नीचे उतारा।

## 21 साल से पहचान बदल रह रहा हिस्ट्रीशीटर पकड़ा गया

संवाददाता, पाकबड़ा

**अमृत विचार :** 21 साल से धर्म बदलकर रह रहे लापता हिस्ट्रीशीटर को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। कुंडली खंगालने पर पता चला कि वह संभल जिले में एक संगठन के जिला सचिव के रूप में सक्रिय है। पुलिस ने छानबीन करते हुए मुकदमा पंजीकृत कर कोर्ट में प्रस्तुत किया, जहां से उसे जेल भेज दिया गया।

क्षेत्र के गांव हाशमपुर गोपाल का निवासी नरेश पुत्र शंकर करीब 21 साल पहले परिवार को छोड़कर चला गया था। उसके ऊपर लूट, छिनैती, डकैती व चोरी जैसे 9 मामले दर्ज हैं। थाने में उसकी हिस्ट्रीशीट खुली हुई है। पुलिस उसकी छानबीन तभी से कर रही थी। पुलिस यक्ष एप के माध्यम से अभियुक्तों दुराचारियों का सत्यापन कर रही थी तभी हाशमपुर चौराहे

पुलिस की गिरफ्त में लापता हिस्ट्रीशीटर।

पर सूचना मिली कि नरेश पुत्र शंकर वाल्मीकि जिसकी हिस्ट्रीशीट संख्या 75 ए है। करीब वह 21 साल से लापता चल रहा है। नाम व पहचान बदलकर संभल में रह रहा है। पुलिस ने डींगरपुर रोड से उसे पकड़ लिया। पूछताछ में उसने बताया कि उसका नाम सुल्तान पुत्र जमालुद्दीन निवासी ग्राम नाहरठेर थाना रायसत्ती जनपद संभल है। आरोपी के पास से एक छोटी हैंडबुक उर्दू में लिखी हुई, दो कूटरचित आधार कार्ड, तीन वोटर आईडी, एक पैन कार्ड, एक ई-श्रम कार्ड आदि बरामद किया गया।

## प्लांट हत्याकांड : हत्यारोपी के पिता और ताऊ पर रंगदारी की रिपोर्ट

कार्यालय संवाददाता, बदायूं

**अमृत विचार :** दातागंज क्षेत्र के गांव सैंजनी स्थित एचपीसीएल के प्लांट पर दो अधिकारी उप महाप्रबंधक सुधीर गुप्ता और उप मुख्य प्रबंधक हर्षित मिश्रा की हत्या मामले में तहसील प्रशासन की कार्रवाई और तेज हो गई है। मुख्य हत्यारोपी अजय प्रताप सिंह के पिता राजेश सिंह और ताऊ राकेश सिंह पर रंगदारी की रिपोर्ट दर्ज की गई है। वह लोग सरकारी जमीन पर बाजार लगवाकर तहबाजारी करते थे।

प्लांट पर 12 मार्च की दोपहर दोनों अधिकारियों की हत्या कर दी गई थी। जिसके बाद धीरे-धीरे मुख्य आरोपी, उसके ताऊ पूर्व प्रधान राकेश सिंह के अवैध रूप से बनाए गए साम्राज्य का खुलासा हो रहा है। पिछले दिनों प्रशासन की जांच में पता चला कि वह लोग गांव के पास सरकारी जमीन

मौके पर पहुंचकर बाजार की नपत कराते एसडीएम धर्मेंद्र कुमार।

- सरकारी जमीन पर कब्जा करके लगवाते थे बाजार, दुकानदारों से करते थे वसूली

पर कब्जा करके बाजार लगाते थे। जहां दुकानदारों से 30, 50 से लेकर 100 रुपये हर बाजार से वसूले जाते थे। सप्ताह में दो दिन बुधवार और रविवार को बाजार लगती थी। उन्होंने दुकानदारों से रुपये लेने के लिए कुछ गुर्गों को लगा रखा था। एसडीएम दातागंज ने 18 मार्च को मौके पर जाकर जमीन की नाप कराई थी। दुकानदारों को निर्देशित किया था कि वह किसी को दुकान लगाने के लिए रुपये न दें। जिसके बाद शनिवार को एसडीएम दातागंज धर्मेंद्र कुमार, तहसीलदार छविराम और हल्का लेखपाल हेम सिंह मौके पर पहुंचे। बाजार की नपत कराई गई। जिसके बाद हल्का लेखपाल की तहरीर पर थाना मूसाझाग में राजेश सिंह, पूर्व प्रधान राकेश सिंह और उनके परिजनों पर रिपोर्ट दर्ज कराई गई है।

## प्रतिमा मामले में जांच हुई तो कई अफसरों की फंसेगी गर्दन

कार्यालय संवाददाता, शाहजहांपुर

**अमृत विचार :** शहीद प्रतिमाओं को बुलडोजर से गिराए जाने के मामले में अब जांच की आंच कई अधिकारियों तक पहुंचने की चर्चा है। बताया जा रहा है कि अगर निष्पक्ष जांच हुई तो कई अधिकारियों की जिम्मेदारी तय हो सकती है। प्रकरण में टेंडर प्रक्रिया से लेकर जेसीबी उपलब्ध कराने तक जुड़े लोगों की भूमिका भी जांच के दायरे में आ सकती है।

चर्चा है कि अधिकारियों ने शहीद स्थल के सुंदरीकरण को गंभीरता से नहीं लिया, जिसके चलते शहीद प्रतिमाओं पर बुलडोजर चला दिया गया। अगर अधिकारियों ने टेंडर देते समय सही शर्तें लगाई होती तो देश को झकझोरने वाली शहीदों के अपमान की यह घटना नहीं होती। मामले को लेकर सपा सांसद की ओर से सदन में मुद्दा उठाए जाने के बाद से प्रशासनिक हलचल तेज हो गई है। सपा सांसद आनंद भदौरिया ने सदन में प्रतिमाएं तोड़ने वालों पर सख्त कार्रवाई की मांग करते हुए कहा कि दोषियों को ऐसी सजा दी जाए जिससे वे आजीवन जेल में रहें।

उन्होंने कई जिलों में प्रतिमाओं को बुलडोजर से तोड़े जाने का मुद्दा उठाते हुए सरकार और प्रशासन पर निशाना साधा।

## अयोध्या में यज्ञशाला और गोशाला में लगी भीषण आग

अयोध्या कार्यालय

**अमृत विचार :** अयोध्या के थाना कैंट अंतर्गत सरयू तट स्थित राजघाट इलाके में परिवहन मंत्री दयाशंकर सिंह द्वारा कराए जा रहे श्रीलक्ष्मी नारायन महायज्ञ के समापन के दिन शनिवार दोपहर यज्ञशाला में भीषण आग लग गई। गनीमत रही कि आग लगने से कुछ ही मिनट पहले करीब 4500 लोग आहुति देकर बाहर निकल गए थे, वरना बड़ा हादसा हो सकता था। वहीं आग बुझाने का प्रयास हो ही रहा था कि इतने में मुख्य पांडाल के पूर्वी ओर स्थित गोशाला में भी आग लग गई। दोनों घटनाओं में किसी प्रकार की जनहानि नहीं हुई।

परिवहन मंत्री के नेतृत्व व बक्सर बिहार के श्रीजीयर स्वामी जी महाराज की मौजूदगी में रामनवमी पर्व पर इस महायज्ञ का आयोजन 20 मार्च को शुरू हुआ था। इसके लिए बने यज्ञशाला में बने 1251 कुंड में प्रतिदिन करीब पांच हजार श्रद्धालुओं द्वारा हवन-पूजन किया जा रहा था। समापन के अवसर पर शनिवार को करीब 4500 लोगों द्वारा हवन कुंड में पूर्णाहुति डाली गई। करीब 12 बजे यज्ञ समाप्त होने के बाद जैसे ही लोग बाहर निकले, इतने में एक कुंड में पड़ा नारियल अचानक फट गया व उसमें से निकली चिंगारी से घास-फूंस व बांस-बल्लियों के बने यज्ञशाला में आग लग गई।

खुला मैदान व तेज हवा के चलते लपटों ने कुछ ही मिनटों में भीषण रूप धारण कर लिया। करीब 10 मिनट में ही पूरी यज्ञशाला जलकर राख हो गई। सूचना पर पहुंचे दमकल के 10

छोटे-बड़े वाहन आग पर काबू करने का प्रयास कर ही रहे थे कि मुख्य पांडाल के पूर्वी छोर पर बनी गोशाला में भी अचानक आग लग गई। वहां मौजूद लोगों ने किसी तरह गोवंशों को बाहर निकाल उनकी जान बचाई। इस दौरान परिवहन मंत्री दयाशंकर सिंह समेत कई विधायक व अन्य वीआईपी भी घटनास्थल के बगल बने मुख्य पांडाल में मौजूद थे। सूचना पर मंडलायुक्त राजेश

- रामनगरी के राजघाट में हो रहा था श्रीलक्ष्मी नारायण महायज्ञ

कुमार, डीआईजी सोमेन वर्मा, जिलाधिकारी निखिल टीकाराम फुंडे, एसएसपी डॉ. गौरव ग्रोवर समेत अन्य अधिकारी मौके पर पहुंचे व घटनास्थल का निरीक्षण किया। जिलाधिकारी ने बताया कि मौके पर पहले से ही एक-एक दमकल वाहन व एंबुलेंस तैनात थी। दमकल के अन्य वाहनों को बुलाकर आग बुझाया गया। आग लगने से पूर्व ही यज्ञ समाप्त हो चुका था।यज्ञशाला में कोई मौजूद नहीं था, इससे कोई जनहानि नहीं हुई। यहां लगी आग की चिंगारी से गोशाला के छप्पर में भी आग लग गई थी, आग तेज होने से पहले वहां से सभी गोवंशों को बाहर निकाल लिया गया था।

## बच्ची की हत्या का आरोपी मुठभेड़ में मारा गया

**आगरा, एजेंसी:** जिले के बमरोली कटारा थाना क्षेत्र में पुलिस ने आठ वर्षीय बच्ची की हत्या के आरोपी 25 हजार रुपये के इनामी बदमाश को शनिवार तड़के मुठभेड़ में मार गिराया। पुलिस के अनुसार, बच्ची की हत्या का आरोपी सुनील (29) फरार था और उसकी गिरफ्तारी पर 25 हजार रुपये का इनाम घोषित किया गया था।

शहर क्षेत्र के पुलिस उपायुक्त अली अब्बास ने बताया, कि सुनील की तलाश में सिटी जोन की 12 पुलिस टीम के अलावा अन्य पुलिसकर्मियों को भी लगाया गया था। वह फिरोजाबाद भागने की फिराक में था। रास्ते में उसे रोकने की कोशिश की गई तो उसने गोलीबारी शुरू कर दी जिसमें एक गोली उपनिरीक्षक विश्वजीत को लगी और वह घायल हो गए।

# भुता में बंटवारे के पीछे किसान पर जानलेवा हमला,कई पर केस दर्ज

## भाई-भतीजों ने किसान का सिर फाड़ डाला, मरा समझकर छोड़ा, गंभीर


किसान पर हमला करते आरोपी ।


अस्पताल में भर्ती घायल ।

संवाददाता, भुता

**अमृत विचार :** थाना भुता क्षेत्र के गांव नवादा ब्रह्मनान में संपत्ति के बंटवारे का विवाद इतना इतना बढ़ा कि खून-खराबा हो गया। भाई-भतीजों ने किसान पर जानलेवा हमला किया और धारदार हथियारों से उसका सिर फाड़ डाला। घायल किसान को गंभीर हालत में अस्पताल में भर्ती कराया गया है। संघर्ष का वीडियो सोशल मीडिया पर भी वायरल हो रहा है।

पुलिस के अनुसार, नवादा ब्रह्मनान के रहने वाले पीड़ित किसान अंगनलाल और उसके भाई सूरजपाल के बीच पैतृक संपत्ति के बंटवारे को लेकर विवाद चल रहा था। अंगनलाल अपना हक मांगता था, जिससे सूरजपाल व उसके बेटे उसके खून के प्यासे बन बैठे। मौका पाकर सूरजपाल व उसके दो बेटे संजय पटेल व अनुज पटेल ने अंगनलाल पर हमला बोल दिया। लाठी, डंडे व धारदार हथियारों से उस पर ताबड़तोड़ वार किए। अंगनलाल का सिर फट गया और लहूलुहान होकर गिर पड़ा। इसके बाद हमलावर वहां से फरार हो गए। परिवार के लोगों ने अंगनलाल को गंभीर हालत में अस्पताल पहुंचाया, पुलिस ने केस दर्ज कर हमलावर भाई व उसके बेटों की तलाश शुरू कर दी है।

### रास्ते को लेकर विवाद में तलवार से हमला

**फतेहगंज पूर्वी , अमृत विचार :** नगर के मोहल्ला सरायखाम में रास्ता रोकने को लेकर शुरू हुआ विवाद हिंसक रूप में बदल गया। पीड़ित पक्ष का आरोप है कि विपक्षी लोगों ने घर में घुसकर तलवार और लाठी-डंडों से हमला कर दिया, जिसमें कई लोग घायल हो गए। मोहल्ला सराय खाम निवासी इरशाद ने पुलिस को दी तहरीर में आरोप लगाया कि बीती शाम वह अपने घर जा रहा था। रास्ते में जान मोहम्मद ने कार खड़ी कर उसका रास्ता रोक लिया। विरोध करने पर कहासुनी हो गई। इसके बाद जान मोहम्मद, दीन मोहम्मद व चांद मोहम्मद पुत्र जावेद समेत अन्य लोग एक राय होकर तलवार और लाठी-डंडे लेकर उसके घर में घुस आए। पीड़ित का आरोप है कि आरोपियों ने गाली-गलौज करते हुए मारपीट शुरू कर दी। जान मोहम्मद ने तलवार से हमला कर दिया, जिससे उसके सिर पर गंभीर चोट आई। बचाव में आई पत्नी और मां शमशादी को भी बेरहमी से पीटा गया। मारपीट में पत्नी और मां भी घायल हो गईं, जबकि मां का हाथ टूटने की बात कही गई है। घटना के बाद पीड़ित पक्ष ने थाने पहुंचकर तहरीर दी है । थाना प्रभारी संतोष कुमार ने बताया घटना की रिपोर्ट दर्ज कर ली गई है ।


घायल इरशाद ।


घायल दिलशाद ।

# लापता मासूम का तालाब से शव बरामद

संवाददाता, मऊचंदपुर,

**अमृत विचार:** कंधरपुर गांव में तीन महीने पहले लापता हुए पांच वर्षीय मासूम का शव शनिवार दोपहर गांव के ही एक तालाब में उतराता मिला। शव मिलने की सूचना पर गांव में सनसनी फैल गई और परिजनों में कोहराम मच गया। सूचना पाकर पुलिस मौके पर पहुंची और शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।


मृत सोनू

गांव निवासी भरत सिंह राजपूत का पांच वर्षीय पुत्र सोनू राजपूत 28 दिसंबर 2025 की दोपहर घर के पास स्थित तालाब के किनारे खेलते समय अचानक लापता हो गया था। परिजनों ने काफी तलाश की, लेकिन उसका कोई सुराग नहीं लगा। यहां तक कि दो जेसीबी मशीनों से तालाब की खुदाई कराकर भी बच्चे की खोजबीन की गई, मगर सफलता नहीं मिली।

शनिवार दोपहर गांव के ही एक अन्य तालाब में एक युवक ने बच्चे का शव उतराता देखा। उसने तुरंत गांव में सूचना दी। देखते ही देखते मौके पर ग्रामीणों की भारी भीड़ जुट गई। शव की पहचान सोनू के रूप में होते ही परिवार में चीख-पुकार मच गई।सूचना मिलने पर आंवला थाना पुलिस फोर्स के साथ मौके पर पहुंची। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पंचनामा भर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। बताया जा रहा है कि सोनू दो भाइयों में छोटा था। घटना के बाद से पूरे गांव में शोक का माहौल है।

### सिरौली में रामगंगा में डूबा 14 वर्षीय किशोर ,परिजनों में मचा कोहराम

**सिरौली,अमृत विचार :** शनिवार को रामगंगा के कैलाश गिरी घाट पर स्नान करने आए तीन बच्चे गहरे पानी की चपेट में आ गए। स्थानीय लोगों ने दो बच्चों को तो सुरक्षित बाहर निकाल लिया, लेकिन 14 वर्षीय एक किशोर गहरे पानी में समा गया। देर रात तक चले रेस्क्यू ऑपरेशन के बावजूद उसका कोई सुराग नहीं लग सका है। मनकरा मीरगंज से लगभग 50-60 ग्रामीण ट्रैक्टर-ट्रालियों से कैलाश गिरी रामगंगा घाट पहुंचे थे। ग्रामीणों का यहाँ स्नान करने और भंडारा करने का कार्यक्रम था। शाम जब सभी लोग नदी में स्नान कर रहे थे, तभी अनमोल, कपिल और अर्जुन अचानक गहरे पानी में चले गए और डूबने लगे। घाट पर मौजूद लोगों ने शोर सुनकर तुरंत पानी में छलांग लगाई और अनमोल व कपिल को बचा लिया, लेकिन अर्जुन ( 14 वर्ष ) का कहीं पता नहीं चला। मनकरा निवासी अजय शर्मा ने बताया कि लापता किशोर अर्जुन उनका साला था और वह ढकिया शाहाबाद का रहने वाला था। अर्जुन अपने जीजा के घर जागरण देखने आया था। शनिवार को वह परिजनों को बिना बताए गांव के अन्य लोगों के साथ गंगा स्नान के लिए चला आया, जहाँ यह दुखद हादसा हो गया। हादसे के बाद घाट पर अफरा-तफरी मच गई। सूचना मिलते ही थाना अध्यक्ष विनोद कुमार पुलिस बल के साथ मौके पर पहुंचे। पुलिस ने नदी में करीब 500 मीटर की दूरी पर जाल भी लगवाया है, समाचार लिखे जाने तक किशोर का पता नहीं चल पाया था।


गंगा में लापता बालक

# मामूली बात पर कहासुनी सात घायल,केस दर्ज

**भमोरा, अमृत विचार :** शुक्रवार देर रात आपस में हो रही लड़ाई को देख कुछ कहने पर दों पक्षों में जमकर हुई मारपीट में सात लोग घायल हो गये हैं। मामले की रिपोर्ट दर्ज हो गई है।

शुक्रवार देर रात थाना क्षेत्र के गांव जमालपुर निवासी पिंकी ने बताया कि पड़ोस में रहने वाली कामिनी अपने घर वालों के साथ विवाद कर रही थी। जिस को देख भतीजी प्रियंका ने कुछ कह दिया। इस पर वह लोग भतीजी को मारने पीटने लगे।

# गैस एजेंसी पर मंत्री का छापा,कार्रवाई

**आंवला अमृत विचार:** तहसील क्षेत्र में गैस की कालाबाजारी और उपभोक्ताओं को समय पर सिलेंडर न मिलने की शिकायतों पर शनिवार को कैबिनेट मंत्री धर्मपाल सिंह ने प्रशासनिक टीम के साथ आंवला क्षेत्र की गैस एजेंसियों का औचक निरीक्षण किया। उनके साथ डीएसओ मनीष कुमार, एसडीएम विदुषी सिंह और सीओ नितिन कुमार मौजूद रहे।

निरीक्षण के दौरान अहमद गैस एजेंसी के स्टॉक रजिस्टर और वितरण व्यवस्था की जांच की गई। मंत्री ने अधिकारियों को गैस वितरण में पारदर्शिता सुनिश्चित करने और उपभोक्ताओं को समय पर होम डिलीवरी की बात कही।

गैस एजेंसी के दफ्तर में निरीक्षण को पहुंचे कैबिनेट मंत्री धर्मपाल सिंह।

उपभोक्ताओं ने मौके पर ही शिकायत की कि घंटों लाइन में लगने के बावजूद गैस नहीं मिल रही है। एक महिला फरजाना ने आरोप लगाया कि बुकिंग के कई दिन बाद भी सिलेंडर नहीं मिला, जबकि एजेंसी ने नई किताब जारी कर दी। कई उपभोक्ताओं ने कालाबाजारी और ऊंचे दामों पर बिक्री के आरोप लगाए।

मंत्री ने अधिकारियों को सख्त कार्रवाई के निर्देश देते हुए कहा कि कालाबाजारी में लिप्त पाए जाने पर संबंधित के खिलाफ कठोर कार्रवाई की जाए। एसडीएम विदुषी सिंह ने बताया कि एजेंसी संचालक को नोटिस जारी कर सात दिन में स्पष्टीकरण मांगा गया है।

# बिजली टीम पर हमला, कागज फाड़े

**आंवला ,अमृत विचार :** थाना क्षेत्र में बिजली चोरी रोकने और बकाया राजस्व वसूली के लिए चलाए जा रहे अभियान के दौरान विद्युत विभाग की टीम पर हमले का मामला सामने आया है। दबंगों ने न केवल टीम के साथ अभद्रता और मारपीट की, बल्कि सरकारी दस्तावेज भी फाड़ दिए। अवर अभियंता ने आरोपियों के खिलाफ थाने में नामजद तहरीर दी है।

शनिवार को बिजली विभाग की टीम गौतम निवासी ग्राम दरावनगर के घर पर पहुँची, जिन पर 14 हजार 654 रुपये का बकाया था। टीम ने कनेक्शन काटने की प्रक्रिया शुरु की तो गौतम ने टीम के साथ गाली-गलौज शुरू कर दी और देखते ही देखते ईंट-पत्थरों से हमला कर दिया।

# बीपीसीएल में घुसपैठ करने वाले चार गिरफ्तार

**आंवला अमृत विचार:** पुलिस ने बीपीसीएल डिपो में अवैध रूप से घुसकर कार्य में बाधा डालने और रंगदारी मांगने के आरोपी चार बदमाशों को गिरफ्तार कर जेल भेज दिया है।

मामले का खुलासा करते हुए पुलिस ने बताया कि आंवला डिपो के मैनेजर स्वपन कुमार माझी ने तहरीर दी थी कि 26 मार्च को कुछ अज्ञात व्यक्तियों ने डिपो परिसर में अवैध प्रवेश किया। आरोपियों ने सरकारी कार्य में बाधा डाली और मैनेजर से डीजल-पेट्रोल की मांग की। मांग पूरी न होने पर आरोपियों ने जान से मारने की धमकी देते हुए रुपयों की मांग की थी। शनिवार को पुलिस ने डिग्री कालेज के पास से चारों आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया। इनमें आसिफ निवासी डिडौली अमरोहा व सलमान, शाहरूख और सहजान ग्राम मनौटा थाना असमोली संभल के निवासी है। बीपीसीएल की सुरक्षा व्यवस्था पर एडीएम व एसपी व एसडीएम ने प्लांट में प्रबंधन से बात की

# टाइपिंग के पैसे को लेकर दबंग ने वकील को बनाया निशाना

**नवाबगंज,अमृत विचार:** कचहरी परिसर में शिकायती पत्र टाइप कराने आए एक दबंग युवक ने बीच-बचाव कर रहे वकील पर ही हमला कर दिया, जिससे वह गंभीर रूप से घायल हो गए। कचहरी स्थित एक टाइपिंग दुकान पर आरोपी युवक किसी मामले का शिकायती पत्र टाइप कराने पहुंचा था। काम पूरा होने के बाद जब भुगतान को लेकर बात हुई तो युवक और दुकानदार के बीच कहासुनी शुरू हो गई। देखते ही देखते विवाद बढ़ गया और माहौल तनावपूर्ण हो गया।

इसी दौरान वहां मौजूद एक अधिवक्ता ने दोनों पक्षों को शांत कराने के उद्देश्य से हस्तक्षेप किया। लेकिन आरोपी युवक इस दौरान और उग्र हो गया। आरोप है कि उसने अचानक वकील के चेहरे पर ताबड़तोड़ घूंसे मार दिए, जिससे वह गंभीर रूप से घायल हो गए। घटना के बाद कचहरी परिसर में हड़कंप मच गया। शोर-शराबा सुनकर आसपास मौजूद अन्य वकील मौके पर पहुंचे और आरोपी युवक को पकड़ लिया। वकील की ओर से तहरीर दी गई है, आरोपी के खिलाफ कार्रवाई की मांग की गई है।

## न्यूज डायरी

### बचेरा से पूर्णागिरी के लिए निकाली गई झंडी यात्रा

**अलीगंज, अमृत विचार :** ग्राम बचेरा से पूर्णागिरी धाम के लिए माता की भव्य पैदल झंडी यात्रा शनिवार दोपहर करीब 2 बजे रवाना हुई यात्रा का आयोजन मनोकामना पूर्ण होने पर बचेरा गांव के राजकुमार मौर्य के नेतृत्व में किया गया।पैदल झंडी यात्रा का शुभारंभ मुख्य अतिथि डॉ जीराज सिंह यादव ने फीता काटकर किया। इस दौरान उन्होंने कहा कि पूर्णागिरी धाम आस्था का प्रमुख केंद्र है और इस प्रकार की धार्मिक यात्राएं लोगो में आस्था एकता और भाईचारे को बढ़ावा देती है। पैदल झंडी यात्रा में बड़ी संख्या में श्रद्धालु शामिल हुए जिसमें महिला और पुरुष व बच्चे शामिल थे। श्रद्धालु माता के जयकारे लगाते और भजन कीर्तन करते हुए बड़े उत्साह के साथआगेचल रहे थे।



### शिक्षा मित्रों ने विधायक को सौंपा आभार पत्र

नवाबगंज, अमृत विचार : सरकार द्वारा शिक्षा मित्रों के मानदेय में बढ़ोतरी किए जाने के बाद क्षेत्र में खुशी का माहौल है। इसी क्रम में शनिवार को नवाबगंज और भदपुरा ब्लॉक के शिक्षा मित्रों ने एकजुट होकर विधायक डॉ . एमपी आर्य के आवास पहुंचकर मुख्यमंत्री के प्रति आभार व्यक्त किया।शिक्षा मित्रों ने मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ द्वारा मानदेय में 8 हजार रुपये की वृद्धि किए जाने को सराहनीय कदम बताया है।

### भुता में मनाई गई सम्राट अशोक महान जयंती

**भुता, अमृत विचार :** भुता में पहली बार सम्राट अशोक महान जयंती समारोह एवं राष्ट्रीय प्रतीक चिन्हों की जनचेतना यात्रा का भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि के रूप में नेमचंद्र मौर्य, विशिष्ट अतिथि के रूप ईशान ग्वाल शामिल हुए। नवाबगंज विधायक एम पी आर्य एवं भाजपा नेता छत्रपाल सिंह दिवाकर भी कार्यक्रम में उपस्थित रहे। सभी ने सम्राट अशोक के जीवन, उनके आदर्शों एवं राष्ट्र निर्माण में उनके योगदान पर विस्तार से प्रकाश डाला । कार्यक्रम का आयोजन एडवोकेट मोरपाल सिंह ने किया। कार्यक्रम में मौर्य विकास समिति के सदस्य अर्जुन मौर्य, रामस्वरूप मौर्य, सियाराम मौर्य, लालाराम मौर्य, संतोष मौर्य, कल्याण राय मौर्य, अरविंद मौर्य, पवनीत मौर्य, नरेश मौर्य, धर्मेंद्र मौर्य, मनोज मौर्य, शिवनंदन मौर्य सहित अनेक कार्यकर्ताओं का योगदान रहा।

### मिशन शक्ति की टीम ने छात्राओं को किया जागरूक

**राजपुरकलां, अमृत विचार :** खाद्य क्षेत्र के विचरा बाल किशनपुर गांव में मिशन शक्ति अभियान का दूसरा चरण आयोजित किया गया।इस दौरान महिला सुरक्षा दल/मिशन शक्ति टीम ने माध्यमिक स्कूल की छात्राओं को जागरूक किया और इनका मनोबल बढ़ाया। अभियान के तहत छात्राओं के लिए दौड़ प्रतियोगिता का भी आयोजन किया गया। इसका उद्देश्य लड़कियों को प्रोत्साहित करना और उनमें आत्मविश्वास जगाना था। इस कार्यक्रम में उप निरीक्षक बलवीर सिंह उप निरीक्षक अंजली भाटी महिला आरक्षी सुधा और आरक्षी आदित्य कुमार आदि शामिल रहे।

ROHILKHAND CANCER INSTITUTE
200 बेड का आधुनिक कैंसर हॉस्पिटल पिछले 5 साल से आप के बीच में
कैंसर की सम्पूर्ण देखभाल एक ही छत के नीचे
बरेली का एकमात्र PET CT
पूरे शरीर का रंगीन सीटी, कैंसर की स्टेज जानने के लिए
हमारी सेवाएं
सर्जिकल ऑन्कोलॉजी
रेडिएशन ऑन्कोलॉजी
डे केयर थेरेपी
इम्यूनोथेरेपी
कैंसर आईसीयू
फ्रोजन सेक्शन और इम्यूनोहिस्टोकेमिस्ट्री
मैमोग्राफी
कैंसर के रोकथाम की ओपीडी
इण्टरवेंशनल रेडियोलॉजी
Pradhan Mantri Jan Arogya Yojana
Ayushman Bharat PM-JAY
प्रधानमंत्री आयुष्मान योजना के अन्तर्गत पाँच लाख तक का इलाज मुफ्त
Call to find out more
9582831744, 9258116087
8679315050, 8679415050
www.rohilkhandcancerinstitute.com
रोहेलखण्ड मेडिकल कॉलेज एवं हॉस्पिटल कैम्पस
सुरेश शर्मा नगर, पीलीभीत बाईपास रोड, बरेली

MEDICAL Lifelines OF BAREILLY
अमृत विचार एक सम्पूर्ण अखबार
विज्ञापन हेतु सम्पर्क करें :- 8445507002

फोकस नेत्रालय
राजेन्द्र नगर, बरेली 731-098-7005
बरेली का सबसे बड़ा केवल आँखों के लिए समर्पित प्राइवेट अस्पताल ...
नवीनतम AI तकनीक एवं NABH मान्यता के साथ
● 40,000 से अधिक सफल सर्जरी सम्पन्न
● बिना इंजेक्शन एनेस्थीसिया (केवल आई ड्राप्स द्वारा)
● आयुष्मान/सीजीएचएस/ईसीएचएस/सीएपीएफ सभी स्वास्थ्य बीमा मान्य
● कैशलेस ईलाज

ADITYA आदित्य आई एण्ड लेजर सेन्टर
उपलब्ध सुविधायें :-
बिना सुई बिना टांका आधुनिक लेंस प्रत्यारोपण की सुविधा
100000 से अधिक आंखों के आपरेशन का अनुभव
सभी प्रकार के TPA कैशलेस/इंश्योरेन्स से इलाज की सुविधा उपलब्ध
मोतियाबिन्द ग्लूकोमा का डायग्नोसिस एवं उपचार अत्याधुनिक मशीनों द्वारा
8077344353 समय : प्रातः 10 बजे से सायं 7 बजे तक (सोमवार से शनिवार)
डॉ. आदित्य त्यागी MBBS, DOMS, DNB, MNAMS CARARACT REFRATIVE & GLAUCOMA SURGERON
आयुष्मान कार्ड धारकों के लिए फ्री आपरेशन की सुविधा
ट्यूलिप ग्रांड के सामने, पीलीभीत बाईपास, बरेली

डॉ. हारिस अंसारी
एम.एस., एम.सी.एच. (यूरोलॉजी)
Consultant Urologist & Andrologist
गुर्दा, प्रोस्टेट, पेशाब की थैली की पथरी व कैंसर सर्जन
● प्रोस्टेट (गदूद का आपरेशन) (TURP) ● गुर्दे की पथरी का आपरेशन (PCNL) ● गुर्दे की नली (यूरेटस) की पथरी का ऑपरेशन (URSC) ● पेशाब के समस्त प्रकार के रोगों का इलाज
कैशलेस, इंश्योरेंस, TPA व ESI आयुष्मान से अनुबन्धित अस्पताल
डॉ. एम. खान हॉस्पिटल
मल्टी स्पेशलिटी व क्रिटिकल केयर सेन्टर स्टेडियम रोड, निकट सेंट फ्रांसिस स्कूल, बरेली
हेल्पलाईन 9897838286 , 9837549348

स्वास्थ्य जागरूकता अभियान
नि : शुल्क परामर्श
महीने के प्रत्येक रविवार को
समय : सुबह 10 से 5 बजे तक
कैम्प में समस्त ब्लड जाँचें, ई.सी.जी., एक्स-रे 50% के छूट पर किये जायेंगे।
रजिस्ट्रेशन शुल्क 20/-
प्रेमलोक हॉस्पिटल नरियावल अड्डा, शाहजहाँपुर रोड, बरेली।
डॉ. दीपक माहेश्वरी MBBS., MD, Consultant Physucuan & Critical Care Specialist
ब्लड प्रेशर, हृदय रोग श्वांस रोग, गम्भीर रोग विशेषज्ञ
9084307201, 9412244430
डॉ. नितिन अग्रवाल हृदय रोग विशेषज्ञ मो. 9457833777

अमृत विचार एक सम्पूर्ण अखबार
क्लासीफाइड
विज्ञापन हेतु सम्पर्क करें
9756905552, 8445507002

आवश्यकता है
जे.पी. एकेडमी
सी.बी. गंज, बरेली
N.C. से कक्षा 8 तक
अध्यापिकाओं की
(बी.एड को प्राथमिकता)
साक्षात्कार 31.03.2026 मंगलवार
प्रातः 10 बजे से
जे.पी. गंगवार, प्रबंधक
9837634329

सूचना
मेरे सर्विस रिकॉर्ड में मेरे पुत्र का नाम MOHAD ABUZAR अंकित हो गई है जबकि मेरी मेरे पुत्र का सही नाम (MD ABUZAR) है। जो कि सही है। उक्त सही नाम को मेरे सर्विस रिकॉर्ड में संशोधित किया जाये। मो. जकी पुत्र मो. शमीम अहमद निवासी ग्राम सुआगाडा पो. व तह. लखीमपुर जिला लखीमपुर-खीरी

सूचना
सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि तहसील गोला गोकर्णनाथ विकास खण्ड कुम्भी की न्याय पंचायत लन्दनपुर ग्रन्ट की ग्राम पंचायत सुहेला में प्रस्तावित बहु-उद्देशीय मत्स्य जीवी सहकारी समिति के गठन हेतु तृतीय बैठक दिनांक 30.03.2026 को आयोजित की जा रही है। इच्छुक व्यक्ति प्रतिभाग करना सुनिश्चित करें। रभित कुमार पता-ग्राम सुहेला गोला गोकर्णनाथ जिला लखीमपुर (खीरी) 9161895627

सूचना
मेरे सर्विस रिकॉर्ड में मेरी माता जी का नाम KURESHA BEGAM तथा जन्मतिथि 25.05.1960 अंकित हो गई है जबकि मेरी माता जी का सही नाम KURESHA तथा जन्मतिथि 07.03.1970 है। जो कि मेरी माता जी के आधार कार्ड वोटर कार्ड पर अंकित है। जो कि सही है। उक्त सही नाम व जन्मतिथि को मेरे सर्विस रिकॉर्ड में संशोधित किया जाये। आतिफ अहमद पुत्र श्री शमीम अहमद निवासी ग्राम सुआगाडा पो. व तहसील लखीमपुर जिला लखीमपुर खीरी

सूचना
11 ½ बीघा जमीन बिकाऊ है।
सम्पर्क करें
ग्राम अमीर शाही के पास तहसील मीरगंज, बरेली
मो. 9634079263

NOTICE
I, Seva Singh is mentioned in the service record and Sewa Singh is correct. name is Sewa Singh.

सूचना
सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि मैंने अपने पुत्र मनीष कुमार को गलत आचरण एवं दुर्व्यवहार के कारण सम्बन्ध विच्छेद कर अपनी समस्त चल-अचल सम्पत्ति से बेदखल कर दिया है। भविष्य में उसके द्वारा किए गए किसी भी कृत्य के लिए वह स्वयं जिम्मेदार होगा। मेरा व मेरे परिवार से कोई वास्ता नहीं होगा। रूपराम पुत्र स्व. श्री मिठ्ठन लाल निवासी ग्राम सैदपुर खजुरिया थाना कैन्ट तहसील व जिला बरेली।

RAM MURARI PUBLIC SCHOOL (SEN. SEC.)
Meeranpur Katra, Shahjahanpur
We are hiring
• PGT Physics
• PGT English
• Primary Teacher's
Interested candidates may send their resume on
rammuraripublicschool@gmail.com
or 6398020476

आवश्यकता है
प्रधानाचार्य, अध्यापक, अध्यापिकाओं, चपरासी, गार्ड, माली, सफाई कर्मचारी की
B.K.S. मैमोरियल इंग्लिश स्कूल
रजपुरी ढकनी फरीदपुर (बरेली)
सम्पर्क करें : 9412196717

वैधानिक सूचना :- समाचार पत्र में प्रकाशित किसी भी विज्ञापन जैसे टावर सम्बन्धी, नौकरी सम्बन्धी, ऋण सम्बन्धी या अन्य किसी भी प्रकार के विज्ञापन में पाठकों को सावधान किया जाता है। विज्ञापनदाता द्वारा किये गये दावे या उल्लेख, समर्थन की पुष्टि समाचार पत्र नहीं करता है।

अमृत विचार

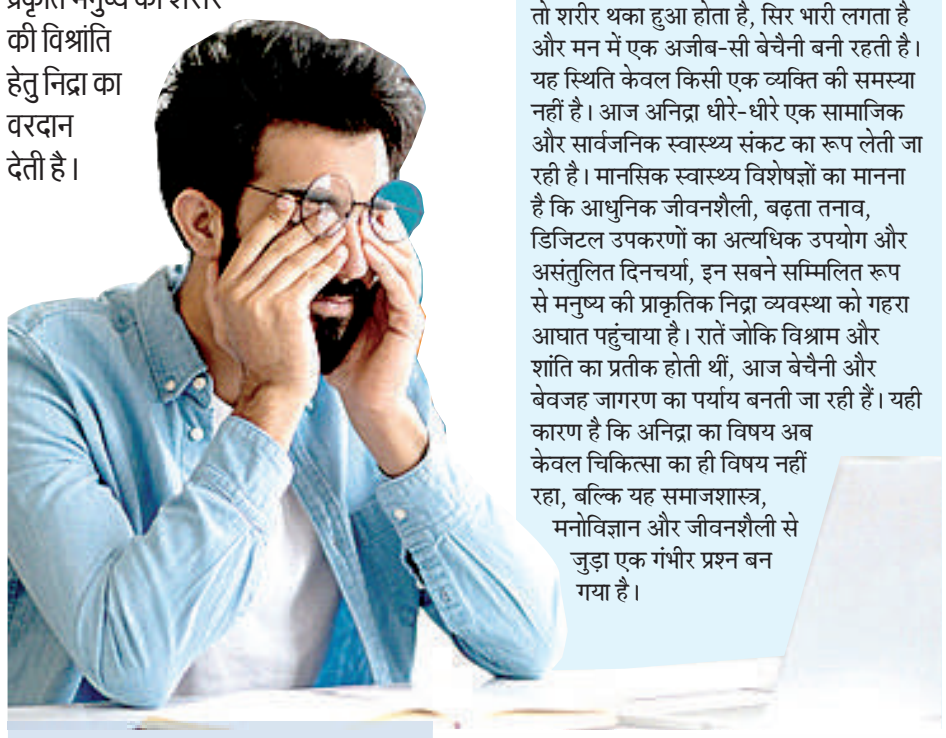
# लोक दर्पण

रविवार, 29 मार्च 2026 www.amritvichar.com

# आखिर क्यों उड़ी-उड़ी सी है नींद

हिंदी फिल्मों के कतिपय गीतों पर जरा गौर फरमाइए,"वो मेरी नींद मेरा चैन मुझे लौटा दो", "मुझे नींद न आए, मुझे चैन न आए, कोई जाए जरा ढूंढ के लाए", "नींद चुराई मेरी किसने", "अब है नींद किसे, अब है चैन कहां" ऐसे न जाने कितने गीत हैं, जिनका केंद्रीय भाव नींद उड़ जाने अथवा छिन जाने अथवा दूसरे शब्दों में कहा जाए, तो सीधे-सीधे अनिद्रा से जुड़ा हुआ है। गीतों के सृजन के वक्त भले ही इश्क और प्रेम के वशीभूत हो जाने की वजह से नींद उड़ जाने का जिक्र किया गया हो, किंतु इन गीतों का शाब्दिक अर्थ आज की जीवनशैली, आज के समाज एवं आज की युवा पीढ़ी पर पूरी तरह से चरितार्थ होता है। अनिद्रा आधुनिक युग की एक ज्वलंत समस्या के रूप में उभरकर सामने आ चुकी है। खास बात तो यह है कि इस आधुनिक रोग की चपेट में सर्वाधिक प्रतिशत युवा वर्ग का है। मानव जीवन की सहज और स्वाभाविक क्रियाओं में से एक है-नींद। दिन भर के परिश्रम और भागदौड़ के बाद जब रात्रि के अंधकार का प्रसार होता है, तो शरीर स्वत: ही विश्राम की मुद्रा में आना चाहता है। उस समय प्रकृति मनुष्य को शरीर की विश्रांति हेतु निद्रा का वरदान देती है।

शिशिर शुक्ला
असिस्टेंट प्रोफेसर

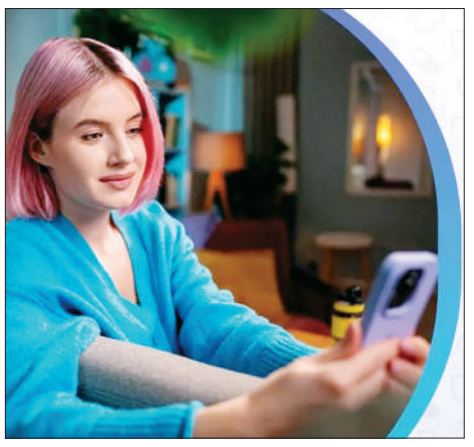


## केवल चिकित्सा का विषय नहीं

निद्रा केवल शरीर की थकान मिटाने का साधन ही नहीं होती, अपितु मन को शांत करने, मस्तिष्क को संतुलित रखने और जीवन की ऊर्जा की पुनर्प्राप्ति का एक उत्तम माध्यम भी होती है। किंतु आधुनिक समय का एक बड़ा विरोधाभास यह है कि तकनीकी की वजह से जितनी सुविधाएं मनुष्य को मिली हैं, उसी अनुपात में उसकी शांति का भी क्षय होता गया है। भौतिक उपलब्धियों और तकनीकी प्रगति के बीच रात में शरीर के दरवाजे पर दस्तक देने वाली सुकून की नींद शनैः शनैः मनुष्य से दूर होती जा रही है। आज विश्व में लाखों-करोड़ों लोग ऐसे हैं, जो रात को बिस्तर पर तो जाते हैं, किंतु नींद उन्हें देर तक नहीं आती अथवा बिल्कुल नहीं आती। कई लोग पूरी रात करवटें बदलते रहते हैं, तो कई लोग थोड़ी-सी नींद आने के बाद पुनः जाग जाते हैं। परिणाम यह होता है कि सुबह जब वे उठते हैं, तो शरीर थका हुआ होता है, सिर भारी लगता है और मन में एक अजीब-सी बेचैनी बनी रहती है। यह स्थिति केवल किसी एक व्यक्ति की समस्या नहीं है। आज अनिद्रा धीरे-धीरे एक सामाजिक और सार्वजनिक स्वास्थ्य संकट का रूप लेती जा रही है। मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों का मानना है कि आधुनिक जीवनशैली, बढ़ता तनाव, डिजिटल उपकरणों का अत्यधिक उपयोग और असंतुलित दिनचर्या, इन सबने सम्मिलित रूप से मनुष्य की प्राकृतिक निद्रा व्यवस्था को गहरा आघात पहुंचाया है। रातें जोकि विश्राम और शांति का प्रतीक होती थीं, आज बेचैनी और बेवजह जागरण का पर्याय बनती जा रही हैं। यही कारण है कि अनिद्रा का विषय अब केवल चिकित्सा का ही विषय नहीं रहा, बल्कि यह समाजशास्त्र, मनोविज्ञान और जीवनशैली से जुड़ा एक गंभीर प्रश्न बन गया है।

## ताजा स्थिति एवं कारण

विगत कुछ वर्षों में जीवनशैली में आए परिवर्तनों ने नींद की गुणवत्ता पर गहरा असर डाला है। पहले जहां रात विश्राम का समय हुआ करती थी, वहीं आज के माहौल में यह लोगों के लिए काम, मनोरंजन और डिजिटल गतिविधियों का समय बन चुकी है। विशेषज्ञों का कहना है कि एक बड़ी संख्या में लोग प्रतिदिन उतनी नींद नहीं ले पा रहे हैं, जितनी शरीर और मस्तिष्क के लिए आवश्यक है। सामान्यतः एक वयस्क व्यक्ति को लगभग सात से आठ घंटे की नींद की जरूरत होती है, लेकिन आधुनिक जीवनशैली इस समय को लगातार घटाती जा रही है। सबसे चिंताजनक बात तो यह है कि अनिद्रा की समस्या बुजुर्गों की अपेक्षा युवाओं और किशोरों को कहीं अधिक तीव्रता से अपनी चपेट में ले रही है। देर रात तक मोबाइल, लैपटॉप और इंटरनेट के उपयोग ने नींद की प्राकृतिक लय को प्रभावित किया है। विद्यार्थी परीक्षा और करियर की चिंता के कारण देर रात तक जागते रहते हैं, जबकि पेशेवर युवा काम के अनावश्यक दबाव और इस कारण से अनियमित हुई दिनचर्या के कारण पर्याप्त विश्राम नहीं कर पाते। शहरी जीवन में तो यह समस्या कहीं अधिक गंभीर दिखाई देती है। तेज रोशनी, बेवजह का शोर, व्यस्त दिनचर्या और मानसिक तनाव, ये सभी कारक मिलकर नींद की गुणवत्ता को बुरी तरह प्रभावित करते हैं। कई लोग ऐसे भी हैं, जो रात को सो तो जाते हैं, लेकिन उनकी नींद बार-बार टूटती है और सुबह उठने पर उन्हें ताजगी का अनुभव नहीं होता। दूसरे शब्दों में कहें, तो अनिद्रा अब केवल "नींद के अभाव" की साधारण समस्या नहीं रह गई, बल्कि यह मानसिक स्वास्थ्य, कार्यक्षमता और सामाजिक जीवन को प्रभावित करने वाली एक व्यापक चुनौती बन चुकी है। अनिद्रा की समस्या अचानक उत्पन्न नहीं होती। इसके पीछे कई कारण एक साथ काम करते हैं। आधुनिक जीवनशैली के विभिन्न पहलुओं का विश्लेषण किया जाए, तो स्पष्ट होता है कि कई आदतें और परिस्थितियां संयुक्त रूप से नींद को प्रभावित कर रही हैं। आज का जीवन जरूरत से ज्यादा प्रतिस्पर्धी हो गया है। नौकरी, शिक्षा, आर्थिक स्थिति और सामाजिक अपेक्षाएं व्यक्ति के मन पर लगातार दबाव बनाए रखती हैं। जब मन में चिंता और तनाव अधिक होता है, तब मस्तिष्क लगातार सक्रिय रहता है। व्यक्ति बिस्तर पर लेट तो जाता है, लेकिन उसके विचार शांत नहीं होते। यही स्थिति नींद आने में बाधा बनती है। दीर्घकालिक मानसिक तनाव अनिद्रा की स्थायी समस्या को जन्म देता है। दूसरा महत्वपूर्ण कारण है-डिजिटलीकरण की बढ़ती गिरफ्त। मोबाइल फोन, कंप्यूटर और टेलीविजन का बढ़ता उपयोग भी अनिद्रा का एक बड़ा



कारण बन चुका है। आज अधिकांश लोग देर रात तक सोशल मीडिया, वीडियो रील्स या ऑनलाइन गेम में व्यस्त रहते हैं। स्क्रीन से निकलने वाली तेज रोशनी मस्तिष्क की कार्यविधि को बाधित करती है। इससे शरीर में नींद लाने वाला हार्मोन मेलाटोनिन पर्याप्त मात्रा में नहीं बन पाता और नींद आने में देर लगती है अथवा नींद गायब हो जाती है। यदि यह आदत नियमित हो जाए, तो धीरे-धीरे शरीर की जैविक घड़ी प्रभावित हो जाती है। अनियमित जीवनशैली अनिद्रा को बढ़ावा देने वाला तीसरा प्रमुख कारण है। देर रात तक जागना और फिर सुबह देर से उठना, अनियमित समय पर भोजन करना और पर्याप्त शारीरिक गतिविधि न करना, ये सभी आदतें शरीर की प्राकृतिक लय को बिगाड़ देती हैं। शरीर की क्रियाविधि असंतुलित हो जाने पर नींद भी प्रभावित होती है। इसके अलावा चाय, कॉफी और ऊर्जा बढ़ाने वाले पेय पदार्थों का अत्यधिक सेवन भी नींद की समस्या को बढ़ा सकता है। इनमें मौजूद कैफीन मस्तिष्क को उत्तेजित करता है और व्यक्ति को लंबे समय तक जाग्रत अवस्था में बनाए रखता है। परिणामतः नींद आने में कठिनाई हो सकती है। कतिपय स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं, जैसे कुछ शारीरिक और मानसिक बीमारियां भी अनिद्रा का कारण बन सकती हैं। उदाहरणार्थ- अवसाद, चिंता विकार, थायरॉयड की समस्या, अस्थमा या लगातार दर्द की स्थिति। बीमारियों में ली जाने वाली दवाओं के दुष्प्रभाव भी नींद को प्रभावित कर सकते हैं। अनिद्रा की बढ़ती समस्या हमें यह संकेत देती है कि आधुनिक जीवन की तेज रफ्तार में कहीं न कहीं हमने संतुलन को खो दिया है। तकनीकी प्रगति और भौतिक सुविधाओं के बावजूद भी यदि हम चैन की नींद नहीं सो पा रहे हैं, तो निस्संदेह यह चिंता का विषय है। नींद केवल विश्राम का साधन ही नहीं है, बल्कि यह शरीर और मन के संपूर्ण स्वास्थ्य की आधारशिला है।

## डिजिटलीकरण और जीवनशैली में संतुलन जरूरी

एक स्वाभाविक सा प्रश्न यह उठता है कि आखिरकार डिजिटलीकरण हमारे लिए एक वरदान है अथवा अभिशाप। एक सूक्ति है-'अति सर्वत्र वर्जयेत्', यही सिद्धांत डिजिटलीकरण के साथ भी लागू होता है। आज बड़ी संख्या में लोग रात को देर तक जागते रहते हैं, मोबाइल स्क्रीन पर नजरें टिकाए रहते हैं और जब सोने की कोशिश करते हैं, तो नींद आसानी से नहीं आती। डिजिटलीकरण ने मनुष्य के जीवन की गति को अत्यधिक तीव्र कर दिया है। एक उदाहरण के रूप में देखें, तो पहले जहां सूचना प्राप्त करने के लिए पुस्तकालय या समाचार पत्र का सहारा लेना पड़ता था, वहीं आज इंटरनेट के माध्यम से कुछ ही क्षणों में दुनियाभर की जानकारी प्राप्त की जा सकती है। मोबाइल फोन ने संचार को इतना आसान बना दिया है कि हजारों किलोमीटर दूर बैठे व्यक्ति से भी हम तुरंत संवाद कर सकते हैं। ऑनलाइन शिक्षा, डिजिटल बैंकिंग, ई-कॉमर्स और दूरस्थ कार्य प्रणाली ने जीवन को सुविधाजनक बना दिया है, लेकिन इसी डिजिटल सुविधा ने धीरे-धीरे जीवन की लय को भी बदल दिया है। अब काम और विश्राम के बीच की सीमाएं धुंधली हो गई हैं। प्रत्येक क्षेत्र में मोबाइल फोन और इंटरनेट के उपयोग के कारण मनुष्य हर समय अतिसक्रियता और दबाव में रहता है। यही स्थिति कई बार नींद के प्राकृतिक क्रम को प्रभावित करती है। अधिकांश लोग देर रात तक या तो सोशल मीडिया के साथ उलझे रहते हैं अथवा वीडियो एवं वेब सीरीज में डूबे रहते हैं या फिर काम से जुड़े संदेशों और ई-मेल का जवाब देते रहते हैं। इस आदत के कारण सोने का समय लगातार आगे खिसकता जाता है और नींद का प्राकृतिक क्रम प्रभावित होता है। सोशल मीडिया पर लगातार नई सूचनाएं, संदेश और प्रतिक्रियाएं मिलती रहती हैं। इससे मस्तिष्क लगातार उत्तेजित रहता है। गलत इस्तेमाल की दशा में डिजिटलीकरण मानसिक बेचैनी और अनिद्रा को बढ़ावा दे सकता है। डिजिटल तकनीक का सबसे अधिक प्रभाव युवाओं और बच्चों पर दिखाई देता है। किशोर और युवा वर्ग अक्सर देर रात तक ऑनलाइन गेम, सोशल मीडिया या मनोरंजन के विभिन्न साधनों में व्यस्त रहते हैं। यह आदत धीरे-धीरे उनकी नींद की लय को बिगाड़ देती है। समस्या तकनीक में नहीं, बल्कि उसके उपयोग के तरीके में है। यदि डिजिटल साधनों का उपयोग संतुलित और सीमित रूप से किया जाए, तो वे जीवन को समृद्ध और सुविधाजनक बना सकते हैं, वहीं यदि इनका अत्यधिक और अनियंत्रित उपयोग किया जाए, तो वही तकनीक स्वास्थ्य के लिए हानिकारक सिद्ध हो सकती है। अनिद्रा जैसी समस्या से बचने के लिए डिजिटलीकरण और जीवनशैली के मध्य संतुलन स्थापित करना नितांत आवश्यक है।

## बच्चे भी हो रहे हैं शिकार

हालिया शोध बताते हैं कि अनिद्रा की समस्या बच्चों में भी एक बड़ी सीमा तक व्याप्त है और इसका प्रमुख कारण है- बढ़ता स्क्रीन टाइम। आजकल के बच्चे जरूरत से ज्यादा समय तक मोबाइल अथवा कम्प्यूटर की स्क्रीन के साथ उलझे रहते हैं। परिणाम यह होता है कि उससे निकालने वाले खतरनाक विकिरण उनकी आंखों एवं मस्तिष्क को बुरी तरह प्रभावित करते हैं। नतीजतन अनिद्रा, अवसाद एवं मानसिक रोग जैसी समस्याएं उन्हें घेर लेती हैं। ताजा रिपोर्ट बताती है कि मोबाइल स्क्रीन पर अधिक समय देने की वजह से बच्चों में मोटापा भी बढ़ रहा है। स्पष्ट है कि यह मुद्दा बेहद महत्वपूर्ण एवं चिंताजनक रूप ले चुका है। अधिक स्क्रीन टाइम की वजह से अनिद्रा ही नहीं अपितु भांति-भांति के रोगों का काया में प्रवेश बहुत सरल हो गया है। लिहाजा स्वास्थ्य पर संकट के बादल हर वक्त मंडरा रहे हैं।

## आखिर कैसे मिले मुक्ति

यह समझना बेहद जरूरी है कि स्वस्थ और संतुलित जीवन के लिए भोजन एवं व्यायाम जितने आवश्यक हैं, उतनी ही आवश्यक है सुकूनभरी और पर्याप्त नींद। जब रातें शांत और आरामदायक होंगी, तभी जीवन भी ऊर्जा और संतुलन से परिपूर्ण हो सकेगा। अनिद्रा से मुक्ति हेतु सर्वप्रथम तो हमें स्वयं को यह समझाना पड़ेगा कि नींद हमारे शरीर की एक मूलभूत आवश्यकता है। इसका सीधा-सीधा संबंध हमारे संपूर्ण स्वास्थ्य से है। इसलिए हम अपनी जीवनशैली को इस तरह से व्यवस्थित करें कि नींद हेतु निर्धारित समय के साथ कोई छेड़खानी न होने पाए। किसी भी दशा में हमें अपनी दिनचर्या को नियमित एवं अनुशासनबद्ध रखना होगा। इसके लिए आवश्यक है कि हम समय पर सोने एवं समय पर उठने की आदत डालें। यह तभी संभव हो सकेगा, जबकि हम मोबाइल एवं अन्य डिजिटल उपकरणों का उतना ही उपयोग करें जितना कि आवश्यक है। अनावश्यक रूप से देर रात तक व्यर्थ की वीडियो रील्स देखना, ऑनलाइन गेम खेलना एवं सोशल मीडिया से उलझे रहना निश्चित रूप से स्वास्थ्य को बर्बादी की ओर धकेलना है। शारीरिक गतिविधि का नींद से बेहद गहरा संबंध है। यदि शरीर दिनभर निष्क्रिय रहता है, तो रात को स्वाभाविक थकान महसूस नहीं होती। आज की जीवनशैली में बहुत से लोग लंबे समय तक बैठकर काम करते हैं, जिससे शरीर को पर्याप्त श्रम नहीं मिल पाता। हल्का व्यायाम, तेज चलना, योग या अन्य शारीरिक गतिविधियां शरीर को सक्रिय बनाए रखती हैं और रात को गहरी नींद आने में सहायता करती हैं।

## डिजिटल डिटॉक्स : एक अचूक अस्त्र

डिजिटल डिटॉक्स का अर्थ है- एक निश्चित समय के लिए डिजिटल उपकरणों से दूरी बनाना और अपने मन व शरीर को निरंतर सूचना और उत्तेजना के दबाव से मुक्त करना। आधुनिकता के इस दौर में मनुष्य का मस्तिष्क लगभग हर समय सक्रिय रहता है। कारण यह है कि मोबाइल फोन पर आने वाले संदेश, सोशल मीडिया की सूचनाएं और इंटरनेट पर उपलब्ध अनंत सामग्री मस्तिष्क को लगातार उत्तेजित करती रहती हैं। प्राय: जब रात्रि के समय भी यही स्थिति बनी रहती है, तब मस्तिष्क को विश्राम का अवसर नहीं मिल पाता और नींद आने में कठिनाई होती है। यही कारण है कि डिजिटल उपकरणों का अनियंत्रित उपयोग अनिद्रा का एक प्रमुख कारण बन गया है। ऐसी स्थिति में डिजिटल डिटॉक्स एक सरल, किंतु अत्यंत प्रभावी उपाय सिद्ध हो सकता है। यदि व्यक्ति सोने से एक या दो घंटे पहले मोबाइल, टीवी और अन्य डिजिटल उपकरणों से दूरी बना ले, तो मस्तिष्क धीरे-धीरे शांत होने लगता है। इसी समय को यदि पढ़ने, हल्का संगीत सुनने, ध्यान करने या परिवार के साथ बातचीत में बिताया जाए, तो मन को एक स्वाभाविक विश्राम का अनुभव होता है। धीरे-धीरे यह आदत नींद की गुणवत्ता को भी बेहतर बनाती है। डिजिटल डिटॉक्स का अर्थ यह नहीं है कि तकनीक को पूरी तरह त्याग दिया जाए अपितु इससे आशय है-नियमित दिनचर्या एवं तकनीक के मध्य एक संतुलन स्थापित करके विवेकपूर्ण ढंग से तकनीक का उपयोग किया जाए। हमें यह बात जेहन में उतारनी होगी कि अनिद्रा से मुक्ति किसी एक ही चमत्कारी उपाय से संभव नहीं है। यह कहीं न कहीं जीवन को संतुलित करने से प्राप्त होती है। दिनचर्या का नियमन, बनाता है, शरीर की सक्रियता, मन की शांति और तकनीक के उपयोग में संयम, इन सभी उपायों के उचित समन्वय से नींद धीरे-धीरे स्वाभाविक रूप में लौटने लगती है। अच्छी और गहरी नींद केवल शरीर की आवश्यकता ही नहीं, बल्कि मानसिक शांति और संतुलित जीवन की आधारशिला है। इस विचार को जीवनशैली में उतार लेना ही अनिद्रा से वास्तविक मुक्ति का मार्ग है।

## क्या कहते हैं चिकित्सक

### नींद और तनाव

यदि भारतीय परिप्रेक्ष्य में बात करें तो लगभग 60 प्रतिशत युवा लंबे समय से अपर्याप्त नींद की समस्या से गुजर रहे हैं। हर 4 में से 1 व्यक्ति नींद में गिरावट की शिकायत कर रहा है। दु:ख की बात यह है कि जापान के बाद भारत दूसरा सबसे बड़ा देश है, जो नींद की समस्या से जूझ रहा है। आज के भागदौड़ भरे समय में कार्यस्थल के तनाव और व्यक्तिगत जिम्मेदारियां नींद की गुणवत्ता पर असर डाल रहीं हैं। वास्तव में देश में बढ़ रही नींद की समस्या एक चिंता का विषय है। आधुनिक शोध के अनुसार 31 से 50 साल के लोगों में नींद की समस्या होने का खतरा 48 प्रतिशत तक देखा जा सकता है।

नींद कम होने से सरकैडियन रिदम भी प्रभावित होता है जिसका दुष्प्रभाव व्यावहारिक स्तर पर दिखाई देता है। उतना ही नहीं ये हमारे इम्यून सिस्टम की कार्य प्रणाली को प्रभावित करता है जिसके कारण कई बार इंफ्लेमेशन की प्रक्रिया पर भी बुरा असर पड़ता है। वास्तव में देखा जाए तो नींद हमारे लिए मूलभूत रूप से बहुत आवश्यक है। डिजिटल उपकरणों का अत्यधिक उपयोग, शहरी दबाव, व्यस्त जीवनशैली के कारण नींद की गुणवत्ता पर बुरा असर देखने को मिल रहा है। इसका सीधा प्रभाव कार्य निष्पादन और ध्यान देने की क्षमता पर देखा जा रहा है। नींद की समस्या से जूझ रहे लोगो में अक्सर मूड स्विंग की प्रॉब्लम भी देखी जाती है। इसलिए नींद संबंधी समस्याओं को हलके में लेने के बजाय इससे निपटना बेहद जरूरी है जिससे ये संतुलित एवं स्वस्थ जीवनशैली पर बुरा असर न डाले।

- डॉ. तान्या दीक्षित
वरिष्ठ मनोवैज्ञानिक एवं साइकोथेरेपिस्ट, लखनऊ।

### विलासिता नहीं है नींद

विशेषकर महानगरों की तेज रफ्तार जिंदगी ने लोगों की दिनचर्या को इस तरह बदल दिया है कि पर्याप्त और गुणवत्तापूर्ण नींद लेना कठिन होता जा रहा है। दिल्ली, मुंबई जैसे शहरों में देर रात तक काम करना, मोबाइल और लैपटॉप का अत्यधिक उपयोग तथा अनियमित खान-पान ने लोगों की जैविक घड़ी को असंतुलित कर दिया है। परिणामस्वरूप, बहुत से लोग या तो ठीक से सो नहीं पाते या फिर पूरी रात सोने के बाद भी थकान और मानसिक तनाव महसूस करते हैं। उदाहरण के तौर पर, एक कॉर्पोरेट कर्मचारी देर रात तक लैपटॉप पर काम करता है और सोने से पहले भी मोबाइल का उपयोग करता रहता है, जिससे उसकी नींद की गुणवत्ता प्रभावित होती है। इसी तरह, एक छात्रा देर रात तक सोशल मीडिया और वेब सीरीज देखती है, जिससे उसकी नींद का समय लगातार बिगड़ता है और दिनभर एकाग्रता में कमी रहती है। ये उदाहरण स्पष्ट करते हैं कि समस्या केवल नींद की कमी नहीं, बल्कि उसकी गुणवत्ता में गिरावट भी है। नींद की कमी का प्रभाव मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य दोनों पर पड़ता है। आयुर्वेद में इसके समाधान के लिए प्राकृतिक और संतुलित उपाय बताए गए हैं। जैसे-रात को सोने से पहले गुनगुने दूध का सेवन, सिर और पैरों में तेल (तिल या नारियल तेल) से मालिश, नियमित दिनचर्या का पालन और मानसिक शांति के लिए ध्यान व प्राणायाम। इसके अलावा, ब्राह्मी, अश्वगंधा जैसी औषधियां भी चिकित्सकीय सलाह से लाभकारी हो सकती हैं। उदाहरण के रूप में, यदि कोई व्यक्ति सोने से पहले 10 मिनट ध्यान और पैरों में तेल मालिश करता है, तो उसकी नींद की गुणवत्ता में सुधार देखा जा सकता है। आयुर्वेद में निद्रा को जीवन के तीन प्रमुख स्तंभों (आहार, निद्रा और ब्रह्मचर्य) में से एक माना गया है। आयुर्वेद के अनुसार, जब वात और पित्त दोष असंतुलित हो जाते हैं, तब अनिद्रा की समस्या उत्पन्न होती है। देर रात तक जागना, अधिक स्क्रीन टाइम, तनाव और अनियमित दिनचर्या इन दोषों को बढ़ाकर नींद में बाधा डालते हैं। आयुर्वेद में इसे अनिद्रा या निद्रानाश कहा गया है, जिसका प्रभाव शरीर और मन दोनों पर पड़ता है। यह समझना आवश्यक है कि नींद कोई विलासिता नहीं, बल्कि शरीर और मन के संतुलन के लिए अत्यंत आवश्यक है।

-डॉ. विशाल अग्रवाल
निदेशक, रोहिलखंड आयुर्वेदिक मेडिकल कॉलेज और अस्पताल, बरेली।

### नींद की अहमियत

नींद प्राणी के जीवन के लिए अत्यंत आवश्यक है। नींद से प्राणी नई ऊर्जा को ग्रहण कर कार्यों को सही ढंग से करने में सक्षम होता है, जिन व्यक्तियों की नींद पूरी नहीं होती, उनकी स्थिति अजीब जैसी होती है। लंबे समय तक नींद पूरी न हो, तो प्राणी को गंभीर शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का जोखिम होता है। आज विश्व की एक बड़ी आबादी नींद की समस्या से ग्रस्त है। अध्ययनों में पाया गया कि हर 10 में से 3 व्यक्ति नींद की समस्या से ग्रस्त है। भारत के महानगरों में निवास करने वाले 50 प्रतिशत लोग अपनी नींद पूरी नहीं कर पाते हैं। 72 प्रतिशत भारतीयों की रात में 3 से अधिक बाद नींद टूटती है। 11 प्रतिशत लोगों को नींद पूरी न होने के कारण अपने काम से छुट्टी लेनी पड़ती है। इसके बावजूद केवल 2 प्रतिशत लोग ही नींद की समस्या के उपचार हेतु चिकित्सक के पास जाते हैं। शोधों में यह प्रमाणित हुआ है कि अनिद्रा अनेक बीमारियों का कारण है। पर्याप्त नींद से व्यक्ति अगले दिन अपने को ऊर्जावान अनुभव करता है, जबकि पर्याप्त नींद न लेने से व्यक्ति अपने आपको उर्जा हीन महसूस करता है। बच्चों को 17 घंटे, किशोरों को 9-10 घंटे तथा वयस्कों के लिए 6-8 घंटा सोना पर्याप्त होता है।

-डॉ. मनोज कुमार तिवारी,
वरिष्ठ परामर्शदाता, बीएचयू, वाराणसी

### नींद एक आवश्यक क्रिया

नींद वास्तव में ईश्वर का एक अनमोल वरदान है, जो शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए अनिवार्य है। यह शरीर को रिचार्ज, नई कोशिकाओं का निर्माण, प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत और तनाव को कम करके याददाश्त को तेज करती है। पर्याप्त नींद न केवल हमें तरोताजा रखती है, बल्कि कैंसर, मधुमेह और हृदय रोगों से भी बचाती है। अच्छी नींद शरीर को स्वस्थ रखने और बीमारियों से बचाने में भी मदद करती है। पर्याप्त नींद के बिना, मस्तिष्क ठीक से काम नहीं कर पाता, जिससे एकाग्रता, स्पष्ट सोच और यादों को संसाधित करने की क्षमता प्रभावित होती है। अगर आप अपनी मर्जी से, मजबूरी में या सोने की पूरी कोशिश के बावजूद पूरी रात जागते रहे हैं, तो आप जानते हैं कि आपकी सेहत के लिए नींद कितनी जरूरी है।

नींद की कमी के गंभीर परिणाम हो सकते हैं, इसलिए यह जानना जरूरी है कि नींद क्यों महत्वपूर्ण है, यह कैसे काम करती है और अच्छी नींद पाने के लिए आप क्या कर सकते हैं। नींद एक आवश्यक क्रिया है, जो आपके शरीर और दिमाग को फिर से ऊर्जा प्रदान करती है, जिससे आप जागने पर तरोताज़ा और सतर्क महसूस करते हैं। भारत धीरे-धीरे नींद की कमी की गंभीर समस्या की ओर बढ़ता दिख रहा है। एक हालिया राष्ट्रीय सर्वे के अनुसार देश के लगभग 46 प्रतिशत लोगों को रोजाना छह घंटे से भी कम निर्बाध नींद मिल पाती है, जबकि चिकित्सा विशेषज्ञों के मुताबिक स्वस्थ रहने के लिए औसतन आठ घंटे की नींद जरूरी मानी जाती है। 10-3-2-1-0 नियम : सोने से 1 घंटा पहले स्क्रीन बंद करें (1), 2 घंटे पहले काम बंद करें, 3 घंटे पहले खाना/शराब बंद करें। स्क्रीन-मुक्त बेडरूम : बिस्तर पर फोन या लैपटॉप का उपयोग बिल्कुल न करें। सोने से कम से कम 1 घंटा पहले टीवी, मोबाइल और लैपटॉप का उपयोग बंद कर दें।

-डॉ. पूनम यादव
नैदानिक मनोवैज्ञानिक
वरुण अर्जुन मेडिकल कॉलेज,बंथरा, शाहजहांपुर

डॉ. राम बाबू प्रजापति
पंचकर्म विभाग, रोहिलखंड आयुर्वेदिक मेडिकल कॉलेज एवं चिकित्सालय, बरेली

पक्षाघात, जिसे आम भाषा में लकवा कहा जाता है, एक ऐसी स्थिति है, जिसमें शरीर का कोई हिस्सा अचानक काम करना बंद कर देता है। यह समस्या अक्सर शरीर के आधे भाग में दिखाई देती है, जैसे दायां या बायां हिस्सा कमजोर हो जाना। कई बार मरीज हाथ-पैर हिला नहीं पाता, बोलने में दिक्कत होती है या चेहरा टेढ़ा हो जाता है। यह बीमारी अचानक भी हो सकती है और धीरे-धीरे भी विकसित हो सकती है।

# लकवा अब लाचारी नहीं

## आयुर्वेद से फिर पाएं नई जिंदगी

आयुर्वेद के अनुसार हमारे शरीर में तीन दोष होते हैं-वात, पित्त और कफ। इनमें से वात दोष शरीर की गति और नसों को नियंत्रित करता है। जब वात दोष बहुत ज्यादा बढ़ जाता है, तो यह नसों और मांसपेशियों को सुखा देता है और उनकी शक्ति कम कर देता है। इसी कारण शरीर का कोई भाग काम करना बंद कर देता है।

गलत खान-पान, ज्यादा तनाव, ठंडी चीजों का सेवन, कमजोरी, ज्यादा मेहनत या उम्र बढ़ने के कारण वात दोष बढ़ जाता है, जिससे पक्षाघात होने का खतरा बढ़ता है।

### पक्षाघात के मुख्य कारण

आज के समय में यह समस्या कई कारणों से हो सकती है। पक्षाघात (लकवा) के मुख्य कारणों को समझना बहुत आवश्यक है, क्योंकि यह रोग अचानक दिखाई देता है, लेकिन इसके पीछे लंबे समय से चल रहे शारीरिक और मानसिक असंतुलन होते हैं। पक्षाघात मुख्यत: वात दोष के अत्यधिक बढ़ जाने से होता है। जब व्यक्ति अनियमित दिनचर्या अपनाता है, अत्यधिक ठंडा, सूखा या बासी भोजन करता है, अत्यधिक उपवास करता है या शरीर में कमजोरी आ जाती है, तब वात दोष बढ़कर शरीर की नसों (स्नायु तंत्र) को प्रभावित करता है। इसके साथ ही शरीर की नाड़ियों में अवरोध (स्रोतस अवरोध) उत्पन्न हो जाता है, जिससे रक्त और पोषण का प्रवाह सही तरीके से नहीं हो पाता। मानसिक कारण भी इसमें महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं-जैसे अत्यधिक तनाव, चिंता, भय या अचानक शोक-ये सभी वात को और अधिक बढ़ाकर पक्षाघात की स्थिति उत्पन्न कर सकते हैं। इसके अलावा, किसी प्रकार की चोट, दुर्घटना या सिर पर आघात भी इस रोग का कारण बन सकता है। पक्षाघात का सबसे प्रमुख कारण स्ट्रोक होता है, जिसमें मस्तिष्क में रक्त का प्रवाह बाधित हो जाता है या तो रक्त का थक्का बनने से या रक्तस्राव होने से, इसके अलावा हाई ब्लड प्रेशर, डायबिटीज, कोलेस्ट्रॉल बढ़ना, सिर में चोट लगना या नसों में कमजोरी भी इसके कारण हो सकते हैं। अनियमित भोजन, देर रात जागना, मानसिक तनाव, शरीर की कमजोरी और प्राकृतिक क्रियाओं (जैसे पेशाब, मल) को रोकना भी इसके कारण माने जाते हैं। इसके अलावा उच्च रक्तचाप (ब्लड प्रेशर), मधुमेह (डायबिटीज) और हृदय रोग जैसे कारण भी नसों और रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचाकर पक्षाघात की संभावना को बढ़ाते हैं। धूम्रपान, शराब और तंबाकू जैसी नशे की आदतें भी इस रोग के जोखिम को बढ़ाती हैं। कुछ अन्य कारणों में ब्रेन ट्यूमर, संक्रमण या अन्य स्नायु तंत्र से संबंधित बीमारियां शामिल हैं। इस प्रकार, पक्षाघात एक बहुआयामी रोग है, जिसमें जीवनशैली, मानसिक स्थिति और शारीरिक रोग मिलकर इसकी उत्पत्ति में भूमिका निभाते हैं।

### ऐसे पहचानें लक्षण

पक्षाघात के लक्षण अचानक दिख सकते हैं। जैसे शरीर के एक हिस्से में कमजोरी आना, हाथ-पैर सुन्न होना, बोलने में कठिनाई होना, चेहरे का एक तरफ झुक जाना, चलने में परेशानी होना आदि। कुछ लोगों में याददाश्त कमजोर हो जाती है और सोचने-समझने की क्षमता भी कम हो सकती है। यदि ऐसे लक्षण दिखें, तो तुरंत इलाज शुरू करना बहुत जरूरी होता है।

### आयुर्वेद में उपचार

आयुर्वेद में पक्षाघात का इलाज शरीर के संतुलन को ठीक करने पर आधारित होता है। इसमें सबसे पहले शरीर में बढ़े हुए वात दोष को शांत किया जाता है। इसके लिए तेल से मालिश, भाप देना, शरीर की सफाई (पंचकर्म) और औषधियों का उपयोग किया जाता है। आयुर्वेदिक उपचार धीरे-धीरे शरीर को अंदर से मजबूत बनाता है और लाभ देता है।

### स्नेहन (तेल मालिश) का महत्व

पक्षाघात में तेल से मालिश करना बहुत जरूरी होता है। इसमें विशेष औषधीय तेलों से पूरे शरीर या प्रभावित हिस्से की मालिश की जाती है। इससे नसों को पोषण मिलता है और मांसपेशियों की ताकत बढ़ती है। नियमित मालिश से शरीर का सूखापन दूर होता है और धीरे-धीरे अंगों में हरकत आने लगती है।

### क्यों जरूरी है स्वेदन (भाप या सेक)

तेल मालिश के बाद शरीर को भाप दी जाती है या गर्म पोटली से सेक किया जाता है। इससे शरीर की जकड़न कम होती है और रक्त संचार बेहतर होता है। यह प्रक्रिया मांसपेशियों को ढीला करती है और दर्द में राहत देती है, जिससे मरीज को चलने-फिरने में आसानी होने लगती है।

### बस्ति (पंचकर्म की मुख्य चिकित्सा)

आयुर्वेद में बस्ति को पक्षाघात के लिए सबसे प्रभावी उपचार माना गया है। इसमें औषधीय तेल या काढ़ा शरीर में विशेष तरीके से दिया जाता है। यह सीधे वात दोष को नियंत्रित करता है और नसों को मजबूत बनाता है। नियमित बस्ति से शरीर की शक्ति धीरे-धीरे वापस आने लगती है।

### आयुर्वेदिक दवाओं की भूमिका

पक्षाघात में कई आयुर्वेदिक दवाएं दी जाती हैं, जो शरीर को अंदर से मजबूत बनाती हैं। ये दवाएं नसों को पोषण देती हैं, सूजन कम करती हैं और शरीर में ताकत बढ़ाती हैं। इनका सेवन हमेशा डॉक्टर की सलाह से ही करना चाहिए, क्योंकि हर मरीज की स्थिति अलग होती है।

### आहार

पक्षाघात के मरीज को हमेशा गर्म, ताजा और हल्का भोजन करना चाहिए। खिचड़ी, मूंग दाल, घी, सूप और हरी सब्जियां बहुत फायदेमंद होती हैं। गुनगुना पानी पीना चाहिए और भोजन समय पर करना चाहिए। अदरक और लहसुन का सेवन भी लाभकारी होता है।

### क्या नहीं खाना चाहिए

ठंडी चीजें, बासी खाना, फास्ट फूड और बहुत ज्यादा सूखा भोजन नहीं लेना चाहिए। इससे वात दोष बढ़ता है और बीमारी बढ़ सकती है। ज्यादा ठंड से बचना चाहिए और ठंडी हवा में ज्यादा देर नहीं रहना चाहिए।

### योग और व्यायाम का महत्व

पक्षाघात में धीरे-धीरे हल्का व्यायाम और योग बहुत जरूरी होता है। प्राणायाम और साधारण एक्सरसाइज से शरीर में ताकत आती है और मन शांत रहता है। नियमित अभ्यास से मांसपेशियां सक्रिय होती हैं और शरीर धीरे-धीरे सामान्य होने लगता है।

### क्यों जरूरी है मानसिक स्थिति का ध्यान रखना

पक्षाघात के मरीज अक्सर मानसिक रूप से कमजोर हो जाते हैं। उन्हें डर, चिंता और निराशा हो सकती है। ऐसे में परिवार का सहयोग, सकारात्मक सोच और ध्यान (मेडिटेशन) बहुत जरूरी होता है। अच्छा माहौल मरीज के जल्दी ठीक होने में मदद करता है। जरूरी है, फिजियोथेरेपी, स्पीच थेरेपी और नियमित व्यायाम। पक्षाघात एक गंभीर बीमारी है, लेकिन सही समय पर उपचार और सही देखभाल से इसमें सुधार संभव है। आयुर्वेद में इसका इलाज शरीर, मन और जीवनशैली को संतुलित करके किया जाता है।

**रुहेलखंड आयुर्वेदिक मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल, बरेली** पक्षाघात से पीड़ित मरीजों के लिए समग्र उपचार प्रदान करने में महत्वपूर्ण योगदान देता है। यहां आयुर्वेदिक सिद्धांतों के आधार पर रोग के मूल कारण-विशेषकर वात दोष के असंतुलन को ध्यान में रखते हुए उपचार किया जाता है। संस्थान में विशेषज्ञ चिकित्सकों द्वारा व्यक्तिगत रोगानुसार चिकित्सा योजना तैयार की जाती है, जिसमें पंचकर्म चिकित्सा जैसे बस्ति, अभ्यंग, स्वेदन और शिरोधारा का उपयोग कर शरीर की नसों को सक्रिय करने और रक्त संचार को सुधारने का प्रयास किया जाता है। इसके साथ ही कपिंग थेरेपी और फिजियोथेरेपी जैसी सहायक विधियों का भी उपयोग किया जाता है, जिससे मांसपेशियों की जकड़न कम होती है और धीरे-धीरे अंगों की कार्यक्षमता में सुधार आता है। इसके अतिरिक्त, संस्थान योग और प्राणायाम के माध्यम से मरीजों के मानसिक और शारीरिक संतुलन को पुनः स्थापित करने में सहायता करता है। मरीजों को उचित आहार-विहार की सलाह दी जाती है, जिससे पुनः रोग होने की संभावना कम हो सके। रुहेलखंड आयुर्वेदिक मेडिकल कॉलेज नियमित रूप से निःशुल्क चिकित्सा शिविर आयोजित कर पक्षाघात के मरीजों को परामर्श और उपचार का अवसर प्रदान करता है, जिससे आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग भी लाभ उठा सके। इस प्रकार, यह संस्थान न केवल उपचार प्रदान करता है, बल्कि पुनर्वास, जागरूकता और जीवनशैली सुधार के माध्यम से मरीजों को पुनः सामान्य जीवन जीने में सहायता करता है। रोहिलखंड आयुर्वेदिक मेडिकल कॉलेज एवं चिकित्सालय, सेक्टर-7, रामगंगा नगर योजना, डोहरा रोड, बरेली, उत्तर प्रदेश +91 8077808309

# माहवारी बीमारी नहीं एक सामान्य प्रक्रिया

डॉ. मोनिका शर्मा
वरिष्ठ पत्रकार



माहवारी बंद होना जीवन का अंत नहीं, बल्कि एक नए चरण की शुरुआत है। जरूरत है सही जानकारी, जागरूकता और सकारात्मक सोच की। समाज में इस विषय पर खुलकर बात की जाए और डॉक्टरों की सलाह को महत्व दिया जाए, तो महिलाएं इस चरण को बिना डर और तनाव के बेहतर तरीके से जी सकती हैं।

### माहवारी और रजोनिवृत्ति का प्राकृतिक क्रम

महिलाओं में माहवारी एक प्राकृतिक प्रक्रिया है। इसके शुरू होने और इसके बंद होने का समय भी लगभग तय है। यह 10 से 15 साल की आयु में शुरू हो जाती है और 45 से 50 साल की उम्र तक बंद हो जाती है। इसे रजोनिवृत्ति भी कहते हैं। वर्तमान में खान-पान और तनावभरी जिंदगी के कारण रजोनिवृत्ति की आयु घट रही है। एक रिपोर्ट के अनुसार, माहवारी करीब 5 साल घट गई है। अब औसतन 40 से 45 साल के बीच ही रजोनिवृत्ति हो जाती है। पहले यह आंकड़ा 5 प्रतिशत हुआ करता था, जो अब बढ़कर 16 प्रतिशत तक पहुंच चुका है।

## शारीरिक और मानसिक बदलाव

भारत में पश्चिमी देशों की तुलना में रजोनिवृत्ति की आयु कम है। यह वह समय होता है, जब महिलाओं के शरीर में एस्ट्रोजन हार्मोन का स्तर घटने लगता है और प्रजनन क्षमता समाप्त हो जाती है। हालांकि यह एक प्राकृतिक प्रक्रिया है, लेकिन इसके साथ आने वाले शारीरिक, मानसिक और सामाजिक बदलाव महिलाओं के जीवन को गहराई से प्रभावित करते हैं। महिलाओं को रजोनिवृत्ति के बाद होने वाले शारीरिक बदलावों को लेकर भी सतर्क रहने की जरूरत है। वह यह समझ ही नहीं पाती है कि क्या हो रहा है? इन बदलावों को लेकर उसे घबराना नहीं चाहिए।

रजोनिवृत्ति के दौरान महिलाओं को कई प्रकार की समस्याओं का सामना करना पड़ता है। शरीर में अचानक गर्मी लगना (हॉट फ्लैश), अत्यधिक पसीना, नींद की कमी, थकान, वजन बढ़ना और हड्डियों का कमजोर होना आम शारीरिक लक्षण हैं। इसके साथ ही मानसिक स्तर पर चिड़चिड़ापन, मूड स्विंग, चिंता और अवसाद जैसी समस्याएं भी देखी जाती हैं। कई महिलाओं को योनि में सूखापन और यौन इच्छा में कमी जैसी समस्याएं भी होती हैं, जिससे उनके व्यक्तिगत जीवन पर असर पड़ता है। डॉक्टरों के अनुसार, अधिकांश महिलाएं इस चरण में किसी न किसी रूप में लक्षण अनुभव करती हैं, लेकिन इनकी तीव्रता अलग-अलग हो सकती है।

### रजोनिवृत्तिः बीमारी नहीं समझदारी से संभालने की जरूरत

विशेषज्ञों का मानना है कि रजोनिवृत्ति कोई बीमारी नहीं, बल्कि शरीर का प्राकृतिक बदलाव है। हालांकि इसे नजरअंदाज करना भी सही नहीं है। डॉक्टर सलाह देते हैं कि यदि लक्षण ज्यादा परेशान कर रहे हों, तो समय पर जांच और इलाज जरूरी है। हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरेपी कुछ मामलों में फायदेमंद हो सकती है, लेकिन इसे केवल विशेषज्ञ की सलाह पर ही लेना चाहिए। डॉक्टर यह भी बताते हैं कि कैसे संतुलित आहार, नियमित व्यायाम, तनाव नियंत्रण और पर्याप्त नींद इस अवस्था को सहज बनाने में सबसे महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। आज के समय में एक महत्वपूर्ण सवाल यह उठ रहा है कि क्या माहवारी बंद होने की उम्र घट रही है?

## घटती रजोनिवृत्ति आयुः एक उभरती स्वास्थ्य चिंता

अध्ययन बताते हैं कि भारत में कुछ महिलाओं में रजोनिवृत्ति अपेक्षाकृत कम उम्र में होने लगी है। यदि 40 वर्ष से पहले माहवारी बंद हो जाए, तो इसे प्रीमैच्योर मेनोपॉज कहा जाता है और 40 से 45 वर्ष के बीच होने को अर्ली मेनोपॉज कहा जाता है। भारत में लगभग 3 से 4 फीसदी महिलाओं में समय से पहले (40 वर्ष से पहले) माहवारी बंद हो जाती है। वहीं 40-44 वर्ष की आयु वर्ग में लगभग 16 फीसदी महिलाओं में अर्ली मेनोपॉज देखा गया है। समय से पहले रजोनिवृत्ति के पीछे कई कारण हो सकते हैं जैसे अत्यधिक तनाव, खराब खान-पान, धूम्रपान, हार्मोनल असंतुलन, थायरॉयड की समस्या, प्रदूषण और बदलती जीवनशैली। आज की तेज रफ्तार जिंदगी, काम का दबाव और अनियमित दिनचर्या भी इस बदलाव को प्रभावित कर रहे हैं। हालांकि यह कहना पूरी तरह सही नहीं होगा कि हर महिला में उम्र तेजी से घट रही है, लेकिन यह एक बढ़ती हुई स्वास्थ्य चिंता जरूर बनती जा रही है।

## भ्रांतियां और सामाजिक सोच

भारत में रजोनिवृत्ति को लेकर कई भ्रांतियां भी प्रचलित हैं, जो महिलाओं की परेशानी को और बढ़ा देती हैं। बहुत से लोग इसे बीमारी मानते हैं, जबकि यह एक सामान्य प्रक्रिया है। कुछ जगहों पर यह भी माना जाता है कि रजोनिवृत्ति के बाद महिला की उपयोगिता कम हो जाती है, जो पूरी तरह गलत है। यौन जीवन समाप्त हो जाना, डॉक्टर के पास जाने की जरूरत न होना और इस विषय पर बात करना शर्म की बात समझना ये सभी मिथक हैं। इन भ्रांतियों के कारण महिलाएं सही जानकारी और इलाज से वंचित रह जाती हैं। इन समस्याओं से पूरी तरह बचा नहीं जा सकता, लेकिन इनके प्रभाव को काफी हद तक कम किया जा सकता है।

## स्वस्थ जीवनशैली से सहज बन सकती है यह अवस्था

संतुलित आहार, जिसमें कैल्शियम और विटामिन डी तथा नियमित व्यायाम जैसे- योग और वॉक, मानसिक स्वास्थ्य के लिए ध्यान और बातचीत व नियमित स्वास्थ्य जांच, ये सभी उपाय बहुत प्रभावी हैं। साथ ही धूम्रपान और शराब जैसी आदतों से दूरी बनाए रखना भी जरूरी है। माहवारी बंद होना जीवन का अंत नहीं, बल्कि एक नए चरण की शुरुआत है। जरूरत है सही जानकारी, जागरूकता और सकारात्मक सोच की। यदि समाज में इस विषय पर खुलकर बात की जाए और डॉक्टरों की सलाह को महत्व दिया जाए, तो महिलाएं इस चरण को बिना डर और तनाव के बेहतर तरीके से जी सकती हैं।

## साप्ताहिक राशिफल

-पं. मनोज कुमार द्विवेदी
ज्योतिषाचार्य, कानपुर

**मेष** — इस सप्ताह स्वजनों के साथ बेहतर तालमेल बिठाकर चलने की आवश्यकता रहेगी। यदि आप घर और बाहर दोनों जगह लोगों का सहयोग और समर्थन पाने में कामयाब हो जाते हैं तो आपके सोचे हुए कार्य समय पर और बेहतर तरीके से पूरे होंगे।

**वृष** — यह सप्ताह करियर-कारोबार की दृष्टि से अनुकूल तो वहीं सेहत और संबंध की दृष्टि से थोड़ा प्रतिकूल रह सकता है। आपको अपने करियर अथवा कारोबार से जुड़ी बहुप्रतीक्षित शुभ समाचार मिल सकता है। इस दौरान आपके प्रयास और परिश्रम का पूरा फल मिलेगा।

**मिथुन** — इस सप्ताह आपको अपने करियर-कारोबार को आगे बढ़ाने के लिए अच्छे अवसर प्राप्त हो सकते हैं। आप अपनी मेहनत और प्रयास के बल पर अपनी योजनाओं को जमीन पर उतारने में कामयाब हो जाएंगे। कार्यक्षेत्र हो या फिर कारोबार आपकी साख बढ़ेगी।

**कर्क** — इस सप्ताह आप किसी भी कार्य को जितना परिश्रम और मनोयोग के साथ करेंगे आपको उसमें उतनी ही सफलता और लाभ की प्राप्ति होगी। यदि आप बीते कुछ समय से अधूरे कार्यों को पूरा करने के लिए परेशान थे तो इस सप्ताह किसी व्यक्ति विशेष की मदद से वो समय रहते पूरे हो जाएंगे।

**सिंह** — इस सप्ताह कुछ कार्यों में उम्मीद के मुताबिक सफलता और लाभ की प्राप्ति न हो पाने पर आपके मन में हताशा एवं निराशा के भाव पनप सकते हैं। आप कार्यों में अचानक से बाधाएं और अड़चनें आ सकती हैं। आपके सिर पर अचानक से कुछ बड़े खर्च आ सकते हैं, जिसके कारण आपकी वित्तीय स्थिति गड़बड़ा सकती है।

**कन्या** — इस सप्ताह किसी भी कार्य में लापरवाही करने तथा स्वजनों के साथ तकरार करने से बचना होगा। इस सप्ताह कार्यों में आने वाली अड़चनों और स्वजनों का समय पर सहयोग न मिल पाने के कारण तनावपूर्ण स्थितियों से गुजरना पड़ सकता है। आर्थिक मामलों में सोच-समझकर निर्णय लेने की आवश्यकता रहेगी।

**तुला** — इस सप्ताह अपने भीतर आलस्य और अभिमान को आने देने से बचना होगा। काम को टालने से बनते काम भी बिगड़ सकते हैं। ऐसे में किसी भी कार्य को समय पर पूरे मनोयोग के साथ करने का प्रयास करें। छात्रों का मन पढ़ाई से उचट सकता है। उन्हें अथक परिश्रम के बाद ही मनचाही सफलता की प्राप्ति संभव हो पाएगी।

**वृश्चिक** — यह सप्ताह अत्यंत ही शुभ रहने वाला है। आपकी आजीविका से जुड़ी समस्याएं स्वत: दूर होती हुई नजर आएंगी। करियर-कारोबार के सिलसिले में की गई यात्राएं शुभ और लाभप्रद साबित होंगी। यदि आप लंबे समय से पैतृक संपत्ति की प्राप्ति के लिए परेशान चल रहे थे तो इस सप्ताह उसमें आ रही अड़चनें दूर होंगी।

**धनु** — इस सप्ताह की शुरुआत में आपको छोटे-छोटे कार्यों को पूरा करने के लिए अधिक भागदौड़ करनी पड़ सकती है। इस सप्ताह आपको कठिन परिश्रम के बाद ही मनचाहे परिणाम मिल पाएंगे। धन-संपत्ति से जुड़े मामलों में जल्दबाजी करने से बचना चाहिए अन्यथा बाद में नुकसान झेलना पड़ सकता है।

**मकर** — यह सप्ताह मिश्रित फलदायी रहने वाला है। आपको करियर-कारोबार से जुड़ी चिंताएं घेरे रहेंगी। यदि आप व्यवसायी हैं तो आपको बाजार में अपनी साख बनाए रखने और मनचाहे लाभ की प्राप्ति के लिए अधिक परिश्रम और प्रयास करने होंगे। धन एवं पैतृक संपत्ति को लेकर विवाद होने की आशंका बनी रहेगी।

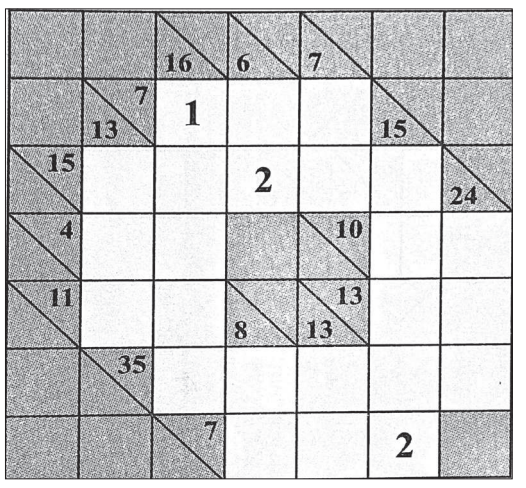
**कुंभ** — यह सप्ताह अत्यंत ही शुभ रहने वाला है। आप अपने कार्य को पूरे लगन और मेहनत से करेंगे। जिसका आपको सुखद परिणाम और लाभ भी प्राप्त होगा। व्यवसाय से जुड़े लोगों के लिए सप्ताह की शुरुआत अत्यंत ही शुभ साबित होगी। इस दौरान आपको नए क्षेत्रों अथवा नए शहरों में अपने काम को बढ़ाने का अवसर प्राप्त होगा।

**मीन** — इस सप्ताह आपको लंबे समय से चली आ रही परेशानियों से कुछ राहत तो मिल सकती है लेकिन उन्हें बेहद सावधानी के साथ कोई भी कदम उठाने की आवश्यकता रहेगी। यदि आप पार्टनरशिप में कारोबार करते हैं तो आपको धन के लेनदेन में सावधानी बरतनी चाहिए। भूलकर भी नियम अथवा कानून का उल्लंघन न करें।

## वर्ग पहेली (काकुरो)

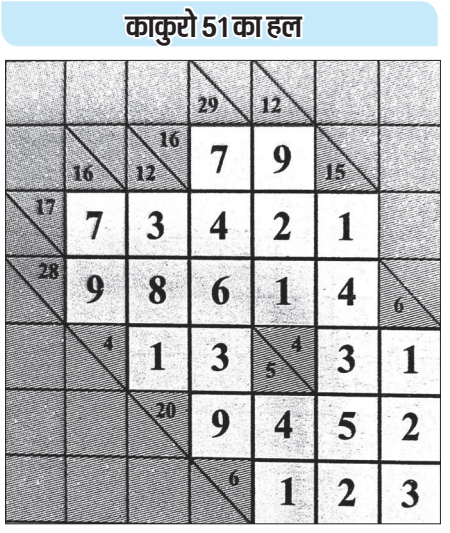
काकुरो पहेली वर्ग पहेली के समान हैं, लेकिन अक्षरों के बजाय बोर्ड अंकों (1 से 9 तक) से भरा है। निर्दिष्ट संख्याओं के योग के लिए बोर्ड के वर्गों को इन अंकों से भरना होगा। आपको दी गई राशि प्राप्त कर ने के लिए एक ही अंक का एक से अधिक बार उपयोग करने की अनुमति नहीं है। प्रत्येक काकुरो पहेली का एक अनूठा समाधान है।

### काकुरो 52






### काकुरो 51 का हल



कहानी

# प्रिया की जीत

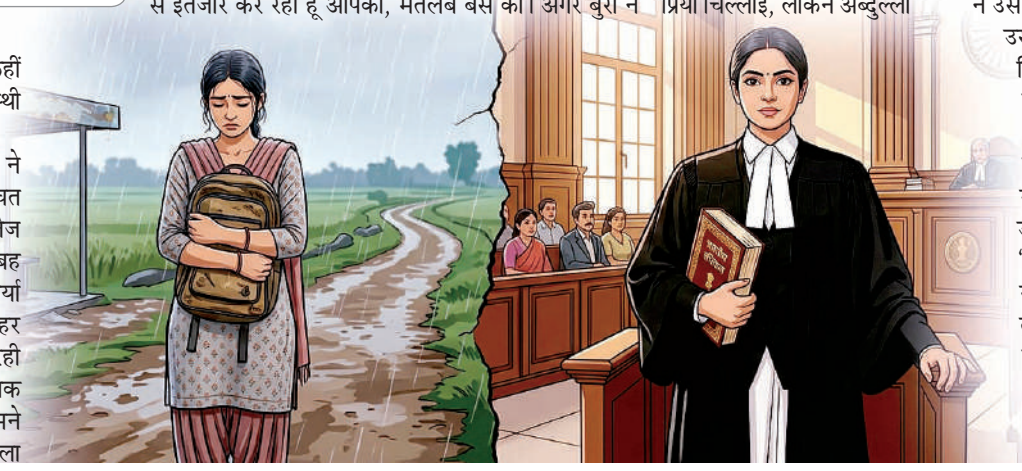
भाद्रपद की तपती दुपहरी हो, लू की सनसनाती हवाएं हों या माघ की कपा देने वाली सर्दी मौसम कभी बंसीलाल जी के कामों में आड़े नहीं आता था। उनके लहलहाते खेतों को देखना अपने आप में एक सुकून था। वे उसूलों के पक्के थे, न किसी का हक खाते, न किसी को खाने देते। एक तरफ जहां वे अपने बैलों की जोड़ी की बच्चों की तरह देखभाल करते, वहीं बकरियों की जिम्मेदारी उनकी पत्नी वीणा उठा लेती। पांच से आठ बीघा जमीन थी, मगर याद नहीं आता कि बुवाई से लेकर कटाई तक कभी किसी बाहरी मजदूर का सहारा लिया हो।

बंसीलाल जी जितने मेहनती थे, उतने ही धैर्यवान। जीवन के इस पड़ाव तक कितनी ही बार प्राकृतिक आपदाओं ने उनकी फसलों को बेरहमी से दबोचा, लोगों ने उनमें कृषक हीनता की भावना जगाने की कोशिश की, लेकिन अपनी सहनशीलता पर वे अडिग रहे। यही गुण उनकी बेटी प्रिया में भी कूट-कूट कर भरे थे। गेहुआं बदन, मध्यम कद, झील जैसी गहरी आंखें और झुकी नजरें, प्रिया ने शायद कभी किसी के सामने आंख उठाकर देखना सीखा ही नहीं था। उसके स्वरों से मानो रस टपकता था। वह मासूमियत की मूरत थी, जिसकी दुनिया विद्यालय से घर और घर से खेतों की पगडंडियों तक ही सिमटी हुई थी। देखते-देखते वह बड़ी होती गई। बंसीलाल जी दिन भर की हाड़-तोड़ मेहनत के बाद जब थके-हारे घर लौटते, तो कब उनकी आंख लग जाती, पता भी न चलता। प्रिया की सारी जिम्मेदारी मां वीणा के कंधों पर थी। जितनी भोली प्रिया थी, उससे कहीं अधिक भोली उसकी मां! वीणा दुनियादारी से बेखबर अपनी छोटी सी गृहस्थी में ही मगन रहती थी।

डोली शाह
लेखिका

प्रिया ने दसवीं और बारहवीं की परीक्षा पास की, लेकिन अंकों ने मानो उसे धोखा दे दिया। माता-पिता परेशान थे, परंतु अनुसूचित जनजाति के कोटे ने उसका दाखिला शहर के एक मध्यमवर्गीय कॉलेज में करवा दिया। प्रिया अब पूरे मन से पढ़ाई में जुट गई। हर दिन सुबह घंटों सवारी का इंतजार करना और फिर कॉलेज पहुंचना उसकी दिनचर्या बन गई। सावन का महीना था और आसमान से लगातार वर्षा का कहर बरस रहा था। बस स्टैंड पर खड़ी प्रिया बार-बार अपनी घड़ी देख रही थी। समय तेजी से भाग रहा था और बस का कहीं पता न था। अचानक बारिश की मोटी बूंदों के बीच एक नवयुवक छाता लिए उसके सामने आया और बोला, "आप यह छतरी ले लीजिए, मैं दुकान के अंदर चला जाता हूं।" प्रिया ने झट से उत्तर दिया, "अरे नहीं, बस... मैं ठीक हूं।" "ले लीजिए, आप पूरी भीग जाएंगी," युवक ने दोबारा आग्रह किया, "वैसे जाना कहां है आपको?" "कॉलेज," प्रिया ने संक्षेप में कहा। "कौन सा कॉलेज? वैसे तो मैं आपको रोज यहां देखता हूं, पर कभी पूछा नहीं..." "सियाराम गर्ल्स कॉलेज," प्रिया ने फिर छोटा सा जवाब दिया। "अच्छा कॉलेज है वह," युवक ने तारीफ की। वह बहुत कुछ कहना चाहता था, लेकिन प्रिया की मौनता ने उसे मौका नहीं दिया। मासूम चेहरा और झुकी निगाहें, उस युवक के दिमाग में पूरे दिन दफ्तर में वही चेहरा घूमता रहा। अगली सुबह फिर दोनों बस अड्डे पर मिले। युवक का नाम रहीम था। वह मन ही मन ख्याली पुलाव पका रहा था। उसने लड़खड़ाते हुए कहा, "कब से इंतजार कर रहा हूं आपका, मतलब बस का। अगर बुरा न मानें तो नाम जान सकता हूं?" "मैं प्रिया हूं।" "वाह, बहुत प्यारा नाम है।" सौभाग्य से बस में एक ही सीट खाली थी, जिस पर प्रिया को रहीम के साथ बैठना पड़ा। बातों का सिलसिला शुरू हुआ। प्रिया को भी सफर में एक साथी मिल गया। धीरे-धीरे रहीम ने अपनेपन का जाल फैलाना शुरू किया। अब तो वह शाम को लौटते समय भी बहाने से प्रिया के साथ हो लेता। एक दिन रहीम ने चाय पीने की जिद की। प्रिया ने मना करना चाहा, पर मन की इच्छाओं के आगे वह पिघल गई। अब घंटों फोन पर बातें होने लगीं। बातों-बातों में प्रिया ने अपने जन्मदिन का जिक्र कर दिया। रहीम ने शहर के एक होटल के कमरे में भव्य तैयारी की। कॉलेज के बहाने प्रिया वहां पहुंची। कमरे की सजावट देख वह चौंक गई, "वाओ! अमेजिंग! इतनी जल्दी इतना सब कुछ?" "यह तो कुछ भी नहीं प्रिया, तुम इससे कहीं ज्यादा सुंदर हो," रहीम ने मधुर स्वर में कहा, "लेकिन इतने पैसे खर्च करने की क्या जरूरत थी?" प्रिया गंभीर हुई। "तुम्हारे लिए तो मैं कुछ भी कर सकता हूं," रहीम ने उसका हाथ थाम लिया।

दोनों ने केक काटा, मौज-मस्ती की। प्रिया भावुक हो गई, "थैंक्स रहीम, आज का दिन यादगार बनाने के लिए। आज तक किसी ने मेरा जन्मदिन ऐसे नहीं मनाया।" भावनाओं के सागर में डूबे दोनों अपनी सीमाओं से आगे बढ़ गए। जब प्रिया घर पहुंची, तो मां ने उसके कपड़ों पर लगे निशानों के बारे में पूछा। प्रिया ने 'बेंच पर कुछ लगा था' कहकर बात टाल दी और अपने कमरे में जाकर रोने लगी। उधर रहीम अपने दोस्तों के साथ शराब के नशे में डूबा था। उसने बड़े गर्व से दोस्तों को प्रिया की तस्वीर दिखाई। उसके दोस्त अब्दुल्ला की नीयत बिगड़ गई। उसने रहीम के मोबाइल से प्रिया का नंबर निकाल लिया। एक दिन अब्दुल्ला ने रहीम की बीमारी का वास्ता देकर प्रिया को खेतों की पगडंडियों पर बुलाया। प्रिया घबराकर पहुंची, तो वहां अब्दुल्ला को अकेला पाया। "तुम यहां? रहीम कहां है?" प्रिया ने गरज कर पूछा। अब्दुल्ला ने झूठ बोला कि रहीम होटल के कमरे में पैर दर्द के कारण उसका इंतजार कर रहा है। प्रिया उसके साथ कमरे में पहुंची, तो वहां रहीम नहीं था। "डार्लिंग, मैं हूं न तुम्हारा रहीम," अब्दुल्ला ने घिनौनी हरकत शुरू की। प्रिया चिल्लाई, लेकिन अब्दुल्ला ने उसे बेहोशी की दवा सूंघा दी और उसके साथ दरिंदगी की। जब प्रिया को होश आया, वह सब कुछ लुट चुका था। वह रोती-बिलखती घर पहुंची। उसने रहीम को फोन किया, लेकिन रहीम ने सहानुभूति के बजाय उस पर ही इल्जाम लगा दिया। "प्रिया, तुम मेरे दोस्त के साथ... छी! मुझे शर्म आती है तुम्हें अपना कहने में।" उसने फोन काट दिया। प्रिया पर दुखों का पहाड़ टूट पड़ा। वह भीतर ही भीतर मर गई।



समय बीतता गया। प्रिया ने खुद को संभाला और आगे की पढ़ाई जारी रखी। माता-पिता ने शादी की बात की, तो उसने साफ इनकार कर दिया। इसी तनाव के बीच एक दिन बंसीलाल जी को दिल का दौरा पड़ा और वे चल बसे। हरा-भरा खेत बंजर हो गया। प्रिया अब नौकरी की तलाश में जुटी। बीए के बाद उसने वकालत (एलएसबी) की पढ़ाई की, लेकिन परीक्षा के अंकों ने फिर साथ नहीं दिया और उसे 'ऑल इंडिया बार एग्जाम' (एआईबीई) में बैठने की पात्रता नहीं मिली। वह दुखी होकर असिस्टेंट बोर्ड अधिकारी शिवाजी लाल जी के पास पहुँची। रविवार का दिन था। गेटकीपर ने मना किया, पर प्रिया की मासूमियत देख उसे अंदर भेज दिया। "सर, मुझे एआईबीई की परीक्षा देनी है, पर मेरे अंक कम हैं। आप चाहें तो मदद कर सकते हैं।" प्रिया ने गुहार लगाई। लाल साहब ने उसे गौर से देखा। "काम तो हो जाएगा, पर बदले में मुझे क्या मिलेगा?" उनकी नजरें प्रिया के जिस्म को टटोल रही थीं। प्रिया सब समझ गई। उसने दिल पर पत्थर रखकर कहा, "सर, पहले साइन कर दीजिए और सीसीटीवी बंद कर दीजिए।" लाल साहब मुस्कुराए। उन्होंने अपनी हवस पूरी की और प्रिया को सर्टिफिकेट दे दिया। प्रिया एक जिंदा लाश की तरह वहां से बाहर निकली। उसी सर्टिफिकेट के आधार पर उसने परीक्षा दी और सफल हुई। प्रिया अब एक जाने-माने वकील बृजेश साहब की असिस्टेंट बन गई। वह कोर्ट में हर केस को बारीकी से समझने लगी। एक दिन कोर्ट में एक बुजुर्ग दंपत्ति आए, जिनकी बेटी 'रिया' के साथ रेप हुआ था। वकील बृजेश ने रिया के चरित्र पर सवाल उठाए कि वह रात 9 बजे लड़के के घर क्यों गई? यह सुनकर प्रिया का खून खौल उठा। "सर, इस तरह के कामों के लिए समय मायने नहीं रखता। हम लड़कियां दिन के उजाले में भी सुरक्षित नहीं हैं, न रात के अंधेरे में। आखिर हम अपनी मंजिल तक पहुंचे भी तो कैसे? हर ऊंचे पद पर ऐसे भेड़िए बैठे हैं, जो 'मौके पे चौका' मारते हैं।" उसने बृजेश सर से दरख्वास्त की कि उसे 'आपराधिक बचाव वकील' के रूप में तैयार करें, ताकि वह महिलाओं के लिए लड़ सके।

धीरे-धीरे प्रिया 'सीनियर लॉयर ऑफ वूमेन' की सूची में सबसे ऊपर आ गई। अंतिम सुनवाई का दिन था। कोर्ट में सन्नाटा पसरा था। बृजेश सर और लाल साहब भी मौजूद थे। प्रिया की आत्मविश्वास से भरी आवाज ने कानून की बारीकियों को इस तरह रखा कि जज ने उसके पक्ष में फैसला सुनाया। अपराधी को सजा मिली। लाल साहब उसके पास आए, "बधाई हो बेटा! पर मुझे माफ कर देना।" प्रिया ने व्यंग्य से मुस्कुराते हुए कहा, "माफी क्यों सर? आज आपकी ही 'मदद' की वजह से मैं यहां तक पहुंची हूं। क्या आपके साथ एक सेल्फी ले सकती हूं?" लाल साहब ने शर्म से सिर झुकाते हुए कहा, "जरूर बेटा।" "सर, बेटा नहीं... बेबी!" प्रिया का यह एक शब्द लाल साहब के गाल पर तमाचे की तरह लगा। सेल्फी खिंचवाते हुए लाल साहब और बृजेश सर के चेहरे झुके हुए थे और प्रिया का चेहरा स्वाभिमान से दमक रहा था। पूरा कोर्ट 'प्राउड ऑफ यू' की आवाज से गूंज उठा। प्रिया ने साबित कर दिया कि समाज उसे जितना झुकाएगा, वह उतनी ही ताकत से उठकर न्याय की मशाल जलाएगी।

## काव्य

### एक बूंद पानी की

बूंद-बूंद पानी की, एक बूंद
पानी की जीवन को सींचेगी,
तन-मन को सींचेगी
जाया मत जाने दो, नाली में,
नालों में कीचड़ के थालों में,
जाने से रोको अब।

बोओ तालाबों में, जोहड़ में,
पोखर में, धरती की रग-रग
में, इसको रम जाने दो,
बूंद-बूंद पानी की, एक बूंद
पानी की कण-कण को
सींचेगी। जीवन को सींचेगी।

मत खेलो, मत खेलो, पानी से
मत खेलो जब तक ये पानी
है, राजा है, रानी है, हर इक
कहानी है, रहिमन की बानी
है- 'बिन पानी सब सूना'
सूना सब पानी बिन।
सब सूना पानी बिन।

क्यों न तुम समझ पाते, पानी
से ये नाते मत खेलो पानी से,
खेलो मत पानी से
एक बूंद पानी की, सावन को
सींचेगी। जीवन को सींचेगी।

पानी के व्यापारी लेकर ये आए
हैं पानी बाजारों में बोतल में,
जारों में लगकर कतारों में
झरनों को लीलेंगे,
पोखर को सोखेंगे,
जन-जन तक जाने से
नदिया को रोकेंगे बादल
खरीदेंगे, आंगन बरसाएंगे
हां, अपने आंगन में,
बस अपने आंगन में, बेचेंगे
पानी की बूंद-बूंद बेचेंगे, दूर
देश से आकर माल खूब
खीचेंगे।
हम प्यासे बादल तक,
टकटकी लगाएंगे।

सीख याद आएंगी दादी की,
नानी की एक-एक ज्ञानी
की- बूंद-बूंद पानी की
एक बूंद पानी की आंगन को
सींचेगी जीवन को सींचेगी
जाया मत जाने दो।

अशोक 'अंजुम'
वरिष्ठ साहित्यकार

### बस तेरे होने से

दुनिया और भी खूबसूरत
हो रही है
एक तेरे होने से,
रोशनी में नूर देख
तेरे होने से।
चांदनी और भी नरम
देख तेरे होने से।
घंटे पलों में बदल रहे
रास्ते नजारों से भर रहे।
इंतजार प्यार और सुखन
भरा
बस एक तेरे होने से।
तेरा मेरा रिश्ता जैसे
ओस की बूंद का फूलों से,
कब तक कितना कैसे से परे
देख बस तेरे होने से।

निवेदिता शर्मा
कवयित्री

### दुखों को ओढ़ कर

दुखों को ओढ़ कर सोया रहा
सर्दी बहुत थी
दुखों को ओढ़ कर सोया वो
जैसे कोई पुरानी चादर हो
जिसमें सिलवटें भी तमाम थीं
और सर्दी भी बहुत थी।

रात भर करवटों में
वक्त की किरचें
नश्तर चुभोती रहीं,
पर उसने आह तक न की
कहीं सारे घर की
नींद न टूट जाए।

तकिये के नीचे रखे सपने
धीरे-धीरे धुंधला गए,
पर माथे पर जिम्मेदारियों का
हाथ वैसे ही टिका रहा।

दुखों को ओढ़ कर सोया वो,
पर सुबह फिर
मुस्कान पहनकर उठा
जैसे कुछ हुआ ही न हो।
उसकी चुप्पी में
अनगिनत प्रश्न थे,
और आंखों की कोरों में
थोड़ी-सी भीगी तरल रोशनी

दुखों को ओढ़ कर सोया वो
बस उम्मीद की एक
पतली-सी
धूप की किरण
खिड़की से भीतर आती रही।

निरुपमा सिंह
बिजनौर

## लघुकथा

# टिफिन

वर्मा जी कमरे में बैठे टिफिन का इंतजार कर रहे थे। उनकी उम्र अस्सी वर्ष से ऊपर हो गई थी। कुछ वर्ष पहले उनकी पत्नी का देहांत हो गया था। दोनों लड़के विदेश में बस गए थे। अब वे इस मकान में अकेले रहते थे।

कुछ दिन पहले उन्होंने अपने वाट्सऐप पर एक मैसेज देखा था। मैसेज सीनियर वेलफेयर सोसाइटी का था। उसमें लिखा था कि जो सीनियर सिटीजन बिल्कुल अकेले हैं और खाना बनाने में असमर्थ हैं वे मैसेज में दिए टेलीफोन नंबर पर अपना पता नोट करा दें। सोसाइटी उनके लिए दोनों टाइम निःशुल्क टिफिन पहुंचाने की व्यवस्था करेगी।

यह मैसेज देखकर वर्मा जी बड़े खुश हुए। इस उम्र में उन्हें खाना बनाने में बड़ी दिक्कत होती थी। उन्होंने दिए हुए फोन नंबर पर अपना पता-ठिकाना नोट करा दिया था। इस बात को आठ-दस दिन हो गए थे, तब से दोनों टाइम उनके यहां टिफिन आ रहा था। वे बड़े खुश थे। वर्मा जी ने घड़ी पर नजर डाली नौ बजे गए थे। आज अभी तक टिफिन लेकर कोई आया नहीं वे मन ही मन बुदबुदाए। तभी डोर बेल बज उठी। लो आ गया टिफिन वाला उन्होंने स्वयं से कहा। फिर उन्होंने उठकर दरवाजा खोला। सामने टिफिन वाले लड़के को देखकर उनके चेहरे पर हल्की सी मुस्कुराहट दौड़ गई। लड़के ने टिफिन उनके हाथ में पकड़ा दिया। वह उनके पीछे-पीछे चलने लगा। कॉरीडोर में वह रुकते हुए बोला-"मैं एक फोन करके आता हूं।"

सुरेश बाबू मिश्रा
वरिष्ठ लेखक

वर्मा जी अंदर आकर खाना खाने लगे। वे खाना खाकर उठे ही थे कि तभी टिफिन वाला लड़का अंदर आया उसके साथ तीन-चार लड़के और थे। इससे पहले कि वर्मा जी कुछ समझ पाते एक लड़के ने तमंचा उनकी कनपटी पर रखते हुए उन्हें खामोश रहने का हुक्म दिया।

फिर अन्य लड़कों ने उनके मुंह में कपड़ा ठूंसकर उन्हें अच्छी तरह से कुर्सी से बांध दिया। वे सब एक डेढ़ घंटे तक वर्मा जी के घर को खंगालते रहे। फिर सारी नकदी और कीमती सामान लेकर वहां से चंपत हो गए। वर्मा जी को वे उसी हालत में कुर्सी पर बंधा छोड़ गए।

# संकेत

मां, मैम ने कल पापा को स्कूल में बुलाया है। आरव ने स्कूल से आते ही कहा। "क्यों? तुमने कुछ किया है क्या?" "नहीं।" आरव ने सिर झुका लिया। शाम को मां ने पति से कहा, "सुनिए, आरव के स्कूल से बुलावा आया है।" "फीस तो जमा है न?" "हां, पर बात फीस की नहीं लगती, कुछ और बात है।" अगले दिन वे स्कूल पहुंचे। क्लास टीचर ने बिना भूमिका बांधे आरव की कॉपी खोल कर सामने रख दी। कहा- "हमने बच्चों से 'घर का सबसे अच्छा समय' पर दो पंक्तियां लिखने को कहा था। आरव ने यह लिखा।"

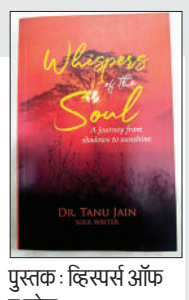
वीना सिंह
साहित्यकार

कॉपी में साफ अक्षरों में लिखा था- "घर का सबसे अच्छा समय रविवार की सुबह होती है, क्योंकि उस दिन पापा मोबाइल पर नहीं होते।" पिता चौंक गए! उन्होंने धीमे से पूछा-"आरव, ऐसा क्यों लिखा?" आरव बेझिझक बोला, "बाकी दिनों में आप ऑफिस से आकर थक जाते हैं। फिर मोबाइल पर मीटिंग होती है। मैं कुछ पूछता हूं, तो आप कहते हैं, अभी नहीं, मैं बिजी हूं। रविवार को आप मेरे साथ खेलते हैं, इसलिए वो सबसे अच्छा लगता है।" कमरे में कुछ क्षण की चुप्पी रही। मैम ने शांत स्वर में कहा, "बच्चे शिकायत नहीं करते, वे बस अपने तरीके से संकेत दे देते हैं। समझना हमें होता है।" घर लौटकर उस शाम पिता ने मोबाइल साइलेंट कर दूर रख दिया। मुस्कराकर पूछा, "आज कौन-सा दिन है?" "बुधवार," आरव ने चमकती आंखों से कहा। पिता ने उसे बांहों में भर लिया- "तो तय रहा, अब हर दिन अच्छा होगा।"

## समीक्षा

# व्हिस्पर्स ऑफ द सोल

व्हिस्पर्स ऑफ द सोल एक ऐसी प्रेरणादायक पुस्तक है, जो आत्मचिंतन, आध्यात्मिक अनुभवों और जीवन के विविध पहलुओं को गहराई से समझने की यात्रा पर ले जाती है। लेखिका डॉ. तनु जैन, जो रक्षा मंत्रालय में एक सिविल सेवक होने के साथ-साथ एक सम्मानित आध्यात्मिक वक्ता भी हैं, ने अपने व्यक्तिगत अनुभवों, विचारों और जीवन से सीखे गए मूल्यों को इस पुस्तक में सहज और प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत किया है। यह पुस्तक किसी सरकारी नीति या आधिकारिक दृष्टिकोण का प्रतिनिधित्व नहीं करती, बल्कि यह लेखिका की आत्मिक अनुभूतियों और जीवन के प्रति उनके दृष्टिकोण का सच्चा और संवेदनशील प्रतिबिंब है। इसमें छोटे-छोटे कदमों की शक्ति, संबंधों में आध्यात्मिक परिपक्वता, सजग जीवनशैली और विभिन्न आध्यात्मिक स्थलों के अनुभवों को अत्यंत सुंदर ढंग से पिरोया गया है।

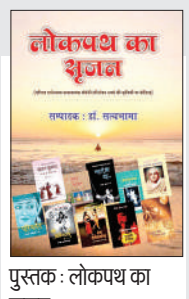


पुस्तक : व्हिस्पर्स ऑफ द सोल
लेखक : डॉ. तनु जैन
मूल्य : 500

पुस्तक का प्रत्येक अध्याय एक स्वतंत्र चिंतन के रूप में प्रस्तुत है, जिसमें जीवन की सच्चाइयों को सरल, लेकिन गहन तरीके से समझाया गया है। इसमें प्रेरणादायक प्रसंग, आध्यात्मिक संदर्भ और विचारोत्तेजक व्याख्याएं शामिल हैं, जो पाठक को रुककर सोचने, आत्मनिरीक्षण करने और अपने जीवन के उद्देश्य से जुड़ने के लिए प्रेरित करती हैं। यह पुस्तक उन सभी लोगों के लिए विशेष रूप से उपयोगी है, जो जीवन के शोरगुल के बीच अर्थ, संतुलन और आत्मिक शांति की तलाश में हैं। साथ ही, यह उन पाठकों के लिए भी मार्गदर्शक सिद्ध हो सकती है, जो अपने कर्तव्य और आध्यात्मिकता के बीच संतुलन स्थापित करना चाहते हैं। व्हिस्पर्स ऑफ द सोल न केवल एक पुस्तक है, बल्कि आत्मा की आवाज को सुनने और समझने का एक सुंदर प्रयास है।

# लोक के लिए सृजन

डॉ. सत्यभामा ने पंडित राधेश्याम कथावाचक की कृतियों पर विभिन्न लेखकों की समीक्षाओं को इकट्ठा करके एक पुस्तक निकाली है। नाम है- 'लोकपथ का सृजन', विशेषता यह है कि यह सभी कृतियां पिछले कुछ वर्षों में हरिशंकर शर्मा द्वारा प्रकाशित की गई हैं। एक प्रकार से यह हरिशंकर शर्मा द्वारा पंडित राधेश्याम कथावाचक के कृतित्व के संबंध में किए गए कार्यों पर देश-भर के लेखकों का आकलन है। पुस्तक में 98 लेख हैं। किसी लेखक की कलम से एक लेख, किसी के द्वारा अनेक लेख। पं. राधेश्याम कथावाचक के रचना-कर्म का समस्त फलक इस पुस्तक के अध्ययन से जाना जा सकता है।



पुस्तक : लोकपथ का सृजन
संपादक : डॉ. सत्यभामा
मूल्य : 795
समीक्षक : रवि प्रकाश रामपुर

डॉ. सत्यभामा के संपादकत्व का अपना महत्व है। आपने वर्ष 2021 में पांडिचेरी केंद्रीय विश्वविद्यालय से 'पारसी रंगमंच के विकास में राधेश्याम कथावाचक का योगदान' विषय पर पीएचडी का कार्य किया है। इस प्रकार आप राधेश्याम कथावाचक के साहित्य की मर्मज्ञ सहज ही कही जा सकती हैं। पुस्तक की प्रस्तावना में हरिशंकर शर्मा ने पुस्तक का उद्देश्य इन शब्दों में बताया है: 'दिवंगत पंडित राधेश्याम कथावाचक को नई पीढ़ी जाने, उनके साहित्य से प्रेरणा ले।' पुस्तक में हरिशंकर शर्मा के सात लेख भी शामिल किए गए हैं। यह लेख राधेश्याम रामायण, भ्रमर पत्रिका तथा फिल्म जगत में कथावाचक जी के योगदान आदि पर प्रकाश डालते हैं। यह पुस्तक पंडित राधेश्याम कथावाचक की कृतियों पर किए गए कार्यों के संबंध में प्रकाशित लगभग दो दर्जन पुस्तकों का सार-संक्षेप कहा जा सकता है। अगर कोई शोधार्थी दो दर्जन पुस्तकें पढ़ने के स्थान पर केवल एक पुस्तक से काम चलाना चाहता है, तो उसे 'लोकपथ का सृजन' का अध्ययन पर्याप्त होगा। 'लोकपथ का सृजन' ने उन्हें पुस्तक का आकार देकर सरलता से सर्वसुलभ बना दिया है। पुस्तक की छपाई आकर्षक है। मुखपृष्ठ भीतर की सामग्री को दर्शाने में उपयुक्त है।

## व्यंग्य

# मिसाइल खेला के सूत्रधार

कहा जाता है की जवानी जोश-खरोश से भरी होती है। इसमें कूट-कूटकर उत्साह भरा होता है। इन्हें जिंदगी की कोई खास परवाह नहीं होती है। यह उम्र ही खतरों से खेलने की होती है और साथ ही जिंदगी के मजे लेने की भी होती है।

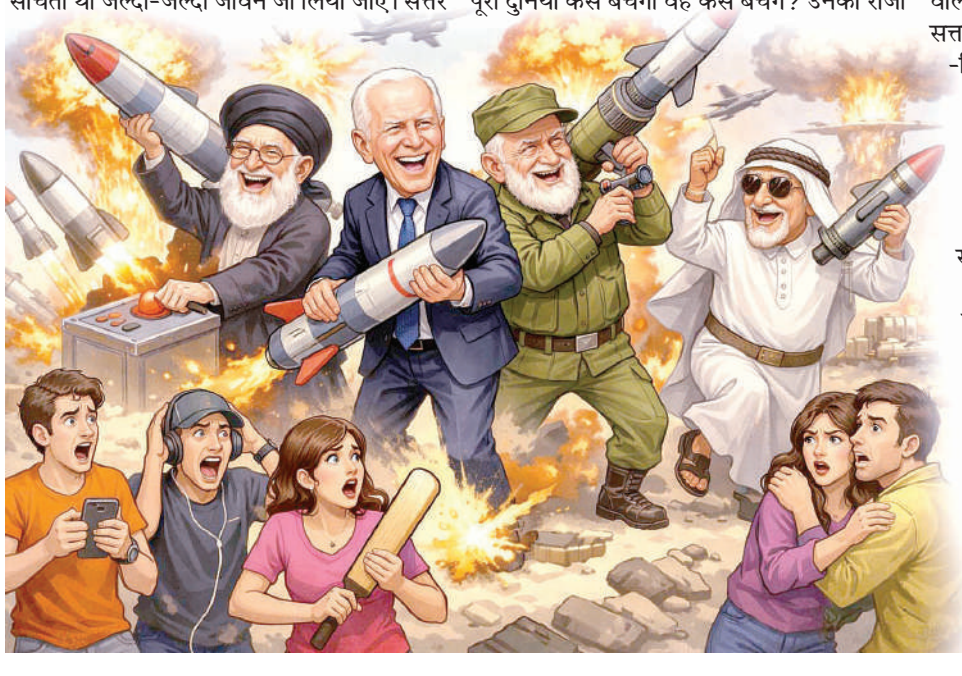
मुझे भी पहले इसी बात का विश्वास था। मैं तो सोचती थी जल्दी-जल्दी जीवन जी लिया जाए। सत्तर में तो यहां दर्द, वहां दर्द, हाय रे कमरदर्द शुरू हो जाएगा। फिर बैठे- बैठे कंठी माला ही जपना है। वैसे भी तीस की उम्र में कितना ही बोझा रहता है। घर, परिवार, करियर, सब बेताल की तरह कांधे पर सवार रहते हैं। बस प्राण नहीं निकलते हैं, यही बहुत बड़ी बात हो जाती है, लेकिन अब इन सब बातों से विश्वास उठ चुका है। जब से ईरान, अमेरिका, इजरायल युद्ध शुरू हुआ और इनके कर्ता-धर्ता और सूत्रधारों की उम्र देख रही हूं और इनके जोश- खरोश, उत्पात देख रही हूं। आंखें हैरानी से कटोरी से निकलने को आतुर है। अब मैं भी उत्पात मचाने के लिए अपने बुढ़ापे का इंतजार कर रही हूं। अब आप ही देख लीजिए तीस वाले, पूरी दुनिया कैसे बचेगी वह कैसे बचेंगे? उनका रोजी रोजगार कैसे बचेगा? घर-परिवार कैसे बचेगा इस चिंता में दुबले हो रहे हैं। जवानी में, डिप्रेशन में जा रहे हैं। वहीं सत्तर वाले इंजॉय कर रहे हैं अब यदि यह उलटी गंगा है, तो है।

रेखा शाह
बलिया

पूरी दुनिया युद्ध के चक्रव्यूह में घिरी हुई है। उसकी रचना यह सत्तर पार वाले किए हैं। मजाल हो की उसमें कोई बीस पच्चीस साल का बालक हो। यह सत्तर पार वाले महानायक पूरी दुनिया को फूंक कर तमाशा देखना चाहते हैं।

समझ नहीं आता है कि कौन सी चक्की का आटा खा रहे हैं कि इनका जोश कम नहीं हो रहा है। यहां युवा नौकरी-चाकरी के चक्कर मे हांफकर डिप्रेशन में मर रहा है। यह रोज नए-नए धरती पर सस्पेंशन पैदा कर रहे हैं। यह तीस वाले हॉकी, क्रिकेट और बैडमिंटन खेल रहे हैं। यह सत्तर वाले एटम बम-एटम बम खेल रहे हैं। मिसाइल -मिसाइल खेल रहे हैं। बहुत कंफ्यूजन है यह सत्तर वाले हवा में एटम बम उछाल-उछालकर बोल रहे हैं कि आओ चलो खेला जाए। कौन ऐसा करता है। यह तीस वाले कमबख्त सिर्फ रील और क्रिकेट, इंस्टा, फेसबुक और रोमांस में उलझे हुए हैं। कुछ भी हो 2026 का ताज तो सत्तर वालों के सर पर बिना विवाद के ही है।

तीस वालों निकम्मों, जाओ चुल्लू भर पानी में डूब मरो। बस इतना ख्याल रखना कि कहीं उस पानी में भी इन उत्पात्ती बूढ़ों ने अपने मजे के लिए पारा घोल के न रखा हो। लोग कहते हैं कि इनकी उम्र आस्था चैनल देखने की है, लेकिन हे भगवान यह तो पॉप म्यूजिक चैनल देख और पूरी दुनिया को दिखा रहे हैं। उस पर बवाल करवा रहे हैं। बस भगवान इससे ज्यादा दूरबुद्धि इनको मत देना। क्योंकि इनको तो मात्र दस -बीस साल इस धरती पर रहना है। हम लोगों को तो अभी पूरी जिंदगी पड़ी हुई है।



मेघा राठी
भोपाल

हमारे समाज में आज भी यह मान लिया जाता है कि अगर कोई रिश्ता टूटने की कगार पर है, तो कहीं न कहीं स्त्री ही ज्यादा भावुक, ज्यादा अपेक्षी या ज्यादा असहिष्णु रही होगी। स्त्री से यह उम्मीद की जाती है कि वह हर परिस्थिति में समायोजन करे, समझौता करे और हालात को 'संभाले', लेकिन सच्चाई यह है कि कई रिश्ते इसलिए नहीं टूटते कि प्रेम समाप्त हो गया, बल्कि इसलिए टूटते हैं कि प्रेम निभाने की क्षमता समाप्त हो जाती है।

# जब प्रेम बन जाए बोझ

## स्त्री, चुप्पी और निर्णय

गिरिजा अपने पति की बेरुखी से परेशान थी। वह गिरिजा के प्रति कभी अपनी जिम्मेदारी नहीं समझना चाहता था। शादी के बाद भी उसे अपने दोस्तों के साथ अविवाहित लड़कों की तरह जिंदगी जीना पसंद था, जब गिरिजा उससे शिकायत करती, तो वह उल्टा उसी की कमी निकालकर उसे अपमानित कर देता और घर छोड़कर जाने के लिए कह देता। गिरिजा उसके लिए सिर्फ घर और उसकी आवश्यकता पूरी करने वाली वस्तु की तरह थी। पति के घरवाले भी गिरिजा की स्थिति समझकर भी अनदेखा कर देते थे। उन्हें लगता था कि समय के साथ सब सही हो जाएगा, लेकिन वो समय कब आएगा, इसका उत्तर किसी के पास नहीं था। यह लेख उन स्त्रियों के लिए है, जो रोज अपने भीतर यह प्रश्न दोहराती हैं-"क्या मैं ज्यादा मांग रही हूं?", "क्या बच्चों के लिए सब सह लेना ही सही है?", "क्या अगर मैं थोड़ी और कोशिश करूं, तो सब ठीक हो जाएगा?" अतः स्त्रियों को समझना होगा कि हर सवाल का उत्तर 'और सहना' नहीं होता।

### कब उम्मीद से बोझ बन जाता है प्रेम

प्रेम संघर्ष से नहीं टूटता। संघर्ष हर रिश्ते का हिस्सा है। प्रेम तब बोझ बनता है, जब संघर्ष के साथ अपमान जुड़ जाए। जब संवाद की जगह ताना ले ले, जब 'रुको, बात करते हैं' की जगह 'जाओ' जैसे शब्द सामान्य हो जाएं। जब किसी की गलती पर आत्मग्लानि किसी और को दी जाए।

यदि कोई स्त्री रोज खुद को यह समझाती है कि "आज नहीं, शायद कल सब ठीक हो जाएगा" और वह 'कल' महीनों और वर्षों तक नहीं आता, तो यह प्रेम नहीं, सहनशीलता का बोझ बन जाता है। ऐसे रिश्तों में स्त्री सिर्फ साथी नहीं रहती, वह भावनात्मक ढाल बन जाती है, जिस पर हर असंतुलन का भार डाला जाता है।

### चुप्पी भी एक तरह की हिंसा

शारीरिक हिंसा दिखाई देती है, लेकिन भावनात्मक हिंसा अक्सर चुप्पी में छुपी रहती है। बार-बार बात टाल देना, समस्या को हल्का बताना या स्त्री की पीड़ा को 'ड्रामा' कह देना-ये सब उसी हिंसा के रूप हैं। स्त्री जब बोलना छोड़ देती है, तब समाज उसे 'समझदार' कह देता है, जबकि भीतर वह टूट रही होती है।

### एक भ्रम : बच्चों के नाम पर सहना

कई स्त्रियां बच्चों के लिए ऐसे रिश्तों में लौट आती हैं, जहां उन्हें सम्मान नहीं मिलता। यह लौटना कमजोरी नहीं, मां होने की ताकत है, लेकिन यह भी समझना जरूरी है कि बच्चों को सबसे ज्यादा जरूरत शांत, सुरक्षित और स्थिर मां की होती है। बच्चे शब्दों से ज्यादा माहौल सीखते हैं। अगर रोज घर में डर, अपमान और अनिश्चितता है, तो उसका असर बच्चों पर गहराई से पड़ता है। एक टूटती हुई मां बच्चों के लिए सुरक्षा नहीं बन पाती। इसलिए बच्चों के नाम पर खुद को पूरी तरह खो देना कोई समाधान नहीं है।

### जब परिवार साथ नहीं देता

कई बार देखा जाता है कि परिवार तब सक्रिय होता है, जब संकट बाहर से आए, क्योंकि तब सामाजिक प्रतिष्ठा दांव पर होती है, लेकिन जब समस्या घर के भीतर हो और सवाल अपने बेटे या भाई पर आए तब वही परिवार चुप हो जाता है। यह स्त्री की गलती नहीं है। यह सामाजिक सुविधा और पक्षपात की सच्चाई है। इस चुप्पी को स्त्री अक्सर अपनी असफलता मान लेती है, "शायद मेरी ही कमी है।" जबकि वास्तव में यह उस ढांचे की कमी है, जो स्त्री से त्याग तो चाहता है, लेकिन उसे सुरक्षा नहीं देता।

### प्रेम और जिम्मेदारी का फर्क

किसी के मन में भावनाएं हो सकती हैं, लेकिन अगर वे व्यवहार में सुरक्षा, सम्मान और स्थिरता नहीं देतीं, तो वह प्रेम अधूरा है। बहुत से लोग प्यार करते हैं, पर निभा नहीं पाते। अधूरा प्रेम स्त्री के जीवन में सबसे ज्यादा थकान और भ्रम पैदा करता है। यह समझना जरूरी है कि प्रेम का प्रमाण शब्द नहीं, कर्म होते हैं। समय पर घर आना, संवाद बनाए रखना, अपमानजनक भाषा से बचना और जरूरत पड़ने पर अपनी आदतों की जिम्मेदारी लेना।

### निर्णय का साफ फ्रेम: रुकना, तैयारी या पीछे हटना

- निर्णय हमेशा गुस्से या डर में नहीं लिया जाना चाहिए। उसके लिए एक स्पष्ट ढांचा होना जरूरी है।
- रुकना तब सही है, जब बदलाव लगातार कर्म में दिखे, सिर्फ कुछ दिनों के लिए नहीं। अगर सम्मान, संवाद और जिम्मेदारी स्थिर रूप से लौट रही है, तो रुकना आत्म-त्याग नहीं, समझदारी हो सकती है।
- तैयारी वह अवस्था है, जहां स्त्री जाना नहीं चाहती, लेकिन आंख बंद करके रह भी नहीं सकती। इस चरण में भावनात्मक दूरी बनाना, भरोसेमंद लोगों से जुड़ना, जरूरी दस्तावेज और आर्थिक/मानसिक तैयारी करना आवश्यक है। यह चरण चुपचाप होता है, धमकी या घोषणा के बिना।
- पीछे हटना तब जरूरी हो जाता है, जब अपमान, डर और अस्थिरता लगातार बनी रहे। यह हार नहीं है। यह आत्मसंरक्षण है। बच्चों के लिए भी।

### खुद को दोष दिए बिना निर्णय कैसे लें

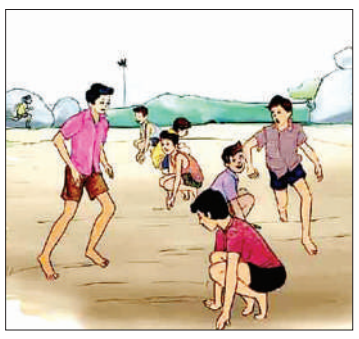
यह समझना बहुत महत्वपूर्ण है। स्त्री अक्सर खुद को दोष देती है, "मैं और समझदार होती तो"। इस चक्र से बाहर निकलने के लिए तीन सच्चे सवाल खुद से पूछने चाहिए :

- क्या मैंने ईमानदारी से कोशिश की?
- क्या मेरी कोशिश से व्यवहार बदला?
- अगर मेरी बेटी इस स्थिति में होती, तो मैं उसे क्या सलाह देती?

इन सवालों के उत्तर ही निर्णय का सही कम्पास है। ध्यान रखें, आप ज्यादा नहीं मांग रहीं। आप न्यूनतम मानवीय सम्मान मांग रही हैं। अगर वह नहीं मिल रहा, तो समस्या आपके प्रेम में नहीं, व्यवहार में है। स्त्री को रिश्ता छोड़ने की नहीं, बल्कि खुद को बचाने की अधिक आवश्यकता होती है, क्योंकि जब स्त्री खुद को नहीं बचाती, तो कोई और नहीं बचाता।

# आउटडोर गेम्स: बच्चों की फिटनेस और फन का परफेक्ट कॉम्बिनेशन

आज के डिजिटल दौर में जहां बच्चे मोबाइल और टीवी की दुनिया में ज्यादा समय बिताने लगे हैं, वहीं उनके शारीरिक और मानसिक विकास पर इसका असर साफ नजर आने लगा है। ऐसे में जरूरी हो जाता है कि बच्चों को आउटडोर गतिविधियों की ओर प्रोत्साहित किया जाए। विशेषज्ञों का मानना है कि बच्चों के समग्र विकास के लिए संतुलित आहार के साथ-साथ नियमित शारीरिक गतिविधि भी बेहद आवश्यक है। आउटडोर गेम्स न केवल बच्चों को फिट रखते हैं, बल्कि उनमें टीमवर्क, अनुशासन और सामाजिक व्यवहार जैसे गुण भी विकसित करते हैं। खेलते समय बच्चे नए दोस्त बनाते हैं, आत्मविश्वास बढ़ाते हैं और तनाव से भी दूर रहते हैं। खासकर गर्मी की छुट्टियां बच्चों के लिए सबसे अच्छा समय होती हैं, जब वे खुलकर खेल सकते हैं और नई चीजें सीख सकते हैं। ऐसे में आइए जानते हैं कुछ ऐसे आउटडोर गेम्स के बारे में, जो बच्चों के ओवरऑल ग्रोथ में अहम भूमिका निभाते हैं।





### खो-खो

खो-खो भारत का एक पारंपरिक और बेहद लोकप्रिय आउटडोर गेम है, जिसे बच्चे बड़े उत्साह के साथ खेलते हैं। यह खेल आमतौर पर टीम में खेला जाता है, जिससे बच्चों में सहयोग और रणनीति बनाने की क्षमता विकसित होती है। दौड़ने और तेजी से दिशा बदलने के कारण बच्चों की फुर्ती और सहनशक्ति बढ़ती है। स्कूलों और मोहल्लों में आसानी से खेला जाने वाला यह गेम बच्चों को सक्रिय रखने का बेहतरीन तरीका है।

### बैडमिंटन

बैडमिंटन एक ऐसा खेल है, जिसे कम जगह में भी आसानी से खेला जा सकता है। रैकेट और शटल के साथ खेला जाने वाला यह गेम बच्चों के हाथ-आंख के तालमेल को बेहतर बनाता है। इसमें लगातार उछलना और दौड़ना पड़ता है, जिससे शरीर की मांसपेशियां मजबूत होती हैं। यह खेल बच्चों की एकाग्रता बढ़ाने के साथ उन्हें फुर्तीला भी बनाता है।

### क्रिकेट

क्रिकेट बच्चों के बीच सबसे पसंदीदा खेलों में से एक है। टीम के साथ खेले जाने वाला यह गेम बच्चों को अनुशासन, धैर्य और टीम भावना सिखाता है। बल्लेबाजी, गेंदबाजी और फील्डिंग के दौरान शरीर का पूरा व्यायाम होता है, जिससे फिटनेस बेहतर होती है। यह खेल बच्चों की स्टैमिना बढ़ाने के साथ-साथ उन्हें मानसिक रूप से भी मजबूत बनाता है।

### कबड्डी

कबड्डी एक ऐसा खेल है, जो ताकत और दिमाग दोनों का सही संतुलन मांगता है। इस खेल में सांस रोककर खेलने की तकनीक बच्चों की ब्रीदिंग क्षमता को मजबूत करती है। साथ ही, पकड़ और संतुलन बेहतर होता है। कबड्डी खेलने से बच्चों में आत्मविश्वास बढ़ता है और वे चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों का सामना करना सीखते हैं।

### रस्साकशी

रस्साकशी बच्चों के लिए एक मजेदार और ऊर्जा से भरपूर खेल है। इस में टीमवर्क की भावना सबसे ज्यादा महत्वपूर्ण होती है। रस्सी खींचने के दौरान शरीर की मांसपेशियों पर जोर पड़ता है, जिससे ताकत बढ़ती है। यह खेल बच्चों को एकजुट होकर लक्ष्य हासिल करने की सीख भी देता है।

# गैस सिलेंडर की दिक्कत है? नो टेंशन

गैस सिलेंडर अचानक खत्म हो जाए, किसी कारणवश डिलीवरी में बाधा आ जाए, मेहमान ज्यादा आने वाले हों और गैस खत्म होने का डर हो, तो डरने या घबराने की कोई बात नहीं है। आपको कुछ वैकल्पिक व्यवस्थाएं रखनी चाहिए। तकनीक और वैज्ञानिक तरक्की के युग में लगभग हर जरूरी चीज के कई विकल्प उपलब्ध हैं। आइए जानते हैं, कुकिंग को आसान बनाने वाले तमाम वैकल्पिक उपकरणों के बारे में। ये उपकरण सुरक्षित, तेज और ऊर्जा-कुशल हैं, जो एलपीजी पर निर्भरता कम करने में मदद करते हैं।






शिखर चंद जैन
लेखक

### इलेक्ट्रिक कुकिंग विकल्प

बिजली से चलने वाले आधुनिक विकल्प शहर और गांव दोनों जगह लोकप्रिय हो रहे हैं, क्योंकि ये गैस की तुलना में सुरक्षित और तेज हैं। ऐसे कई कुकिंग इक्विपमेंट आसानी से उपलब्ध हैं, जो बिजली से चलते हैं। ये उपकरण आज के समय में गैस का सबसे लोकप्रिय विकल्प बन रहे हैं:

- **इंडक्शन कुकटॉप :** यह उपकरण इलेक्ट्रोमैग्नेटिक तकनीक पर काम करता है और गैस की तुलना में 90 प्रतिशत अधिक तेज और कुशलता से काम करता है। इसमें आग का उपयोग नहीं होता, जिससे यह सुरक्षित है, इसके इस्तेमाल के लिए विशेष चुंबकीय बर्तनों की आवश्यकता होती है।
- **इलेक्ट्रिक कॉइल स्टोव/हॉट प्लेट:** यह पुराने हीटर जैसा होता है, लेकिन आधुनिक सुरक्षा मानकों के साथ आता है। कई ब्रांड 2000-वाट के कॉइल स्टोव बनाते हैं।
- **माइक्रोवेव और एयर फ्रायर** माइक्रोवेव आज घर-घर में मिल जाएंगे। इनका इस्तेमाल ज्यादातर खाना गर्म करने के लिए किया जाता है, मगर खाना गर्म करने के अलावा, इनमें बेकिंग भी आसानी से की जा सकती है। एयर फ्रायर कैलोरी कांशस न्यू जेनरेशन में काफी लोकप्रिय है। इसमें कम घी तेल के इस्तेमाल से कई प्रकार के व्यंजन बनाए जा सकते हैं।
- **इलेक्ट्रिक राइस कुकर और केतली** ये उपकरण चावल पकाने, दाल उबालने और चाय/कॉफी बनाने के लिए गैस की खपत को काफी हद तक कम कर देते हैं। विशेष रूप से आजकल दफ्तरों में और पढ़ने वाले छात्र या दूसरे शहरों में जॉब करने वाले लोग, इन्हें अपने पास रखते हैं।

### सौर ऊर्जा से चलने वाले उपकरण

बिना किसी ईंधन खर्च किए खाना बनाने के लिए सौर ऊर्जा से चलने वाले उपकरण सबसे बेहतरीन विकल्प हैं।

- **बॉक्स टाइप सोलर कुकर** यह एक शीशे वाला बॉक्स होता है, जो सूरज की रोशनी को अंदर रोकता है (ग्रीनहाउस प्रभाव)। इसमें खाना धीरे-धीरे (3-4 घंटे) पकता है, जिससे भोजन के पोषक तत्व सुरक्षित रहते हैं।
- **पैराबोलिक डिश कुकर :** यह एक छतरी जैसा होता है, जो धूप को एक बिंदु पर केंद्रित करता है। इसमें तापमान बहुत अधिक हो जाता है, जिससे आप तलने या रोटी बनाने जैसा काम भी कर सकते हैं।
- **इंडियन ऑयल्स का सूर्यनूतन :** इंडियन ऑयल्स ने एक इनडोर सौर चूल्हा विकसित किया है, जिसे धूप की जरूरत नहीं होती, क्योंकि यह छत पर लगे सौर पैनलों से चार्ज होता है।
- **स्मार्ट सोलर स्टोव :** एनआईटी कालीकट जैसे संस्थानों ने पोर्टेबल सोलर स्टोव विकसित किए हैं, जो बैटरी बैकअप के साथ आते हैं, जिससे इन्हें रात या बारिश में भी इस्तेमाल किया जा सकता है।

### भारत में बायो गैस प्लांट

भारत में इस समय 130 से अधिक चालू बायोगैस संयंत्र हैं। मुख्य संयंत्र पंजाब (संगरूर, लुधियाना), हरियाणा, उत्तर प्रदेश (प्रयागराज, बरेली, बदायूं) और मध्य प्रदेश (इंदौर) में स्थित हैं। इसके अलावा दिल्ली की नंगली डेयरी में भी प्लांट चालू है। पंजाब के संगरूर में एशिया का सबसे बड़ा बायो एनर्जी प्लांट स्थित है, जो पराली से गैस बनाता है। मध्य प्रदेश के इंदौर में एशिया का सबसे बड़ा बायो-सीएनजी प्लांट है, जो गीले कचरे से बायो-सीएनजी बनाता है।

### अन्य पारंपरिक और आधुनिक विकल्प

- **बायोगैस :** ग्रामीण इलाकों में जैविक कचरे (गोबर, छिलके आदि) से बनी गैस एक बहुत अच्छा और मुफ्त विकल्प है। पहले यह ग्रामीण इलाकों में अत्यधिक लोकप्रिय था।
- **घरेलू बायोगैस प्लांट :** यदि आपके पास किचन वेस्ट (सब्जी के छिलके, बचा खाना) या पशुओं का गोबर उपलब्ध है, तो आप छोटा बायोगैस प्लांट लगा सकते हैं। यह कचरे को गैस में बदल देता है और बचा हुआ अवशेष पौधों के लिए बेहतरीन जैविक खाद का काम करता है। यह विकल्प सीमित क्षेत्रों में ही उपलब्ध है।
- **कोयला और लकड़ी :** यद्यपि ये पारंपरिक तरीके हैं और पर्यावरण के लिए नुकसानदायक माने जाते हैं, मगर विशेष परिस्थितियों में इनका इस्तेमाल अब भी किया जाता है।
- **धुआं रहित बायोमास चूल्हा :** यह पारंपरिक चूल्हे का सुधरा हुआ रूप है। यह लकड़ी या कंडे का उपयोग करता है, लेकिन इसमें धुआं बहुत कम निकलता है और ईंधन की खपत भी कम होती है।

खाना खजाना

# स्वाद और सेहत से भरपूर उंडी

उंडी साउथ इंडियन किचन का एक हल्का, स्वादिष्ट और पौष्टिक नाश्ता है, जो स्वाद के साथ सेहत का भी बेहतरीन संतुलन पेश करता है। जब रोजमर्रा के उपमा और इडली से हटकर कुछ नया और झटपट बनाने का मन हो, तब उंडी एक शानदार विकल्प बन जाती है। चावल और दाल के मिश्रण से तैयार यह डिश स्टीम होकर बनती है। इसमें तेल का उपयोग कम होता है और यह आसानी से पचने योग्य भी होती है। नरम बनावट और हल्के मसालों का स्वाद इसे हर उम्र के लोगों के लिए पसंदीदा बना देता है।



अमित परिहार
फूड ब्लॉगर

### सामग्री

- सूजी – 1 कप
- सूखा नारियल–चौथाई कप
- तेल – 1 चम्मच
- चने की दाल – 1 चम्मच
- उड़द की धुली दाल – 1 चम्मच
- काली सरसों – 1 चम्मच
- करी पत्ता – 4 से 5
- सूखी साबुत लाल मिर्च– 4 से 5
- पानी – ढाई कप
- नमक– स्वादानुसार

**परोसने के लिए**

- टमाटर की चटनी या नारियल की चटनी

### बनाने की विधि

उंडी एक सरल, लेकिन बेहद स्वादिष्ट और हेल्दी साउथ इंडियन नाश्ता है। इसे बनाने के लिए थोड़ी सी तैयारी और सही तरीके की जरूरत होती है, जिससे इसका स्वाद और भी निखर कर आता है।

सबसे पहले एक नॉनस्टिक पैन में 1-2 चम्मच तेल गरम करें। जब तेल हल्का गरम हो जाए, तब उसमें काली सरसों डालें। सरसों के चटकने पर साबुत लाल मिर्च, करी पत्ता, चने की दाल और उड़द की दाल डालकर धीमी आंच पर सुनहरा होने तक भूनें। इससे नाश्ते में हल्का कुरकुरापन और सुगंध आएगी। अब इसमें सूजी डालकर मध्यम आंच पर लगातार चलाते हुए भूनें। सूजी को तब तक भूनें जब तक उससे हल्की खुशबू आने लगे और उसका रंग थोड़ा बदल जाए। ध्यान रखें कि सूजी जले नहीं। सूजी अच्छी तरह भुन जाए, तब इसमें स्वादानुसार नमक, ताजा कद्दूकस किया हुआ नारियल और आवश्यकतानुसार पानी डालें। पानी डालते समय लगातार चलाते रहें ताकि गांठें न बनें। अब इस मिश्रण को धीमी आंच पर पकाएं, जब तक यह गाढ़ा होकर कढ़ाई छोड़ने न लगे और एकसार न हो जाए। मिश्रण तैयार होने पर, गैस बंद कर दें और इसे ठंडा होने के लिए रख दें। इस दौरान एक बड़े बर्तन या भगोने में पानी डालकर गरम करने के लिए रख दें, ताकि उसमें भाप बनने लगे। मिश्रण ठंडा होने के बाद हाथों में थोड़ा सा तेल लगाएं और इसके छोटे-छोटे गोल आकार के लड्डू बना लें। हर गोले के बीच में हल्का सा गड्ढा बना दें, जिससे वे अंदर तक अच्छी तरह स्टीम हो सकें। अब भगोने में जब अच्छी भाप बनने लगे, तो उसके ऊपर तेल लगी छलनी या स्टीमर प्लेट रखें। इन तैयार गोलों को छलनी पर थोड़ी दूरी बनाकर रखें। फिर इसे एक प्लेट या ढक्कन से ढक दें। मध्यम आंच पर लगभग 10 मिनट तक इन्हें भाप में पकाएं। 10 मिनट बाद उंडी पूरी तरह स्टीम होकर नरम और स्वादिष्ट बन जाएगी। इन्हें गर्मागर्म टमाटर की चटनी या नारियल की चटनी के साथ सुबह के नाश्ते में परोसें और एक हेल्दी व टेस्टी डिश का आनंद लें।

# राम बारात की पोस्ट को लेकर दो पक्षों में तनाव

**सिरौली, अमृत विचार :** ग्राम शिवपुरी में रामनवमी पर निकाली गई राम बारात अब विवादों के घेरे में आ गई है। शुक्रवार को गाँव में हर्षोल्लास के साथ निकाली गई इस शोभायात्रा के बाद सोशल मीडिया पर डाले गए एक वीडियो को लेकर दो समुदायों के बीच स्थिति तनावपूर्ण हो गई है।

शुक्रवार को ग्राम शिवपुरी में रामनवमी के उपलक्ष्य में भव्य राम बारात निकाली गई थी, जो पूरे गांव में भ्रमण कर रही थी। इस दौरान गांव के ही युवक विकास ने शोभायात्रा का एक वीडियो बनाकर अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर साझा किया। विशेष समुदाय से ताल्लुक रखने वाले हनीफ हुसैन का आरोप है कि विकास ने जानबूझकर उनकी मस्जिद के सामने का वीडियो बनाया और उसे भड़काऊ अंदाज में पोस्ट किया। हनीफ का दावा है कि वीडियो में गलत शब्दों का प्रयोग कर धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुँचाने की कोशिश की गई है।

हनीफ हुसैन ने इस मामले में थाने में सांप्रदायिक सौहार्द और शांतिपूर्ण महौल को बिगाड़ने की शिकायत दर्ज कराई है। सिरौली पुलिस ने मामले की जाँच शुरू कर दी है। भड़काऊ पोस्ट साझा करने वालों के खिलाफ कानूनी कार्रवाई करने की बात कही है।

# उत्साह से निकाली श्री रामनवमी शोभायात्रा

## राम लक्ष्मण हनुमान स्वरूप की झांकियो का पुष्प वर्षा से हुआ जगह जगह स्वागत , साथ रहा पुलिस फोर्स

संवाददाता, फरीदपुर

**अमृत विचार:** शनिवार को श्री आदर्श रामलीला प्रबंध समिति फरीदपुर की ओर से श्री रामनवमी शोभायात्रा धूमधाम के साथ निकाली गई। सुरक्षा व्यवस्था की दृष्टि से नगर की पुलिस मौजूद रही। जगह-जगह पुष्प वर्षा कर श्री रामनवमी का भव्य स्वागत किया गया। शोभायात्रा में विभिन्न प्रकार की झांकियां मुख्य आकर्षक का केंद्र रहीं।

श्री रामनवमी शोभायात्रा का शुभारंभ नगर के एमएलसी कुंवर महाराज सिंह, ईशान ग्वाल, आदेश प्रताप सिंह, राजू उपाध्याय ने भव्य स्वागत किया। रामलीला अध्यक्ष सुबोध अग्रवाल ने विधिवत पूजन किया। शोभायात्रा में भगवान श्रीराम, लक्ष्मण, भरत, शत्रुघ्न के स्वरूप, गुरु विश्वामित्र, भगवान गणेश, हनुमान, शंकर-पार्वती , राधा-कृष्ण की झांकियां दर्शकों का मन मोह रही थी। इस दौरान मेला कमेटी के अध्यक्ष सुबोध अग्रवाल आतिश अग्रवाल, विकास अग्रवाल शानू , ब्रह्मा शंकर गुप्ता सौरभ अग्रवाल सर्वेश अग्रवाल बवलू, शैलेश सिंह विल्लू, आदित्य गुप्ता, प्रतुल अग्रवाल ओमवीर गुर्जर , संदीप मोहन अग्रवाल उज्जवल अग्रवाल , दिनेश सिंह, अनुज पांडे, पुष्पेंद्र यादव, नितिन अग्रवाल लोहा, विजय कुमार गौड़, विकास अग्रवाल चंदा, अमित पांडे, प्रतीक सिंघल, सत्येन्द्र सिंह, राकेश सिंह, राजेश गुप्ता आदि उपस्थित रहे।

आंवला में शोभायात्रा निकालते समिति के सदस्य ● अमृत विचार

### हिंदू जागरण मंच ने नगर में निकाली शोभायात्रा

**आंवला अमृत विचार** । नगर में शनिवार को हिंदू जागरण एवं समाज सुरक्षा समिति ने भगवान श्री राम के जन्मोत्सव के उपलक्ष्य में पुरैना मन्दिर से भव्य शोभा यात्रा निकाली। संगठन मंत्री नरेन्द्र सिंह ने पूजा अर्चना कर झंडी दिखाकर इसे रवाना किया। भव्य राम दरबार ने सभी का मन मोहा । गद्दाधारी हनुमान जी ने गदा चलाकर बच्चो को आनंदित किया । कैबिनेट मंत्री धर्मपाल सिंह के साथ सभासद रजत राज प्रेमी ने स्टेट बैंक चौराहे पर शोभा यात्रा का पुष्प बरसाकर स्वागत किया । शोभा यात्रा में प्रभारी निरीक्षक केबी सिंह पुलिस बल के साथ मौजूद रहे ।इस दौरान ब्रज प्रांत संगठन मंत्री नरेन्द्र सिंह, अरुण कुमार , जयदीप पाराशरी , अवनेश शंखधार गौरव खंडूजा , राकेश सिंह , राजेश चन्द्रा , बीडी पाठक , हरपाल , गुड्डू ,सूरजभान सेठ, बॉबी अग्रवाल , रामबीर प्रजापति, वीर सिंह पाल, रामदीन सागर आदि रहे ।

### गैनी में शोभायात्रा का पुष्प वर्षा से हुआ स्वागत

**अलीगंज** । ग्राम गैनी में रामनवमी के अवसर पर भगवान राम की भव्य शोभायात्रा निकाली गई। रावण दहन के उपरांत आयोजित इस धार्मिक कार्यक्रम में क्षेत्र के श्रद्धालुओं की भरी भीड़ उमड़ी शोभायात्रा गंगा मंदिर से प्रारंभ होकर पुलिस चौकी, हलवाई चौक, जामा मस्जिद, नई बस्ती और कौवा टोला सहित विभिन्न मार्गों से होते हुए निर्धारित स्थल पर पहुंचकर सम्पन्न हुई। यात्रा के दौरान ग्रामीणों द्वारा जगह जगह पुष्प वर्षा का शोभायात्रा का भव्य स्वागत किया गया। कार्यक्रम के दौरान ठाकुर रामवीर सिंह, चंद्र कश्यप, ओम दत्त सक्सेना हप्पू शर्मा होरीलाल गुर्जर एवं ग्राम प्रधान विजेंद्र सिंह सहित प्रभारी निरीक्षक जगत सिंह, चौकी इंचार्ज वीर सिंह एसआई रूप किशोर व प्रवीण गौतम भी मौजूद रहे।

### सपा नेताओं ने जुटाया समर्थन

नवाबगंज, अमृत विचार :समस्याओं और गन्ना भुगतान के मुद्दे को लेकर समाजवादी पार्टी का 2 अप्रैल को प्रस्तावित धरना प्रदर्शन के लिए नेताओं की बैठके जारी हैं। शनिवार को सपा के वरिष्ठ नेता भगवत सरन गंगवार ने कई गांवों का दौरा कर लोगों से धरना प्रदर्शन में शामिल होने की अपील की। पुरुषोत्तम गंगवार,अनिल गंगवार, एजाज़ शानू, डॉ विजय पाल,हरीश गंगवार, प्रहलाद गंगवार नें जनसंपर्क किया।

# जातिगत जनगणना को बनाएंगी चुनावी मुद्दा

**मीरगंज, अमृत विचार:** सिरौथू विधायक डॉ. पल्लवी पटेल ने शनिवार को मढ़ी सत्याना ग्राउंड में आयोजित मंडलीय सम्मेलन में सरकार पर तीखा हमला बोला। उन्होंने कहा कि जातिगत गणना, यूजीसी कानून और स्कूल बंदी जैसे फैसलों से सरकार अर्थव्यवस्था मजबूत होने का दावा कर रही है, जबकि हकीकत अलग है।

उन्होंने आरोप लगाया कि 80 प्रतिशत जनता को मुफ्त राशन की लाइन में लगाकर विकास का दावा किया जा रहा है। पिछड़े वर्ग का 27 प्रतिशत कोटा पूरी तरह लागू नहीं हो पा रहा।

शिक्षा पर बोलते हुए उन्होंने 27 हजार सरकारी स्कूल बंद करने की योजना को गरीब, दलित और पिछड़ों के लिए नुकसानदायक बताया। कहा कि विधानसभा चुनाव को ध्यान में रखते हुए पंचायत चुनाव को जानबूझकर

सभा को संबोधित करती पल्लवी पटेल

टाला जा रहा है, ताकि राजनीतिक लाभ लिया जा सके। पटेल ने जातिगत जनगणना जल्द कराने की मांग करते हुए कहा कि इसी आधार पर हिस्सेदारी तय होनी चाहिए। उन्होंने आगामी चुनाव में सामाजिक न्याय, यूजीसी बिल और जनगणना को प्रमुख मुद्दा बनाने का ऐलान किया।कार्यक्रम में जिला अध्यक्ष सुभाष पटेल , राजकुमार गंगवार राजू , प्रेम शंकर गंगवार , रामस्वरूप , अरविंद कुमार , महेंद्र पाल आदि शामिल रहें।

### समुदाय विशेष की लड़की के साथ युवक की पिटाई

**भोजीपुरा, अमृत विचार :** भोजीपुरा थाना क्षेत्र के अंतर्गत नैनीताल हाइवे पर गांव जादौंपुर का एक वीडियो वायरल हो रहा है। वीडियो बुर्का पहने एक लड़की के साथ हिंदू युवक स्कूटी पर जा रहा है। जादौंपुर में समुदाय विशेष के लोगों ने देख लिया और युवक को स्कूटी से उतार कर पिटाई कर दी। लोगों ने लड़की के साथ भी अभद्रता की। तभी किसी ने चुपके से वीडियो बना लिया और वायरल कर दिया। इस मामले में हिंदू जागरण मंच युवा वाहिनी के जिलाध्यक्ष हिमांशु पटेल ने बरेली पुलिस को एक्स पर ट्वीट कर कार्रवाई की मांग की है। मामले में प्रभारी निरीक्षक भोजीपुरा राजीव कुमार सिंह ने बताया कि वीडियो तीन चार दिन पुराना है। इस मामले में किसी भी पक्ष ने थाने में तहरीर नहीं दी है। तहरीर मिलने पर कार्रवाई की जाएगी। लाध्यक्ष ने एक्स पर ट्वीट कर कार्रवाई की मांग की है।

# बैठक में छुट्टा जानवरों को पकड़वाने की मांग

संवाददाता, मीरगंज,

- क्षेत्र पंचायत की बैठक में दो करोड़ 75 लाख के 56 प्रस्ताव पारित

**अमृत विचार:** शनिवार को ब्लॉक सभागार में आयोजित क्षेत्र पंचायत बैठक में जनप्रतिनिधियों ने प्रमुख रूप से गांवों की समस्याओं को उठाया। बैठक में ग्राम प्रधानों और बीडीसी सदस्यों ने मनरेगा के तहत कराए गए कार्यों का भुगतान लंबित होने पर नाराजगी जताई।

इस पर ब्लॉक प्रमुख गोपाल कृष्ण गंगवार ने आश्वासन दिया कि एक अप्रैल से सभी का भुगतान कर दिया जाएगा। इसके अलावा जल जीवन मिशन के कार्यों के चलते खराब हुई सड़कों की मरम्मत कराने और छुट्टा पशुओं को पकड़ने के लिए अलग टीम गठित करने की मांग भी जोर-शोर से उठी। जनप्रतिनिधियों ने कहा कि छुट्टा पशुओं को पकड़ने में लोगों को चोटिल होने का खतरा रहता है, इसलिए उचित व्यवस्था जरूरी है। बैठक में गांवों के समग्र विकास और योजनाओं के बेहतर क्रियान्वयन पर भी जोर दिया गया।

शनिवार को ब्लाक सभागार में क्षेत्र पंचायत अध्यक्ष गोपाल कृष्ण गंगवार की अध्यक्षता में हुई बैठक में सर्वसम्मति से दो करोड़ करोड़ 75 लाख के 56 प्रस्ताव पारित हुए।

शनिवार को क्षेत्र पंचायत की बैठक में विधायक डॉक्टर डीसी वर्मा ने प्रधानों और बीडीसी सदस्यों से क्षेत्र के विकास के लिए प्रस्ताव मांगे। संचालन गजेंद्र पाल वर्मा ने किया। इस दौरान एमएलसी कुंवर महाराज सिंह भाजपा जिलाध्यक्ष सोमपाल शर्मा, सोनू कुर्मी, आनन्द विजय यादव, वीपी सिंह,यश प्रकाश, रमेश कुर्मी, होरीलाल गंगवार, सचिव सुशील कुमार, विशाल कुमार, कुलदीप,आदि रहे।

### दो बाइकों में हुई टक्कर 3 घायल

**मऊचन्दपुर अमृत विचार** । थाना क्षेत्र में रामनगर रोड रेवती मोड़ पर हुआ हादसा आमने-सामने से टकराई बाइक दोनों बाइक सवार गंभीर रूप से घायल हो गये । रामनगर के अभिषेक और रिसतिक आंवला से रामनगर जा रहे थे और शाहाबाद मोहित आंवला जा रहे थे रेवती मोड पर आकर दो बाइक आपस में भिड़ गई । गंभीर रूप से घायल हो गए । तीनों लोगों को सीएचसी उपचार के लिए भेज दिया

### गौवंश पर फेंका तेजाब,शिकायत

**नवाबगंज , अमृत विचार:** क्षेत्र में एक गौवंश के साथ क्रूरता करने का एक गन्ना कोल्हू के संचालक पर जानवर पर तेजाब फेंकने का आरोप लगाकर तहरीर दी है गौवंश गंभीर रूप से झुलस गया। घटना के बाद एक गौ रक्षक ने पुलिस को तहरीर देकर आरोपी के खिलाफ कार्रवाई की मांग की है।

### रिपोर्ट कार्ड बांटे किया सम्मान

**मीरगंज, अमृत विचार:** बीडीएम पब्लिक स्कूल में शनिवार को रिपोर्ट कार्ड वितरण प्रतिभा एवं सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। विभिन्न कक्षाओं में प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले छात्रों को मंच पर नामांकित किया गया।कक्षा एक से लेकर आठ तक के छात्रों में मेधावी को सम्मानित किया गया।इस अवसर पर विद्यालय के वाईस प्रेसिडेंट अचल मिश्रा, प्रधानाचार्या नमिता दीक्षित सहित शिक्षक और छात्र मौजूद रहे।

# महिलाओं को सुरक्षा सम्मान का पाठ पढ़ाया

**शेरगढ़, अमृत विचार :** ब्लॉक सभागार में मिशन शक्ति के तहत जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें सीओ बहेड़ी डॉ अरूण कुमार सिंह ने नारी शक्ति को सुरक्षा सम्मान और स्वावलंबन का पाठ पढ़ाया।

उन्होंने स्कूली छात्राओं,शिक्षिकाओं और ग्रामीण अंचलों से पहुंची महिलाओं को सुरक्षा सम्मान स्वावलंबन और आत्मरक्षा के प्रति जागरुक करते हुए उनके अधिकारों और कर्तव्योंको बताया।

प्रभारी निरीक्षक राजेश कुमार ने महिलाओं के लिए महत्वपूर्ण हेल्पलाइन नंबरों से अवगत कराया। एडीओ राजीव शर्मा ने कहा कि प्रदेश सरकार द्वारा महिलाओं के लिए विभिन्न कल्याणकारी योजनाएं चलाई जा रही हैं। कार्यक्रम में एसएसआई आदित्य गौरव श्रीवास्तव, शिवांगी शुक्ला,बसुंधरा,उष्मा खान,महिला कांस्टेबल नीशु बालियान,सद्दाम अल्वी,डॉ ज़मीर हसन,आदि रहे।

### शोहदा छेड़खानी करे 112 डायल करे

**भोजीपुरा, अमृत विचार :** मिशन शक्ति केंद्र पर क्षेत्र की एक दर्जन गांवों की महिलाओं और लड़कियों को महिला अपराधों के संबंध में जानकारी दी गई। उप निरीक्षक श्वेता त्यागी ने कहा राह चलते यदि कोई भी शोहदा छेड़खानी करता है तो डायल 112 पर काल करें तो तत्काल पुलिस सहायता मिलेगी। महिला संबंधी किसी भी अपराध के लिए 1090 पर फोन काल करके अपनी शिकायत दर्ज करवा सकती हैं। शिकायत का तीन दिन में निस्तारण होगा।

# पिंक बूथ की टूटी टीन को बदलवाया

**फतेहगंज पूर्वी,, अमृत विचार:** नगर में बनी पुलिस पिक बूथ निर्माण की गुणवत्ता को लेकर अमृत विचार द्वारा प्रमुखता से प्रकाशित की गई खबर का असर देखने को मिला है। मुख्य चौराहे पर नवनिर्मित पिंक बूथ, जो उद्घाटन से पहले ही बीते शुक्रवार को मामूली तेज हवा में धराशायी हो गया था, उसका टीन शेड प्रशासन ने आनन-फानन में बदलवा दिया है।

बीते शुक्रवार को मामूली तेज हवा के चलते नगर के मेन चौराहे पर बना पिंक बूथ का 'खोखानुमा' टीन शेड उखड़ गया था।

इस घटना ने निर्माण कार्य की गुणवत्ता और ठेकेदार की लापरवाही की पोल खोलकर रख दी थी। अमृत विचार ने "शुभारंभ से पहले ही पिंक बूथ टूटा" शीर्षक से खबर को प्रमुखता से छापा था।

खबर प्रकाशित होने के मात्र 12 घंटे के भीतर विभाग हरकत में आया और पिक बूथ की छत की टीन बदलवा दी गई ।

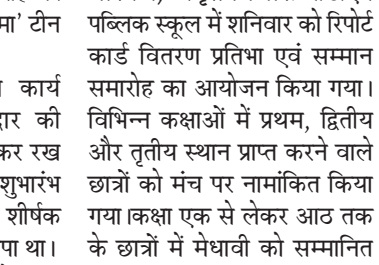
## न्यूज डायरी

### भाजपा नगर इकाई की नई कार्यकारिणी घोषित

**बहेड़ी,अमृत विचार :** भाजपा की नगर इकाई की नई कार्यकारिणी की घोषणा हो गई ।नव मनोनीत पदाधिकारियों का शनिवार की शाम को सम्मान समारोह भी आयोजित हुआ, जिसमें सभी को माला व पटका पहना कर सम्मानित किया गया ।बीजेपी के नगर अध्यक्ष राहुल गुप्ता ने नई कार्यकारिणी से पूरी ईमानदारी एवं निष्ठा के साथ पार्टी का काम करने की अपील की ।इस दौरान नगर महामंत्री अरुण गंगवार, सचिन प्रजापति, उपाध्यक्ष कामाक्षी शर्मा, प्रेमपाल भास्कर, अवधेश सक्सैना, रूप किशोर गंगवार, सरदार इन्द्रजीत बग्गा, शिवेंद्र प्रजापति, कोषाध्यक्ष ओम प्रकाश पिपलानी, मंत्री मोहित वाल्मीकि, शकुंतला देवी, अर्जुन गुप्ता, यशपाल राठौर, मनोज गंगवार और सुरेंद्र तोमर सहित सभी नव मनोनीत पदाधिकारियों को माला और पटका पहनाकर सम्मानित किया गया ।कार्यक्रम में भाजपा के प्रथम अध्यक्ष कुंदन लाल धींगड़ा, भजन लाल, कुंवर सेन मौर्य, ललित शर्मा, अमरिंदर सिंह गोल्डी, अजय जायसवाल बॉबी , महेश शर्मा, ओमवीर सिंह, आसे राम, ओम प्रकाश गंगवार, दिनकर गुप्ता, हरपाल सिंह, रमेश सिंह, सुदेश सिंह, आदि रहे।

### पूर्णागिरी धाम के लिए हुई रवाना अखंड ज्योति

**फतेहगंज पश्चिमी, अमृत विचार :** नई बस्ती स्थित शिव मंदिर से शनिवार को माता रानी की भव्य ज्योति पदयात्रा श्रद्धा, आस्था और उल्लास के साथ जयकारे लगाते हुए पूर्णागिरि रवाना हुई। भव्य ज्योति पदयात्रा में सैकड़ों श्रद्धालुओं ने भाग लिया। महंत सूरज राठौर ने बताया कि चैत्र नवरात्र पर ज्वाला देवी मंदिर से अखंड ज्योत लाकर नई बस्ती स्थित शिव मंदिर पर माता रानी की 9 दिनों तक विधि विधान से पूजा अर्चना कर प्रसाद वितरण कराया गया,उसके के बाद 10 वें दिन माता रानी की अखंड ज्योत पूर्णागिरि पदयात्रा जाने से पहले सुबह से ही मंदिर परिसर में माता रानी के दर्शन करने के लिए श्रद्धालुओं का तांता लगना शुरू हो गया।



### सरस्वती शिशु मंदिर में रिजल्ट व पुरस्कार वितरण किया

**बहेड़ी, अमृत विचार :** सरस्वती शिशु मंदिर में वार्षिक परीक्षा फल और पुरस्कार वितरण कार्यक्रम हुआ। विद्यालय में अपनी -अपनी कक्षा में प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान पर रहे विधार्थियों को पुरस्कार दिए गए ।विद्यालय प्रबंध समिति के कोषाध्यक्ष विवेक गर्ग ने विधार्थियों से मन लगाकर पढ़ाई करने को कहा। कक्षा अरुण में हेमांश, विक्रान्त,अयांश, कक्षा उदय में अध्याय,नन्दिनी,नित्या कक्षा प्रभात में नीलाक्ष, अंशिका, अनिकेत, कक्षा प्रथम में श्रेयांश,युवांश,पायल, कक्षा द्वितीय में देवांशी,जैशिका,वंश शर्मा, कक्षा तृतीय में चिराग,हरिवंश,अद्यांश, कक्षा चतुर्थ में अंश, दीपांशी,अनन्या, कक्षा पंचम में काव्या,शिवांश, हर्ष, कक्षा षष्ठ में कशिश,वीर, आदित्य, कक्षा सप्तम में कनिष्का, संजना,रितेश, कक्षा अष्टम में संस्कृति, रितिक तथा अंजली ने क्रमश : प्रथम द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त किए ।उत्तीर्ण छात्रों को नगर अध्यक्ष राहुल गुप्ता, विनोद दुबे और विकास गुप्ता ने पुरस्कार दिए।

### उमराह के लिए जायरीन हुए रवाना

**दुनका , अमृत विचार :** शाही थाना क्षेत्र के कस्बा दुनका के मोहल्ला नूरीनगर से शनिवार को उमराह यात्रा के लिए जायरीनों का काफिला रवाना हुआ। मुगल मस्जिद के सदर आबिद बेग पत्नी शबाना खानम के साथ मदीना शरीफ के लिए रवाना हुए, सिरौली से फरमान हुसैन भी उमराह के लिए रवाना हुए। मोहल्ले में लोगों ने फूल-मालाएं पहनाकर जायरीनों को विदा किया। इस मौके पर मुफ्ती ताज रजा, हाफिज आशिक अंसारी, कयूम बेग, कमर बेग, मुकीम बेग समेत बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

### मंदिर की भूमि पर अवैध कब्जे का प्रयास

**सिरौली, अमृत विचार :** तहसील क्षेत्र के ग्राम शिवपुरी में स्थित प्राचीन राधा मंदिर की भूमि पर अवैध कब्जे का मामला गरमाता जा रहा है। मंदिर ट्रस्ट के अध्यक्ष शिवनंदन तिवारी ने गांव के ही दबंगों पर मंदिर की खाली पड़ी जमीन को हथियाने का आरोप लगाया है। हल्का लेखपाल धनराज ने बताया कि विवादित स्थल पर चल रहे निर्माण कार्य को तत्काल प्रभाव से रुकवा दिया गया है। किसी को निर्माण कार्य नहीं करने दिया जाएगा।


**कार्यालय नगर पंचायत उसावां (बदायूं)**

संख्या:- 225/न.प.उसां./2025-26 दिनांक: 28.03.2026

**ई-नीलामी सूचना**

समस्त पंजीकृत ठेकेदारों/फर्मो को सूचित किया जाता है कि नगर पंचायत उसावां की वार्षिक ठेका सब्जी मण्डी की फीस वसूली हेतु उच्चतम बोली आमंत्रित कराने हेतु E-Tender Technical and Financial bid के माध्यम से दिनांक 30.03.2026 को समय 11 बजे से दिनांक 18.04.2026 तक सायं 5 बजे तक निविदायें आमंत्रित की जाती है। E-Tender से प्राप्त निविदायें E-Tender Technical and Financial bid दिनांक 19.04.2026 से खोली जायेगी। E-Tender Technical and Financial bid से सम्बन्धित समस्त शर्तो व विवरण की जानकारी ई-टेण्डर वेबसाइट www.etender.up.nic.in पर की देखी जा सकती है।

देवेन्द्र प्रताप गौतम, अधिशासी अधिकारी, नगर पंचायत उसावां, बदायूं — प्रियंका सिंह, अध्यक्ष, नगर पंचायत उसावां, बदायूं

**कार्यालय नगर पंचायत उसावां (बदायूं)**

संख्या:- 223/न.प.उसां./2025-26 दिनांक: 28.03.2026

**ई-निविदा आमंत्रण सूचना**

समस्त पंजीकृत ठेकेदारों/फर्मो को सूचित किया जाता है कि पं. दीनदयाल उपाध्याय नगर विकास योजना के अन्तर्गत स्वीकृत निर्माण हेतु प्राप्त धनराशि से कार्य कराने हेतु E-Tender Technical and Financial bid के माध्यम से दिनांक 30.03.2026 को समय 11 बजे से दिनांक 18.04.2026 तक सायं 5 बजे तक आमंत्रित की जाती है। E-Tender से प्राप्त निविदायें E-Tender Technical and Financial bid दिनांक 20.04.2026 से खोली जायेगी। E-Tender Technical and Financial bid से सम्बन्धित समस्त शर्तो व विवरण की जानकारी ई-टेण्डर वेबसाइट www.etender.up.nic.in पर की देखी जा सकती है।

देवेन्द्र प्रताप गौतम, अधिशासी अधिकारी, नगर पंचायत उसावां, बदायूं — प्रियंका सिंह, अध्यक्ष, नगर पंचायत उसावां, बदायूं

**कार्यालय नगर पंचायत उसावां (बदायूं)**

संख्या:- 224/न.प.उसां./2025-26 दिनांक: 28.03.2026

**ई-निविदा आमंत्रण सूचना**

समस्त पंजीकृत ठेकेदारों/फर्मो को सूचित किया जाता है कि वित्तीय वर्ष 2025-26 राज्य सेक्टर सीवरेज एवं जलनिकासी योजना के अन्तर्गत कुल-08 नाला निर्माण/विकास कार्यों हेतु प्राप्त धनराशि से कार्य कराने हेतु E-Tender Technical and Financial bid के माध्यम से दिनांक 30.03.2026 को समय 11 बजे से दिनांक 18.04.2026 तक सायं 5 बजे तक आमंत्रित की जाती है। E-Tender से प्राप्त निविदायें E-Tender Technical and Financial bid दिनांक 19.04.2026 से खोली जायेगी। E-Tender Technical and Financial bid से सम्बन्धित समस्त शर्तो व विवरण की जानकारी ई-टेण्डर वेबसाइट www.etender.up.nic.in पर की देखी जा सकती है।

देवेन्द्र प्रताप गौतम, अधिशासी अधिकारी, नगर पंचायत उसावां, बदायूं — प्रियंका सिंह, अध्यक्ष, नगर पंचायत उसावां, बदायूं

कार्यालय अधिशासी अभियन्ता, ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, प्रखण्ड बरेली।

पताः- ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, द्वितीय तल विकास भवन, बरेली।

पत्रांकः-3529/ग्रा0अ0वि0/निविदा-पत्रा0/बाण्ड क्लर्क/2025-26 दिनांकः-20.03.2026

-:: अल्पकालीन निविदा सूचना ::-

1- महामहिम राज्यपाल, उ0प्र0 की ओर से अधिशासी अभियन्ता, ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, प्रखण्ड बरेली में भवन/सडक निर्माण कार्य हेतु ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग उत्तर प्रदेश में पात्र ए0,बी0,सी0,डी0 एवं ई0 श्रेणी के निविदादाताओं से नीचे दर्शाये गये कार्य हेतु प्रतिशत दर निविदा आमंत्रित की जाती है। निविदादाता कार्य के लिये निविदा जमा कर सकते है।

2- तालिका के अनुसार कार्यो का विवरणः-

| क्रम सं0 | जनपद का नाम | कार्य का नाम | अनुमानित लागत (लाख रू0 में) (GST सहित) | धरोहर धनराशि (रूपये में) | निविदा मूल्य समस्त करों सहित (रू0 में) | कार्य पूर्ण करने की अवधि |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1 | बरेली | जनपद बरेली के जोन 01 थाना बारादरी में साइनेज बोर्ड का कार्य। | 3.079 | 6200.00 | 677.00 | 03 माह |
| 2 | बरेली | जनपद बरेली के जोन 02 थाना क्षेत्र कोतवाली कैण्ट सुभाषनगर में साइनेज बोर्ड का कार्य। | 9.073 | 18200.00 | 766.00 | 03 माह |
| 3 | बरेली | जनपद बरेली के जोन 03 थाना क्षेत्र किला सी0बी0गंज में साइनेज बोर्ड का कार्य। | 1.904 | 3900.00 | 677.00 | 03 माह |
| 4 | बरेली | जनपद बरेली के जोन 04 इज्जतनगर थाना प्रेमनगर में साइनेज बोर्ड का कार्य। | 1.944 | 3900.00 | 677.00 | 03 माह |
| 5 | बरेली | विकास भवन परिसर में गौवंश संरक्षण हेतु कंट्रोल रूम की स्थापना कार्य। | 6.660 | 13400.00 | 766.00 | 03 माह |

3. निविदा विक्री की अवधि रू दिनांकः- 13.04.2026 से 15.04.2026 तक पूर्वान्ह 11.00 बजे से अपरान्ह 4.00 बजे तक)
4. निविदा प्राप्ति का अन्तिम दिनांक एवं समय रू दिनांक 16.04.2026 को मध्याहन 1200 बजे तक
5. निविदा प्राप्ति का स्थान : कार्यालय अधिशासी अभियन्ता, ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, द्वितीय तल, विकास भवन, जनपद-बरेली।
6. निविदा खुलने का दिनांक एवं समयः दिनांक 16.04.2026 अपरान्ह 12:30 बजे
अधिक जानकारी के लिये अधिशासी अभियन्ता, ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग कार्यालय, द्वितीय तल, विकास भवन, बरेली से सम्पर्क कर सकते हैं।

(विनय कुमार शर्मा) अधिशासी अभियन्ता ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, प्रखण्ड, बरेली।

UP - 249017 दिनांकः 27/03/2026
विज्ञापन वेबसाइट www.up.gov.in पर उपलब्ध है।

कार्यालय अधिशासी अभियन्ता, ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, प्रखण्ड बरेली।

पताः- ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, द्वितीय तल विकास भवन, बरेली।

पत्रांकः-3498/ग्रा0अ0वि0/निविदा-पत्रा0/बाण्ड क्लर्क/2025-26 दिनांकः-18.03.2026

-:: निविदा सूचना द्वितीय आमंत्रण ::-

1- महामहिम राज्यपाल, उ0प्र0 की ओर से अधिशासी अभियन्ता, ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, प्रखण्ड बरेली में भवन/सडक निर्माण कार्य हेतु ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग उत्तर प्रदेश में पात्र ए0,बी0,सी0,डी0 एवं ई0 श्रेणी के निविदादाताओं से नीचे दर्शाये गये कार्य हेतु प्रतिशत दर निविदा आमंत्रित की जाती है। निविदादाता कार्य के लिये निविदा जमा कर सकते है।

2- तालिका के अनुसार कार्यो का विवरणः-

| क्रम सं0 | जनपद का नाम | कार्य का नाम | अनुमानित लागत (लाख रू0 में) (GST सहित) | धरोहर धनराशि (रूपये में) | निविदा मूल्य समस्त करों सहित (रू0 में) | कार्य पूर्ण करने की अवधि |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1 | बरेली | विकास खण्ड बिथरीचैनपुर जनपद बरेली के सरस्वती शिशु मन्दिर विद्यालय आदर्श नगर नकटिया में कक्ष निर्माण कार्य। | 7.350 | 14700.00 | 766.00 | 03 माह |
| 2 | बरेली | जोगी नवादा में शिव मंदिर के पास सी0सी0 व नाली निर्माण। (सां0नि0-बरेली) | 3.650 | 7300.00 | 766.00 | 03 माह |
| 3 | बरेली | गोसाई गौंटिया में बालाजी धर्म कांटे के सामने आश्रय स्थल के पास में कम्युनिटी सेंटर का निर्माण। (सां0नि0-बरेली) | 9.997 | 20000.00 | 766.00 | 03 माह |

3. निविदा विक्री की अवधि रू दिनांकः- 07.04.2026 से 09.04.2026 तक पूर्वान्ह 11.00 बजे से अपरान्ह 4.00 बजे तक)
4. निविदा प्राप्ति का अन्तिम दिनांक एवं समय रू दिनांक 10.04.2026 को मध्याहन 1200 बजे तक
5. निविदा प्राप्ति का स्थान : कार्यालय अधिशासी अभियन्ता, ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, द्वितीय तल, विकास भवन, जनपद-बरेली।
6. निविदा खुलने का दिनांक एवं समयः दिनांक 10.04.2026 अपरान्ह 12:30 बजे
अधिक जानकारी के लिये अधिशासी अभियन्ता, ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग कार्यालय, द्वितीय तल, विकास भवन, बरेली से सम्पर्क कर सकते हैं।

(विनय कुमार शर्मा) अधिशासी अभियन्ता ग्रामीण अभियन्त्रण विभाग, प्रखण्ड, बरेली।

UP - 249018 दिनांकः 27/03/2026
विज्ञापन वेबसाइट www.up.gov.in पर उपलब्ध है।

**पूर्वोत्तर रेलवे**

**ई-प्रापण निविदा सूचना**

भारत के राष्ट्रपति की ओर से मुख्य प्रशासनिक अधिकारी/निर्माण, पूर्वोत्तर रेलवे, गोरखपुर द्वारा निम्नलिखित कार्य हेतु ई-प्रापण निविदाएं आमंत्रित करते हैं। क्रं०सं०:- 1, ई-प्रापण निविदा संख्याः- उप मु०इ०-नि०-पुल-जीकेपी-05-2026 दिनांकः 29.04.2026, कार्य का नामः- पूर्वोत्तर रेलवे के लखनऊ डिवीजन के सहजनवा-दोहरीघाट नई लाइन परियोजना के तहत, सहजनवा-मगहर- जगतबेला-बांसगांव नई लाइन पर, ब्रॉड गेज 60 केजी/52 केजी के लिए जी-3/एल टाइप के ग्लूड इंसुलेटेड जॉइंट्स का इन-सीटू में फैब्रिकेशन और असेंबली का काम इसमें ठेकेदार का सारा सामान, सामान की ढुलाई (आने-जाने का खर्च), ऑक्ट्रॉय वगैरह सब शामिल है। यह काम ग्लूड इंसुलेटेड रेल जॉइंट्स के मैनुअल में दिए गए निर्देशों के अनुसार पूरी तरह से किया जाएगा।, अनुमानित निविदा मुल्यः-1,72,54,762.10, बयाना राशि (रु०):- 2,36,300.00, निविदा प्रपत्र का मुल्य (रु०):- -, कार्य पुर्ण करने की अवधिः- 24 (चौबीस) माह, • बिड प्रारम्भ करने की तिथि - दिनांक 15.04.2026, • उपरोक्त ई-निविदा सबमिसन की अन्तिम तिथि-दिनांक 29.04.2026 15.00 बजे तक, • उपरोक्त ई-निविदा खुलने की तिथि-दिनांक 29.04.2026 15.00 बजे, • निविदा सूचना, योग्यता मापदण्ड, नियम एवं शर्ते वेवसाइट https://ireps.gov.in पर देखा जा सकता है।, • निविदा सूचना में यदि हिन्दी या अंग्रजी के आलेखों में कोई भिन्नता होती है तो अंग्रेजी के ही आलेख मान्य होगें।

उप मुख्य इन्जी०/निर्माण/पुल मुजाधि/डब्लू-528 गोरखपुर

ट्रेनों में बीड़ी/सिगरेट न पियें

# अमृत विचार

रविवार, 29 मार्च 2026

**ख़ुसरो रैन सुहाग की, जागी पी के संग**
**तन मेरो मन पीउ को, दोउ भए एक रंग**

अमीर ख़ुसरो कहते हैं, सौभाग्य की रात बहुत अच्छी रही। वह आनंद की अद्वैतमयी स्थिति ऐसी थी कि तन तो जीवात्मा का था और मन प्रियतम का था। इस सौभाग्यशाली रात में दोनों मिलकर एक हो गए।



# भारत की श्रुति में, बोली में और हर मंगलमुहूर्त में हैं राम

> हिंदू अनुभूति में 'राम, कृष्ण और शिव' त्रिदेव हैं। श्रीराम और श्रीकृष्ण विष्णु के अवतार माने जाते हैं। भारतीय श्रद्धा ने उन्हें इतिहास में खोजा। उन्हें भगवान भी माना। डॉ. राममनोहर लोहिया भारत के लोकमन की थाह ले चुके थे। लोहिया ने राम, कृष्ण और शिव को भारत में पूर्णता के तीन महान स्वप्नों की संज्ञा दी। 'राम की पूर्णता मर्यादित व्यक्तित्व में है, कृष्ण की उन्मुक्त या संपूर्ण व्यक्तित्व में और शिव की असीमित व्यक्तित्व में, लेकिन हर एक पूर्ण है।'

'इतिहास' पक्षपातपूर्ण नहीं होता। वह निष्पक्ष और निर्मम होता है। निर्मम का अर्थ है मेरा नहीं, इदं न मम। निष्पक्ष। जहां मम है, मेरा है, वहां पक्षपात है, लेकिन 'श्रद्धा' असंभव पर विश्वास है। श्रद्धा का विकास शून्य से नहीं होता। वह इतिहास से तथ्य लेती है। संस्कृति की कसौटी पर कसती है। 'लोक' समर्थन करता है, विश्वास की सीमाएं फैलती हैं। विश्वास 'अंधविश्वास' जैसा दिखाई पड़ सकता है, लेकिन तर्क और विज्ञान की कसौटी महत्वपूर्ण है। हिंदू-श्रद्धा का आधार दर्शन और वैज्ञानिक दृष्टिकोण है।

हिंदू अनुभूति में 'राम, कृष्ण और शिव' त्रिदेव हैं। श्रीराम और श्रीकृष्ण विष्णु के अवतार माने जाते हैं। भारतीय श्रद्धा ने उन्हें इतिहास में खोजा। उन्हें भगवान भी माना। डॉ. राममनोहर लोहिया भारत के लोकमन की थाह ले चुके थे। लोहिया ने राम, कृष्ण और शिव को भारत में पूर्णता के तीन महान स्वप्नों की संज्ञा दी। 'राम की पूर्णता मर्यादित व्यक्तित्व में है, कृष्ण की उन्मुक्त या संपूर्ण व्यक्तित्व में और शिव की असीमित व्यक्तित्व में, लेकिन हर एक पूर्ण है।' (राम, कृष्ण और शिवः लोहिया, पृ. 4)। डॉ. लोहिया समाजवादी थे। डॉ. रामविलास शर्मा मार्क्सवादी थे।

महाभारत के संबंध में डॉ. शर्मा की टिप्पणी दिलचस्प है, 'महाभारत इतिहास है, आख्यान है... आधुनिक अर्थ में वह इतिहास नहीं है, लेकिन इतिहास से भिन्न भी नहीं है।' फिर आगे कहा, 'ऋग्वेद में जो समाज-व्यवस्था है, ऋग्वेद और रामायण के समाजों से महाभारत का समाज पिछड़ा हुआ है।' (भारतीय संस्कृति और हिंदी प्रदेश) यहां एक समाज ऋग्वेद का है, एक रामायण का और बाद का समाज महाभारत का है। श्रीराम और रामायण का समाज ऋग्वेद के बाद है, महाभारत के पहले है। राज्य-व्यवस्था भी विकसित है।

भारत के ज्ञात इतिहास, पौराणिक अनुश्रुति के अनुसार वैवस्वत मनु पहले आर्य राजा थे। उनके बड़े पुत्र थे इक्ष्वाकु। मनु और इक्ष्वाकु ऋग्वेद में भी हैं। इक्ष्वाकु अयोध्या के राजा थे। इक्ष्वाकु के 19 पीढ़ी बाद मान्धाता चक्रवर्ती राजा हुए। उनका पुत्र पुरुकुत्स अयोध्या का राजा बना। पुरुकुत्स के 11 पीढ़ी बाद दानवीर राजा हरिश्चंद्र का शासन आया। 41वीं पीढ़ी में राजा सगर और 45वीं में चक्रवर्ती सम्राट भगीरथ। इक्ष्वाकुवंश के बाद 60वीं पीढ़ी में दिलीप, फिर दिलीप का पोता रघु और भी प्रतापी राजा हुआ। रघु के कारण ही 'रघुवंशी' शब्द चला। रघु के पुत्र अज, अज के पुत्र दशरथ और दशरथ के पुत्र श्रीराम। श्रीराम इक्ष्वाकु वंश की 65वीं पीढ़ी में थे।

वाल्मीकि ने इन्हीं श्रीराम को अपना नायक बनाया। 'रामायण' अस्तित्व में आई। वाल्मीकि 'आदर्श मनुष्य' का चित्रण कर रहे थे। वाल्मीकि के श्रीराम मनुष्य हैं, ईश्वर भी हैं, लेकिन मनुष्य ज्यादा हैं। तुलसीदास के राम ईश्वर हैं, वे मनुष्य रूप में लीला करते हैं। राम सबको भाए। श्रीराम का चरित्र और व्यक्तित्व विश्वव्यापी बना। संस्कृत और प्राकृत सहित भारत और विश्व की तमाम भाषाओं में राम कथाएं लिखी गईं। तमिल कवि कंबन ने 11वीं सदी में ही रामकथा लिखी। मुस्लिम आबादी वाले देश इंडोनेशिया में भी रामायण राष्ट्रीय महत्व वाला ग्रंथ है। भारतीय इतिहास के सबसे बड़े लोकप्रिय नेता महात्मा गांधी भारत में 'रामराज्य' के ही स्वप्नद्रष्टा बने।

हृदय नारायण दीक्षित
पूर्व विधानसभा अध्यक्ष
उत्तर प्रदेश

लोहिया के अनुसार 'राम' उत्तर और दक्षिण की एकता के देवता हैं और 'रामायण' उत्तर-दक्षिण एकता का ग्रंथ। उन्होंने कहा, 'राम की पूर्णता मर्यादित व्यक्तित्व में है। उन जैसा मर्यादित जीवन कहीं और नहीं, न इतिहास में, न कल्पना में। श्रीराम समन्वय के प्रतीक हैं। न्याय के लिए संघर्ष के प्रतीक हैं। राम आनंद-सागर हैं, हिलोरे लेने वाला सागर नहीं, विश्रांत-निस्पंद। लोहिया को तुलसी का 'रामचरित मानस' मोहित करता था। एक-एक चैपाई आनंद का सागर है।

'रामराज्य' विश्व में अद्वितीय है। वैदिककाल से लेकर आधुनिक काल की किसी राज्यप्रणाली में रामराज्य के आदर्श नहीं मिलते। तुलसी लिखते हैं, 'बयरु न कर काहू सन कोई, राम प्रताप विषमता खोई।' (रामचरितमानस, उत्तरकाण्ड) फिर कहते हैं, 'अल्प मृत्यु नही कौनिऊ पीरा, सब सुंदर सब बिरुज शरीरा। नहि दरिद्र कोऊ दुखी न दीना, नहि कोऊ अबुध न लच्छन हीना। न अल्पमृत्यु है, न बीमारियां। सब स्वस्थ हैं। कोई गरीब और दुःखी नहीं है। न कोई मूर्ख है और न अगुणी।' (वही) सबसे दिलचस्प बात यह है, 'बिधु महि पूर मयूखन्हि, रबि तप जेतन्हि काज- 'चन्द्रमा' धरती को प्रकाश से पूर्ण करता है, सूर्य उतना ही तपते हैं, जितना जरूरी होता है।' फिर वर्षा के बारे में कहते हैं, 'मांगे वारिधि देहि जल, रामचंद्र के राज- बादल इच्छा करते ही, जल मांगते ही बरस पड़ते हैं।'

रामचरितमानस की प्रगतिशीलता सांस्कृतिक परंपरा से संवाद करती है। यह 'विधि निषेधमय कलिमय हरनी' (बालकांड) है, इसमें विधि-निषेध (करणीय और अकरणीय) की सूची है। वेदों की परंपरा है, उपनिषदों का दर्शन है। सगुण भक्ति-उपासना है। निर्गुण-निराकार की सरल व्याख्या है। अद्वैत दर्शन भी है, 'एक दारुगत देखिए एकू, पावक सम जुग ब्रह्म विवेकू- जैसे लकड़ी के भीतर निराकार अग्नि छिपी रहती है, दिखाई नहीं पड़ती, लेकिन जलते समय अग्नि प्रकट रहती है।' प्रकट अग्नि सगुण है, अप्रकट अग्नि निर्गुण है। ऋग्वेद में अग्नि से ऐसी ही प्रार्थना है। उपनिषदों वाले ब्रह्म की तुलसी की चैपाई ठेठ अवधी भाषा में है, 'व्यापकु एकु ब्रह्म अविनाशी, सत चेतन घन आनंद वासी।' (बालकांड) लेकिन तुलसी भक्तिमार्गी हैं, 'निरगुन तें एहि भांति बड़, नाम प्रभाऊ अपार'- वे नाम का प्रभाव निर्गुण और सगुण से भी बड़ा बताते हैं, 'कहहुं नाम बड़ नाम राम तें निज विचार अनुसार।' यहां राम का नाम सगुण राम से भी बड़ा है। 'राम नाम वाणी है। मन संकल्प है। ध्यान है, विज्ञान है, अन्न-जल उन्हीं में है, वे तेज हैं। आकाश हैं, आशा हैं, प्राण हैं।'

मार्क्सवादी विद्वान श्रीराम को कल्पना बताते हैं। 'राम' भारत की श्रुति में, बोली में, नमस्कार और कुशलक्षेम में, प्रत्येक मंगलमुहूर्त में हैं। चक्रवर्ती राजगोपालाचार्य बहुपठित विद्वान और राजनेता थे। रामकथा पर वे भी सम्मोहित थे। उन्होंने तमिल में 'तिरुगमन-रामायण' लिखी। इसका हिंदी अनुवाद उनकी पुत्री और महात्मा गांधी की पुत्र-बहू लक्ष्मी देवदास गांधी ने किया। राजाजी ग्रंथ की भूमिका में लिखते हैं, 'सियाराम, हनुमान और भरत को छोड़कर हमारी कोई गति नहीं। उनकी कथा हमारे पूर्वजों की धरोहर है। हम आज उसी के आधार पर जीवित हैं।' (हिंदी अनुवाद, पृ. 7) यहां 'इसी के आधार पर हम जीवित हैं' वाक्य पर गौर करना चाहिए। भारत का राष्ट्रजीवन अखंड रामायण है। अविभक्त है।

हिंदू अनुभूति के महानायक हैं श्रीराम। वे दिक्काल में हैं और दिक्काल के परे भी। भारतीय जनता के चित्त, आचार-व्यवहार पर श्रीराम का प्रभाव है। श्रीराम 'मंगल भवन' हैं और 'अमंगलहारी' भी। वे भारत के मन में रमते हैं। मिले तो राम-राम, अलग हुए तो राम-राम। राम का नाम हम सब बचपन से सुनते आए हैं। वे संकट के धैर्य हैं। वे परम शक्तिशाली हैं। भाव-श्रद्धा में वे ईश्वर हैं। राम तमाम असंभवों के संभव हैं। युद्ध में अजेय पौरुष-पराक्रम और निजी जीवन में मर्यादा के पुरुषोत्तम। श्रीराम भारतीय आदर्श व आचरण के शिखर हैं। भारतीय मनीषा ने उन्हें ब्रह्म या ईश्वर जाना है। श्रीकृष्ण भी विष्णु के अवतार हैं। वे अर्जुन को गीता (10.31) में बताते हैं 'पवित्र करने वालों में मैं वायु हूं और शस्त्रधारियों में राम हूं।' राम महिमावान हैं। श्रीकृष्ण भी स्वयं को राम बताते हैं। (यह लेखक के निजी विचार हैं।)

# नेपाल में बालेन युगः रैपर से पीएम तक का सफर

नेपाल की राजनीति में हाल के समय में उभरी एक दिलचस्प और असामान्य कहानी है बालेन शाह का उदय। पारंपरिक राजनीतिक रास्तों से अलग, एक स्वतंत्र छवि के साथ उभरे बालेन का देश के शीर्ष नेतृत्व एवं प्रधानमंत्री की कुर्सी तक पहुंचना अपने आप में नई अप्रत्याशित राजनीति का संकेत है। काठमांडू के गौरीगाऊं में जन्मे बालेन सामान्य परिवेश से आते हैं। नेपाल में प्रारंभिक शिक्षा के बाद उन्होंने सिविल इंजीनियरिंग की पढ़ाई की और फिर स्ट्रक्चरल इंजीनियरिंग में विशेषज्ञता हासिल की। एक इंजीनियर के रूप में उन्होंने देश के विभिन्न हिस्सों में काम किया, खासकर भूकंप के बाद पुनर्निर्माण कार्यों में सक्रिय भूमिका निभाई।

निजाम जीलानी
लेखक

राजनीति में आने से पहले बालेन एक कवि, रैपर और स्ट्रक्चरल इंजीनियर थे। उनकी रचनाएं केवल मनोरंजन तक सीमित नहीं थीं, बल्कि वे सामाजिक असमानता, अन्याय और विकृतियों के खिलाफ एक सशक्त आवाज थे। उनके रैप गीतों में आक्रोश भी था, बदलाव की मांग भी और देश के प्रति गहरी चिंता भी। यही वजह रही कि उन्होंने बहुत कम समय में एक मजबूत जन समर्थन तैयार कर लिया। युवाओं के बीच लोकप्रिय होते हुए उन्होंने संगीत को सामाजिक चेतना जगाने का माध्यम बनाया।

बालेन शाह ने स्वतंत्र उम्मीदवार के रूप में 2022 के काठमांडू महानगरपालिका चुनाव में उतरने का निर्णय लिया। यह कदम अपने आप में जोखिम भरा था, क्योंकि नेपाल की राजनीति में बड़े दलों का प्रभाव अधिक था, लेकिन उन्होंने इस चुनौती को अवसर में बदला। युवाओं व मध्यम वर्ग के मतदाताओं का व्यापक समर्थन उन्हें मिला, जिसने उनकी उम्मीदवारी को एक आंदोलन का रूप दे दिया और वह काठमांडू के मेयर के बने।

> पारंपरिक राजनीतिक रास्तों से अलग, एक स्वतंत्र छवि के साथ उभरे बालेन का देश के शीर्ष नेतृत्व एवं प्रधानमंत्री की कुर्सी तक पहुंचना अपने आप में नई अप्रत्याशित राजनीति का संकेत है। बालेन सामान्य परिवेश से आते हैं।

मेयर बनने के बाद बालेन शाह ने प्रशासनिक सुधार, पारदर्शिता और शहरी विकास पर विशेष ध्यान दिया। उन्होंने काठमांडू में अवैध निर्माण के खिलाफ अभियान चलाया, सार्वजनिक सेवाओं में सुधार की पहल की और डिजिटल तकनीकों के उपयोग को बढ़ावा दिया। उनकी कार्यशैली ने यह संदेश दिया कि अगर इच्छा शक्ति हो तो सीमित संसाधनों में भी बदलाव संभव है। यही उनकी सबसे बड़ी ताकत बनी। उनकी यात्रा यहीं नहीं रुकी। परिस्थितियों ने उन्हें राष्ट्रीय राजनीति की ओर धकेला, जहां उन्होंने स्थापित नेताओं को न सिर्फ चुनौती दी, बल्कि पराजित भी किया और सत्ता के खिलाफ़ अपनी आवाज़ को और बुलंद किया।

युवाओं, मध्यम वर्ग और बदलाव की चाह रखने वाले मतदाताओं ने उन्हें खुलकर समर्थन दिया। उनकी उम्मीदवारी एक जन आंदोलन का रूप लेती गई और अंततः नेपाल झापा-5 से चुनाव जीतकर उन्होंने पूर्व प्रधानमंत्री केपी शर्मा ओली जैसे दिग्गज नेता को हराया। पार्टी को बहुमत दिलाते हुए प्रधानमंत्री की कुर्सी तक पहुंचे। यह जीत केवल एक व्यक्ति की सफलता नहीं थी, बल्कि पारंपरिक राजनीति के प्रति जनता की नाराज़गी और नए विकल्प की तलाश का प्रतीक भी है। (यह लेखक के निजी विचार हैं।)

# असंगठित क्षेत्रों के मजदूरों का भविष्य

भारत की अर्थव्यवस्था का एक बड़ा हिस्सा असंगठित क्षेत्र के मजदूरों के कंधों पर टिका हुआ है, लेकिन फिर भी यही वर्ग सबसे अधिक उपेक्षित और असुरक्षित बना हुआ है। अस्थिरता, असमानता और काम के लिए रोज का संघर्ष इनके जीवन की वास्तविकता है। प्रतिदिन काम का न मिलना, मिल भी जाए तो कम मजदूरी और सामाजिक सुरक्षा के अभाव ने उनके जीवन को लगातार संकट में डाल रखा है। यह केवल आर्थिक समस्या नहीं है, बल्कि यह उनके अस्तित्व, सम्मान और परिवारिक संरचना को भी प्रभावित करती है। कोरोना महामारी के बाद से असंगठित क्षेत्रों के मजदूरों की स्थिति और भी अधिक चिंताजनक हो गई है।

इसका सबसे अधिक प्रभाव महिलाओं पर पड़ता है। असंगठित क्षेत्र में काम करने वाली महिलाएं पुरुषों की तुलना में न केवल कम मजदूरी पाती हैं, बल्कि कई बार उनसे पुरुषों के बराबर काम लेकर भी कम भुगतान किया जाता है। इसके साथ ही उन्हें घर की जिम्मेदारियों का भी पूरा बोझ उठाना पड़ता है। यह दोहरी जिम्मेदारी उनके जीवन को और कठिन बना देती है। महिलाओं के श्रम को अक्सर 'सहायक' या 'पूरक' माना जाता है, जबकि वास्तव में वे परिवार की आर्थिक रीढ़ होती हैं, जबकि इस नजरिए को पूरी तरह से बदलने की आवश्यकता है, ताकि उनके योगदान को भी सही पहचान और सम्मान मिल सके।

संगीता कुमारी
एक्टिविस्ट

कई आंकड़े और रिपोर्ट बताते हैं कि अन्य राज्यों की तुलना में झारखंड और बिहार से सबसे अधिक लोग मजदूरी के लिए अन्य राज्यों की ओर पलायन करते हैं। बिहार में असंगठित क्षेत्र के मजदूरों की संख्या करोड़ों में है और मुजफ्फरपुर जिले में भी लाखों लोग इसी वर्ग में आते हैं। न्यूनतम मजदूरी की बात करें, तो सरकार द्वारा तय मजदूरी अक्सर कागजों तक सीमित रह जाती है। वास्तविकता में मजदूरों को इससे काफी कम भुगतान किया जाता है, जो उनके श्रम का उचित मूल्य नहीं है। उनसे न्यूनतम मजदूरी में अधिकतम काम कराया जाता है।

गरीबी और बेरोजगारी की यह स्थिति उन्हें अपने घर-परिवार से दूर जाने के लिए मजबूर करती है। बेहतर रोजगार की तलाश में वे पंजाब, हरियाणा, दिल्ली, महाराष्ट्र और गुजरात जैसे राज्यों में पलायन करते हैं। यह पलायन केवल आर्थिक मजबूरी नहीं, बल्कि पारिवारिक संकट भी है। अपने परिवार, बच्चों और गांव को छोड़कर अनजान शहरों में रहना, असुरक्षित परिस्थितियों में काम करना और कई बार शोषण का शिकार होना उनके जीवन का हिस्सा बन जाता है। पीछे छूटे परिवार, विशेषकर महिलाएं और बच्चे, असुरक्षा और अभाव में जीवन जीते हैं।

केंद्र से लेकर राज्य सरकार तक मजदूरों के हित में कई योजनाएं चलाई जा रही हैं, जैसे जीरामजी, प्रधानमंत्री श्रम योगी मानधन योजना। इन योजनाओं का उद्देश्य मजदूरों को रोजगार, पेंशन और अन्य सुविधाएं प्रदान करना है, लेकिन जमीनी स्तर पर इन योजनाओं का लाभ ज्यादातर असंगठित क्षेत्रों के इन मजदूरों तक नहीं पहुंच पाता है।

(यह लेखिका के निजी विचार हैं।)

# पीएनजी के साथ हरित भविष्य की ओर

पश्चिम एशिया में युद्ध से उत्पन्न संकट के बीच निकट भविष्य में ईंधन की किल्लत को लेकर लोग आशंकित हैं। हाल ही में संसद में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी पश्चिम एशिया संकट को गंभीर बताते हुए कोरोना जैसी चुनौतियों के लिए तैयार रहने की अपील की। सच तो यह है कि सरकार हो या विपक्षी दल सभी एकमत से इस संभावित खतरे को स्वीकार रहे हैं। ऐसे में कोरोना काल का कड़वा अनुभव झेल चुके नागरिकों का जीवनयापन के वैकल्पिक संसाधनों को लेकर चिंतित होना स्वाभाविक है।

इससे पहले काफी दिनों से चल रहे एलपीजी गैस मिलने की समस्या से हम जूझ ही रहे हैं। हालात बता रहे हैं कि आने वाले दिनों में पेट्रोल-डीजल को लेकर भी ऐसी समस्या संभावित है। ऐसे में वैकल्पिक उपायों पर चर्चा की जानी चाहिए। जैसा कि बीते दिनों राज्यसभा में प्रधानमंत्री ने पश्चिम एशिया में जारी संघर्ष के बीच ऊर्जा सुरक्षा और आत्मनिर्भरता पर सरकार की रणनीति स्पष्ट की। उन्होंने कहा कि सरकार ईंधन के किसी एक स्रोत पर निर्भरता कम करने की दिशा में काम कर रही है और घरेलू गैस सप्लाई में एलपीजी के साथ-साथ पीएनजी को भी बढ़ावा दिया जा रहा है। सरकार का प्रयास हर क्षेत्र में विदेशी निर्भरता कम करने की दिशा में है, क्योंकि मौजूदा समय में देश का 90 प्रतिशत से अधिक व्यापार विदेशी जहाजों पर निर्भर है, जो किसी वैश्विक संकट में चुनौती बन सकता है, फिलवक्त युद्ध के बीच हम देख रहे हैं। इन सभी के बीच अब हमारे मन में यह सवाल उठना लाजिमी है कि अगर एलपीजी का विकल्प पीएनजी बनती है तो यह गैस हमारे लिए क्या किफायती और उपयोगी साबित होगी?

अजय दयाल
हल्द्वानी

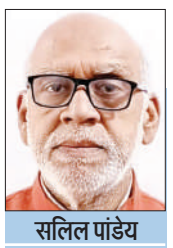
इस सवाल के साथ एक परंपरागत मूलमंत्र को याद कीजिए- आवश्यकता अविष्कार की जननी है, परंतु हम अगर पीएनजी की बात कर रहे हैं तो यहां मामला थोड़ा उल्टा है। अविष्कार हो चुका है, जिसे अब आवश्यकता बनाना है। वास्तव में परिवार, व्यवसाय और उद्योग सभी को पारंपरिक ईंधनों के विकल्प की तलाश है, जो न केवल उनकी आवश्यकताओं को पूरा करें, बल्कि स्वच्छ और हरित पर्यावरण अनुकूल भी हों। इसी तलाश में, पाइपयुक्त प्राकृतिक गैस (पीएनजी) एक प्रमुख विकल्प के रूप में सामने है, जो पूरे देश में तेजी से लोकप्रिय हो रही है। पीएनजी को सुविधा, सामर्थ्य और पर्यावरणीय लाभों का एक आकर्षक पैकेज सरीखा मान सकते हैं, जो भारतीय उपभोक्ताओं और व्यवसायों के लिए एक विशेष विकल्प बनने भी लगी है।

> बढ़ती पर्यावरण संबंधी चुनौतियों और ऊर्जा समाधानों की बढ़ती मांग के चलते, आने वाले वक्त में भारत में पीएनजी की लोकप्रियता बढ़ेगी। भारत में शहरीकरण और औद्योगीकरण के बढ़ते विस्तार के साथ, विश्वसनीय और टिकाऊ ऊर्जा स्रोतों की मांग में लगातार वृद्धि होगी।

पीएनजी को समझें तो यह जीवाष्म से उत्पन्न नेचुरल गैस का परिष्कृत रूप है, जिसे भूमिगत पाइपलाइनों के बिछाये जाल से सीधे घरों, व्यावसायिक प्रतिष्ठानों और औद्योगिक इकाइयों तक पहुंचाया जाता है। यह एक स्वच्छ रूप से जलने वाला जीवाश्म ईंधन है, जो मुख्य रूप से मीथेन और अन्य हाइड्रोकार्बन के मिश्रण से बना होता है। यह गैस अपेक्षाकृत स्वच्छ रूप से जलने वाला ईंधन है, जो कोयला या तेल जैसे अन्य जीवाश्म ईंधनों की तुलना में कम हानिकारक साबित होगी। यह कम कार्बन डाइऑक्साइड, सल्फर डाइऑक्साइड और कण पदार्थ उत्सर्जित करती है, जिसे पर्यावरण अनुकूल ही कहेंगे। खास बात यह है कि पीएनजी का उपयोग विभिन्न उद्देश्यों के लिए किया जा सकता है। इनमें आवासीय परिवेश में खाना पकाना, हीटिंग करना और उपकरणों को बिजली देना, साथ ही औद्योगिक प्रक्रियाओं और वाणिज्यिक कार्यों के लिए ऊर्जा प्रदान करना शामिल हैं। पीएनजी एक स्वाभाविक रूप से सुरक्षित ईंधन है, क्योंकि यह हवा से हल्का होता है और रिसाव होने पर जल्दी से फैल जाता है, जिससे आग या विस्फोट का खतरा कम हो जाता है। जहां तक किफायत की बात है, तो यह गैस एलपीजी या बिजली जैसे अन्य पारंपरिक ईंधनों की तुलना में घरेलू और व्यावसायिक दोनों उपयोगों के लिए एक किफायती विकल्प है। इसकी कीमत आमतौर पर अधिक स्थिर होती है और बाजार के उतार-चढ़ाव से कम प्रभावित होती है, जिससे उपभोक्ताओं को दीर्घकालिक लागत बचत होती है। इस सुविधा में सिलेंडरों को फिर से भरने या बदलने की झंझट खत्म हो जाती है, जिससे पीएनजी आधुनिक जीवन के लिए एक परेशानी मुक्त विकल्प बनता है।

# बाह्य आकर्षणों में डूबे व्यक्ति का मन सदैव रहता है अशांत

मूर्खता के मामले में कालिदास का उल्लेख प्राचीन ग्रंथों में किया गया है। दरअसल उज्जैन राज्य की राजकुमारी से विद्वता के मामले में पराजित कथित विद्वानों ने विद्योत्तमा का विवाह किसी मूर्ख व्यक्ति से कराने का निश्चय किया। जब उन सबने, जिस डाल पर बैठकर उसी डाल को काट रहे कालिदास को देखा तो उन सबको लगा कि इससे ज्यादा मूर्ख तो कोई हो ही नहीं सकता है, क्योंकि वो जो डाल काट रहा है, जब वह नीचे गिरेगी तो काटने वाला खुद भी गिर जाएगा। इतनी भी समझ उसे नहीं है। ठीक भी सोचा उन कथित विद्वानों ने, जो शास्त्रार्थ में विद्योत्तमा से पराजित हो गए थे।



सलिल पांडेय
मिर्जापुर

अब सवाल उठता है कि क्या कालिदास ही मूर्ख थे? अगर देखा जाए तो हर वह व्यक्ति मूर्ख है जो काम, क्रोध, मद और लोभ के चक्कर में बुद्धि-विवेक की डाल को खुद ही काटता है। बुद्धि-विवेक से जब व्यक्ति रहित हो जाता है तब उसका हर कदम गलत उठता है। बाह्य आकर्षणों में डूब गए व्यक्ति का मन सदैव अशांत रहता है। इसी प्रकार क्रोध करने पर शरीर की तंत्रिका प्रणाली अव्यवस्थित होती है। शरीर का रसायन तंत्र बिगड़ता है।

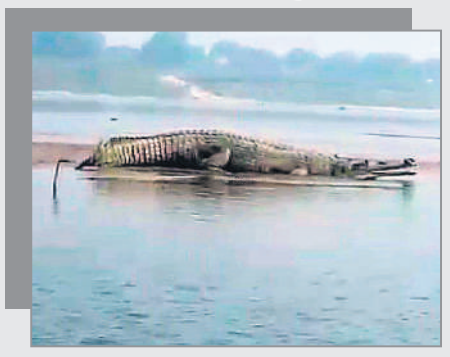
हिंदी के विद्वान समालोचक आचार्य रामचंद्र शुक्ल ने क्रोध को पिशाच की संज्ञा देते हुए लिखा कि पिशाच ऐसा राक्षस है, जो सिर्फ ऋषियों का यज्ञ-विध्वंस नहीं करता, बल्कि खून पीता है। ऐसे पिशाचों में 'आतापि-वातापि' नामक दो भाइयों का जिक्र वाल्मीकि रामायण में किया गया है। इन दोनों भाइयों ने मिलकर अगस्त्य ऋषि को निगल लिया था, लेकिन अपने योगबल से वे आतापि का पेट फाड़कर बाहर निकल आए थे।

इस दृष्टांत का मतलब यही है कि स्वार्थ साधने के पीछे सिर्फ समय ही नहीं, बल्कि अपना स्वास्थ्य खराब करना मूर्खता ही है। जो भी मनुष्य अपने मन से सत्य के विपरीत कदम उठाता है, वह मूर्ख ही है, क्योंकि एक ओर मन यदि कह रहा है कि स्वार्थ-सिद्धि का कदम गलत है, इसके बावजूद गलत कामों के प्रति चाहत रखने पर मन में द्वंद्व होता है। यानी मन में संघर्ष होता है।

(यह लेखक के निजी विचार हैं।)

# गंगा नदी का घड़ियाल से हैं सांस्कृति और आध्यात्मिक संबंध

गंगा नदी और घड़ियाल का संबंध सनातन संस्कृति में केवल प्राकृतिक नहीं, बल्कि आध्यात्मिक और प्रतीकात्मक भी है। गंगा को वेदों, पुराणों और महाकाव्यों में पापहरिणी, मोक्षदायिनी और जीवनदायिनी कहा गया है। गंगा का वाहन परंपरागत रूप से मकर माना गया है, जिसे अनेक विद्वान घड़ियाल के रूप में भी देखते हैं। यह तथ्य दर्शाता है कि घड़ियाल केवल एक जलीय जीव नहीं, बल्कि गंगा की दिव्य शक्ति और जल तत्व की गहराई का प्रतीक है।



घड़ियाल का स्वभाव शांत और मनुष्य के प्रति अहिंसक होता है। वह मुख्यतः मछलियों का आहार करता है और नदी के जलीय जीवन को संतुलित रखता है। सनातन दृष्टि में प्रत्येक जीव का अस्तित्व सृष्टि-चक्र का अनिवार्य अंग है। घड़ियाल गंगा के निर्मल और गहरे प्रवाह का संकेतक माना जा सकता है, क्योंकि वह स्वच्छ जल में ही पनपता है। इस प्रकार उसकी उपस्थिति गंगा की पवित्रता और जीवन शक्ति का द्योतक है। धार्मिक आस्थाओं में गंगा स्नान आत्मशुद्धि का माध्यम है, तो प्राकृतिक दृष्टि से घड़ियाल नदी की जैविक शुद्धता का रक्षक है। अतः सनातन संस्कृति में गंगा और घड़ियाल का संबंध प्रकृति और अध्यात्म के अद्भुत समन्वय का प्रतीक है, जो मानव को सृष्टि के प्रति कर्तव्य और संरक्षण का संदेश देता है।

डॉ. जितेंद्र शुक्ला
वन्यजीव विशेषज्ञ

गंगा की धारा भारतीय जीवन की अनवरत स्पंदनशीलता का प्रतीक है। यह नदी केवल जल का प्रवाह नहीं, बल्कि सभ्यता, कृषि, आस्था, अर्थव्यवस्था और जैव-विविधता की जीवनरेखा है। इसी धारा में एक ऐसा प्राचीन जलीय जीव भी निवास करता है, जो करोड़ों वर्षों की विकास यात्रा का साक्षी रहा है- घड़ियाल। लंबी और पतली थूथन, तीक्ष्ण दंत-पंक्तियां, जल में तीव्र गति से तैरने की क्षमता और विशिष्ट शारीरिक संरचना से युक्त यह जीव गंगा तंत्र का शीर्ष जलीय शिकारी है। बीते शताब्दी में जब यह प्रजाति विलुप्ति के कगार पर पहुंच गई थी, तब यह प्रश्न उठ खड़ा हुआ था कि क्या गंगा अपने इस प्राचीन प्रहरी को सदा के लिए खो देगी। आज वर्ष 2026 में भारतीय वन्यजीव संस्थान द्वारा गंगा और उसकी ग्यारह सहायक नदियों में किए गए व्यापक सर्वेक्षण में 3037 घड़ियालों की उपस्थिति दर्ज होना उस आशंका का सशक्त प्रत्युत्तर है। यह उपलब्धि संघर्ष, संवेदनशीलता, वैज्ञानिक दृष्टि और दीर्घकालीन नीतिगत प्रतिबद्धता की संयुक्त सफलता का परिणाम है। घड़ियाल, जिसका वैज्ञानिक नाम गवियलिस गैंगेटिकस है, भारतीय उपमहाद्वीप की विशिष्ट प्रजाति है। कभी यह गंगा, यमुना, घाघरा, गंडक, सोन, ब्रह्मपुत्र और सिंधु की धाराओं में व्यापक रूप से पाया जाता था। घड़ियाल का शारीरिक रूप अत्यंत विशिष्ट है। उनके शरीर का आकार लंबा और दुबला-पतला होता है। थूथन संकरा और लंबा होता है, जो मछली पकड़ने की उत्कृष्ट क्षमता प्रदान करता है। दंत पंक्तियां तीक्ष्ण और संगठित होती हैं, जिससे वे तैरते जल में ही अपने शिकार को पकड़ने में सक्षम रहते हैं। उनका शरीर भारी और चिकना होता है, जिससे जल में गति कम होते हुए भी सहजता से नियंत्रण संभव होता है। नर घड़ियाल की थूथन पर एक उभार होता है, जिसे वैज्ञानिक 'घड़ा' कहते हैं। यह उभार प्रजनन काल में ध्वनि उत्पन्न करने और मादा को आकर्षित करने में सहायक होता है।

घड़ियाल मुख्यतः मछली भक्षी होते हैं। एक वयस्क घड़ियाल प्रतिदिन औसतन डेढ़ से दो किलोग्राम मछली का सेवन करता है। यह संख्या नदी के सांख्यिकीय संतुलन को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। नदी तंत्र में यदि शीर्ष शिकारी अनुपस्थित हो जाएं, तो कुछ मछली समूह अत्यधिक वृद्धि कर सकते हैं, जिससे खाद्य श्रृंखला असंतुलित हो जाती है और विशेष प्रजातियों का अस्तित्व संकट में पड़ता है। घड़ियाल इस असंतुलन को रोकते हैं और विभिन्न मछली प्रजातियों की संतुलित संख्या को सुनिश्चित करते हैं।

(यह लेखक के निजी विचार हैं।)


स्वामी-रुहेलखंड इंटरप्राइजेज के लिए मुद्रक एवं प्रकाशक हरि ओम गुप्ता द्वारा अमृत विचार प्रकाशन, नवादा जोगियान, चक रोड, रोहिलखंड मेडिकल कॉलेज के सामने, बरेली (उ.प्र.), पिन कोड-243006 से मुद्रित एवं 932 कटरा चांद खां, भारत पेट्रोल पंप के सामने पीलीभीत बाईपास रोड बरेली (उ.प्र.) पिन कोड-243005 से प्रकाशित। **संपादक- राजेश श्रीनेत, स्थानीय संपादक- नवीन गुप्ता*** 0581-4000222 (कार्यालय), ईमेल- editorschoice@amritvichar.com, आर.एन.आई नं0-UPHIN/2019/78502, *इस अंक में प्रकाशित समाचार के चयन एवं संपादन हेतु पी.आर.बी. एक्ट की धारा 7 के अंतर्गत उत्तरदायी। (नोट-सभी विवादों का न्यायक्षेत्र बरेली होगा)।

## न्यूज ब्रीफ

### इंस्टाग्राम पर लाइव आकर की आत्महत्या

**शिवपुरी।** मध्यप्रदेश के शिवपुरी में एक युवक ने इंस्टाग्राम पर लाइव आने के बाद आत्महत्या कर ली। पुलिस अधिकारियों के अनुसार यह घटना शुक्रवार रात जिले के देहात थाना क्षेत्र में हुई। मनोज रजक (22) नामक युवक के आखिरी पलों का करीब 14 मिनट का वीडियो भी सामने आया है। देहात थाना प्रभारी विकास यादव ने बताया कि युवक ने लाइव चैट के दौरान अपने दोस्तों का हाथ हिलाकर अभिवादन किया और उन्हें 'फ्लाइंग किस' दी, इसके बाद उसने छत के पंखे से फंदा लगाकर आत्महत्या कर ली।

### छात्र को आतंकी' कहने पर प्रोफेसर पर केस दर्ज

**बेंगलुरु।** यहां कक्षा में एक छात्र को आतंकवादी कहने और आपत्तिजनक टिप्पणी करने के आरोप में शनिवार को एक निजी विश्वविद्यालय के सहायक प्रोफेसर के खिलाफ प्राथमिकी दर्ज की गई। प्रोफेसर द्वारा छात्र को डांटते हुए कक्षा में बाधा डालने का आरोप लगाने वाला एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो गया है। यह घटना 24 मार्च को हुई।

### असम के जोरहाट में धमाका, दो की मौत

**जोरहाट।** असम के जोरहाट जिले में शनिवार को हुए एक धमाके में बच्ची सहित दो लोगों की मौत हो गई और दो अन्य गंभीर रूप से घायल हो गए। जोरहाट के वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक शुभ्रजीत बोरा ने बताया कि यह विस्फोट कस्बे की राजामैदाम न्यू कॉलोनी में एक कबाड़ व्यापारी के किराए के मकान में हुआ, जिसमें दो लोगों की मौके पर ही मौत हो गई। उन्होंने बताया कि घायलों को गंभीर हालत में जोरहाट चिकित्सा महाविद्यालय और अस्पताल में भर्ती कराया गया है।

### बाघ को जहर देकर मारने में पांच गिरफ्तार

**भोपाल।** मध्यप्रदेश के सतपुड़ा टाइगर रिजर्व के निकट रेडियो कॉलर लगे एक बाघ को कथित रूप से जहर देकर मारने के मामले में पुलिस ने पांच लोगों को गिरफ्तार किया है। पुलिस के एक अधिकारी ने बताया कि बाघ का शव शुक्रवार को छिंदवाड़ा पश्चिम संभाग के राजस्व क्षेत्र में एक गड्ढे में दबा हुआ मिला। सतपुड़ा टाइगर रिजर्व (एसटीआर) की क्षेत्र निदेशक राखी नंदा ने बताया कि यह बाघ दिसंबर 2004 में बांधवगढ़ टाइगर रिजर्व से लाया गया था और उसने रिजर्व क्षेत्र के बाहर अपना इलाका बना लिया था।

### डीआरआई ने पकड़ा 512 किग्रा लाल चंदन

**कोच्चि।** राजस्व खुफिया निदेशालय (डीआरआई) ने वल्लारपदम स्थित कोचीन बंदरगाह के अंतरराष्ट्रीय कंटेनर ट्रांसशिपमेंट टर्मिनल से 512 किलोग्राम लाल चंदन के अवैध निर्यात के प्रयास को विफल कर दिया है। अधिकारियों ने शनिवार को यह जानकारी दी। डीआरआई की कोचीन क्षेत्रीय इकाई के अधिकारियों ने चीन जा रहे एक कंटेनर को रोका। इस खेप को रबर कोर विनियर घोषित किया गया था। विनियर लकड़ी की बहुत पतली परत को कहते हैं जिसे फर्नीचर या अन्य चीजों पर चिपकाया जाता है।

# केंद्र और राज्य बताएं मानव तस्करी के मामलों में क्या प्रक्रिया अपनानी चाहिए

## उच्चतम न्यायालय ने कहा-किसी काल्पनिक या सैद्धांतिक सूत्र में हमारी रुचि नहीं

**नई दिल्ली, एजेंसी**

- केंद्र और राज्यों के गृह सचिव व डीजीपी हितधारकों से करें चर्चा
- केंद्र और राज्य इस मामले में दाखिल करें विस्तृत हलफनामा

उच्चतम न्यायालय ने केंद्र और सभी राज्यों को मानव तस्करी के मामलों में अपनाई जाने वाली मानक प्रक्रिया के बारे में सूचित करने का निर्देश दिया है। न्यायमूर्ति अहसानुद्दीन अमानुल्लाह और न्यायमूर्ति आर महादेवन की पीठ ने कहा कि वह किसी काल्पनिक या सैद्धांतिक सूत्र में रुचि नहीं रखती, बल्कि एक व्यावहारिक दृष्टिकोण चाहती है। पीठ ने केंद्रीय गृह सचिव, राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के गृह सचिवों और पुलिस महानिदेशकों को सभी हितधारकों के साथ चर्चा करने का निर्देश दिया।

पीठ ने कहा कि भारत सरकार, राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों को निर्देश दिया जाता है कि वे इस संबंध में एक विस्तृत हलफनामा दाखिल करें कि उनके अनुसार ऐसे मामलों में कौन सी मानक प्रक्रिया अपनाई जानी चाहिए। पीठ ने कहा कि हम यह स्पष्ट करते हैं कि न्यायालय किसी काल्पनिक या सैद्धांतिक सूत्र में रुचि नहीं रखता, बल्कि एक व्यावहारिक रणनीति/दृष्टिकोण चाहता है जिसे घटना घटित होने वाले स्थानीय पुलिस थाना स्तर पर तुरंत लागू किया जा सके।

सर्वोच्च न्यायालय ने कहा कि मानव तस्करी, जिसमें बाल तस्करी भी शामिल है, के मामलों में समय अत्यंत महत्वपूर्ण है। उच्चतम न्यायालय मानव तस्करी के संबंध में वरिष्ठ अधिवक्ता एचएस फुल्का द्वारा दायर याचिका पर सुनवाई कर रहा था। न्यायालय ने कुछ राज्यों द्वारा नोटिस जारी किए जाने के बावजूद उपस्थित न होने पर आपत्ति जताई और सभी पुलिस महानिदेशकों से स्पष्टीकरण मांगा। न्यायालय ने कहा कि ऐसे राज्यों के सभी पुलिस महानिदेशकों से, जो नोटिस जारी होने और विधिवत तामील होने के बावजूद उपस्थित नहीं हुए, 16 अप्रैल, 2026 तक व्यक्तिगत रूप से शपथ पत्र दाखिल करने को कहा जाए, ताकि वे उन परिस्थितियों का स्पष्टीकरण दे सकें जिनके तहत उन्होंने नोटिस जारी होने और विधिवत तामील होने के बावजूद उपस्थित न होने का विकल्प चुना है। ऐसा न करने पर उन्हें स्वयं इस न्यायालय के समक्ष उपस्थित होना होगा। न्यायालय ने कहा कि यदि वे 16 अप्रैल, 2026 तक ऐसा कोई शपथ पत्र दाखिल नहीं करते हैं, तो उनकी अनुपस्थिति का कोई बहाना स्वीकार्य नहीं होगा।

### चीनी वीजा मामले में कार्ति चिदंबरम की धन शोधन से जुड़ी याचिका पर अदालत ने सुनवाई बंद की

नई दिल्ली। दिल्ली हाईकोर्ट ने कांग्रेस सांसद कार्ति चिदंबरम की उस याचिका पर सुनवाई शनिवार को बंद कर दी, जिसमें कथित चीनी वीजा घोटाले से जुड़े धनशोधन मामले में निचली अदालत की सुनवाई पर रोक लगाने का अनुरोध किया गया था। तमिलनाडु की शिवगंगा लोकसभा सीट से सांसद चिदंबरम ने संबंधित अनुसूचित अपराध, यानी वीजा घोटाला मामले में आरोप तय होने तक सुनवाई स्थगित करने का अनुरोध किया था। वीजा घोटाले की जांच सीबीआई द्वारा की जा रही है। कार्ति चिदंबरम के अधिवक्ता ने कहा कि इस याचिका पर सुनवाई का अब कोई औचित्य नहीं है क्योंकि सुनवाई अदालत सीबीआई मामले में पहले ही आरोप तय कर चुकी है। इसलिए इसे इसी स्तर पर निष्फल मानकर निपटाया जा सकता है। न्यायमूर्ति स्वर्ण कांता शर्मा ने आदेश दिया कि मामले का निस्तारण किया जाता है। कार्ति चिदंबरम ने अप्रैल 2025 को दाखिल याचिका में सुनवाई 28 मार्च, 2025 के उस आदेश को चुनौती दी जिसमें सीबीआई मामले में उनके खिलाफ आरोप तय होने तक धनशोधन के आरोपों पर बहस को स्थगित करने की उनकी याचिका खारिज कर दी गई थी।

## हवा में इंडिगो फ्लाइट का इंजन हुआ खराब इमरजेंसी लैंडिंग कराई

**मुंबई।** विशाखापत्तनम से दिल्ली जा रहा इंडिगो का विमान इंजन में खराबी के कारण शनिवार को दिल्ली के इंदिरा गांधी अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे पर आपात स्थिति में उतरा गया। एक सूत्र ने कहा, विशाखापत्तनम-दिल्ली उड़ान 6ई 579 के एक इंजन में खराबी के कारण इंदिरा गांधी अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे पर पूर्वाह्न 10 बजकर 39 मिनट पर पूर्ण आपात स्थिति घोषित की गई।

बोइंग 737 विमान में 160 यात्री सवार थे। इस बीच, इंडिगो ने कहा, विशाखापत्तनम से दिल्ली जा रही इंडिगो की उड़ान 6ई 579 में हवाई अड्डे पर उतरने से कुछ समय पहले तकनीकी खराबी का पता चला।

विमान चालकों ने एहतियाती कदम के तौर पर और मानक परिचालन प्रक्रिया के अनुसार, प्राथमिकता के आधार पर विमान उतारने की अनुमति मांगी और विमान दिल्ली के आईजीआई अड्डे पर सुरक्षित उतार लिया गया।

# पूर्व सीआरपीएफ एडीजी को 3 साल की कठोर कैद

- भ्रष्टाचार के मामले में विशेष सीबीआई कोर्ट ने सुनाई सजा
- केंद्र और राज्य इस मामले में दाखिल करें विस्तृत हलफनामा

**नई दिल्ली/लखनऊ, एजेंसी**

लखनऊ की विशेष सीबीआई अदालत ने शनिवार को केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल (सीआरपीएफ) के पूर्व उपमहानिरीक्षक और दो अन्य को आरक्षी भर्ती से संबंधित रिश्वत के 17 साल पुराने मामले में तीन साल के कठोर कारावास की सजा सुनाई। अधिकारियों ने यह जानकारी दी।

अन्वेषण ब्यूरो (सीबीआई) के एक प्रवक्ता ने एक बयान में बताया कि अदालत ने सीआरपीएफ के तत्कालीन उप महानिरीक्षक विनोद कुमार शर्मा तथा बल के दो कर्मियों- सत्यवीर सिंह और तीरथ पाल चतुर्वेदी को दोषी ठहराया एवं उन्हें सजा सुनाई। सीबीआई ने बयान में कहा कि अदालत ने केंद्रीय रिजर्व पुलिस फोर्स में आरक्षियों की भर्ती से संबंधित भ्रष्टाचार के मामले में तीनों को तीन साल के कठोर कारावास की सजा सुनायी तथा उन पर कुल 1.2 लाख रुपये का जुर्माना भी लगाया। एजेंसी ने शर्मा और अन्य लोगों के खिलाफ 23 फरवरी, 2009 को मामला दर्ज किया था। बयान में कहा गया है, जांच से पता चला कि उसने (शर्मा ने) सीआरपीएफ में आरक्षी (सामान्य ड्यूटी) पद पर भर्ती होने के इच्छुक उम्मीदवारों से रिश्वत लेने के लिए कुछ व्यक्तियों के साथ आपराधिक साजिश रची थी। शर्मा ने भर्ती कार्यक्रम और उपलब्ध रिक्तियों के बारे में बिचौलियों को अग्रिम जानकारी दी थी। एजेंसी ने एक वर्ष के भीतर 2010 में आरोपपत्र दाखिल किया था। बाद में 2012 में एक और आरोपपत्र दाखिल किया गया।

### अलगाववादी शब्बीर शाह को कोर्ट ने दी बेल

नई दिल्ली। दिल्ली की एक अदालत ने शनिवार को आतंकवाद के वित्त पोषण से जुड़े धन शोधन मामले में कश्मीरी अलगाववादी नेता शब्बीर शाह को जमानत दे दी। अदालत ने इस बात का उल्लेख किया कि शाह को आतंक के वित्तपोषण से जुड़े एनआईए मामले में पहले ही राहत मिल चुकी है। विशेष न्यायाधीश प्रशांत शर्मा ने कहा कि उच्चतम न्यायालय द्वारा शब्बीर शाह को जमानत दिया जाना उनके पक्ष में एक महत्वपूर्ण तथ्य है। अदालत ने कहा कि यह भी स्वीकार किया गया है कि उक्त आरोपी को प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) द्वारा इस मामले की जांच के दौरान गिरफ्तार नहीं किया गया था।

# पंजाब में श्री गुरु ग्रंथ साहिब की बेअदबी पर होगी उम्रकैद की सजा

**फतेहगढ़ साहिब, एजेंसी**

- मुख्यमंत्री भगवंत मान ने कहा, बेअदबी कानून को सख्त करेंगे
- संशोधन के लिए विधानसभा में 13 अप्रैल को विशेष सत्र



पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान ने शनिवार को कहा कि राज्य में धर्म से जुड़े बेअदबी कानून को और सख्त किया जाएगा और गुरु ग्रंथ साहिब की बेअदबी करने पर किसी भी व्यक्ति को आजीवन कारावास तक की सजा का सामना करना पड़ेगा।

मान सरकार द्वारा गुरु ग्रंथ साहिब और अन्य धार्मिक ग्रंथों की बेअदबी के खिलाफ कड़ी सजा का प्रावधान करने के मकसद से जगतजोत श्री गुरु ग्रंथ साहिब सत्कार अधिनियम, 2008 में संशोधन करने के लिए 13 अप्रैल को विधानसभा का विशेष सत्र बुलाया जाएगा। सरकार ने बेअदबी कतई बर्दाश्त नहीं किए जाने का रुख अपनाते हुए कहा कि ऐसा करने वाले किसी भी दोषी को बख्शा नहीं जाएगा।

मान ने यहां एक कार्यक्रम में सभा को संबोधित करते हुए कहा कि 13 अप्रैल को हम बेअदबी कानून में संशोधन करेंगे। श्री गुरु ग्रंथ साहिब की बेअदबी करने वाले किसी भी व्यक्ति को 10 साल से लेकर आजीवन कारावास तक की सजा का सामना करना पड़ेगा। मान ने शिरोमणि अकाली दल (शिअद) पर उसकी सरकार के दौरान हुई बेअदबी की पिछली घटनाओं को लेकर तीखा हमला किया और दावा किया कि आम आदमी पार्टी (आप) सरकार कानूनों को मजबूत करके और कड़ी सजा लागू करके न्याय सुनिश्चित करने के लिए निर्णायक कदम उठा रही है।

## राष्ट्रीय विज्ञान पुरस्कार-2026 के लिए नामांकन प्रक्रिया शुरू

**नई दिल्ली।** केंद्र सरकार ने विज्ञान, प्रौद्योगिकी और नवाचार के क्षेत्रों में उत्कृष्ट योगदान को मान्यता देने के वास्ते शुरू किए गए राष्ट्रीय विज्ञान पुरस्कार (आरवीपी) 2026 के लिए नामांकन आमंत्रित किए हैं।

इन पुरस्कारों का प्रबंधन विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी मंत्रालय की वैज्ञानिक एवं औद्योगिक अनुसंधान परिषद के आरवीपी सचिवालय द्वारा सरकार के प्रधान वैज्ञानिक सलाहकार की अध्यक्षता में किया जाता है। केंद्रीय मंत्री जितेंद्र सिंह ने कहा, यह पुरस्कार विज्ञान, प्रौद्योगिकी व नवाचार में उत्कृष्टता को बढ़ावा देने के लिए सरकार की अटूट प्रतिबद्धता दर्शाता है।

# सरहद पर दुश्मनों का काल बनेगी स्वदेशी एलएमजी प्रहार

**क्यों है खास**

- मारक क्षमता : 1000 मीटर
- फायरिंग दर : प्रति मिनट 600 से 750 राउंड
- वजन : 8 किलोग्राम
- बैरल की लंबाई 508 मिमी। अपनी श्रेणी की सबसे हल्की सेमी-ऑटोमैटिक और फुली ऑटोमैटिक दोनों मोड

**नई दिल्ली।** प्रहार (Prahaar) एक स्वदेशी रूप से निर्मित 7.62 मिमी कैलिबर की लाइट मशीन गन (LMG) है। अडानी डिफेंस एंड एयरोस्पेस ने इजरायल वेपन इंडस्ट्रीज (IWI) के साथ साझेदारी में इसकी पहली खेप (2,000 यूनिट्स) भारतीय सेना को सौंपी है। प्रहार को ग्वालियर, मध्य प्रदेश में अडानी डिफेंस के स्मॉल आर्म्स कॉम्प्लेक्स में बनाया जा रहा है। इसमें 90% से अधिक स्वदेशी पुर्जों का उपयोग किया गया है। यह बेल्ट-फेड, मैगजीन और ड्रम तीनों विकल्पों से गोलियां लोड कर सकती है, जो इसे विभिन्न युद्ध स्थितियों के अनुकूल बनाता है। यह इजरायली नेगेव (Negev) तकनीक पर आधारित है, जो रेतीले रेगिस्तान से लेकर बर्फीली पहाड़ियों जैसी कठिन परिस्थितियों में भी बिना अटके काम करने के लिए विश्व प्रसिद्ध है। इसमें एक गैस रेगुलेटर भी है जो धूल और गंदगी के बावजूद फायरिंग जारी रखने में मदद करता है। यह सेना की पुरानी 5.56x45mm INSAS लाइट मशीन गनों की जगह लेगी। इनसास 5.56x45mm नाटो राउंड का उपयोग करती थी, जिसे दुश्मन को केवल घायल करने या निष्क्रिय करने के लिए डिज़ाइन किया गया था। प्रहार 7.62x51mm के शक्तिशाली राउंड फायर करती है। इसमें स्टॉपिंग पावर बहुत अधिक है, यानी दुश्मन को एक ही वार में खत्म करने की क्षमता।

# शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान ने कहा- हाल के यूजीसी और एनसीईआरटी विवादों से बचा जा सकता था

**नई दिल्ली।** केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान ने यूजीसी (विश्वविद्यालय अनुदान आयोग) के समानता नियमों और एनसीईआरटी (राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद) पाठ्यपुस्तक में न्यायिक भ्रष्टाचार पर टिप्पणियों को लेकर हाल में उपजे विवादों के बारे में कहा कि इनसे बचा सकता था। प्रधान ने एक सम्मेलन में शुक्रवार को एक कार्यक्रम के दौरान इस बात पर जोर दिया कि सरकार किसी के खिलाफ भेदभाव का समर्थन नहीं करती।

उन्होंने कहा कि मैं स्वीकार करता हूं कि इनसे बचा जा सकता था, खासकर जिस तरह से उन्हें प्रस्तुत किया गया था। यूजीसी मामले पर समाज में चर्चा विचाराधीन है और उच्चतम न्यायालय के संज्ञान में है, इसलिए मैं सार्वजनिक रूप से टिप्पणी नहीं कर सकता लेकिन मैं नागरिकों को आश्वस्त करना चाहता हूं कि हम किसी के खिलाफ उत्पीड़न का समर्थन नहीं करते। उन्होंने कहा कि यह सुनिश्चित करना सरकार का संवैधानिक कर्तव्य है कि किसी भी प्रकार का भेदभाव न हो। उन्होंने कहा कि यह न्यायालय के संज्ञान में है; जैसा अदालत तय करेगी, सरकार संविधान के अनुसार प्रणाली को लागू करेगी। मंत्री ने एनसीईआरटी मुद्दे के बारे में कहा कि न्यायालय ने इस मामले पर कुछ मार्गदर्शन प्रदान किया है। उन्होंने कहा कि यह कहा गया है कि उसकी देखरेख में तैयार अध्याय जोड़ा जाएगा और हम उस काम में लगे हुए हैं।

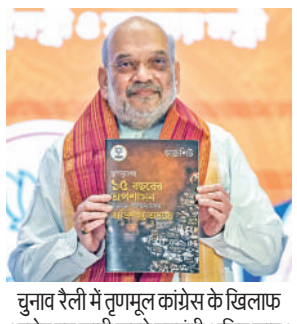
एक समिति भी गठित की गई है। न्यायमूर्ति इंदु मल्होत्रा के नेतृत्व में तीन सदस्यीय समिति बनी है, जिसमें भारत के एक पूर्व अटॉर्नी जनरल और एक प्रतिष्ठित शिक्षाविद् भी शामिल हैं।

## पांच राज्यों में विधानसभा चुनाव महासंग्राम

# पश्चिम बंगाल चुनाव देश की सुरक्षा के लिए महत्वपूर्ण : अमित शाह

## गृहमंत्री ने तृणमूल सरकार के खिलाफ जारी किया आरोप पत्र

**कोलकाता, एजेंसी**



चुनाव रैली में तृणमूल कांग्रेस के खिलाफ आरोप पत्र जारी करते गृहमंत्री अमित शाह।

केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने शनिवार को तृणमूल कांग्रेस सरकार के खिलाफ एक 'आरोपपत्र' जारी किया तथा पश्चिम बंगाल विधानसभा चुनाव को देश की सुरक्षा के लिए अहम बताते हुए भाजपा के प्रचार अभियान को और तेज कर दिया। शाह ने राज्य में सत्तारूढ़ तृणमूल कांग्रेस पर तीखा हमला बोलते हुए आरोप लगाया कि इसके 15 साल के शासन के दौरान बंगाल देश के लिए घुसपैठ, तुष्टीकरण की राजनीति और सीमा पर असुरक्षा का प्रमुख गलियारा' बन गया है। उन्होंने कहा कि ममता दीदी ने हमेशा 'विक्टिम कार्ड' की राजनीति खेली है। कभी वह अपनी चोट की बात करती हैं, तो कभी निर्वाचन आयोग को भला-बुरा कहती हैं। जनता अब ममता दीदी की 'विक्टिम कार्ड' वाली राजनीति को अच्छी तरह समझ चुकी है।

निर्वाचन आयोग की एसआईआर कवायद का विरोध करने पर शाह ने बनर्जी पर निशाना साधते हुए कहा कि वह अल्पसंख्यक वोट बैंक को बचाने को ऐसी चीजें कर रही हैं।

शाह ने कहा कि मतदाता सूची का विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) अन्य राज्यों में भी हुआ है, लेकिन कहीं भी इसे इतना बड़ा मुद्दा नहीं बनाया गया। बंगाल में इसे मुद्दा सिर्फ इसलिए बनाया गया है, क्योंकि ममता बनर्जी अपने वोट बैंक को बचाना चाहती हैं। निर्वाचन आयोग जैसे संवैधानिक निकायों का अपमान करना बंगाली संस्कृति का हिस्सा नहीं है। यह दावा करते हुए कि असम में भाजपा के सत्ता में आने के बाद वहाँ से घुसपैठ लगभग खत्म हो गई है।

शाह ने आरोप लगाया कि अब पश्चिम बंगाल आखिरी बचा हुआ रास्ता बनकर उभरा है, जिसके ज़रिए घुसपैठिए भारत में प्रवेश करते हैं और अलग-अलग राज्यों में फैल जाते हैं। शाह ने कहा कि बंगाल चुनाव न केवल बंगाल के लिए, बल्कि पूरे देश के लिए महत्वपूर्ण है। एक तरह से, पूरे देश की सुरक्षा बंगाल चुनाव से जुड़ी हुई है। उन्होंने दावा किया कि पश्चिम बंगाल की सीमाओं से होने वाला अवैध प्रवासन राष्ट्रीय सुरक्षा के लिए चिंता का विषय बन गया है।

शाह ने अपने सबसे तीखे हमलों में से एक में कहा कि रणनीतिक रूप से महत्वपूर्ण सिलीगुड़ी कॉरिडोर की सुरक्षा तृणमूल सरकार की तुष्टीकरण और वोट बैंक की राजनीति के कारण खतरे में पड़ गई है। संकरी पट्टी वाला सिलीगुड़ी कॉरिडोर पूर्वोत्तर को शेष भारत से जोड़ता है। उन्होंने आरोप लगाया कि केंद्र के बार-बार अनुरोध के बावजूद, ममता बनर्जी सरकार ने बांग्लादेश सीमा पर बाड़ लगाने को जमीन उपलब्ध नहीं कराई है।

पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने रानीगंज में एक जनसभा को संबोधित किया। यहां उन्होंने कहा कि बंगाल को तबाह करने की कोशिश से भाजपा देश में सत्ता गंवा देगी। कहा कि मतदाता सूची के एसआईआर के दौरान मतदाताओं के नाम हटाने के लिए निर्वाचन आयोग भाजपा के इशारे पर काम कर रहा है।

### भाजपा उपद्रवियों की पार्टी : अभिषेक बनर्जी

**कोलकाता, एजेंसी।** तृणमूल कांग्रेस के नेता अभिषेक बनर्जी ने शनिवार को भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) को उपद्रवियों की पार्टी करार दिया और उसपर राज्य में रामनवमी रैलियों के दौरान हिंसा भड़काने का आरोप भी लगाया। पार्टी के दो नंबर के नेता बनर्जी ने बीरभूम जिले के लाभपुर में एक चुनावी रैली को संबोधित करते हुए कहा कि बंगाल के लोग पारंपरिक रूप से सभी त्योहारों को सौहार्दपूर्वक मनाते आए हैं। कहा कि क्या आपने दुर्गा पूजा, काली पूजा, जगद्धात्रि पूजा, ईद, छठ पूजा, क्रिसमस या जैन समुदाय द्वारा निकाली जाने वाली यात्राओं के दौरान किसी उपद्रव या झड़प की कोई घटना सुनी है? तो फिर रामनवमी जैसे पवित्र अवसर का उपयोग वे (भाजपा) हिंसा और अराजकता पैदा करने के लिए क्यों कर रहे हैं? चुनाव से पहले पश्चिम बंगाल के मुर्शिदाबाद जिले के कुछ हिस्सों में शुक्रवार को उस वक्त तनाव फैल गया, जब रामनवमी जुलूस के दौरान झड़पें हुईं। कई स्थानों से पथराव, तोड़फोड़ और आगजनी की घटनाएँ रिपोर्ट हुईं। डायमंड हार्बर से लोकसभा सांसद ने बिना किसी घटना का उल्लेख किए आरोप लगाया कि भाजपा का मतलब उपद्रवी होना है। उन्होंने दावा किया कि भाजपा और इसके सहयोगी संगठन रामनवमी के जुलूसों में गुंडों को लाते हैं, जो तलवारें लहराते हैं और सार्वजनिक रूप से शराब पीते हैं। डायमंड हार्बर के सांसद ने लाभपुर रैली में कहा कि केवल रामनवमी के दौरान ही हिंसा की रिपोर्ट क्यों होती है?

### तमिलनाडु: द्रमुक ने 164 सीटों पर घोषित किये उम्मीदवार

**चेन्नई, एजेंसी।** तमिलनाडु में सत्तारूढ़ द्रमुक ने शनिवार को 23 अप्रैल को होने वाले विधानसभा चुनावों के लिए 164 सीट पर अपने उम्मीदवारों के नाम घोषित किए। पार्टी ने मुख्यमंत्री एम.के. स्टालिन और उनके बेटे एवं उपमुख्यमंत्री उदयनिधि को उनकी मौजूदा सीटों से फिर से नामांकित किया है। ज्यादातर मंत्रियों, विधायकों और वरिष्ठ नेताओं को टिकट दिया गया है। पार्टी मुख्यालय में संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए द्रमुक अध्यक्ष स्टालिन ने कहा कि वह कोलाथुर से एक बार फिर चुनाव लड़ेंगे। उदयनिधि भी इसी शहर के चेपॉक-ट्रिप्लिकेन से दोबारा चुनाव लड़ रहे हैं।

# असम: कांग्रेस में अपमानित कर अवांछित महसूस कराया गया: प्रद्युत बोरदोलोई

**गुवाहाटी, एजेंसी**

हाल में भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) में शामिल हुए असम से दो बार के सांसद प्रद्युत बोरदोलोई ने कहा है कि कांग्रेस में उन्हें उपेक्षित, अलग-थलग और अवांछित व्यक्ति जैसा महसूस कराया गया। पांच दशक से अधिक समय तक कांग्रेस में रहे बोरदोलोई दिसपुर से भाजपा के टिकट पर विधानसभा चुनाव लड़ रहे हैं। बोरदोलोई ने एक साक्षात्कार में कहा कि एक के बाद एक कई ऐसी बातें हुईं, जिन्होंने उन्हें आहत किया और शायद इसकी शुरुआत 2022 में कांग्रेस के संगठनात्मक चुनाव से हुई थी। उन्होंने आरोप लगाया कि कांग्रेस में उन्हें अपमान का सामना करना पड़ रहा था, उन्हें अवांछित व्यक्ति जैसा महसूस कराया गया और पार्टी अध्यक्ष पद के लिए उनके द्वारा शशि थरूर की उम्मीदवारी का समर्थन किए जाने के बाद उन्हें किनारे कर दिया गया।

मल्लिकार्जुन खरगे चुनाव जीतकर कांग्रेस अध्यक्ष बने। बोरदोलोई ने कहा कि उसके बाद मुझे लगा कि मेरे खिलाफ व्यवस्थित तरीके से कार्रवाई हो रही है, हालांकि खरगे हमेशा उदार रहे और उन्होंने मुझे स्वीकार किया... सोनिया गांधी, जो मेरे लिए मां जैसी रही हैं, उन्होंने भी कभी मेरे साथ भेदभाव नहीं किया। उन्होंने आरोप लगाया कि कांग्रेस में दूसरे पायदान के नेतृत्व ने उन्हें व्यवस्थित ढंग से किनारे कर दिया और यह बहुत साफ दिखाई देता था।

# केरल: कांग्रेस आलाकमान की सुधाकरन से भेंट, राहुल बोले- यूडीएफ एकजुट

**नयी दिल्ली, एजेंसी।** कांग्रेस आलाकमान ने केरल के कन्नूर से लोकसभा सदस्य के. सुधाकरन की नाराजगी की खबरों के बीच शनिवार को उनसे मुलाकात की और कहा कि राज्य में पूरा संयुक्त लोकतांत्रिक मोर्चा (यूडीएफ) एकजुट है तथा इस विधानसभा चुनाव में 100 सीट जीतने की ओर अग्रसर है। पार्टी अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे और पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी की सुधाकरन से मुलाकात के दौरान सांसद का परिवार तथा कांग्रेस के संगठन महासचिव केसी वेणुगोपाल भी मौजूद थे। राहुल गांधी ने मुलाकात की तस्वीर सोशल मीडिया मंच 'एक्स' पर साझा करते हुए एक पोस्ट में कहा कि आज कांग्रेस अध्यक्ष खरगे जी और वेणुगोपाल जी के साथ सुधाकरन जी और उनके परिवार से मुलाकात की। के. सुधाकरन जी ने अपना पूरा जीवन केरल के लोगों के लिए लड़ते हुए बिताया है। वह हर तूफान, हर चुनौती, हर परीक्षा से गुजरे हैं। उनमें एक सच्चे कांग्रेसी सिपाही की ताकत और निष्ठा है।

**एलपीजी सिलेंडर की आपूर्ति प्रभावित: जुबिलेंट फूडवर्क्स**

**नयी दिल्ली।** जुबिलेंट फूडवर्क्स लि. ने शनिवार को कहा कि पश्चिम एशिया में जारी संघर्ष के कारण उसके कुछ रेस्तरां में एलपीजी सिलेंडरों की आपूर्ति बाधित हुई है। डोमिनोज पिज्जा और डंकिन डोनट्स सहित फास्ट-फूड श्रृंखला संचालित करने वाली कंपनी ने कहा कि वह बिजली तथा पीएनजी जैसे वैकल्पिक साधनों की ओर तेजी से बढ़ रही है।


# अमृत विचार

बरेली, रविवार ,29 मार्च 2026

www.amritvichar.com

कारोबार


## बरेली मंडी

**वनस्पति तेल तिलहन**-तुलसी 2625, राज श्री 1990, फ़ॉर्चून कि. 2645, रविन्द्रा 2515, फॉर्चुन 13kg 2320, जय जवान 2170, सचिन 2290, सूरज 2170, अवसर 2100, उजाला 2170, गृहणी 13 kg 2145, क्लासिक (kg) 2485, मोर 2375, चक्र टिन 2580, ब्लू 2395, आशीर्वाद मस्टर्ड 2485, स्वास्तिक 2565

**किराना**-निजामाबाद हल्दी 16600, जीरा 26500, लाल मिर्च 21500-24000, धनिया 12000-13000, अजवायान 14000-19000, मेथी 7000-8000 सौंफ 11000-20000, सोंठ 33000, (प्रतिकि0) लौंग 850-1000, बादाम 750-1050, काजू 2 पीस 830, किसमिस पीली 330-380, मखाना 900-1050

**चावल-(प्रति कु0)** डबल चाबी सेला 9700, स्पाइस 6500, शरबती कच्ची 5250, शर्बती स्टीम 5350, मंसूरी 4000, महबूब सेला 4050, गौरी रॉयल 8800, राजभोग 6850, हरी पत्ती (1kg,5kg) 10100, हरी पत्ति नेचुरल 9100, गौरी स्पेशल 8800, गौरी प्रीमियम 10300, सूमो 4000, गौरी डिलाइट 9300, मंसूरी पनघट 4200,लाडली 4200

**दाल दलहन**-मूंग दाल इंदौर 9800, मूंग धोवा 10000, राजमा चित्रा 11200-12000, राजमा भूटान नया 10100, मलका काली 7250-7450 मलका दाल 7450-9600, मलका छाँटी 7250, दाल उड़द बिलासपुर 8800-9800, मसूर दाल छोटी 10300-11600, दाल उड़द दिल्ली 11200, उड़द साबुत दिल्ली 10500, उड़द धोवा इंदौर 12700, उड़द धोवा 9800-11500,चना काला 7150, दाल चना 7250, दाल चना मोटी 7100, मलका विदेशी 7200, रूपकिशोर बेसन 7500, चना अकोला 6600, डबरा 6800-8400, सच्चा मोती 8700, मोटा सफेद 9800, अरहर गोला मोटा 8800, अरहर पटका मोटा 9500, अरहर कोरा मोटा 9800, अरहर पटका छोटा 11100-11800, अरहर कोरी छोटी 12800

**चीनी**- पीलीभीत 4320, बहेड़ी 4280, धामपुर 4260

## बरेली सर्राफा

**दाम प्रति 10 ग्राम**- सोना पक्के आभूषण 150000, सोना गिन्नी जेवर 146000, चांदी पक्की 2310 (अनुमानित)

## बिजनेस ब्रीफ

### फोर्टिस को 117 करोड़ का आयकर नोटिस

**नयी दिल्ली।** फोर्टिस हेल्थकेयर लि. की इकाई फोर्टिस हॉस्पिटल्स लि. को आयकर विभाग से 117.04 करोड़ रुपये का नोटिस मिला है। कंपनी ने शेयर बाजार को बताया कि फोर्टिस हॉस्पिटल्स लिमिटेड को 27 मार्च 2026 का आयकर आदेश प्राप्त हुआ है, जो आकलन वर्ष 2024-25 से संबंधित है। बताया कि वह इसके खिलाफ अपील कर रही है।

# बाहरी झटकों से वृद्धि पर नकारात्मक प्रभाव का जोखिम : वित्त मंत्रालय

## बदलते हालात में सतत निगरानी और समायोजित प्रतिक्रिया बनाए रखना महत्वपूर्ण

**नयी दिल्ली, एजेंसी**

देश में निकट भविष्य का परिदृश्य अनिश्चित बना हुआ है। बाहरी झटके विशेष रूप से पश्चिम एशिया संकट, कच्चे माल की उच्च लागत और संभावित आपूर्ति बाधाएं वृद्धि के लिए जोखिम पैदा कर रही हैं। वित्त मंत्रालय ने शनिवार को एक रिपोर्ट में यह कहा। हालांकि रिपोर्ट में यह भी कहा गया है कि मजबूत वृहद आर्थिक बुनियाद और ठोस घरेलू मांग प्रभाव को कम करने में मदद कर सकते हैं।

वित्त मंत्रालय के आर्थिक मामलों के विभाग द्वारा जारी मार्च माह की मासिक आर्थिक समीक्षा के अनुसार वैश्विक घटनाओं ने भारत के लिए जटिल और बहुस्तरीय जोखिम पैदा कर दिए हैं। इसका कारण देश एक प्रमुख ऊर्जा आयातक होने के साथ-साथ पश्चिम एशिया क्षेत्र के साथ मजबूत व्यापार, निवेश और धन प्रेषण का जुड़ाव है।

इसमें कहा गया- हालांकि भारत के अपेक्षाकृत मजबूत वृहद आर्थिक बुनियाद और निरंतर नीतिगत प्रयास मजबूती प्रदान करते हैं, लेकिन बदलती स्थिति के लिए गहन निगरानी और सुविचारित नीतिगत प्रतिक्रियाओं की आवश्यकता है। रिपोर्ट के अनुसार ऊर्जा विविधीकरण, कृषि क्षेत्र में तैयारी, मुद्रास्फीति की स्थिति, बाह्य क्षेत्र की मजबूती और नीतिगत उपायों के जरिये सरकार के हस्तक्षेप आर्थिक प्रणाली की क्षमता को मजबूत करता है ताकि वैश्विक घटनाओं से उत्पन्न होने वाले अल्पकालिक व्यवधानों को सहन किया जा सके।

इसके साथ ही, बदलती परिस्थितियों को देखते हुए सतत निगरानी और समायोजित प्रतिक्रिया बनाए रखना भी महत्वपूर्ण है।

रिपोर्ट में कहा गया कि इन उपायों और मौजूदा आर्थिक सुरक्षा पहल के साथ कुछ सहारा मिलने के बावजूद, जोखिमों का संतुलन नकारात्मक दिशा में बना हुआ है। ऐसे हालात में, लगातार सतर्कता बनाए रखना और सक्रिय नीतिगत कदम उठाना आवश्यक होगा ताकि बदलती वैश्विक अनिश्चितताओं के प्रभाव को कम किया जा सके। हाल में तेल की कीमतों में उछाल मध्यम अवधि में महंगाई के लिए जोखिम पैदा करता है, क्योंकि ऊंची ऊर्जा लागत विशेष रूप से ईंधन-निर्भर क्षेत्रों में धीरे-धीरे घरेलू कीमतों में तेजी के रूप में बदलती है। रिपोर्ट में कहा गया कि अगर तेल और गैस की कीमतें लगातार बढ़ती रही, तो इससे विभिन्न क्षेत्रों में लागत बढ़ने के और प्रभाव पड़ सकते हैं। इसके बावजूद, सरकार सतर्क है और घरेलू ऊर्जा की पर्याप्त उपलब्धता सुनिश्चित करने तथा संभावित महंगाई दबाव को कम करने के उपाय कर रही है।

रिपोर्ट में कहा गया है कि वैश्विक कच्चे तेल की ऊंची कीमतें भी वस्तु व्यापार संतुलन के लिए जोखिम पैदा करती हैं, जबकि बाहर से भेजा जाने वाला पैसा (धन प्रेषण) को लेकर दृष्टिकोण भी संवेदनशील बना हुआ है क्योंकि खाड़ी सहयोग परिषद की अर्थव्यवस्थाओं का वित्त वर्ष 2023-24 में भारत के कुल धन प्रेषण में लगभग 38 प्रतिशत हिस्सा था। इसमें कहा गया कि तेजी से अनिश्चित होते वैश्विक परिवेश में, भारतीय अर्थव्यवस्था की मजबूती ठोस घरेलू बुनियाद पर निर्भर करेगा। रिपोर्ट में कहा गया कि आर्थिक वृद्धि को मजबूत बनाए रखने के लिए लगातार संरचनात्मक सुधारों पर ध्यान देना जरूरी होगा, ताकि प्रतिस्पर्धा बढ़े, कार्यकुशलता बढ़े और निवेश को बढ़ावा मिले।

**कीमतें स्थिर रखने को उठाया कदम**

# रूस पहली अप्रैल से चार महीने नहीं बेचेगा पेट्रोल

**मॉस्को, एजेंसी**

रूस के उपप्रधानमंत्री अलेक्जेंडर नोवाक ने ऊर्जा मंत्रालय को 1 अप्रैल 2026 से पेट्रोल (गैसोलीन) के निर्यात पर प्रतिबंध लगाने के लिए एक मसौदा सरकारी आदेश तैयार करने का निर्देश दिया है। यह जानकारी घरेलू पेट्रोलियम उत्पाद बाजार की स्थिति पर हुई बैठक के बाद रूसी कैबिनेट ने दी।

सरकार ने कहा कि बैठक के अंत में अलेक्जेंडर नोवाक ने ऊर्जा मंत्रालय को 1 अप्रैल 2026 से गैसोलीन निर्यात पर प्रतिबंध लगाने वाला मसौदा आदेश तैयार करने का निर्देश दिया। यह कदम कीमतों को स्थिर करने और घरेलू बाजार में ईंधन की प्राथमिक आपूर्ति सुनिश्चित करने के उद्देश्य से उठाया जा रहा है। नोवाक ने कहा कि मिडिल ईस्ट में चल रहे इजराइल-ईरान जंग की वजह से ग्लोबल तेल और पेट्रोलियम प्रोडक्शन बाजार में अस्थिरता बढ़ी है। इससे कीमतों में उतार-चढ़ाव हो रहा है। यहां उल्लेखनीय है कि रूस रोजाना 1.2 से 1.7 लाख बैरल पेट्रोल निर्यात करता है। रूस के निर्यात रोकने से चीन, तुर्किये, ब्राजील, अफ्रीका और सिंगापुर जैसे देशों पर असर पड़ने की संभावना है।

ये सभी देश रूसी तेल उत्पादों के बड़े खरीदार हैं। हालांकि भारत पर असर कम होगा क्योंकि वह पेट्रोल नहीं, कच्चा तेल खरीदता है।

### रूस के फैसले का भारत पर असर

एक्सपर्ट्स के अनुसार, रूस द्वारा पेट्रोल निर्यात पर लगाए गए बैन का भारत पर सीधा असर सीमित रहने की संभावना है। इसकी मुख्य वजह यह है कि भारत तैयार ईंधन (जैसे पेट्रोल) के बजाय कच्चे तेल (क्रूड ऑयल) पर अधिक निर्भर है। देश अपनी जरूरत का लगभग 80% कच्चा तेल आयात करता है, जिसमें करीब 20% हिस्सा रूस से आता है। भारत के पास मजबूत रिफाइनरी नेटवर्क है, जिसके जरिए वह खुद कच्चे तेल को प्रोसेस कर पेट्रोल और डीजल तैयार करता है। भारत रोजाना लगभग 56 लाख बैरल कच्चा तेल रिफाइन करता है।

### वैश्विक कीमतों पर प्रभाव

विशेषज्ञ मानते हैं कि अगर रूस के फैसले से वैश्विक सप्लाई प्रभावित होती है, तो कच्चे तेल की कीमतों में उछाल आ सकता है। पहले से ही युद्ध और भू-राजनीतिक तनाव के कारण तेल की कीमतें 100 डॉलर प्रति बैरल से ऊपर बनी हुई हैं।

### रूसी तेल अब पड़ रहा महंगा

इजराइल-ईरान तनाव के चलते वैश्विक सप्लाई चेन प्रभावित हुई है, जिससे भारत ने रूस से बड़े पैमाने पर तेल खरीदने का फैसला किया है। अप्रैल डिलीवरी के लिए भारत ने करीब 6 करोड़ बैरल कच्चा तेल खरीदा है।

# केंद्र का शहरी क्षेत्रों में पीएनजी नेटवर्क विस्तार पर जोर

**नई दिल्ली, एजेंसी**

केंद्र सरकार ने शनिवार को देश के शहरी क्षेत्रों में पीएनजी नेटवर्क के तेज विस्तार पर जोर दिया। पश्चिम एशिया संघर्ष के कारण एलपीजी आपूर्ति संबंधी चिंताओं के बीच पीएनजी नेटवर्क को बढ़ावा दिया जा रहा है।

केंद्रीय आवास एवं शहरी मामलों के मंत्री मनोहर लाल ने एक ही जगह सभी प्रकार की मंजूरी प्रणाली, शहरी नियोजन में गैस पाइपलाइन का एकीकरण और अंतिम-छोर तक कनेक्टिविटी में सुधार सहित प्रमुख प्राथमिकताओं का उल्लेख किया।

उन्होंने पेट्रोलियम मंत्री हरदीप सिंह पुरी, उपभोक्ता मामलों के मंत्री प्रल्हाद जोशी, राज्य प्रतिनिधियों और उद्योग जगत के प्रतिनिधियों की उपस्थिति में आयोजित एक गोलमेज सम्मेलन में 50 लाख नए पीएनजी (पाइप के जरिये घरों में पहुंचने वाली रसोई गैस) कनेक्शन प्रदान करने के महत्वाकांक्षी लक्ष्य का उल्लेख किया। आवास एवं शहरी मामलों के मंत्रालय के एक बयान के अनुसार, अधिकारियों ने देश में पीएनजी विस्तार को धीमा करने वाली प्रमुख बाधाओं को जिक्र किया, जिनमें नगरपालिका अनुमतियों में देरी, मार्ग अधिकार (आरओडब्ल्यू) अनुमोदन और उच्च बहाली यानी मरम्मत शुल्क शामिल हैं। शहरी क्षेत्रों में मौजूदा बुनियादी ढांचे के साथ तरलीकृत पेट्रोलियम गैस (एलपीजी) से पीएनजी में चरणबद्ध परिवर्तन पर व्यापक सहमति है।

## पीएम ई-ड्राइव योजना में नई समय सीमा तय

**नई दिल्ली, एजेंसी।** सरकार ने ई-स्कूटर और ई-रिक्शा के लिए नई समय सीमा और अधिकतम वाहनों की संख्या तय करने के लिए इलेक्ट्रिक वाहनों को बढ़ावा देने की योजना पीएम ई-ड्राइव में संशोधन किया है। केंद्र सरकार ने 10,900 करोड़ रुपये की पीएम ई-ड्राइव (पीएम इलेक्ट्रिक ड्राइव रिवोल्यूशन इन इनोवेटिव व्हीकल एनहांसमेंट) दिशानिर्देश संशोधित किए हैं। इसके अनुसार, 31 जुलाई, 2026 तक पंजीकृत इलेक्ट्रिक दोपहिया वाहन और 31 मार्च, 2028 तक पंजीकृत इलेक्ट्रिक तीनपहिया वाहन (ई-रिक्शा और ई-कार्ट) योजना के तहत प्रोत्साहन पाने के पात्र होंगे। प्रोत्साहन राशि का लाभ उठाने के लिए अधिकतम 'शोरूम' कीमत इलेक्ट्रिक दोपहिया वाहनों के लिए 1.5 लाख रुपये और इलेक्ट्रिक तिपहिया वाहनों (ई-रिक्शा और ई-कार्ट) के लिए 2.5 लाख रुपये तक सीमित है। इस योजना के तहत कुल भुगतान 10,900 करोड़ रुपये के योजना परिव्यय तक सीमित रहेगा। भारी उद्योग मंत्रालय ने एक अधिसूचना में कहा-यदि योजना या इसके संबंधित उप-घटकों के लिए धनराशि योजना की अंतिम तिथि, यानी 31 मार्च 2028 से पहले समाप्त हो जाती है, तो आगे कोई दावा स्वीकार नहीं होगा।

# बीआईयू-बीएफआई में नवाचार इकोसिस्टम पर समझौता

**कार्यालय संवाददाता, बरेली**

बीएफआई प्रतिनिधियों के साथ बैठक में मौजूद बीआईयू की कुलपति डॉ. लता अग्रवाल। साथ में डॉ. वरुण अग्रवाल एवं डॉ. अर्जुन अग्रवाल। ● अमृत विचार

बरेली इंटरनेशनल यूनीवर्सिटी (बीआईयू) में शनिवार को ब्लॉकचेन फॉर इम्पैक्ट (बीएफआई) के साथ महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई, जिसमें विश्वविद्यालय के नवाचार इकोसिस्टम को मजबूत बनाने की दिशा में हुई प्रगति और भविष्य की रणनीति पर चर्चा की गई। बैठक में बीएफआई की ओर से प्रोग्राम डायरेक्टर डॉ. श्वेता जिंदल और प्रोग्राम मैनेजर डॉ. सोनालिका सिंह शामिल रहीं।

इस दौरान बीआईयू की कुलपति डॉ. लता अग्रवाल की उपस्थिति में एमओयू का आदान-प्रदान किया गया। कार्यक्रम में डॉ. वरुण अग्रवाल, डॉ. अर्जुन अग्रवाल और इन्क्यूबेशन सेंटर के सीईओ क्लॉडियस लाजरुस भी मौजूद रहे। कार्यक्रम की शुरुआत डॉ. अर्जुन अग्रवाल के स्वागत भाषण से हुई।

इसके बाद इन्क्यूबेशन टीम ने प्रस्तुति के माध्यम से विश्वविद्यालय में नवाचार को बढ़ावा देने के लिए किए जा रहे प्रयासों को साझा किया। इसमें छात्रों, शिक्षकों और शोधकर्ताओं की सक्रिय भागीदारी पर विशेष जोर दिया गया। बैठक के दौरान छात्र नवाचार प्रोजेक्ट्स का प्रदर्शन भी किया गया, जिसने सभी का ध्यान आकर्षित किया। इन प्रस्तुतियों के माध्यम से परिसर में विकसित हो रही उद्यमिता और समस्या-समाधान की संस्कृति को दर्शाया गया। साथ ही विभिन्न कॉलेजों के प्राचार्यों और फैकल्टी सदस्यों ने सहभागिता बढ़ाने और अंतर-विषयी सहयोग को मजबूत करने पर विचार रखे। बीएफआई प्रतिनिधियों ने बीआईयू के संरचित और गुणवत्ता-आधारित दृष्टिकोण की सराहना की। डॉ. श्वेता जिंदल ने विश्वविद्यालय को नवाचार के क्षेत्र में निरंतर प्रगति बनाए रखने और इन्क्यूबेशन प्रक्रिया को और सुदृढ़ करने की सलाह दी।

● बीआईयू का दृष्टिकोण सराहनीय, इन्क्यूबेशन प्रक्रिया सुदृढ़ करने की सलाह

बैठक का समापन नवाचार इकोसिस्टम को और प्रभावी बनाने तथा विश्वविद्यालय को विकास के अगले चरण तक ले जाने की साझा प्रतिबद्धता के साथ हुआ।

**क्या है सीएनजी, पीएनजी एलपीजी और एलएनजी**

**जानिए, इनमें अंतर, उत्पादन और आपूर्ति को लेकर शंकाओं का समाधान**

पश्चिम एशिया संकट के चलते तेल और गैस की आपूर्ति को लेकर चिंताएं बढ़ रही हैं। एलपीजी सिलेंडर को लेकर भी चर्चाएं तेज हैं। सरकार एलपीजी सिलेंडर के स्थान पर पीएनजी के उपयोग को प्रोत्साहित कर रही है। ऐसे में एलपीजी, सीएनजी और पीएनजी को लेकर लोगों में जिज्ञासाएं हैं। लोगों में पीएनजी को लेकर भी एलपीजी की तरह आपूर्ति बाधित होने की आशंकाएं हैं। यहां बता दें कि एलपीजी एक पेट्रोलियम उत्पाद है जिसके लिए भारत आयात पर निर्भर है जबकि पीएनजी का उत्पादन भारत में ही बड़े पैमाने पर होता है।

आइए, यहां हम इनकी प्रकृति, उत्पादन और उपयोग के बारे में जानने का प्रयास करते हैं। नीचे आसान भाषा में समझते हैं :

### सीएनजी (कंप्रेस्ड नेचुरल गैस)

- **क्या है :** सीएनजी स्वयं कोई अलग ईंधन नहीं बल्कि प्राकृतिक गैस है, जिसे बहुत अधिक दबाव (200–250 बार) पर संपीड़ित (कंप्रेस्ड) करके बनाया जाता है।
- **उत्पादन :** प्राकृतिक गैस के भंडार (गैस फील्ड्स) से निकाली जाती है। फिर इसे कंप्रेस किया जाता है।
- **उत्पादन क्षेत्र**- भारत में मुंबई हाई, कृष्णा-गोदावरी बेसिन और असम गैस क्षेत्र (कुल मांग का 50-60 फीसदी)-शेष 40% आयात
- **उपयोग :** वाहन (कार, ऑटो, बस) और कुछ उद्योग।
- **कीमत :** एलपीजी और पेट्रोल से सस्ती

### पीएनजी (पाइप्ड नेचुरल गैस)

- **क्या है :** प्राकृतिक गैस, जिसे पाइपलाइन के माध्यम से सीधे घरों/उद्योगों तक पहुंचाया जाता है।
- **उत्पादन :** सीएनजी जैसी ही प्राकृतिक गैस,बिना कंप्रेस किए सीधे पाइप से सप्लाई की जाती है।
- **उत्पादन क्षेत्र**- भारत में मुंबई हाई, कृष्णा-गोदावरी बेसिन और असम गैस क्षेत्र में पर्याप्त (कुल मांग का 50-60 फीसदी)-शेष आयात
- **उपयोग :** घरों-रेस्तरां में भोजन पकान और उद्योगों में
- **कीमत :** एलपीजी और पेट्रोल से सस्ती
- **आशंका : क्या खत्म हो जाएगी पीएनजी**

**समाधान**- पीएनजी का अधिकांश उत्पादन भारत में ही होता है। इसलिए इस पर्याप्त भंडार है। जरूरत का कुछ प्रतिशत आयात किया जाता है। इसके विपरीत एलपीजी की आयात पर निर्भरता अधिक है। ऐसे में पीएनजी की आपूर्ति खत्म होने की आशंका नहीं है।

### एलपीजी (लिक्वीफाइड पेट्रोलियम गैस)

- **क्या है :** प्रोपेन और ब्यूटेन गैस का मिश्रण, जो पेट्रोलियम रिफाइनिंग या प्राकृतिक गैस से मिलता है।
- **उत्पादन :** कच्चे तेल (क्रूड ऑयल) की रिफाइनिंग और गैस प्रोसेसिंग प्लांट में किया जाता है।
- **उत्पादन क्षेत्र**- भारत में जामनगर रिफाइनरी, मथुरा रिफाइनरी। मांग के मुकाबले काफी हद तक आयात पर निर्भर
- **उपयोग :** घरों में खाना (सिलेंडर-14.2 किलो), होटल, उद्योग
- **कीमत :** सबसे महंगी (सब्सिडी पर निर्भर), ₹913 (सिलेंडर)

इसके अतिरिक्त एलएनजी (लिक्वीफाइड नेचुरल गैस) को प्राकृतिक गैस को -162C पर ठंडा करके तरल रूप में बदलकर तैयार किया जाता है। भारत में उत्पादन बहुत कम और आयात पर निर्भरता अधिक है। इसका उपयोग बड़े उद्योगों, लंबी दूरी ट्रांसपोर्ट, बिजली उत्पादन में होता है।

# आम सहमति और एमएफएन नियम वैश्विक व्यापार संतुलन के लिए महत्वपूर्ण: गोयल

**नयी दिल्ली, एजेंसी**

● **वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री ने जतायी डब्ल्यूटीओ के मूलभूत सिद्धांतों को बनाये रखने की आवश्यकता**

वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने शनिवार को कहा कि विश्व व्यापार संगठन में सबकी सहमति से होने वाली निर्णय प्रक्रिया, सर्वाधिक तरजीही राष्ट्र (एमएफएन) नियम और विशेष एवं अलग व्यवहार वैश्विक व्यापार में संतुलन सुनिश्चित करने के लिहाज से महत्वपूर्ण हैं। उन्होंने विश्व व्यापार संगठन (डब्ल्यूटीओ) के मूलभूत सिद्धांतों को बनाए रखने की आवश्यकता बतायी। मंत्री ने कैमरून के याउंडे में चल रहे डब्ल्यूटीओ के 14वें मंत्रिस्तरीय सम्मेलन के दौरान नॉर्वे के विदेश मंत्री एस्पेन बार्थ ईडे और ब्रिटेन के व्यापार नीति राज्य मंत्री क्रिस ब्रायंट के साथ हुई अपनी बैठक में ये बातें कहीं। ये दोनों डब्ल्यूटीओ में सुधारों के लिए सुविधाकर्ताओं की भी भूमिका निभा रहे हैं। गोयल ने सुधार, प्रासंगिक और प्रभावी डब्ल्यूटीओ के लिए भारत के पूर्ण समर्थन को दोहराया। उन्होंने सोशल मीडिया मंच पर लिखा कि संगठन के मूलभूत सिद्धांतों, विशेष रूप से सर्वसम्मति आधारित निर्णय प्रक्रिया, एमएफएन नियम आधारित व्यापार और विशेष एवं अलग व्यवहार को बनाए रखना जरूरी है, जो वैश्विक व्यापार में समानता और संतुलन सुनिश्चित करने के लिए आवश्यक हैं।

चार दिवसीय मंत्रिस्तरीय सम्मेलन (एमसी) 29 मार्च को समाप्त होगा।

### डब्ल्यूटीओ में ई-कॉमर्स के लिए सीमा शुल्क पर स्थगन को लेकर मतभेद: जीटीआरआई

**नयी दिल्ली, एजेंसी।** विश्व व्यापार संगठन (डब्ल्यूटीओ) के कैमरून में चल रहे मंत्रिस्तरीय सम्मेलन में ई-कॉमर्स के लिए सीमा शुल्क स्थगन को लेकर काफी ज्यादा मतभेद है। शोध संस्थान ग्लोबल ट्रेड रिसर्च इनिशिएटिव (जीटीआरआई) ने शनिवार को यह जानकारी दी। उसने कहा कि जहां अमेरिका मोहलत यानी स्थगन को स्थायी रूप से बढ़ाने पर जोर दे रहा है, वहीं भारत और अन्य विकासशील देश राजस्व नुकसान और नीतिगत बाधाओं का हवाला देते हुए इसका विरोध कर रहे हैं। विश्व व्यापार संगठन का ई-कॉमर्स स्थगन एक अस्थायी समझौता है जिसमें सदस्य देश इलेक्ट्रॉनिक माध्यम से भेजे जाने वाले माल/सेवाओं पर सीमा शुल्क न लगाने की प्रतिबद्धता जताते हैं। जीटीआरआई ने कहा कि सबसे ज्यादा मतभेद सीमा शुल्क पर ई-कॉमर्स के लिए जारी मोहलत को लेकर है। दो से चार साल का अस्थायी समझौता सबसे संभावित परिणाम जान पड़ता है। कैमरून के याउंडे में डब्ल्यूटीओ के 14वें मंत्रिस्तरीय सम्मेलन का तीसरा दिन निर्णायक साबित हो रहा है। सम्मेलन में मंत्री चार क्षेत्रों... मत्स्य पालन सब्सिडी, निवेश सुविधा, ई-कॉमर्स और कृषि... पर बैठकें कर रहे हैं। जीटीआरआई के संस्थापक अजय श्रीवास्तव मत्स्य पालन सब्सिडी पर बहुत कम प्रगति की उम्मीद है।

**सुरक्षा विशेषज्ञ की बात** | **भारत की डिजिटल सार्वजनिक व्यवस्था 'इंडिया स्टैक' अब दुनिया के लिए एक उदाहरण**

# साइबर हमले अब डेटा ही नहीं, जीवन के लिए भी खतरा

**नयी दिल्ली, एजेंसी**

● **करीब 24 देशों को भारत जैसी ही सार्वजनिक व्यवस्था बनाने में सलाह दे रहा है डेलॉयट**

बढ़ते साइबर हमलों के बीच अब खतरा सिर्फ आंकड़ों की चोरी तक सीमित नहीं रहा, बल्कि यह सीधे लोगों की जान के लिए भी जोखिम बन गया है। एक वरिष्ठ साइबर सुरक्षा विशेषज्ञ ने यह बात कही। डेलॉयट के दक्षिणण एशिया में भागीदार और साइबर मामलों के प्रमुख गौरव शुक्ला ने कहा कि सूचना प्रौद्योगिकी और संचालन प्रणालियों के आपस में जुड़ने से हमलों का दायरा बढ़ गया है। इससे विमानन, परिवहन और सार्वजनिक सेवाओं जैसे क्षेत्र ज्यादा खतरे में आ गए हैं।

उन्होंने कहा-पिछले कुछ वर्षों में डिजिटल बदलाव तेजी से हुआ है, जिससे हमले की संभावनाएं भी बढ़ी हैं। जितनी ज्यादा प्रणालियां जुड़ती हैं, उतने ही अधिक मौके हमलावरों को मिलते हैं। शुक्ला ने उदाहरण देते हुए कहा कि अगर आप राजमार्ग पर 120 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से आधुनिक प्रौद्योगिकी से लैस कार चला रहे हों और अचानक उसका स्टीयरिंग आपके नियंत्रण में न रहे, तो आप अपने बैंक खाते की नहीं, बल्कि अपनी जान की चिंता करेंगे।

उन्होंने कहा कि इससे साफ है कि अब साइबर सुरक्षा केवल डेटा की सुरक्षा तक सीमित नहीं रही, बल्कि यह सीधे मानव जीवन की सुरक्षा से जुड़ गई है। शुक्ला ने बताया कि अगर किसी चिकित्सा उपकरण में साइबर हमला कर मरीज के बारे में जानकारी बदल दिए जाएं, तो यह जानलेवा हो सकता है। वहीं, बिजली उत्पादन या आपूर्ति व्यवस्था पर हमला होने से पूरे देश में अंधेरा छा सकता है।

उन्होंने यह भी कहा कि दुनिया की करीब आठ अरब आबादी के बीच 30 अरब से ज्यादा सेंसर वाले उपकरण मौजूद हैं, यानी हर व्यक्ति के आसपास औसतन तीन से अधिक ऐसे उपकरण होते हैं। भारत की डिजिटल प्रगति पर उन्होंने कहा कि देश की डिजिटल सार्वजनिक व्यवस्था, जिसे आम तौर पर 'इंडिया स्टैक' कहा जाता है, अब दुनिया के लिए एक उदाहरण बन चुकी है। डेलॉयट करीब 24 देशों को ऐसी ही व्यवस्था बनाने में सलाह दे रहा है।

हालांकि उन्होंने चेतावनी दी कि जैसे-जैसे यह व्यवस्था पहचान और भुगतान से आगे बढ़कर शिक्षा और स्वास्थ्य तक पहुंचेगी, वैसे-वैसे नए खतरे भी पैदा होंगे। जनवरी में भारत के लगभग 80 प्रतिशत डिजिटल भुगतान इसी व्यवस्था के माध्यम से हुए, इसलिए इसकी सुरक्षा राष्ट्रीय सुरक्षा के लिए बहुत महत्वपूर्ण है।

उन्होंने कहा कि अगर हमलावर कृत्रिम मेधा (एआई) का उपयोग करते हैं, तो हमले और तेज और बड़े स्तर पर हो सकते हैं। इसलिए लगातार जांच और सुरक्षा व्यवस्था मजबूत करना जरूरी है। शुक्ला ने कहा कि पारंपरिक युद्ध सीमित समय के होते हैं, लेकिन साइबर युद्ध लगातार चलते रहते हैं। इससे निपटने के लिए कंपनियों, शिक्षण संस्थानों और सरकार के बीच लगातार सहयोग जरूरी है। उन्होंने सुझाव दिया कि स्कूल स्तर पर ही साइबर सुरक्षा और डिजिटल नैतिकता की पढ़ाई शुरू की जानी चाहिए।

## वर्ल्ड ब्रीफ

### डोनबास पर शर्त का जेलेंस्की का दावा झूठा

**पेरिस।** अमेरिकी विदेश मंत्री मार्को रुबियो ने शुक्रवार को यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदिमीर जेलेंस्की के उस दावे को खारिज किया, जिसमें कहा गया था कि अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप का प्रशासन किसी युद्धविराम योजना के तहत अमेरिकी सुरक्षा गारंटी के बदले यूक्रेन से उसके पूर्वी डोनबास क्षेत्र को रूस को सौंपने की मांग कर रहा है। फ्रांस में जी-7 की बैठक के बाद रुबियो ने जेलेंस्की की हालिया टिप्पणी का खंडन करते हुए कहा कि अमेरिका ने यूक्रेन के साथ बातचीत में ऐसी कोई शर्त नहीं रखी है। रुबियो ने कहा, यह झूठ है।

### मिसाइल के मलबे से पांच भारतीय घायल

**दुबई।** संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) की वायु रक्षा प्रणाली द्वारा एक बैलिस्टिक मिसाइल को उसके लक्ष्य पर पहुंचने से पहले मार गिराए जाने के बाद खलीफा इकोनॉमिक जोंस अबू धाबी के आसपास उसका मलबा गिरने से पांच भारतीय घायल हो गए। स्थानीय मीडिया ने शनिवार को यह खबर दी। अबू धाबी मीडिया कार्यालय ने सोशल मीडिया पर एक पोस्ट में बताया कि प्राधिकारियों ने इस घटना में पांच भारतीय नागरिकों के घायल होने की पुष्टि की है।

### सीआरपीएफ जवान की शोपियां में मृत्यु

**श्रीनगर।** जम्मू-कश्मीर के शोपियां जिले में शनिवार को केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल (सीआरपीएफ) के एक जवान की संदिग्ध रूप से दिल का दौरा पड़ने से मृत्यु हो गई। अधिकारियों ने बताया कि सीआरपीएफ की 14वीं बटालियन के हेड कांस्टेबल ज्ञान चंद शनिवार सुबह शोपियां स्थित जिला पुलिस लाइन्स (डीपीएल) शिविर में बेहोश पाए गए। उन्होंने बताया कि जवान को तुरंत अस्पताल ले जाया गया, जहां उन्हें मृत घोषित कर दिया गया। जवान की मृत्यु के कारण का पता लगाने के लिए बीएनएसएस के तहत कार्यवाही शुरू कर दी गई है।

### ओडिशा में तूफान से तीन लोगों की मौत

**पुरी।** ओडिशा के मयूरभंज और पुरी जिलों में नॉरवेस्टर तूफान से तीन लोगों की मौत हो गई और तीन अन्य घायल हो गए। पुलिस के अधिकारी ने शनिवार को बताया कि शुक्रवार रात करीब 11 बजे मयूरभंज जिला मुख्यालय बारीपदा में तेज हवाओं के साथ गरज के साथ बौछारें पड़ीं। उन्होंने कहा कि दो लोगों की मौत हो गई और तीन अन्य घायल हो गए।

# 47000 टन एलपीजी लेकर भारत पहुंचा 'जग वसंत'

- गुजरात के बंदरगाह में 17,600 टन मुंबई में 20,000 टन और मंगलुरु में 9,000 टन गैस की जाएगी स्थानांतरित

**अहमदाबाद।** पश्चिमी एशिया संकट के बीच होर्मुज को पार करते हुए भारतीय ध्वज वाला पोत 'जग वसंत' 47,000 टन एलपीजी लेकर गुजरात के जामनगर स्थित वडीनार बंदरगाह पर पहुंच गया है।

दीनदयाल बंदरगाह प्राधिकरण के अनुसार, कुवैत के मीना अल अहमदी बंदरगाह से सामान लेकर एमटी जग वसंत शुक्रवार रात 8:30 बजे वडीनार बंदरगाह पर पहुंचा। यह पोत वर्तमान में 17,600 टन एलपीजी को अपने सहायक पोत एमटी रोज गैस में स्थानांतरित कर रहा है। मुख्य पोत 'जग वसंत' पर लदे 20,000 टन माल को मुंबई में उतारा जाएगा और लगभग 9,000 टन माल को बाद में मंगलुरु में उतारा जाएगा।

## क्या होगा युद्ध का अंतिम परिणाम

अमेरिका और इजराइल ने जब 28 फरवरी 2026 को संयुक्त रूप से ईरान पर ऑपरेशन एपिक फ्यूरी के तहत मिसाइल हमले शुरू किए, तो दुनिया एक ऐसे संघर्ष की गवाह बनी जिसकी आशंका लंबे समय से जताई जा रही थी। वर्तमान में युद्ध अपने चरम पर है, दोनों पक्ष पीछे हटने को तैयार नहीं हैं। ईरान ने न केवल अमेरिकी सैन्य ठिकानों पर पलटवार किया है, बल्कि होर्मुज जलडमरूमध्य पर संप्रभुता का दावा करते हुए वैश्विक तेल आपूर्ति को ठप करने की धमकी दी है। संयुक्त राष्ट्र महासचिव एंटोनियो गुटेरेस ने इसे महाविनाशकारी करार देते हुए चेतावनी दी है कि यह युद्ध पूरी दुनिया को एक ऐसे अनियंत्रित भंवर में धकेल सकता है जिससे बाहर निकलना असंभव होगा। भारत की भी ऊर्जा सुरक्षा और लाखों प्रवासियों का भविष्य दांव पर लगा है।

## अमेरिका-ईरान संघर्ष



### क्यों आन पड़ी युद्ध की जरूरत

- परमाणु कार्यक्रम और निरीक्षण : ईरान द्वारा अपने क्षतिग्रस्त परमाणु केंद्रों पर अंतरराष्ट्रीय निरीक्षकों को अनुमति देने से इनकार करना तनाव का मुख्य बिंदु बना।
- इजरायली दबाव : इजरायल ने दावा किया कि ईरान परमाणु हथियार हासिल करने के बेहद करीब है। 28 फरवरी 2026 को सुप्रीम लीडर अली खामेनेई की एक सैन्य अभियान में मौत ने आग में घी का काम किया।
- वार्ता की विफलता : अमेरिका ने 15-सूत्रीय युद्धविराम योजना पेश की थी, जिसे ईरान ने यह कहते हुए ठुकरा दिया कि वह हर्जाने और संप्रभुता की गारंटी के बिना पीछे नहीं हटेगा।
- रणनीतिक महत्वाकांक्षा : ट्रम्प प्रशासन का मानना है कि केवल सत्ता परिवर्तन के माध्यम से ही ईरान के खतरे को हमेशा के लिए खत्म किया जा सकता है।

### नाटो और यूरोपीय देशों की चुप्पी के पीछे का सच

- कानूनी बाध्यता का अभाव : नाटो का अनुच्छेद 5 केवल तभी लागू होता है जब किसी सदस्य देश पर हमला हो। चूंकि यह युद्ध अमेरिका और इजरायल द्वारा शुरू किया गया है, इसलिए यूरोपीय देश इसे रक्षात्मक नहीं मानते। ● ऊर्जा संकट का डर : यूरोप अपनी ऊर्जा जरूरतों के लिए खाड़ी देशों के तेल पर निर्भर है। उन्हें डर है कि युद्ध में शामिल होने से ईरान तेल सप्लाई काट देगा, जिससे उनकी अर्थव्यवस्था चरमरा जाएगी।
- सार्वजनिक विरोध : जर्मनी, फ्रांस और ब्रिटेन की जनता युद्ध के खिलाफ सड़कों पर है। नेता अपनी घरेलू राजनीति को खतरे में नहीं डालना चाहते।
- ट्रम्प की नीतियों पर अविश्वास : यूरोपीय सहयोगियों को लगता है कि ट्रम्प ने उन्हें विश्वास में लिए बिना यह हमला किया, इसलिए वे अब इसकी जिम्मेदारी साझा नहीं करना चाहते।

### भारत के परिप्रेक्ष्य में परिणाम

- ऊर्जा संकट : भारत अपनी जरूरत का 80% तेल आयात करता है। होर्मुज जलडमरूमध्य बंद होने से तेल की कीमतें $150 प्रति बैरल के पार जा सकती हैं। ● प्रवासियों की सुरक्षा : खाड़ी देशों में रहने वाले करीब 80 लाख भारतीय नागरिक सीधे तौर पर प्रभावित होंगे। उन्हें वापस लाना भारत सरकार के लिए एक बड़ी चुनौती होगी।
- कूटनीतिक संतुलन : भारत का अमेरिका और ईरान दोनों के साथ रणनीतिक रिश्ता है। चाबहार बंदरगाह जैसी परियोजनाओं का भविष्य अब अधर में लटक गया है। ● आर्थिक मंदी : बढ़ती महंगाई और शेयर बाजार की उथल-पुथल भारतीय अर्थव्यवस्था की रफ्तार को धीमा कर सकती है।

# इजराइल ने ईरान पर बोला 50 विमानों से हमला

## एटमी ठिकानों को बनाया निशाना, ईरान ने सऊदी अरब पर दागीं छह बैलिस्टिक मिसाइलें, ड्रोन से किया हमला

- पश्चिम एशिया युद्ध में पहली बार यमन ने इजराइल की ओर दागीं मिसाइलें

**दुबई, एजेंसी**

इजराइल ने ईरान के अंदर 50 फाइटर जेट्स से हमला किया है। इजराइली सेना के मुताबिक शुक्रवार रात ईरान के तीन इलाकों में हथियार बनाने वाली फैक्ट्रियों और परमाणु कार्यक्रम से जुड़े ठिकानों को निशाना बनाया गया। वहीं ईरान ने सऊदी अरब पर छह बैलिस्टिक मिसाइलों से हमला किया है। वहीं यमन ने पहली बार इजराइल पर मिसाइलें दागीं।

सेना ने बताया कि ये हमले खुफिया जानकारी के आधार पर किए गए और कई घंटों तक चले। हमलों में अराक और यज्द जैसे अहम इलाके शामिल थे। जिन ठिकानों को निशाना बनाया गया, उनमें हथियार बनाने वाली सैन्य इंडस्ट्री और बैलिस्टिक के साथ एंटी-एयरक्राफ्ट मिसाइल के पुर्जे बनाने वाली फैक्ट्री शामिल थी। इसके अलावा अराक में मौजूद हेवी वॉटर प्लांट पर भी हमला किया गया, जिसे इजराइल ने परमाणु हथियारों के लिए प्लूटोनियम तैयार करने में अहम बताया है। वहीं यज्द में उस प्लांट को भी निशाना बनाया गया, जहां यूरेनियम संवर्धन



इज़राइल के तेल अवीव में मिसाइल हमले में क्षतिग्रस्त हुई एक इमारत से अपना सामान लेकर बाहर निकलते लोग।

(एनरिचमेंट) के लिए जरूरी विस्फोटक सामग्री तैयार की जाती है। वहीं, ईरान ने सऊदी अरब के प्रिंस सुल्तान एयरबेस पर शुक्रवार रात को 6 बैलिस्टिक मिसाइलें और 29 ड्रोन दागे। इस हमले में 15 सैनिक घायल हुए, जिनमें 5 की हालत गंभीर है।

वहीं, यमन ने शनिवार तड़के इजराइल की ओर एक मिसाइल दागी और यह पहली बार है जब इजराइल पर यमन ने हमला किया है। इजराइल की सेना ने यह जानकारी दी। इस बीच, ईरान और हिजबुल्ला ने शुक्रवार रात से शनिवार तक इजराइल पर हमले जारी रखे तथा बीर शेबा एवं इजराइल के मुख्य परमाणु अनुसंधान केंद्र के पास के इलाके में रात के दौरान तीसरी बार सायरन बजे। यमन की राजधानी सना पर तेहरान समर्थित हूती विद्रोही समूह का 2014 से कब्जा है। समूह ने इजराइल के खिलाफ हमला किए जाने की तत्काल पुष्टि नहीं की। हूती विद्रोही इस युद्ध से अब तक दूर रहे हैं। दरअसल 2015 में यमन की निर्वासित सरकार की ओर से इस समूह के खिलाफ युद्ध करने वाले सऊदी अरब एवं विद्रोहियों के बीच वर्षों से एक असहज संघर्षविराम की स्थिति है। इस बीच, इजराइल ने ईरान के खिलाफ हमले तेज करने और उनका दायरा बढ़ाने की धमकी देने के कुछ घंटे बाद उसके परमाणु केंद्रों पर हमला किया। ईरान ने जवाबी कार्रवाई करने का संकल्प लिया और सऊदी अरब में एक सैन्य अड्डे पर हमला किया। ईरान ने कहा कि अपने आधारभूत ढांचे पर हमले का कड़ा जवाव देगा।

## इन्फ्रास्ट्रक्चर पर हमले का देंगे कड़ा जवाब : ईरान

### ईरानी हमले में 24 से अधिक अमेरिकी सैनिक घायल

**दुबई।** सऊदी अरब के एक हवाई अड्डे पर पिछले सप्ताह ईरानी हमलों में 24 से अधिक अमेरिकी सैनिक घायल हो गए हैं। इस बारे में जानकारी रखने वाले दो व्यक्तियों ने यह खुलासा किया है। दोनों व्यक्तियों ने यह जानकारी अपना नाम गुप्त रखने की शर्त पर दी क्योंकि वे टिप्पणी करने के लिए अधिकृत नहीं थे। ईरान ने शुक्रवार को सऊदी अरब के प्रिंस सुल्तान हवाई अड्डे पर छह बैलिस्टिक मिसाइल और 29 ड्रोन दागे, जिसमें कम से कम 15 सैनिक घायल हो गए, जिनमें से पांच गंभीर रूप से घायल हैं। अमेरिकी अधिकारियों ने शुरू में बताया था कि कम से कम 10 अमेरिकी सैनिक घायल हुए हैं, जिनमें से दो गंभीर रूप से घायल हैं। मामले की जानकारी रखने वाले व्यक्तियों के अनुसार, इस सप्ताह की शुरुआत में भी इस अड्डे पर दो बार हमले हुए थे, जिनमें से एक घटना में 14 अमेरिकी सैनिक घायल हो गए थे।

### सऊदी, मिस्र और तुर्किये के विदेशमंत्री जाएंगे पाकिस्तान

**इस्लामाबाद।** ईरान के साथ जारी युद्ध की वजह से पश्चिम एशिया में उत्पन्न संकट पर चर्चा करने के लिए पाकिस्तान ने सऊदी अरब, मिस्र और तुर्किये के विदेश मंत्रियों का आमंत्रित किया है। विदेश विभाग ने शनिवार को यह जानकारी दी। विदेश कार्यालय ने बताया कि पाकिस्तान के उप प्रधानमंत्री और विदेश मंत्री इशाक डार के निमंत्रण पर सऊदी अरब के विदेश मंत्री प्रिंस फैसल बिन फरहान अल सऊद, तुर्किये के विदेश मंत्री हाकान फिदान और मिस्र के विदेश मंत्री बदर अब्देलट्टी रविवार और सोमवार को इस्लामाबाद का दौरा करेंगे। बयान के मुताबिक इस यात्रा के दौरान, विदेश मंत्री क्षेत्र में तनाव कम करने के प्रयासों सहित कई मुद्दों पर गहन चर्चा करेंगे। विदेश कार्यालय ने बताया कि तीनों देशों के विदेशमंत्री अपनी पाकिस्तान यात्रा के दौरान प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ से भी मुलाकात करेंगे। बयान के मुताबिक पाकिस्तान सऊदी अरब, तुर्किये और मिस्र जैसे मित्र देशों के साथ अपने संबंधों को बहुत महत्व देता है, और यह यात्रा इन देशों के साथ पाकिस्तान के सहयोग और समन्वय को और मजबूत करने का अवसर प्रदान करेगी।

### प्रधानमंत्री मोदी ने सऊदी अरब के युवराज से की चर्चा

**नई दिल्ली।** प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने शनिवार को सऊदी अरब के युवराज और प्रधानमंत्री मोहम्मद बिन सलमान से पश्चिम एशिया में जारी युद्ध पर चर्चा की और इस दौरान जहाजरानी परिवहन की स्वतंत्रता सुनिश्चित करने की आवश्यकता पर सहमति जताई। सऊदी अरब के युवराज के साथ टेलीफोन पर हुई बातचीत में प्रधानमंत्री ने क्षेत्रीय ऊर्जा अवसंरचना पर हमलों की भारत की ओर से फिर से निंदा की। मोदी ने एक्स पर एक पोस्ट में कहा कि मैंने सऊदी अरब के युवराज और प्रधानमंत्री, महामहिम प्रिंस मोहम्मद बिन सलमान से बात की और पश्चिम एशिया में चल रहे संघर्ष पर चर्चा की। प्रधानमंत्री ने कहा कि दोनों पक्ष नौवहन की स्वतंत्रता सुनिश्चित करने और जहाजरानी मार्गों को खुला और सुरक्षित रखने की आवश्यकता पर सहमत हुए।

## मेरी विरासत एक महान शांतिदूत के रूप में दर्ज होगी तो मुझे अच्छा लगेगा : ट्रंप



**वाशिंगटन।** अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने पिछले साल भारत एवं पाकिस्तान समेत आठ युद्ध रुकवाने का एक बार फिर दावा करते हुए कहा है कि वह चाहेंगे कि उनकी विरासत एक महान शांतिदूत के रूप में बने। ट्रंप ने मियामी में सऊदी समर्थित 'फ्यूचर इन्वेस्टमेंट इनिशिएटिव (एफआईआई) प्रायोरिटी समिट' को संबोधित करते हुए कहा कि ईरान के साथ कोई भी समझौता करने की एक शर्त होर्मुज जलडमरूमध्य को फिर से खोला जाना है। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि तेल आपूर्ति के लिए समुद्र में पहुंच बहाल की जानी चाहिए। उन्होंने कहा, हम अभी बातचीत कर रहे हैं और अगर हम कुछ कर सकें तो यह बहुत अच्छा होगा लेकिन उन्हें इसे खोलना होगा।

- अमेरिकी राष्ट्रपति ने भारत-पाकिस्तान समेत आठ युद्ध रुकवाने का फिर किया दावा

अमेरिकी राष्ट्रपति ने अपना यह दावा दोहराया कि उन्होंने आर्मेनिया और अजरबैजान, कांगो लोकतांत्रिक गणराज्य और रवांडा, कंबोडिया और थाईलैंड, मिस्र और इथियोपिया, सर्बिया और कोसोवो तथा इजराइल और हमास के बीच युद्ध समेत आठ युद्ध रुकवाने में मदद की। ट्रंप ने कहा कि मैं चाहूंगा कि मेरी विरासत एक महान शांतिदूत के रूप में बने क्योंकि मैं सचमुच मानता हूं कि मैं शांतिदूत हूं। अभी ऐसा नहीं लगता लेकिन मेरा मानना है कि मैं शांति स्थापित करने वाला हूं। उन्होंने कहा कि मैंने भारत और पाकिस्तान के बीच भी युद्ध रुकवाया। वे एक हफ्ते से लड़ रहे थे।

# ओडिशा में बस पलटने से पांच की मौत, 30 घायल

**भुवनेश्वर, एजेंसी**

ओडिशा के नयागढ़ जिले में शुक्रवार देर रात एक पर्यटक बस के पलटने से कम से कम पांच लोगों की मौत हो गई और 30 अन्य घायल हो गए। पुलिस के अनुसार यह दुर्घटना कल देर रात करीब दो बजे हुई, जब 55 यात्रियों को ले जा रही बस दासपल्ला के हनुमान घाटी रोड पर पलट गई।

पुलिस के मुताबिक, दुर्घटना का कारण वाहन की गति तेज होने



- नयागढ़ जिले में पर्यटक बस हुई हादसे का शिकार, बस पर सवार थे कुल 55 यात्री

का संदेह है। पुलिस ने बताया कि बस हनुमान घाटी रोड पर मोड़ लेते समय पलट गई। मृतकों की पहचान हरि पात्रा, उनकी पत्नी लक्ष्मी पात्रा, सुप्रभा साहू, उनकी बेटी सुमति और चालक प्रबीन कुमार साहू के रूप में हुई है। पुलिस ने बताया कि सभी ब्रह्मपुर के निवासी थे। मुख्यमंत्री मोहन चरण माझी ने इस घटना पर गहरा दुख व्यक्त किया और मृतकों के परिजनों के प्रति अपनी संवेदना व्यक्त की। उन्होंने मृतकों के परिजनों के लिए मुख्यमंत्री राहत कोष (सीएमआरएफ) से 4 लाख रुपये की अनुग्रह राशि की घोषणा भी की है।

### जेसीबी की चपेट में आने से एक व्यक्ति की मौत

**नई दिल्ली।** उत्तर-पश्चिम दिल्ली के शकूरपुर इलाके में शनिवार सुबह 27 वर्षीय एक व्यक्ति की जेसीबी मशीन की चपेट में आने से मौत हो गई। पुलिस ने बताया कि यह घटना शकूरपुर में एक कब्रिस्तान के पास सुबह करीब 10 बजे हुई, जिसमें शकूरपुर निवासी मोहम्मद हुसैन की मौत हो गई। जेसीबी चालक आशीष (23) उत्तर प्रदेश के आजमगढ़ जिले का रहने वाला है। स्थानीय लोगों ने उसे मौके पर पकड़ लिया।

## जयशंकर ने वैश्विक मुद्दों पर की फ्रांस के राष्ट्रपति मैक्रों से बात

**पेरिस, एजेंसी**

विदेशमंत्री एस. जयशंकर ने यहां जी7 विदेश मंत्रियों के शिखर सम्मेलन से इतर फ्रांस के राष्ट्रपति इमैनुएल मैक्रों से मुलाकात कर तात्कालिक वैश्विक मुद्दों पर वार्ता की। कहा कि वह चर्चा तथा उनकी अंतर्दृष्टियों को महत्व देते हैं।

जयशंकर ने शनिवार को एक सोशल मीडिया पोस्ट में कहा कि बीती रात फ्रांस के राष्ट्रपति इमैनुएल मैक्रों से मिलना मेरे लिए सम्मान की बात है। विदेश मंत्री ने कहा कि उन्होंने प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की ओर से मैक्रों को हार्दिक शुभकामनाएं दीं। जयशंकर ने कहा कि चर्चा और उनकी अंतर्दृष्टियों को महत्व देता हूं। वह बृहस्पतिवार को फ्रांस के अब्बे डे वॉक्स-डे-सर्ने में, साझेदार देशों के साथ जी7 विदेश मंत्रियों की दो-दिवसीय बैठक में हिस्सा लेने के लिए पहुंचे। हालांकि, भारत जी7 का सदस्य नहीं है, फिर भी इस शक्तिशाली



- जी-7 शिखर सम्मेलन में भाग लेने के लिए फ्रांस पहुंचे हैं विदेश मंत्री

समूह के मौजूदा अध्यक्ष फ्रांस ने उसे एक भागीदार देश के तौर पर आमंत्रित किया है। बृहस्पतिवार को फ्रांस में जी7 विदेश मंत्रियों की बैठक में जयशंकर ने ग्लोबल साउथ के देशों की ऊर्जा, खाद्य और ईंधन सुरक्षा से जुड़ी चिंताओं को उठाया, और वैश्विक शासन सुधारों की आवश्यकता पर भी जोर दिया। विदेश मंत्री ने पश्चिम एशिया में जारी संघर्ष से उत्पन्न अनिश्चितताओं की पृष्ठभूमि में व्यापार गलियारों और आपूर्ति श्रृंखलाओं के महत्व पर भी बात की।

## आईआईटी खरगपुर शुरू करेगा एमडी कोर्स, मांगी मंजूरी

**कोलकाता।** भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान खरगपुर ने स्नातकोत्तर डॉक्टर ऑफ मेडिसिन (एमडी) पाठ्यक्रम शुरू करने के लिए राष्ट्रीय चिकित्सा आयोग के पास आवेदन किया है। संस्थान के निदेशक सुमन चक्रवर्ती ने शनिवार को कहा कि यदि प्रस्ताव को केंद्र की मंजूरी मिल जाती है तो यह पहला आईआईटी होगा जो स्नातकोत्तर चिकित्सा कार्यक्रम शुरू करेगा। चक्रवर्ती ने कहा कि आवेदन दाखिल करने की अंतिम तिथि 31 मार्च है और हमने राष्ट्रीय चिकित्सा आयोग की मंजूरी के लिए औपचारिक प्रक्रिया शुरू कर दी है। अब संबंधित मंत्रालय के जवाब का इंतजार है।

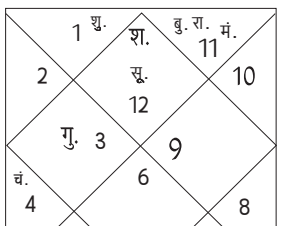
प्रस्तावित स्नातकोत्तर कार्यक्रम 20 सीटों के साथ शुरू किया जाएगा। चक्रवर्ती ने कहा कि शिक्षा मंत्रालय ने इस प्रस्ताव का समर्थन किया है लेकिन अंतिम निर्णय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के पास है क्योंकि यह एक अंतर-मंत्रालयी निर्णय है। उन्होंने कहा, हमने एमडी कार्यक्रम में छात्रों को पढ़ाने के लिए पहले ही 20 चिकित्सकों की नियुक्ति कर दी है। चक्रवर्ती ने कोई निश्चित समय-सीमा बताने से इनकार किया।

# भारत के साथ रिश्तों को नई गति देगा नेपाल

**काठमांडू।** नेपाल के नवनिर्वाचित प्रधानमंत्री बालेन्द्र शाह ने भारत के साथ रिश्तों को नई गति देने की इच्छा जाहिर करते हुए शनिवार को कहा कि वह भारत संग घनिष्ठता के साथ काम करने को उत्सुक हैं।

शपथ ग्रहण के बाद शुभकामनाएं देने के लिए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी का आभार भी व्यक्त किया। शुक्रवार को शपथ ग्रहण के तुरंत बाद प्रधानमंत्री मोदी ने शाह को

- पीएम बालेंद्र शाह बोले-भारत संग घनिष्ठता से काम करने को उत्सुक



बधाई देते हुए कहा था कि वह नेपाल के प्रधानमंत्री के साथ मिलकर भारत-नेपाल संबंधों को और मजबूत करने के लिए काम करने के उत्सुक हैं। मोदी के संदेश के जवाब में नेपाल के प्रधानमंत्री कार्यालय ने एक्स पर कहा, प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी, आपके स्नेहपूर्ण शब्दों और शुभकामनाओं के लिए धन्यवाद। मैं हमारे दोनों देशों के बीच बहुआयामी संबंधों को आगे बढ़ाने और हमारी जनता की साझा समृद्धि के लिए आपके साथ मिलकर काम करने को उत्सुक हूं। क्षेत्रीय रणनीतिक दृष्टि से नेपाल, भारत के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण देश माना जाता है, और दोनों देशों के बीच घनिष्ठ सहयोग को इस परिप्रेक्ष्य में खास अहमियत दी जाती है।

**रिपोर्ट**

साल 1990 से 2023 की अवधि के लिए किए गए वैश्विक विश्लेषण में दावा

# देश में मातृ मृत्यु दर में लगभग 80 प्रतिशत की गिरावट

**नई दिल्ली, एजेंसी**

भारत में मातृ मृत्यु दर 1990 के मुकाबले 2023 में लगभग 80 प्रतिशत कम हो गई। इस दौरान यह दर प्रति एक लाख जीवित जन्मों पर 508 से घटकर 116 हो गई। एक नई रिपोर्ट में यह बात आई है।

द लांसेट ऑब्स्टेट्रिक्स, गायनेकोलॉजी एंड वीमेन्स हेल्थ जर्नल में प्रकाशित एक नई वैश्विक विश्लेषण रिपोर्ट के अनुसार भारत में वर्ष 2023 में कुल 24,700 मातृ मृत्यु के मामले दर्ज किए गए, जिससे मातृ मृत्यु अनुपात प्रति एक लाख जीवित जन्मों पर 116 रहा। अनुमानों के अनुसार, इसी वर्ष पाकिस्तान में कुल 10,300 मातृ मृत्यु के मामले सामने आए, जबकि अफ्रीकी देशों इथियोपिया और नाइजीरिया में क्रमशः 11,900 और 32,900 मातृ मृत्यु दर्ज की गईं। वॉशिंगटन विश्वविद्यालय के इंस्टीट्यूट फॉर हेल्थ मैट्रिक्स एंड इवैल्युएशन (आईएचएमई) के शोधकर्ताओं और वैश्विक सहयोगियों के नेतृत्व में किए गए अध्ययन में कहा गया है कि पिछले तीन दशकों में मातृ मृत्यु में कमी आई है, लेकिन हाल के वर्षों में प्रगति की रफ्तार धीमी पड़ी है और यह विभिन्न देशों में असमान बनी हुई है। उन्होंने बताया कि 'ग्लोबल बर्डन ऑफ डिजीज' (जीबीडी) अध्ययन 2023 तक 204 देशों और क्षेत्रों में मातृ मृत्यु दर के रुझानों का सबसे अद्यतन वैश्विक आकलन प्रस्तुत करता है। नवीनतम नमूना पंजीकरण प्रणाली 2021-23 के अनुसार, देश में मातृ मृत्यु दर प्रति लाख जीवित जन्मों पर 88 है। केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय के एक सूत्र ने बताया कि यह आंकड़ा सुरक्षित गर्भावस्था और प्रसव सुनिश्चित करने की दिशा में हुई प्रगति को दर्शाता है।

### मातृ स्वास्थ्य के क्षेत्र में भारत की प्रगति को मिली वैश्विक मान्यता

सूत्र ने कहा कि मातृ स्वास्थ्य के क्षेत्र में हमारी प्रगति को वैश्विक स्तर पर मान्यता मिली है और संयुक्त राष्ट्र मातृ मृत्यु अनुमान अंतर-एजेंसी समूह (यूएन-एमएमईआईजी) की नवीनतम रिपोर्ट के अनुसार, भारत ने 1990 के बाद से एमएमआर में 86 प्रतिशत की कमी हासिल की है, जो वैश्विक औसत 48 प्रतिशत से कहीं अधिक है। यह उपलब्धि 2030 तक एमएमआर को 70 से नीचे लाने के सतत विकास लक्ष्यों के मानक को पूरा करने के प्रति भारत की प्रतिबद्धता को रेखांकित करती है। शोधकर्ताओं के अनुसार, 2023 में पूरी दुनिया में कुल 2 .4 लाख मातृ मृत्यु हुई, जिसका मतलब है कि हर एक लाख जीवित जन्मों पर 190 .5 माताओं की मौत हुई। यह 1990 में प्रति एक लाख जन्मों पर 321 मातृ मृत्यु से एक तिहाई से ज्यादा कम है।

## कैसा रहेगा आपका आज का दिन

**मेष** – आज घर में मांगलिक कार्यक्रम हो सकते हैं। मन में कई सारे विचार आने के कारण अस्थिरता का भाव रहेगा।

**वृष** – आज नई जिम्मेदारियां आयेंगी। धार्मिक स्थल की यात्रा कर सकते हैं। एकाग्रचित्त होकर काम करने से सफलता मिलेगी।

**मिथुन** – आज परिजनों के रूखे व्यवहार से मन दुखी हो सकता है। दांतों के रोग परेशान कर सकते हैं। विद्यार्थियों को मेहनत का उचित परिणाम मिलेगा।

**कर्क** – आज व्यवसाय में बिक्री बढ़ने से मन प्रसन्न रहेगा। आय के नवीन साधन विकसित होंगे। आपका मूड काफी अच्छा रहेगा।

**सिंह** – आज जीवनसाथी को अनावश्यक खर्चों से बचना चाहिए। बजट का ध्यान रखते हुये ही काम करें। आपको अस्पताल भी जाना पड़ सकता है।

**कन्या** – आज इंजीनियरिंग के छात्रों की जॉब मिल सकती है। लेखन कार्य से जुड़े लोगों की रचनात्मकता में वृद्धि होगी।

**तुला** – आज रुके हुए अधिकतम कार्य गति में आ जायेंगे। अपने काम पर ध्यान केन्द्रित रखें। मित्रों की सहायता से पीछे न हटें।

**वृश्चिक** – आज आपका स्वभाव लोगों के लिए प्रेरणा बनेगा। व्यापार में बड़ा रिस्क लेने से बचें। आपकी आर्थिक स्थिति बेहतर रहेगी।

**धनु** – आज कार्यक्षेत्र में सहकर्मियों से पर्याप्त सहयोग नहीं मिलेगा। जीवनसाथी के साथ आपके सम्बन्ध कमजोर हो सकते हैं।

**मकर** – आज घर में महत्वपूर्ण व्यक्तियों का आगमन हो सकता है। बिजनेस में आप बड़ी उपलब्धि अर्जित कर सकते हैं।

**कुंभ** – आज समाज में आपका नाम बढ़ेगा। जटिल समस्याओं का व्यवहारिक समाधान ढूंढ लेंगे। सेहत का विशेष ध्यान रखें।

**मीन** – आज कार्यक्षेत्र में सभी काम बिना किसी रुकावट के पूर्ण होंगे। नए कार्यों में बड़ी सफलता मिल सकती है।

### आज का पंचांग

-पं.मनोज कुमार द्विवेदी




**आज की ग्रह स्थिति :** 29 मार्च, रविवार 2026 संवत-2083, शक संवत 1948 मास- चैत्र, पक्ष-शुक्ल पक्ष, एकादशी 07 .46 तक तत्पश्चात द्वादशी।

**दिशाशूल**- पश्चिम, **ऋतु**- वसंत।
**चन्द्रबल**- वृषभ, कर्क, कन्या, तुला, मकर, कुम्भ।
**ताराबल**-अश्विनी, भरणी, रोहिणी, आर्द्रा, पुष्य, आश्लेषा, मघा, पूर्वा फाल्गुनी, हस्त, स्वाति, अनुराधा, ज्येष्ठा, मूल, पूर्वाषाढ़ा, श्रवण, शतभिषा, उत्तराभाद्रपद, रेवती।
**नक्षत्र**-अश्लेशा 14 .38 तक तत्पश्चात मघा।

### सुडोकू - 102 का हल

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 4 | 9 | 2 | 5 | 8 | 7 | 6 | 3 |
| 6 | 2 | 8 | 7 | 3 | 1 | 9 | 5 | 4 |
| 5 | 7 | 3 | 6 | 4 | 9 | 2 | 8 | 1 |
| 7 | 3 | 6 | 1 | 9 | 4 | 5 | 2 | 8 |
| 8 | 9 | 4 | 5 | 2 | 3 | 1 | 7 | 6 |
| 2 | 5 | 1 | 8 | 7 | 6 | 3 | 4 | 9 |
| 4 | 6 | 5 | 3 | 1 | 2 | 8 | 9 | 7 |
| 9 | 1 | 7 | 4 | 8 | 5 | 6 | 3 | 2 |
| 3 | 8 | 2 | 9 | 6 | 7 | 4 | 1 | 5 |

### सुडोकू -103

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 3 | | | 5 | | 2 | | |
| 4 | | | | 9 | | | 1 | |
| | 2 | | | | 6 | 8 | | 7 |
| | | 4 | | | 2 | | | 1 |
| | 8 | | | | | 9 | 7 | |
| 6 | | | 9 | | | 3 | | |
| 7 | | 1 | 8 | | | | 3 | |
| | 4 | | | 7 | | | | 9 |
| | | 5 | | 4 | | | 2 | |

मैं दिल्ली कैपिटल्स से जुड़ने के लिए पूरी तरह से प्रतिबद्ध हूं। मैं लगातार टीम के संपर्क में हूं और उन्हें अपनी स्थिति के बारे में बता रहा हूं। मैं दिल्ली कैपिटल्स के लिए जल्द से जल्द उपलब्ध होने के लिए अपनी तरफ से हर संभव कोशिश करता रहूंगा।
–मिचेल स्टार्क


# स्टेडियम

अमृत विचार

बरेली, रविवार, 29 मार्च 2026

www.amritvichar.com


**IPL 2026**

**आज का मुकाबला**

कोलकाता नाइट राइडर्स

बनाम

मुंबई इंडियंस

**समय** - शाम 7:30 बजे

**हाईलाइट**

## जिंदगी में संतुलन बनाए रखने के लिए ठुकराई थी पेशकश : बटलर

**नई दिल्ली।** इंग्लैंड के सफेद गेंद के क्रिकेट में बेहतरीन विकेटकीपर-बल्लेबाजों में से एक जोस बटलर का कहना है कि उन्होंने काम और निजी जिंदगी में संतुलन बनाए रखने के लिए कभी कभी कुछ टी20 फ्रेंचाइजी लीग की पेशकश को ठुकराया भी है। कितना क्रिकेट बहुत ज्यादा होता है, इस पर बटलर ने कहा कि यह पूरी तरह व्यक्ति पर निर्भर करता है। बटलर सितंबर में 36 साल के हो जाएंगे लेकिन वह अब भी इंग्लैंड के लिए सफेद गेंद की जिम्मेदारी उठा रहे हैं और साथ ही इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) के लगातार 11वें सत्र में लोकप्रिय टी20 बल्लेबाज के तौर पर भी खेल रहे हैं। गुजरात टाइटंस के साथ उनका यह दूसरा सत्र होगा।

## स्टार्क ने आलोचकों पर साधा निशाना

**नई दिल्ली।** मिचेल स्टार्क ने आईपीएल 2026 में अपने देरी से पहुंचने को लेकर चल रही बातों पर आलोचकों पर निशाना साधा और स्पष्ट किया कि सत्र की शुरुआत में उनकी अनुपस्थिति दिल्ली कैपिटल्स के प्रति प्रतिबद्धता की कमी वजह से नहीं बल्कि चोट प्रबंधन के कारण है। बायें हाथ का यह तेज गेंदबाज अभी तक भारत नहीं पहुंचा है। इससे वह दिल्ली कैपिटल्स के शुरुआती मैच नहीं खेल पाएंगे। इससे विदेशी खिलाड़ियों की अपनी फ्रेंचाइजी के लिये प्रतिबद्धता को लेकर बहस छिड़ गई है। इस बढ़ती आलोचना पर अपनी चुप्पी तोड़ते हुए स्टार्क ने शनिवार को एक बयान में कहा, भारतीय मीडिया में कुछ लोगों द्वारा अपने-अपने मंचों के जरिए दी गई राय और विचारों के बावजूद, बताना चाहता हूं कि मैं फिलहाल अपने कंधे और कोहनी की चोट से उबरने और प्रबंधन की प्रक्रिया में हूं जिसकी गंभीरता का मुझे गर्मियों के सत्र के दौरान अंदाजा नहीं था।

## जर्मनी ने स्विस टीम को हराया

**लंदन।** फ्लोरियन विर्ट्ज़ ने दो गोल किए और दो गोल में मदद की, जिससे जर्मनी ने दो बार पिछड़ने के बाद वापसी करते हुए विश्व कप फुटबॉल से पहले के मैत्री मैच में स्विट्जरलैंड को 4-3 से हराया जबकि मिकेल ओयार्ज़ाबल के दो गोल की मदद से स्पेन ने सर्बिया को 3-0 से पराजित किया। अन्य मैचों में बेन व्हाइट ने इंग्लैंड की टीम में वापसी करते हुए गोल किया लेकिन फिर स्टॉपेज टाइम में पेनल्टी दे दी, जिससे इंग्लैंड ने उरुग्वे के साथ 1-1 से ड्रॉ खेला, जबकि नीदरलैंड ने एम्स्टर्डम में नॉर्वे को 2-1 से हराया। इंग्लैंड के कोच थॉमस ट्यूशेल का व्हाइट का चयन करना चौंकाने वाला था, क्योंकि चार साल पहले वह विश्व कप के बीच में ही अपने साथियों को छोड़कर चले गए थे। जब मैच में 21 मिनट बचे हुए थे तब आर्सेनल के डिफेंडर फिकायो टोमोरी की जगह उन्हें मैदान पर उतारा गया।

# विराट की पारी से आरसीबी ने जीत से की शुरुआत

## आईपीएल-2026 : सनराइजर्स हैदराबाद को 6 विकेट से हराया

**बेंगलुरु, एजेंसी**

देवदत्त पडिक्कल के 26 गेंद में 61 रन और विराट कोहली के नाबाद अर्धशतक की मदद से गत चैम्पियन रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु ने इंडियन प्रीमियर लीग के 2026 सत्र की शुरुआत शनिवार को सनराइजर्स हैदराबाद पर छह विकेट से जीत के साथ की। पडिक्कल और कोहली (38 गेंद में नाबाद 69) के बीच दूसरे विकेट के लिये सिर्फ 45 गेंद में 101 रन की साझेदारी की मदद से आरसीबी ने जीत के लिये 202 रन के लक्ष्य के जवाब में 15.4 ओवर में चार विकेट पर 203 रन बनाए। फिल साल्ट के जल्दी आउट होने के बाद कोहली और पडिक्कल ने शानदार बल्लेबाजी से एम चिन्नास्वामी स्टेडियम पर दर्शकों का भरपूर मनोरंजन किया। पडिक्कल ने तेज गेंदबाज डेविड पेन के एक ओवर में दो छक्के और एक चौका लगाया जबकि स्पिनर हर्ष दुबे को लगातार चौका छक्का जड़ा। उन्होंने हर्षल पटेल को चौका लगाकर सिर्फ 21 गेंद में अर्धशतक पूरा किया। दूसरी ओर कोहली ने तेज गेंदबाजों जयदेव उनादकट और ऐशान मलिंगा को नसीहत दी। पावरप्ले में आरसीबी ने 76 रन बना लिये थे और सौ रन 8.1 ओवर में बन गए। पडिक्कल को हेनरिच क्लासेन ने पवेलियन भेजा जिन्होंने हर्षल की गेंद पर पहले लांग आन में कोहली का कैच टपकाया था जब वह 28 रन पर थे। कोहली ने 33 गेंदों में अर्धशतक पूरा किया। वहीं आरसीबी के कप्तान रजत पाटीदार ने 12 गेंद में 31 रन बनाए। कोहली ने आखिर में 16वें ओवर में हर्षल की चार गेंदों पर छक्का और तीन चौके लगाकर टीम को जीत तक पहुंचाया।

अभिषेक शर्मा का विकेट लेने के बाद जश्न मनाते जैकब डफी।

इससे पहले कार्यवाहक कप्तान ईशान किशन के 38 गेंद में 80 रन की मदद से सनराइजर्स हैदराबाद ने नौ विकेट पर 201 रन बनाए। ईशान ने अपनी पारी में आठ चौके और पांच छक्के लगाए। उन्होंने चौथे विकेट के लिये हेनरिच क्लासेन (31) के साथ 97 रन की साझेदारी की। आरसीबी के कप्तान पाटीदार ने टॉस जीतकर पहले गेंदबाजी का फैसला किया। एम चिन्नास्वामी स्टेडियम पर करीब दस महीने बाद क्रिकेट की वापसी हुई है। पिछले साल आरसीबी के पहली बार खिताब जीतने के बाद जश्न में मची भगदड़ के दौरान 11 प्रशंसकों की मौत होने से इस मैदान पर क्रिकेट नहीं हो रहा था। आरसीबी के लिये जैकब डफी ने चार ओवर में 22 रन देकर तीन विकेट लिए। न्यूजीलैंड के इस तेज गेंदबाज ने अपने कद का पूरा इस्तेमाल करते हुए बल्लेबाजों को काफी परेशान किया। अभिषेक शर्मा (सात) खुलकर खेल नहीं सके हालांकि उन्होंने डफी को बैकवर्ड प्वाइंट पर छक्का लगाया था। शॉर्ट गेंद के सामने हमेशा असहज होने वाले अभिषेक ने डफी की गेंद पर विकेट के पीछे जितेश शर्मा को कैच थमाया। इससे पहले शुरूआती ओवर में ही अभिषेक को डफी की ही गेंद पर विकेट के पीछे लपके जाने की अपील पर आरसीबी ने एक डीआरएस रिव्यू गंवा दिया था।

**सनराइजर्स हैदराबाद**

**201/9** (20 ओवर)

| | |
|---|---|
| ट्रेविस हेड का साल्ट बो डफी | 11 |
| अभिषेक शर्मा का शर्मा बो डफी | 07 |
| ईशान का साल्ट बो अभिनंदन | 80 |
| नीतिश रेड्डी का अभिनंदन बो डफी | 01 |
| क्लासेन का साल्ट बो शेफर्ड | 31 |
| सलिल का पडिक्कल बो सुयश | 09 |
| अनिकेत का कोहली बो शेफर्ड | 43 |
| हर्ष दुबे का पडिक्कल बो शेफर्ड | 03 |
| हर्षल का पडिक्कल बो कुमार | 00 |
| डेविड पेन नाबाद | 06 |
| जयदेव उनादकट नाबाद | 04 |

**गेंदबाजी :** डफी 4-0-22-3, भुवनेश्वर 4-0-31-1, अभिनंदन 3-0-38-1, शेफर्ड 4-0-54-3, सुयश 3-0-28-1, कृणाल 2-0-26-0

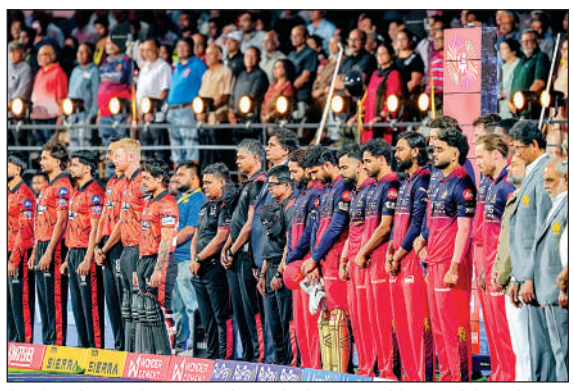
**रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु**

**203/4** (15.4 ओवर)

| | |
|---|---|
| फिल साल्ट का क्लासेन बो उनादकट | 08 |
| विराट कोहली नाबाद | 69 |
| पडिक्कल का क्लासेन बो दुबे | 61 |
| रजत पाटीदार का दुबे बो पेन | 31 |
| जितेश शर्मा का उनादकट बो पेन | 00 |
| टिम डेविड नाबाद | 16 |

**गेंदबाजी :** रेड्डी 2-0-19-0, उनादकट 3-0-29-1, पेन 3-0-35-2, दुबे 3-0-35-1, मलिंगा 2-0-35-0, पटेल 2.4-0-39-0

**80** रनों की तूफानी पारी ईशान किशन ने 38 गेंदों में खेली जिसमें आठ चौके और पांच छक्के शामिल हैं



मैच से पहले 2025 में हुई भगदड़ के मृतकों को श्रद्धांजलि देते रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु और सनराइजर्स हैदराबाद के खिलाड़ी व सदस्य। एजेंसी

## मैच से पहले खिलाड़ियों और अधिकारियों ने एक मिनट का मौन रखकर दी श्रद्धांजलि

**बेंगलुरु।** रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु (आरसीबी) और सनराइजर्स हैदराबाद के बीच शनिवार को यहां इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) 2026 के पहले मैच से पहले खिलाड़ियों और मैच अधिकारियों ने एक मिनट का मौन रखकर उन 11 प्रशंसकों को श्रद्धांजलि दी जिनकी पिछले साल हुई भगदड़ में जान चली गई थी। पिछले साल जून में आरसीबी के पहले आईपीएल खिताब की जीत के जश्न के दौरान शहर के एम चिन्नास्वामी स्टेडियम के पास हुई भगदड़ में यह अप्रिय घटना हुई थी। जश्न मनाने के लिए भारी भीड़ जमा हो गई थी और गेट पर बहुत ज्यादा भीड़ हो गई जिससे भगदड़ मच गई जिसमें 50 से ज्यादा लोग घायल हुए और 11 लोगों की मौत हो गई। भारतीय क्रिकेट बोर्ड ने भगदड़ में जान गंवाने वाले प्रशंसकों के प्रति सम्मान व्यक्त करने के लिए आईपीएल 2026 का उद्घाटन समारोह को पहले ही रद्द कर दिया था। श्रद्धांजलि के तौर पर स्टेडियम की 11 सीटों को हमेशा के लिए खाली रखने का फैसला किया गया है। ये सीटें इस स्टेडियम में होने वाले भविष्य के सभी आईपीएल और अंतरराष्ट्रीय मैचों के दौरान हमेशा खाली रहेंगी। पहले मैच के दिन राज्य के गृह मंत्री और केएससीए के अध्यक्ष वेंकटेश प्रसाद ने स्टेडियम के अंदरूनी प्रवेश द्वार के पास एक स्मारक पट्टिका का अनावरण किया। मैच से पहले वार्म-अप के दौरान आरसीबी के सभी खिलाड़ियों ने 11 नंबर वाली जर्सी पहनी थी। इस दुखद घटना के बाद भीड़ प्रबंधन के बुनियादी ढांचे को बेहतर बनाने के लिए लगभग सात करोड़ रुपये का निवेश किया गया।

## सुझाव लेने के प्रति पंत की खुली सोच से बनता है सकारात्मक माहौल

**नई दिल्ली।** ऑस्ट्रेलिया की टी20 टीम के कप्तान मिचेल मार्श ने ऋषभ पंत की नेतृत्वक्षमता की जमकर तारीफ करते हुए कहा कि लखनऊ सुपर जायंट्स (एलएसजी) का कप्तान सुझाव लेने की प्रति खुली सोच रखता है जिससे टीम के अंदर सकारात्मक माहौल पैदा होता है। एलएसजी के पास मार्श और एडन मार्करम के रूप में दो अंतरराष्ट्रीय कप्तान हैं। मार्श ने पीटीआई से साक्षात्कार में कहा बात बस इतनी सी है कि आप अपना सर्वश्रेष्ठ योगदान दें, ऋषभ को हर संभव सहयोग दें। वह एक बेहतरीन युवा खिलाड़ी है जो अपनी टीम का नेतृत्व बखूबी करता है। वह हमेशा फीडबैक और सुझाव लेने के लिए तैयार रहता है और उस पर अमल भी करता है। उन्होंने कहा हमारी टीम में कुछ बहुत अच्छे नेतृत्वकर्ता हैं जो काफी महत्व रखते हैं।

# जीत के साथ आगाज करने उतरेगा मुंबई

**मुंबई, एजेंसी**

खेल के सभी विभागों में मजबूत दिख रही मुंबई इंडियंस की टीम इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) में पांच साल के खिताब के सूखे को खत्म करने के लिए रविवार को टूर्नामेंट के अपने पहले मैच में कोलकाता नाइट राइडर्स (केकेआर) का सामना करेगी, जिसकी टीम कुछ खिलाड़ियों के चोटिल होने से कमजोर नजर आ रही है।

मुंबई इंडियंस ने 2013 से लेकर 2020 के बीच पांच बार खिताब जीता था लेकिन वह पिछले कुछ वर्षों से चैंपियन नहीं बन पाया है। इस बार उसकी निगाह अपना छठा खिताब जीतने पर होगी और इसके लिए वह शानदार शुरुआत करने में कोई कसर नहीं छोड़ेगा। पिछले साल हार्दिक पंड्या की अगुवाई वाली टीम क्वालीफायर दो में पंजाब किंग्स से हारने के बाद तीसरे स्थान पर रही थी, लेकिन मुंबई इंडियंस इस बार अच्छी तैयारी के साथ मैदान पर उतर रहा है।

रोहित शर्मा फॉर्म में वापसी करने के लिए उत्सुक होंगे। रोहित के अलावा उसकी टीम में कई स्टार खिलाड़ी हैं जिनमें भारत की टी20 विश्व कप विजेता टीम के खिलाड़ी कप्तान सूर्यकुमार यादव, पंड्या, तिलक वर्मा और जसप्रीत बुमराह भी शामिल हैं। मुंबई इंडियंस के पास कई शानदार विदेशी खिलाड़ी भी हैं, जिनमें रयान रिकेल्टन, शेरफेन रदरफोर्ड, कॉर्बिन बॉश, न्यूजीलैंड के कप्तान मिशेल सेंटनर, विल जैक्स, एएम ग़ज़नफ़र और ट्रेंट बोल्ट प्रमुख हैं। बुमराह और बोल्ट की जोड़ी खतरनाक साबित हो सकती है। शार्दुल ठाकुर और दीपक चाहर के रूप में मुंबई इंडियंस के पास दो अनुभवी भारतीय गेंदबाज हैं, जबकि नमन धीर एक बार फिर फिनिशर की भूमिका अच्छी तरह से निभाने की कोशिश करेंगे। पिछले साल उन्होंने अपनी इस भूमिका के साथ पूरा न्याय किया था।

इसलिए मुंबई के लिए सबसे बड़ी चुनौती अंतिम एकादश में उचित संयोजन तैयार करना होगा। उसकी टीम शुरुआत में कुछ मैच जीतने के लिए प्रतिबद्ध होगी क्योंकि अक्सर वह अच्छी शुरुआत करने में नाकाम रही है। मुंबई में खेलने के कारण कोलकाता नाइट राइडर्स में कप्तान अजिंक्य रहाणे और युवा अंगकृष रघुवंशी के रूप में कुछ स्थानीय खिलाड़ी भी नजर आएंगे लेकिन उसका गेंदबाजी आक्रमण कमजोर नजर आता है जिसका मुंबई इंडियंस पूरा फायदा उठाने की कोशिश करेगा। नीलामी के समय केकेआर का गेंदबाजी आक्रमण अच्छा नजर आ रहा था लेकिन भारतीय क्रिकेट बोर्ड (बीसीसीआई) के निर्देश पर फ्रेंचाइजी ने बांग्लादेश के तेज गेंदबाज मुस्तफिजुर रहमान को बाहर कर दिया था जबकि उसके दो भारतीय तेज गेंदबाज आकाश दीप और हर्षित राणा चोट के कारण टूर्नामेंट से बाहर हो गए हैं।

जिंबॉब्वे के तेज गेंदबाज ब्लेसिंग मुजरबानी प्रतिभाशाली हैं लेकिन उन पर दबाव हो सकता है। ऐसे में गेंदबाजी विभाग की बड़ी जिम्मेदारी वरुण चक्रवर्ती को निभानी पड़ेगी जो टी20 विश्व कप में अपेक्षित प्रदर्शन नहीं कर पाए थे। केकेआर की टीम में सीएसके के दो पूर्व खिलाड़ी रचिन रविंद्र और मथीशा पथिराना भी शामिल हैं। टिम सीफर्ट विकेटकीपर बल्लेबाज के तौर पर एकमात्र शुरुआती विकल्प हैं, जबकि उनके पास कैमरन ग्रीन और सुनील नारायण के रूप में दो बेहतरीन ऑलराउंडर भी मौजूद हैं।

वानखेड़े स्टेडियम में अभ्यास सत्र के दौरान मुंबई इंडियंस के रोहित शर्मा, क्विंटन डी कॉक (बाएं) और अन्य खिलाड़ी। एजेंसी

- कमजोर दिख रही केकेआर के खिलाफ मुकाबला आज

**टीम**

**मुंबई इंडियंस :** हार्दिक पंड्या (कप्तान), क्विंटन डीकॉक (विकेटकीपर), दानिश मालेवार, रॉबिन मिंज, रयान रिकेल्टन, शेरफेन रदरफोर्ड, रोहित शर्मा, सूर्यकुमार यादव, अथर्व अंकोलेकर, राज बावा, कॉर्बिन बॉश, विल जैक्स, मयंक रावत, नमन धीर, मिशेल सेंटनर, शार्दुल ठाकुर, तिलक वर्मा, अश्विनी कुमार, ट्रेंट बोल्ट, जसप्रीत बुमराह, दीपक चाहर, गजनफर, मयंक मार्कंडेय, मो. इजहार, रघु शर्मा।

**कोलकाता नाइट राइडर्स :** अजिंक्य रहाणे (कप्तान), रिंकू सिंह (उपकप्तान), फिन एलन, तेजस्वी दहिया (विकेटकीपर), मनीष पांडे, रोवमैन पॉवेल, अंगकृष रघुवंशी, रमनदीप सिंह, सार्थक रंजन, टिम सीफर्ट, राहुल त्रिपाठी, दक्ष कामरा, कैमरन ग्रीन, सुनील नारायण, रचिन रवींद्र, अनुकूल रॉय, वैभव अरोड़ा, सौरभ दुबे, कार्तिक त्यागी, ब्लेसिंग मुजरबानी, मथीशा पथिराना, नवदीप सैनी, प्रशांत सोलंकी, उमरान मलिक, वरुण चक्रवर्ती।

## चोटिल एमएस धोनी आईपीएल के पहले दो सप्ताह नहीं खेल पाएंगे

**नई दिल्ली।** चेन्नई सुपर किंग्स (सीएसके) के दिग्गज खिलाड़ी महेंद्र सिंह धोनी पिंडली की चोट के कारण इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) के पहले दो सप्ताह में नहीं खेल पाएंगे। फ्रेंचाइजी ने शनिवार को यह जानकारी दी। सीएसके ने बयान में कहा महेंद्र सिंह धोनी फिलहाल पिंडली की चोट से उबरने के लिए रिहैबिलिटेशन से गुजर रहे हैं। इस कारण उनका आईपीएल 2026 के पहले दो सप्ताह में खेलने की संभावना नहीं है। धोनी ने 2020 में अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट से संन्यास लेने के बाद से आईपीएल खेलना जारी रखा है। इस 44 वर्षीय खिलाड़ी के आईपीएल में भविष्य को लेकर प्रत्येक सत्र में कयास लगाए जाते हैं। धोनी अब सिर्फ आईपीएल में खेलते हैं इसलिए उनके लिए मैच फिटनेस बनाए रखना और भी मुश्किल हो जाता है। रुतुराज गायकवाड़ हालांकि टीम के कप्तान हैं, लेकिन टीम की रणनीति धोनी के इर्द-गिर्द ही घूमती है। वह आईपीएल की शुरुआत से ही इस टीम से जुड़े हुए हैं। धोनी ने पिछले आईपीएल में 14 मैच खेले थे और निचले क्रम में बल्लेबाजी करते हुए फिनिशर की भूमिका निभाई थी। अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट से संन्यास लेने के बाद से उन्हें घुटने की समस्या से बार-बार जूझना पड़ा है और 2023 में उनकी सर्जरी भी हुई थी।

**मियामी ओपन** | तीन वर्षों में टूर्नामेंट का अपना दूसरा खिताब जीतने के लिए आज करेंगे मुकाबला, पिछले साल नहीं कर पाए थे प्रतिभाग

# सिनर दूसरी बार फाइनल में, अब मुकाबला लेहेका से

**मियामी गार्डन्स (अमेरिका), एजेंसी**

दुनिया के दूसरे नंबर के खिलाड़ी यानिक सिनर ने एक साल पहले मियामी ओपन टेनिस टूर्नामेंट में हिस्सा नहीं लिया था क्योंकि प्रतिबंधित पदार्थ के सेवन लिए पॉजिटिव पाए जाने के बाद उन्हें तीन महीने के लिए निलंबित कर दिया गया था। अब इटली का यह 24 वर्षीय खिलाड़ी तीन साल में अपना दूसरा मियामी ओपन खिताब जीतने और 2017 में रोजर फेडरर के बाद 'सनशाइन डबल' जीतने वाला पहला पुरुष खिलाड़ी बनने के करीब है।

सिनर ने शुक्रवार रात हार्ड रॉक स्टेडियम में विश्व में चौथे नंबर के खिलाड़ी अलेक्जेंडर ज्वेरेव पर 6-3, 7-6 (7-4) से जीत हासिल करके मियामी ओपन के फाइनल में प्रवेश किया। सिनर ने कहा यहां आकर अच्छा टेनिस खेलना मेरा मुख्य लक्ष्य था। मेरे लिए दोबारा फाइनल में पहुंचना बहुत मायने रखता है। यह शानदार सफर रहा है और मैं बहुत खुश हूं। सिनर ने ज्वेरेव को लगातार सात बार हराया है और एटीपी मास्टर्स 1000 में लगातार 32 सेट जीतने का रिकॉर्ड बनाया है।

हार्डकोर्ट पर शानदार प्रदर्शन करने वाले सिनर ने 15 मार्च को इंडियन वेल्स में दानिल मेदवेदेव को हराकर सनशाइन डबल का पहला चरण जीता था। रविवार को होने वाले फाइनल में उनका मुकाबला 21वीं वरीयता प्राप्त जिरी लेहेका से होगा और वह इस मैच में जीत के प्रबल दावेदार के रूप में उतरेंगे। सिनर ने 2024 से मियामी में लगातार 11 मैच जीते हैं। सिनर का लेहेका के खिलाफ करियर रिकॉर्ड 3-0 का है, उन्होंने आखिरी बार 2025 में फ्रेंच ओपन में उन्हें हराया था।

लेहेका ने सेमीफाइनल में 28वीं वरीयता प्राप्त आर्थर फिल्स को 6-2, 6-2 से हराकर अपने करियर में पहली बार एटीपी मास्टर्स 1000 टूर्नामेंट के फाइनल में जगह बनाई। लेहेका के चेक गणराज्य के साथी जैकब मेनसिक ने पिछले साल मियामी ओपन जीता था।

**नोवाक जोकोविच ने मोंटेकार्लो मास्टर्स से नाम वापस लिया**

**मोनाको।** नोवाक जोकोविच ने दाहिने कंधे की चोट के कारण मियामी ओपन में भाग न लेने के बाद मोंटेकार्लो मास्टर्स टेनिस टूर्नामेंट से भी नाम वापस ले लिया है। इंस्टाग्राम पर जोकोविच के टूर्नामेंट से हटने की घोषणा करते हुए लिखा हम उन्हें शुभकामनाएं देते हैं और उम्मीद करते हैं कि वह जल्द ही कोर्ट पर वापसी करेंगे। जोकोविच के कारण स्पष्ट नहीं किया गया है, पर दो सप्ताह पहले बीएनपी पारिबास ओपन के चौथे दौर में जैक ड्रेपर से तीन सेटों में हारने के बाद से उन्होंने कोई मैच नहीं खेला है।


भगवान महावीर स्वामी

जन्म कल्याणक महोत्सव के पावन अवसर पर

अमृत विचार का E-Paper Subscription

Subscribe करने के लिए Scan करें

03 महीने के लिए FREE

BAREILLY | LUCKNOW | KANPUR | MORADABAD | AYODHYA | HALDWANI