वर्ष - 32 अंक - 47 | नई दिल्ली, 22 - 28 नवम्बर, 2020 | कुल पृष्ठ - 8, वार्षिक शुल्क 200/- (डाक द्वारा)

nns COMMODITY APP एप्लिकेशन
अब बिल्कुल नए रूप में...
क्या खरीदें-क्या बेचें कब खरीदें-कब बेचें
अनाज-दाल
मसाले-सूखे मेवे
तेल-तिलहन
मंदी-तेजी सहित जानकारी आपके मोबाइल पर
बिल्कुल फ्री
तीन दिन तक
9899632000 8447732401

08882-500-400
Royal Pepper banquets
PEERAGARHI
WAZIRPUR
ROHINI

NNS Media Group Since 1968
प्रकाशन
बदलते भारत की सभ्य तस्वीर
मेरी दिल्ली
सप्ताहांत
Mob. : 08447732401 www.meridelhi.com www.nnsmediagroup.com

08882-500-400
THE MAIDENS CROWN BANQUETS
PEERAGARHI
WAZIRPUR
ROHINI

uniwhite
PRIDE OF WALLS
PAINTS | WALL-PUTTY | P.O.P.
95 99 98 05 75 -- 77

संस्थापक : स्वर्गीय नेकीराम गुप्ता । प्रेरणास्त्रोत : स्व. केसर सिंह गुप्ता । संपादक : राजेश गुप्ता । संवाददाता : अक्षय गुप्ता । कार्यालय : मेरी दिल्ली हाउस, 25/10, ईस्ट पंजाबी बाग, नई दिल्ली-26 । मूल्य ` 3:00/- /MeriDelhiNews ई-मेल:nnsonline@nnsonline.com

पंजाबी बाग क्लब में टेनिस ओहोलिक इंटरनेशनल एकेडमी का शुभारंभ

पंजाबी बाग। कोरोना संक्रमण के कारण बुरी तरह प्रभावित हो रही पंजाबी बाग क्लब की गतिविधियां नई साज-सज्जा एवं और भी बेहतर सुविधाओं के साथ प्रारंभ हो रही है। इसी श्रृंखला में क्लब में टेनिस ओहोलिक इंटरनेशनल एकेडमी का शुभारंभ क्लब के पूर्व प्रधान एवं राज्यसभा सांसद डॉ. सुशील गुप्ता के कर-कमलों द्वारा किया गया। एकेडमी के तहत अंतर्राष्ट्रीय मान्यता प्राप्त प्रशिक्षक पुनीत रावत के मार्गदर्शन में युवा पीढ़ी को टेनिस की बारीकियां सीखने का अवसर मिलेगा। उल्लेखनीय है कि श्री रावत आईटीएफ लंदन, आरपीटी यूरोप, यूएस पीटीआर अमेरिका एवं एआईटीए भारत से मान्यता प्राप्त प्रशिक्षक हैं एवं इनके शिष्य राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर पहचान बनाने में सफल रहे हैं।

एकेडमी का शुभारंभ करते हुए डॉ. सुशील गुप्ता ने कहा कि पंजाबी बाग क्लब में सभी खेल सुविधाओं का विकास अंतर्राष्ट्रीय मानदंडों के अनुरूप किया गया है जिससे युवा पीढ़ी को खेलने का बेहतरीन अवसर प्राप्त हो सके। उन्होंने कहा कि कोरोना संक्रमण के कारण पूरी दुनिया को भयानक संकट का सामना करना पड़ रहा है। इसी वजह से पंजाबी

बाग क्लब में भी विभिन्न गतिविधियों को रोकना पड़ा। मुझे प्रसन्नता है कि यहां अब सभी सुविधाएं पहले से भी ज्यादा बेहतर सुविधाओं के साथ प्रारंभ हो रही हैं, जिसका लाभ पंजाबी बाग क्लब के सदस्य परिवारों द्वारा जमकर उठाया जाएगा एवं इस क्लब का सदस्य होने पर गौरव की अनुभूति होगी।

इस अवसर पर पंजाबी बाग क्लब के प्रधान गुरिंदर पाल सिंह राजू, महामंत्री सतीश जिंदल, कोषाध्यक्ष पंकज अरोड़ा एवं टेनिस समिति के संयोजक अशोक गोयल द्वारा डॉ. सुशील गुप्ता का स्वागत किया गया। क्लब के प्रधान गुरिंदर पाल सिंह राजू ने कहा कि कोरोना संक्रमण को देखते हुए क्लब में सोशल डिस्टेंसिंग के नियम का शत-प्रतिशत पालन किया जा रहा है। उन्होंने सदस्यों से अनुरोध किया कि वे निश्चिंत होकर अब क्लब की विभिन्न सुविधाओं का लाभ प्राप्त कर सकते हैं। उन्होंने सभी लोगों से अनुरोध किया कि दिल्ली में कोरोना के मामले एक बार पुनः बढ़ने लगे हैं, इसलिए सभी लोगों को सामाजिक दूरी के नियम का पालन करना चाहिए एवं घर से बाहर निकलने पर मास्क का हमेशा उपयोग करना चाहिए।

लोगों की लापरवाही से कोरोना संक्रमण में आ रही है तेजी : राजिन्दर अग्रवाल

पंजाबीबाग। जाने-माने समाजसेवी व व्यवसायी राजिन्दर अग्रवाल ने मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल द्वारा केंद्र सरकार से बाजारों को बंद करने की परमिशन देने व शादी में 200 की जगह 50 लोगों के शामिल होने के बारे में प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए कहा कि राज्य सरकार व केंद्र सरकार लोगों को कोरोना की बीमारी से लगातार आगाह कर रही है, किंतु कुछ मंदबुद्धि लोग लगातार इस बीमारी को दरकिनार कर मुंह पर बिना

मास्क लगाए व सोशल डिस्टेंस का पालन न करके इधर-उधर घूमते रहते हैं।

आज ऐसे लोगों की वजह से ही दिल्ली में पुनः कोरोना संक्रमण के मामले बढ़ रहे हैं। ऐसे लापरवाह लोग अपने लिए तो मुसीबत खड़ी करते ही हैं साथ में दूसरे लोगों के लिए भी परेशानी का सबब बनते हैं।

श्री अग्रवाल ने कहा कि आज राज्य सरकार हो या केंद्र सरकार वह रोजाना लोगों को कोरोना संक्रमण से बचने के लिए प्रचार कर रही है। खुद माननीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एवं मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल मुंह पर मास्क लगाने, सोशल डिस्टेंस का पालन करने, हाथों को बार-बार लगातार 20 सेकंड तक धोने व सैनिटाइज करने की अपील कर रहे हैं, फिर भी लोग लापरवाही करने से नहीं चूक रहे हैं। इन लापरवाह लोगों को अपना नहीं तो कम से कम अपने परिवार के बारे में तो सोचना ही चाहिए क्योंकि यह फैलने वाली बीमारी है और अगर यह बीमारी घर में एक सदस्य को हो जाए तो यह पूरे परिवार को भी चपेट में ले सकती है।

हेमंत आहूजा भाजपा जिला केशवपुरम के मंत्री बने

नई दिल्ली। भारतीय जनता पार्टी के समर्पित एवं कर्मठ सिपाही हेमंत आहूजा को शकूरबस्ती विधानसभा क्षेत्र जिला केशवपुरम का मंत्री बनाया गया है। इस पद पर नियुक्ति उनकी लोकप्रियता, राजनैतिक सक्रियता, सेवाभावना एवं जन-जन को अपने साथ जोड़ने की अद्भुत क्षमता को देखते हुए की गयी है। जिला केशवपुरम प्रभारी श्याम शर्मा एवं जिला अध्यक्ष राजकुमार भाटिया ने उम्मीद जताई है कि हेमंत आहूजा पार्टी की नीतियों का प्रचार-प्रसार करते हुए समाज के सभी वर्ग के लोगों को पार्टी से जोड़ने में सफल रहेंगे।

अपनी नियुक्ति पर भाजपा के शीर्ष नेताओं एवं केशवपुरम जिला पदाधिकारियों का आभार व्यक्त करते हुए हेमंत आहूजा ने भरोसा जताया है कि वे पार्टी की उम्मीदों पर खरे उतरेंगे। उल्लेखनीय है कि भाजपा के सच्चे सिपाही हेमंत आहूजा लंबे समय से राजनीति में सक्रिय हैं। सेवाभावना से ओत-प्रोत श्री आहूजा क्षेत्रवासियों के सुख-दुःख में हमेशा शरीक होते हैं। वे लोगों की समस्याओं के निराकरण एवं क्षेत्र के विकास के लिए सदैव प्रयत्नशील रहते हैं। यही कारण है कि लोगों में उनकी गहरी पकड़ है। लोग उन्हें बेहद ही सम्मान की नजर से देखते हैं।

जय श्री श्याम जी के प्रयास से श्री खाटू श्याम विशाल मंदिर दिल्ली धाम ने बाबा की असीम कृपा से दिल्ली में मैन जी.टी. करनाल रोड पर श्री साईड कार्नर की 4 एकड़ जमीन ले ली है। संस्था के पदाधिकारियों ने खुशी जाहिर करते हुए श्री श्याम जी का आभार व्यक्त किया।

ॐ जातस्य हि ध्रुवो मृत्युर्ध्रुवं जन्म मृतस्य च । तस्मादपरिहार्येऽर्थे न त्वं शोचितुमर्हसि

Our Beloved
Shri Kailash Bansal Ji
(14th December 1954 - 14th November 2020)
Son of Lt. Smt. Saraswati Devi & Lt. Lala Shanti Prasad Bansal
left for his heavenly adobe on Saturday, 14th November' 20.
He will be deeply missed by everyone in the family, relatives and acquaintances.
A fountainedhead of knowledge, who was loved by all and a source of inspiration,
he has left behind a rich harvest of memories to cherish, honor and emulate.

Shradhanjali Sabha
Thursday, 26th November 2020; Time : 3.00 - 4.00 pm
Place : Bawa Natha Singh Vatika, Road No. 41 (Behind PBC)
West Punjabi Bagh, New Delhi-110026

in eternal grief

Wife
Bimla Rani Bansal
Son & Daughter in Law
Shifa and Kunal Bansal
Grand Son and Daughter
Aadhya Bansal
Aveer Bansal
Daughter and Son in Laws
Anju and Rakesh Goel
Vandana and Vikas Aggarwal
Pooja and Rahul Mittal

Brothers and Sister in Laws
Veena Devi Bansal
Santosh and Jagmohan Bansal
Sangeeta and Ishwar Bansal
Sister and Brother in Laws
Sita and Trilok Gupta
Usha and Nandkishor Garg
Anita and Sudhir Chaudhary
Grandchildren (Daughter's)
Shayesta, Vanya, Vedansh, Atishya and Arnav

Bansal Family, Relatives, Friends & Staff Members of
KCB Finance & Leasing Limited • KCB Builders & Developers Pvt. Ltd.
St. Sophia Senior Secondary School • Aveer Service Station • Saarthi TV Network • Saarthi Herbal Tea

स्वदेशी उत्पादों को बढ़ावा देने का प्रभावी प्लेटफार्म है 'हुनर हाट' : मुख्तार अब्बास नकवी

दिल्ली हाट पीतमपुरा में 'हुनर हाट' का आयोजन

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा स्वदेशी उत्पादों को प्रोत्साहित करने के आह्वान ने भारत के स्वदेशी उद्योग में नई जान डाल दी है। इसी के तहत अल्पसंख्यक मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा 'लोकल के लिए वोकल' थीम के साथ दिल्ली हाट, पीतमपुरा में 'हुनर हाट' का आयोजन किया गया है। 11 से 22 नवंबर तक आयोजित इस 'हुनर हाट' का उद्घाटन केंद्रीय अल्पसंख्यक कार्य मंत्री मुख्तार अब्बास नकवी ने किया। उद्घाटन समारोह में अल्पसंख्यक कार्य राज्य मंत्री किरेन रिजिजू भी उपस्थित थे। इस अवसर पर नकवी ने कहा कि दस्तकारों का शानदार स्वदेशी उत्पाद ही हुनर हाट की लोकल शान और ग्लोबल पहचान है। हुनर हाट श्लोकल के लिए वोकलश के संकल्प के साथ देश के दस्तकारों, शिल्पकारों के स्वदेशी उत्पादों को बढ़ावा देने और आत्मनिर्भर भारत मिशन को मजबूत करने का प्रभावी प्लेटफार्म साबित हो रहा है।

कोरोना वायरस महामारी की चुनौतियों के चलते लगभग 7 महीनों के बाद 'हुनर हाट' का आयोजन होने से देश के लाखों स्वदेशी विरासत के उस्ताद दस्तकारों, शिल्पकारों में उत्साह और खुशी का माहौल है। इस हुनर हाट में 'माटी, मैटल और मचिया' संबंधी उत्पाद आकर्षण का प्रमुख केंद्र हैं। 'हुनर हाट' में 100 से अधिक स्टाल लगाए गए हैं जिसमें मिट्टी से बने अद्भुत खिलौने एवं अन्य आकर्षक उत्पाद, धातु से बने विभिन्न उत्पाद और देश के कोने-कोने से लकड़ी, जूट, बेंत-बांस से बने दुर्लभ हस्तनिर्मित उत्पाद प्रदर्शनी एवं बिक्री के लिए उपलब्ध हैं।

'हुनर हाट' में असम के ड्राई फ्लावर्स, आंध्र प्रदेश के पोचमपल्ली इक्कट, बिहार की मधुबनी पेंटिंग्स, दिल्ली की कैलीग्राफी पेंटिंग, गोवा से हैंड ब्लॉक प्रिंट, गुजरात से अजरख, जम्मू-कश्मीर से पश्मीना शाल, झारखण्ड से तुसार सिल्क और बेंत-बांस से निर्मित उत्पाद, कर्नाटक से लकड़ी के खिलौने, मध्यप्रदेश से हर्बल उत्पाद, बाघ प्रिंट एवं बटिक, महाराष्ट्र से बांस से निर्मित उत्पाद, मणिपुर से हस्तनिर्मित खिलौने, उत्तर प्रदेश से लकड़ी एवं कांच के खिलौने, आयरन निर्मित खिलौने आदि आगंतुकों के आकर्षण का केंद्र बने हुए हैं। 'हुनर हाट' में प्रदर्शित सामान को ऑनलाइन खरीदने की भी सुविधा दी जा रही है। यह हुनर हाट इ-प्लेटफार्म एवं वर्चुअल प्लेटफार्म पर भी उपलब्ध है।

यहां आने वाले लोग बिहार, महाराष्ट्र, उत्तर प्रदेश, मध्यप्रदेश, जम्मू-कश्मीर, दिल्ली, हरियाणा आदि के लजीज पारम्परिक पकवानों का आनंद भी ले रहे हैं। इसके अलावा देश के जाने-माने कलाकारों द्वारा प्रस्तुत किये जाने वाले विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रम भी आकर्षण का केंद्र हैं। कोरोना की चुनौतियों को ध्यान में रखते हुए 'हुनर हाट' में सोशल डिस्टेंसिंग एवं अन्य दिशानिर्देशों का पूरी मुस्तैदी से पालन किया जा रहा है।

कोरोना की चुनौतियों पर भारी हुनरमंदों का उत्साह

'हुनर हाट' में विभिन्न राज्यों से आये व्यापारियों में कोरोना महामारी की चुनौतियों के बावजूद काफी उत्साह है। 'हुनर हाट' में हैंड प्रिंटेड टैक्सटाइल्स की स्टॉल लगाने वाले उत्तर प्रदेश के मेरठ निवासी अजीम ने बताया कि 'हुनर हाट' में अभी तक जितने भी ग्राहक आए हैं उनसे अच्छा रिस्पॉन्स मिल रहा है। कर्नाटक के सईद अब्दुल खादर ने भी अपनी लकड़ी के खिलौने की दुकान लगाई है। उन्होंने बताया कि लोग आकर खिलौने देख रहे हैं, और खरीद भी रहे हैं। उम्मीद है आगे बिक्री और बढ़ेगी। पंजा दरी का स्टॉल लगाने वाले प्यारेलाल मौर्या ने कहा कि इंडिया गेट की तरह प्रधानमंत्री मोदी जी यहां भी आ जाएं तो रौनक और बढ़ जाए। हालांकि कोरोना संकट के बावजूद बिक्री ठीक-ठाक है। मौर्या बड़े ही उत्साह के साथ बताते हैं कि उनका माल विदेशों में भी जाता है। वस्त्र मंत्रालय भारत सरकार से वे स्टेट अवार्डी भी हैं।

मिट्टी के बर्तनों का स्टॉल लगाने वाले दिल्ली निवासी हरीराम ने बताया कि उन्हें बहुत अच्छा रिस्पांस मिल रहा है। लोग उनके स्टॉल पर बड़े चाव के साथ मिट्टी के बर्तन भी बनाना सीख रहे हैं। बधाईयां गिफ्ट की स्टॉल लगाने वाली दिल्ली निवासी शालू वर्मा ने बताया कि सिचुएशन के हिसाब से जो उम्मीद थी, उससे बेहतर ही रिस्पांस मिल रहा है। मेले की वजह से क्राउड बढ़ा है, इससे बिक्री में भी बढ़ोत्तरी हुई है। पश्मीना शॉल एवं सूट का स्टॉल लगाने वाले जम्मू-कश्मीर निवासी मो. सुल्तान रैना ने बताया कि उनके स्टॉल पर जो भी लोग आ रहे हैं वे कुछ न कुछ खरीद भी रहे हैं। छत्तीसगढ़ निवासी प्रियंका ने एसेंशियल आयल का स्टॉल लगाया है। वे बताती हैं कि उन्हें लोगों का अच्छा रिस्पांस मिल रहा है। मधुबनी सिल्क की स्टॉल लगाने वाले बिहार निवासी मो. नसर उद्दीन बताते हैं कि बहुत अच्छा रिस्पांस मिल रहा है।

'हुनर हाट' से मिली देश के हुनरमंदों को वैश्विक पहचान

हमारे देश के विभिन्न राज्यों के ग्रामीण क्षेत्रों में एक से बढ़कर एक कारीगर हैं, जो अच्छे-अच्छे उत्पाद बनाते हैं। लेकिन उन्हें मार्केट उपलब्ध नहीं हो पा रही थी। ऊपर से चीनी उत्पादों ने हमारे इस हुनर की विरासत को बर्बाद कर दिया था। ऐसे में 'हुनर हाट' के माध्यम से भारत सरकार एक प्लेटफार्म प्रदान कर रही है, जिसमें देशभर के हुनरमंद आकर अपने उत्पाद प्रदर्शित और बिक्री करते हैं। इस प्लेटफार्म का सबसे बड़ा फायदा यह हुआ कि इन्हे ग्लोबल मार्केट मिला। इनमें से बहुत सारे कारीगरों को विदेशों से काफी ऑर्डर आने लगे। देश के भी तमाम एक्सपोर्टर्स इनसे माल लेने लगे हैं। इस 'हुनर हाट' को आयोजित करने के लिए भारत सरकार इन सभी प्रतिभागियों को आर्थिक सहायता भी देती है। यहां पर स्टॉल लगाने वाले को प्रतिदिन के हिसाब से पैसा भी मिलता है, निः शुल्क स्टॉल मिलता है और रहने-खाने की सुविधा भी मिलती है। इतने बड़े आयोजन में जो भी खर्चा होता है, वह भारत सरकार वहन करती है। अल्पसंख्यक मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा दिल्ली हाट पीतमपुरा में आयोजित यह '22 वां हुनर हाट' है। अब तक देश के सभी प्रमुख शहरों में यह 'हुनर हाट' लग चुका है जिसमें करोड़ों रुपए का व्यापार हुआ। इसके पहले इंडिया गेट में लगे 'हुनर हाट' में प्रतिभागियों द्वारा अनुमानित करीब 80 करोड़ रुपए की बिक्री हुई थी। अंतिम दिनों में तो लोगों का माल भी समाप्त हो गया था। इससे पहले लखनऊ में आयोजित 'हुनर हाट' में तो भदोही के कार्पेट व्यापारी को तीन बार माल मंगाना पड़ा। यानि 'हुनर हाट' में भारी बिक्री होती है। यहां बिक्री के लिए उपलब्ध उत्पादों के दाम भी काफी किफायती होते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि यहां पर कारीगरों द्वारा उनके उत्पादों की सीधी बिक्री होती है। कोविड-19 के बाद पूरे देश में इस तरह का यह पहला आयोजन है। इससे देश के दूर-दराज के क्षेत्रों के दस्तकारों, शिल्पकारों एवं कारीगरों के लिए एक मार्केट खुल गया, जो कि इस कोरोना संकटकाल में एक बहुत बड़ी उपलब्धि है। इसमें दिल्ली सरकार एवं प्रशासन का भरपूर सहयोग मिल रहा है। इस हाट के तीन भाग हैं, पहला, प्रतिभागियों द्वारा लगाए गए स्टॉल, जहां पर दस्तकार, शिल्पकार एवं अन्य कारीगर अपने उत्पादों का प्रदर्शन एवं बिक्री करते हैं। दूसरा, खाने-पीने के स्टॉल, जहां देश के विभिन्न लजीज पारम्परिक पकवानों का लुत्फ उठाया जा सकता है। और तीसरा है कल्चरल प्रोग्राम, जिसका मकसद है, खुशियां बांटना। जिसमें प्रतिदिन देश के नामी कलाकार अपनी बेहतरीन प्रस्तुति देते हैं, जिसका लोग भरपूर आनंद उठाते हैं।

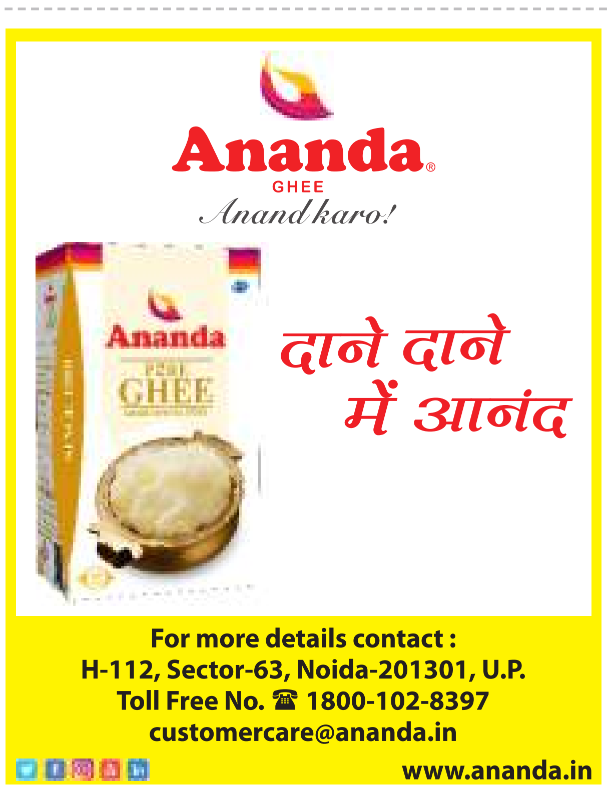
अयोध्या की रामलीला के कलाकारों को श्री राम रत्न सम्मान

राष्ट्र-किंकर की ओर से कमल मॉडल सी.सै. स्कूल मोहन गार्डन में समारोह का आयोजन

नई दिल्ली। सांस्कृतिक साहित्यिक संस्था राष्ट्र-किंकर की ओर से आयोजित एक समारोह में अयोध्या की रामलीला के कलाकारो और सहयोगियों को श्री राम रत्न सम्मान प्रदान करते हुए सुप्रसिद्ध अभिनेता रजा मुराद ने कहा कि रामायण केवल हिंदुओं का नहीं मानवता का ग्रंथ है जो प्रत्येक व्यक्ति को आदर्श इंसान बनने की प्रेरणा देता है। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ पश्चिमी विभाग के सह कार्यवाह डॉ. अमरीश कुमार ने दुनिया के विभिन्न देशों में होने वाली रामलीला तथा वहां राम से संबंधित स्थलों की चर्चा करते भारतीय मानस को राम का पर्याय बताया।

महात्मा गांधी सभागार कमल मॉडल सीनियर सेकेंडरी स्कूल मोहन गार्डन में आयोजित समारोह में छात्रों द्वारा गणेश वंदना और स्वागत गीत के पश्चात वृत्तचित्र प्रस्तुत किया गया। अयोध्या की रामलीला के कलाकारों और सभी गणमान्य अतिथियों का स्वागत करते हुए राष्ट्र-किंकर अध्यक्ष वी. पी. टंडन ने रामकथा का गुणगान करने वाले सभी संतो-महापुरुषों को श्रद्धा से स्मरण किया। उन्होंने अयोध्या की रामलीला आयोजन समिति के कार्यकारी चेयरमैन के रूप में अपने अनुभवों को प्रभु श्रीराम की कृपा कहा। इस अवसर पर वी. पी. टंडन द्वारा रचित पुस्तक 'अयोध्या धाम और विश्व नायक राम' का लोकार्पण भी हुआ। वरिष्ठ साहित्यकार डॉ. विनोद बब्बर ने पुस्तक को अद्वितीय बताते हुए इसमें संकलित अनेक प्रसंगों की चर्चा भी की।

अजय तिवारी द्वारा संचालित इस कार्यक्रम में राकेश बिंदल, सुभाष मलिक, डॉ. शैलेश चन्द्र, पवन वत्स, डी. आर. खत्री, कैप्टन राज माथुर, प्रसिद्ध मूर्तिकार नरेश कुमावत, फ्लोरिडा के विपुल पटेल, मुखिया गुर्जर, सोनू डागर, परमिन्दर, डॉ.अतुल कुमार, डॉ. अजीत कुमार मिश्र, श्रीमती सीमा बजाज, डॉ. आर. के. टंडन, शैलेंद्र कुमार सारस्वत, अमित कुमार, देवन खुल्लर, जय प्रकाश, सुरेन्द्र कुमार (कस्तूरी ज्वैलर्स वाले), विपुल गर्ग, पं. जी. डी. पाण्डेय, डॉ. सी.बी. मिश्रा, अमरीक सिंह, जसबीर सिंह, कमल सिंह, अक्षय चोपड़ा, अनिल कुमार, श्रीमती पुष्पा जिंदल, सौरभ सारस्वत, नितिन शर्मा, त्रयंबक सिंह, मनोज बंसल, कृष्ण बंसल, राजेश गर्ग सहित अनेक विभूतियों को कलात्मक स्मृति चिन्ह और अंगवस्त्रम भेंट कर उनकी सेवाओं के प्रति कृतज्ञता ज्ञापित की गई। डॉ. भरत झा द्वारा धन्यवाद ज्ञापन के बाद प्रधानाचार्या श्रीमती वंदना टंडन की ओर से सभी अतिथियों और कलाकारों को जलपान प्रस्तुत किया गया।



रोशनी से नहाया बंगला साहिब गुरुद्वारा

पेंटागॉन डिजाइन ने सजाई मनमोहक दीपमाला

नई दिल्ली। दिल्ली सिख गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी द्वारा बंदी छोड़ दिवस मनाया गया। इस उपलक्ष्य में गुरुद्वारा बंगला साहिब को बहुत ही खूबसूरती के साथ सजाया गया। स्वर्ण मंदिर अमृतसर की तर्ज पर रोशनी एवं सजावट का कार्य पेंटागॉन डिजाइन द्वारा डायरेक्टर विक्रम सहदेव की देखरेख में बखूबी किया गया। बंदी छोड़ दिवस, दीपावली, संक्रांति एवं प्रकाश पर्व की शाम पूरा गुरुद्वारा दीपमाला की रोशनी में नहाया हुआ था। इस दौरान गुरुद्वारा की आभा देखते ही बनती थी। इस अवसर पर बंगला साहिब में माथा टेकने वालों का तांता लगा रहा।

पिता एवं पुत्र ने एक साथ मनाई अपने–अपने विवाह की स्वर्ण एवं रजत वर्षगांठ

ब्रह्माविष्णु गोयल–गीता गोयल एवं कुलभूषण गोयल–पूनम गोयल ने परिवार, मित्रों एवं संबंधियों के साथ धूमधाम से मनाई वैवाहिक वर्षगांठ

पश्चिम विहार। प्रतिष्ठित समाजसेवी एवं शिक्षाविद ब्रह्माविष्णु गोयल एवं उनके सुपुत्र कुलभूषण गोयल ने पीरागढ़ी स्थित सिम्फनी बैंक्वेट में अपने परिवार, मित्रों एवं संबंधियों के साथ अपने–अपने विवाह की स्वर्णिम एवं रजत वर्षगांठ एक साथ धूमधाम के साथ मनाई। किसी विरले व्यक्ति के जीवन में ही ऐसा सौभाग्य आता है जब परिवार द्वारा उसके विवाह की स्वर्ण जयंती एवं उसके पुत्र के विवाह की रजत जयंती एक साथ मनाने का अवसर प्राप्त हो। इस अवसर पर ब्रह्माविष्णु गोयल एवं उनकी धर्मपत्नी गीता गोयल, पुत्र कुलभूषण गोयल एवं उनकी धर्मपत्नी पूनम गोयल, पुत्र नीरज गोयल एवं उनकी धर्मपत्नी सीमा गोयल, पुत्री संध्या बिंदल एवं उनके पति अशोक बिंदल की जोड़ियों की चमक किसी नवविवाहित युगल को भी मात दे रही थी। सबसे मजेदार बात यह रही कि अपने दादा–दादी एवं माता–पिता की वर्षगांठ एक साथ आयोजित करने में सबसे बड़ी भूमिका सागर एवं चयंक की रही, जिसमें रुद्राक्ष, आर्यन तथा सात्विक द्वारा भी पूरे उत्साह के साथ सहयोग दिया गया, जिससे पूरे कार्यक्रम की जीवंतता देखने लायक थी। परिवार, मित्रों एवं संबंधियों द्वारा इस अवसर पर रंगारंग नृत्य एवं संगीत के साथ–साथ प्रोफेशनल्स के सहयोग से मनोरंजक खेलों का भी आयोजन किया गया, जिसका सभी लोगों ने जमकर आनंद उठाया।

उल्लेखनीय है कि ब्रह्माविष्णु गोयल हिंदी, अंग्रेजी एवं संस्कृत तीन विषयों में स्नातकोत्तर की उपाधि प्राप्त शिक्षाविद हैं, जिन्होंने शिक्षा निदेशालय दिल्ली में लगभग 40 वर्ष तक कार्य किया एवं गौरवशाली सेवा के बाद सेवानिवृत्त हुए। आपने जीवन भर सरकार की सेवा के साथ–साथ सामाजिक, धार्मिक कार्यों में भी हमेशा बढ़–चढ़कर योगदान दिया। आप पश्चिम विहार क्षेत्र की लोकप्रिय संस्था वैश्य अग्रवाल सभा पश्चिम के संस्थापक सदस्य रहे तथा इसके मुख्य संरक्षक एवं प्रधान पद का दायित्व वहन करते हुए इसको सफल बनाने में महत्वपूर्ण योगदान दिया। महाराजा अग्रसेन जन कल्याण समिति के वरिष्ठ उप प्रधान पद का दायित्व आप आज भी वहन कर रहे हैं। श्री अग्रसेन को–ऑपरेटिव थ्रिफ्ट एंड क्रेडिट सोसायटी के निदेशक का दायित्व भी आप सफलता पूर्वक वहन कर चुके हैं। सत्संग मंडल नई दिल्ली एवं श्री सनातन धर्म सभा अंबिका विहार के महामंत्री का दायित्व भी आप सफलता पूर्वक वहन कर चुके हैं। दिल्ली प्रादेशिक अग्रवाल सम्मेलन के कार्यकारिणी सदस्य रह चुके हैं एवं अग्रोहा विकास ट्रस्ट दिल्ली की कार्यकारिणी के सदस्य का दायित्व आज भी वहन कर रहे हैं। अंध एवं वृद्धावस्था गृह सावदा, अग्रसेन शिक्षा समिति नागलोई, अग्रवाल परिवार संगठन, राधा माधव गौसेवा समिति, सुखधाम भवन वृंदावन, श्री श्याम कृपा समिति जैसी अनेकों संस्थाओं से भी आप ट्रस्टी एवं आजीवन सहयोगी सदस्य के रूप में जुड़े हुए हैं। 76 वर्ष की आयु में भी आपकी सक्रियता एवं उत्साह देखने लायक है। मेरी दिल्ली समाचार पत्र के भी आप सदस्य हैं। आपके परिवार, मित्रों एवं संबंधियों को पूरा विश्वास है कि उन्होंने जिस ईमानदारी एवं निश्छल हृदय से समाज का काम किया है उसी का परिणाम है कि पूरा परिवार प्रगति के पथ पर अग्रसर है।

समाजसेवी सतीश कुमार बंसल ने धूमधाम से मनाया दीपावली पर्व

नई दिल्ली। मेरी दिली परिवार के सदस्य एवं सुविख्यात समाजसेवी सतीश कुमार बंसल ने दीपावली का पर्व अपने परिवार के साथ बड़े ही धूमधाम के साथ मनाया। श्री बंसल ने पहले सपरिवार दीप जलाकर मां लक्ष्मी की पूजा–अर्चना की। इस दौरान उनकी धर्मपत्नी श्रीमती संतोष बंसल, पुत्र एवं पुत्रवधू दीपक बंसल–श्रीमती रजनी बंसल, सार्थक बंसल, एनी, लवी उपस्थित रहे।

सिद्ध शक्तिपीठ श्री बालाजी धाम त्रिनगर में 25वां दीपावली महोत्सव आयोजित

त्रिनगर। सिद्ध शक्तिपीठ श्री बालाजी धाम त्रिनगर में हर वर्ष की भांति इस साल भी 25वां दीपावली महोत्सव विश्व शांति दिवस के रूप में मनाया गया। श्री बालाजी हनुमान मंदिर समिति ट्रस्ट (पंजी.) के प्रमुख महंत पीठाधीश्वर आध्यात्मिक गुरु प्रमोद महाराज जी ने बताया कि दीपावली के शुभ अवसर पर मंदिर में अनेक कार्यक्रम आयोजित किए गए, जिसमें सर्वप्रथम प्रातः 7 बजे बालरूप के दर्शन एवं मंगल आरती, प्रातः 9 बजे से 12 बजे तक पूरे विश्व में फैली कोरोना महामारी संकट निवारण हेतु संकट मोचन महायज्ञ व दोपहर 12 बजे से 2 बजे तक विशाल भंडारा किया गया। इस अवसर पर कोरोना संक्रमण को देखते हुए भक्तों के चेहरे पर मास्क, सोशल डिस्टेंस व हैंड सैनिटाइजर का विशेष रूप से ध्यान रखा गया। प्रमोद जी महाराज ने बताया कि दीपावली के अगले दिन गोवर्धन पूजा की गई। हमारे ट्रस्ट का लक्ष्य सेवा–नारायण सेवा तथा बेटी बचाओ–बेटी पढ़ाओ है। मंदिर में प्रत्येक मंगलवार व शनिवार को शारीरिक मानसिक एवं सांसारिक कष्टों का निवारण भी बालाजी महाराज की प्रेरणा से किया जाता है।

दीपावली और गोवर्धन पूजन के पावन पर्व पर अन्नकूट प्रसाद का वितरण

नई दिल्ली। लायंस क्लब न्यू दिल्ली युनाइटेड प्रान्त 321 ए–3 द्वारा दीपावली और गोवर्धन पूजन के पावन पर्व पर अन्नकूट प्रसाद का वितरण एनबी फार्म चन्द्रनगर, सूर्य नगर चौक पर किया गया। करीब 500 लोगों को भोजन प्रसाद वितरित किया गया।

इस आयोजन में क्षेत्र के अनेक गणमान्य लोगों के साथ–साथ क्लब के सेवाभावी रीजन चेयरमैन लायन सतेंद्र अग्रवाल एवं सेवा समर्पित जोन चेयरमैन लायन गिरीश अग्रवाल ने उपस्थित होकर हर्षोल्लास के साथ उचित दूरी का पालन करवाते हुए भोजन वितरित करने में सहयोग प्रदान किया। क्लब अध्यक्ष लायन सुरेन्द्र नाथ ने बताया कि 40 वर्ष पुराना ऐतिहासिक युनाइटेड क्लब समय समय पर मानव सेवा प्रकल्प करता है।

क्लब के कोषाध्यक्ष लायन विजय गुप्ता चांदीवाले ने उपस्थित सभी महानुभावों का अभिनन्दन किया।समस्त आयोजन का आर्थिक सहयोग क्लब के वरिष्ठ सदस्य लायन विरेन्द्र गुप्ता मसाले वाले एवं परिवार ने किया। भोजन निर्माण प्रक्रिया शुद्ध, सात्विक रूप से लायन सुशील गोयल एवं भाई प्रवीण गुप्ता टीटू भाई मसाले वालों के सान्निध्य में करायी गई।

कोरोना पर राजनीति क्यों ?

राजेश गुप्ता

जिस समय दिल्ली में कोरोना संक्रमण की रफ्तार काफी तेज है उस समय भी भारतीय जनता पार्टी एवं कांग्रेस द्वारा जिस प्रकार दिल्ली सरकार को निशाना बनाने का प्रयास किया जा रहा है वह नितांत दुर्भाग्यपूर्ण है। कोरोना संक्रमण एक आपातकालीन स्थिति है एवं जब भी कोई आपातकालीन स्थिति उत्पन्न होती है उस समय तमाम मतभेदों को भूलकर उस संकट से निपटने में योगदान देना ही किसी भी व्यक्ति एवं संगठन का प्राथमिक कर्तव्य होना चाहिए। पहली बार जब कोरोना के कारण पूरे देश में लॉकडाउन लगाया गया था उस समय समाज के प्रत्येक संवेदनशील व्यक्ति एवं संगठन ने लोगों की मदद करने का हर संभव प्रयास किया। लोगों ने सरकार की कमियों पर सवाल उठाने की बजाय लॉकडाउन के कारण भुखमरी एवं बेरोजगारी का सामना कर रहे लोगों की मदद करने का काम किया। देश की जनता ने उन लोगों की आवाजों को अनसुना कर दिया जो लॉकडाउन के कारण लोगों की कठिनाइयों में मदद करने की बजाय सरकार की कार्यप्रणाली पर सवाल उठाने का प्रयास कर रहे थे। कोरोना के विरूद्ध पूरे देश में उसी प्रकार की एकता दिखाई देनी चाहिए जिस प्रकार की एकता का परिचय सभी वर्गों, जातियों, संगठनों एवं राजनीतिक दलों द्वारा किसी युद्ध के समय दिया जाता है। भारत पर जब भी युद्ध थोपा गया भारत की जनता ने अपनी एकता एवं त्याग से पूरी दुनिया को चमत्कृत करने का काम किया। आज जब कोरोना की दूसरी लहर दिल्ली में खतरनाक स्वरूप ग्रहण करती जा रही है सरकार द्वारा बाजारों में आंशिक लगाने की संभावना एवं उसकी उपयोगिता पर विचार किया जा रहा है, उस समय दिल्ली में छठ पूजा को लेकर भारतीय जनता पार्टी द्वारा जिस प्रकार अरविंद केजरीवाल एवं दिल्ली सरकार को पूर्वांचल विरोधी साबित करने का प्रयास किया गया उसे अधिकांश लोगों द्वारा पसंद नहीं किया गया है। दिल्ली सरकार द्वारा छठ पूजा का आयोजन सार्वजनिक स्थानों पर करने पर लगाए गए प्रतिबंधों के विरुद्ध सर्वोच्च न्यायालय का भी दरवाजा खटखटाया गया लेकिन फिर भी चंद नेताओं द्वारा छठ पूजा पर दिल्ली सरकार द्वारा लगाए गए प्रतिबंध के विरुद्ध बयानबाजी जारी रखी गई, जिसमें दिल्ली प्रदेश भाजपा के पूर्व अध्यक्ष एवं सांसद मनोज तिवारी सबसे आगे थे।

यदि विचार किया जाए तो 2020 में होली, दिवाली, दशहरा, जन्माष्टमी, स्वतंत्रता दिवस, वैशाखी, ईद जैसा कोई भी प्रमुख त्योहार उस उल्लास एवं उत्साह के साथ नहीं बनाया जा सका जैसे दिल्ली में पहले मनाया जाता था। सभी धार्मिक संस्थाओं द्वारा समय की नजाकत को समझा गया एवं लोगों द्वारा अपने घर-परिवार में ही सभी त्योहारों का आयोजन किया गया। फिर छठ पूजा को लेकर ही भाजपा एवं कांग्रेस द्वारा विवाद पैदा करने का प्रयास क्यों किया गया। कारण स्पष्ट है कि दोनों पार्टियों द्वारा दिल्ली में रहने वाले पूर्वांचल वासियों की बहुत बड़ी संख्या को भावनात्मक रूप से अपने पाले में खींचने की कोशिश के तहत ऐसा किया गया। राजनीतिक दलों को इस बात को समझना पड़ेगा कि भावनात्मक मुद्दों के बल पर मतदाताओं को अपनी ओर आकर्षित करने का प्रयास सफल होने वाला नहीं है। दिल्ली में जल्द ही तीनों नगर निगमों के चुनाव होने वाले हैं एवं चुनाव को ध्यान में रखते हुए ही छठ पूजा को राजनैतिक मुद्दा बनाने की कोशिश भारतीय जनता पार्टी एवं कांग्रेस द्वारा की गई जिसमें संभवत उन्हें रंचमात्र भी सफलता नहीं मिली है। देश के प्रधानमंत्री से लेकर आम आदमी तक सभी इस बात को अच्छी तरह समझ चुके हैं कि कोरोना से बचाव के लिए सामाजिक दूरी बनाए रखने, बार-बार हाथ धोने अथवा सैनिटाइजर का प्रयोग करने एवं घर से बाहर निकलने पर अनिवार्य रूप से मास्क लगाने के अलावा दूसरा कोई रास्ता नहीं है। इसलिए किसी भी पर्व एवं त्योहार के नाम पर इन नियमों की अवहेलना करने की छूट देने का प्रश्न ही नहीं है। इसी प्रकार महाराष्ट्र में भी भाजपा द्वारा मंदिरों को खोलने की इजाजत देने को लेकर आंदोलन चलाया गया एवं उद्धव ठाकरे को हिंदू विरोधी साबित करने की कोशिश की गई। तमाम प्रदर्शनों के बावजूद ठाकरे ने धार्मिक स्थलों को तब तक खोलने की इजाजत नहीं दी जब तक कोरोना संक्रमण की रफ्तार को कम करने की दिशा में महाराष्ट्र सरकार को सफलता नहीं मिल गई। एक ओर प्रधानमंत्री जी जनता से रोज दो गज की दूरी बनाए रखने का अनुरोध करते रहते हैं दूसरी ओर स्वयं उनके द्वारा दिल्ली में एक ऐसी सभा को संबोधित किया जाता है जिसमें सामाजिक दूरी के नियम की खुलेआम धज्जियां उड़ाई जा रही थी। भाजपा को विजय का उत्सव थोड़े संयम के साथ मनाना चाहिए था क्योंकि इससे पार्टी को लाभ की बजाय हानि ही होने वाली है। इस सभा में मोदी जी सहित तमाम नेताओं द्वारा ऐसा कुछ भी नहीं बताया अथवा समझाया गया जो उनके द्वारा पहले अपने भाषणों में नहीं कहा गया हो। भाजपा को सत्ता में होने का परिचय देते हुए विभिन्न अवसरों पर संयम प्रदर्शित करना चाहिए क्योंकि सरकार में होने पर जिम्मेदारी बढ़ जाती है।

E-mail : rgupta@nnsonline.com

192 वी जयंती पर रानी लक्ष्मी बाई को किया नमन

नई दिल्ली। केन्द्रीय आर्य युवक परिषद ने प्रथम स्वतंत्रता संग्राम की नायक महारानी लक्ष्मीबाई की 192 वी जयंती पर ऑनलाइन गूगल मीट पर श्रद्धांजलि अर्पित की। उनका जन्म 19 नवम्बर 1828 को वाराणसी में हुआ था। उनके बचपन का नाम मणिकर्णिका था।

केन्द्रीय आर्य युवक परिषद के राष्ट्रीय अध्यक्ष अनिल आर्य ने कहा कि महारानी लक्ष्मीबाई ने स्वतंत्रता आंदोलन की नींव रखी और अंग्रेजी हुकूमत के विरुद्ध संघर्ष का बिगुल बजा दिया। आज की नारियों के लिए वह प्रेरणा का स्रोत है। अकेली महिला किस प्रकार बहादुरी से छक्के छुड़ा सकती है यह रानी लक्ष्मीबाई ने दिखा दिया। उनकी संकल्प शक्ति व संघर्ष क्षमता का कोई इतिहास में सानी नहीं मिलता। उनके बलिदान से प्रेरणा लेकर देश की आजादी की रक्षा व आतंकवाद, अलगाव के मुकाबले का संकल्प लेने की आवश्यकता है।

प्रान्तीय महामंत्री प्रवीन आर्य ने कहा कि हम बचपन से ही झाँसी की रानी लक्ष्मीबाई के वीरता के किस्से सुनते हुए बड़े हुए हैं 'बुंदेले हरबोलों के मुंह से हमने सुनी कहानी थी, खूब लड़ी मर्दानी वह तो झांसी वाली रानी थी' आज नई पीढ़ी को ऐसी जीवनियाँ पढ़ाने की आवश्यकता है। प्रधान शिक्षक सौरभ गुप्ता ने कहा कि बहादुरी का इतिहास पढ़ाने से आने वाली पीढ़ी भी बहादुर बनेगी। इस अवसर पर संपादक राकेश भार्गव के निधन पर शोक व्यक्त कर श्रद्धांजलि अर्पित की गई। प्रमुख रूप से महेन्द्र भाई, डॉ. आर. के. आर्य, आनन्द प्रकाश आर्य, यज्ञवीर चौहान, सुरेश आर्य, दीप्ति सपरा, ओम सपरा, देवेन्द्र गुप्ता, नरेश खन्ना, वीना वोहरा, चन्द्रकांता आर्या आदि उपस्थित थे।

राष्ट्र समृद्धि एवं गोवंश रक्षा के लिए सरकार की सहायता से गोसदनों का किया जाए विकास : महेश चंद्र शर्मा

गौ संवर्द्नी एवं गौरक्षा में संलग्न संस्था गोसदन फाउण्डेशन, दिल्ली (रजि.) के प्रधान महेश चंद्र शर्मा (पूर्व महापौर) ने कहा कि प्रारम्भ से हम सभी गोशालाओं का निर्माण कर गाय सेवा, रक्षा और उससे दुग्ध उत्पादन की ओर ध्यान देते थे और विशेष पर्वों पर उनकी पूजा करते है। पर आज राष्ट्र की रक्षा के लिये, गोवंश की रक्षा के लिये, गोसदन की परिकल्पना हमारे धर्माचार्यों और समाजशास्त्रियों ने की। क्योंकि गाय की रक्षा के लिये गोवंश की रक्षा भी आवश्यक है, जो गोसदनों में की जा सकती है।

गाय हमारी धार्मिक संस्कृति का महत्वपूर्ण अंग है। आज इस अंग को हमारी संस्कृति से काटने का बड़े पैमाने पर षणयंत्र हो रहा है। वर्तमान समय में कृत्रिम साधनों और रसायनों को महत्त्व दिया जा रहा है जिस कारण आज विश्व के सभी देश प्रदूषण के शिकार हो रहे है। अत: अब वे पर्यावरण के संरक्षण के लिए पूरी तरह से जागरूक हो रहे है। हमारे ऋषियों-महर्षियों द्वारा गोसेवा का दिखाया गया मार्ग मात्र कपोल कल्पित परंपरा नही थी बल्कि आज के वैज्ञानिक भी उस गोसेवा को स्वीकार करने लगे है। संसार का पहला ज्ञानग्रंथ वेद है। श्गावो विश्वस्य मातर:श कहकर उसकी महिमा गायी हुई है। माँ के बाद किसी दूध की महिमा है, तो वह गाय का ही दूध है।गाय सभी को पोषण देती है, किसी को विकृति नही देती। जो समाज गाय का सम्मान नहीं कर पाए, वह कृतध्नी है अत: उसकी (गोवंश) रक्षा, पोषण-संवर्धन करना हमारा उपकार नही, मौलिक कर्तव्य है। अत: हमें गऊमाता की पूजा और अर्चना कर गौरक्षण और गोवंश संवर्धन का संकल्प लेना चाहिये।

गोवंश संरक्षण का न केवल एक धार्मिक पक्ष है, बल्कि यह आर्थिक, सामाजिक कारणों से भी लाभदायक है और हमें इसकी रक्षा के लिए सतर्क हो जाना चाहिए। गोधन कृषि प्रधान भारतीय अर्थव्यवस्था का मूलाधार है और इसकी उपयोगिता बहुआयामी है, इससे हम स्वावलंबी बन सकते है। चौरासी लाख योनियों के प्राणियों में गाय ही एक ऐसा प्राणी है, जिसका मल (गोबर) रेगाणुनाशक व विषाणुनाशक है। इटली के प्रसिद्ध वैज्ञानिक प्रो. जी. ई. बीगेड ने गोबर के अनेक प्रयोग कर यह सिद्ध कर दिया है कि गाय के ताजे गोबर से तपेदिक तथा मलेरिया के रोगाणु मर जाते है। अमेरिका के वैज्ञानिक जेम्स मार्टिन ने गाय के गोबर, खमीर और समुद्र के पानी को मिलाकर एक ऐसा उत्प्रेरक बनाया है, जिसके प्रयोग से बंजर भूमि हरी-भरी हो जाती है। गोसदन हरेवली की आज हरी-भरी भूमि इसका उदाहरण है।

पुराणों, धर्म ग्रंथों में गाय की महिमा गायी है। गंगा, गीता, गोमाता तीनों को मुक्ति दायिनी माना गया है। प्रत्येक भारतीय का विश्वास है कि हमारे कृषि प्रधान देश का मूलाधार गौवंश है, क्योंकि लगभग 65 प्रतिशत भारतीय जनसंख्या अपनी आजीविका के लिए कृषि पर निर्भर है। पर आज हम विदेशी कम्पनियों और प्रचार के माध्यमों में गाय की उपयोगिता को भूलकर कृत्रिम खादों और रसायनों पर निर्भर रहे हैं। आज वही बेचारी गाय दिल्ली की सड़कों पर

गली-सड़ी वस्तुएं और पालीथिन को खाकर अपना पेट भर रही है और अनेक बीमारियों का शिकार बन रही है। उनके गोपालक मालिक उनका शोषण कर रहे है और वृद्ध होने पर उन्हें छोड़ देते है। जिनकी रक्षा गोसदनों में होगी जहां वे अपने गोबर, गोमूत्र से गोसदनों को समृद्धिशाली बना सकती है। हम भी गोबर गैस और केंचुआ खाद बना रहे है।

आजकल अनेकों गोसदन मानव जीवन को स्वस्थ रखने हेतु गोमूत्र में जड़ी-बूटियों व अनेक धातुओं की भस्में मिलाकर अनेकों औषधियों का निर्माण कर उनकी बिक्री से आमदनी कर रही हैं परन्तु शुद्ध गोमूत्र व जडी-बूटियों तथा योग्य चिकित्सकों के अभाव से तैयार इन औषधियों से कुछ रोगों में मामूली लाभ ते मिला है परन्तु वास्तविक लाभ नही मिल पा रहा है। जिसके लिये सरकार को गोवंश उत्थान अनुसंधान केन्द्र बनाने चाहिए। आज सभी जीव-जन्तुओं के लिए अनुसंधान केन्द्र है पर गाय के लिये नही है।

गोबर-गोमूत्र से खेती के लिये जैविक खाद व कीटनाशक औषधियाँ बनाई जायें जिनका उपयोग खेती में करने पर भूमि, जल व वायु शुद्ध होगी, फसलों से उत्पादित अन्न, फल, साग-सब्जियाँ शुद्ध, पौष्टिक होंगी। सभी नागरिकों को शुद्ध पौष्टिक आहार मिलेगा जिस कारण वे स्वस्थ व निरोगी जीवन जी सकेंगे। गोसदन के गोबर-गोमूत्र का पूरा उपयोग होने पर उसकी बिक्री से गोसदनों की आमदनी बढ़ेगी एवं सभी तरढ के गोवंश का पालन तथा रक्षण व संवर्धन भी होगा। गोसदनों से ग्रामीण जनता खुशहाल व आत्म निर्भर भी हो सकेगी। महंगी जहरीली औषधियों की निर्भरता घंटेगी।

गो-पालन एवं गौवंश संवर्धन भारत के लिए समृध्दि का स्रूचक है। गोवंश की रक्षा, सेवा एवं उपयोगिता के लिये हमें एक सामूहिक दृष्टि पैदा करनी ढोगी। संयुक्त रूप से हमें गोवंश को देश, समाज एवं हर परिवार के साथ जोडना है। इसके लिए हम गोसदनों का निर्माण करें, जहां पंचगव्य से हम कुछ निर्माण कर गोसदनों को स्वावलंबी बनाएं। गाय की सुरक्षा, संवृद्धि के लिए संगठित प्रयास करें। आईए, आज से ही इस महान यज्ञ में अपनी आहुति डालने के लिए तैयार हों एवं समाज के लोगों को भी इस महान कार्य के लिए जाग्रत कर प्रेरित करें। जिससे भारत राष्ट्र स्वावलंबी, संपन्न्न एवं समृद्धिशाली बने और हम पुण्य के भागीदार बन सकें।

गोपाल गोसदन हरेवली में गोपाष्टमी उत्सव

बवाना। गोपाल गोसदन हरेवली (बवाना) द्वारा प्रत्येक वर्ष गोपाष्टमी उत्सव धूमधाम से मनाया जाता है। इस बार कोरोना वायरस की वजह से सूक्ष्म रूप से कार्तिक शुक्ल पक्ष अष्टमी, रविवार, 22 नवंबर को गोशाला प्रांगण में प्रात: काल से सायंकाल तक मनाया जाएगा। इसमें सभी भक्त गोसेवा के लिए सादर आमंत्रित हैं। इस अवसर पर गौशाला में सुसज्जित गोवंश का पूजन विद्वान पंडितों द्वारा करवाने की व्यवस्था की गई है। सपरिवार गो पूजन के लिए आने की अपील की गई है। पूजन पहले से भी बुक करवा सकते हैं। यह सब निश्शुल्क हैं।

मेरी दिल्ली -मेरी शान

सत्ता को चुनौती दे रहे थे पटाखे

अक्षय गुप्ता

दीपावली के दिन दिल्ली में जिस अंदाज में दिल्ली सरकार, राष्ट्रीय हरित ट्रिब्यूनल एवं न्यायालय द्वारा पटाखे खरीदने, बेचने एवं छोड़ने पर लगाए गए प्रतिबंध की धज्जियां उड़ाई गई उन्हें देख एवं सुनकर यही महसूस हो रहा था कि यह पटाखे छोड़कर लोग भारत में लोकतांत्रिक सत्ता को चुनौती दे रहे हैं। पटाखों को छोड़कर यही खुली घोषणा की जा रही थी कि हम नहीं मानते तुम्हारे प्रतिबंध को एवं तुम जो कर सकते हो कर लो। पूरी दिल्ली में कहीं भी पुलिस पटाखों पर लगाए गए प्रतिबंध को लागू करवाते हुए नहीं दिखाई दी। यदि दिल्ली पुलिस के प्रत्येक थाने में कम से कम 100 लोगों को भी पटाखा जलाने के जुर्म में गिरफ्तार करने की हिम्मत दिखाई गई होती तो कहानी कुछ और हो सकती थी। इस दिवाली पर छोड़े गए पटाखों की संख्या यह चीख-चीखकर बता रही थी कि सरकार को कोई भी ऐसा नियम-कानून अथवा प्रतिबंध नहीं लगाना चाहिए जिसको लागू करवा पाने की सामर्थ्य उसके अंदर ना हो। दिल्ली सरकार जानती है कि दिल्ली पुलिस उसके अधीन नहीं है एवं उसके द्वारा दिल्ली पुलिस को कोई दिशा-निर्देश नहीं दिए जा सकते तो उसको ऐसी घोषणा क्यों करनी चाहिए जिसको क्रियान्वित करने की सामर्थ्य उसके पास नहीं है। इसलिए दिल्ली सरकार को कोई भी घोषणा करने से पहले इस बात की योजना बनानी चाहिए थी कि उसको क्रियान्वित किस प्रकार किया जाए। दिल्ली सरकार ने तो हरित पटाखे चलाने की छूट दिल्लीवासियों को दे रखी थी लेकिन राष्ट्रीय हरित ट्रिब्यूनल ने दिल्ली में किसी भी प्रकार के पटाखों की खरीद, बिक्री एवं चलाने पर पूरी तरह रोक लगा दी। एनजीटी के निर्णय से उम्मीद थी कि अब दिल्ली पुलिस के लिए पटाखे जलाने पर प्रतिबंध को लागू किया जा सकेगा क्योंकि किसी भी सिपाही के लिए यह तय करना कठिन होता है कि कौन से पटाखे हरित हैं एवं कौन से बारूद वाले हैं। इस प्रकार ग्रीन पटाखों की आड़ में सभी प्रकार के पटाखे छोड़े जाते थे, लेकिन पटाखों पर संपूर्ण प्रतिबंध के बावजूद दिल्ली पुलिस द्वारा पटाखों को जलाने पर रोक लगाने का काम नहीं किया जा सका। इसके बावजूद राष्ट्रीय हरित ट्रिब्यूनल द्वारा दिल्ली पुलिस कमिश्नर को बुलाकर यह पूछने की कोशिश नहीं की गई कि उनके द्वारा प्रतिबंधों को सही तरीके से क्रियान्वित करने की दिशा में क्या कदम उठाए गए एवं इस कार्य में उनको सफलता क्यों नहीं मिली। दिल्ली हरित ट्रिब्यूनल द्वारा दिल्ली पुलिस कमिश्नर को तलब कर उन्हें सांकेतिक सजा भी देने की घोषणा की जा सकती थी, दुर्भाग्यवश ऐसा कुछ भी नहीं किया गया। इसलिए एनजीटी को भी स्वयं द्वारा पारित किए गए आदेशों के क्रियान्वयन पर विचार कर लेना चाहिए एवं उसके बाद ही किसी प्रकार का दिशा-निर्देश जारी करना चाहिए। जिस उद्देश्य से देश में एनजीटी का गठन किया गया था उस उद्देश्य को प्राप्त करने की दृष्टि से यह संस्था पूरी तरह असफल सिद्ध हुई है।

किसी भी सरकार की सत्ता का मूल्यांकन इसी आधार पर किया जाता है कि उसके अंदर अपने बनाए गए नियमों-कानूनों को लागू करवाने की क्षमता किस सीमा तक विद्यमान है। जहां तक भारत सरकार अथवा राज्य सरकारों का सवाल है वह इस कसौटी पर खरी नहीं उतरती है। केंद्र सरकार अथवा राज्य सरकारें कानून तो बना देती हैं लेकिन उनको लागू करवा पाने में पूरी तरह अक्षम नजर आती हैं। अनेक राज्यों द्वारा शराबबंदी का प्रावधान किया गया है लेकिन आश्चर्य इस बात का है कि उन राज्यों में शराब बड़ी आसानी से उपलब्ध हो जाती है, लेकिन दूसरे राज्यों से थोड़ी महंगी मिलती है। यातायात को व्यवस्थित करने के लिए तमाम कानून बनाए गए हैं एवं अब तो भारी भरकम जुर्माना भी लगा दिया गया है। इसके बावजूद यातायात नियमों का सबसे ज्यादा उल्लंघन देश की राजधानी दिल्ली में होते हुए आसानी से देखा जा सकता है। लोग बेखौफ होकर यातायात नियमों की धज्जियां उड़ाते दिखाई देते हैं। यातायात पुलिस द्वारा जिन स्थानों पर नो पार्किंग का बोर्ड लगाया जाता है उन्हीं स्थानों पर पार्किंग माफिया द्वारा गाड़ियों की पार्किंग करवाकर लोगों से पैसे वसूल किए जाते हैं। सरकार द्वारा संपत्तिकर, आयकर, जीएसटी जैसे तमाम प्रकार के कर लगाए गए हैं। यदि इस देश में सरकार आयकर ही इमानदारी से वसूल करने में सफल हो जाए तो अन्य किसी प्रकार का कर लगाने की आवश्यकता ही न पड़े। इसके विपरीत स्थिति यह है कि जितने लोगों को आयकर जमा करना चाहिए उनमें से आधे लोग भी आयकर जमा नहीं करते। हमारी सरकारों की सबसे बड़ी कमजोरी ही यही है कि उनके अंदर अपने ही बनाए गए कानूनों को लागू करवाने की सामर्थ्य नहीं है, जिसकी वजह से लोगों में सरकार का भय दिन-प्रतिदिन कम होता चला जा रहा है।

E-Mail : akshaynns@gmail.com

नहीं बंद होंगे दिल्ली के बाजार, बढ़ते कोरोना के बीच सीएम का व्यापारियों को भरोसा

नहीं बंद होंगे दिल्ली के बाजार, बढ़ते कोरोना के बीच सीएम केजरीवाल का व्यापारियों को भरोसा

नई दिल्ली। देश की राजधानी दिल्ली में कोरोना के बढ़ते मामलों के बीच मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने संक्रमण को नियंत्रित करने में सहयोग लेने के उद्देश्य से शुक्रवार को दिल्ली के मार्केट एसोसिएशन के प्रतिनिधियों से वीडियो कांफ्रेंसिंग के जरिए बात की। सीएम अरविंद केजरीवाल ने स्पष्ट किया कि दिल्ली सरकार किसी भी मार्केट को बंद नहीं करना चाहती है। उन्होंने मार्केट एसोसिएशन से अपील की है कि वे यह सुनिश्चित करें कि बिना मास्क के मिले, तो उसे वे खुद मुफ्त में मास्क उपलब्ध कराएं।

साथ ही, अरविंद केजरीवाल ने सभी राजनीतिक दलों से भी अपील की है कि वे अपने वॉलंटियर्स को बिना मास्क के बाहर निकलने वाले लोगों को मास्क बांटने के लिए सड़क पर उतारें। सीएम अरविंद केजरीवाल ने आम आदमी पार्टी के सांसदों, विधायकों, पार्षदों और स्वयंसेवकों से भी बिना मास्क पहन बाहर निकलने वाले लोगों को फ्री मास्क वितरित करने का आह्वान किया है। मार्केट एसोसिएशन के पदाधिकारियों ने कोरोना संक्रमण को देखते हुए कुछ मार्केट बंद करने की संभावना को लेकर अपनी चिंता जाहिर की, जिस पर सीएम अरविंद केजरीवाल ने स्पष्ट किया कि दिल्ली सरकार कोई भी मार्केट नहीं बंद करना चाहती है।

मार्केट एसोसिएशन से बातचीत के बाद सीएम अरविंद केजरीवाल ने ट्वीट कर दिल्ली के निवासियों से इसकी जानकारी साझा की। सीएम ने ट्वीट कर कहा कि आज मैंने मार्केट एसोसिएशन के प्रतिनिधियों से मुलाकात की। मैंने मार्केट बंद करने को लेकर उनकी चिंता को दूर करते हुए स्पष्ट किया है कि सरकार की मंशा किसी भी मार्केट को बंद करने की नहीं है। मार्केट एसोसिएशन के लोग यह सुनिश्चित करें कि मार्केट में कोई भी बिना मास्क के मिले, तो उसे वे निशुल्क मास्क उपलब्ध कराएं। साथ ही, सभी दुकानदार अपनी दुकान पर हैंड सैनेटाइजर और मास्क भी अवश्य रखें। सीएम अरविंद केजरीवाल ने एक अन्य ट्वीट में कहा कि आम आदमी पार्टी के विधायक, सांसद, पार्षद एवं स्वयंसेवक सार्वजनिक स्थानों पर जाएं और जो लोग मास्क नहीं पहने मिलें, उन्हें फ्री मास्क बांटें। यह सबसे बड़ी देशभक्ति और मानव सेवा है। मैं सभी राजनीतिक दलों से भी अनुरोध करते हुए कहना चाहता हूं कि वे भी अपने वॉलंटियर्स को सड़क पर उतार कर निशुल्क मास्क वितरित करने के लिए कहें। आइए, हम संयुक्त प्रयास से कोरोना के प्रसार को रोकें।

दिल्ली में लोगों को भारी पड़ेंगी ये 5 गलती भरना होगा 2000 रुपये जुर्माना

नई दिल्ली। राजधानी दिल्ली में कोविड प्रोटोकॉल के अंतर्गत बनाए गए नियमों का उल्लंघन करने वालों पर अब 2000 रुपये का जुर्माना लगेगा। यह नियम शनिवार को लागू हो गया है। ऐसे में लोगों को 2000 रुपये के चालान से बचना है तो मास्क जरूर लगाएं। दिल्ली के उपराज्यपाल अनिल बैजल की ओर से शुक्रवार को जारी आदेश के मुताबिक मास्क नहीं लगाने, क्वारंटाइन के नियमों का उल्लंघन करने, शारीरिक दूरी का पालन न करने, सार्वजनिक स्थानों पर थूकने व सार्वजनिक स्थानों पर पान गुटखा और तंबाकू का सेवन करने पर भी अब दो हजार रुपये का जुर्माना लगाया जाएगा। इससे पहले इन नियमों का पालन न करने पर 500 रुपये वसूले जाते थे। वहीं, दीपावली बीतने व छठ पूजा की खरीदारी करने के बाद पुरानी दिल्ली के बाजारों में भीड़भाड़ कम होने लगी है। चांदनी चौक, सदर बाजार, खारी बावली, भागीरथ पैलेस, कूचा महाजनी, दरीबा कलां, नई सड़क, डिप्टीगंज समेत अन्य बाजारों में भीड़ कम होने लगी है।

मेरी दिल्ली सप्ताहांत
मेरी दिल्ली हाउस, 25/10 ईस्ट पंजाबी बाग, नई दिल्ली-26
आर.एन.आई. नं. : 49326/89
रजि. नं. : DL(W)05/2065/18-2020
लाइसेंस नं. : U(W)-8/2018-2020
संस्थापक : स्व. नेकी राम गुप्ता
प्रेरणास्रोत : स्व. केसर सिंह गुप्ता
संपादक : राजेश गुप्ता
वार्षिक शुल्क
साधारण डाक से : 200 रु.
विज्ञापन व प्रशासन
मो.-8447732401, 9899632000
इंटरनेट संस्करण: www.nnsmediagroup.com
ई-मेल: nnsonline@nnsonline.com
स्वत्वाधिकारी एन.एन.एस. ऑनलाइन प्रा. लि. के लिए प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक राजेश गुप्ता द्वारा 25/10, ईस्ट पंजाबी बाग, नई दिल्ली-110026 से प्रकाशित तथा विभा पब्लिकेशन प्रा.लि., डी-160 बी, सेक्टर-7, नोएडा से मुद्रित
लिखित अनुमति के बिना सम्पूर्ण या आंशिक पुनर्प्रकाशन पूर्णत: प्रतिबंधित। नोट : 'मेरी दिल्ली' में प्रकाशित सभी लेखों आदि से संपादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। किसी भी कानूनी वाद-विवाद का निपटारा दिल्ली न्यायालय में ही किया जाएगा। आवश्यक सलाह : विज्ञापन में किए गए दावों के संबंध में किसी निर्णय से पहले पाठक सभी तथ्यों की समुचित जांच स्वयं कर लें। किसी भी प्रकार के लेन-देन/दावे के लिए समाचारपत्र जिम्मेवार नहीं है। सूचना- वस्तु उपयोग व स्वास्थ्य संबंधी जानकारी की प्रामाणिकता के लिए अपने स्वास्थ्य सलाहकार या डॉक्टर की सलाह पर ही अमल करें। 'मेरी दिल्ली' प्रबंधन इसके लिए उत्तरदायी नहीं है।

शिक्षा और नारी उत्थान को समर्पित–कनुरु वरलक्ष्मी राव

के. वरलक्ष्मी राव का सपना था कि महिलाएं आत्मनिर्भर बनें। उनकी शिक्षा, स्वास्थ्य और आर्थिक आत्मनिर्भरता के लिए उन्होंने सन् 1964 में पंजाबी बाग में स्वामी शिवानंद स्मारक संस्थान की स्थापना की। उनका दृढ़ विश्वास था कि शिक्षा ही वह माध्यम है जिससे समाज में व्यापक परिवर्तन लाए जा सकते हैं।

स्व. के. वरलक्ष्मी राव

इतिहास के पन्नों में सभी को जगह नहीं मिल पाता मगर हमारे बीच बहुत से ऐसे हीरे होते हैं जो इसकी परवाह किए बिना समाज के प्रति अपने दायित्वों का निर्वाह अपनी पूरी क्षमता के साथ करते हैं। उन्हीं चंद लोगों में से एक नाम है श्रीमती कनूरु वरलक्ष्मी राव। इनका जन्म 20 नवम्बर सन् 1913 को आंध्रप्रदेश के गुंटूर जिले में एक किसान परिवार में हुआ। इनके पिता नंदुरी सूर्य नारायण राव शिक्षित एवं अरुगोलानु गाँव के पटवारी थे। दुर्भाग्यवश वरलक्ष्मी राव के पिता का देहांत अल्पायु में हो गया। इन विषय परिस्थितियों में उनकी माता जी श्रीमती श्यामला राव ने घर की जिम्मेदारियों का निर्वाह साहस पूर्वक किया। यह पहला अवसर था जब के. वरलक्ष्मी राव ने नारी शक्ति के सामर्थ्य का प्रत्यक्ष उदाहरण देखा। उनके व्यक्तित्व पर उनकी माता एवं मामा का गहरा प्रभाव पड़ा। उनके मामा श्री अल्देवरा कालेश्वर राव विजयवाड़ा के प्रसिद्ध वकील एवं गांधीवादी स्वतंत्रता सेनानी थे। यह वही समय था जब उन्होंने विदेशी वस्तुओं के बहिष्कार का निर्णय लिया। भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन के प्रति संवेदनशील एवं संघर्ष की प्रेरणा उनको अपने परिवार से विरासत में मिली।

अपनी किशोरावस्था में ही के.वरलक्ष्मी राव ने परिवार की परंपरा के अनुसार वायलिन एवं संगीत की शिक्षा प्राप्त किया। वहीं सन् 1920 में प्रतिभाशाली एवं संवेदनशील के.वरलक्ष्मी राव का बाल विवाह तात्कालिक समाज के परंपराओं के प्रभाव एवं दबाव के कारण हुआ। उनका विवाह युगद्रष्टा इंजीनियर, कुशल प्रशासक, लेखक, राजनेता, पर्यावरण प्रेमी एवं पद्म भूषण डॉ. कनुरू लक्ष्मण राव जी से हुआ। उनके विवाह के समय डॉ. कनुरू लक्ष्मण राव एक युवा सिविल इंजीनियर स्नातक थे।

के. वरलक्ष्मी राव ने जीवन में हर चुनौती का सामना साहसपूर्वक किया। एक जीवन साथी के रूप में वे सदा अपनी जिम्मेदारियों के प्रति जागरूक रही। वहीं उन्होंने निरंतर सीखने के क्रम को भी जारी रखा। द्वितीय विश्व युद्ध के दौरान वे अपने पति के साथ इंग्लैंड में थी। पति उन्नत शिक्षा के लिए इंग्लैंड में अध्ययनरत थे। युद्धरत इन विषम परिस्थितियों के दौरान के. वरलक्ष्मी राव माँ भी बनी और पति के प्रोत्साहन एवं अपनी कर्मठता से बर्मिंघम विश्वविद्यालय इंग्लैंड से समाज कार्य विषय में स्नातक की डिग्री प्राप्त की। युद्ध की विभीषिका ने उनके जीवन पर गहरा प्रभाव छोड़ा। उस समय घायल स्त्री, पुरुष एवं बच्चें जीवन के लिए संघर्षरत थे। इस दौरान वे मानव सेवा में संलग्न रहीं। यही से उनको एक बेहतर समाज के निर्माण के लिए प्रयास करने की प्रेरणा मिली।

द्वितीय विश्व युद्ध के अंत के बाद वे भारत लौट आए। उनके पति दिल्ली में रहकर अपने कॉक्रीट स्ट्रक्चर (स्ट्रक्चरल इंजीनियरिंग) के उन्नत ज्ञान का उपयोग भारत के महत्त्वपूर्ण बाँधों के निर्माण में कर रहे थे। यह सन् 1960 का दशक था। सामाजिक और राजनीतिक क्षेत्र में कार्यरत महान विभूति श्रीमती दुर्गा भाई देशमुख दिल्ली में सक्रिय थीं। इस समय बहुत सी महिलाओं ने घर की चारदीवारी से बाहर निकल कर सामाजिक उत्थान के लिए कार्य किया। के. वरलक्ष्मी राव उन स्थापक सदस्यों में से एक थी जिन्होंने अपने अथक प्रयासों एवं परिश्रम से आंध्रा वनिता मंडली (आईटीओ), शिक्षा के क्षेत्र में आंध्रा एडुकेशन सोसायटी, श्री वेंकटेश्वर कालेज निर्माण में अपनी अहम भूमिका निभाई। के. वरलक्ष्मी राव का सपना था कि महिलाएं आत्मनिर्भर बनें। उनकी शिक्षा, स्वास्थ्य और आर्थिक आत्मनिर्भरता के लिए उन्होंने सन् 1964 में पंजाबी बाग में स्वामी शिवानंद स्मारक संस्थान की स्थापना की। उन्होंने अनुभव किया कि समाज के निचले तबके के लोगों में शिक्षा के प्रति उदासीनता है। उनका दृढ़ विश्वास था कि शिक्षा ही वह माध्यम है जिससे समाज में व्यापक परिवर्तन लाए जा सकते हैं।

आज स्वामी शिवानंद स्मारक संस्थान एक गैर सरकारी एवं गैर लाभकारी संस्था के रूप में पिछले 56 वर्षों से शिक्षा, स्वास्थ्य, कौशल विकास, नारी सशक्तिकरण और कुपोषण के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य कर रहा है। यह के. वरलक्ष्मी राव जी के प्रयासों का ही परिणाम है कि स्वामी शिवानंद स्मारक संस्थान से हजारों छात्र शिक्षित होकर अपने जीवन में सफलता के शिखर पर पहुंच रहे हैं। वहीं अनेकों महिलाओं के जीवन में उम्मीद की नई किरण आई है। वे स्वयं को सबल अनुभव करती है और आर्थिक आत्मनिर्भरता के कारण परिवार में सम्मानजनक स्थान प्राप्त कर रही है। के. वरलक्ष्मी राव जी का निधन 27 फरवरी सन् 1992 में स्वामी विश्वरूपानंद के रूप में हुआ। उन्होंने स्वामी शिवानंद जी से दीक्षा प्राप्त किया था। उन्होंने 79 वर्षों का लंबा जीवन जिया और अपने पीछे स्वस्थ परंपराएं एवं सशक्त संस्था छोड़ गई है। जो उनके सपनों को साकार करने में आज भी निरंतर कार्यशील है।

के. वरलक्ष्मी राव बहुमुखी प्रतिभा की धनी, मृदुभाषी, निडर और आत्मविश्वासी महिला थी। अपने पति डॉ. कनुरू लक्ष्मण राव जो प्रथम प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू, लाल बहादुर शास्त्री एवं इंदिरा गांधी के सरकार में ऊर्जा एवं सिंचाई विभाग के केंद्रीय मंत्री थे। उनके विराट व्यक्तित्व की छाया में रहकर भी समाज में अपना स्वतंत्र व्यक्तित्व बनाया। सरल स्वभाव की के. वरलक्ष्मी राव जी को न केवल तेलुगू भाषी समाज अपितु सामाजिक सुधारों के क्षेत्र में कार्यरत लोग एवं संस्थाएं समयमान के साथ स्मरण करते हैं। आज हमें के. वरलक्ष्मी राव जैसी महिलाओं एवं समाज सुधारकों से प्रेरणा लेनी की आवश्यकता है ताकि हम एक बेहतर कल का निर्माण कर सकें।

–कामराजू (शिक्षक)

मेरी दिल्ली हिन्दी दैनिक
की खबरें अपने मोबाईल पर पाने के लिए Like करें फेसबुक पर
www.facebook.com/meridelhinews

A COURIER with CARE | a name of Trust
AGC
Akash Ganga®
Courier Limited
MORE THAN 3000 DESTINATION
Regd. Off. :
Opp. Railway Station, Loonkaransar, Distt. Bikaner (Raj.)
Corporate Office
1310-11-12, D.B. Gupta Road (Naiwala), Karol Bagh, New Delhi-05
Ph. : 011-28752881
E-mail : delhi@akashganga.info, Website : www.akashganga.info

ललित एण्ड पार्टी
★ भगवती जागरण
★ चौकी
★ भजन संध्या
★ लेडीज़ संगीत
★ संगीत कार्यक्रम

दूरभाष : 9899193399, 25218278, 25216338
304, पॉकेट-1, पश्चिम पुरी, शक्ति मार्किट रोड़, नई दिल्ली-63
MDW/04

मार्केट में कोई भी

हमारा स्वास्थ्य

जौ का पानी

D जौ का पानी एक ऐसा पेय है जो कि जौ को पानी में उबालकर तैयार किया जाता है। यदि इसमें थोड़ी सी चीनी और नींबू भी मिला दिया जाये तो यह एक शानदार पेय पदार्थ बन सकता है। जौ के पानी में इतने स्वास्थ्य लाभ हैं कि आप सुनकर चौंक जाएंगे। हम आपको बताते हैं जौ का पानी कैसे बनाया जाये और यह किस प्रकार स्वास्थ्य लाभ है।

जौ का पानी कैसे बनाएं

D इसकी एक सर्विंग बनाने के लिए एक सोस पैन में 2 टेबल स्पून जौ में 1 कप पानी मिला लें। जब तक जौ नरम हों तब तक इसे उबालें। इस मिश्रण को एक जालीदार कपड़े से छान लें। आप छिलके वाले और बिना छिलके वाले दोनों में से किसी भी प्रकार के जौ ले सकते हैं। छिलका वाले में ज्यादा फाइबर होता है और पकाने में ज्यादा समय लगता है इसलिए बिना छिलके वाले पकाने में आसान हैं।

कटहल

कटहल की मसालेदार सब्जी किसी के भी मुंह में पानी ला सकती है। ये दुनिया के सबसे बड़े फलों में से एक है। कटहल का इस्तेमाल न केवल सब्जी बनाने में बल्कि अचार, पकौड़े और कोफ्ता बनाने में भी किया जाता है। पका कटहल भी काफी पसंद किया जाता है। कटहल में ढ़ेरों ऐसे तत्व होते हैं जो शरीर की कई आवश्यकताओं को पूरा करते हैं। इसमें विटामिन ए, विटामिन सी, थायमीन, पोटैशियम, कैल्शियम, आयरन और जिंक प्रचुर मात्रा में होता है।

इन सबके अलावा इसमें भरपूर फाइबर होता है। अच्छी बात ये है कि इसमें कैलोरी नहीं होती है। ऐसे में ये हार्ट से जुड़ी कई बीमारियों में भी फायेमंद है।

C कटहल में पाया जाने वाला पोटैशियम हार्ट से जुड़ी बीमारियों से सुरक्षित रखता है। उच्च रक्तचाप के मरीजों के लिए ये बहुत ही फायदेमंद है।

C ये आयरन का एक अच्छा सोर्स है जिसकी वजह से एनीमिया से बचाव होता है। साथ ही इसके प्रयोग से ब्लड सर्कुलेशन भी नियंत्रित रहता है।

C अस्थमा के इलाज में भी ये एक कारगर औषधि की तरह काम करता है। कच्चे कटहल को पानी में उबालकर छान लें। जब ये पानी ठंडा हो जाए तो इसे पी लें। नियमित रूप से ऐसा करने से अस्थमा की समस्या में फायदा होता है।

दिल की बीमारियों से बचाता है...

अर्जुन वृक्ष भारत में होने वाला एक औषधीय और सदाबहार वृक्ष है भारतीय पहाड़ी क्षेत्रों में नदी-नाले के किनारे, सड़क के किनारे और जंगलों में यह महा औषधीय वृक्ष बहुतायत पाया जाता है। इसका उपयोग रक्तपित्त (खून की उल्टी), प्रमेह, मूत्रघात, शुक्रमेह, खूनी प्रदर, श्वेतप्रदर, पेट दर्द, कान का दर्द, मुंह की झाइयां, कोढ़, बुखार, क्षय और खांसी में भी लाभप्रद रहता है।

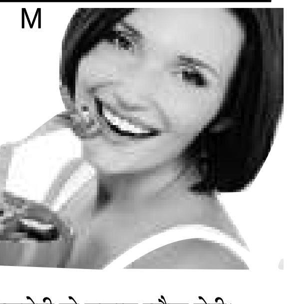
हृदय रोग के लिए तो इसे रामबाण औषधि माना जाता है। यह नाड़ी की क्षीणता को सक्रिय करता है, पुराणी खांसी, श्वास दमा, मधुमेह, सूजन, जलने पर, मुंह के छाले पर और हिस्टीरिया आदि रोगों में लाभदायक है। हृदय की रक्तवाही नलिकाओं में थक्का बनने से रोकता है।?

यह शक्तिवर्धक, चोट से निकलते खून को रोकने वाला (रक्त स्तम्भक) एवं प्रमेह नाशक भी है। इसे मोटापे को रोकने, हड्डियों को जोड़ने में, खूनी पेचिश में, बवासीर में, खून की कलाटिंग रोकने में मदद करता है और केलेस्ट्राल को भी घटाता है। यह ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करता है, पथरी को निकालता है, लिवर को मजबूत करता है, बवासीर को ठीक करता है। ताकत को बढ़ाने के लिए और यह एंटीसेप्टिक का भी काम करता है। आदिवासी इसे उच्च रक्तचाप और हृदय से जुड़ी समस्याओं के लिए अक्सर उपयोग में लाते हैं

हृदय रोग

हृदय रोग के रोगी को के लिए अर्जुनारिष्ट का सेवन बहुत लाभप्रद सिद्ध हुआ है। दोनों वक्त भोजन के बाद 2-2 चम्मच (बड़ा चम्मच) यानी 20-20 मि.ली. मात्रा में अर्जुनारिष्ट आधा कप पानी में डालकर 2-3 माह तक निरंतर पीना चाहिए। इसके साथ ही इसकी छाल का महीन चूर्ण कपड़े से छानकर 3-3 ग्राम (आधा) छोटा चम्मच) मात्रा में ताजे पानी के साथ सुबह-शाम सेवन करना चाहिए।

इन सस्ते, सुपरफूड को खाकर भी आप रह सकते हैं सेहतमंद



हेल्दी रहने का मतलब ये नहीं कि आप महंगे सुपरफूड ही खाएं। बल्कि आप विकल्प के तौर पर सस्ते फूड भी खा सकते हैं। आज हम आपको बताएंगे किस सुपरफूड के बजाय आप कौन सा सुपरफूड खाकर भी उतना ही फायदा ले सकते हैं। M

M नारियल तेल के बजाय सरसों का तेल।

M मिक्स नट्स के बजाय छोले।

M व्हीटग्रास के बजाय पालक।

M बादाम के बजाय ब्रजलि नट।

M सैमन मछली के बजाय सार्डीन मछली।

ब्लूबेरी के बजाय ब्लैक बेरी।

M चिया बीज के बदले तिल के बीज।

M कैल गोभी के बजाय ब्रोकली।

M गोजी बेरी के बदले रसबेरी।

प्रदूषण का आंखों पर भी होता है असर

इस वजह से आंखें में ज्यादा खुश्की आ रही है, जिसके चलते आंसू नहीं बनते या बहुत जल्दी सूख जाते हैं। वायु प्रदूषण लंबे समय से सांस प्रणाली की समस्याओं का कारण बन रहा है। हाल ही में इसका असर आंखों पर भी नजर आने लगा है लकड़ी या कोयले जलते

प्रदूषित पर्यावरण, बढ़ते वायु प्रदूषण और अल्ट्रा वॉयलेट किरणों के बढ़ते प्रभाव की वजह से आंखों पर भी प्रभाव पड़ रहा है। कॉर्निया, पलकों, सिलेरिया और यहां तक कि लेंस पर भी पर्यावरण का असर होता है। बढ़ते तापमान और पर्यावरण के चक्र में आते बदलाव के चलते क्षेत्र में हवा खुश्क हो रही है। समय उसके संपर्क में आने से विकासशील देशों में ट्रोचमा की वजह से आंखों में जख्म हो जाते हैं। उष्णभर संक्रमण होने से पलकों के अंदर जख्म हो सकते हैं, जिससे पलकें अंदर की ओर मुड़ जाती हैं और कॉर्निया से रगड़ खाने लगती हैं और क्षति पहुंचा देती हैं, जिससे नजर भी चली जाती है।

अच्छी सेहत चाहिए तो...

B कहीं भी बाहर से घर आने के बाद, किसी बाहरी वस्तु को हाथ लगाने के बाद, खाना बनाने से पहले, खाने से पहले, खाने के बाद और बाथरूम का उपयोग करने के बाद हाथों को अच्छी तरह साबुन से धोएं।

B घर में सफाई पर खास ध्यान देना चाहिए। सिंक, वॉश बेसिन आदि जैसी जगहों पर नियमित रूप से सफाई करें रहें तथा फिनाइल, फ्लोर क्लीनर आदि का उपयोग करते रहें।

B खाने की किसी भी वस्तु को खुला न छोड़ें, क्योंकि खुले खाने के सेवन से विभिन्न प्रकार के रोगों का सामना करना पड़ता है।

B ताजी सब्जियों और फलों का प्रयोग करने में ही अकलमंदी होती है। इसलिए रोज ताजी सब्जियां और फल लेने चाहिए।

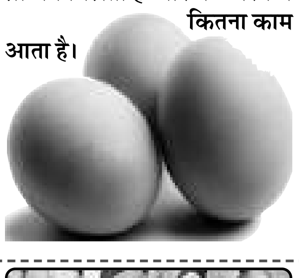
B खाने को सही तापमान पर पकाएं क्योंकि खाने को अधिक तापमान पर पकाने से इसके पौष्टिक तत्व नष्ट हो जाते हैं।

B खाने में सलाद, दही, दूध, दलिया, हरी सब्जियों, साबुत दाल-अनाज आदि का प्रयोग अवश्य करें। कोशिश करें कि आपकी प्लेट में 'वैरायटी ऑफ फूड' शामिल हो

ckt jkd sLokLF; ykHk

बाजरे की रोटी और सरसों का साग सर्दी में लोग खूब चाव से खाते हैं। सर्दी की मौसम में इसकी रोटी या खिचड़ी जरूर खानी चाहिये। बाजरा में मैग्नीशियम, कैल्शियम, मैग्नीज, ट्रिप्टोफेन, फास्फोरस, फाइबर (रेशा), विटामिन-बी और एंटीआक्सीडेंट होते हैं जो शरीर के लिए काफी जरूरी होते हैं। साथ ही बाजरा बहुत ही गर्म अनाज है जो ठंड में शरीर को गर्म रखने में मदद करता है। साथ ही ये हमारी हड्डियों को मजबूती प्रदान करता है।

अंडा



यह एक तरह का प्रोटीन का खजाना माना जाता है। साथ ही इसमें 8 अमीनो एसिड भी होता है। यह बात कोई भी अंडा खाने वाला व्यक्ति जरूर जानता होगा कि अंडा खाने से शरीर को कितना ज्यादा प्रोटीन मिलता है और पेट भरने में कितना काम आता है।

jkxh ds LokLF; ykHk

रागी गेहूं और चावल से सस्ता अनाज है लेकिन उससे अधिक फायदेमंद है। इसे सब पौष्टिक अनाजों में से एक माना जाता है। रागी में मौजूद प्रोटीन को शरीर आसानी से पचा लेता है। रागी में ऐसे कई एमिनो एसिड पाए जाते हैं जो दूसरे अनाज में कम होते हैं या नहीं होते हैं। आहारीय खनिज भी बड़ी मात्रा में पाए जाते हैं, खासकर कैल्शियम जो दूसरे अनाजों के मुकाबले पांच से तीस गुना अधिक मात्रा में पाया जाता है। रागी में फॉस्फोरस और आयरन भी अधिक होता है।

मालिश के लाभ

अलसी का तेल

त्वचा से सम्बन्धित रोगों के उपचार में यह तेल काफी कारगर है। रक्त संचार भी नियमित होता है।

नारियल का तेल

यह तेल मसास के लिए इस्तेमाल होने वाले सबसे प्रचलित तेलों में से एक है। इसका उपयोग थकान दूर करने और शरीर में ऊर्जा का स्तर बढ़ाने के लिए किया जाता है। यह त्वचा की सुंदरता भी बढ़ाता है।

सरसों का तेल

सभी प्रकार का सूजन में गर्म सरसों के तेल से मसाज करना फायदा पहुंचाता है। जिन लोगों की तिल्ली या प्लीहा बढ़ा हुआ है, अगर वो कुनकुने सरसों के तेल से मालिश करें तो उन्हें आराम मिलेगा। सर्दी और कफ से परेशानी होने पर सरसों के तेल में कुछ लहसुन की कलियों को डाल कर गर्म कर लें। खासकर छाती पर मालिश करने से सर्दी और कफ में आराम मिलता है।

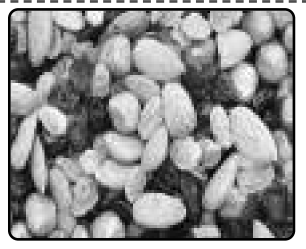
nw/k

दूध एक संपूर्ण आहार है जिसमें मिनरल, प्रोटीन, वसा, कार्बोहाइड्रेट और विटामिन उच्च मात्रा में पाया जाता है। इसे या तो दही या पनीर के रूप में खाया जा सकता है या फिर केवल दूध ही पिया जा सकता है। यह दोनों ही प्रकार से लाभ पहुंचायेगा।

i ih rk

पपीता पचने में आसान है। इससे आमाशय तथा आंत संबंधी विकारों में बहुत लाभ मिलता है। पपीता कब्ज, गैस, एसिडिटी व कफ जैसे रोगों में लाभकारी होता है।

नट्स



रोज एक मुट्ठी भर नट्स खाने से आप दिनभर तरोताजा और एक्टिव महसूस करेंगे। नट्स में खासतौर पर बादाम और अखरोट ज्यादा महत्व रखते हैं। बादाम खाने से दिमाग तेज होता है और खून भी बढ़ता है। साथ ही बादाम को वर्षता दें। बादाम के अंदर अच्छा कोलेस्ट्रॉल और अच्छा वसा पाया जाता है जो शरीर के लिए बिल्कुल भी खराब नहीं होता। इसमें रेशा होता है जो शरीर से वसा को जला कर उसे स्वस्थ्य और एक्टिव बनाता है। अगर आपके पास बादाम है तो आपकी तोंद नहीं निकलेगी।

इन बुरी आदतों से भी आप बन सकते हैं सेहतमंद

हर किसी को कोई ना कोई बुरी आदत होती हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं बहुत सी बुरी आदतें ऐसी भी होती हैं जो असल में बुरी नहीं होती और हेल्थ के लिए फायदेमंद होती हैं।

गॉसिप करना

गॉसिप करना किसे नहीं भाता। आप अगर गॉसिपिंग करते हैं तो आपके लिए अच्छी खबर है। दरअसल, गॉसिप करना आपके लिए सेहतमंद हो सकता है। गॉसिपिंग के दौरान बॉडी से फील गुड हार्मोन रिलीज होता है जो कि तनाव और एंजाइटी से मुक्त करता है।

दिन में सपने देखना-ऐसा माना जाता है कि जो लोग दिन में सपने देखते हैं वो आलसी होते हैं। लेकिन ब्रिटेन की यूनिवर्सिटी कोलंबिया की रिसर्च के मुताबिक, अगर आपका मन इधर-उधर भटकता है तो इससे आप में समस्या सुलझाने की क्षमता बढ़ जाती है।

देर तक सोना

आमतौर पर कहा जाता है जो लोग देर तक सोते हैं वे आलसी होते हैं। लेकिन एक रिसर्च के मुताबिक, जो लोग देर तक सोते हैं उनका मेटाबोलिज्म अच्छा रहता है और वे ओवरवेट भी नहीं होते।

कॉफी पीना

बहुत अधिक कॉफी को सेहत के लिए अच्छा नहीं माना गया। लेकिन कॉफी की कम मात्रा बेशक आपकी सेहत के लिए अच्छी हो सकती है। दिनभर में तकरीबन तीन कॉफी पीने से पित्त की पथरी का खतरा कम होता है। किडनी स्टोन के होने का खतरा भी नहीं रहता।

सेहतमंद और स्वादिष्ट बनाएं सलाद

अगर आप रोज एक ही प्रकार का सलाद खाकर बोर हो गए हैं तो आप इसके विकल्प भी चुन सकते हैं। सलाद में सिर्फ चुकंदर, टमाटर और खीरे ही नहीं होते।

सलाद में आप सैकड़ों किस्म के फल और सब्जियों को मिला सकते हैं। इससे उनका स्वाद बढ़ जाता है। ताजा फल और सब्जियां का अपना स्वाद ही अलग होता है तो उन्हें मिलाकर खाने का आनंद ही अलग है। यह मेल सलाद को अनोखा रंग और रूप देता है। सलाद का स्वाद तो लाजवाब होता है और सेहत के लिए इसके फायदों को जानना इसके स्वाद में इजाफा ही करता है। इसके साथ ही आप सलाद को अलग तरह से तैयार करके भी जायके का अंदाज बदल सकते हैं। आहार के अलावा शारीरिक मेहनत भी हड्डियों के विकास और उनकी ताकत को बनाए रखने में अहम भूमिका निभाती है।

बच्चे को दे सही आहार

तीन साल के बच्चे को दिनभर में 2 कप दूध, डेढ़ से दो कटोरी दाल, 3-4 कटोरी मिला-जुला अनाज 6 से 8 बार खिलाना ठीक रहता है। पानी भी बच्चे को साफ ही देना चाहिए, थोड़ा भी शंका होने या कोई संक्रमण होने पर तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें।

छह या सात माह के बच्चे को मां के दूध के अलावा दो कटोरी मसला हुआ खाना दिनभर में थोड़ा-थोड़ा कर के खिलाना चाहिए। 8 से 10 माह के बच्चे को मां के दूध के अलावा 3 कटोरी खाना दिनभर में खिला देना चाहिए। हर मौसम में आने वाले विभिन्न फल या उनका रस बच्चों को दें। ये फल प्राकृतिक ग्लूकोज, विटामिन तथा पौष्टिकता प्रदान करते हैं बच्चों को। कुपोषण जैसी समस्या का सबसे बड़ा कारण गरीबी और अज्ञानता है। जिन बच्चों को समय पर खाना नहीं मिलता, उनमें कुपोषण होने की सम्भावना सबसे अधिक रहती है।

धीरे-धीरे खायें और पूरा लाभ उठायें

धीरे-धीरे खाने का एक लाभ यह भी है कि इससे आप अतिरिक्त खाने से भी बच जाएंगे। अगर अपनी बाइट्स में थोड़ा अंतराल लें और भोजन को धीरे-धीरे चबायें तो इससे आप अधिक भोजन के सेवन से बचेंगे। यानी आपका वजन बढ़ना कम हो जाएगा। धीरे-धीरे खाने से आपकी पाचन क्रिया दुरुस्त रहती है। आप भोजन को जितना धीरे-धीरे चबायेंगे आपका भोजन उतनी अच्छी तरह पचेगा। आपकी पाचन-क्रिया को भोजन को पचाने में कम मेहनत और समय लगेगा। इससे आपकी चयापचय क्रिया दुरुस्त रहेगी। धीरे-धीरे भोजन करने का एक लाभ यह भी है कि इससे आपका मन शांत रहता है।

गुणों से भरपूर है चावलों का पानी

चावल को उबालने के बाद हम अक्सर उससे पानी को फेंक देते हैं जिसे हम माड़ कहते हैं लेकिन असल में यह पानी गुणों से भरपूर होता है, जिसमें हमें कई बीमारियों से लड़ने की ताकत मिलती है। इसे पीने से हमारे शरीर को काफी फायदे मिलते हैं।

कब्ज दूर करें

कई लोग पेट साफ नहीं होने की वजह से परेशान रहते है। कब्ज के मरीज को हर रोज चावल का पानी पीने से फायदा मिलता है।

डायरिया में असरदार

शरीर में पानी की कमी को दूर करता है। राइस वाटर पीने से डिहाईड्रेशन और दस्त की समस्या भी दूर हो जाती है।

एनर्जी से भरपूर

चावल के पानी में बहुत ज्यादा ऊर्जा होती है। इसके सेवन से व्यक्ति का शरीर चुस्त बना रहता है।

कैंसर

चावल का पानी एंटीआक्सीडेंट और विटामिन का अच्छा स्त्रोत है। कैंसर जैसी घातक बिमारी में लाभदायक होता है।

एल्ज़ाइमर

रोजाना माड़ पीने से इस समस्या से छुटकारा पाया जा सकता है।

गर्म पानी हैं फायदेमंद

चिकित्सक भी सलाह देते हैं कि सुबह उठकर हल्का गर्म पानी पीना चाहिए। गर्म पानी शरीर को अंदर से साफ करता है। अगर आपका पाचन तंत्र सही नहीं रहता है, तो आपको दिन में दो बार गरम पानी पीना चाहिये। सुबह गरम पानी पीने से शरीर के सारे विषैले तत्व बाहर निकल जाते हैं, जिससे पूरा सिस्टम साफ हो जाता है। इसके अलावा वजन कम होता है, शरीर का दर्द दूर होता है और पेट की दूसरी समस्यायें भी दूर होती हैं। लेकिन बहुत गर्म पानी भी नहीं पीना चाहिए। ऐसे पानी का सेवन करें जिसका तापमान सामान्य हो, न तो वह बहुत अधिक गर्म हो और न ही ठंडा।

बच सकते हैं यदि...

T फास्ट फूड का कम से कम सेवन, वक्त पर और संयमित खाना, मोटापा कम करें।

T स्वच्छ पानी का उपयोग, घर का भोजन। नियमित व्यायाम। कम से कम वर्ष में एक बार स्वास्थ्य जांच।

T सोनोग्राफी से शुरुआती दौर में ही रोग का पता लगाया जा सकता है।

T अल्कोहल का त्याग जरूरी क्योंकि अल्कोहल से लीवर खराब हो जाता है और पेनक्रियाज ग्रंथि में सूजन आ जाती है।

डिप्रेशन से दूरी

फोलेट की कम मात्रा का सेवन करने वाले लोगों को डिप्रेशन का ज्यादा खतरा रहता है। ब्रोकली विटामिन बी फोलेट की का अच्छा स्रोत मानी जाती है। विटामिन बी फोलेट मूड बेहतर करता है।

ब्रोकली खाने से न सिर्फ डिप्रेशन होने से बचा जा सकता है, बल्कि कमजोर स्मरण शक्ति, थकान और स्किजोफेनिया जैसी समस्याओं में भी ब्रोकली फायदा पहुंचा सकती है।

कैल्शियम से भरपूर आहार

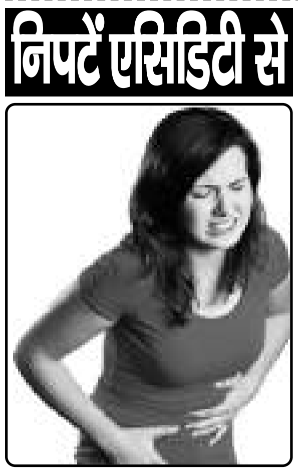
बच्चे को कैल्शियम से भरपूर आहार देना चाहिए। बढ़ते बच्चे को कैल्शियम की जरूरत होती है। कैल्शियम हड्डियों और दांतों को मिलता है साथ ही बच्चे की लंबाई में भी यह फायदेमंद होता है।

दूध में भरपूर कैल्शियम होता है, यदि आपके बच्चे को दूध पसंद नहीं है तो आप उसे कुछ विशेष आहार भी खिला सकती हैं। बच्चे को थोड़ी-थोड़ी मात्रा में पिसा हुआ बादाम, दही, संतरे का जूस, ओटमील और चीज देना फायदेमंद रहेगा।

ihuV cVj culuk Lenh

अगर आप अपना वजन जल्द से जल्द घटाना चाहते हैं, तो आपको चिंता करने की कोई जरूरत नहीं है। क्योंकि इसमें पीनट बटर बनाना स्मूदी आपकी मदद कर सकता है। यह एक संपूर्ण नाश्ता है, जिसे कहीं भी और कभी भी खाया जा सकता है। यह प्रोटीन से भरपूर होने के कारण भूख को कम करने में आपकी मदद करता है। इसको पीने से आपको पेट भर जाएगा और आप बेकार की चीजें खाने से बच जाएंगे। इसे बनाने के लिए एक केले को लेकर अच्छे से ब्लैंड करें और साथ ही दो चम्मच पीनट बटर, एक कप दूध और कुछ आइस क्यूब्स भी डाल दें। यह किसी भी समय खाने के लिए अच्छा नाश्ता है।

निपटें एसिडिटी से



संतुलित आहार और व्यायाम को अपने जीवन का हिस्सा बनाकर आप एसिडिटी को काफी हद तक काबू कर सकते हैं। हमें पर्याप्त नींद लेनी चाहिए। साथ ही नियत समय पर सोने व जागने से भी आप एसिडिटी को रोक सकते हैं। तेज दौड़ती जिंदगी में अपने जीने का अंदाज बदलना भी आपके लिए मुफीद रहेगा।

पीला बुखार

C पीला बुखार के लक्षण

अनिद्रा, काले दस्त, रक्तस्राव, पित्तयुक्त मूत्र।

C रक्तचाप की कमी और नाड़ी की शिथिलता।

C कमजोरी महसूस होना।

C कॉफी के रंग की मितली आना।

C घातक अवस्था में मूत्र आना बंद हो जाना।

C ठंड के साथ बुखार आना।

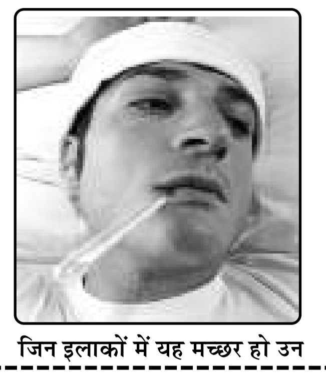
C पीलिया हो जाना।

C शरीर में पीड़ा होना।

C सिर दर्द होना।

पीला बुखार के कारण

पीतज्वर या पीला बुखार अधिकांश रूप से संक्रमित स्थानों की यात्रा करने से फैलता है। साथ ही जिन इलाकों में यह मच्छर हो उन इलाकों में रहने या जाने से भी फैल सकता है।



पीले बुखार के लिए घरेलू उपाय

C काली मिर्च पीले बुखार के इलाज में बहुत कारगर साबित हो रही है। आधा लीटर डिस्टिलड पानी में कुछ तुलसी के पत्ते डालकर उबलने दें। इस पानी में आधा चम्मच कालीमिर्च का पाउडर मिलाएं। इस पानी को रंग बदलने तक उबलने दें। यह पानी न केवल पीले बुखार को कम करता है बल्कि आपको तुरंत उर्जा भी देता है। इस पानी में तीन चम्मच शहद भी मिलाया जा सकता है। इसे दिन में दो बार पीएं।

C एक कच्चा प्याज लें और दो हिस्सों में काट लें। इसे ओवन में डालकर लगभग 15 मिनट के लिए 400 डिग्री पर सेंक लें। ऐसा करने से प्याज का रस आसानी से निकल जाता है। इसमें कुछ बूंदें शहद की मिलाएं। इस मिश्रण को पीले बुखार से निजात के लिए इस्तेमाल करें।

C पीले बुखार से पीड़ित व्यक्ति को डिहाइड्रेशन की समस्या हो जाती है। ऐसे में व्यक्ति और ज्यादा थका हुआ लगता है। एक गिलास पानी में नींबू के रस की कुछ बूंदें मिलाकर पीने से भी पीले बुखार में काफी आराम मिलता है। इस नींबू वाले पानी में एक चुटकी नमक भी मिलाएं। यह पानी डिहाइड्रेशन की कमी को पूरा करता है और रोगी को ऊर्जा देता है।

मेरी दिल्ली हिन्दी दैनिक

मेरी दिल्ली परिवार 1

मेरी दिल्ली हिन्दी दैनिक

प्रहलाद सिंह रहेजा	कुलदीप शर्मा	राजेश गोयल	दीपक मलिक	विनोद बंसल	एच. आर. विज	सचिन जैन	बलविन्दर गोयल	श्रीनिवास गुप्ता	विजय ढींगरा	राजेश अग्रवाल	अनिल मित्तल	राम गोपाल गोयल	जतिन गर्ग	राम ऋषि जिन्दल	प्रमोद गुप्ता
पीयूष आनंद	अनिल बंसल	भूपेन्द्र कु. गोयल	विजय कु. गुप्ता	अशोक कु. गोयल	संजीव कु. बंसल	सुभाष चन्द कसेरा	जय कुमार बंसल	देवेश गुप्ता	विनोद गुप्ता	विनय लाकरा	रतन मित्तल	मोहन जिन्दल	वेद प्रकाश	के. सी. चौधरी	अर्जुन अरोड़ा
अभिषेक अग्रवाल	राजेश अरोड़ा	अजय कु. गोयल	संजय अग्रवाल	ओ. पी. मित्तल	रमेश सी. नांगिया	राजेश अग्रवाल	अजय मित्तल	अशोक गुप्ता	आनंद कु. गर्ग	आदित्य पादिया	संजय गोयल	सुभाष गोयल	जसजीत सिंह	बी. एम. गोयल	सचिन अग्रवाल
तुषार अग्रवाल	सुनील अग्रवाल	कृष्ण कुमार बंसल	अजय गुप्ता	अशोक गुप्ता	राकेश गोयल	राजकुमार जैन	अनिल चड्डा	गुरमीत सिंह	कृष्ण कु. अग्रवाल	अवतार सिंह बग्गा	सचिन गोयल	सुरेन्द्र अग्रवाल	नरेन्द्र कु. सूरी	अमित गुप्ता	राधे मोहन अग्रवाल
अशोक मिश्रा	राजेश गोयल	सुनील अग्रवाल	रोहतास अग्रवाल	सतीश चन्द गोयल	अनिल अग्रवाल	समीर गोयल	अनिल वर्मा	समीर गोयल	मदन मोहन सेठ	पवन कु. गुप्ता	अजय कुमार जैन	विजय कु. बंसल	रोहित गर्ग	अनंत जैन	रमेश गुप्ता
टेकचन्द ग्रोवर	आनंद कु. जैन	राजीव गुप्ता	राकेश मित्तल	रमेश गुप्ता	अचल तलवार	महेश चन्द्र गुप्ता	गिरीश मित्तल	पवन गुप्ता	अभिषेक रातावल	मानस चन्द्र बोथरा	नितिन तायल	महेन्द्र कु. बंसल	अशोक कुमार गुप्ता	रजनीश गर्ग	संजय गर्ग
कार्तिक गुप्ता	मुकेश जैन	पवन कु. गोयल	अजय सिंघल	हरीश चन्द्र अग्रवाल	विनीत जैन	पवन गुप्ता	आई. पी. सिंह	राधे श्याम गर्ग	सतीश चन्द बंसल	सुनील जैन	ओ. पी. दुआ	पवन कुमार डालमिया	नरेश पोद्दार	अमृत पाल सिंह	सत्य नारायण गोयल
गोबिन्द राज गर्ग	गुरमीत सिंह टोनी	प्रतीक सलूजा	राजेश गुप्ता	अजय कुमार गुप्ता	स्नेहलता गर्ग	विनोद कु. बगई	शशिकान्त गोयल	आशीष गुप्ता	पवन कु. पोद्दार	विपिन कु. पोद्दार	राजीव गोयल	अशोक गर्ग	राम लाल गोयल	दया किशन अग्रवाल	हेमन्त गुप्ता
संजय बंसल	भूषण मित्तल	सुरेन्द्र कु. जैन	सौरभ गुप्ता	ओ. पी. बागला	अशोक कु. मंगला	अशोक गुप्ता	राहुल अग्रवाल	संजय गर्ग	राधेश्याम गर्ग	सुभाष सिंघल	रजनीश गोयल	अमित बंसल	हरिओम गोयल	शिव कुमार बंसल	अशोक कुमार गर्ग
अवध अग्रवाल	योगेश सिंघल	विष्णु अग्रवाल	रजनीश गुप्ता	गौरी शंकर गुप्ता	विजय कुमार छाबरा	प्रवीण गुप्ता	राम अवतार वर्मा	कुलभूषण भाटिया	सतीश अग्रवाल	सुरेश कुमार गोयल	सुशील कुमार जैन	सुशील जिन्दल	मनजीत सिंह सचदेवा	मनीष बदगामिया	आशीष जिन्दल
जतिन ग्रोवर	ऋषि गुप्ता	महेश गोयल	प्रवीण गुप्ता	राजेन्द्र प्रसाद गुप्ता	विनोद गुप्ता	सुभाष जिन्दल	प्रेम सोलंकी	राजेश अग्रवाल	के. एल. गोयल	मनमोहन सबरवाल	आर. डी. गुप्ता	सोमनाथ अरोड़ा	राकेश कुमार गोयल	विकास गोयल	नितिन गुप्ता
सुभाष अग्रवाल	नील कमल	नरेश खंडेलवाल	नानक चन्द गोयल	विशाल वधेरा	संदीप कपूर कश्यप	सुशील बंसल	अतुल कुमार शर्मा	अक्षय अग्रवाल	विश्वनाथ गुप्ता	अशोक कुमार गर्ग	संजय कुमार गर्ग	विकास अग्रवाल	विपिन गर्ग	अशोक कपूर	भारत भूषण दीवान
अशोक गोयल	राजेन्द्र कु. डालमिया	राधेश्याम गर्ग	योगेश खंडेलवाल	अनुज मित्तल	ब्रजेश कुमार गुप्ता	राजकुमार गर्ग	विनोद अग्रवाल	मनीष कु. गोयल	दिनेश जिन्दल	सत्य भूषण जैन	दिनेश अग्रवाल	नितिन गुप्ता	सचिन गोयल	महेश कुमार बिन्दल	आई. सी. सिंघल
संजय कु. मित्तल	सत्य नारायण गुप्ता	रमेश गुप्ता	राकेश बिहारी गुप्ता	विनय गुप्ता	गजानंद जिन्दल	नितिन जैन	रमेश गोयनका	सतपाल सिंघल	राजेन्द्र प्रकाश गर्ग	नरेन्द्र गुप्ता	सूरजभान अग्रवाल	आकाश गर्ग	मेघराज गोयल		
गगन दीप अग्रवाल	राजेश गोयल	राजेश मित्तल	गौरी शंकर गर्ग	नितिन गर्ग	प्रवीण गुप्ता	अजय कुमार सिंघल	नरेश मित्तल	श्रीकान्त अग्रवाल	सी. एल. अग्रवाल	रमेश गर्ग	कुलदीप अग्रवाल	विनोद गर्ग	जयपाल जिन्दल		
संदीप कुमार गर्ग	तुषार जैन	एम. पी. शर्मा	राजेश गुप्ता	वरूण जैन	नरेन्द्र कु. बंसल	दर्शन कु. गुप्ता	राजेश अग्रवाल	रमेश कुमार गुप्ता	प्रवीण कुमार	ए. एन. गर्ग	सुरेन्द्र कुमार गर्ग	गिरिश जिन्दल	विजय कुमार गोयल		

क्रमशः

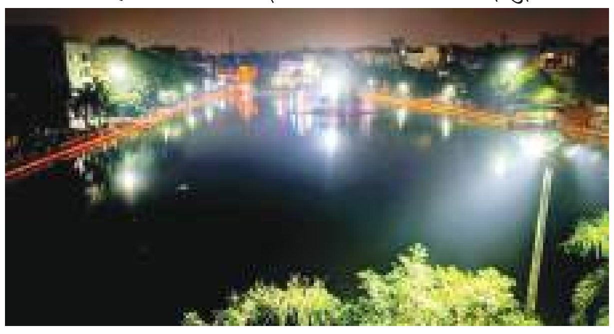
मॉडल टाउन स्थित नैनी लेक झील पर 1100 दीपों के साथ दीप दिवाली उत्सव आयोजित

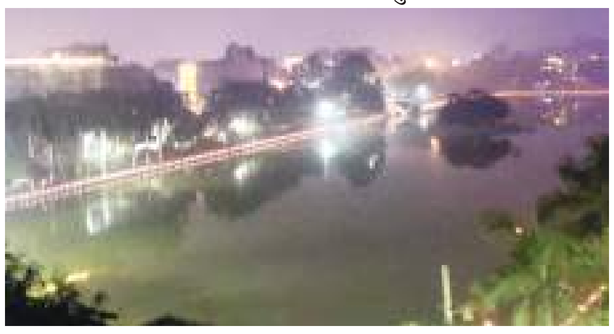
मॉडल टाउन। लेक एरिया रेजिडेंट्स एसोसिएशन मॉडल टाउन (लारा) ने गत वर्ष की भांति इस साल भी मॉडल टाउन स्थित नैनी लेक झील पर 1100 दीप जलाकर दीवाली उत्सव को मनाया। लारा के उप प्रधान व इस कार्यक्रम के स्पॉन्सर पुष्पेंद्र गोयल (सीएमडी-संतुष्टि फिनपैक्स) एवं लारा के महामंत्री मुकेश अग्रवाल ने बताया कि कोरोना संक्रमण के कारण पिछले साल की तरह हमने बड़े लेवल पर यह कार्यक्रम आयोजित नहीं किया क्योंकि इस

पुष्पेंद्र गोयल

मुकेश अग्रवाल

बार लोगों की गैदरिंग पर दिल्ली सरकार ने रोक लगाई हुई थी। वहीं कोरोना महामारी के कारण सोशल डिस्टेंस का भी ध्यान रखना जरूरी था। इसलिए हमारी एसोसिएशन ने म्युनिसिपल कॉरपोरेशन से इजाजत लेकर कुछ रेजिडेंस के साथ मिलकर यह कार्यक्रम आयोजित किया। यह दीपमाला इतनी अधिक भव्य व आकर्षित लग रही थी कि वहां मौजूद लोग इस पल को फोटो के जरिए अपने कैमरे में कैद करना चाह रहे थे। पुष्पेंद्र गोयल ने बताया कि पिछले साल राम दरबार व बनारस की भव्य आरती के साथ हजारों लोगों की मौजूदगी में यह कार्यक्रम किया गया था, जिसका सभी ने लुत्फ उठाया था।





दीप हुंडई में हुंडई विंटर कार केयर कैंप का आयोजन 23 से 30 नवंबर तक

नई दिल्ली। आज समस्त भारतवर्ष में हुंडई कारों को सबसे ज्यादा पसंद किया जाता है, क्योंकि हुंडई मोटर इंडिया द्वारा समय-समय पर अनेक कैंपों के माध्यम से हुंडई गाड़ियों के बेहतर रखरखाव हेतु अपने सम्मानित ग्राहकों को वर्ल्ड क्लास सेवाएं प्रदान की जाती है। हाल ही में ऑटो केयर मैगजीन द्वारा समस्त भारतवर्ष में सबसे अच्छी एवं सबसे सस्ती कारों की सर्विस हेतु सर्वे किया गया कि कौन-कौन सी गाड़ियों की सर्विस सबसे सस्ती है। मैगजीन के सर्वे के

अनुसार यह देखा गया कि समस्त भारतवर्ष में हुंडई गाड़ियों की सर्विस सबसे सस्ती व सबसे अच्छी है।

पूरे देश में हुंडई कारों की बिक्री में सर्वोच्च स्थान हासिल करने वाली दीप हुंडई में 23 से 30 नवंबर तक हुंडई विंटर कार कैंप का आयोजन किया गया है। इस दौरान दीप हुंडई द्वारा सामयिक मैंटीनेंस सर्विस पर 20 प्रतिशत की छूट दी जा रही। इसके अलावा वास, ड्राई क्लीनिंग, स्मोक सैनिटाइजेशन, व्हील एलाइनमेंट, व्हील बैलेंसिंग पर भी 20 प्रतिशत की छूट प्रदान की जा रही है। तो देर किस बात की, हुंडई के सभी सम्मानित ग्राहक अपनी गाड़ी को दीप हुंडई की किसी भी वर्कशॉप में लेकर जाएं और हुंडई मोटर इंडिया द्वारा दी जाने वाली विशेष प्रकार की छूट का लाभ उठाएं।

लक्ष्मी बाई प्रशिक्षण संस्थान ने जरूरतमंदों के बीच मनाई दिवाली

नई दिल्ली। लक्ष्मी बाई प्रशिक्षण संस्थान (एनजीओ) द्वारा दीपावली के पावन अवसर पर मायापुरी-रेवाड़ी लाइन झुग्गी बस्ती के दिव्यांग, बुजुर्ग दंपति और विधवा महिलाओं को उपहार में कम्बल, जुराबें, टोपी, मास्क, आटा, दवाई, मूव, क्रीम, टूथ ब्रश, कोलगेट और मिठाई वितरित की गई। संस्था के चेयरमैन रवि शर्मा और संस्थापिका सीमा शर्मा ने कहा कि हमें ऐसे ज़रूरतमंद परिवारों के साथ ही त्योहारों को मनाना चाहिए। आयोजन में वीनू, कविता, डॉ. पवन, अर्पिता, दीपक गुप्ता, आराधना, सोनिया आदि का भरपूर सहयोग रहा।

पंजाबी बाग में 42 वीं बार सैनिटाइज करवाया गया : कैलाश सांकला

पंजाबी बाग। निगम पार्षद कैलाश सांकला द्वारा पंजाबी बाग वार्ड की सभी कालोनियों को पूरी तरह से सैनिटाइज करवाया गया। 42वीं बार सैनिटाइजेशन का कार्य सुचारू रूप से चल रहा है। श्री सांकला ने बताया कि वैश्विक महामारी कोविड-19 कोरोना संक्रमण से बचने के लिए पंजाबी बाग क्षेत्र की सभी कालोनियों को हाई प्रेशर सुपर पावर जेटिंग मशीन, ड्रोन पंप मशीन, गणेश पंप एवं ट्रैक्टर गाड़ी से सौ फीसदी सैनिटाइज करवाकर जागरूकता अभियान चलाया जा रहा है।

डेंगू, मलेरिया जैसी बीमारियों से बचने के लिए मच्छरों की उत्पत्ति की रोकथाम हेतु सेवा बस्ती, महात्मा गांधी रोड नंबर-33, रघुबीर नगर पुलिया में मच्छरों की उत्पत्ति ना हो इसके लिए भी निगम के स्वास्थ्य विभाग द्वारा दवाइयों का छिड़काव किया जा रहा है। पंजाबी बाग वार्ड क्षेत्र में हमारे प्रयासों द्वारा निगम के उद्यान विभाग, सीएफडब्ल्यू एवं स्वास्थ्य विभाग द्वारा क्षेत्र के सभी कोलोनियों में पश्चिमी पंजाबी बाग, शिवाजी पार्क, अरिहंत नगर, स्वयंसिद्धा कॉलोनी, एमआईजी फ्लैट, लाल क्वाटर फ्लैट, एसएफएस फ्लैटस, ए ब्लॉक जेजे कॉलोनी एवं सरकारी संस्थानों एसीपी ऑफिस, थाना पंजाबी बाग, पुलिस चौकी

मादीपुर, विद्यालयों में तथा उन तमाम स्थानों पर जहां पब्लिक का आना-जाना लगा रहता है जैसे सब्जी मंडी, मदर डेयरी, दवाई की दुकाने, राशन की दुकानों को पूरी तरह से सोडियम हाइपोक्लोराइट से सेनीटाइज करवाया जा रहा है और आगे भी कार्य निरंतर सुचारू रूप से चलता रहेगा।

करीब एक महीने की सुस्ती के बाद पेट्रोल, डीजल में तेजी

नई दिल्ली। शनिवार को समाप्त हुए सप्ताह के दौरान निवेशकों की लिवाली बढ़ने से अंतर्राष्ट्रीय बाजार में क्रूड ऑयल करीब 1.24 प्रतिशत तेज होकर 42.42 डॉलर प्रति बैरल हो गया। क्रूड ऑयल में आई नवीनतम तेजी के बाद चारों महानगरों में पेट्रोल एवं डीजल की खुदरा कीमत में करीब एक महीने तक बनी रही सुस्ती के बाद तेजी आ गई।

चार महानगरों में पेट्रोल की खुदरा कीमत

कीमत : रुपए/प्रति लीटर, नवम्बर, 2020

महानगर	15	16	17	18	19	20	21
दिल्ली	81.06	81.06	81.06	81.06	81.06	81.23	81.36
मुम्बई	87.74	87.74	87.74	87.74	87.74	87.92	88.09
कोलकाता	82.59	82.59	82.59	82.59	82.59	82.79	82.95
चेन्नई	84.14	84.14	84.14	84.14	84.14	84.31	84.46

चार महानगरों में डीजल की खुदरा कीमत

कीमत : रुपए/प्रति लीटर, नवम्बर, 2020

महानगर	15	16	17	18	19	20	21
दिल्ली	70.63	70.63	70.63	70.46	70.46	70.68	70.88
मुम्बई	77.04	77.04	77.04	76.86	76.86	77.11	77.34
कोलकाता	74.15	74.15	74.15	73.99	73.99	74.24	74.45
चेन्नई	76.10	76.10	76.10	75.95	75.95	76.17	76.37

बीते सप्ताह की तुलना में राजधानी दिल्ली में आलोच्य सप्ताह के आरंभिक कारोबारी दिन डीजल की खुदरा कीमत 70.63 रुपए प्रति लीटर के पूर्वस्तर पर ही खुली। समीक्षागत सप्ताह के चौथे दिन यह 17 पैसे मंदी होकर 70.46 रुपए रह गई। इसके अगले दिन भी इसमें कोई बदलाव नहीं हुआ। छठे दिन यह 22 पैसे तेज होकर 70.68 रुपए हो गई। सप्ताहांत में यह 20 पैसे और तेज होकर 70.88 रुपए के स्तर पर पहुंच गई। इस आधार पर देखें तो समीक्षागत सप्ताह के दौरान डीजल की खुदरा कीमत में 25 पैसे या 0.35 पैसे की तेजी आई।

डीजल की तरह ही पेट्रोल की खुदरा कीमत भी आलोच्य सप्ताह के आरंभिक कारोबारी दिन 81.06 रुपए प्रति लीटर के पूर्वस्तर पर ही खुली। छठे दिन यह 17 पैसे तेज होकर 81.23 रुपए हो गई। सप्ताहांत में यह 15 पैसे और बढ़कर 81.38 रुपए पर पहुचं गई। इससे पता चलता है कि समीक्षागत सप्ताह के दौरान पेट्रोल की खुदरा कीमत में 32 पैसे या 0.39 प्रतिशत की तेजी आई।

समीक्षागत सप्ताह के आरंभिक कारोबारी दिन मुंबई में पेट्रोल की खुदरा कीमत 87.74 रुपए प्रति लीटर के पूर्वस्तर पर ही स्थिर बनी रही। छठे दिन यह 18 पैसे तेज होकर 87.92 रुपए के स्तर पर पहुंच गई। सप्ताहांत में 17 पैसे और तेज होकर 88.09 रुपए पर जा पहुंची। स्पष्ट है कि इस दौरान पेट्रोल की खुदरा कीमत में 35 पैसे या 0.39 प्रतिशत की वृद्धि हुई। इसी प्रकार, डीजल की खुदरा कीमत भी 77.04 रुपए के बीते साहांत के स्तर पर ही खुली। चौथे दिन यह 18 पैसे मंदी होकर 76.86 रुपए रह गई। इसके अगले दिन इसमें कोई घटाबढ़ी नहीं हुई। छठे दिन यह 25 पैसे तेज होकर 77.11 रुपए पर जा पहुंची। सप्ताहांत में यह 23 पैसे और तेज होकर 77.34 रुपए पर जा पहुंची। इससे पता चलता है कि डीजल की खुदरा कीमत में 30 पैसे या 0.38 प्रतिशत की तेजी आई।

आलोच्य सप्ताह के दौरान कोलकाता में डीजल की खुदरा कीमत 74.15 रुपए प्रति लीटर के पूर्वस्तर पर ही खुली। अगले दो दिनों तक यह इसी स्तर पर बनी रही लेकिन चौथे दिन यह 16 पैसे मंदी होकर 73.99 रुपए रह गई। इसके अगले दिन इसमें कोई बदलाव नहीं हुआ। छठे दिन यह 25 पैसे तेज होकर 74.24 रुपए पर जा पहुंची। सप्ताहांत में यह 21 पैसे और तेज होकर 74.45 रुपए हो गई। स्पष्ट है कि समीक्षागत सप्ताह के दौरान इसमें 30 पैसे या 0.40 प्रतिशत की तेजी आई। इसी प्रकार, पेट्रोल की खुदरा कीमत भी 82.59 रुपए के पूर्वस्तर पर ही खुली। छठे दिन यह कीमत 20 पैसे तेज होकर 82.79 रुपए हो गई। सप्ताहांत में यह 16 पैसे और बढ़कर 82.95 रुपए के स्तर पर पहुंच गई। इससे पता चलता है कि आलोच्य सप्ताह में पेट्रोल की खुदरा कीमत में 36 पैसे या 0.43 प्रतिशत की तेजी आई।

समीक्षागत सप्ताह के आरंभिक कारोबारी दिन चेन्नई में डीजल 76.10 रुपए प्रति लीटर के बीते सप्ताहांत के स्तर पर ही खुला। चौथे दिन यह कीमत 25 पैसे मंदी होकर 75.95 रुपए रह गई। इसके एक दिन बाद भी यह इसी स्तर पर बनी रही। छठे दिन यह 22 पैसे तेज होकर 76.17 रुपए हो गया। सप्ताहांत में यह 20 पैसे और तेज होकर 76.37 रुपए पर जा पहुंचा। इससे पता चलता है कि आलोच्य सप्ताह के दौरान डीजल में 25 पैसे या 0.35 प्रतिशत की तेजी आई। पेट्रोल भी 84.14 रुपए प्रति लीटर के पूर्वस्तर पर ही खुला। छठे दिन यह 17 पैसे तेज होकर 84.31 रुपए हो गया। सप्ताहांत में यह 15 पैसे और बढ़कर 84.46 रुपए पर पहुंच गया।

निवेशकों की लिवाली बढ़ने से समीक्षागत सप्ताह के दौरान अंतर्राष्ट्रीय बाजार में क्रूड ऑयल 0.52 डॉलर या 1.24 प्रतिशत तेज होकर 42.42 डॉलर प्रति बैरल पर पहुंच गया। (31)

महापौर निवास पर मनाई गई छठ पूजा

लॉरेंस रोड। समस्त देश में छठ पर्व बेहद ही उत्साहपूर्वक मनाया गया। हालांकि कोरोना के चलते लोग इसे सार्वजनिक रूप से नहीं मना पाए लेकिन उसके उपरांत लोगो के साथ-साथ राजनीतिक पार्टियों ने भी इस पर्व को मनाने के लिए लोगो की हर संभव मदद की। कुछ ऐसा ही नजारा लॉरेंस रोड स्थित महापौर निवास में देखने को मिला जहां छठ पर्व बेहद उल्लासपूर्वक मनाया गया। इस अवसर पर निगम पार्षद सुनीता मिश्रा ने मेरी दिल्ली संवाददाता से बातचीत के दौरान कहा कि बहुत से लोग ऐसे भी थे जिनके पास छत नहीं थी, जिससे वह पूजा-पाठ पूरे विधि-विधान से कर पाते। इसलिए महापौर जय प्रकाश जी ने अपने घर पर ही अस्थाई घाट की व्यवस्था की और यहां सबको निमंत्रण दिया कि वह मास्क लगाकर एवं सोशल डिस्टेंसिंग के साथ छठ पर्व मना सकते हैं। इस मौके पर भाजपा दिल्ली प्रदेश अध्यक्ष आदेश गुप्ता, पूर्व केन्द्रीय मंत्री विजय गोयल, निगम पार्षद सुरजीत ठाकुर एवं छठ व्रतियों ने महापौर निवास पर छठ पर्व को मिलकर मनाया।

मशहूर एंकर एवं कलाकार अमृत कालरा जो लोगों को हंसाने में विश्वास रखते हैं जल्द ही ला रहे हैं हंसी से भरपूर एक और धमाकेदार शो। अमृत कालरा बताते है जिंदगी में हमेशा कुछ नया करते रहना चाहिए। यह शो लोगो को गुदगुदाएगा। कोरोना महामारी से इस समय पूरी दुनिया परेशान है। ऐसे में बहुत से लोग डिप्रेशन का भी शिकार होते जा रहे है। ये बस एक छोटी सी पहल है।

स्व. श्रीमती मिथलेश जैन को अर्पित की भावभीनी श्रद्धांजलि

गाजियाबाद। मेरी दिल्ली परिवार के सदस्य सुविख्यात समाजसेवी अरुण कुमार जैन की माताजी श्रीमती मिथलेश जैन (पत्नी स्व. श्री नरेंद्र कुमार जैन) का 16 नवम्बर को आकस्मिक निधन हो गया। वे धार्मिक स्वभाव की एक परोपकारी महिला थीं। उनके निधन से समाज में शोक की लहर दौड़ गयी। उनकी रस्म पगड़ी 20 नवम्बर को दोपहर 2 बजे श्री पार्श्वनाथ दिगम्बर जैन मंदिर, कविनगर, गाजियाबाद में हुई। इस दौरान बड़ी संख्या में लोगों ने उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की।

डीएमआरसी चीफ मंगू सिंह से मिले व्यापारी नेता

बाजारों से सटे सभी स्टेशन गेटों को खोलने की मांग

नई दिल्ली। दिल्ली में कई प्रमुख मेट्रो स्टेशनों के बाहर सुबह और शाम में यात्रियों की लंबी लाइन लग रही है, जिससे शारीरिक दूरी रखने में दिक्कत हो रही है। कोविड-19 संक्रमण रोकने के संदर्भ में 5 सुझावों के साथ चैंबर ऑफ ट्रेड इंड इंडस्ट्री (सीटीआई) के प्रतिनिधिमंडल ने दिल्ली मेट्रो रेल कॉरपोरेशन (डीएमआरसी) के मैनेजिंग डायरेक्टर मंगू सिंह से मुलाकात की।

सीटीआई के चेयरमैन बृजेश गोयल ने बताया कि उन्होंने मेट्रो के एमडी को एक ज्ञापन सौंपा है। इसमें मांग की गई है कि मेट्रो स्टेशन्स पर प्रवेश और निकास के अलग अलग गेट हों। बड़े स्टेशन जैसे चांदनी चौक, लालकिला, राजीव चौक पर सभी प्रवेश निकासी गेट खुले होने चाहिए। इसके अलावा सभी बड़े बाजारों के मेट्रो स्टेशन जैसे कश्मीरी गेट, चांदनी चौक, चावड़ी बाजार, सरोजिनी नगर, लाजपत नगर, राजौरी गार्डन, करोल बाग और नेहरू प्लेस के सारे गेट खोले जाएं।

कश्मीरी गेट मेट्रो स्टेशन का गेट नंबर 1 बंद है, जो कि मोरीगेट और तीस हजारी जाने वाले यात्रियों के लिए प्रमुख है। अब यहां से निकलने वाले यात्री गेट नंबर 4 का इस्तेमाल कर रहे हैं, जो कि लंबा पड़ता है। गेट नंबर 2 पर भी काफी भीड़ होती है। इसी तरह कई स्टेशनों पर सैनेटाइजेशन मशीन और थर्मल स्केनर काम नहीं कर रहे हैं। मेट्रो की फ्रीक्वेंसी बढ़ाई जाए, ताकि स्टेशनों ज्यादा भीड़ नहीं लगे और कम समय में ही मेट्रो आ जाए। इस पर मंगू सिंह ने कहा कि वे मेट्रो गेट्स की स्थिति की समीक्षा कराएंगे। मेट्रो अपनी पूरी क्षमता से चल रही है। अब शारीरिक दूरी के लिए एक सीट छोड़कर यात्री बैठ रहे हैं, इसलिए थोड़ी दिक्कत जरूर होती है।

बृजेश ने कहा कि अभी टोकन सिस्टम नहीं होने से बहुत से यात्रियों को दिक्कत होती है, वे स्मार्ट कार्ड को पेमेंट ऐप से रिचार्ज करना भी नहीं जानते। इस पर डीएमआरसी प्रमुख ने कहा कि आम तौर पर मेट्रो में रोजाना 60 लाख यात्री सफर करते है, लेकिन अभी रोजाना 15 लाख यात्रियों को ही यात्रा कराने का लक्ष्य है। यह आराम से पूरा हो रहा है। ऐसे में अभी टोकन सिस्टम शुरू नहीं होगा। इससे भीड़ बढ़ेगी और टोकन के आदान-प्रदान से भी संक्रमण फैलने की स्थिति उत्पन्न हो सकती है। अभी मेट्रो सिस्टम से किसी को शिकायत भी नहीं हैं। बेहतर प्रबंधन की वजह से यात्रियों को सहूलियत मिल रही है। मुलाकात में बृजेश गोयल के साथ व्यापारी नेता राकेश गुप्ता और हर्षवर्धन बंसल भी मौजूद रहे।

कोरोना वैक्सीन के लिए कोई वीआईपी श्रेणी नहीं : केजरीवाल

कोरोना वॉरियर्स और बुजुर्गों को पहले लगे टीका

नई दिल्ली। दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने शुक्रवार को कहा कि प्रत्येक व्यक्ति की जिंदगी मायने रखती है इसलिए कोविड-19 से बचाव के लिए टीके के लिए कोई भी वीआईपी अथवा गैर वीपीआईपी श्रेणी नहीं होनी चाहिए बल्कि इसके लिए कोरोना योद्धाओं, वरिष्ठ नागरिकों और अन्य बीमारियों से पीड़ित लोगों को प्राथमिकता दी जानी चाहिए। मुख्यमंत्री ने कहा कि ऐसा अनुमान है कि टीके के वितरण की योजना केन्द्र सरकार बनाएगी, लेकिन वह 'प्राथमिकता आधारित' टीकाकरण को वरीयता देंगे जिसकी 'प्रकृति राजनीतिक न हो कर तकनीकी होगी।'

अरविंद केजरीवाल ने एक कार्यक्रम के दौरान कहा कि पूरी दुनिया और दिल्ली सरकार बेसब्री से टीके का इंतजार कर रही है। अनुमान है कि वितरण योजना केंद्र सरकार तैयार करेगी। अगर वे हमसे सुझाव मांगते हैं ... जब लोगों के टीकाकरण की बात आती है तो वीआईपी अथवा गैर-वीआईपी श्रेणियां नहीं होनी चाहिए। सभी समान हैं और सभी का जीवन महत्वपूर्ण है।

केजरीवाल ने सम्मेलन में कहा कि दिल्ली में कोरोना वायरस संक्रमण की 'गंभीर तीसरी लहर' के बावजूद, स्थिति नियंत्रण से बाहर नहीं हुई है क्योंकि शहर की सरकार 'दिल्ली मॉडल' के तहत टेस्ट, संक्रमितों का पता लगाना, आइसोलेशन में भेजने आदि कार्य तेजी से कर रही है।

वैक्सीन बनाने वाली कंपनी सीरम इंस्टिट्यूट ऑफ इंडिया के सीईओ आदर पूनावाला ने कहा कि अप्रैल 2021 तक लोगों को ऑक्सफर्ड कोविड-19 वैक्सीन उपलब्ध करा देनी चाहिए। वह दिल्ली में हुए एक समिट में बोल रहे थे। मीडिया रिपोर्टों के मुताबिक, उन्होंने कहा कि फरवरी 2021 तक देश के हेल्थकेयर वर्कर्स और बुजुर्गों का टीकाकरण किया जाना जरूरी है। उन्होंने यह भी कहा कि आम लोगों के लिए वैक्सीन की दो डोज की कीमत 1 हजार रुपये तक होगी। आदर के मुताबिक साल 2024 तक देश के हर नागरिक का टीकाकरण हो जाएगा।

कोरोना के खौफ के बीच अन्य बीमारियां ले रहीं ज्यादा जान

नई दिल्ली। राजधानी दिल्ली में कोरोना के खौफ के बीच अन्य बीमारियां लोगों की जान ज्यादा ले रही हैं। आलम यह है कि हृदयाघात, उच्च रक्तचाप, टीबी व कैंसर जैसी बीमारियों से जान गंवाने वालों की संख्या कोरोना की तुलना में करीब पांच गुना है। यह बात दिल्ली के निगम बोध घाट पर प्रतिदिन पहुंच रहे शवों के आंकड़ों से सामने आई है। निगम बोध घाट से मिली जानकारी के मुताबिक इन दिनों यहां प्रतिदिन औसतन 100 से ज्यादा शव दाह संस्कार के लिए पहुंच रहे हैं। इसमें यदि 20 शव संक्रमण से जान गंवाने वालों के होते हैं तो 80 लोगों की मौत की वजह अन्य बीमारियां होती है। हालांकि गत वर्षों की तुलना में इस साल ज्यादा शव यहां पहुंच रहे हैं।

Date of Publication- : 22/11/2020
Posted at Delhi R.M.S. on- : 23/24/11/2020
Postal Regn. : DL (W) 05/2065/2018-2020 RNI No. 49326/89
Licence to Post Without Prepayment : U (W) - 08/2018-2020

ॐ ॐ

हमारे अस्तित्व के आधार

नवोन्मेषी

सच है महज संघर्ष ही

सच हम नहीं, सच तुम नहीं, सच है महज संघर्ष ही।
संघर्ष से हटकर जिये तो क्या जिये हम या कि तुम।
जो नत हुआ वह मृत हुआ ज्यों वृंत से झरकर कुसुम।
जो लक्ष्य भूल रुका नहीं
जो हार देख झुका नहीं
जिसने प्रणय पाथेय माना जीत उसकी ही रही।
सच हम नहीं, सच तुम नहीं, सच है महज संघर्ष ही।
ऐसा करो जिससे न प्राणों में कहीं जड़ता रहे।
जो है जहाँ चुपचाप अपने आप से लड़ता रहे।
जो भी परिस्थितियाँ मिलें
काँटे चुभें कलियाँ खिलें
हारे नहीं इंसान, संदेश जीवन का यही।
सच हम नहीं, सच तुम नहीं, सच है महज संघर्ष ही।
हमने रचा आओ हमीं अब तोड़ दें इस प्यार को।
यह क्या मिलन, मिलना वही जो मोड़ दे मंझधार को।
जो साथ फूलों के चले
जो ढ़ाल पाते ही ढ़ले
यह ज़िन्दगी क्या ज़िन्दगी जो सिर्फ पानी सी बही।
सच हम नहीं, सच तुम नहीं, सच है महज संघर्ष ही।

स्व. केसर सिंह गुप्ता जी के जीवन पर सटीक
सुप्रसिद्ध कवि जगदीश गुप्त की कविता

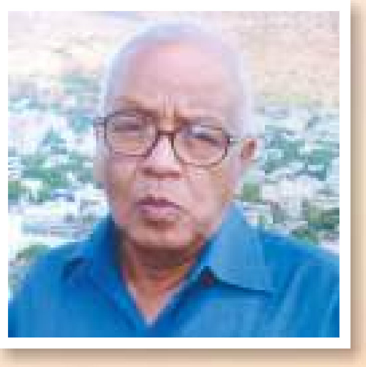
कर्मयोगी, दूरदृष्टा, उत्प्रेरक
हमारे

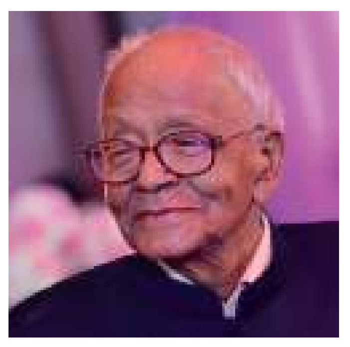
बड़े भाई साहब

स्व. श्री केसर सिंह गुप्ता

25 नवम्बर, 1934 – 20 नवम्बर, 2017
को एन.एन.एस परिवार द्वारा

भावभीनी श्रद्धांजलि





-: श्रद्धावनत :-
NNS
Media Group Since 1950

NNS National News Service | व्यापार केसरी | मेरी दिल्ली | BUSINESS STAR | nns | Business & Residents' DIRECTORIES | nnscommodity news.com | GLOBAL BUSINESS ICON AWARDS | RASHTRIYA ICON AWARDS
मेरी दिल्ली अवार्ड्स | मेरी दिल्ली उत्सव | FOOD & TECHNOLOGY EXPO | GOVERNMENT ACHIEVEMENTS & SCHEMES EXPO | INTERNATIONAL AGRICULTURE & HORTI EXPO | WORLD Organic EXPO | FARMERS WORKSHOPS किसान गोष्ठी | National Seminar & Exhibition on Spices & Herbs | Events Exhibitions & Seminars | Play School Fair