

वर्ष-04 अंक-11

सूरजपुर से प्रकाशित

बुधवार 06 नवम्बर से 05 दिसम्बर 2024 तक

पृष्ठ-8 मूल्य-10 रुपये

संपादक : बिंदु सिंह

छत्तीसगढ़ देश के लिए एक मिसाल, यहाँ विकास के नये कीर्तिमान बन रहे - उपराष्ट्रपति जगदीप धनवड़

राज्योत्सव की समाप्ति बेला और राज्य अलंकरण समारोह को संबोधित करते हुए कहा

- अटल जी ने ऐसी सर्जरी की कि किसी को पीड़ा नहीं हुई और तीन राज्यों का निर्माण किया
- उपराष्ट्रपति ने कहा छत्तीसगढ़ के 36 सम्मान, इन्हें देखकर मुझे ऊर्जा मिली है
- हमारा उद्देश्य समग्र विकास, छत्तीसगढ़ में हो रहा बढ़िया काम - राज्यपाल रमेन डेका
- सबकी भागीदारी से विकसित छत्तीसगढ़ का संकल्प होगा पुरा-मुख्यमंत्री विष्णु देव साय

हथोर समाचार



कि किसी को पीड़ा नहीं हुई और तीन राज्य बनाए, मैं उन्हें नमन करता हूँ। आपने पड़ोसी राज्य के मुख्यमंत्री को बुलाकर एक बड़ा मापदंड हासिल किया, इसके लिए मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय बधाई के पात्र हैं। अटल जी ने जो कारोगरों की, उसमें कोई दद्द नहीं था। भाई चारा था। अगले साल छत्तीसगढ़ अपने स्वर्ण युग में प्रवेश करेगा इसका सुखद समन्वय भारत के अमृतकाल के साथ हो रहा है। हमें अपनी गौरवमयी विरासत को नहीं भूलना चाहिए। यह मौका है हमारे महापुरुषों को याद करने का। आज जब हम अमृतकाल मना रहे हैं। मुझे और आपको गर्व है कि जिन लोगों ने अपना बलिदान किया, उन्हें दूर दूर जाकर हम उन्हें नमन कर रहे हैं। उनके समक्ष नतमत्क दो रहे हैं। भारत के विरसा मुंबई, शहीद वीरानायण सिंह जैसे लोगों ने विषम हालत में स्वतंत्रता की ज्योति को जलाये रखा, हम उन्हें हमेशा स्मरण करते हैं और इसके लिए जनजीतीय दिवस मना रहे हैं। इन महापुरुषों ने निःस्वार्थ भाव से समाज की सेवा की। इस मौके पर आपको मैं चिंतन और मंथन के लिए भी आग्रह करूँगा। सेवा निःस्वार्थ होना चाहिए, इसमें कोई स्वार्थ नहीं होना चाहिए। निःस्वार्थ सेवा के नाम पर या आइ पर हमारी श्रद्धा को परिवर्तन करने का प्रयास किया जा रहा है। हमारी संस्कृति हजारों साल पुरानी है उस पर प्रहर किया जा रहा है। इस पर हमें सजग होना चाहिए। यह धनबल आधार पर हो रहा है। भौलेपन के आधार पर हो रहा है। भारत की आत्मा को जीवंत रखने के लिए ऐसी ताकतों को कुचलने की आवश्यकता है। आपसे

आग्रह है कि इनसे सचेत रहिये। इन प्रयत्नों में खासतौर पर हमारे आदिवासियों भाईयों को निशाना बनाया जाता है। हमारे भारत की संस्कृति सबको समेटे वाली संस्कृति है। इस विशेषता को बरकरार रखना है। इस राज्य के युवाओं के लिए एक और चिंता का कारण है जिस पर यह सरकार काम कर रही है। मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय और पूर्व मुख्यमंत्री डा. रमन सिंह ने नक्सलवाद से लड़ने का काम किया है। सरकार की सकारात्मक नीतियों की वजह से युवाओं को अनेक अवसर मिल रहे हैं। राज्य की गति और देश की प्रगति में बड़ा जुड़ाव है। राज्य की प्रगति और देश की प्रगति एक दूसरे की प्रूक है। भारत की विकास यात्रा ने दुनिया को चमत्कृत कर दिया है। दुनिया हमारी तकनीकी प्रगति को देखकर दांतें तले डांगी दबा रही हैं। मेरे मन में शंका नहीं है कि छत्तीसगढ़ का देश की प्रगति एक दूसरे योगदान रहेगा। छत्तीसगढ़ की प्राकृतिक संपदा बेतव हमेशा रहेगी। इस राज्य में अनेक संभावनाएं हैं। इस और ध्यान दिया जा रहा है। नतीजे भी अच्छे आ रहे हैं। यहाँ की खनिज संपदा जैसे बस्तर का लौह अयस्क, कोरबा का कोयला भारत के औद्योगिक विकास की प्राणायाम है। इस भूमि को धान का कटोरा कहा जाता है। यह राष्ट्र के विकास में अप्रणी भूमिका निभा रहा है। एक बात में जरूर ध्यान दूँगा और आपसे भी आग्रह करूँगा कि राज्य का हित राष्ट्रीय दृष्टिकोण से देखा जाएगा, राज्य का हित राष्ट्र के हित से अलग नहीं है। प्रदेश के निरंतर विकास के लिए मैं मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय को बधाई देना चाहता हूँ।

प्रदेशवासियों को
दीपावली एवं
छठ पर्व की
हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं...



M. Venkatesan
(CMD)



J. Jaivel
Director

Chennai
Radha engg
Works
(P) Ltd.

संपादकीय

कालीदास पांडेय

(प्रातः आवाज)। जियो स्टूडियोज रेहिट शेष्टी पिक्चर्ज, रिलायंस एंटरटेनमेंट, सिनर्जी और देवगन फिल्म्स के सहयोग से निर्मित ड्रामा, इमोशन और एकशन से भरपूर फिल्म सिंघम अगेन दिपावली के अवसर पर रिलीज किए जाने के बाद सिंगल स्क्रीन और नेशनल मल्टीप्लेक्स चेन में शानदार ऑफिस प्रिसेसों के साथ धमाल मचा रही है। सिंघम अगेन ने रिलीज के पहले दिन दुनिया भर में 65 करोड़ रुपये की कमाई की और भारत में 43.7 करोड़ रुपये की कमाई की, जिसे रेहिट शेष्टी-अजय देवगन के सहयोग से बनी अब तक की

ਸਾਬਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਮਾਈ ਕਰਨੇ ਵਾਲੀ ਫਿਲਮ ਬਨ ਗਈ ਹੈ ਸਿੰਘਮ ਅਗੇਨ

सबसे बड़ी ओपनिंग के रूप में देखा जा रहा है। इस फिल्म ने टिकट काउंटर पर मजबूत एडवांस और लोगों की प्रशंसना के साथ देश भर में दर्शकों को रोमांचित किया है, जो आने वाले समाहित को शानदार बनाने का वादा करता है। स्त्री 2 के बाद यह साल की दूसरी सबसे बड़ी ओपनिंग है, जो जियो स्टूडियो की ही फिल्म थी। सिंघम अगले को अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर 2,000 से अधिक स्क्रीनों पर प्रदर्शित करने के साथ, निर्माताओं ने एक बेजोड़ वैश्विक पहुंच हासिल कर ली है।

इसमें ऑस्ट्रेलिया, न्यूजीलैंड और फिजी में रिकॉर्ड 197 स्क्रीन, उत्तरी अमेरिका में 760 से अधिक स्क्रीन के साथ पहली फिल्म और युके और आयरलैंड में 224 स्क्रीन के साथ व्यापक रिलीज शामिल है। कनाडा में, सिंघम अगेन को शीर्ष सिनेमा शृखलाओं में दिखाया गया है, अकले सिनेलोक्स का देश के बॉक्स ऑफिस पर 80 प्रतिशत हिस्सा है। यह फिल्म एक अविस्मरणीय सिनेमाई अनुभव सुनिश्चित करने के लिए प्रशंसक-पसंदीदा पात्रों को फिर से जोड़ता है। सलमान खान

विशेष कैमियो के साथ अजय देवगन, रणवीर सिंह, करीना कपूर, दीपिका पादुकोण, अक्षय कुमार, टाइगर ब्रांफ, अर्जुन कपूर और जैकी ब्रॉफ अभिनेत, सिंघम अगेन ने देश और वर्दंश में जोरदार शुरुआत की है। आलोचक और फिल्म टेड वर्शलेखक अजय देवगन, ज्योति देशपांडे और रोहित शेंद्री द्वारा युकूरूप से निर्मित सिंघम अगेन की सराहना कर रहे हैं, तरण नारदस ने इसे बहुत बढ़िया और बहुत बड़ी फिल्म कहा है, बनकि कोमल नाहटा ने इसे सुपरहिट बताया है। टाइम्स ऑफ

इंडिया जैसे राष्ट्रीय दैनिकों ने फिल्म को बेहद मनोरंजक और जोरदार एकशन के रूप में सराहा है, और दैनिक भास्कर ने बाजीशब सिंघम के रूप में अजय देवगन, खासकर सिम्बा के रूप में रणवीर सिंह और सर्वथवंशी के रूप में अश्वय कुमार और चुलबुल पांडे के रूप में सलमान खान के बहुप्रतीक्षित प्रदर्शनों की सराहना की है, जो लगातार ताली बजाने और उच्च ऑफटेन मनोरंजन प्रदान करते हैं।

दिया, बालीवुड हामांने सिंधम अगें को आम जनता के लिए एक बड़ा दिवाली धमाका बताया, पिंकविला ने इसे मनोरंजन और आश्चर्य से भरपूर बताया, और ट्रेड विश्लेषक मिस मालिनी ने इसे रोष, परिवार और अविस्मरणीय वीरता का दिवाली तमाशा कहा।

प्रतियोगिता में मटके पर ठीक निशाना लगाने से विश्वरथ सबमें प्रिय हो गया। तब तक विश्वरथ को गुरुकुल में आये केवल तीन महीने ही हुआ था।

गुरुकुल में शिक्षा प्राप्ति के समय ही वह सम्पूर्ण आयोवर्तमान सबसे बड़ा महारथी हो चुका था। तभी उसके पिता भरतराज गाधिका देहांत हो गया।

अगस्त उसे अधूरी शिक्षा में छोड़नहीं सकते थे। विश्वरथ का मन राज्य-काज में नहीं लगता था। उस समय तक उन्हें मंत्रदर्शन होने लगे थे।

भारत के सर्वाधिक प्रतिष्ठित ऋषि महर्षि विश्वामित्र

अशोक प्रवृत्ति

भारत के सर्वाधिक प्रतिष्ठित ऋषि महर्षि विश्वामित्र ने न सिर्फ अपने ज्ञान और तपस्या के बल पर भारतीय धर्म और संस्कृति को समुद्ध किया, बल्कि अपनी साधानाव तपस्या के बल पर क्षत्रियत्व से ब्राह्मणत्व धारण कर सातवें मन्वन्तर के सप्तऋषियों में शामिल होने में सफलता प्राप्त कर ली और अपनी कर्म से शुद्धि (आर्य बनाने) आंदोलन के प्रथम पुरुष के रूप में कृवंकर्तों विश्वामर्यम के उद्घोषक भी बने। राजर्षि से ब्रह्मर्षि बने विश्वामित्र ने अपने कर्म से यह सिद्ध कर दिखाया कि संध्योपासना व तपस्या के बल पर सब कुछ संभव किया जा सकता है तथा प्राणी को काम व क्रोध से अपनी शक्ति को बचाकर रखना चाहिए, अन्यथा जीवन का मार्ग और अधिक समय साध्य व कष्ट साध्य हो जाती है। गायत्री मंत्र के द्रष्टा (दृष्ट) महर्षि विश्वामित्र का वैदिक चिंतन में विशेष स्थान है। विश्वामित्र ही ऋवेद में दस मंडलों में से तृतीय मंडल के द्रष्ट हैं। इस कारण तृतीय मंडल को वैश्वामित्र मंडल कहा जाता है। तीसरे मंडल में इंद्र, अदिति, अग्नि, उषा, अश्विनी आदि देवताओं की स्तुतियों के साथ-साथ ज्ञान-विज्ञान, अध्यात्म और गौ महिमा का वर्णन है। ऋवेद के तीसरे मंडल के 62वें सूक्त में गायत्री मंत्र का वर्णन अंकित है—

भूमुखः स्वः तत्पात्रवृत्तरप्य भगा दवस्य
धीमहि धियो यो नः प्रचोदयत

अर्थात्- उस प्राणस्वरूप, दुखनाशक, सुखस्वरूप, श्रेष्ठ, तेजस्वी, पापनाशक, देवस्वरूप परमात्मा को हम अपने अन्तःकरण में धारण करें। वह परमात्मा हमारी बुद्धिको सम्मार्ग की ओर प्रेरित करें। गायत्री मंत्र को सभी वेद मंत्रों का मूल कहा जाता है। वैदिक और पौराणिक ग्रंथों में विश्वामित्र के संबंध में अकित विस्तृत वर्णनों के समीचीन अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि ऋषि विश्वामित्र शुद्धि (आर्य बनाने) आंदोलन के प्रथम पुरुष थे। वे देवासुर संग्राम काल में आयंभूमि नाम से संज्ञायित सप्त सिंधु प्रदेश अर्थात् सिंधु, सरस्वती, दृश्यद्वी, शतद्र, परुणी, असीकृ और वितस्ता तक फैले विशाल प्रदेश, जो तिब्बत से होकर बिन्ध्य तक फैला हुआ था, में भरत नाम की प्रतापी जाति में उत्पन्न महाराजा गांधि के पुत्र थे। उनके जन्म की कथा भी रोचक है। महाराज गांधि को बड़ी उम्र हो जाने के बाद भी उनके उत्तराधिकारी के रूप में कोई पुत्र उत्पन्न नहीं होने से वे चिंतित थे। यद्यपि उनकी एक पुत्री सत्यवती थी, जिसका विवाह ऋषि भगु ऋचिक के साथ हो चुका था। सत्यवती ने अपने पति भगु से अपने भाई के पैदा हो सकने अर्थात् अपनी माता के पुत्रवती होने की कामना करते हुए इसके लिए वरुण देव से प्रार्थना करने के लिए कहा। सत्यवती के बारम्बार इस बात के लिए कहे जाने पर भगु ऋचिक ने वरुण देव से प्रार्थना की। राजा गांधि को और ऋचिक ऋषि अर्थात् सत्यवती को एक साथ पुत्र हुआ। राजागांधि के पुत्र का नाम विश्वरथ और सत्यवती के पुत्र का नाम जमदग्नि रखा गया। दोनों मामा-

भांजे एक साथ रहने लगे। दोनों कभी अलग नहीं होना चाहते थे, जैसे दो शरीर एक प्राण हों। दोनों को साथ ही शिक्षा प्राप्ति हेतु ऋषि अगस्तके गुरुकुल भेजा गया। उस गुरुकुल में आर्यावर्त के बहुत से राजा-ओं के बच्चे भी पढ़ते थे, लेकिन ये दोनों बहुत मेधावी थे। इसलिए कम समय में ही अपने गुरु के सर्वाधिक प्रिय शिष्य हो गए। एक बार गुरुकुल में आयोजित प्रतियोगिता में धूमती हुई मटकी पर निशाना लगाने की गुरु अगस्त की आज्ञा पर विश्वरथ ने वरुण देवता को ध्यान कर बाण छोड़ा, जो ठीक निशाने पर जाकर लगा। वहाँ राजा दियोदासभी अगस्तके गुरुकुल में मुख्य अतिथि के नाते तथा उनका पुत्र सुदास भी गुरुकुल के पुराने छात्र के रूप में उपस्थित था। नए- पुराने सभी छात्र प्रतियोगिता में अपनी करतब दिखाता रहे थे। प्रतियोगिता में मटके पर ठीक निशाना लगाने से विश्वरथ सबमें प्रिय हो गया। तब तक विश्वरथ को गुरुकुल में आये केवल तीन महीने ही हुआ था। गुरुकुल में शिक्षा प्राप्ति के समय ही वह सम्पूर्ण आर्यावर्तमें सबसे बड़ा महारथी हो चुका था। तभी उसके पिता भरतराज गाधिका देहांत हो गया। अगस्तउसे अधीरी शिक्षा में छोड़ नहीं सकते थे। विश्वरथ का मन राज्य-काज में नहीं लगता था। उस समय तक उह्ये मंत्र दर्शन होने लगे थे। इसलिए उनकी इच्छा ऋषि बनने की थी। उनका मन आश्रम से निकलने को नहीं हो रहा था। उनकी यह जानने की इच्छा थी कि आखिर ऋषि अगस्त दस्यु राज को समाप्त करना क्यूँ चाहते हैं? वरुण देवता की कृपा असुरों पर क्यों नहीं? उस समय दो प्रकार के चिंतन की दिशा उभरती दिखाई दे रही थी। ऋषि वशिष्ठ रक्त शुद्धि (अनुवाशिक) की बात करते थे, वहाँ विश्वरथसभी को आर्य बनाने का अधिकार मानते थे। असुर राज शंबर 99 किलोंका स्वामी बहुत बलशाली था, तेकिन आयों में धृणा का पात्र था। दस्यु केवल दास बन सकते थे। दस्यु महिलाएं केवल दासी हो सकती थी। यही अंतर था विश्वरथ और वशिष्ठ में। विश्वरथ तपस्या के पक्ष में थे, तो वशिष्ठ सत्संग के। आज की भाषा में विश्वरथराष्ट्रावीरीथे, तो वशिष्ठ कर्मकांडी थे। विश्वरथ कृपवतो विश्वामर्यमके असली उत्तराधिकारी थे। संयोग से इसी समय भूलवश शम्बर राजके सैनिकों ने विश्वरथऔर उनके मित्र ऋक्ष का अपहरण कर लिया। शम्बरको यह पता नहीं था जिसका अपहरण किया जा रहा है वह भरत वंश का राजकुमार है। असुरों की कोई लड़ाई भरतों से नहीं थी। अगस्त यह चाहते थे कि सभी आर्य एक क्षत्र के नीचे आ जाएँ। हालांकि यह अपहरण अनजाने में ही हुआ था। और दस्युराज शम्बर के यहाँ विश्वरथ के पहुंचने के समय भी ठीक से इनका परिचय यह नहीं हो पाया। बंदी जीवन व्यतीत करते हुए घटनाक्रम में शम्बर राज का पुत्र बीमार हुआ। वहाँ का राजगुरु उपचार के लिए बुलाया गया, जो शैव (उग्रदेव) था, और भगवान शंकर काउपासक थे, अर्थात् शिवलिंगकी असरशंकरउपासक थे,

पूजा करते थे। विश्वरथ को यह समझने में देर नहीं लगी कि यह संघर्ष वरुणदेव और शिवलिंग पूजकों (शैव) के बीच है। असूर राजपुरोहित ने शम्भव राज से कहा कि मृत्यु के देवता भी उसे वापस नहीं कर सकते। सभी निराश हो गए। बच्चे की माँ ब्यथित हो रोने-कलपने लगी। विश्वरथ उसके दुःख को देख न सके। उसने दस्युराज से कहा यह तो मृत्यु को प्राप्त हो ही चुका है, एक अवसर मुझे दो, हीं सकता है मैंप्रार्थना कर अपने इष्ट के द्वारा मैं इसे जीवित कर सकूँ। अधेरी को यह स्वीकार तो नहीं था, लेकिन राजा ने आज्ञा देदी। विश्वरथ ने वरुण देव का आवाहन किया और उनसे प्रार्थना करते हुए कहा- हे वरुण देव अधिकर ये भी तो आपकी ही संतान हैं, उसे जीवित करो। उसने अपनी तपस्या को दांव पर लगा दिया। वरुण देव ने प्रसन्न हो उस बालक को जीवित कर दिया। दस्यु परिवार में विश्वरथ की धाक सी जम गई। दस्यु राजकुमारी उग्रा उससे प्रेम करने लगी। लेकिन उस अनार्य उग्रा को विश्वरथ कैसे स्वीकार कर सकता था? परंतु देवों को यह स्वीकार था कि सभी मानवों को आर्य बनाया जाय। देवाज्ञा से विश्वरथ ने उसे स्वीकार किया। वे पति-पत्नी के रूप में रहने लगे। लेकिनअगस्त कहाँ बैठने बाले थे? उन्होंने दस्युराज पर आक्रमण कर दिया। भरतों के राजकुमार का अपहरण होने की बात पर आर्य संगठित हो गए, और उन्होंने दस्युराज के 99 किलों को जीत लिया। उग्रा ने विश्वरथ को बलि होने से बचा लिया। समय पर अगस्त को सचना दे अपने किले पर आक्रमण कराया। आयों की विजय हुई। उग्रा के पिता शम्भव ने उग्रा को कुल देहिणी कह उसे पतित कहा। लेकिन उसने सभी अपमान पीकर विश्वरथ को जीवन दिया। अगस्त विश्वरथ पर दबाव बनाने लगे कि वह कुरुपू अनार्य उग्राको छोड़ दे अथवा अपनी दासी बना ले। यह विश्वरथ को स्वीकार नहीं था। वे मानव-मानव में भेद नहीं मानते थे। उग्रा को आर्य में परिवर्तित करने के लिएविश्वरथ गयत्री मंत्र का जाप करते हैं, लेकिन लोग अभी भी उग्रा को स्वीकार करने से डंकार करते हैं। जल्द ही उग्रा एक पुत्र को जन्म देती है, लेकिन नाराज लोगों से पुत्र को बचाने के लिएउस समय की सबसे बड़ी महिला संत लोपामुद्रा बच्चे को एक सुरक्षित एवं गम स्थान पर भेज देती हैं। लोग उग्रा को मार देते हैं। इससे लोपामुद्रा और विश्वरथ अल्पतं दुखी हो जाते हैं, परंतु उग्रा पुत्र बच जाता है। यह बात विश्वरथ को पता नहीं होती। धीरे-धीरे यह बच्चा बड़ा होता है और राज अंबरीष के समारोह के कार्यक्रम में स्वयं को बलिदान करने के लिए उपस्थित होता है। इस समय तक विश्वामित्र को देव दर्शन और मंत्र दर्शन होने लगे थे। उनका मन राज-पाट में नहीं लगता। अब वे तत्सुओं को छोड़कर भरत ग्राम चले गए। वहाँ उनका राजतिलक भी हुआ। लेकिन उनका मन तो तपस्वी का था। उन्होंने तपस्यारत गयत्री मंत्रके दर्शन किए। उन्होंने कृष्णन्तो विश्वामार्यमका उद्घोष किया। उन्होंने ब्रह्मांड को सिर्फ देखा ही

नहीं उसके संघर्षण की आवाज भी गायत्री मंत्र-? ३ म भूर्भुवः स्वः तत्स .. के रूप में सुनी। और इसके द्वारा सभी मनुष्यों की शुद्धि और सभी को आर्य बनाने की प्रक्रिया शुरू हो गई। सुधार आंदोलन के अंतर्गत इस मंत्र के अभ्यास को स्त्रियों और सभी जातियों में फैलाया। और कहा कि गायत्री मंत्र का उच्चारण व जाप सभी के लिए खुला है। इसलिए इसका व्यापक रूप से जाप कर मनुष्यों को श्रेष्ठ बनाना चाहिए। वास्तव में आर्यावर्त के सबसे बड़े महारथी के रूप में उनकीवशिष्ठ से कोई प्रतियोगिता नहीं थी। वे अपने मार्ग के अंकेले ऋषि थे। उनके ब्रह्मर्षि बनने की इच्छा होने की बात गलत और अफवाह है। वे ऋवेद के प्रथम मंत्र दृष्ट होने के कारण ब्रह्मर्षि तो अपने आप ही थे। विश्वरथ के रूप में अध्ययन करते समय ही मंत्र दृष्ट हो जाने से विश्वामित्र बन मर्हि हो गए थे। तत्सुओं, भरतों समस्त आर्यावर्त के पुरोहित हुए। लंबी तपस्या की यात्रा के चरम प्रत्रऋषि विश्वामित्र की योग शक्ति भी चरम पर पहुंच गई थी। इस बिंदु पर पहुंचकर भगवान ब्रह्मा ने इंद्रदेव के नेतृत्व में राजा कौशिक को ब्रह्मर्षि की उपाधि दी और उन्हें एक नाम दिया-विश्वामित्र अर्थात् जो सबका पित्रि हो, जिसके हृदय में असीमित करुणा हो। उन्होंने प्रत्यक्ष देवासुर संग्राम को देखा था। वे सभी को समान देखते थे और शिव और वरुण दोनों को देव मानते थे। उन्होंने इसका प्रत्यक्ष अनुभव किया था। देवासुर संग्राम और कुछ नहीं शैव और वरुण के समर्थकों, अन्यायियों अथवा उस संस्कृतियों के मानने वालों के बीच का संघर्ष था। अपने कर्म से दोनों के पूज्य हो गए। वे राष्ट्र को मजबूत दिशा में ले जाना चाहते थे। वे सभी को आर्य बनाने से वे बचति नहीं होने देना चाहते थे। दोनों को एक करने का संकल्प आर्यावर्त के सर्वश्रेष्ठ राजवंश भगवान श्रीराम द्वारा रामेश्वरम में शिवलिंग की स्थापना करा सम्पूर्ण भारतवर्ष को आर्यावर्त में परिणित करना दोनों एक हैं, यह सिद्धकर नवीन पूजा पद्धति विकसित कर भारतवर्ष को, आर्यावर्त को राष्ट्र स्वरूप दिया। ऋषि अगस्त और ऋषि लोपामुद्रा भी अपने प्रिय शिष्य से सहमत थे। उन्होंने दक्षिण में विश्वामित्र के इस महान कार्य को पूरा किया। एक अन्य कथा के अनुसार राजा हरिश्चंद्र को वरुण देव के शाप से मुक्त करने हेतु नरमेध यज्ञ करने जमदग्नि और विश्वामित्र गए। वहाँ सम्पूर्ण आर्यावर्त के सभी राजा उपस्थित थे। वे विश्वामित्र का प्रताप देखने आए थे कि आज नर बलि होने से पूरे आर्यावर्त में विश्वामित्र की कैसी बदनामी होगी? वे आज क्या कहेंगे? लेकिन बलि के लिए लाए गए शुनःशेष के मुख से विश्वामित्र के प्रताप सेवेद मत्र उच्चरित होने लगा और सभी ने देव दर्शन किया। इस पर जय-जय कर होने लगा। उस शुनःशेष को उन्होंने अपना पुत्र स्वीकार किया। अपने राज्य के उत्तराधिकारी के नाते अपने पुत्र को राजतिलक कराया और अपना आध्यात्मिक उत्तराधिकारी शुनःशेषको अपनाया।

(श्याम यादव)

गौरतलब है कि लोकसभा में भाजपा से ज्यादा सीट समाजवादी पार्टी और कांग्रेस के गठजोड़ में जीती ली थी और ऐसे में अधोविष्ट तौर पर योगी के खिलाफ एक वातावरण निर्मित किया गया था जिसमें दोनों उपमुख्यमंत्रियों के कथे से योगी को निशाने पर लिया गया था। उत्तर प्रदेश में इस माह में होने जा रहे 9 विधानसभाओं के उपचुनाव के परिणामों का असर ना तो उत्तर प्रदेश की राज्य की योगी आदित्यनाथ सरकार पर पड़ने वाला है और ना ही लोकसभा की नरेन्द्र मोदी सरकार पर फिर भी इन उपचुनाव को भारतीय जनता पार्टी और समाजवादी पार्टी दोनों में ही अपनी प्रतिष्ठा का प्रश्न बना लिया है। कारण भी है कि इन चुनावों में कांग्रेस मैदान में नहीं है और मुकाबला बीजेपी और सामाजवादी पार्टी में है। 13 नवंबर को जिन सीटों पर चुनाव होना है, वहां भाजपा ने 9 में से 8 सीटों पर अपने प्रत्याशियों को मैदान में उतारा है जबकि एक सीट एनडीए की सहयोगी राष्ट्रीय लोक दल (आरएलडी) को दी गयी है। इस मुकाबले में इस बार भाजपा के सामने कांग्रेस नहीं है और उसका मुकाबला समाजवादी पार्टी से ही हो रहा है द्य दरसल लोकसभा 2024 के मुकाबले में समाजवादी पार्टी, इंडिया गठबंधन के साथ मिल कर चुनाव लड़ी थी और अकेले 37 सीट जीतने वाली समाजवादी पार्टी और उसके नेता अखिलेश यादव इन विधानसभा के उपचुनाव को 2027 के चुनाव का ट्रायल मान कर मैदान में उतारे हैं। चैंकी गठबंधन के प्रमुख घटक दल कांग्रेस ने इन चुनावों में समाजवादी पार्टी का समर्थन किया है तो इन सीटों की जीत हार का सेहरा भी सपा प्रमुख अखिलेश यादव के सिर ही बढ़ेंगा! ऐसे में सपा प्रमुख अखिलेश यादव नहीं चाहते होंगे कि भविष्य में भाजपा के खिलाफ बनने वाले इंडिया गठबंधन में उनकी रिस्ति (हरियाणा में हुई हार के बाद) भी कांग्रेस जैसी हो जाय। इस कारण ये उपचुनाव न उनकी प्रतिष्ठा का सवाल बने हुए हैं। दूसरी ओर लोकसभा चुनाव में राज्य के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की सरकार के रहते गत लोकसभा से भी कम सीटों मिलने के दश से उभरने के लिए ये उपचुनाव योगी आदित्यनाथ के लिए एक अवसर के समान है। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ इस अवसर का (इन चुनावों का परिणाम) अपने पक्ष में कर, अपना

रसूख सरकार और पार्टी में बनाये रखने में कई कसर छोड़े ऐसा लगता नहीं है। जिन 9 सीटों पर उपचुनाव हो रहे हैं उनमें 4 पर सपा, 5 एनडीए ने जीती थीयोगी आदित्यनाथ अपनी पांचों सीट जीतने के साथ ही समाजवादी पार्टी की 4 सीटें भी भाजपा की झोली में लाने के प्रयास में साम दाम दंड भेद का उपयोग करने से नहीं हिचकिचाएंगे। यदि योगी आदित्यनाथ ऐसा करने में सफल हो जाते हैं तो वे अपने विरोध में उठने वाले हर उस स्वर को दबा देंगे जो लोकसभा के चुनाव में आशा अनुरूप सफलता न मिलने पर उठे थे।

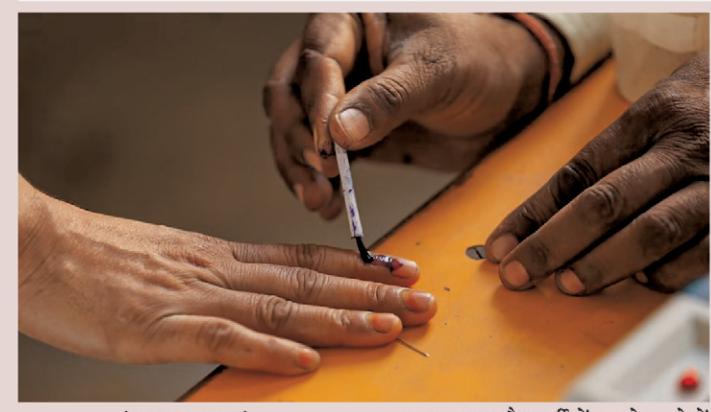
इसके दूसरा असर योगी आदित्यनाथ की उस छवि को और अधिक निखार देगा, जो इन दिनों प्रखर हिंदूवादी, फायरब्रांड नेता की बन रही है और दबी जबान योगी को प्रधानमंत्री मोदी का विकल्प बताया जा रहा है। क्योंकि अब योगी आदित्यनाथ केवल उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री ही नहीं रहे वे अब भाजपा के राष्ट्रीय प्रचारक होने के हिन्दुत्व वादी राजनेता बन कर उभरे हैं जो यूपी के अलावा अन्य राज्यों में भी प्रचार कर रहे हैं दैदाहल ही में महाराष्ट्र चुनाव में उनका कटेंगे तो बटेंगे का बयान सियासी हल्कों में चर्चा का विषय बना हुआ है।

गौरतलब है कि लोकसभा में भाजपा से ज्यादा सीट समाजवादी पार्टी और कांग्रेस के गठजोड़ में जीती ली थी और ऐसे में अधोविष्ट तौर पर योगी के खिलाफ एक वातावरण निर्मित किया गया था जिसमें दोनों उपमुख्यमंत्रियों के कथे से योगी को निशान पर लिया गया था। हालांकि पार्टी ने हार की समीक्षा ने कई कारण गिनाएं थे और योगी सुरक्षित थे।

यही कारण है कि भाजपा इन 9 विधानसभा सीटों को अपने लिए प्रतिष्ठा का मुद्दा बनाये हुए है और सामाजवादी पार्टी की परपरागत सीट करहल पर अखिलेश यादव के परिवार के सदस्य कोही उनके खिलाफ मैदान में उतार कर यादव बोटों को विभाजित करने और 22 साल से सपा के कब्जे वाली सीट पर दांव खेला है।

कुल मिला कर इन उपचुनाव में कांग्रेस के न होने का कितना फायदा समाजवादी पार्टी या भाजपा को मिलता है यह परिणाम के बाद ही पता चलेगा लेकिन इतना तो तय है ये उपचुनाव दोनों ही दल और दोनों ही नेताओं योगी और अखिलेश के लिए प्रतिष्ठा का सवाल बने हुए हैं। (लेखक स्वतंत्र पत्रकार है)

उ.प्र. चुनावः योगी और अखिलेश के लिए बने प्रतिष्ठा का सवाल !



(श्याम याद)

बड़ी अपेक्षाओं वाली प्रियंका की क्षमताओं का फैसला चुनावी रण में होगा

સાચિન રાહા

शाहद नक्वा
पिछ्ले तीन दशकों से राजनीतिक मंचों पर नजर आने वाली प्रियंका गांधी आखिर काफी अगर मगर के बाद चुनावी राजनीति में भी उत्तर गई क्या इंद्रिया गांधी जैसी दिखने और गांधी परिवार की राजनीतिक कम्पन सहानुभव भर से बढ़ चुनावी राजनीति में समाचार हो जायेंगी। टेल भी उस टैग में जो



एक करिश्माई लीडर साबित हो सकती है। कांग्रेस परिवार हमेशा उसे एक तुरुप का पता मानती थी। साथ ही, चाहती थी कि जब भी प्रियंका गांधी राजनीति में आएंगी, तो कांग्रेस को इसका बहुत फायदा मिल सकता है और एक बड़ा बदलाव हो सकता है। उस समय प्रियंका ने साफ्ट हिंटुल की राह भी अपनाई थी। उन दिनों रुद्राक्ष की माला और माथे पर चंदन वाली प्रियंका हर जाह दिख जाती थी। हर विधानसभा क्षेत्र में दौरे में वह हर प्रसिद्ध मंदिर में जाने से नहीं चूकती थीं। अपने को बेहतर धार्मिक दिखाने के लिए उन्होंने गंगा यात्रा भी की थी। लेकिन ये सब कवायद बेकार गई और कांग्रेस केवल ख्याली साबित हुई और कांग्रेस यूपी के अंदर पूरी तरह से फेल साबित हुई। यूपी में कांग्रेस में थी उससे कहीं ज्यादा बदलाव स्थिति में चली गई। कांग्रेसियों ने जैसा ही बनाया था कि कांग्रेस की स्थिति बदल जाएगी, ऐसा कुछ नहीं हुआ और कांग्रेस का जो एक तुरुप का पता माना जाता था, वो तुरुप का पता भी नहीं चला। लेकिन कांग्रेस को या यूं कहें कि गांधी परिवार अभी भी प्रियंका को बड़ा पैकेज मानती है। वैसे तो बाईं-बहन में अच्छी टियूनिंग है लेकिन किसी टकराव से बचने के लिए उनके

दक्षिण भारत से लांच किया जा रहा है। इसकी एक बड़ी वजह ये भी है कि उत्तर भारत में बीजेपी मजबूत है तो वहां पार्टी अधी भी दक्षिण में कन्नटक को छोड़ दें तो हर राज्यों में सियासी जमीन ही तलाश रही है, ऐसे में कांग्रेस के लिए सातथ सेफ पैसेज है। प्रियंका की वहां मौजूदी से कांग्रेस को केरल, आंध्र प्रदेश, तेलंगाना, तमिलनाडु जैसे राज्यों में पार्टी को मजबूत करने में मदद मिलेगी। कांग्रेस की अगुवाई वाला गठबंधन केरल की सत्ता से दूर है। साल 2021 के केरल चुनाव में भी लेप्ट गठबंधन ने लगातार दूसरी बार सरकार चलाने का जनादेश हासिल किया था। अब कांग्रेस को उम्मीद है कि प्रियंका गांधी के वायनाड में होने का सकारात्मक असर केरल चुनाव में देखने को मिलेगा और पार्टी को उनके यहां होने से चुनाव अभियान में कामयाबी मिल सकती है। इसके अलावा कांग्रेस ये कर्तव्य नहीं चाहती कि दक्षिण में ये संदेश न जाए कि उसे पार्टी बस स्टॉपीनी की तरह यूज करती है। प्रियंका को उत्तराने से दक्षिण के लोगों में यह संदेश जाएगा कि कांग्रेस पार्टी उनको पूरी अहमियत देती है। चुनावी राजनीति में प्रियंका भले ही नवअभ्यागत हों लेकिन वह एक मंजी हुई मंचीय नेता और कुशल वक्ता है। वह दूर विषय पर सोच समझ का बोलती है। वह अक्सर पीएम मोदी पर हमलावर रहती हैं लेकिन उनके बयानों से कभी कंट्रोवर्सी पैदा नहीं हुई। प्रियंका गांधी ने जिस तरह से बीजेपी के हमलों को बगैर किसी विवाद के काउंटर किया, उसे भी कांग्रेस के नजरिए से उम्मीद जागाने वाला माना जा रहा है। वायनाड सीट से अगर प्रियंका का सफल होती है, जिसकी सम्भावना दिख रही है। तो कांग्रेस को केरल की राजनीति में भी बड़ी मदद मिलने की उमीद है। दरअसल केरल में कांग्रेस की अगुवाई वाला गठबंधन केरल की सत्ता से काफी दिनों से दूर है। साल 2021 के केरल चुनाव में भी लेप्ट गठबंधन ने लगातार दूसरी बार सरकार चलाने का जनादेश हासिल किया था। राहुल के वायनाड सांसद बनने और 2019 में संसदीय चुनाव में बेहतर प्रदर्शन के बाद भी कांग्रेस को केरल की राजनीति में कछु खास हासिल नहीं हुआ था। लेकिन प्रियंका के व्यक्तित्व में देखते हुए उनसे कांग्रेस को वहां सकारात्मक असर पड़ने की आस है। एक बड़ा सवाल ये भी उठ रहा है कि आखिर कांग्रेस ने प्रियंका को इतनी देर में क्यों चुनावी मैदान में उतारा? जबकि उनका पहले वाला ओजे भी नहीं रहा। लेकिन कांग्रेस की राजनीति को समझने वाले विश्लेषकों का मानना है कि ये बिल्कुल सही समय है। कांग्रेस ने 2024 के लोकसभा चुनावों में अच्छा प्रदर्शन किया और उसके सांसद, संसद में काफी मुखर नजर आ रही है। अगर प्रियंका भी लोकसभा पहुंचती हैं तो वह अपने भाई के साथ मिल कर मोदी सरकार को और अच्छी तरह से घेर सकती हैं। बेशक प्रियंका में उनकी दादी और पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी की झलक दिखती है। उनके समर्थक उनको इंदिरा गांधी जैसी मजबूत इच्छाशक्ति वाली महिला और भारतीय राजनीति की चुनावीयों का बख्खी सामना करने वाला मानते हैं। लेकिन सौ फीसदी ऐसा नहीं है कि प्रियंका के चुनावी राजनीति में आने से कांग्रेस को केवल फायदा ही होगा। कांग्रेस को इस फैसले के नुकसान भी उठाने पड़ सकते हैं। विरोधी दल खासकर भाजपा को प्रियंका के चुनाव लड़ने, संसद पहुंचने की स्थिति में परिवारवाद की पिच पर कांग्रेस को घेरने का आसान मौका मिल जाएगा। परिवारवाद जिस तरह से कांग्रेस में मजबूत हो रहा है, उस पर अब जोरदार अटैक करने का विरोधी पार्टीयों को एक अवसर भी मिलेगा। आरोप है कि कांग्रेस परिवारवाद में सीमट रही। दरअसल कांग्रेस को संचालित कौन कर रहा है? कौन फैसले ले रहा है और गांधी परिवार की क्या भूमिका है? ये जग जाहिर है। ये भी तथ्य है कि जनता में प्रियंका का राहुल से बेहतर ओजे है, अगर वह राहुल से आगे निकल जाती हैं तो गांधी परिवार के वफादार समूहों में मतभेद बढ़ सकते हैं। ऐसा भी हो सकता है कि कुछ दिनों बाद मलिकाजुन खड़गे के बदले प्रियंका को पार्टी की कमान सौंपने की मां उठने लगे।



जड़ी-बूटियों से पाएं छरहरी काया

गोटापे की समस्या से जूँझ रही महिलाओं के पास अब अपनी चर्बी घटाने और छरहरी काया पाने का एक और उपाय है। एक नए शोध से पता चला है कि जड़ी-बूटियों से निर्मित एक दवा लेने से महिलाएं अपनी भूख को पांचवें हिस्से तक घटा सकती हैं।

यह भी देखा गया है कि यह दवा मीठी चीजें पसंद करने वाली महिलाओं में इन चीजों के प्रति आकर्षण कम कर सकती है। लिवरपूल विश्वविद्यालय के वैज्ञानिकों ने तीन दक्षिण अमेरिकी पांचों से बनी दवा जोट्रिम पर प्रयोग किए थे।

नाश्ता कीजिए

वैबसाइट डेलीमेल डॉट को डॉट यूके के मुताबिक वैज्ञानिकों ने पाया कि जो महिलाएं सुबह नाश्ते के समय जोट्रिम लेती हैं, उन्हें दोपहर के भोजन के समय कम भूख लगती है और वह 17.6 प्रतिशत तक कम कैलोरी लेती है।

कैलोरी कम ग्रहण की

वैज्ञानिकों ने 58 लोगों पर यह अध्ययन किया था। उन्हें सुबह के समय जोट्रिम या उसी तरह की कोई अन्य दवा दी गई थी। जिन लोगों ने जोट्रिम दवा ली, उन्होंने औसतन 132 कैलोरी कम ग्रहण की। यह दवा एक व्यक्ति की प्रतिदिन 400 या 500 कैलोरी की जरूरत कम कर देती है।

भूख महसूस नहीं होती

जोट्रिम लेने से लोगों को भूख महसूस नहीं होती और वह तृप्त महसूस करते हैं और उन्हें मीठी चीजें भी कम पसंद आती हैं। वैज्ञानिकों के मुताबिक महिलाओं के बिस्कुट व चॉकलेट खाने में 27 प्रतिशत तक की कमी आ जाती है अध्ययनकर्ता डॉ. जेसन हाल्फोर्ड कहते हैं कि जोट्रिम का भूख पर गहरा असर होता है और इससे वजन कम करने में मदद मिलती है।



बदलती लाइफ स्टाइल अब प्रॉब्लम का जरिया बनती जा रही है। इससे सबसे ज्यादा प्रभावित यूथ को ही इन दिनों हेल्थ संबंधी विभिन्न समस्याएं झोलनी पड़ रही है। ओबेसिटी के बाद इन दिनों यदि सबसे ज्यादा कोई समस्या देखने को मिल रही है तो वह है नैक और बैक पेन।

कमर-गर्दन दर्द को नकरें नजरअंदाज

गलत पॉश्चर और गलत लाइफ स्टाइल के कालते यूथ सबसे ज्यादा इस प्रॉब्लम का शिकार हो रहे हैं। हाल ही में विश्व चारस्य सम्बन्ध ने भी इसी बीमारी का दर्जा दिया है। संगठन के अनुसार यह समस्या लगातार काफी बढ़ रही है। ऐसे में अब इसी बीमारी के रूप में ट्रोट किया जाना चाहिए।

पॉश्चर है प्रमुख वजह

अक्सर युवा कमर या गर्दन दर्द की ओर ध्यान नहीं देते, जिससे समस्या बढ़ जाती है। यूथ को यह समस्या जात वॉशर की जगह से होती है। ऑफिस में घंटों गलत पॉश्चर में काम करने से दर्द होने लगता है। साथ ही जो लोग फिल्ड वर्क करते हैं, उनका गाड़ी पर बैठने का तरीका

गलत होता है, ऐसे में दबके लगने पर कई बार बैक बोन में प्रॉब्लम हो जाता है।

लगातार बढ़ रही है समस्या

निजी कम्पनी में कार्यरत युवराज बताते हैं कि मेरा फीट वर्क है, जिसके लिए मुझे अधिकतर समय बाइक से जाना पड़ता है, ऐसे में कई बार मुझे बैक पेन की शिकायत हो चुकी है। वहीं एक बैक में काम करने वाली नन्ही बताती है कि दिन भर ऑफिस में कम्प्यूटर के आगे बैठने से कई बार कमर और गर्दन में दर्द होने लगता है। डॉक्टर्स का कहना है कि यूथ कई बार इन दर्द को इग्नोर कर देते हैं, जो बाद में असहनीय दर्द में बदल जाती है।

ये बरतें सावधानी

- ▶ बाइक पर बिल्कुल स्ट्रेट या ज्यादा झुककर न रहें।
- ▶ ऑफिस की चैयर पेरीसी हो, जिस पर आपका पॉश्चर सही हो।
- ▶ कम्प्यूटर सिर की सीधे में होना चाहिए, ताकि गर्दन को झुकाना या मोड़ना न पड़े।
- ▶ काम के दौरान बीच-बीच में थोड़ा टहल आएं।
- ▶ जरा सा भी दर्द होने पर तुरंत डॉक्टर को दिखाएं।
- ▶ अपने हिंसाब से कोई एक्सरसिज या मालिश न करें, पहले फिजियोथेरेप्ट से सलाह लें।



दफ्तर में कहीं बीमार न पड़ जाएं

तेज रूपतार वाली आधुनिक कामकाज की शैली का असर युवा कर्मचारियों पर पड़ता है और वृद्ध सहयोगियों की तुलना में उनके बीमार होने का जोखिम दोगुना रहता है।

हाल के एक नये अध्ययन के अनुसार, ब्रिटेन में 3000 लोगों पर किये गए एक सर्वे में पाया गया कि 30 वर्ष से कम आयु के दो तिहाई लोगों ने पिछले साल सर्दी, अलर्जी के कारण एक सप्ताह में कम से कम एक दिन का अवकाश लिया, जबकि 55 वर्ष से अधिक आयु के अवकाश लियों ने उनकी तुलना में आधे ही अवकाश लिये।

डेनी मेल के अनुसार, यह बात भी सामने आई कि 30 वर्ष से कम आयु के कर्मचारियों ने तनाव, थकान और कमज़ोरी महसूस करने के कारण अवकाश लिया, जबकि 55 वर्ष से अधिक आयु के कर्मचारियों ने कहा कि अवकाश लेने के लिए यह कोई कारण नहीं है।

बीमारी के लिए लेते हैं छुट्टी
सर्वे के अनुसार, 18-29 आयु वर्ग के पांचवें से एक कर्मचारी ने बीमारी के लिए छुट्टी ली, यांत्रिक वे काम पर जाने में असर्व थे और इस आयु वर्ग के कर्मचारियों ने कब्ज़ और कार किनारे के नाम पर भी छुट्टी ली। इसके मुकाबले 55 वर्ष से अधिक आयु के 85 प्रतिशत कर्मचारियों ने कहा कि बिस्तर

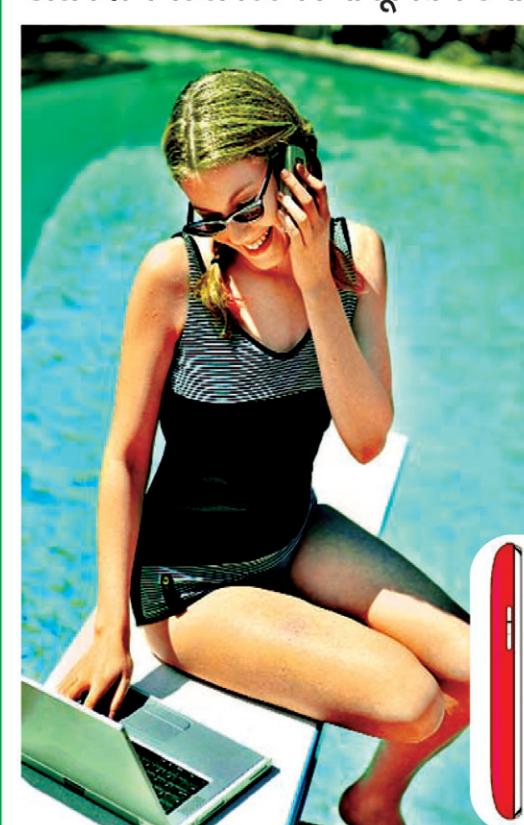
पर पड़ने के अलावा अन्य किसी स्थिति में कार्यालय से अवकाश नहीं लेते। सर्वे में यह भी पाया कि 30 वर्ष से कम आयु के कर्मचारी नियमित तौर पर जक

फूड लेते हैं और 55 वर्ष से अधिक आयु वाले कर्मचारियों की तुलना में वे फूल और सज़ियों का सेवन भी 50 प्रतिशत ही करते हैं।



दिल का हाल बताएंगा मोबाइल फोन

दिल के मरीजों के लिए अच्छी खबर। एक ऐसा मोबाइल फोन तैयार किया गया है, जो आपके दिल का नियंत्रण एक्सील करने में मदद करेगा।



समाचार पत्र डेली मेल में प्रकाशित खबर
के मुताबिक द हैंडी साना नाम के इस टचस्क्रीन मोबाइल फोन की विशेषता यह है कि इसमें एक खास उपकरण लगा है, जो आपके दिल की धड़कन को नापते, उसे रिकॉर्ड करने और उसका इलेक्ट्रोकार्डिऋोग्राम (ईसीजी) तैयार करने और उसे चिकित्सक के पास भेजने में सक्षम होगा।

▶ **हर्ट सूट:** यह मोबाइल फोन हर्ट सूट नाम के एक खास तरह के एलीकेशन से सुसज्जित है, जो दैनिक अधार पर आपके दिल का खाल रखते हुए आपके पैसे बचाएगा। फोन का उपयोग करने वाले दिल के मरीजों के लिए यह एक खास तरह का उपयोग है।

▶ **जानकारी भेज सकते हैं:** ईसीजी की रिकॉर्डिंग के बाद वे अपनी रिपोर्ट चिकित्सक के पास भेज सकते हैं। इसके साथ वे रक्ततपात्र, खून में शर्करा की मात्रा और काले स्ट्रॉन्क की मात्रा के बारे में प्रेसिस्टक को जानकारी भेज सकते हैं। फोन की बाजारी भेजने की जिम्मेदारी भरना पड़ता है, लेकिन इस फोन के जरिए वे चिकित्सक को एक से अधिक जानकारी भेजकर अपने शरीर की सही स्थिति के बारे में जानकारी हासिल कर सकते हैं।

▶ **फोन की शुरुआत:** ब्रिटेन में इस फोन की बिक्री शुरू हो चुकी है और इसकी कीमत 490 पाउंड (लगभग 36 हजार रुपए) रखी गई है। फोन का विषयन करने वाली कंपनी मेडिकल मार्केटिंग यूके लिमिटेड का कहना है कि इसे जल्द ही प्री-दुनिया में उतारा जाएगा।

सेहतमंद रहने के लिए खेलें फुटबॉल

क्या आप फुटबॉल खेलते हैं? अगर नहीं तो, अब किसी खेल मैदान से जुड़ने का वक्त आ गया है। हो सकता आप कोई गोल न कर पाएं, लेकिन इतना जरूर है कि आपकी सेहत सुधर जाएगी और जीवन शैली से जुड़ी बीमारियां छू मंत्र हो जाएंगी।

एक व्यापक शोध में सात देशों के 50 से ज्यादा अनुसंधानकर्ताओं ने मिलकर फुटबॉल खेलने से पड़ने वाले शारीरिक, मनोवैज्ञानिक और सामाजिक असर के पहलुओं का अध्ययन किया है। कोपेनहेंगन विश्वविद्यालय के प्रोफेसर पीटर क्रुस्ट्रैप और जेन्स बैग्सबो ने तीन साल तक फुटबॉल पर अनुसंधान किया।

▶ **समूह को रखता है नियंत्रित:** अनुसंधानकर्ताओं ने अपने अध्ययन में योगी 77 वर्ष की उम्र के बीच वाले कई पुरुषों, महिलाओं और बच्चों को शामिल किया और इन्हें तीन समूहों में बांट दिया। दूसरे में धावकों और तीसरे समूह को नियंत्रित रखा गया।

▶ **बैहतर बैहतर:** परिणाम में फुटबॉल खेलने



वालों की सेहत अन्य लोगों से बेहतर पाई गई। क्रुस्ट्रैप ने कहा कि फुटबॉल एक लोकप्रिय खेल है। इससे खिलाड़ियों के ऊपर मनोवैज्ञानिक, शारीरिक और सामाजिक असर पड



महिला बाल विकास विभाग व
समाज कल्याण विभाग के
मंत्री मा. लक्ष्मी राजवाडे जी
को जन्मदिन पर ढेरों
बधाई एवं शुभकामनाएं...



महिला बाल विकास विभाग व समाज कल्याण विभाग के
मंत्री मा. लक्ष्मी राजवाडे जी
छत्तीसगढ़ शासन



विनित :- माजपा कार्यकर्ता भटगांव विधानसभा क्षेत्र जिला सूरजपुर (छ.ग.)