



हिलव्यू समाचार

श्रीरंक सत्यापन पत्र संख्या

RAJHIN16831/20/01/2013-TC



सौम्या गुर्जर मामले में सुप्रीम कोर्ट का नोटिस

राज्य सरकार और कार्यवाहक मेयर से तीन सप्ताह में मांगा जवाब, पूर्व अटॉर्नी जनरल मुकुल रोहतगी कर रहे हैं सौम्या की पैरवी



संक्रान्त 39 को दी थी हाईकोर्ट में चुनौती, लेकिन कोर्ट ने नहीं दिया था दखल: इससे पहले सौम्या गुर्जर ने अपने निलंबन के मामले को राजस्थान हाईकोर्ट में चुनौती दी थी। उस समय सौम्या के एडवोकेट ने नगर पालिका एक्ट की धारा 39 (1 D) के तहत किए गए सस्पेंशन को चुनौती दी थी। इस संवर्धन में सरकार ने मिसकंडक्ट (दुराचार) और डिस्प्रेसफुल एक्ट (शर्मनाक बर्ताव) को आधार मानते हुए सौम्या गुर्जर को मेयर और पार्षद के पद से निलंबित किया था। एडवोकेट ने सौम्या की तरफ से दलील दी थी कि इस संवर्धन में ये कहीं उल्लेख नहीं है कि मिसकंडक्ट (दुराचार) और डिस्प्रेसफुल एक्ट (शर्मनाक बर्ताव) की परिभाषा क्या है? किन परिस्थितियों को दुराचार और शर्मनाक बर्ताव की श्रेणी में माना जाए, जिसके आधार पर चुने हुए जनप्रतिनिधि को सरकार सस्पेंड कर सकती है, लेकिन हाईकोर्ट ने इस संवर्धन और सस्पेंशन ऑर्डर दोनों में दखल देने से मना करते हुए याचिका को खारिज कर दिया था।

यह है पूरा मामला: 4 जून को जयपुर नगर निगम ग्रेटर मुख्यालय में सौम्या गुर्जर के चेम्बर में आयुक्त यशमित्र सिंह के साथ बैठक में विवाद हो गया था। इसके बाद आयुक्त ने इस मामले में अपने साथ मारपीट और बदसलुकी होने का आरोप लगाते हुए सरकार के स्तर पर शिकायत की थी और ज्योति नगर थाना पुलिस में एक खट्टक दर्ज करवाई थी। सरकार ने उसी दिन देर रात एक आदेश जारी करते हुए एक आरएएस अफसर से मामले की जांच करने के लिए कहा था। अधिकारी ने 6 जून को देर शाम अपनी जांच रिपोर्ट पेश कर दी थी, जिसके बाद सरकार ने उसी दिन सौम्या गुर्जर को मेयर और पार्षद के पद से निलंबित कर दिया था। साथ ही सरकार ने सौम्या गुर्जर के मामले में न्यायिक जांच भी शुरू करवा दी थी। सरकार के इसी फैसले को सौम्या गुर्जर ने राजस्थान हाईकोर्ट और उसके बाद अब सुप्रीम कोर्ट में चुनौती दी।

अभिभावकों की दुबारा सड़कों पर उतरने की तैयारी

कार्यालय संवाददाता
जयपुर। निजी स्कूलों की फीस का फसाद एक बार फिर सड़कों आने को आतुर हो रहा है, सुप्रीम कोर्ट के आदेश और फीस एक्ट 2016 की अनुपालना सुनिश्चित करने और कानून तोड़ने वाले स्कूलों पर कार्यवाही की मांग को लेकर सोमवार को संयुक्त अभिभावक संघ के पदाधिकारी जयपुर जिलाधीश को बुधवार तक का अल्टीमेटम देकर ज्ञापन देंगे। संयुक्त अभिभावक संघ का आरोप है कि 'सुप्रीम कोर्ट के आदेश को दो माह से ऊपर हो गए हैं किंतु निजी स्कूलों के दबाव के चलते शिक्षा विभाग और राज्य सरकार कोर्ट के आदेश की पालना सुनिश्चित नहीं करवा रही है।' प्रदेश कोषाध्यक्ष सर्वेश मिश्रा और प्रदेश उपाध्यक्ष मनोज शर्मा ने कहा कि 'सरकार और शिक्षा विभाग के इस स्वैचे से प्रदेश के हजारों छात्र-छात्राओं सहित अभिभावकों के सपनों का भविष्य अंधकार में जा रहा है। निजी स्कूल संचालक मनमानी करते हुए फीस जमा करवाने का दबाव बना रहे हैं नहीं जमा करवाने पर बच्चों के नाम काटने और पढ़ाई रोक देने की धमकियां देकर सुप्रीम कोर्ट के आदेश की अवमानना कर रहे हैं।

महंगाई के विरोध में कांग्रेस सड़क पर

प्रदेशाध्यक्ष डोटासरा की अगुवाई में निकाली साईकिल रैली, कहा- देश में महंगाई के लिए मोदी सरकार जिम्मेदार

कार्यालय संवाददाता

जयपुर। देश में पेट्रोल-डीजल की कीमतें और महंगाई बढ़ने के खिलाफ कांग्रेस का पिछले एक सप्ताह से विरोध प्रदर्शन चल रहा है। इसी क्रम में आज जयपुर में कांग्रेस के प्रदेशाध्यक्ष गोविंद सिंह डोटासरा के नेतृत्व में जयपुर में साईकिल रैली निकाली। डोटासरा खुद निकालकर महंगाई के मुद्दे पर केन्द्र सरकार की मोदी सरकार को घेरा। इस रैली को एक रिहर्सल के रूप में भी देखा जा रहा है, क्योंकि कल जयपुर में कांग्रेस की बड़ा मार्च है, जिसमें पार्टी के तमाम बड़े पदाधिकारी शामिल होंगे।

आज सुबह जयपुर के अल्बर्ट हॉल से गांधी सर्किल पर निकाली

इस रैली में पीसीसी चीफ के साथ परिवहन मंत्री प्रताप सिंह खाचरियावास, जयपुर की पूर्व मेयर ज्योति खण्डेलवाल सहित कई विधायक और कांग्रेस के पदाधिकारी शामिल हुए। गांधी सर्किल पहुंचने के बाद डोटासरा सहित कई कांग्रेसी पदाधिकारियों ने गांधी की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर श्रद्धंजली दी। डोटासरा ने मीडिया से बात करते हुए कहा केन्द्र में मोदी सरकार जिस वादे के साथ सत्ता में आई थी अब वह पूरा नहीं कर पा रही। पेट्रोल-डीजल की कीमतों को कम करके जनता को जो राहत देनी थी, उस वादे के उलट सरकार ने कीमतों में बढ़ोतरी कर जनता के साथ धोखा किया। आज जब पूरे विश्व क्रूड ऑयल की कीमतें कम है, तो भारत में पेट्रोल-डीजल

की कीमतें बढ़ रही है। डोटासरा ने कहा कि महंगाई की जिम्मेदारी लेकर केन्द्र सरकार को जनता के आगे झुकना होगा।



माकन के रीटवीट के बाद गहलोत का बयान: गहलोत बोले

कांग्रेस में हर निर्णय से पहले सभी से राय-मशविरा होता है, अमरिंदर सप्ताह भर पहले कांग्रेस अध्यक्ष के फैसले को स्वीकार कर चुके

कार्यालय संवाददाता

जयपुर। राजस्थान कांग्रेस प्रभारी अजय माकन के रीटवीट ने मुख्यमंत्री अशोक गहलोत और अमरिंदर सिंह पर मिशाना साधने के बाद कांग्रेस में सियासी हलचल तेज हो गई है। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने नवजोत सिंह सिद्धू को बधाई देने के साथ अमरिंदर सिंह का बचाव किया है। गहलोत के बयान को सियासी हलकों में माकन के रीटवीट के जवाब के तौर पर देखा जा रहा है। अजय माकन ने एक ट्वीट को रीटवीट और लाइक किया था। जिसमें लिखा था- किसी भी राज्य में कोई क्षत्रप अपने दम पर नहीं जीताता है। गांधी नेहरू परिवार के नाम पर ही गरीब, कमजोर वर्ग, आम आदमी का वोट मिलता है। चाहे वह अमरिंदर सिंह हो या गहलोत या पहले शीला या कोई और मुख्यमंत्री बनते ही यह समझ लेते हैं कि उनकी वजह से ही पार्टी जीती। अशोक गहलोत ने बयान जारी कर कहा- कांग्रेस की परम्परा रही है कि हर निर्णय से पहले सभी से राय-मशविरा होता है। सभी को अपनी बात रखने का मौका मिलता है। सबकी राय को ध्यान में रखकर जब एक बार पार्टी हार्दिकमान फैसला ले लेता है तब सभी कांग्रेसजन एकजुट होकर उसे स्वीकार करने की परम्परा को निभाते हैं। यही कांग्रेस की आज भी सबसे बड़ी ताकत है।

अमरिंदर ने सप्ताह भर पहले ही अध्यक्ष के फैसले को मानने की घोषणा कर दी थी: गहलोत ने कहा- कैप्टन अमरिंदर सिंह ने भी कांग्रेस अध्यक्ष सोनिया गांधी जी से मिलकर मीडिया के सामने पिछले सप्ताह ही घोषणा कर दी थी कि वह कांग्रेस अध्यक्ष के हर फैसले को स्वीकार करेंगे।



सिद्धू को बधाई के साथ कांग्रेस की परंपरा निभाने, सबको साथ लेकर चलने की नसीहत

मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने पंजाब के कांग्रेस अध्यक्ष बनाए गए नवजोत सिंह सिद्धू को एक दिन बाद बधाई दी है। बधाई के साथ कांग्रेस की परंपरा निभाने और सबको साथ लेकर चलने की नसीहत भी दे दी है। गहलोत ने ट्वीट किया- कांग्रेस अध्यक्ष सोनिया जी ने नवजोत सिंह सिद्धू को पंजाब कांग्रेस का अध्यक्ष बनाने की घोषणा कर दी है। सिद्धू को बधाई एवं शुभकामनाएं। उम्मीद है कि वे कांग्रेस पार्टी की परम्परा का निर्वहन भी करेंगे और सभी को साथ लेकर पार्टी की रीति-नीति को आगे बढ़ाने का कार्य करेंगे।

माकन के रीटवीट के बाद गहलोत के बयान के सियासी मायनों पर चर्चा

मुख्यमंत्री अशोक गहलोत के देरी से नवजोत सिंह सिद्धू को बधाई दी। इसके अलावा उनके बयान का जिस तरह का टोन है उसे अजय माकन के बयान के बाद की प्रतिक्रिया माना जा रहा है। इस बयान में गहलोत ने सीधे तौर पर कैप्टन अमरिंदर सिंह का बचाव किया है तो सिद्धू को कांग्रेस की परंपरा निभाने और सबको साथ लेकर चलने की नसीहत देकर भी सियासी चर्चाओं को जन्म दे दिया है। गहलोत के इस बयान के सियासी मायनों को लेकर कई तरह की चर्चाएं हैं।

नेट-थियेट पर सेक्सोफोन का सुरीला वादन



उस्ताद रसीद खां ने रची सुरों की फायनात

कार्यालय संवाददाता

जयपुर। नेट-थियेट रंगमंच के कार्यक्रम की श्रृंखला में जयपुर के जाने-माने सेक्सोफोनिस्ट रसीद खां ने जब सेक्सोफोन से सुरों की ऐसी जाजम बिदाई की ऑनलाइन न्यूट्रे दर्शक मन्त्रमुग्ध हो उठे। उस्ताद रसीद खां ने जहाँ शास्त्रीय अंग से रूबरू करवाया वहीं इस अनूठे वाद्य की प्रकृति के अनुरूप इसपर बजाये गये सदाबहार चर्चित गानों की प्रस्तुति दी। सेक्सोफोन पर गूजल और गीत के नयमें छेड़े तो मौसम की फिजाएं बदली। उन्होंने राग कौशिक धनी पर आधारित याद पिया की आये, ये दुःख सहा ना जाये से कार्यक्रम की शुरुआत की। नेट-थियेट के राजेन्द्र शर्मा राजू ने बताया कि सेक्सोफोन की सुरीली धुन पर जब उन्होंने गुलाम अली की गूजल शाम से दिल

उदास है आज के साथ करूना याद मगर, किस तरह भूलाउं इसे सुनाई इसके बाद उन्होंने अगर मुझसे मोहब्बत है मुझे सब अपने गम दे दो की मधुर धुन से मन मोह लिया। इसके पश्चात उन्होंने कई नामी गीत गूजलें अपने साज सेक्सोफोन के माध्यम दर्शकों को सुनाई रसीद खां के साथ सिन्थेसाइजर पर रहबर हुसैन की उंगलियों का ऐसा जादू चला कि दर्शक वाह-वाह करने लगे। तबले पर पण्डित महेंद्र शंकर खंगी सधी हुयी संगत से मन मोह लिया। संचालन राहुल गौतम ने किया। संगीत विष्णु कुमार जांगिड, प्रकाश मनोज स्वामी, जितेन्द्र शर्मा, अंकित जांगिड व सेट अर्जुन देव, सौरभ कुमावत, अजय शर्मा, जिवितेश शर्मा, अंकित शर्मा नोनू, धृति शर्मा कृष्ण-पुजा और रोहित रहे।

तीन पाक विस्थापित नागरिकों को मिली भारतीय नागरिकता



कार्यालय संवाददाता

जयपुर। जिला कलक्टर अन्तर सिंह नेहरा ने सोमवार को 3 पाक विस्थापित नागरिकों को भारतीय नागरिकता प्रदान की। जिला कलक्टर अन्तर सिंह नेहरा ने भारतीय नागरिकता प्रमाण पत्र प्रदान करते हुये सभी को बधाई देते हुये जिम्मेदार भारतीय नागरिक बनने की शुभकामना भी दी। इस अवसर पर प्रमाण पत्र प्राप्त कर भारतीय नागरिक बन चुके इन 3 पाक नागरिकों में से 55 वर्षीय श्रीमती दीपन देवी, 59 वर्षीय श्री मुरलीधर पति पत्नी है, जो कि 9

साल पहले अमरकोट से जयपुर आये थे तथा वर्तमान में फैक्ट्री में काम करके गुजर बसर कर रहे हैं। इसी प्रकार अपने पिता के साथ आई हुई 18 वर्षीय ममता मेघवाल वर्तमान में 12वीं कक्षा में पढ़ती है करीब 16 साल पहले रहीम्यार खान (पाकिस्तान) से जयपुर आये थे और वर्तमान में पिता मजदूरी कर परिवार का पालन पोषण करते हैं। ममता ने इस अवसर पर खुशी जाहिर करते हुये कहा कि उन्हें भारतीय होने पर गर्व है तथा अब सभी सरकारी योजनाओं का लाभ ले सकती हैं।

राजस्थान हॉस्पिटल के चीफ इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजिस्ट डॉ. रवींद्र सिंह राव ने बताया

25 साल की उम्र में आया हार्ट अटैक, नई तकनीक बनी वरदान

दो से तीन साल में घुलकर गायब हो जाएगा रोहित में इंफ्लॉट हुआ स्टेंट बायोडिग्रेडेबल स्कैफोल्ड स्टेंट का किया गया इस्तेमाल

कार्यालय संवाददाता

जयपुर। सिर्फ 25 साल की उम्र में हार्ट अटैक जैसी जानलेवा स्थिति का सामना करने वाले रोहित (परिवर्तित नाम) के लिए नई तकनीक वरदान साबित हुई। रोहित में इंफ्लॉट हुआ स्टेंट उसे जिंदगीभर के लिए लेकर नहीं चलना पड़ेगा। उसका ब्लॉकेज ठीक होने के दो से तीन साल बाद स्टेंट आर्टरी में ही घुल जाएगा। उसे नवीनतम तकनीक का बायोडिग्रेडेबल स्कैफोल्ड स्टेंट लगाया गया जिससे वह भविष्य में सामान्य जीवन जी सकेगा। राजस्थान हॉस्पिटल के चीफ

कम उम्र में स्टेंट डलने से प्रभावित हो सकती थी बाकी जिंदगी डॉ. रवींद्र राव ने बताया कि मरीज की उम्र बहुत कम थी और सामान्य मेटल फ्रेम स्टेंट से होने वाले संभावित नुकसानों से मरीज को फिर से आर्टरी ब्लॉकेज की समस्या का सामना करना पड़ सकता था। ऐसे में हमने मरीज को बायोडिग्रेडेबल स्कैफोल्ड स्टेंट लगाने का निर्णय लिया। इस स्टेंट से होने वाली एंजियोप्लास्टी के बाद होने वाली कुछ समस्याओं का खतरा बहुत कम हो जाता है।

इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजिस्ट डॉ. रवींद्र सिंह राव ने नई तकनीक से बने इस स्टेंट का इस्तेमाल करते हुए मरीज की जान बचाई।

लंबे समय तक खून पतला करने की दवा लेने की भी आवश्यकता नहीं: बायोडिग्रेडेबल स्कैफोल्ड स्टेंट (बीआरएस) से लेट इंस्टेंट रीस्टेनोसिस और लेट स्टेंट थ्रोम्बोसिस का जोखिम भी कम होता है। इससे लंबे समय तक चलने वाली खून को पतला करने की दवाएं कम समय के लिए ही लेनी पड़ती हैं जिससे जीवन की गुणवत्ता में भी सुधार होता है। डॉ. राव ने बताया कि बीआरएस नॉन मेटैलिक अस्थायी

स्टेंट है जो ब्लॉकेज ठीक होने दो से तीन साल बाद आर्टरी में ही घुल जाता है। बीआरएस पॉली एल लैक्टोइड नामक पॉलीमर से बना है। यह वही धातु है जिससे घुलनशील टांके तैयार किये जाते हैं। बीआरएस क्षणिक रूप से आर्टरी को खोलने का काम करती है और उसे प्राकृतिक रूप से काम करने देने के लिए घुलने जाता है। इसके अलावा दूसरे खतरों को बचाता है और भविष्य में वापस इंटरवेंशन की जरूरत हो तो उसमें भी किसी तरह की जटिलता नहीं होती। डॉ. रवीन्द्र ने अब तक पांच मरीजों की इस आधुनिक स्टेंट द्वारा जान बचाई है।



संपादकीय

कानून की आवश्यकता पर भी हो विचार: राजद्रोह कानून का दुरुपयोग गंभीर बात है, लेकिन विचारणीय है उसकी जरूरत और उपयोगिता



राजद्रोह कानून की संवैधानिकता का परीक्षण उचित: राजद्रोह कानून की संवैधानिकता का परीक्षण उचित है। वर्ष 1962 में सर्वोच्च न्यायपीठ ने केदारनाथ मामले में 124ए की संवैधानिकता का परीक्षण किया था और इसे संवैधानिक घोषित किया था। यह भी कहा था कि 'नागरिकों को सरकार की आलोचना करने का पूरा अधिकार है बशर्ते वे हिंसक विचार से दूर रहें।' भारत में सरकारों की आलोचना होती है। असहमति के अवसर हैं। वैचारिक टकराव भी हैं। मूलभूत प्रश्न है कि क्या राष्ट्रीय अखंडता और संप्रभुता पर भी आक्रमण करना सिर्फ सरकार की ही आलोचना है? भारतीय देश से भावात्मक लगाव रखते हैं। देश की धरती को भारत माता कहते हैं। वंदे मातरम् हमारा राष्ट्रगीत है। पं. नेहरू ने भी 'डिस्कवरी ऑफ इंडिया' में देश की धरती और लोगों को भारत माता

बताया है। भिन्न-भिन्न समूहों द्वारा भावनाएं आहत होने की चर्चा बहुधा चलती है। राष्ट्रीय अखंडता का अपमान देशद्रोह की श्रेणी में क्यों नहीं आ सकता? कौटिल्य ने अर्थशास्त्र में राजद्रोह की चर्चा इन शब्दों में की है, 'यदि साम आदि उपायों से राजद्रोहियों को शांत न किया जा सके तो दंड का प्रयोग होना चाहिए।'

राजद्रोह राष्ट्र के अस्तित्व को चुनौती: राजद्रोह राष्ट्र के अस्तित्व को चुनौती है। भारत में राजद्रोह की घटनाएं घटित होती रहती हैं। कभी करनी द्वारा और बहुधा कथनी द्वारा। राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली में नारेबाजी हुई, 'भारत तेरे दुकड़े होंगे।' इस नारेबाजी को राजद्रोह नहीं तो क्या सुभाषित की श्रेणी में रखेंगे? दूसरी नारेबाजी और भी

आग लगाऊ है, 'अफजल हम शर्मिदा हैं। तेरे कातिल जिंदा हैं।' यह दोष सिद्ध भारत विरोधी राजद्रोही आतंकी का महिमामंडन है। क्या यह विचार अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता का खतरनाक दुरुपयोग नहीं है? इसे राजद्रोह की श्रेणी में क्यों नहीं रखा जा सकता? पाकिस्तानी झंडे लहराना राष्ट्रीय अखंडता व संप्रभुता पर सीधा हमला है। यह सरासर राजद्रोह है। माओवादी हिंसा राष्ट्र राज्य से युद्ध है। ऐसी घटनाएं विचार और मंसूबे देशद्रोह हैं। ये राजद्रोह की ही श्रेणी में आती हैं। आइपीसी की धारा 124ए में इनका विचारण संभव है। राष्ट्र राज्य की अस्मिता का विधिक संरक्षण जरूरी है। भारत में विधि का शासन है। यहां हर समस्या का समाधान विधि द्वारा ही होता है।

सक्रिय राष्ट्र विरोधी शक्तियों से निपटने के लिए कानून जरूरी: सक्रिय राष्ट्र विरोधी शक्तियों से निपटने के लिए कानून जरूरी है। ये ताकतें किसी न किसी रूप में अपने मंसूबे पूरे करने में लगी हैं। आतंकियों की हरसंभव सहायता यही ताकतें करती हैं। राष्ट्र की आंतरिक रक्षा के लिए 124ए की अपनी उपयोगिता है। इसके दुरुपयोग की चर्चा नई नहीं है। दुरुपयोग रोकने के लिए इसी कानून में कतिपय संशोधन संभव हैं। विधि प्रवर्तक तंत्र को भी दुरुस्त करना होगा। इस व्यवस्था का कोई विकल्प नहीं है। न्यायालय की यह बात सही है कि इस कानून में जवाबदेही नहीं है। अदालत ने इस कानूनी प्रविधान की संवैधानिकता जांचने का निश्चय किया है। यह अच्छी बात है, पर संवैधानिकता के साथ इसकी उपयोगिता का निरीक्षण भी जरूरी है। दुनिया के सभी कानूनों का उद्देश्य उपयोगिता ही होता है। उपयोगिता समाप्ति के बाद कानून का कोई अर्थ नहीं रह जाता। तब उसकी समाप्ति ही उचित है।

हमारा पैसा, हमारी इज्जत हमारे हाथ, हमारी सावधानी

(सोशल मीडिया पर समझदारी, सावधानी से बचिये लुटेरों से)

हर दौर में लोगों की गाढ़ी मेहनत की कमाई पर अपराधियों की नज़र रही है। एक ज़माना था जब डकैत, लुटेरे गिरोह बना कर धावा बोल दिया करते थे और दूसरों की संपत्ति पर डाका डालते थे। बदलते समय के साथ डकैती कमजोर पड़ी उसकी जगह चोर उचककों, जेबकतरों का ज़माना आया जो सेंधमारी से आये दिन दूसरों की कमाई निगल जाते रहे हैं।



जैसे जैसे सोशल मीडिया का जमाना आता गया, डकैतों, चोरों ने रास्ते बदलना शुरू कर दिया, अब वे नासमझपन, लोभ लालच, ब्लैकमेलिंग से नादान, भोले भाले लोगों को अपने जाल में फँसा कर सोशल क्राइम पर उतर आये हैं।

सोशल क्राइम दो तरह से मुख्य रास्ते अपनाये जाते हैं।

लोभ ,लालच और ब्लैकमेलिंग लोभ ,लालच अज्ञानता
घटना नम्बर... 1

मेरे एक परिचित को इलेक्ट्रॉनिक आयटम पर लगभग आधी क्रीम का लालच दिया और उनसे अकाउंट में 20 हजार रुपये जमा करवा दिये गये। कितनी ही कोशिश करने के बाद आखिरकार वे

निराश होकर बैठ गये। ये उचकके इतने बेखोफ और शांतिर होते हैं कि कई कई मोबाइल नम्बरों से लोगों को बेवकूफ बनाते हैं। पैसा ट्रांसफर होने के बाद या तो मोबाइल स्विच ऑफ कर देते हैं या डिटाई से और पैसों की डिमांड करने लगते हैं। न उन्हें पुलिस का खौफ है न ही किसी कार्यवाही का। इनकी जाल में फँसे लोग बेबसी से सब्र कर लेते हैं और ये फ़रेजी दूसरे शिकार तलाशने में जुटे रहते हैं। ऑनलाइन ठगी में वही फँसते हैं जो मार्किट जाने की सुस्ती दिखाते हैं या आधी क्रीम में सामान मिलने के लोभ में आ जाते हैं। इस खरीदारी का न कोई भरोसा न ही कोई गारंटी। जबकि बाजार से भले ही हमें कुछ रकम ज्यादा देना पड़ जाये परन्तु परिचित दुकानदार की गारंटी तो होती है, कोई लुटता तो नहीं है।

दूसरी घटना

मेरे परिचित बहुत बड़े अधिकारी की

फेसबुक ID बना कर मुझे फ्रेंड रिक्स्ट भिजवाई गई। मैं हैरान हुआ पर समझ गया। मैंने स्वीकार कर ली। फ़ौरन मेरे पास इनबॉक्स में मैसेज आया कि 25 हजार रुपये गूगल पे कर दो। खैर हम जानते थे कि यह फ़र्जी है लेकिन बहुत से अंजान भावनाओं में आकर उलझ जाते हैं।

तीसरी घटना

बेहद गम्भीर, बेहद चिंतित होने वाली। मेरे एक बहुत सीनियर मित्र के पास एक युवती की फ्रेंड रिक्स्ट आती है। सुंदर चौखटे को देख कर उन्होंने फ़ौरन स्वीकार कर लिया। अब वह लड़की इनबॉक्स में आ जाती है, उन अंधेड़ उस से इश्क लड़ाती है और बहुत जल्दी उनसे घुल मिल जाती है। फिर वीडियो कॉलिंग कर अपने शरीर से कपड़े उतार कर उन्हें उत्तेजित करने लगती है। वे भूल गये कि उनमें ऐसा क्या जो एक नौजवान लड़की उन पर मर मिटेगी। भावनाओं में बहते हुए उन्होंने भी स्वयं को

नन कर दिया। दूसरे ही दिन उन्हें दोनों के नन शरीर का वीडियो क्लिप प्राप्त हुआ और क्लिप को इंस्टाग्राम फेसबुक, सोशल मीडिया पर शेयर करने की धमकी देकर लाखों रुपये की डिमांड कर डाली। कल तक जो वैश्याएँ, कॉल गलर्स थीं उन्होंने गैंग बनाकर निर्लज्जता से अब इस तरह के भोले-भाले विशेष रूप से अंधेड़ आयु के व्यक्तियों को अपना शिकार बनाने का धंधा बना लिया है। पिछले 8 वर्षों की फेसबुक सक्रियता में मेरे पास इस तरह कम से कम 300, 400 युवतियों (जिनमें अधिकांश युवक हो सकते हैं) ने मुझसे सम्पर्क कर निकटता बढ़ाने की कोशिश की होगी। हर व्यक्ति अपनी इज्जत से डरता है और कोई समाज में, परिवार के सामने नंगा नहीं होना चाहता और ब्लैकमेलिंग का शिकार बन जाता है। पहली बात तो हर अनजान युवती की रिक्स्ट पर तुरन्त सन्देह करने की सलाह देता हूँ और अगर गुलती से ऐसी परिस्थिति में पड़ भी जायें तो अपने परिजनों के सामने गुलती स्वीकार करना सबसे बेहतरीन उपाय समझूंगा, परिवार पीड़ित व्यक्ति के साथ खड़ा होगा, परिवार नहीं चाहेगा कि लाखों रूपयों की हानि हो। इनके अतिरिक्त भी बहुत सी ऐसी जालसाजियाँ हैं, जिनमें लाखों डॉलर के इनाम का लालच देकर एकाउंट नम्बर मंगवा लिया जाता है और बैंक में जमा राशि साफ़ कर देते हैं। हर बैंक वाले चेतावनी देते रहते हैं, मोबाइल कम्पनियों चेताती रहती हैं फिर भी आये दिन इस तरह की घटनाओं की जानकारी प्राप्त होती रहती है। सोशल मीडिया पर किसी का विश्वास करना बेहद महंगा साबित हो सकता है। संयमित रहिये, सतर्क रहिये और लोभ लालच से बचने का प्रयास कीजिये।

■ रिजवान ऐजाज़ी

ऑक्सीजन, BP पर नजर रखेंगे गैजेट्स

कुछ ऐसे गैजेट हैं, जिनकी मदद से घर में भी आप अपना चेकअप कर पाएंगे. इसमें SpO2, ब्लड शुगर लेवल चेक करना शामिल है.

पल्स ऑक्सीमीटर

ब्लड में ऑक्सीजन लेवल को चेक करने में पल्स ऑक्सीमीटर मदद करता है और मेडिकल केयर जरूरी है या नहीं, यह पता चल जाएगा. पल्स ऑक्सीमीटर 500 से 2500 रूपए तक में मिल जाता है. इस आसानी से अमेजन, मेडिकल स्टोर से खरीद सकते हैं. बाँडी का नॉर्मल ऑक्सीजन लेवल 95% होता है.

डिजिटल ब्लड प्रेशर मॉनिटर

नॉर्मल ब्लड प्रेशर की रेंज 80-120mm Hg मानी जाती है. ब्लड प्रेशर मॉनिटरिंग मशीन ऐसी मशीन है जो आपका ब्लड प्रेशर व पल्स रेट बताती है. एक नॉर्मल ब्लड प्रेशर मॉनिटर की कीमत 2000 से 3000 के बीच होती है.

ग्लूकोमीटर

ग्लूकोमीटर की जरूरत सबसे बेहतर होती है. ये डायबिटीज मरीज के लिए होता है, ताकि वे रेगुलर ब्लड शुगर को चेक करते रहें. ग्लूकोमीटर की कीमत 500 रूपए से शुरू हो जाती है.

नेबुलाइजर मशीन

यह फेफड़े में जाने वाली ऑक्सीजन का पता लगाता है. स्टीम जिस तरह गर्म पंपर देता है, उसी तरह नेबुलाइजर ठंडी भाप देता है. इसकी कीमत 1500 रूपए से शुरू होती है. इसे ऑनलाइन आसानी से खरीदा जा सकता है.

ऑक्सीजन कंसंट्रेटर

ऑक्सीजन कंसंट्रेटर हवा में मौजूद नाइट्रोजन और दूसरी गैसों को हटा देता है. शरीर के लिए जरूरी ऑक्सीजन मरीज को मिल जाती है. ऑक्सीजन कंसंट्रेटर खरीदते समय वारंटी, सर्विस नेटवर्क की जांच कर लें.

कम स्पेस की समस्या से मिलेगी निजात

लाइट एप्स स्पेस की मौजूदा स्थिति देखते हुए फोन में लाइट एप्स का इस्तेमाल करें. यानी हेवी एप्स को डिलीट कर सोशल मीडिया के लिए लाइट एप्स का इस्तेमाल करें, जैसे कि एक ऐसी एप्स को डाउनलोड करें जिससे सभी लाइट एप्स का इस्तेमाल किया जा सके.

एंड्रॉइड स्मार्टफोन की सबसे बड़ी परेशानी फोन में कम स्पेस होना और दूसरी एप्स की अपडेट के चलते फोन का हैंग होना. अगर आपके फोन की भी यही परेशानी है तो आज हम आपके कुछ टिप्स के बारे में बताएंगे जिसके जरिये आप अपने फोन में कम स्पेस की समस्या को दूर कर सकते हैं और फोन को बढ़िया तरीके से इस्तेमाल कर सकते हैं.

पिक्चर्स बैकअप

स्मार्टफोन में सबसे ज्यादा स्पेस अगर कोई चीज घेरती है तो वह है तस्वीरें. ऐसे में यूजर्स को अपने स्मार्टफोन में स्पेस बचाने के लिए बैकअप बनाना पड़ता है. एंड्रॉइड फोन में पिक्चर्स का बैकअप गूगल फोटोज एप के जरिये बना सकते हैं. इस एप के जरिये सभी फोटोज का बैकअप क्लाउड में आ जाता है. इसके लिए एंड्रॉइड यूजर्स सेटिंग > बैकअप एंड रिकवरी > बैकअप को ऑन कर देंगे.

Cache विलयर करें

एंड्रॉइड सिस्टम को इस्तेमाल करने के दौरान इमेजेस, वीडियोज और टेक्स्ट फाइल्स की कुछ टेम्परेरी फाइल्स आ जाती हैं जिसके चलते फोन की स्टोरेज कम हो जाती है. ऐसे में यूजर को अपने एंड्रॉइड एप सेटिंग में जाकर स्टोरेज में विलयर कैंसेल को टैप करना होगा और उसकी टेम्परेरी फाइल्स डिलीट हो जाएगी.

स्मार्टवॉच में बाँडी एनर्जी मॉनिटरिंग

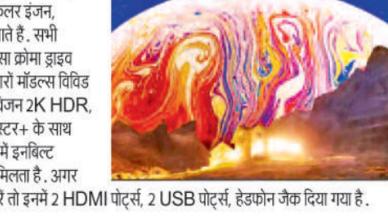
गार्मिन इंडिया ने अपनी 2 नई स्मार्टवॉच को लांच कर दिया है जिनमें **Garmin Venu 2** और **Garmin Venu 2S** शामिल हैं. स्मार्टवॉच में बाँडी एनर्जी मॉनिटरिंग के अलावा एनर्जी ट्रेकर और स्ट्रेस लेवल ट्रेकिंग भी है. ये दोनों वॉच फिटनेस एज के बारे में भी बता सकते हैं. इसके लिए इनमें प्री-लोडेड 12 स्ट्रीमिंग वलास दिए गए हैं. इसके अलावा आप अन्य वर्कआउट प्रोग्राम डाउनलोड भी कर सकते हैं. वॉच में 650 तक गाने स्टोर हो सकते हैं.

हेक्सा क्रोमा ड्राइव कलर इंजन से पॉवर्ड टीवी

पैनासोनिक की JX सीरीज में 55 इंच और 65 इंच के मॉडल्स एक्वयू डिस्प्ले टेक्नोलॉजी, हेक्सा क्रोमा ड्राइव कलर इंजन, WCG कवरेज और माइक्रो डिमिंग के साथ आते हैं. सभी मॉडल्स HDR सपोर्ट के साथ आए हैं और हेक्सा क्रोमा ड्राइव कलर इंजन से पॉवर्ड है. JS सीरीज के सभी चारों मॉडल्स विविड डिजिटल प्रो कलर इंजन पर चलते हैं. यह टेलिविजन में 2K HDR, माइक्रो डिमिंग, नॉइज रिडक्शन और ऑडियो बूस्टर+ के साथ 20W स्पीकर्स ऑफर करते हैं. इन टेलिविजन में इनविलिड क्रोमाकार्ट और गूगल असिस्टेंट वॉइस कंट्रोल मिलता है. अगर JS सीरीज में कनेक्टिविटी ऑप्शन की बात करें तो इनमें 2 HDMI पोर्ट्स, 2 USB पोर्ट्स, हेडफोन जैक दिया गया है.

स्टोरेज को करते रहें चेक

कभी-कभी ऐसा होता है कि एप्स के अपडेट होने के चलते इंटरनल स्टोरेज का स्पेस कब कम होता जाता है, पता ही नहीं चलता. ऐसे में एंड्रॉइड यूजर समय-समय पर स्टोरेज चेक करते रहें और अतिरिक्त स्टोरेज के लिए माइक्रो SD कार्ड का भी इस्तेमाल करें जो कि तो मेमोरी में यूजर्स के लिए सबसे अच्छा विकल्प माना जाता है.



रहेंगे फिट एंड हेल्दी

इस बदलती लाइफस्टाइल में लोगों के पास वक्त की इतनी कमी हो रही है कि वे घर के बुजुर्गों के साथ भी बैठ-उठ नहीं पाते, जबकि बुजुर्गों को दलीली उम्र में उपजोषण की सबसे ज्यादा जरूरत होती है। अगर आपके घर में भी बुजुर्ग हैं तो उन्हें हेल्दी व फिट रखने के लिए इन कुछ बातों पर ध्यान दें।



नए दोस्त बनाने दें

बुजुर्गों को हमेशा सम्मान दें, उन्हें कभी भी ऐसी बात न कहें जिससे उनके मन को ठेस लगे, उन्हें बाहर लोगों से मिलने दें और नए दोस्त बनाने दें। इससे उनका अकेलापन दूर होगा और वह हमेशा खुश रहेंगे। उनके अनुभव और कहानी को ध्यान से सुनें, शायद उनकी सुनाई कहानी से आपको जीवन की किसी परेशानी का हल मिल जाए।

एक साथ खाना खाएं

उन्से वसीयत, पॉवर ऑफ अटॉर्नी के बारे में बेहिकव चर्चा से बात करें, उनकी सलाह भी सुनें और उन्हें अपने मुताबिक सलाह भी दें, इससे रिश्तों में खुलापन आएगा। उन्हें उनके मन के मुताबिक निर्णय लेने दें, आपसी प्यार बढ़ाने के लिए एक साथ बैठकर खाना खाएं, इससे उनका अकेलापन भी दूर होगा और रिश्तों में मिठास भी आएगी।

दलीली उम्र में दीजिए अपनेपन का एहसास

व्यायाम और योग जरूरी

बुजुर्गों को व्यायाम और योग करने के लिए प्रेरित करते रहें, साथ ही खुद भी व्यायाम करें, इससे न केवल उनकी शारीरिक बीमारियां दूर भांगी, बल्कि उनका अकेलापन भी दूर होगा और वह फिट भी रहेंगे, अगर कभी उनके शरीर में किसी तरह का दर्द हो तो उन्हें पहले फर्स्ट-एड दें और सुधार न दिखने पर फौरन उन्हें डॉक्टर के पास ले जाएं।

नजर बनाए रखें

बुजुर्गों को अगर ज्यादा कमजोरी महसूस हो या फिर भूलने की आदत हो तो उनके बाहर जाने पर उन पर नजर रखें, उन्हें घर वापस आने में देर हो जाए तो बाहर देखने जरूर जाएं, बड़े बुजुर्ग अगर कोई काम करना चाहते हैं तो उन्हें मना न करें, अगर आप उन्हें मना करते हैं तो उन्हें लगता है कि आप उन्हें रोक-टोक कर रहे हैं।



शॉपिंग करवाएं

उनके गुस्से को सहना सीखें, कभी भी उनका विरोध न करें, आप कभी ऐसे शब्द न बोलें जिससे उनके मन को ठेस पहुंचे, वे अपशब्द बोल दें तो चुपचाप सुन लें, पलटकर जवाब न दें, उन्हें कभी-कभी अपने साथ बाहर घूमने लेकर जाएं, इससे उनके मन को खुशी पहुंचेगी, उन्हें मॉल या मार्केट ले जाकर शॉपिंग भी करवा सकते हैं।

मानसिक और भावनात्मक देखभाल

- उन्हें किसी बात या व्यवहार से ठेस नहीं पहुंचाएं।
- क्लब जाने दें, नए दोस्त बनाने दें, इच्छा से काम करने दें।
- लंबे समय तक अकेला नहीं छोड़ें, उनका गुस्सा सहें।
- उनके अनुभव और कहानी ध्यान से सुनें, आपका ज्ञान बढ़ाएं।

ज्ञानकथा



ईश्वर की प्राप्ति

एक बार रामकृष्ण परमहंस अपने शिष्य से बात कर रहे थे, तब उन्होंने कहा कि ईश्वर एक ही है, उस तक पहुंचने के मार्ग अलग-अलग हैं, इसीलिए हमें सभी धर्मों का सम्मान करना चाहिए, क्योंकि सभी धर्मों का लक्ष्य एक ही है- ईश्वर तक पहुंचना, भक्ति के तरीके-तरीके अलग-अलग हो सकते हैं, ये बात सुनकर शिष्य ने कहा कि हम ये कैसे मान सकते हैं कि सभी रास्ते एक ही लक्ष्य तक पहुंच रहे हैं? परमहंस ने कहा कि सभी रास्ते सत्य हैं, किसी भी एक रास्ते पर दृढ़ता से आगे बढ़ते रहने से एक दिन हम ईश्वर को प्राप्त कर सकते हैं, उन्होंने शिष्य को समझाते हुए कहा कि किसी अनजाने घर की छत पर पहुंचना कठिन है, छत पर पहुंचने के कई रास्ते हो सकते हैं, जैसे सीढ़ियों से, रस्सी से या किसी बांस के सहारे हम ऊपर पहुंच सकते हैं, हमें इनमें से किसी एक रास्ते को चुनना होगा, जब एक बार किसी तरह छत पर पहुंच जाते हैं तो सारी स्थितियां स्पष्ट नजर आती हैं, नीचे से ऊपर देखने पर जो रास्ते भ्रमित कर रहे थे, वे ऊपर से नीचे देखने पर एकदम साफ-साफ दिखाई देते हैं।

सीख - हमें भक्ति करते समय किसी एक रास्ते पर दृढ़तापूर्वक आगे बढ़ते रहना चाहिए, दूसरे रास्तों को देखकर भटकना नहीं चाहिए, तभी ईश्वर की प्राप्ति हो सकती है।

बारिश अपने साथ कहीं तरह की वायरल डिप्थीज लेकर आती है, इसलिए इस मौसम में अपनी सेहत का कुछ ध्यान रखना बेहद जरूरी है, बुजुर्गों के शरीर की इम्यूनिटी पावर बेहद कम होती है, उन्हें वाटर बॉल डिप्थीज और इन्फ्लेक्शन की संभावना अधिक रहती है, अगर इन पर समय रहते ध्यान नहीं दिया जाता तो ये बुजुर्गों के लिए काफी खतरा हो सकता है और बीमारी का गंभीर रूप धारण कर सकती है।



सूनीयर ALERT



अनहाइजीनिक खाना

अनहाइजीनिक खाना खाने और गंदी पानी पीने से डायरिया हो सकता है, वहीं, खांसी-जुकाम और वायरल इन्फ्लेक्शन के ज्यादा चांस हो जाते हैं, इसके अलावा डिहाइड्रेशन जैसी समस्या भी आ सकती है, इस मौसम में मलेरिया और डेंगू जैसी बीमारियां तो आम हो जाती हैं, लेकिन जो बीमारी सबसे ज्यादा परेशान करती है, वह है बरसाती मौसम के चलते आंख में इन्फ्लेक्शन, इससे न सिर्फ आंख में खुजली होती है, बल्कि बुजुर्गों की आंखों से ज्यादा पानी भी आता रहता है।

मानसून में वायरल डिप्थीज का खतरा

सावधानियां

- सड़क किनारे मिलने वाला खाना व अन्य चीजों न खाएं, इसके अलावा, कच्ची और आधी पकी हुई कोई भी सब्जी या अन्य खाद्य वस्तुएं खाने से बचना चाहिए, मच्छरों को पैदा न होने दें और उनके काटने से बचें।
- घर में पानी के बर्तनों को अच्छे से साफ करें, साफ और ज्यादा पानी पीएं, ताकि डिहाइड्रेशन से बचे रहें, आंख और चेहरे को छूने से पहले हाथों को अच्छी तरह से धोएं, बारिश में अगर भीग जाएं, तो घर आकर साफ पानी से जरूर नहाएं।

इंफ्लुएंजा वैक्सिनेशन

ऐसे मौसम में एहतियात के तौर पर बुजुर्गों को इंफ्लुएंजा की वैक्सीन लेनी चाहिए, ताकि वायरल से बच सकें, इसके अलावा, बुखार होने पर तुरंत डॉक्टर के पास जाएं, जिन्हें अस्थमा और डायबिटीज है, उन्हें गीले पैर और धूल से बचना चाहिए।

दरकमें रहने वाली 119 साल की दादी मां ने हाल ही में अपनी जिंदगी के 119 साल पूरे किए, इनका नाम सिकर अर्सलान है, वह रोज सुबह उठकर उबले हुए अंडे खाती हैं, उनकी उम्र को लेकर एक कंप्यूजन तब होता है जब वह 120 नंबर की कैंडल के साथ अपने रिश्तेदारों के बीच बैठकर केक काटते हुए दिखीं, हालांकि आईडी कार्ड पर छोटो के अनुसार उनका जन्म 27 जून 1902 को हुआ था, इस हिस्सा से अर्सलान की उम्र 119 साल है, उनकी बेटी सेरप ने बताया कि अर्सलान की लंबी उम्र का राज नेचुरल फूड है, अर्सलान बटर, चीज और शहद रोज खाती हैं, साथ ही दही भी अपनी डाइट में शामिल करती हैं, 6 महीने पहले अर्सलान की पौती को कोरोना वायरस हुआ, पौती के साथ एक ही घर में रहने के बाद ही अर्सलान की कोरोना रिपोर्ट निगेटिव आई, अर्सलान ने अपना जन्मदिन परिवार के सब लोगों के साथ मिलाकर बनाया, इस दौरान वह टॉकी के लोकल पॉलिथिशन से भी मिलीं, फिलहाल सबसे बुजुर्ग व्यक्ति का खिताब जापान के केन तनाका को प्राप्त है, उनकी उम्र 118 साल है।

119 साल की उम्र में फिट



सूनीयर WONDER

साड़ी पहनकर स्केटिंग

टोरंटो की उर्वी रॉय ने ये साबित कर दिया है कि किसी भी काम को करने की कोई उम्र नहीं होती, 46 साल की उर्वी अक्सर साड़ी पहनकर स्केटिंग करते हुए अपने वीडियो शेयर करती हैं, उर्वी के सोशल मीडिया अकाउंट को देखकर उनकी एक्टिवनेस का पता चलता है, वे साड़ी में स्केटिंग करके स्कारात्मकता और आनंद का संदेश देती हैं, बढती उम्र में जो महिलाएं थक कर बैठ जाती हैं, उन सबके लिए उर्वी एक मिसाल हैं, स्केटबोर्ड पर उर्वी को स्केटिंग करते हुए देखकर उनके उत्साह और खुशी का अंदाजा लगाया जा सकता है, उर्वी के अनुसार, 40 साल से अधिक उम्र की महिलाओं के लिए यह सोच लिया जाता है कि अब ये कुछ और नहीं कर पाएंगी, इस सोच से महिलाओं को बाहर निकलने की जरूरत है, उर्वी बढती उम्र की सभी महिलाओं के लिए प्रेरणा बनना चाहती हैं ताकि वे अपने जीवन में नई चीजें सीखें और एंजॉय करें।



सूनीयर HEALTH

आर्थराइटिस के इलाज में योग असरदार

आर्थराइटिस और ग्लूकोमा जैसी बीमारियों में भी योग असरदार है, एम्स के एक्सपर्ट्स ने अपनी हालिया रिसर्च में इसकी पुष्टि भी की है, रिसर्च में साबित हो चुका है कि 'मेडिटेशन' ग्लूकोमा और रूमेटॉयड आर्थराइटिस के इलाज में एक एडिशनल थेरेपी की तरह काम करता है, एम्स से जुड़े राजेन्द्र प्रसाद सेक्टर ऑफ ऑर्थोलेमिक साइंसेज के एक्सपर्ट्स तनुज दादा और कौतिक महालिंगम का कहना है, ग्लूकोमा के मरीजों में मेडिटेशन मारिटाक का ब्वाड सर्कुलेशन बढ़ाता है और आंखों को नुकसान पहुंचाने वाले इंट्राक्युलर प्रेशर को घटाता है, यह सुजन घटाता है, घाव को भरता है और ऑर्बिटीय रेट्स को कम करता है, एक्सपर्ट्स कहते हैं, हालिया रिसर्च में यह जानने की कोशिश की गई कि मेडिटेशन का ट्रेडिक्लर मेथॉड जैनी एक्सप्लेशन पर क्या असर पड़ता है, ग्लूकोमा की बीमारी में इस जीन का अहम रोल होता है, ऐसा पाया गया कि ग्लूकोमा के मरीजों में मेडिटेशन से जीन में स्कारात्मक बदलाव आता है।

आंखों में अंदरूनी दबाव

ग्लूकोमा आंखों में अंदरूनी दबाव से जुड़ी बीमारी है, जिसके आम तौर पर लक्षण नहीं दिखाई देते, लंबे समय तक बढ़े हुए दबाव की वजह से आंखों की नस यानी ऑप्टिक नर्व डैमेज होने लगती है और रोशनी घटती चली जाती है, इलाज न करने पर मरीज हमेशा के लिए आंखों की रोशनी खो सकता है, यह एक आम बीमारी है जो किसी भी उम्र में हो सकती है, लेकिन, 60 साल से ज्यादा उम्र के लोगों में इसका खतरा अधिक होता है, रिसर्च के मुताबिक बुजुर्गों में डिप्रेशन कॉमन है, नेशनल हेल्थ एंड एंजिंग की एक रिसर्च कहती है, मानसिक रोग और आंखों की बीमारियों में एक कॉन्नेक्शन पाया गया है, ऐसे में मेडिटेशन मानसिक तौर पर राहत दे सकता है, इसीलिए ग्लूकोमा के मरीजों को फायदा हो सकता है।

बच्चों की दुनिया...



67 साल की उम्र में पीएचडी की डिग्री

दादी बनने के बाद की मेहनत अपने सपने पूरे करने की कोई उम्र नहीं होती, ये साबित कर दिखाया है 67 वर्षीय डॉ. उषा लोदाया ने, उषा वड़ोदरा की रहने वाली हैं, उनका सपना था कि वह पढ़-लिखकर डॉक्टर बनें, लेकिन 20 साल की उम्र में उनकी शादी हो गई और घर-परिवार की जिम्मेदारी निभाते हुए कब पढ़ाई की उम्र निकल गई, पता ही नहीं चला, अपने सपने को इस महिला ने दादी बनने के बाद भी मरने नहीं दिया और 20 जून को पीएचडी की डिग्री ली, ताकि वह 'डॉक्टर उषा लोदाया' कहला सकें, उषा ने बताया कि आखिरकार देर से ही सही, लेकिन मेरे नाम के आगे डॉक्टर लग ही गया, मेरा सपना पूरा होने में 50 साल लगे, हालांकि मैंने मेडिकल की पढ़ाई नहीं की, लेकिन डॉक्टर की डिग्री तो ले ही ली, पीएचडी करने से पहले उन्होंने जैनिज्म में 3 साल की डिग्री ली, उसके बाद शत्रुंजय अकादमी, महाराष्ट्र से डॉक्टरेट की डिग्री प्राप्त की, पीएचडी की पढ़ाई को डेढ़ साल ही पूरे हुए थे कि उनके पति इस दुनिया में नहीं रहे, उसके बाद रिसर्च वर्क और थीसिस पूरी करने में उन्हें 4 साल लगे, वे लॉकडाउन को अपनी पढ़ाई के लिए सबसे अच्छा समय मानती हैं क्योंकि यही वो वक्त था जब उन्हें घर में रहते हुए अपनी थीसिस पूरा करने का पर्याप्त समय मिला।



डॉ कविता माथुर

प्यारे बच्चों को ढेर सारा प्यार... आज चॉकलेट्स नहीं, ज्यादा मीठा सेहत के लिए अच्छा नहीं है न! देखो मीठा डॉस के लिए भी अच्छा नहीं होता, ना ही उनके लिए नमक ठीक होता है। ठीक है न!

हाँ तो हम बात कर रहे थे डॉस की ब्रीड्स के बारे में। जब भी हम किसी से कहते हैं कि हमारे

हमारी खूबसूरत दुनिया के दोस्त



पास डॉगी है, तो वो पहला सवाल यही करते हैं कि, 'कौनसी ब्रीड?' हमने अपने आस-पास तरह तरह के रंग, रूप, आकार, साइज वगैरह के डॉस देखे हैं। पॉप्यूलरिटी, लैब्राडोर, ग्रेट डेन, रॉट-वीलर, स्पिट्ज़, डैशहाउण्ड, पग (वोडाफोन वाला) वगैरह-वगैरह। विश्व भर में डॉस की लगभग चार सौ ब्रीड्स तैयार हो चुकी हैं बच्चों। तैयार होने से मेरा मतलब है कि ये सारी ब्रीड्स प्राकृतिक रूप से न होकर ब्रीडर्स द्वारा दो अलग-अलग ब्रीड्स के डॉस की मेटिंग करवा कर बनाई गयी हैं और यही कारण है कि इनकी तादाद बढ़ भी सकती है। दूसरे दिखने के अलावा डॉस के व्यवहार में भी कुछ मूलभूत अंतर देखे जा सकते हैं जिनकी चर्चा हम ब्रीड्स के बारे में जानते हुए पाएंगे। चार दशकों तक अध्ययन के बाद निकले निष्कर्ष के मुताबिक हमारे देश हिंदुस्तान में डॉस की 25 ब्रीड्स हम देख सकते हैं। कभी इनकी संख्या 50 होती थी, लेकिन इनको नजरअंदाज किये जाने के कारण इनकी संख्या घट गई। दूसरा कारण यह रहा कि यहाँ विदेशी ब्रीड्स के प्रति ज्यादा आकर्षण है। हालाँकि यहाँ के ट्रॉपिकल क्लाइमेट में इंडीजिनस डॉस ही सबसे ज्यादा मुनासिब है, चाहे वो उत्तर का हिमालयन मैस्टिफ़ हो या दक्षिण का राजपालायाम। दुनिया में करीब 900 मिलियन डॉस हैं। विकसित देशों में 17 से 24 प्रतिशत तक डॉस 'पेट्स' के रूप में रखे जाते हैं, लेकिन अविकसित देशों में ये विलेज-डॉस, कम्युनिटी-डॉस, या फेरल-डॉस के रूप में ही जीते हैं। फेरल यानी इंसानी क़द से छूटकर इधर-उधर भटकने वाले

पशु। बच्चों, कालांतर में डॉस अपने सर्वाइवल के लिए अब पूरी तरह से इंसानों पर निर्भर हो चुके हैं। लेकिन इंसानों के लिए हमारे बेस्ट फ्रेंड होने के सिवाय डॉस और कयों महत्वपूर्ण हैं, ये जानना बहुत जरूरी है। 'डॉस आर नॉट अवर होल लाइफ़, बट दे मेक अवर लाइव्स होल।' हँ बच्चों, ये बात बिल्कुल सही है, क्योंकि ऐसे हजारों किस्से हैं जिनके आधार पर ये धारणा बनी है कि डॉस बेहद वफ़ादार होते हैं। ये हमें इतना प्यार करते हैं कि अमेरिकी ह्यूमरिस्ट जोश बिलिंग्स ने तो ये कहा है कि 'ए डॉग इज़ दि ओन्ली थिंग ऑन अर्थ, दैट लव्ज़ यू मोर दैन ही लव्ज़ हिमसेल्फ़।' क्योंकि इनका दिमाग़ इनके दिल से चलता है और इनके दिल में भरी होती है हमारे लिए बेपनाह मुहब्बत। पालतू के रूप में डॉस हमें इतना प्यार करते हैं कि यदि हम इन्हें ट्रेन न करें तो हमारे बाहर जाने पर इन्हें 'सेपरेशन-एंगज़ाइटि' हो जाती है। एक 'पेट' के रूप में ये इंसान को डिप्रेशन से बाहर लाने में मदद करते हैं। जल्दराज लोगों के लिए जो कि अवसाद में बहुत उदर दवा आ जाते हैं, ये साथी की भूमिका बखूबी निभाते हैं। ऐसा 1999 में हुए 'जर्नल ऑव दि अमेरिकन जैरिएट्रिक्स सोसाइटी' के एक शोध में बाकायदा घोषित किया गया था। जीन हिल ने कहा है कि, 'नो वन कैन फुली अंडरस्टैंड द मीनिंग ऑव लव, अन्लैस ही हैज़ ओन्ड ए डॉग।' अगले अंक में आपके लिए और ज्यादा जानकारी लेकर आऊँगी, तब तक के लिए तमिल में पढ़-पढ़ यानी कि बाय बाय!

शहर...

ये कैसा शहर है, हर चीज़ यहाँ अजीब है। एक टॉय कार रही है, ऊँची से ऊँची इमारत बाना, जमीनी के टुम्डे स्ट्रीटवा, रीनी काग़ाज़ों के ढेर लगाना, यहाँ काग़ाज़ी के फ़लसफ़े हैं। अकड़ि हुई गदगद नज़र आती है। चारों तरफ़ परछाईयों नज़र आती हैं। पर वो किनकी हैं, वो नज़र नहीं आता। इस शहर में नौकरी ख़ब करते हैं, ग़लतबात कोई नहीं करत, वयूँकि ग़लतबात करने की तानस्य नहीं मिलती। इस शहर में लोहे के पेड़ उगे हैं, जिन पर किना पशुओं वाले पेंटिंटे बेटे हैं। यहाँ परिटों के पर बघावण में ही क़तर दिते जाते हैं। फिर उन परों को दवात में डुबी डुबी कर क़हाणियाँ लिखी जाती हैं। लगता है ये शहर, रिश्वतियों का शहर है। हर आराम में रात है, हर रात पे दवात है, कहीं कोई दरिया है ही नहीं। मैं सोचता था शहर तोरे एशो का काँच ही टूट रहा है, जो हर इंसान टूट-टूटा सा दिखाई देता है। पर सब बातों, इंसान सब में ही टूट रहा है। हर टूटने पर गद है, हर टूटने में दर्द है, ये कैसा शहर है, हर चीज़ यहाँ अजीब है।

■ राशतीर कपिल

कलम प्रिया की वर्चुअल राष्ट्रीय काव्य गोष्ठी

कार्यालय संवाददाता
जयपुर। जयपुर की सुप्रसिद्ध संस्था 'कलमप्रिया लेखिका साहित्य संस्थान' की संस्थापिका शशि सक्सेना ने सदस्यों के लिए राष्ट्रीय वर्चुअल काव्य गोष्ठी का आयोजन किया जिसमें राजस्थान के अतिरिक्त देश के अन्य राज्यों की महिला प्रतिभागी शामिल हुईं। सभी सखियों ने अपनी रचनाओं द्वारा अपने-अपने भाव व्यक्त किये। अधिकांश सदस्यों ने नारी व मां विषय पर रचना पढ़ी। कतिपय कवयित्रियों ने रिश्ते पर और समाज को संदेश देते हुए समाज की विकृतियों के बारे में कविता सुनाई तो कुछ साधियों ने समाज में नारी का योगदान देते हुए पुत्रों को संस्कार देने की बात कही। डॉ अंजू सक्सेना ने आपबीती घटना को संकेत करती रचना सुनाते हुए कहा कि बख्शीश मिलते ही भ्रष्टाचार का घृणित स्वरूप समाज को सत्य से परे लेता जा रहा है माना कि सत्य विजयी होता है किंतु उसकी विजय प्राप्ति में न्याय प्रणाली की पेचीदगी में से व्यक्ति को बहुत सारे तकलीफों का सामना करना पड़ता है। कलमप्रिया की सलाहकार डॉ सुषमा शर्मा जी ने मौन रहते हुए कार्यक्रम का आनंद लिया। मुख्य अतिथि के रूप में डॉ अमला बत्रा जी का कविता वाचन व गरिमामय वक्तव्य बहुत ही मोहक और प्रभावशाली रहा। गोष्ठी में कवयित्री



कमलेश शर्मा, उमेश नाग, सविता जी, गायत्री ठाकुर, मंजू लता भट्ट, शारदा जेटली, सुशीला शर्मा, रीता सोलंकी, सलोनी क्षितिज, अर्चना माथुर, साधना तिवारी, अलका गुप्ता, डॉ अंजू सक्सेना जी, शशि पाठक, मीरा श्रीवास्तव, रश्मि शुक्ला, शशि सक्सेना, रंजना माथुर, पूजा मिश्रा, मनमोहा माथुर, चन्द्रकान्ता माथुर जी आदि ने भाग लेकर कार्यक्रम को सुंदर, रोचक और प्रभावशाली बना दिया। कार्यक्रम की मंच संचालिका श्रीमती रंजना माथुर ने बड़ा ही आकर्षक व रोचक प्रस्तुति के द्वारा काव्य गोष्ठी को चार चांद लगा दिए। वर्चुअल प्रस्तुति में एक नन्ही बालिका एंजेलिना जोली ने तकनीकी सहयोग प्रदान कर सभी का स्नेह प्राप्त किया। अध्यक्ष श्रीमती शशि सक्सेना ने आभार व्यक्त करते हुए कार्यक्रम का समापन किया।

विश्व युवा कौशल दिवस किसी भी देश-प्रदेश की तरक्की उसकी युवा शक्ति के कौशल पर निर्भर: मुख्यमंत्री गहलोत

कार्यालय संवाददाता

जयपुर। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने कहा कि किसी भी देश और प्रदेश की तरक्की उसकी युवा शक्ति के कौशल और दक्षता पर निर्भर करती है। हमारे युवाओं ने पूरी दुनिया में अपनी योग्यता का लोहा मनवाया है। राज्य सरकार तकनीक एवं नवाचारों के साथ युवाओं को वर्तमान आवश्यकताओं के अनुरूप विभिन्न विधाओं में दक्ष बनाने का हस्तक्षेप प्रयास कर रही है। प्रदेश में कौशल विकास को बढ़ावा देने के लिए कई संस्थानों की स्थापना के साथ ही महत्वपूर्ण फैसले लिए गए हैं। गहलोत गुरुवार को मुख्यमंत्री निवास से वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से विश्व युवा कौशल दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित कर रहे थे। उन्होंने युवाओं को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि आज का समय स्वरोजगार से जुड़ने और स्वावलम्बी बनने का है। प्रदेश के युवा अपनी इच्छा और क्षमता के अनुरूप कौशल विकास करते हुए आगे बढ़ें। राज्य सरकार उन्हें प्रोत्साहन देने में कोई कमी नहीं रखेगी। उन्होंने निर्देश दिए कि युवाओं को बेहतर प्रशिक्षण देने के लिए नामी कम्पनियों के साथ सम्पर्क स्थापित किया जाए। बाजार की मांग के अनुसार अच्छे कोर्स तैयार कर युवाओं को प्रशिक्षित किया जाए।



स्वर्गीय राजीव गांधी ने देश को मजबूत, स्वतंत्र और आत्मनिर्भर बनाने के लिए युवा शक्ति की प्रतिभा के उपयोग पर जोर दिया था। उनका मानना था कि दुनिया के विकसित राष्ट्रों के बराबर खड़ा होने के लिए हमें विज्ञान और तकनीक का भरपूर उपयोग करने के साथ ही हमारी शिक्षा को व्यावसायिक बनाना होगा। यह गर्व का विषय है कि हमारे युवाओं ने सूचना प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में दुनिया के विकसित

देशों को पीछे छोड़ दिया है। हमें इसी तरह अन्य क्षेत्रों में भी पूरी दक्षता के साथ आगे बढ़ना होगा। गहलोत ने कहा कि कोविड के चुनौतीपूर्ण दौर ने हमारी अर्थव्यवस्था को प्रतिकूल रूप से प्रभावित किया है। कई परिवारों को आजीविका की समस्या का सामना करना पड़ा है। साथ ही बेरोजगारी आज देश में सबसे बड़ी चुनौती है। इस समस्या के समाधान के लिए हमारे युवाओं

को और अधिक मेहनत तथा कौशल विकास के माध्यम से स्वरोजगार से जुड़ना होगा। राज्य सरकार दूर-दराज गांवों तक शिक्षण-प्रशिक्षण की सुविधाएं उपलब्ध करवा रही है। राज्य में करीब 2 हजार आईटीआई का मजबूत ढांचा उपलब्ध है और इस दृष्टि से राजस्थान देश में दूसरे स्थान पर है। प्रदेश के युवा इनका लाभ लेकर अपनी प्रतिभा को निखारें। उच्च शिक्षा राज्य मंत्री भंवर सिंह भाटी

ने कहा कि मुख्यमंत्री अशोक गहलोत के नेतृत्व में राज्य में कौशल विकास के क्षेत्र में उल्लेखनीय काम हुआ है। राजस्थान कौशल एवं आजीविका विकास निगम इस दिशा में बेहतरीन काम कर रहा है। उन्होंने कहा कि उच्च शिक्षा विभाग भी युवाओं को स्वरोजगार की दिशा में आगे बढ़ाने के लिए ओकेशनल कॉर्सेज, कौशल प्रशिक्षण सहित अन्य कार्यक्रमों के संचालन पर विशेष जोर दे रहा है। श्रीमती टीकाराम जूली ने कहा कि प्रदेश में सभी वर्ग के युवाओं को प्रशिक्षित कर रोजगार से जोड़ने के प्रयास किए जा रहे हैं। कोरोना महामारी के दौर में युवाओं को रोजगार उपलब्ध करवाने के लिए हरसम्भव प्रयास सुनिश्चित किया है। ऑनलाइन एवं वर्चुअल जॉब फेयर से बड़ी संख्या में युवाओं को लाभ मिला। खेल एवं युवा मामलात मंत्री अशोक चांदना ने कहा कि विगत ढाई वर्ष में युवाओं के कौशल विकास की दिशा में उल्लेखनीय काम हुआ है। प्रदेश में करीब 2 लाख युवाओं को कौशल विकास कर रोजगार से जोड़ा गया है। मुख्यमंत्री युवा सम्बल योजना के तहत 1 लाख 60 हजार पात्र युवाओं को बेरोजगारी भत्ता दिया जा रहा है। भिक्षावृत्ति रोकने के लिए भिक्षुक उन्मुखीकरण और पुनर्वास कार्यक्रम 'भोर' चलाया गया है, इसके तहत 3 कौशल प्रशिक्षण केंद्रों पर 100 से अधिक भिक्षुक प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे हैं।



साकार महिला विकास समिति द्वारा हरियाली दिवस पर किया वृक्षारोपण

कार्यालय संवाददाता

जयपुर। साकार महिला विकास समिति द्वारा हरियाली दिवस के अवसर पर सत कंवर राम पार्क में 25 छाया दार पेड़ लगाए गए। आयोजक निशा पारीक, घनश्याम मुलानी ने जानकारी दी। इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि मुख्य सचेतक डॉ. महेश जोशी जी रहे तथा अपने हाथों से साकार परिवार के साथ पेड़ लगाए तथा उनकी देखभाल करने की प्रेरणा दी और प्रत्येक व्यक्ति को अपने लिए एक पेड़ लगाने तथा उसकी देखभाल, सेवा करने का संकल्प भी लिया। इस अवसर पर टीना सरिया, मंजीत अरोड़ा, पवन बिंडा, हरीश लौंगानी, अनील अग्रवाल, भुवनेश टांक, निकिता कोका, गुल सजजानी, हुमा खान, ज्योति बागवानी, अमित शर्मा, नानकराम मूल राजनी थावर दास रामरखानी, चन्द्र प्रकाश पारीक, देवकीनंदन सरिया, प्रमोद सरिया इत्यादि गणमान्य लोग उपस्थित रहे।



सत्कार वुमन्स वेलफेयर सोसायटी के 20 दिवसीय प्रशिक्षण शिविर सम्पन्न

जयपुर। सत्कार वुमन्स वेलफेयर सोसायटी के 20 दिवसीय प्रशिक्षण शिविर का दिनांक 12 जुलाई को समापन समारोह मनाया गया। संस्था की अध्यक्ष बरखा शर्मा ने बताया कि शिविर में लगभग 100 बालिकाओं ने सिलाई, मैहदी, ब्यूटीशियन की क्लासेस में भाग लिया। कार्यक्रम में नाहरगढ़ थाना इंचार्ज मुकेश केदार जी, भाजपा महिला मोर्चा, कविता मलिक, किशनपोल मण्डल अध्यक्ष राम सोनी, नाहरगढ़ व्यापार मण्डल

अध्यक्ष मिनर सिंह, न्यूज 24 के पुनीत अतिथि के रूप में बच्चों को सम्बोधित किया। साथ प्रथम एवं द्वितीय बालिकाओं को पुरस्कार एवं सभी बालिकाओं को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया। सत्कार परिवार के सन्तोष, स्नेहा, माला, कविता, नेहा, ज्योति, भावना, लीला, ऐ एन एम, अनिता, चंद्रकाता, शैलेन्द्र, अशोक, विष्णु अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

अध्यक्ष मिनर सिंह, न्यूज 24 के पुनीत अतिथि के रूप में बच्चों को सम्बोधित किया। साथ प्रथम एवं द्वितीय बालिकाओं को पुरस्कार एवं सभी बालिकाओं को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया। सत्कार परिवार के सन्तोष, स्नेहा, माला, कविता, नेहा, ज्योति, भावना, लीला, ऐ एन एम, अनिता, चंद्रकाता, शैलेन्द्र, अशोक, विष्णु अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

'भारतीय स्वतंत्रता अधिनियम' पारित दिवस के अवसर पर राजस्थान के स्वतंत्रता सेनानियों के छाया-चित्रों की प्रदर्शनी का हुआ वर्चुअल आयोजन

जयपुर (कांस.)। 'भारतीय स्वतंत्रता अधिनियम' पारित दिवस के अवसर पर, रविवार को राजस्थान राज्य अभिलेखागार विभाग, बीकानेर द्वारा राजस्थान के स्वतंत्रता सेनानियों के छाया-चित्रों की प्रदर्शनी का जवाहर कला केंद्र के फेसबुक पेज पर वर्चुअल प्रदर्शन किया गया। यह कार्यक्रम कला और संस्कृति विभाग, राजस्थान सरकार, राजस्थान राज्य अभिलेखागार विभाग, बीकानेर एवं जवाहर कला केंद्र, जयपुर द्वारा 'आजादी का अमृत महोत्सव' कार्यक्रम की शुरुआत के तहत आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्घाटन कला और संस्कृति मंत्री, राजस्थान सरकार, डॉ. बी.डी. कल्ला ने किया। प्रदर्शनी का उद्देश्य इन स्वतंत्रता सेनानियों की तस्वीरों को जीवन के अनुभवों, संघर्षों और भारत की स्वतंत्रता के लिए दिए गए उनके बलिदानों को प्रदर्शित करना था। प्रदर्शनी में प्रस्तुत किए गए कुछ जिलों में - अजमेर, अलवर, भरतपुर, झुंजारपुर, जयपुर, कोटा और सवाई माधोपुर शामिल हैं। इस अवसर पर, डॉ. बी.डी. कल्ला ने कहा कि भारत के स्वतंत्रता संग्राम में भाग लेने वाले सभी स्वतंत्रता सेनानियों हमारे सम्मान के पात्र हैं। इस प्रदर्शनी का आयोजन भविष्य की पीढ़ी को इतिहास से अवगत कराने, स्वतंत्रता के महत्व को समझने और इन स्वतंत्रता सेनानियों की वीर गाथाओं को जन-जन तक पहुंचाने के उद्देश्य से किया गया है। इसमें राजस्थान के 200 से अधिक स्वतंत्रता सेनानियों के संघर्ष, जिलेवार और उनके संबंधित क्षेत्रों में भारत के स्वतंत्रता आंदोलन में उनके सक्रिय योगदान को प्रदर्शित किया गया। भारत के स्वतंत्रता संग्राम की गाथाओं को पढ़कर आने वाली पीढ़ी एक गौरव और मजबूत भारत के निर्माण के लिए प्रेरित होगी।

गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।