आर.एन.आई. पंजीयन क्र. 39596/82 (डाक पंजीयन MP/IDC/1462/2016-2019)

साप्ताहिक

मालव अँचल

वर्ष 47 अंक 38 (प्रति रविवार) इंदौर, 09 जुन से 15 जुन 2024 पृष्ठ-8 मूल्य 3 रुपये

रच दिया इतिहास :

तीसरी बार प्रधानमंत्री बने मोदी

राष्ट्रपति ने दिलाई नरेन्द्र मोदी को पद की शपथ

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री के रूप में तीसरी बार शपथ लेकर नरेंद्र मोदी ने देश में नया इतिहास रच दिया है। हाल में संपन्न हुए लोकसभा चुनाव में एनडीए ने जबर्दस्त बहुमत हासिल की जिसके बाद नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में एक बार फिर से सरकार बनी है। नरेंद्र मोदी पहली बार 2014 में प्रधानमंत्री बने थे। इसके बाद 2019 में उन्होंने प्रधानमंत्री पद संभाला था। जवाहरलाल नेहरू के बाद वह पहले प्रधानमंत्री हैं जिन्होंने लगातार तीसरी बार पीएम पद की शपथ ली है। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने पद और गोपनीयता की उन्हें शपथ दिलाई। नरेंद्र मोदी के बाद उनके मंत्रिमंडल के अन्य सहयोगियों ने शपथ लिया जिसमें सबसे पहले रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह थे। नरेंद्र मोदी के ठीक बाद राजनाथ सिंह ने शपथ ग्रहण किया। राजनाथ सिंह के बाद अमित शाह ने शपथ ग्रहण किया। अमित शाह 2019 में पहली बार देश के गृह मंत्री बने थे। वह निवर्तमान सरकार में गृह मंत्री थे। अमित शाह गांधीनगर से दूसरी बार संसद के रूप में दिल्ली पहुंचे हैं। अमित शाह के बाद नितिन गडकरी ने शपथ लिया। नितिन गडकरी नागपुर से चुनाव लड़ते हैं। वह 2014 से लगातार केंद्र में मंत्री बने हुए हैं। यह तीसरा मौका है जब वह नरेंद्र मोदी के सरकार में मंत्री पद संभालने जा रहे हैं।

भाजपा नेता जेपी नड्डा ने दिल्ली में राष्ट्रपति भवन में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में केंद्रीय कैबिनेट मंत्री के रूप में शपथ ली। शिवराज सिंह चौहान ने भी कैबिनेट मंत्री के रूप में शपथ ली है। भाजपा नेता निर्मला सीतारमण ने मोदी सरकार में केंद्रीय कैबिनेट मंत्री के रूप में शपथ ली। डॉ. एस जयशंकर ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में केंद्रीय कैबिनेट मंत्री के रूप में शपथ ली। भाजपा नेता मनोहर लाल ने मोदी सरकार के तीसरे कार्यकाल में केंद्रीय कैबिनेट मंत्री के रूप में शपथ ली। जद (एस) नेता एचडी कुमारस्वामी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में केंद्रीय मंत्री के रूप में शपथ ली। भाजपा नेता पीयूष वेदप्रकाश गोयल ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में केंद्रीय मंत्री के रूप में शपथ ली। भाजपा नेता धर्मेंद्र प्रदेश ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में केंद्रीय मंत्री के रूप में शपथ ली। हिंदुस्तानी अवाम मोर्चा (सेक्युलर) के संस्थापक जीतन राम मांझी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में केंद्रीय कैबिनेट मंत्री के रूप में शपथ ली। जेडीयू नेता राजीव रंजन (ललन) सिंह ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में केंद्रीय कैबिनेट मंत्री के रूप में शपथ ली। भाजपा नेता सर्बानंद सोनोवाल ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में केंद्रीय कैबिनेट मंत्री के रूप में शपथ ली।

प्रधानमंत्री- नरेंद्र दामोदरदास मोदी

कैबिनेट मंत्री-राजनाथ सिंह, लोकसभा सदस्य यूपी, अमित शाह, गुजरात से लोकसभा सदस्य, नितिन गडकरी, महाराष्ट्र से लोकसभा सदस्य, जेपी नड्डा, हिमाचल, शिवराज सिंह चौहान, निर्मला सीतारमण, कर्नाटक से रास सदस्य, एस जयशंकर, रास सदस्य, गुजरात, मनोहर लाल खट्टर, लोस सदस्य, हरियाणा, एचडी कुमारस्वामी, लोस सदस्य, कर्नाटक, पीयूष गोयल, महाराष्ट्र से लोस सांसद, धर्मेंद्र प्रधान, उड़ीसा से लोस सांसद, जीतन राम मांझी, बिहार से लोस सांसद, ललन सिंह, बिहार से लोस सांसद, सर्वानंद सोनोवाल, असम से लोस सांसद, डॉ वीरेंद्र कुमार, मध्य प्रदेश से लोस सदस्य, इंद्ररप्पू राम मोहन नायडू, आंध्र, लोस, प्रह्लाद जोशी, कर्नाटक, लोस सदस्य, जुएल ओराम, ओडिशा, लोस सदस्य, गिरिराज सिंह, बिहार से लोस सदस्य, अश्विनी वैष्णव, रास सदस्य, ज्योतिरादित्य सिंधिया, मध्य प्रदेश से लोस सांसद, भूपेंद्र यादव, हरियाणा, गजेंद्र सिंह शोखावत, राजस्थान, अन्नपूर्ण देवी, झारखंड, किरण रिजिजू, अरुणाचल प्रदेश, हरदीप सिंह पुरी, मनसुख मांडविया, गुजरात से सांसद, जी किशन रेड्डी, तेलंगाना से सांसद, चिराग पासवान, बिहार से लोस सांसद, सीआर पाटिल, गुजरात से लोस सांसद

राज्य मंत्री स्वतंत्र प्रभार-इंद्रजीत सिंह, जीतेंद्र सिंह, अर्जुन राम मेघवाल, प्रतापराव गणपत राजव जाधव, महाराष्ट्र, जयंत चौधरी, रालोद।

100 दिन की योजना बनाएं, अधूरे काम पूरे करें

नई दिल्ली। मनोनीत प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने रविवार को राष्ट्रपति भवन में अपने शपथ ग्रहण समारोह से पहले नवनिर्वाचित सांसदों और भावी मंत्रिपरिषद के सदस्यों के लिए एक चाय पार्टी का आयोजन किया। उन्होंने नेताओं से 100 दिनों के लिए कार्ययोजना तैयार करने और उस पर जल्द से जल्द काम करने को कहा। पीएम मोदी ने सभी सांसदों को बधाई दी और काम के दौरान दूसरों से प्रभावित होने से बचने की सलाह दी। उन्होंने कहा कि हमें विकसित भारत एजेंडा को जारी रखने की जरूरत है। विकास कार्य बिना किसी रुकावट के चलते रहेंगे।

7 एलकेएम में चाय बैठक में भाग लेने के बाद, भाजपा सांसद-निर्वाचित गिरिराज सिंह ने कहा कि मुझ पर भरोसा दिखाने के लिए मैं पीएम मोदी को धन्यवाद देना चाहता हूं। एक चर्चा थी कि हमें भारत को विकसित भारत बनाना है। यह किसी विशेष पोर्टफोलियो के बारे में नहीं है। हर विभाग महत्वपूर्ण है। भाजपा के नवनिर्वाचित सांसद मनोहर लाल खट्टर ने कहा कि नरेंद्र मोदी की एक परंपरा है कि वह लोगों को अपने आवास पर चाय पर मिलने के लिए बुलाते हैं। वह उन्हीं को बुलाते हैं जिन्हें वह अपने मंत्रिमंडल में शामिल करना चाहते हैं। कुछ औपचारिकताएं पूरी करनी थीं, जो मैंने पूरी कर ली हैं। उन्होंने मुझसे अगले 24 घंटे तक दिल्ली में रहने को कहा है। बैठक में मेरे अलावा राव इंद्रजीत सिंह और कृष्णपाल गुर्जर भी मौजूद थे।

प्रधानमंत्री पद के उम्मीदवार नरेंद्र मोदी ने रविवार को चाय पर चर्चा के दौरान उन नवनिर्वाचित सांसदों से बातचीत की, जो एनडीए 3.0 सरकार का हिस्सा बनने की उम्मीद है और 9 जून को पीएम मोदी के साथ शपथ ले सकते हैं। राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन (एनडीए) के नेताओं की बैठक प्रधानमंत्री पद के उम्मीदवार नरेंद्र मोदी के आवास 7 लोक कल्याण मार्ग (एलकेएम) पर हुई।

शपथ से पहले बापू को नमन्, सदैव अटल और समर स्मारक पहुंचे

नई दिल्ली। नरेंद्र मोदी, प्रधानमंत्री के रूप में लगातार अपना तीसरा कार्यकाल शुरू करने जा रहे हैं। शपथ ग्रहण समारोह के दिन की शुरुआत उन्होंने राष्ट्रपिता को श्रद्धांजलि अर्पित करके की। शाम 7.30 बजे शुरू होने वाले शपथ ग्रहण समारोह से पहले सुबह नरेंद्र मोदी राजघाट पहुंचे। वहां उन्होंने राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की समाधि पर श्रद्धांजलि अर्पित की। राजघाट के दौरे के बाद मोदी ने दिग्गज भाजपा नेता और पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी की समाधि सदैव अटल पर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की।

संपादकीय

सोशल मीडिया के डिजिटल प्लेटफॉर्म ने न्यूज़ चैनलों और प्रिंट मीडिया को दिखाई अपनी ताकत

भारत का लोकसभा चुनाव 2024 संपन्न हो गया है। इस चुनाव में डिजिटल मीडिया(सोशल मीडिया) ने अपनी ताकत का प्रदर्शन किया है। सत्तारूड दल, इलेक्ट्रॉनिक न्यूज़ चैनल और प्रिंट मीडिया के भरोसे रहा सरकार की गुणगान करता रहा। सरकार और आम मतदाताओं तक सरकार के दावों को पहुंचाता रहा। वहीं डिजिटल मीडिया यूट्यूब के 46 करोड लोगों तक सत्य एवं सूचनाओं को भी प्रमुखता के साथ पहुंचाता रहा। सोशल मीडिया के यूट्यूब प्लेटफार्म पर ऐसे पत्रकार थे, जो सूचनाओं का सही विश्लेषण कर रहे थे। वहीं ऐसे भी लाखों लोग थे, जो सूचनाओं को सोशल मीडिया के माध्यम से पहुंचाने का काम कर रहे थे। लगभग दो माह चुनाव अधिसूचना जारी होने से लेकर चुनाव संपन्न होने तक सोशल मीडिया और भारत के लगभग 230 टीवी चैनल तथा 5500 दैनिक समाचार पत्रों के बीच अघोषित युद्ध चलता रहा। जब चुनाव परिणाम आए उससे यह साबित हो गया। 2024 के लोकसभा चुनाव में डिजिटल मीडिया (सोशल)के माध्यम से विपक्ष की लड़ाई जनता और निर्भीक पत्रकारों ने सच को सामने लाने का काम किया। उसका असर इस चुनाव में देखने को मिला है। लोकसभा चुनाव में इस बार करीब 97 करोड़ मतदाता थे। इन तक जनमत बनाने और सभी किस्म की सूचनाओं को पहुंचाने का माध्यम सोशल मीडिया बना। 2014 के लोकसभा चुनाव में कांग्रेस की भ्रष्टाचार वाली छवि और भारतीय जनता पार्टी के आईटी सेल द्वारा जो युद्ध सोशल मीडिया के माध्यम से उस समय लड़ा गया था। उसका बड़ा प्रभाव हुआ था। कांग्रेस एवं अन्य विपक्षी दलों को राष्ट्रीय स्तर पर ?विशेष रुप में हिंदी भाषी राज्यों में बड़ा नुकसान हुआ था। 2024 के लोकसभा चुनाव में स्थिति पूरी तरह से बदल गई। सरकार का दबाव सभी 230 टीवी चैनल तथा अधिकांश बड़े छोटे समाचार पत्रों में समाचार में क्या छपेगा। इसका अप्रत्यक्ष दबाव होने से न्यूज़ चैनल और प्रिंट मीडिया वही दिखा, या छाप रहे थे। जो सरकारी तंत्र द्वारा उन्हें कहा जाता था। 1975 में जब आपातकाल लगा था और सेंसरशिप लगाई गई थी। उस समय आम जनता तक सही समाचार नहीं पहुंच रहे थे। आपातकाल की समाप्ति के बाद जब सेंसरशिप को खत्म किया गया। उसके बाद आम जनता में विशेष रूप से हिंदी भाषी राज्यों में प्रिंट मीडिया का बड़ा असर हुआ। 1977 के चुनाव में इंदिरा गांधी को सरकार हिंदी भाषी राज्यों में बुरी तरह से पराजित हुई। पहली बार केंद्र में गैर कांग्रेसी जनता पार्टी की सरकार बनी। लगभग वही स्थिति 2024 के लोकसभा चुनाव में देखने को मिली। इसमें जितने भी न्यूज़ चैनल और समाचार पत्र थे वह सरकार की ठकुर-सुहाती कर रहे थे। सरकार और जनता को वास्तविकता नहीं बता रहे थे। जिसके कारण आम मतदाताओं का भरोसा टीवी चैनल और समाचार पत्रों में कम हो गया। उसके स्थान पर यूट्यूब और सोशल मीडिया के अन्य प्लेटफार्म में आम जनता तक स्वतंत्र पत्रकारो द्वारा सत्य को पहुंचाने का काम किया। उसका असर आम मतदाताओं के बीच में देखने को मिला। इस बार उत्तर भारत और सीमावर्ती विभिन्न राज्यों में भाजपा को पराजय का सामना करना पड़ा है। मोबाइल फोन अब संचार का सबसे बड़ा माध्यम बन गया है।

अब भी मोदी सबसे बड़े एवं वर्चस्वी नेता हैं

ललित गर्ग

अठाहरवीं लोकसभा चुनाव के नतीजे भले ही अपने अंदर कई संदेशों को समेटे हुए हैं, भले ही भारतीय जनता पार्टी को पूर्ण बहुमत नहीं मिला हो, भले ही इंडिया गठबंधन एक चुनौती के रूप में खड़ा हुआ हो, फिर भी तीसरी बार नरेन्द्र मोदी भारत के प्रधानमंत्री बनते हुए नये भारत एवं सशक्त भारत को निर्मित करने के लिये वे पहले दो कार्यकाल से अधिक शक्ति, संकल्प एवं जिजीविषा के साथ आगे बढ़ रहे हैं। सीटों के लिहाज से भाजपा को भले ही नुकसान हुआ, लेकिन लगातार तीसरी बार वह सबसे बड़ी पार्टी बनकर उभरी। ओडिशा और तेलंगाना में पार्टी ने अपने शानदार प्रदर्शन से सबको चौंकाया है। ओडिशा में लोकसभा ही नहीं, विधानसभा में भी पार्टी ने बीजू जनता दल का 24 साल से चला आ रहा वर्चस्व तोड़ा। अरुणाचल प्रदेश की 60 सदस्यीय विधानसभा चुनाव में 54 प्रतिशत मत और 46 सीटों के प्रचंड बहुमत के बल पर भाजपा सरकार बनाने में सफल हुई है। वहीं, गुजरात, छतीसगढ़ और मध्य प्रदेश भाजपा के गढ़ बने हुए हैं, जबकि देश की राजनीति में अब भी मोदी सबसे बड़े एवं वर्चस्वी नेता है। वे अब भी अपने चौंकाने वाले एवं आश्चर्य में डालने वाले विलक्षण एवं अनूठे फैसलों से राष्ट्र को विकास की नई उड़ान देते रहेंगे। भाजपा को कम सीटें मिले कारणों की समीक्षा एवं मंथन करते हुए अपनी हार के कारणों को सहजता एवं उदारता से स्वीकारना चाहिए एवं जिन गलतियों के कारण कम सीटें मिली, उन्हें दूर करना चाहिए।

इस बार के चुनाव को नियोजित एवं प्रभावी तरीके से सम्पन्न करने में चुनाव आयोग की भूमिका सराहनीय रही। भले ही इडिया गठबंधन ने ई.वी.एम. और चुनाव आयोग की निष्पक्षता पर प्रश्नचिन्ह लगाकर देश एवं लोकतांत्रिक प्रक्रियाओं को कलंकित किया था। लेकिन चुनाव परिणाम ने न केवल इस प्रकार के भ्रामक, गुमराह करने वाली बातों एवं मिथकों को तोड़ दिया, बल्कि इसने भारत के जीवंत, बहुलतावादी, पंथनिरपेक्षी और स्वस्थ लोकतांत्रिक छवि को पुनर्स्थापित किया है। प्रधानमंत्री मोदी का अंधविरोध करने वाला वाम-जिहादी-सम्प्रदायवादी राजनीतिक समूह अपने इस वाहियात प्रलाप एवं राष्ट्र-विरोधी षड़यंत्र में कोई कमी नहीं छोड़ी। बावजूद इसके इंडिया गठबंधन के घटक दलों के लिये चुनाव परिणाम अनेक अर्थों में संतोषजनक रहे हैं। कांग्रेस के लिये यह चुनाव नये जीवन का वाहक बना हैं। वैसे भी एक आदर्श लोकतंत्र के लिये सशक्त विपक्ष का होना जरूरी है, यही लोकतंत्र को खूबसूरती देता है। भारतीय मतदाताओं ने इंडिया गठबंधन को विपक्षी भूमिका प्रभावी ढंग से निभाने का संदेश दिया है।

इस बार के चुनाव परिणाम अनेक राजनीतिक दलों के सामने भी अनेक प्रश्न खड़े किये हैं। कौन जेल में रहेगा, इसका फैसला अदालतें करती हैं। परंतु दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने इस चुनाव को अपने जेल के अंदर रहने या बाहर रहने का अधिकार मतदाताओं को सौंपा था, जिसका नतीजा यह रहा कि उनके शासित वाले दिल्ली में 'आप' का खाता तक नहीं खुला, तो वहीं उनकी पार्टी पंजाब में विधानसभा चुनाव-2022 का चमत्कार दोहराने में विफल हो गई और 13 में से केवल 3 सीटें ही जीत पाई। शरद पवार का राजनीतिक वारिस कौन और असली शिवसेना किसकी? क्या माया और ममता अब भी ताकतवर हैं? यह चुनाव ऐसे ही कई सवालों के साथ शुरू हुआ था। इनमें से कुछ के जवाब मिल गए हैं और कुछ के बाकी हैं। जिस तरह के नतीजे आए हैं, उससे यह संदेह भी पैदा हुआ है कि क्या देश में आर्थिक सुधार जारी रहेंगे? क्या देश विकास के पथ पर अग्रसर होता रहेगा? नीतिगत स्थिरता का क्या होगा? शायद इसी संदेह की वजह से शेयर बाजार में भारी गिरावट आई। लेकिन नरेन्द्र मोदी के पहले भाजपा मुख्यालय में दिये उद्बोधन एवं गठबंधन दलों के साथ हुई बैठक में इन सवालों के जवाब काफी हद तक मिल गये, जिससे शेयर बाजार ने भी तेजी पकड़ी है एवं भाजपा एवं सहयोगी दलों के कार्यकर्ताओं में उत्साह का संचार हुआ है।

देश एक बार फिर गठबंधन सरकारों के युग में प्रवेश कर रहा है। अब यह एक हकीकत है कि मौजूदा जनादेश के मद्देनजर गठबंधन सरकार बनाना भाजपा की मजबूरी हो गई है। निश्चित रूप से पूर्ण बहुमत के साथ सहयोगी दलों के साथ सरकार चलाने और अल्पमत में सहयोगी दलों के साथ सरकार चलाने में बड़ा फर्क है। सवाल उठाया जा रहा है कि पूर्ण बहुमत वाले दो कार्यकालों में देशहित के बड़े फैसले लेने वाली भाजपा क्या गठबंधन के सहयोगियों के दबाव के बीच शासन करने में खुद को सहज महसूस कर सकेगी? लेकिन मोदी के नेतृत्व में सरकार मजबूती के साथ आगे बढ़ेगी और अपने संकल्पों एवं योजनाओं को आकार देगी, इसमें कोई संदेह नजर नहीं आती। देश में केंद्रीय स्तर 2009 के बाद पहली बार गठबंधन सरकार बनने जा रही है। अतीत में नरसिंह राव और अटल बिहारी वाजपेयी ने गठबंधन सरकारों का कुशलता से संचालन भी किया है और आवश्यक सुधारों को भी आगे बढ़ाया है। मनमोहन सिंह ने भी दस वर्ष तक गठबंधन सरकार का संचालन किया है, लेकिन इसकी अनदेखी नहीं की जा सकती कि उन्हें किस तरह कई बार सहयोगी दलों के अनुचित दबाव में झुकना पड़ा। अटल बिहारी वाजपेयी भी गठबंधन सरकार की चुनौतियों से जूझते रहे। लेकिन मोदी की स्थितियां भिन्न है, वे राजनीति के धुंरधर खिलाड़ी है, अमित शाह राजनीतिक जोड़ तोड़ के खिलाड़ी है, इसे देखते हुए भाजपा और उसके नेतृत्व वाले राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन की सरकार सफलतापूर्वक अपना काम कर सकेगी, ऐसा विश्वास है। न केवल सरकार बल्कि भाजपा के बड़े मुद्दों का भी क्रियान्वयन होगा। जब-जब भाजपा के सामने अनुचित राजनीतिक दबाव की स्थितियां बनेगी, सरकार कोई सार्थक रास्ता निकाल लेगी।

वैसे भी भाजपा बहुमत के आंकड़े से ज्यादा दूर नहीं है, इसलिए यह उम्मीद की जाती है कि तेलुगु देसम पार्टी, जनता दल-यू, शिवसेना समेत अन्य सहयोगी दलों के साथ उसके लिए सरकार चलाना कहीं अधिक आसान होगा। इसके बाद भी इतना तो है ही कि प्रधानमंत्री मोदी पहली बार गठबंधन सरकार का संचालन करेंगे। हालांकि अटल बिहारी वाजपेयी के नेतृत्व वाली गठबंधन सरकार के तहत कार्य करने के कारण वह ऐसी सरकार के संचालन के तौर-तरीकों से अवगत हैं, लेकिन स्वयं उनके लिए ऐसी सरकार चलाना एक नया अनुभव होगा। लेकिन वे भाजपा संगठन में अनेक पदों पर रहते हुए संगठन की गतिविधियों के कुशल संचालन से भिज्ञ है। देश-विदेश के दबावों को झेलते हुए उन्होंने भारत को एक शक्ति के रूप में खड़ा किया है, दुनिया जब आर्थिक संकट झेल रही है, भारत की अर्थव्यवस्था दुनिया की तीसरी अर्थव्यवस्था बनने की ओर अग्रसर है, निश्चित ही गठबंधन सरकार का उनका संचालन उनकी नेतृत्व क्षमता और सबको साथ लेकर चलने के राजनीतिक कौशल को एक नया आयाम देगी। उनके पास चुनौतियों के बीच देश की समस्याओं का समाधान करने की एक राजनीतिक दृष्टि एवं कौशल है।

गठबंधन सरकारों के कुछ सकारात्मक पक्ष होते हैं तो कुछ नकारात्मक पक्ष भी। गठबंधन सरकारों का नेतृत्व करने वाले को घटक दलों से समन्वय के साथ चलना होता है। इसमें समस्या तब आती है, जब घटक दल अनुचित मांगें मनवाने लगते हैं अथवा सौदेबाजी करने की कोशिश करते हैं या फिर अपने संकीर्ण हितों की पूर्ति के लिए दबाव की राजनीति करने लगते हैं। इन स्थितियों की निबटने के लिये मोदी सरकार पहले ही अन्य निर्दलयी सांसदों एवं अन्य राजनीतिक दलों को अपने साथ जोड़ने का उपक्रम कर रही है। सहयोगी दल अनुचित मांग एवं दबाव की बजाय अपने राज्य के राजनीतिक एवं आर्थिक हितों की चिंता करें, लेकिन ऐसा करते समय उन्हें राष्ट्रीय हितों को ओझल नहीं करना चाहिए। यह उन्हें भी सुनिश्चित करना चाहिए कि गठबंधन सरकार सुगम तरीके से चले।

निश्चित ही मोदी सरकार के सामने चुनौतीपूर्ण स्थितियां हैं, जिस तरह महाभारत युद्ध में पांडवों के सामने जटिल स्थितियां थी। आज द्रोण नहीं तुष्टिकरण है, कृपाचार्य नहीं भ्रष्टाचार है, अश्वत्थामा नहीं आतंकवाद है, दुर्योधन नहीं महत्वाकांक्षा एवं अनैतिकता है, शकुनि नहीं आंतरिक और वैश्विक षड्यंत्र है, राष्ट्रवाद नहीं समस्त प्रकार की विघटनकारी शक्तियां-भाषावाद, क्षेत्रवाद, जातिवाद, सम्प्रदायवाद, स्वार्थवाद आदि हैं और कर्ण नहीं कट्टरवाद है। साथ में महंगाई, बेरोजगारी, असंतोष आदि की अत्यंत जटिल समस्याएं भी हैं और अब भारत इनमें फंसा हुआ है। फिर भी नरेन्द्र मोदी रूपी उजाला अपनी नई पारी में अधिक सशक्त होकर भारत के इन सभी चक्रव्यूह को भेदेगा। अपने राजनीतिक जीवन की सबसे सफलतम पारी खेलते हुए वह एक बार फिर नकारात्मक एवं अराष्ट्रवादी शक्तियों को उनकी जमीन दिखायेंगा।

जब दिव्यांग वृद्धा को देख जमीन पर बैठ गए कलेक्टर

फिर सभी दिव्यांगों की समस्याएं नीचे बैठकर ही सुनी; महिला को मिलेगा जल्द मकान

इंदौर। कलेक्टर आशीष सिंह अपनी संवेदनशीलता के लिए पहचाने जाते हैं। मंगलवार को जनसुनवाई के दौरान भी उनकी ऐसी संवेदनशीलता देखने को मिली। ग्राउण्ड फ्लोर पर एक दिव्यांग बुजुर्ग महिला आवेदन के लिए कतार में लगने के लिए जा रही थी। कलेक्टर ने उसे वहीं रोका। दरअसल व एक पैर से विकलांग होने के कारण महिला खड़ी नहीं हो सकती थी। इस कलेक्टर भी उसके पास जमीन पर ही बैठ गए। उन्होंने महिला की समस्या को सुना और आश्वस्त किया कि उसके आवास का निराकरण जल्द किया जाएगा।

मामला सावित्री नानेरिया निवासी लसूडिया का है। उसने बताया कि मुझे मकान की समस्या है। अभी पर्याप्त जगह नहीं है। बारिश के दौरान मकान में पानी भर जाता है। कहीं मकान मिल जाए तो ठीक रहेगा। कलेक्टर ने मातहतों से उसे जल्द मकान उपलब्ध कराने के निर्देश दिए। इसी तरह दोनों पैरों से दिव्यांग छात्रा गौरी बडौले को पढ़ाई के लिए रेडक्रॉस से 25 हजार रुपए की मदद दी। गौरी ने बताया कि मैं दिव्यांग हूं और खरगोन से आकर बीएड की पढ़ाई कर रही हूं। मुझे मदद मिलेगी तो मैं पढक़र पास हो जाऊंगी और अच्छी नौकरी मिल जाएगी।

कुलकर्णी नगर में रहने वाली काशीबाई को अपने कच्चे मकान की मरम्मत के लिए पांच हजार रु. मंजूर किए गए।

अस्पताल के विरूद्ध होगी कार्रवाई- कलेक्टर के समक्ष एक युवा दंपती पहुंचे। पति ने बताया कि पत्नी के इलाज में स्टार हेल्थ केयर अस्पताल द्वारा गंभीर लापरवाही की गई है। इस संबंध में स्वास्थ्य विभाग के दल ने जांच कर अपना प्रतिवेदन सीएमएचओ को दिया है। इसमें अस्पताल की लापरवाही का उल्लेख है। इसके बाद भी अभी तक कोई कार्रवाई नहीं हुई है। कलेक्टर ने सीएमएचओ को तुरंत कार्रवाई के निर्देश दिए। कलेक्टर ग्राउण्ड फ्लोर पर काफी देर तक रहे। उन्होंने नीचे ही बैठकर अन्य दिव्यांगों की भी समस्याएं सुनी और समाधान किया।

इस बार से जनसुनवाई में बदलाव किया गया। सभी अधिकारी अपने-अपने केबिन में समस्याओं को सुना। कलेक्टर द्वारा अगले हफ्ते इसकी समीक्षा की जाएगी। आज फूड कंट्रोलर एम.एल. मारू को अमित-नीतू प्रजापति नामक दंपती ने बताया कि वे काफी समय से परिवार की समग्र आईडी पात्रता पर्ची में नाम जुड़वाने के लिए परेशान हो रहे हैं। अधिकारियों द्वारा तत्काल उनका पोर्टल पर उनका नाम जोडक़र आधार अपडेट किया गया। खाद्य विभाग में करी 25 समस्याओं को मौके पर हल किया गया।

विद्यार्थियों को नि:शुल्क कॉपियों एवं स्टेशनरी का किया वितरण

इन्दौर। शेख जमितूल अब्बास मुस्लिम सरपरस्त अब्बासी बिरादरी खिदमत कमेटी समिति निगरानी कमेटी द्वारा अब्बासी बिरादरी के मरहूम पुरोधाओं की स्मृति में इंदौर के आजाद नगर में समाज के विद्यार्थियों को निःशुल्क कॉपियों एवं स्टेशनरी का वितरण किया गया। आयोजन में मरहूम फजल खां अब्बासी, मरहूम हाजी सुलेमान अब्बासी, मरहूम इशहाक अब्बासी, मरहूम अब्दुल करीम अब्बासी कम्मू भाई, मरहूम अजमत नूर अब्बासी की स्मृति में समाज के बच्चों को शिक्षा के क्षेत्र में आगे बढ़ाने के उद्देश्य से कॉपियों एवं स्टेशनरी का निःशुल्क वितरण किया गया। इस अवसर पर निगरानी कमेटी के सदर कार्यक्रम के आयोजक अफजल बाबा अब्बासी, नायब सदर हमीद अब्बासी, इकबाल भाई पाकीजा, शहजाद अब्बासी, अजहर अब्बासी ने अतिथियों का स्वागत किया। कार्यक्रम की शुरुआत उपस्थित बच्चों से कलमा,दरूद शरीफ एवं नात पढ़वाकर की गई। इसके पश्चात अतिथियों ने अपने उद्बोधन में शिक्षा का महत्व बताते हुए समाज के बच्चों से कड़ी मेहनत के साथ शिक्षा के क्षेत्र में आगे बढ़ने की गुजारिश की। कार्यक्रम का संचालन शहजाद अब्बासी ने किया एवं आभार अफजल अब्बासी ने माना। इस अवसर पर मुख्य रूप से हाजी नौशाद अब्बासी, हाजी अब्दुल रहमान कल्लू भाई अब्बासी, इसरार भाई अब्बासी, फिरोज भाई अब्बासी, इकबाल भाई अब्बासी भोपाल, अनवर अब्बासी, एजाज अब्बासी, मकबूल अब्बासी, इसरार अब्बासी भोपाल वाले, हाजी सादिक अब्बासी मोना डेरी, हनीफ अब्बासी, हफिज अब्बासी, रशीद अब्बासी एवं सरफराज अब्बासी उपस्थित थे।

महिलाएं कैसे करें स्तन कैंसर की स्वयं जांच डॉ. विजयसेन यशलहा ने बताए तौर-तरीके

इन्दौर। इंदौर के रॉबर्ट्स नर्सिंग होम में महिलाओं के लिए निःशुल्क स्वास्थ्य परीक्षण शिविर आयोजित किया गया। इस शिविर में प्रसिद्ध स्त्री रोग विशेषज्ञ डॉ. विजयसेन यशलहा ने महिलाओं को स्तन कैंसर की स्वयं जांच करने के तौर-तरीके समझाएं। उन्होंने कहा कि महिलाएं कैंसर के प्रति सजग और सतर्क रहें। इस बीमारी से वह घबराएं नहीं। लक्षण दिखाई देने पर तुरंत जांच कराएं। समय पर बीमारी का पता चलने से इलाज संभव हो जाता है। स्तन कैंसर की जांच महिलाएं स्वयं ही कर सकती हैं। शिविर में सवा सौ से अधिक महिलाओं को जागरूक किया गया। शिविर में विभिन्न रोगों के विशेषज्ञ चिकित्सकों ने महिलाओं का स्वास्थ्य परीक्षण कर उपचार किया। साथ ही महिलाओं को कैंसर रोग से बचाव के संबंध में जानकारी देकर जागरूक किया गया। शिविर का बड़ी संख्या में महिलाओं ने लाभ लिया।

इंदौर जिले में जल गंगा संवर्धन अभियान का प्रभावी क्रियान्वयन

923 तालाब, कुएं, बावड़ी, स्टापडेम और नदियों के जीर्णोद्धार और नवीनीकरण के लिए लगभग 8 करोड़ रुपये मंजूर

इन्दौर। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव की संकल्पना के अनुसार इंदौर जिले में भी जल संरक्षण और संवर्धन के लिए जल गंगा संवर्धन अभियान प्रारंभ किया गया है। कलेक्टर आशीष सिंह के निर्देशन में अभियान को प्रभावी रूप से क्रियान्वित करने के लिए सूक्ष्म कार्ययोजना बनाकर बड़ी संख्या में नदी, तालाब, कुंये/बावड़ी, स्टापडेम सहित अन्य जल संरचनाओं के जीर्णोद्धार और नवीनीकरण के कार्य हाथ में लिये गये है। बताया गया कि अभियान के तहत इंदौर जिले में इस तरह के कुल 923 कार्य हाथ में लिये गये है। इन कार्यों को कराये जाने के लिए लगभग पौने 8 करोड़ रुपये की राशि मंजूर की गई है। जिला पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारी सिद्धार्थ जैन ने बताया कि अभियान के अंतर्गत 6 नदी, 75 तालाब, 57 कुयें/बावड़ी, 24 स्टापडेम तथा 244 अन्य जल संरचनाओं के जीर्णोद्धार के कार्य कराये जायेंगे। इसी तरह 118 रेनवॉटर हार्वेस्टिंग के कार्य भी होंगे। इसी तरह 5 तालाब, 14 कुयें/बावड़ी, 21 स्टापडेम तथा 71 अन्य जल संरचनाओं के नवीनीकरण के कार्य कराये भी जायेंगे। इसी तरह 71 रेनवॉटर हार्वेस्टिंग के नवीनीकरण के कार्य भी होंगे। साथ ही 5 नदियों पर बने घाटों और 155 मंदिर तथा अन्य सार्वजनिक स्थलों की साफ-सफाई के कार्य भी अभियान के तहत कराये जायेंगे। इसके लिए 7 करोड़ 74 लाख रुपये की राशि स्वीकृत की गई है। इंदौर जिले में वर्षाकाल में पौधारोपण की तैयारी की जा रही है। प्रति पंचायत एक हजार पौधों के हिसाब से कुल 3.34 लाख पौधारोपण करने का लक्ष्य रखा गया है। अभी तक जिले में 3.03 लाख पौधों को रोपित करने के लिये 527 पौधारोपण स्थलों का चयन कर लिया गया है। शेष स्थानों का जल्द ही चयन कर लिया जायेगा। इंदौर जिले में 12 स्थानों पर पहाडियों पर भी पौधारोपण किया जाना प्रस्तावित है। जनपद पंचायत महू के हासलपुर, दुर्जनपुरा, कजलीगढ, सिमरोल एवं जनपद पंचायत सांवेर में हतुनिया की पहाडी पर सघन पौधारोपण किया जायेगा।

मुख्य कार्यपालन अधिकारी ने ग्रामीण क्षेत्रों का भ्रमण कर विकास कार्यों का किया निरीक्षण

इन्दौर। जिला पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारी श्री सिद्धार्थ जैन ने गत सोमवार को इंदौर जनपद के ग्राम देवगुराडिया, सनावधिया एवं उज्जैनी का भ्रमण कर पंचायत की कार्य प्रणाली एवं विकास कार्यों का निरीक्षण किया। उन्होंने ग्राम पंचायत देवगुराड़िया में स्वनिधि से उन्नति अभियान की प्रगति का अवलोकन किया। पंचायत के कुल परिवारों में से टैक्स पोर्टल पर बहुत कम करदाता पंजीकृत पाये जाने पर उन्होंने संबंधितों को निर्देशित किया कि तीन दिवस में 500 परिवारों एवं 20 जून तक सभी परिवारों को पोर्टल पर दर्ज

किये जायें। यह भी पाबंद किया कि टैक्स से होने वाली शत प्रतिशत आय पोर्टल के माध्यम से होना चाहिए। सभी करदाताओं को डिमांड जनरेट कर पंचायत द्वारा उनके घर तक पहुंचाने के निर्देश दिए गए। श्री सिद्धार्थ जैन ने जनपद पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारी को निर्देशित किया कि सभी पंचायत सचिव जो स्वनिधि से उन्नति अभियान में शामिल है, वह शत प्रतिशत परिवारों का पंजीयन कर टैक्स की डिमांड पोर्टल से जनरेट कर बिल संबंधित करदाताओं को डिलीवर करवाये। श्री जैन द्वारा ग्राम सनावदिया में ग्राम पंचायत द्वारा किए गए तालाब गहरीकरण के कार्य और ग्राम जमुनिया खुर्द में पंचायत द्वारा विकसित किए गए आदर्श मोक्ष धाम का निरीक्षण भी निरीक्षण किया गया। जमुनिया खुर्द में ग्राम पंचायत द्वारा मोक्ष धाम में बैठक की उत्तम व्यवस्था की गई है। पेवर ब्लॉक से विकास कार्य किए गए हैं एवं मनरेगा से शमशान शेड एवं पौधरोपन का कार्य किया गया है। आकर्षक मोक्ष धाम परिसर दिखने पर मुख्य कार्यपालन अधिकारी श्री जैन द्वारा ग्राम पंचायत की प्रशंसा की गई। उन्होंने जनपद पंचायत इंदौर के मुख्य कार्यपालन अधिकारी को निर्देश दिए कि अन्य पंचायत में भी इस प्रकार के मोक्ष धाम के लिए प्रयास किए जाएं। इसके पश्चात श्री जैन द्वारा ग्राम पंचायत मंडला दोस्तदार के ग्राम उज्जैनी में शिप्रा उद्गम स्थल का निरीक्षण किया गया एवं जनपद पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारी को उक्त स्थल पर पौधारोपण करने के निर्देश दिए गए।

नेमावर स्थित सिद्धेश्वर महादेव मंदिर का होगा जीर्णोद्धार

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने जल-गंगा संवर्धन अभियान में नर्मदा नदी घाट पर की साफ-सफाई, ग्राम तुरनाल में स्थित पांच लडडू मंदिर स्थल को करेंगे संरक्षित

भोपाल। *मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने रविवार को देवास जिले के नेमावर में जल-गंगा संवर्धन अभियान में कार्यक्रम में शामिल हुए। उन्होंने नर्मदा नदी पर पूजा-अर्चना करने के पश्चात घाट पर साफ-सफाई की। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि यहां के ऐतिहासिक सिद्धेश्वर महादेव मंदिर का जीर्णोद्धार किया जाएगा। उन्होंने कहा कि प्रदेश में 05 जून से 16 जून गंगा दशहरा तक जल गंगा संवर्धन अभियान चलाया जा रहा है। इसमें नदी, नालों और ऐतिहासिक एवं पारम्परिक जल संरचनाओं, तालाब, झील, कुंआ, बावड़ी आदि के संरक्षण, पुनर्जीवन के लिए कार्य किया जा रहा है तथा उनकी साफ-सफाई गहरीकरण का कार्य भी किया जा रहा है।*

विधायक श्री आशीष गोविंद शर्मा ने भी कार्यक्रम को संबोधित किया। इस अवसर पर महंत श्री राम स्वरूप शास्त्री जी महाराज, महंत श्री विठ्ठलदास जी महाराज, महंत श्री भगवत दास जी महाराज, नगर परिषद अध्यक्ष सहित अन्य जनप्रतिनिधिगण व बड़ी संख्या क्षेत्रवासी उपस्थित रहे।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि देवास जिले में लगभग 05 करोड़ 65 लाख रुपए की राशि से लगभग 3078 जल संरचनाओं के जीर्णोद्धार के कार्य किए जा रहे हैं। इनमें नगरीय क्षेत्र में लगभग 01 करोड़ 78 लाख की राशि से 650 संचनाओं पर कार्य किया जा रहा है।

साथ ही लगभग 01 करोड़ 68 रुपए की राशि से लगभग 2400 से अधिक जल संरचनाओं का गहरीकरण व साफ-सफाई की जा रही है। उन्होंने कहा कि जिले में 196 पुराने तालाब, 105 स्टॉप डेम 172 कुएं-बावड़ियों व अन्य जल स्त्रोतों पर कार्य किया जा रहा है। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि देवास जिले में रूफ हॉर्वेस्टिंग सिस्टम से लगभग 250 स्थानों पर बारिश के पानी के संग्रहण के लिए कार्य किया जा रहे हैं। नर्मदा नदी के साथ ही क्षिप्रा, कालीसिंध सहित अन्य नदियों को शुद्ध बनाने का कार्य इस अभियान के माध्यम से किया जाएगा।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि नेमावर का यह नर्मदा नदी का घाट बहुत पवित्र है। उन्होंने कहा कि हमारे यहां पर सभी तीज त्योहार मनाने का महत्व हैं। जो कि हम ऋतुओं के हिसाब से मनाते हैं। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने नेमावर स्थित श्री सिद्धेश्वर महादेव मंदिर में पूजा-अर्चना की तथा प्रदेश की सुख-समृद्धि की कामना की।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने विधायक श्री आशीष शर्मा की मांग पर ग्राम तुरनाल में हंडिया बैराज डेम बनने से डूब क्षेत्र में आने वाले पांच लड्डू मन्दिर स्थल (जहाँ भगवान परशुराम ने माता-पिता के पिंडदान किया) के संरक्षण के लिए आश्वस्त किया। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि पांच लड्डू मन्दिर स्थल को विकसित कर अद्भुत बनाया जाएगा। उद्योग भी लगाए जाएंगे। प्रदेश में गौशालाओं को विकसित करने के लिए भी राशि दी जाएगी।

प्रदेश में 3-4 मंत्रियों की छुट्टी तय, कांग्रेस से आने वाले 2 विधायकों को कुर्सी मिलेगी

जिनका कामकाज सही नहीं और जिनकी वजह से पार्टी की छवि प्रभावित वे हटेंगे

भोपाल। लोकसभा चुनाव से फुर्सत होने के बाद अब मध्य प्रदेश मंत्रिमंडल में हल्के फेरबदल की संभावना है। इसका कारण है कि कांग्रेस से आए 2 विधायकों को मंत्री पद दिया जाना है और साथ ही उन मंत्रियों की छंटनी होना है जिनका नई सरकार में पिछले 4 महीने का कार्यकाल संतोषजनक नहीं रहा। इस प्रस्तावित फेरबदल में मंत्रिमंडल से कम से कम चार से पांच मंत्रियों की कुर्सी खिसक सकती है। कुछ मंत्रियों के विभाग भी बदले जा सकते है। खाली होने वाली कुर्सियों में से दो पर कांग्रेस से पाला बदलकर भाजपा में आए विधायकों को बैठाया जाना तय है। सरकार के पहले फेरबदल का आधार कुछ मंत्रियों का कमजोर कामकाज और कुछ मंत्रियों के विभाग में गड़बड़ी और अनियमितता की शिकायत समझा जा रहा है। मंत्रिमंडल में फिलहाल सीएम समेत 31 मंत्री हैं। मंत्रियों की संख्या अधिकतम 35 हो सकती है। मंत्रिमंडल विस्तार में ये 4 खाली पद भरे जा सकते हैं। यह फेरबदल कब होगा फिलहाल इस बात का खुलासा नहीं हुआ। पर, सरकार के साथ संगठन में भी बदलाव की तैयारी है। मुख्यमंत्री डॉ मोहन यादव और भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष वीडी शर्मा ने प्रस्तावित बदलाव के लिए होमवर्क कर लिया है। कुछ ऐसे मंत्रियों की भी छुट्टी होगी जिनके विधानसभा क्षेत्र में लोकसभा चुनाव में वोटिंग का प्रतिशत कम हुआ। सरकार में बड़े विभाग की जिम्मेदारी संभालने वाले कुछ मंत्रियों के विभाग बदलकर उनका कद छोटा किया जाने की भी तैयारी भी है। इसमें वे मंत्री शामिल हैं जिनका प्रदर्शन सरकार और संगठन की अपेक्षा के अनुरूप नहीं रहा। मंत्रिमंडल में कुछ मंत्रियों के विभागों में गड़बड़ी और कुछ मंत्रियों का प्रदर्शन सरकार और पार्टी संगठन के अनुरूप नहीं होने से चार-पांच मंत्रियों की छुट्टी होना तय है। इसमें वे भी शामिल है जिनके विभाग में गड़बड़ी और अनियमिताओं के चलते सरकार और पार्टी की छवि प्रभावित हुई है। कुछ मंत्रियों के निकट परिजनों के विवाद में आने से भी पार्टी की बदनामी हुई। गत महीनों में सामने आए ऐसे मामलों में खुद मुख्यमंत्री और प्रदेश अध्यक्ष वीडी शर्मा ने भी नाराजगी जताई है। प्रस्तावित फेरबदल में लोकसभा चुनाव के दौरान भाजपा का दामन थामने वाले कांग्रेस के तीन में से दो विधायकों को सरकार में मंत्री पद दिया जाना लगभग तय है। इसमें ग्वालियर-चंबल क्षेत्र के श्योपुर जिले से कांग्रेस विधायक और पूर्व मंत्री रामनिवास रावत और छिंदवाड़ा जिले की अमरवाड़ा विधानसभा सीट से भाजपा में शामिल हुए कमलेश शाह का नाम लिया जा रहा है। प्रदेश में भाजपा संगठन में भी बदलाव किए जाने के संकेत हैं। इस बदलाव में लोकसभा चुनाव के दौरान प्रदेश में पार्टी की सीटों का ग्राफ बढ़ाने में अहम भूमिका निभाने वाले नेताओं को संगठन में महत्वपूर्ण भूमिका दी जा सकती है। प्रदेश के पूर्व गृहमंत्री डॉ नरोत्तम मिश्रा का नाम लिया जा रहा है। कांग्रेस के कई नेताओं को भाजपा से जोड़ने में अहम भूमिका निभाने वाले नरोत्तम मिश्रा को संगठन में महत्वपूर्ण जिम्मेदारी मिलने मिल सकती हैं।

खुली बोली से होगी वक्फ कृषि भूमि की नीलामी

भोपाल। मप्र वक्फ बोर्ड की नई टीम लगातार नवाचार की तरफ बढ़ी हुई है। अपने अल्प कार्यकाल में बोर्ड ने वक्फ संपत्तियों से अतिक्रमण हटाने, कमेटियों के व्यवस्थित संचालन और वक्फ के दागियों से वसूली जैसे कई कदम उठाए हैं। इसी कड़ी में अब बोर्ड ने अपने आधिपत्य की कृषि भूमि की खुली नीलामी करने की पहल की है। अलग-अलग संभागों की भूमि की यह नीलामी प्रक्रिया 11 जून से शुरू होगी। मप्र वक्फ बोर्ड अध्यक्ष डॉ. सनव्वर पटेल ने बताया कि वक्फ आमदनी में इजाफा करने की नीयत के साथ यह कदम उठाया जा रहा है। उन्होंने कहा कि बोर्ड इतिहास में पहली बार की जाने वाली इस प्रक्रिया को पूरी तरह पारदर्शी रखा जाएगा। इसमें संबंधित विभागों के अधिकारी भी मौजूद रहेंगे।

यह है शेड्यूल- मप्र वक्फ बोर्ड द्वारा तय की गई नीलामी प्रक्रिया में अलग-अलग तारीखों में विभिन्न संभागों की बोली लगाई जाएगी। डॉ. सनव्वर पटेल ने बताया कि 11 जून को जबलपुर संभाग, 12 को सागर और नर्मदपुरम की कृषि भूमि की नीलामी होगी। इसके बाद 13 को रीवा, शहडोल और भोपाल जिलों की प्रक्रिया पूरी की जाएगी। इसी तरह 14 को ग्वालियर और चंबल संभाग एवं 15 और 16 क्रमशः उज्जैन तथा इंदौर संभाग में मौजूद वक्फ की कृषि भूमि की नीलामी प्रक्रिया होगी।

जिलों की पकड़ होगी ढीली-मप्र वक्फ बोर्ड द्वारा सीधे मुख्यालय से कृषि भूमि की नीलामी प्रक्रिया करने का सीधा असर प्रदेश भर की कमेटियों पर पड़ सकता है। इस नई पहल से उनकी आमदनी भी प्रभावित होगी। अब तक जारी व्यवस्था के तहत जिला कमेटियों या स्थानीय कमेटियों के अधीन इन संपत्तियों से होने वाली आमदनी पर उनका अधिकार होता था। नियमानुसार महज सात प्रतिशत राशि ही उन्हें वक्फ बोर्ड को जमा करना पड़ती थी।

महाराणा प्रताप, घास की रोटी खाकर स्वाभिमान के साथ जिये, पर उन्होंने कभी स्वतंत्रता के साथ समझौता नहीं किया : मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव

भोपाल। *तमाम तरह के मुगल आक्रमण के बाद भी महाराणा प्रताप घांस की रोटी खाकर स्वाभिमान के साथ जिये, पर उन्होंने कभी स्वतंत्रता के साथ समझौता नहीं किया। मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने शाजापुर जिले के शुजालपुर में महाराणा प्रताप की जन्म जयंती पर आयोजित समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में संबोधित करते हुए यह बात कही।*

इस मौके पर प्रदेश के उच्च शिक्षा, तकनीकी शिक्षा एवं आयुष मंत्री श्री इंदरसिंह परमार, विधायक शाजापुर श्री अरूण भीमावद, कालापीपल विधायक श्री घनश्याम चन्द्रवंशी, जिला पंचायत अध्यक्ष श्री हेमराज सिंह सिसोदिया, नगरपालिका अध्यक्ष श्रीमती बबीता परमार, श्री अशोक नायक, जनपद पंचायत अध्यक्ष श्रीमती सीताबाई पटोदिया, जिला पंचायत सदस्य श्री मनोहर सिंह वाघेला, श्री केदारसिंह मण्डलोई सहित मेवाड़ा समाज के प्रतिनिधिगण मौजूद थे।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि महाराणा प्रताप का जीवन जितना पढ़ो उतना कम है। महाराणा प्रताप जीते-जी किवदंती बन गये। वे जब युद्ध में 76 किलो का कवच, 80 किलो का भाला और 2 तलवार लेकर जब उतरते थे, तो उनके सामने मुकाबला करने से हर दुश्मन कतराता था। महाराणा प्रताप के घोड़े चेतक से भी उनकी मित्रता का उदाहरण दुनिया में आज भी अद्वितीय है। तमाम प्रकार के मुगलों के आक्रमण एवं आतंक के बाद भी महाराणा प्रताप घांस की रोटी खाकर स्वाभिमान के साथ जिये, लेकिन उन्होंने स्वतंत्रता के साथ समझौता नहीं किया। ऐसे शूरवीर महापुरूष महाराणा प्रताप की जन्म जयंती आज हम मना रहे हैं, यह हमारे लिए सौभाग्य की बात है। लोकतंत्र में इसका महत्व है कि महाराणा प्रताप से प्रेरणा पाकर सेठ-साहूकारों ने उस समय अपना पूरा खजाना महाराणा प्रताप को भेंट कर दिया था। भामाशाह इसके उदाहरण है, जिन्होंने अपना पूरा खजाना महाराणा प्रताप को भेंट कर दिया था। जंगल में रहने वाले वनवासियों ने भी महाराणा प्रताप को पूरा सहयोग दिया था, उस समय कोई जाति का भेदभाव नहीं था। महाराणा प्रताप सबको लेकर चलते थे। सारे समुदाय में महाराणा प्रताप आदर के केन्द्र बिन्दु थे। नवीन शिक्षा नीति में महाराणा प्रताप को स्थान दिया है। महाराणा प्रताप को अब विद्यालयों में पढ़ाया जा रहा है, जिससे अगली पीढ़ी को महाराणा प्रताप को जानने का मौका मिलेगा। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि आर्मी में नायक के पद पर तैनात मेवाड़ा समाज के शहीद के स्मारक बनाने सहित छात्रावास की भूमि, महाराणा प्रताप की प्रतिमा की स्थापना एवं चौराहे का नामकरण किया जायेगा। जो भी मांगे रखी गई हैं, उन्हें प्रक्रिया के अनुसार पूरा किया जायेगा। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने मेवाड़ा समाज की पत्रिका प्रताप वार्ता का विमोचन भी किया गया।

जल गंगा संवर्धन अभियान की प्रदर्शनी का अवलोकन-जल गंगा संवर्धन अभियानज्ज् के तहत किये गये कार्यों के चित्रों की प्रदर्शनी भी लगाई गई थी, जिसका शुभारंभ मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने किया।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने आज जल गंगा संवर्धन अभियान के तहत शाजापुर जिले की विभिन्न ग्राम पंचायतो में किए गए उत्कृष्ट कार्य की प्रदर्शनी का अवलोकन किया। इस दौरान उन्होंने उत्कृष्ट कार्य करने वाली ग्राम पंचायतो के कार्य की प्रशंसा भी की। उल्लेखनीय है कि 5 जून से 16 जून गंगा दशहरा तक जल गंगा संवर्धन अभियान चलाया जा रहा है। इस अभियान के माध्यम से नदी, नालों और ऐतिहासिक एवं पारम्परिक जल संरचनाओं, तालाब, झील, कुंआ, बावड़ी आदि के संरक्षण, पुनर्जीवन के लिए कार्य किया जा रहा है तथा उनकी साफ-सफाई गहरीकरण का कार्य भी किया जा रहा है। साथ ही उक्त अभियान अंतर्गत जल संवर्धन के लिए बोल्डर चेक और गली प्लग का निर्माण जनसहयोग से किया जा रहा है।

मध्यप्रदेश में हार की जिम्मेदारी नेतृत्व पर डालना ठीक नहीं, ये सबके सोच का विषय

पूर्व मंत्री जयवर्धन सिंह ने कहा- सबको साथ बैठकर आने वाले समय के बारे में सोचना पड़ेगा

भोपाल। कांग्रेस वरिष्ठ नेता और पूर्व मंत्री जयवर्धन सिंह ने कहा कि मध्य प्रदेश में जिस तरह के परिणाम आए, वह हम सबके लिए अफसोस की बात है। जो परिणाम अन्य राज्यों में कांग्रेस को मिले उतने अच्छे परिणाम हम लोग मध्यप्रदेश में नहीं दे पाए, यह हमारे लिए बहुत दुख की बात है। उम्मीद थी, कि जो विधानसभा में हमको जो नकारात्मक परिणाम मिले, इस बार उसे थोड़ा बेहतर करने की सबको उम्मीद थी। लगभग 7 से 8 सीट पर हमारी उम्मीद टिकी थी। लेकिन, इस बार भी बहुत बड़ी निराशा मिली। मेरे हिसाब से यह कांग्रेस के हर नेता, हर विधायक, हर पूर्व सांसद, हर पूर्व मंत्री और हर एक व्यक्ति जो कहीं न कहीं प्रभावशाली है, सबको बैठकर आने वाले समय के बारे में सोचना पड़ेगा। आखिर हम मध्यप्रदेश इतने कमजोर क्यों रह गए।

मीडिया से बात करते हुए उन्होंने कहा कि मेरे हिसाब से जो हमारा वर्तमान प्रदेश नेतृत्व है, हम उन पर पूरी जिम्मेदारी डालना भी सही नहीं है। उनको सिर्फ 6 महीने ही मिले हैं। ये सिर्फ उनकी हार नहीं है, हम सबकी है। आखिर ऐसा क्यों हो रहा है कि जो कांग्रेस की सोच है, कांग्रेस के विचार हैं, वो हर घर तक क्यों नहीं पहुंच पा रहे! मेरा अनुमान है कि कहीं न कहीं लाडली बहना योजना के बाद भी जिस विस्तार से और जिस बारीकी से कांग्रेस को हर महिला तक पहुंचना चाहिए था, हम नहीं पहुंच पाए। इसी का परिणाम है कि हम इस स्थिति में यहां आ गए। कांग्रेस को बहुत गहरे रूप से इस पर मंथन करना चाहिए, इसके बाद ही आगे की रणनीति बनाई जाए। जयवर्धन सिंह ने कहा कि हम इस बात के पक्ष में हैं कि राहुल गांधी जी हमारे नेता हैं। इस बार कांग्रेस पार्टी को जो अच्छी जीत मिली है। यूपी में सपा के साथ, महाराष्ट्र में जो अधिक सीट मिली हैं, राजस्थान में अधिक सीट प्राप्त हुई है और कहीं न कहीं पूरे देश में काफी बेहतर आंकड़ा सामने आया है। इसमें राहुल गांधी जी की मेहनत ही थी। पहले भारत जोड़ो यात्रा और उसके बाद न्याय यात्रा। उसी का फल कांग्रेस पार्टी और राहुल गांधी जी को मिला। हम सबकी और पूरे देश की मांग है कि राहुल जी आगे भी पूरी कांग्रेस की कमान संभालें, ताकि आने वाले समय में वे देश के प्रधानमंत्री बने। उन्होंने कहा कि मैं सोचता हूं कि सबसे पहले हमारे पीसीसी अध्यक्ष जीतू पटवारी जी, उमंग सिंघार जी और जो हमारे पूर्व पीसीसी अध्यक्ष, पूर्व मंत्री सब मिलकर इस बात पर रणनीति बनाएं।

इस बार हमसे शुरुआत से जो कमी रह गई, उसे पूरा करने के लिए हमारे पास 4 साल हैं। इसे हम कैसे पूरा कर सकते हैं। हमारी सोच में जो अंतर आ रहा है और हम शायद वहां तक नहीं पहुंच पा रहे। क्यों ऐसा हो रहा है। क्या हमारे प्रचार में, हमारे संगठन में क्या क्या कमियां है, जिसके कारण हमें ऐसे परिणाम मिले। कांग्रेस विधायक ने इस बात पर जोर दिया कि बहुत गहरे मंथन की आवश्यकता है, लेकिन मुझे विश्वास है कि लोकतंत्र की कोई सीमा नहीं होती। इसमें निरंतर इसमें बदलाव होता रहता है। यही एक खासियत है लोकतंत्र की। हमारे पास आज भी समय है इसे ठीक करने के लिए। आने वाले समय में हम सब मिलकर काम करेंगे और कहीं भागेंगे नहीं, सौदा नहीं करेंगे ,यहीं रहकर पुनः वापस बेहतर परिणाम आए इसके लिए जरूर काम करेंगे।

नर्सिंग घोटाले को लेकर सड़क पर उतरी युकां, पुलिस ने वाटर कैनन चलाई, बल प्रयोग कर किया गिरफ्तार

पूर्व शिक्षा मंत्री की गिरफ्तारी की मांग को लेकर किया बंगले का घेराव

भोपाल । नर्सिंग घोटाले की निष्पक्ष जॉच किये जाने के साथ ही इसमें शामिल अधिकारियो, नेताओ और माफियाओ की गिरफ्तारी को लेकर में युवक कॉंग्रेस लगातार सरकार पर हमले कर रही है। रविवार को युकां ने भाजपा नेता की गिरफ्तारी की मांग को लेकर जंगी प्रदर्शन करते हुए मंत्री के बंगले का घेराव किया। संगठन के प्रदेशाध्यक्ष मितेन्द्र सिंह ने सरकार से घोटाले में शामिल भाजपा नेताओं को गिरफ्तार कर जेल भेजने और मीडिया विभाग अध्यक्ष विवेक त्रिपाठी ने नर्सिंग घोटाले में दोषी तत्कालीन मंत्री और अधिकारियों से सीबीआई द्वारा पूछताछ किये जाने की मांग की। जानकारी के अनुसार युवा कांग्रेस द्वारा मप्र में हुए नर्सिंग घोटाले में लिप्त नेताओं की गिरफ्तारी की मांग को लेकर चिकित्सा शिक्षा मंत्री विश्वास सारंग के बंगले का घेराव किया। प्रदर्शन का नेतृत्व युकां प्रदेशाध्यक्ष मितेंद्र सिंह ने किया। इस दौरान किसी भी तरह की अप्रिय स्थिति से निपटने के लिये भारी पुलिस बल तैनात किया गया था। प्रदर्शनकारियों के आक्रोशित होने पर पुलिस ने वाटर कैनन सहित हल्का बल प्रयोग कर स्थिति को नियंत्रण में करते हुए अध्यक्ष सहित कई पदाधिकारियों को हिरासत में ले लिया। युवा कांग्रेस प्रदेशाध्यक्ष मितेन्द्र दर्शन सिंह ने कहा की नर्सिंग घोटाले में सरकार के मंत्रियों और भाजपा नेताओं की मिलीभगत है। जब तक सरकार नर्सिंग घोटाले में शामिल सभी आरोपियों के खिलाफ एफआईआर दर्ज कर जेल नहीं भेजती जब तक उनकी लड़ाई जारी रहेगी। उन्होनें आगे कहा कि सरकार पुलिस के माध्यम से हमें गिरफ्तार कर हमारी आवाज दबाने की कोशिश कर रही है। लेकिन युवा कांग्रेस इस मुद्दे पर सरकार को आरोपियों को नहीं बचाने देगी। मंत्री विश्वास सारंग को तुरंत इस्तीफा देकर जांच का सामना करना चाहिए। युवा कांग्रेस मीडिया विभाग के अध्यक्ष विवेक त्रिपाठी ने कहा की नर्सिंग घोटाले में तत्कालीन चिकित्सा विश्वास सारंग और तत्कालीन कई वरिष्ठ अधिकारी एवं भाजपा के बड़े नाम शामिल हैं। इसलिए सरकार मामले में लीपापोती कर दोषियों को बचाने का काम कर रही है। मीडिया विभाग के जिलाध्यक्ष आकाश चौहान ने कहा कि युकां द्वारा मंत्री विश्वास सारंग के इस्तीफे की मांग को लेकर शांति पूर्वक प्रदर्शन किया जा रहा था, लेकिन पुलिस ने सरकार के इशारे पर संगठन के कार्यकर्ताओ पर बल पूर्वक हमला किया जिसमें कई कार्यकर्ता घायल हुए हैं।

दीपिका पादुकोण ने तीन फिल्मों की

कमाई से रचा इतिहास

बॉलीवुड की टॉप एक्ट्रेस दीपिका पादुकोण अपनी प्रोफेशनल लाइफ के साथ-साथ

अपनी पर्सनल लाइफ को लेकर भी हमेशा लाइमलाइट में बनी रहती हैं। दीपिका ने अपने करियर में एक से बढ़कर

एक ब्लॉकबस्टर फिल्में सिनेमाघरों में परोसी हैं। पिछले साल उनकी फिल्म पठान और जवान ने तो धमाका ही कर दिया। दोनों फिल्मों ने 1000-1000 करोड़ से ज्यादा का कारोबार कर इतिहास ही रच दिया। इस साल उनकी फिल्म फाइटर ने थिएटर पर दस्तक दी थी। इस फिल्म को भी दर्शकों से अच्छा रिस्पॉन्स मिला।

दीपिका पादुकोण इकलौती ऐसी एक्ट्रेस हैं जिनकी बैक टू बैक 'पठान', 'जवान' और 'फाइटर' ने 2550+ करोड़ की शानदार कमाई की है। ये आंकड़ा कोई आम नहीं है। खासतौर पर एक्ट्रेसेस के लिए ये आंकड़ा बिल्कुल भी आम नहीं है। दीपिका अकेली ऐसी एक्ट्रेस हैं, जिनकी फिल्मों इतनी शानदार कमाई की है। एक्ट्रेस की बैक-टू-बैक फिल्मों ने उनकी पॉपुलैरिटी में और भी इजाफा कर दिया है। आपको बता दें कि 2250 से ज्यादा की कमाई करना बिल्कुल भी आसान नहीं है। दीपिका पादुकोण ने पिछले साल से लेकर अब तक तीन सुपरहिट फिल्में देकर एक नया रिकॉर्ड बना लिया है।

स्वरा भास्कर ने की

ट्रोलर की बोलती बंद

स्वरा भास्कर अपनी प्रोफेशनल लाइफ से ज्यादा अपनी निजी जिंदगी को लेकर भी काफी चर्चा में बनी रहती हैं। एक्ट्रेस ने साल 2023 में अपनी बेटी को जन्म दिया था, जिसका नाम उन्होंने राबिया रखा था। स्वरा सोशल मीडिया पर एक्टिव रहती हैं और अक्सर अपनी बेटी के साथ तस्वीरें और वीडियो शेयर करती रहती हैं। हाल ही में उन्होंने सोशल मीडिया पर एक स्टोरी शेयर की, जिसमें उन्होंने एक जाने माने अखबार का जिक्र किया, जिसमें ऐसा लिखा था कि वजन बढ़ने के कारण स्वरा को अब काम नहीं मिल रहा है। स्वरा ने इस ट्वीट का स्क्रीनशॉट लेते हुए एक लंबा नोट लिखा है।

स्वरा ने उस ट्वीट को इंस्टाग्राम पर शेयर करते हुए लिखा, इस अखबार को लगता है कि खबर में ये दिखाया जाना चाहिए कि एक मां जिसने हाल ही में बच्चे को जन्म दिया है उसका वजन बढ़ गया है। क्या इन्हें कोई बच्चे के

जन्म की फिजियोलॉजी समझा सकता है। स्वरा की एक लेटेस्ट तस्वीर के साथ ओरिजनल ट्वीट में कहा गया था, बढ़ते वजन के करण स्वरा को नहीं मिल रहा काम।

बच्चे को परवरिश पर कही थी ये बात

जानकारी के लिए बता दें कि स्वरा ने मां बनने के बाद एक जानमानी मीडिया को दिए एक इंटरव्यू दिया था। इस बातचीत में उन्होंने कहा था कि साल 2023 उनके लिए अच्छा रहा। इसी साल उनकी शादी हुई और 10 महीने के अंदर उन्होंने एक बेटी को जन्म दिया। पिछले साल तक उन्हें इस बात का अंदाजा नहीं था कि फहद के साथ उनकी शादी होगी।

दिलजीत दोसांझ का 'जी.ओ.ए.टी' करण औजला ने लिखा था सिर्फ़ 10 मिनट में!

मुंबई। नेटफ्लिक्स के 'द ग्रेट इंडियन कपिल शो' के 12वें एपीसोड में भारतीय संगीत उद्योग के ज़बरदस्त टेलेंट को सामने लाया गया है, जो सभी संगीत प्रेमियों के लिए एक बड़ा तोहफ़ा होगा शनिवार रात 8 बजे! आओ नाचें! क्योंकि करण औजला, बादशाह और डिवाइन अपने लेटेस्ट एल्बम 'एक था राजा' के प्रमोशन के दौरान ज़बरदस्त धमाल मचाने को तैयार हैं। 'वाइब है' क्योंकि ये मेहमान कुछ ऐसे अनसुने किस्से सुनाते हैं, जिनसे यह सीज़न का एक यादगार एपिसोड बन जाता है। वैसे तो इस एपिसोड में कई दिलचस्प किस्से हैं, लेकिन एक ऐसा किस्सा भी है जिसे सुनकर यक़ीनन आपके कान खड़े हो जायेंगे। यह किस्सा है दिलजीत दोसांझ के गाने 'जी.ओ.ए.टी' के बारे में, जिसे करण औजला ने लिखा है। बेहद टेलेंटिड करण औजला के बारे में बोलते हुए कपिल ने खुलासा किया, दिलजीत पाजी का गाना है जी.ओ.ए.टी, वो इन्होंने सिर्फ़ 10 मिनट में लिखकर दे दिया था। आईये नेटफ्लिक्स के 'द ग्रेट इंडियन कपिल शो' की हँसी की महफ़िल में शामिल हो जाईए,जो आपके लिये लेकर आते हैं, हर हफ़्ते शनिवार रात 8 बजे एक नया एपिसोड!

क्या डायबिटीज में आम खा सकते हैं ?

कच्चा आम निश्चित रूप से शुगर लेवल नहीं बढ़ाता है। पका हुआ आम शुगर लेवल बढ़ाता है, खास तौर पर अनियंत्रित मधुमेह वाले लोगों में-

-आम खाने का सही समय क्या है? सुबह खाली पेट आम खाने से क्या होता है? या रात में सोने से पहले आम का सेवन करना चाहिए या नहीं।

आम फाइबर से भरपूर होता है और खाली पेट खाने पर पाचन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। खाली पेट आम खाने से पेट फूलना, गैस और कब्ज भी हो सकती है। पाचन संबंधी परेशानी से बचने के लिए खाने के बाद आम खाना सबसे अच्छा होता है।

खाना खाने के बाद या साथ में आम नहीं खाना चाहिए

रात को सोने से पहले इसे खाने से बचना चाहिए। क्योंकि इससे शरीर में ग्लूकोज की मात्रा बढ़ती है। डायबिटीज के मरीज अगर आम खूब खाते हैं तो उन्हें थोड़ा नियंत्रण रखने की जरूरत है।

-क्या प्री डायबिटीक्स को भी अपने आमों के नंबर पर नजर रखनी चाहिए

आम कार्बोहाइड्रेट से भरपूर होते हैं और उनमें कैलोरी की मात्रा भी अधिक होती है, लेकिन सीमित मात्रा में सेवन करने पर वे blood sugar को प्रभावित नहीं करते हैं।

डॉ. अशोक झिंगन

यदि आप मधुमेह रोगी हैं, तो आपको आम के सेवन की मात्रा को हर दो दिन में 1-2 स्लाइस तक सीमित करना होगा।

हालांकि यह सब इस बात पर निर्भर करता है कि आपको किस तरह का मधुमेह है। कुछ लोगों में आम खाने के बावजूद शुगर का स्तर नियंत्रित रहता है जबकि कुछ लोगों में आम खाने से यह बढ़ जाता है।

-डायबिटीक्स के अलावा क्या कुछ और लोग भी हैं जिन्हें आम नहीं खाना चाहिए।

डर्मेटाइटिस में

आम में उरुशीओल नाम का केमिकल होता है। इस रसायन के प्रति संवेदनशील लोगों में आम खाना डर्मेटाइटिस को ट्रिगर करता है। यह एक त्वचा की समस्या है जहां लोगों की त्वचा में सूजन आ जाती है जो परतदार, खुजलीदार और फफोले हो जाती है। ऐसे में आम खाने से बुखार या पित्ती भी हो सकती है। ऐसे में जिन लोगों को स्किन से जुड़ी समस्याएं रहती हैं उन्हें आम के सेवन से बचना चाहिए।

गर्मी से निजात दिलाने में बेहद असरदार है शीतली प्राणायाम

बढ़ते तापमान में अगर आपने जरूरी सावधानियां नहीं बरतीं, तो आप हीट स्ट्रोक, चक्कर, मतली, मांसपेशियों में ऐंठन जैसी कई समस्याओं के शिकार हो सकते हैं। घर के अंदर तो आप एसी, कूलर व पंखे से राहत पा सकते हैं, लेकिन ये मौसम उन लोगों के लिए ज्यादा खतरनाक है, जिन्हें बाहर काम के सिलसिले में

निकलना पड़ता है। ऐसी स्थिति में गर्मी से बचाए रखने में एक प्राणायाम कर सकता है आपकी काफी मदद, इसका नाम है शीतली प्राणायाम। आइए जानते हैं-

शीतली प्राणायाम

शीतली प्राणायाम में शीतल का मतलब होता है ठंडक और ये ठंडा करता है हमारे पैरा सिम्पथैटिक नर्वस सिस्टम को स्टिम्युलेट करके, जिससे बॉडी रिलैक्स होती है और शरीर की गर्मी बाहर निकलती है। आयुर्वेद के अनुसार शरीर में तीन दोष होते हैं- वात, पित्त और कफ। पित्त बढ़ना मतलब शरीर की अग्नि बढ़ना, जिससे बहुत ज्यादा गर्मी लगती है। शीतली प्राणायाम इसे ही शांत करता है।

गर्मी में लगातार बढ़ता पारा सेहत संबंधी कई परेशानियों की बन सकता है वजह। हीट स्ट्रोक डिहाइड्रेशन के चलते जान को भी खतरा होता है। इस मौसम में आपको एक्स्ट्रा केयर की जरूरत होती है। पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं तेज धूप में बाहर न निकलें इसके साथ ही शीतली प्राणायाम को अपने रूटीन में शामिल कर लें। जो दिलाएगा गर्मी से छुटकारा।

शीतली प्राणायाम करने का तरीका

मैट पर सुखासन मुद्रा में बैठ जाएं। आंखें बंद कर लें। जीभ को बाहर की ओर निकालें और इसे अंदर की तरफ मोड़ें। एक पाइप की तरह जीभ को मोड़ना है।

अब जीभ से हवा को अंदर की ओर खींचना है।

फिर जीभ को अंदर कर मुंह को बंद कर लें और अपनी ठुड्डी को सीने से लगाएं। यहां सांस को रोकना है।

फिर सिर ऊपर की ओर करते हुए दाएं नाक को उंगली से बंद कर लें और सांस को बाएं नाक से बाहर निकालें।

ऐसे लोगों को नहीं करना चाहिए

शीतली प्राणायाम

-लो बीपी होने पर
-अस्थमा होने पर
-ब्रोंकाइटिस की समस्या में
-बलगम की समस्या में

शीतली प्राणायाम के फायदे

-शरीर को ठंडा करता है।
-थकान दूर करता है, जिससे नींद अच्छी आती है।
-लिवर के फंक्शन को सही रखता है।
-स्किन रैशेज, दाने बहुत आते हैं, तो उसे भी दूर करता है।
-हाइपरटेंशन वालों के लिए फायदेमंद होता है।
-गुस्सा शांत करता है।
-तनाव, घबराहट दूर करता है।
-एसिडिटी की समस्या भी दूर करता है।
-इम्युनिटी बढ़ाने में मददगार है।
-शीतली प्राणायाम से बॉडी हाइड्रेट भी रहती है।

व्हीटग्रास जूस से मिलते हैं कई फायदे

व्हीटग्रास जूस एक अद्भुत प्राकृतिक उपाय है जो यूरिक एसिड को कंट्रोल करने में मदद कर सकता है। यह जूस व्यापक रूप से विटामिन, मिनरल्स, और एंटीऑक्सिडेंट्स से भरपूर होता है, जो शरीर को स्वस्थ और यूरिक एसिड के स्तर को नियंत्रित रखने में मदद करते हैं। व्हीटग्रास में मौजूद एंटीऑक्सिडेंट्स शरीर के अंतिम उत्पादों को हटाकर उसे स्वच्छ करते हैं, जिससे यूरिक एसिड के उत्पादन को कम किया जा सकता है।

इसके अलावा, व्हीटग्रास जूस में मौजूद फाइबर भी यूरिक एसिड के लेवल को नियंत्रित करने में मदद कर सकता है और उसे शरीर से बाहर निकालने में सहायक हो सकता है। व्हीटग्रास जूस को ताजा रूप में पीना सबसे अच्छा होता है, क्योंकि इसके प्राकृतिक गुण सबसे अधिक होते हैं। आप इसे खाली पेट या खाने के बाद भी पी सकते हैं, लेकिन खाली पेट पीने से इसके लाभ अधिक हो सकते हैं। सामान्यत: यह सलाह दी जाती है कि व्हीटग्रास जूस को हफ्ते में कम से कम 3-4 बार पीना चाहिए, ताकि आप इसके लाभों को पूरी तरह से उठा सकें।

यूरिक एसिड में व्हीट ग्रास

व्हीटग्रास जूस हाई यूरिक एसिड को कंट्रोल करने में मदद कर सकता है क्योंकि इसमें विटामिन बी, विटामिन ई, विटामिन के, जिंक, कैल्शियम, आयोडीन, और मैग्नीशियम जैसे कई पोषक तत्व होते हैं। इसके सेवन से इम्युनिटी भी बढ़ती है और शारीरिक संतुलन को बनाए रखने में मदद करता है।

व्हीट ग्रास जूस कैसे बनाएं

व्हीटग्रास जूस तैयार करना बहुत ही आसान है। आप सिर्फ दो चम्मच व्हीटग्रास पाउडर को एक गिलास पानी में मिलाकर मिक्स करें और फिर उसे मिक्सर में ब्लेंड कर लें। आप चाहें तो फ्रेश व्हीट ग्रास का रस भी प्राप्त कर सकते हैं और उसे भी ब्लेंड करके जूस तैयार कर सकते हैं। इस तरह से आप हर दिन इस स्वास्थ्यकर जूस का आनंद ले सकते हैं।

रेस्टोरेंट सील : देर रात शराब पिलाने पर कार्यवाही, आबकारी ने दी दबिश

रेस्टोरेंट संचालक के पास शराब लाइसेंस नहीं, एसडीएम और पुलिस एसीपी अधिकारी का नजदीकी रिश्तेदार

इन्दौर। आबकारी विभाग की टीम ने बायपास स्थित कैंडेला रेस्टोरेंट पर देर रात छापा मारकर जांच की और उसे सील कर दिया। रेस्टोरेंट पर ग्राहकों को निर्धारित समय के बाद भी शराब पिलाई जा रही थी। टीम ने शराब पी रहे ग्राहकों के खिलाफ मध्य प्रदेश आबकारी अधिनियम 1915 की धारा 36(बी) के तहत प्रकरण पंजीबद्ध किए गए। कुछ ग्राहक अपनी टेबल पर शराब का गिलास छोड़कर पिछले दरवाजे से भाग गए।

रेस्टोरेंट संचालक आशीष वर्मा के खिलाफ रेस्टोरेंट को सामान्य मदिरापान गृह के रूप में प्रयोग करने पर मध्य प्रदेश आबकारी अधिनियम 1915 की धारा 36 ए के तहत प्रकरण पंजीबद्ध किया है। एसडीएम के निर्देश पर रेस्टोरेंट को सील कर दिया गया। यह कार्यवाही आबकारी वृत्त सांवेर द्वारा की गई।

सूत्रों से मिली जानकारी के मुताबिक यह रेस्टोरेंट इंदौर में पदस्थ एक एसडीएम और एसीपी के संरक्षण में चलाया जा रहा था। शराब पिलाने का लाइसेंस न होते हुए भी यहां शराब बेची जा रही थी। इस कार्यवाही में आबकारी कंट्रोल रूम प्रभारी रामहंस पचौरी, एडीईओ प्रीति चौबे, अनिल माथुर के साथ वृत्त मालवा मिल-ए औरबी, पलासिया, आंतरिक क्षेत्र-2 की टीमें सम्मिलित रहीं।

ट्रेन में अज्ञात लड़की का दो हिस्सों में कटा शव मिला, हाथ-पैर गायब

सफाईकर्मी ने सूचना जीआरपी को दी थी

इन्दौर। एक दिल दहला देने वाली घटना सामने आई। ट्रेन में लड़की का दो हिस्सों में कटा शव बरामद हुआ। जीआरपी को मिले एक ट्रॉली बैग और प्लास्टिक की बोरी में ये अज्ञात शव मिला। लड़की के शरीर का आधा हिस्सा ट्रॉली बैग और आधा हिस्सा प्लास्टिक की बोरी में बंद था। लड़की के दोनों हाथ और दोनों पैर भी गायब हैं।

इंदौर जीआरपी ने एक ट्रेन से अज्ञात लड़की का दो हिस्सों में कटा शव रविवार को बरामद किया। जीआरपी थाना प्रभारी संजय शुक्ला ने बताया कि एक सफाई कर्मचारी की सूचना पर डॉ आम्बेडकर नगर (महू)-इंदौर यात्री ट्रेन से लड़की का शव बरामद किया गया। उन्होंने बताया कि लड़की की अभी पहचान नहीं हो सकी है। उसकी उम्र 20 से 25 साल के बीच बताई जा रही है।

शुक्ला ने कहा कि लड़की के सिर से कमर तक का हिस्सा ट्रेन में छोड़े गए ट्रॉली बैग में मिला, जबकि उसकी कमर से नीचे का भाग प्लास्टिक की बोरी में बंद पाया गया। लड़की के दोनों हाथ और दोनों पैर गायब हैं। उन्होंने कहा कि पुलिस को संदेह है कि लड़की की हत्या किसी और स्थान पर एक-दो दिन पहले की गई और इसके बाद उसके शव को काटकर इसके हिस्सों को शनिवार रात यात्री ट्रेन में रख दिया गया। जीआरपी के थाना प्रभारी ने बताया कि डॉ आम्बेडकर नगर-इंदौर ट्रेन शनिवार रात इंदौर पहुंची थी। प्लेटफार्म पर सवारियों को उतारे जाने के बाद इस रेलगाड़ी को साफ सफाई के लिए यार्ड में ले जाया गया। इसी दौरान एक सफाई कर्मचारी ने शव देखा और पुलिस को इसकी सूचना दी। जीआरपी थाना प्रभारी ने बताया कि शव की शिनाख्त करने की कोशिश की जा रही है। साथ ही मामले की बारीकी से जांच जारी है।

नशा मुक्ति जागरूकता पखवाड़ा

इन्दौर। नशा मुक्ति जागरूकता पखवाड़े के अंतिम दौर में नगर सुरक्षा समिति थाना हीरानगर के सदस्यों व पुलिस स्टाफ परिवार द्वारा थाना क्षेत्र में नशाखोरी के विरुद्ध एक जागरूकता रैली का क्रियान्वयन किया गया, जिसमें थाना क्षेत्र के रहवासियों को नशे के विरुद्ध जागरुक कर संदेश प्रसारित किए गए। इस रैली में मुख्य रूप से थाना हीरानगर प्रभारी पी.एल. शर्मा के साथ पुलिस थाना हीरानगर स्टाफ एवं नगर सुरक्षा समिति संयोजक दीपक श्रीवास्तव, अनुराग पातूडीकर, भाग्यश्री खड़खड़िया, मीरा दुबे व अन्य नगर सुरक्षा समिति के सदस्यगणों ने उत्सुकतापूर्वक भाग लिया ।

बगैर फिटनेस के बस चलाते पाए जाने पर जब्त, पाँच लाख रु. का टैक्स भी बकाया

इन्दौर। कलेक्टर आशीष सिंह के निर्देशन में क्षेत्रीय परिवहन कार्यालय इंदौर एवं संभागीय परिवहन सुरक्षा स्क्वाड इंदौर द्वारा लोक परिवहन वाहनों, स्कूली वाहनों सहित अन्य वाहनों की लगातार चेकिंग की जा रही है। जिसमें वाहनों के फिटनेस, परमिट, बीमा, पीयूसी तथा कर प्रमाण पत्र भी चेक किये जा रहे है। बसों में ओवरलोडिंग और अधिक किराया वसूली की भी जांच की जा रही है। लोगों को अपने वाहनों पर एचएसआरपी नम्बर प्लेट लगवाने के लिए प्रेरित भी किया जा रहा है। स्कूल वाहनों की विशेष चेकिंग की जा रही है, जिसमें वाहन की गति, स्पीड गवर्नर सहित दस्तावेज की चेकिंग की जा रही है। बच्चों, पालकों से चालक परिचालक के व्यवहार के बारे में फीडबैक भी लिया जा रहा है। कार्यवाही निरन्तर जारी है। इस दौरान एक बस एमपी-09 एफए-5553 को चेक किया गया। चेकिंग के दौरान लगभग पाँच लाख रुपये मध्यप्रदेश मोटरयान कर बकाया पाया गया और बिना फिटनेस के इंदौर से बांसवाड़ा संचालित हो रही थी। बस को जब्त किया गया। 30 अन्य वाहनों पर भी कार्यवाही कर 50 हजार रुपये से अधिक राशि का जुर्माना वसूला गया।

प्रकाशक, मुद्रक एवं स्वामी जयश्री जैन द्वारा अपनी दुनिया प्रिंटर्स 13, प्रेस कॉम्प्लेक्स ए.बी. रोड इंदौर से मुद्रित एवं 22, प्रेस काम्पलेक्स, प्रेस हाऊस, ए.बी. रोड इंदौर 452008 से प्रकाशित। प्रधान संपादक- डॉ. राजेश जैन, मो. 9425322301 (डाक पंजीयन MP/IDC/1462/2016-2019)