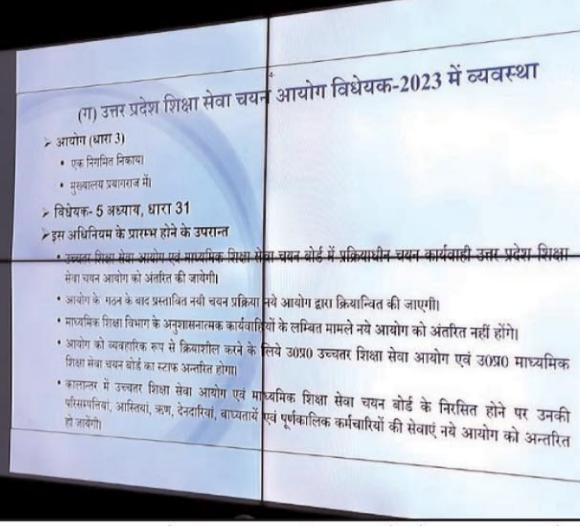
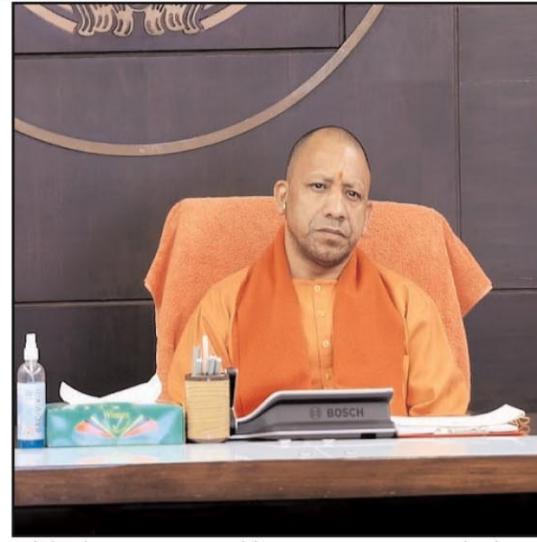


उत्तर प्रदेश शिक्षा सेवा चयन आयोग का गठन जल्द : मुख्यमंत्री

- एक ही आयोग से होगा बेसिक, माध्यमिक, उच्च एवं तकनीकी शैक्षिक संस्थानों में शिक्षकों का चयन

लखनऊ, (हि.स.)। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने मंगलवार को प्रेस में शैक्षक संस्थानों में शिक्षक भर्ती प्रक्रिया की समीक्षा करते हुए कहा कि शिक्षकों के समयबद्ध चयन के लिए सरकार गंभीर है। उत्तर प्रदेश शिक्षा सेवा चयन आयोग का जल्द गठन किया जाएगा। उत्तर प्रदेश में एक ही आयोग से बेसिक, माध्यमिक, उच्च एवं तकनीकी शिक्षक को नियुक्त करने में शिक्षकों के चयन होगा। यही आयोग टीईटी की परिषक्षा भी करायगा। मुख्यमंत्री ने एकत्र आयोग के रूप में 'उत्तर प्रदेश शिक्षा सेवा चयन आयोग' के गठन के संबंध में निर्देश देते हुए कहा कि विभिन्न पार्श्व-साहद पार्च वर्च की अधिक में प्रेषण में संचालित विभिन्न चयन आयोगों की कार्यप्रणाली न होने से आयोगों की कार्यप्रणाली में शुचिता और पारदर्शिता आई है।

मेरिट के आधार पर योग्य अधिकारीयों का चयन हो रहा है। प्रेषण में आये इस बदलाव का पीछा लाभ सुवार्ताओं के लिए भी बढ़े। प्रेषण के बेसिक, माध्यमिक, उच्च एवं तकनीकी शिक्षण संस्थानों में योग्य शिक्षकों के चयन के लिए अलग-अलग प्राधिकारी, बोर्ड एवं आयोग संचालित हैं। परीक्षा नियमिक प्राधिकारी, माध्यमिक शिक्षा सेवा चयन आयोग और उच्चर शिक्षक सेवा चयन आयोग के अलावा उत्तर प्रदेश सेवा आयोग के माध्यम से की व्यवस्था लागू है। नियमित सुवार्ताओं के क्रम में भविष्य की आवश्यकताओं का देखते हुए शिक्षक चयन आयोगों को एकत्रित स्वरूप दिया जाना उचित होगा। मुख्यमंत्री ने कहा कि शिक्षक चयन हो रहा है।



गोरक्षनाथ की भूमि पर 13 जनवरी से निषाद पार्टी का 10 संकल्प दिवस कार्यक्रम होगा

- पार्टी अध्यक्ष डॉ संजय निषाद ने मुख्यमंत्री को कार्यक्रम का दिया आमंत्रण

लखनऊ, (हि.स.)। निषाद पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं केनेट मंत्री डॉ संजय कुमार निषाद ने मंगलवार को आमंत्रण देने गए थे। मुख्यमंत्री ने कार्यक्रम के सफल होने की शुभकामनाओं के साथ ही उसमें शिक्षकों के अनुकूलता की उन्नति के लिए भविष्य की व्यवस्था लागू होनी की व्यवस्था लागू है। परीक्षा नियमित सुवार्ताओं के क्रम में भविष्य की आवश्यकताओं का देखते हुए अधिकारीयों की नियुक्ति के लिए नियुक्ति प्राधिकारी को एकत्रित स्वरूप दिया जाना उचित होगा।

मुख्यमंत्री ने अध्यक्ष से बातचीज लेकर करने के साथ हुई बैठक की व्यवस्था लागू होनी की व्यवस्था लागू है। नियमित सुवार्ताओं के क्रम में भविष्य की आवश्यकताओं का देखते हुए अधिकारीयों की नियुक्ति के लिए नियुक्ति प्राधिकारी को एकत्रित स्वरूप दिया जाना उचित होगा।

मुख्यमंत्री ने अध्यक्ष से बातचीज लेकर करने के साथ हुई बैठक की व्यवस्था लागू होनी की व्यवस्था लागू है। नियमित सुवार्ताओं के क्रम में भविष्य की आवश्यकताओं का देखते हुए अधिकारीयों की नियुक्ति के लिए नियुक्ति प्राधिकारी को एकत्रित स्वरूप दिया जाना उचित होगा।

संपादकीय

संपादकीय

विपक्ष एक बार फिर साहित हुआ गलत

नोटबंदी पर केन्द्र सरकार की घेराबंदी के प्रयास एक बार फिर विफल हो गए हैं। कांग्रेस के नेता एवं यूपीए सरकार वित्त मंत्री रहे वरिष्ठ अधिवक्ता पी. चिंदंबरम सहित 58 लोगों द्वा न्यायालय में याचिका दायर की गई थी कि केंद्र सरकार ने गैर-कानून ढंग से नोटबंदी की प्रक्रिया की। सर्वोच्च न्यायालय की पांच सदस्यों वाली संवैधानिक पीठ ने सभी याचिकाओं की सुनवाई करने के बाद निर्णय सुनाते हुए कहा कि 500 और 1000 के नोट बंद करने की प्रक्रिया काई गड़बड़ी नहीं हुई है। सरकार ने भारतीय रिजर्व बैंक की सहमति यह निर्णय लिया था। इसके साथ ही सर्वोच्च न्यायालय ने सभी

सरकार ने भारतीय रिजर्व बैंक की सहमति से यह निर्णय लिया था। इसके साथ ही सर्वोच्च न्यायालय ने सभी याचिकाओं को खारिज कर दिया है। सर्वोच्च न्यायालय का यह निर्णय उन लोगों को आईना दिखाता है जो जबरन नोटबंदी के निर्णय को गलत बताकर सरकार को धेरने के प्रयास करते रहते हैं। उल्लेखनीय है कि कांग्रेस सहित कुछ विपक्षी दल और उनके सहयोगी बुद्धिजीवी पहले दिन से ही नोटबंदी को गलत बताते रहे जबकि परेशानी उठाने के बाद भी सरकार के इस ऐतिहासिक निर्णय का जनता ने खूब स्वागत किया था। यानी एक तरह से नोटबंदी का विरोध करनेवाले लोग सरकार को धेरने के चक्कर में जनभावनाओं को भी नजरअंदाज करते रहे हैं।

कांग्रेस समर्थित पत्रकारों ने जब कतार में लगे लोगों से ऐन-केन-प्रकारण नोटबंदी पर प्रतिकूल टिप्पणी लेने का प्रयास किया था, तब भी उन्हें सफलता नहीं मिली थी। जनता ने ऐसे लोगों को खुब आईना दिखाने का प्रयास किया। उसके बाद हुए लोकसभा चुनाव में भी नोटबंदी को चुनावी मुद्दा बनाने का प्रयास विपक्षी दलों ने किया, तब भी जनता ने नोटबंदी पर अपना समर्थन मोटी सरकार को देकर संदेश देने का काम किया।

में बहुत हद तक सफल भी हुई। आज देश में डिजिटल लेन-देन उल्लेखनीय वृद्धि हुई है। यदि नोटबंदी नहीं होती तब डिजिटल लेन-देन की यह क्रांति कितनी देर से हमारे यहाँ आती, कहा नहीं जा सकता। आज बड़े से लेकर अत्यंत छोटे कारोबारी भी डिजिटल लेन-देन कर रहे हैं। यह भी समझने की आवश्यकता है कि नोटबंदी के निर्णय व सराहना राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय अर्थकथ संस्थाओं और विशेषज्ञों की थी। बहरहाल, सर्वोच्च न्यायालय के निर्णय के बाद अब विपक्ष दलों एवं उनके सहयोगियों को नोटबंदी के पीछे भागना बंद करने आ की सुध लेनी चाहिए।

अग्रृत कलश

विश्व एक नीड़ हो जाएगा

संभावित

अनुयुद्ध की महाविभीषिका से संत्रस्त, सत्ताधारियों वे अत्याचार से पीड़ित, धनपतियों के शोषण से जर्जरी करना चाहते हैं। इन्हें उन्होंने एक दूसरा महान संदेहास्पद प्रश्न है- हमारे वर्तमान राष्ट्रों का हमारी पृथक्का का भविष्य क्या होगा? त्रिकालदर्शी ऋषि विवेकानंद ने अपनी दिव्य दृष्टि से व्यष्टि और समष्टि दोनों के भविष्य को देखा था। तभी तो उन्होंने एक प्रासिद्ध व्याख्यान 'बहुतत्व में एकत्व' में स्पष्ट शब्दों में घोषणा की है- क्रमशः राष्ट्रों में प्रस्तर मेल हाता जा रहा है और मेरी यह दृढ़ धारणा है कि एक दिन ऐसा आएगा, जब राष्ट्र नाम की कोई वस्तु नहीं रह जाएगी। राष्ट्र राष्ट्र का भेद दूर हो जाएगा। हम चाहे इच्छा करें या ना करें हम जिस एकत्व की ओर अप्रसर होते जा रहे हैं, वह एक दिन प्रकाशित होगा ही। हम लोगों के मन में संदेह ना रह जाए। इसलिए अपनी इस भविष्यवाणी के पीछे जो शाश्वत सिद्धांत है, जो दृढ़ आधार है वह भी स्वामी जी ने हमें बताया है। उसी व्याख्यान में वे आगे कहते हैं- वास्तव में हम सबके बीच भ्रातृ संबंध स्वाभाविक ही है पर हम सब इस समय पृथक् हो गए हैं। ऐसा समय अवश्य आएगा जब यह सब विभिन्न भाव आकर मिल जाएंगे। प्रत्येक व्यक्ति वैज्ञानिक विषय के ही समान आध्यात्मिक विषयों में व्यवहार कुशल हो जाएगा और तब वह एकत्व सम्मिलित जगत में व्याप्त हो जाएगा। तब सारा जगत जीवन मुक्त हो जाएगा। अपनी ईर्ष्या, धृणा, मेल और विरोध में सहोते हुए हम उसी एक दिशा में चले जा रहे हैं।

- स्वामा सत्यरूपान

ଶ୍ରୀମତୀ କୁମାରୀ

नृतन ज्ञान का आनंद

स्वामी रामतीर्थ विदेशों में भारतीय संस्कृति का प्रसार किया। भारतीय संस्कृति को लोकप्रिय बनाने के लिए स्वामी ज्ञानाटन करते थे। यात्रा के दौरान जब वे समुद्री जहाज के डेट पर पहुंचे तो उनके बृद्ध जापानी पुरुष मिला। स्वामी जी ने देखा कि वह अत्यंत दुर्बल था औंसके नेत्रों की ज्योति क्षीण हो चुकी थी। फिर भी वही बृद्ध व्यक्ति एक युवार्थार्थी की तरह अध्ययन में रह था। बृद्ध व्यक्ति को प्रयत्नशील देखकर स्वामी जी को आशर्चय हुआ। वह उसके निकट गए तो देखा कि वह चीनी भाषा सीख रहा। इस भाषा को सीखने के लिए काफी श्रम और समय चाहिए। जबकि वह ज्यकिति को कुछ समय ही जीवित रहने योग्य था। स्वामी जी को उसकी क्रियाशीलता नवायश्वक प्रतीत हुई लेकिन उसकी लगान देखकर उन्हें जिज्ञासा हुई। उन्होंने बृद्ध को नमकाकर कर परिचय दिया। स्वामी जी ने पूछा- यदि आपने आठ वर्षों में चीनी भाषा सीख ली तो इसका उपयोग कब और कैसे करेंगे। यह सुनकर बृद्ध व्यक्तियों के स्मृदार मुख पर मुस्कान आई उसने स्वामी जी से पूछा तुम्हारे प्रक्रियतानी है स्वामी जी ने उत्तर दिया मेरी अवस्था लगभग 30 वर्ष है। बृद्ध बलखिला कर हंसा और बोला- मेरे भारतीय मित्र, तुम मेरे पाते की उम्र के हर र लगता है कि तुम बृद्ध होने लगे हो। मैं जब तक जीवित रहूँगा तब तक कुछ न कुछ सीखता रहूँगा। जीवित रहते एक-एक दिन का उपयोग ना करूँ तो मृत हो जामग्नो। कुछ ना कुछ सीखते जाना ही जीवन का आनंद है। मैं इस नृतन औंसनोंखे आनंद को छोड़ नहीं सकता। यह बात सुनकर स्वामी रामतीर्थ के मन सके प्रति श्रद्धा उमड़ आई। वह उसके चरणों में झक गए।

जैन समाज की आस्था एवं भवित से खिलवाड़ है, उनकी धार्मिक भावनाओं को आहत करना है

जैन तीर्थ के अस्तित्व एवं अस्मिता से खिलवाड़ क्यों?

ललित गग

हर जैन धर्मावलम्बी के लिये यह ऐसा तीर्थ है, जहां जीवन में बार-बार दर्शन की भावना रहती है, जहां मुँहपट्टी लगाए रखते थे या मुँह खोलते ही नहीं थे ताकि किसी जीव की हिंसा न हो जाए। बिना जूते-चप्पल जाते हैं। बिना आहार ग्रहण करने की भावना रहती है, ऐसा पवित्र भाव जिस तीर्थ के लिए करोड़ों लोगों के दिल में रहता हो, यदि उसे सरकार एक पर्यटन लस्थ बना दे तो वहां क्या नहीं होगा? तब क्या वहां लोग मौज-मजा करने के लिए नहीं आने लगेंगे? वे वहां शराब पियेंगे, मांसाहार करेंगे और बहुत-से अनैतिक काम भी वहां होने लगेंगे सारे भारत का जैन समाज इस आशंका से उद्भेदित है।

जैन समाज के सर्वोच्च तीर्थं सम्मेद शिखर को लेकर देशभर में गुस्सा और आक्रोश का बरना ज्ञारखंड सरकार की दूषित नीति को दर्शा रहा है। गिरिडीह ले में स्थित पारसनाथ पहाड़ी को पर्यटन केन्द्र घोषित किया जाना, जैन समाज की आस्था एवं भक्ति से खिलावड़ है, उनकी विर्मिंग भावनाओं को आहत करना है। इसके खिलाफ देशभर में न समाज के लोग इसलिये प्रदर्शन कर रहे हैं कि पारसनाथ पहाड़ी के नेया भर के जैन धर्मवर्तीयों में सर्वोच्च तीर्थं सम्मेद शिखर के पर परसिद्ध है। इसे पर्यटन केन्द्र घोषित करने से इसकी पवित्रता अपिण्डत होगी, मांस-मदिरा का सेवन करने वाले लोग आने लगेंगे और जौ-मस्ती का अड़ाएवं अनेक अधार्मिक गतिविधियों का यह न्द्र बन जायेगा। किसी व्यक्ति के बारे में सबसे बड़ी बात जो कहना सकती है, वह यह है कि “उसने अपने चरित्र पर कालिख नहीं लगाने देता तो गणे दी।” जब व्यक्ति अपने पर कालिख नहीं लगाने देता तो सकी धार्मिक आस्था के सर्वोच्च पर कालिख पोतने के प्रयासों को से सहन कर सकेगा? अपने धर्म दीपों को दोनों हाथों से सुरक्षित बकर प्रज्वलित रखने का प्रयास जायज है। ऐसा करना हर व्यक्ति, धर्म, आस्था के मानने वाली परम्परा का लोकतांत्रिक धिकार है, इस पर किसी सरकार के द्वारा कालिख पोतने का वास एक तरह से आकाश में पैंबंद लगाना या सछिद्र नाव पर वार होना है। इस तीर्थस्थल की श्वेतांबर और दिरांबर जैनियों के ए, वही पवित्रता, महत्ता, दिव्यता है, जो मक्का-मदीना, चूरुशलम, स्वर्ण मंदिर और वैष्णो देवी मंदिर आदि की है। चूंकि पर्वत स्थल विकसित किया जाना है, लिहाजा सरकारी धिस्सचना में मछली और मुर्मी पालन का उल्लेख है। पर्यटकों के ए होटल, रिटॉर्ट बनेंगे, लिहाजा पेड़ों के अवैध कटान और नन अभी से जरा है। वन-विभाग अलग-अलग संगठनों और पनियों को जमीन बेच रहा है, नीतिज्ञ अभी से अतिक्रमण शुरू गए हैं। बोर्डोंटोडिएगए हैं, असामाजिक तत्त्व सक्रिय हैं, वाहनों आवाजाही बढ़ गई है, लिहाजा पर्यावरण छिल रहा है। इसका थंथर्थ यह नहीं है कि श्री सम्मेद शिखर जी से सुरम्य पर्वतीय स्थलों पर पर्यटक जाएं ही नहीं। वे वहाँ जाएं लेकिन उनका आचरण यंत्रित हो, मयादित हो और धर्मप्रीमी लोगों का ध्यान भंग रनेवाला न हो। श्री सम्मेद शिखर जी ऐसा पवित्र स्थल है, इसका



पुण्य क्षेत्र में जैन धर्म के 24 में से 20 तीर्थकरों (सर्वोच्च जैन गुरुओं-तीर्थकरों) ने मोक्ष की प्राप्ति की। यहाँ 23 वें तीर्थकर भगवान पार्श्वनाथ ने भी निर्वाण प्राप्त किया था। हर जैन धर्मावलम्बी के लिये यह ऐसा तीर्थ है, जहां जीवन में बार-बादर्शन की भावना रहती है, जहां मुहूरटी लगाए रखते थे या मुंख खोलते ही नहीं थे ताकि किसी जीव की हिंसा नहो जाए। बिना जूते चप्पल जाते हैं। बिना आहार ग्रहण करने की भावना रहती है, ऐसे पवित्रभावजिस तीर्थके लिए करोड़ों लोगों के दिल में रहता हो, यद्यपि उसे सरकार एक पर्यटन स्थल बना दे तो वहां क्या नहीं होगा? तब क्या वहां लोग मौज-मजा करने के लिए नहीं आने लगेंगे? वे वहां शराबपियों, मांसाहार करोरों और बहुत-से अनैतिक काम भी वहां होने लगेंगे, सारे भारत का जैन समाज इस आशंका से उद्देलित है। क्योंकि "सम्प्रदेश शिखरजी" "जैन संस्कृति है, सभ्यता है, आस्था है" इतिहास है, विरासत है और धार्मिकता का सर्वोच्च शिखर है। सम्प्रदेश शिखरजी 1,350 मीटर (4,430 फुट) ऊंचा यह पहाड़ झारखण्ड का सबसे ऊंचा स्थान भी है। यहाँ हर साल लाखों जैन धर्मावलंबियों आते हैं, साथ-साथ अन्य पर्यटक भी पारसनाथ पर्वत की वंदना करना जरूरी समझते हैं। गिरिडीह स्टेशन से पहाड़ के तलहटी मधुबन्धन तक क्रमशः 14 और 18 मील हैं। पहाड़ की चढ़ाई उत्तराई तथा यात्रा करीब 18 मील की है। यह जैन तीर्थों में सर्वोत्तम माना जाता है। यह 'सिद्धक्षेत्र' कहलाता है और जैन धर्म में इसे तीर्थराज अर्थात् 'तीर्थों का राजा' कहा जाता है। जैन ग्रंथों के अनुसार सम्प्रदेश शिखर और अयोध्या, इन दोनों का अस्तित्व सूर्यित के समानांतर है। इसलिए इनको 'शाश्वत' माना जाता है। प्राचीन ग्रंथ में यहाँ पर तीर्थकरों और तपस्वी संतों ने कठोर तपस्या और ध्यान

द्वारा मोक्ष प्राप्त किया। यही कारण है कि जब सम्प्रद शिखर तीर्थयात्रा शुरू होती है तो हर तीर्थयात्री का मन तीर्थकरों का स्मरण कर अपार त्रद्वा, आस्था, उत्साह और खुशी से भरा होता है। इन स्थितियों की जगजाहिर जानकारी के बावजूद झारखंड सरकार ने क्या सोचकर इसे पर्यटन केन्द्र घोषित किया। वैसे भी कोई भी धार्मिक स्थल पर्यटन केन्द्र नहीं हो सकत। जैन शास्त्रों में लिखा है कि अपने जीवन में सम्प्रद शिखर तीर्थ की एक बार भावपूर्ण यात्रा करने पर मुत्यु के बाद व्यक्ति को पशु योनि और नरक प्राप्त नहीं होता। यह भी लिखा गया है कि जो व्यक्ति सम्प्रद शिखर आकर परे मन, भाव और निष्ठा से भक्ति करता है, उसे मोक्षप्राप्त होता है और इस संसार के सभी जन्म-कर्म के बंधनों से अगले 49 जन्मों तक मुक्त वह रहता है। यह सब तभी संभव होता है, जब यहाँ पर सभी भक्त तीर्थकरों को स्मरण कर उनके द्वारा दिए गए उपदेशों, शिक्षाओं और सिद्धांतों का शुद्ध आचरण के साथ पालन करें। इस प्रकार यह क्षेत्र बहुत पवित्र माना जाता है। पर्यटन केन्द्र बन जाने से इसकी पवित्रता कैसे सुरक्षित रहेगी? क्योंकि पर्यटन केन्द्र बन जाने से लोग वहां भक्ति के लिये मनोरंजन के लिये जाने लगेंगे। सम्प्रद शिखर तीर्थ का धार्मिक के साथ साथ सांस्कृतिक, सामाजिक एवं ऐतिहासिक महत्व भी है। इस क्षेत्र की पवित्रता और सत्त्विकता के प्रभाव से ही यहाँ पर पाए जाने वाले शेर, बाघ आदि जंगली पशुओं का स्वाभाविक हिंसक व्यवहार नहीं देखा जाता। इस कारण तीर्थयात्री भी बिना भय के यात्रा करते हैं। संभवतः इसी प्रभाव के कारण प्राचीन समय से कई राजाओं, आचार्यों, भट्टारक, श्रावकों ने आत्म-कल्याण और मोक्ष प्राप्ति की भावना से तीर्थयात्रा के लिए विशाल समूहों के साथ यहाँ आकर तीर्थकरों की उपासना, ध्यान और कठोर तप किया। इसके तीर्थ के महत्व को बहुगुणित करने की बजाय उस पर कालिख लगाने की कुचेष्टा एवं घडयंत्र असहनीय ही माना जायेगा। प्रश्न है कि इसके लिये जैन समाज का सर्वोच्च राजनीतिक नेतृत्व क्या सोचकर चुप्पी साधे रहा? देश की अर्थव्यवस्था में महत्वपूर्ण हिस्सेदारी निभाने वाले इस अहिंसा एवं शांति के पुजारी समाज को आखिर क्यों आहत किया जा रहा है? प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी एवं गृहमंत्री अमित शाह को इसमें दखल देकर जैन समाज के उबलते गुरुसे को शांत करना चाहिए।

देश दुनीया से

हर दाष पुलस म हो क्या दूढ़ा जाता ह

पुलिस बल जैसी संस्थाओं का होना अति आवश्यक गोता है। पुलिस तंत्र आधिकाल से ही शासन व्यवस्था बनाए रखने के लिए कार्यरत रहा है तथा पुलिस विभाग हमेशा अच्छाइयों व बुराइयों द्वारा मिश्रित रूप से प्रभावित होता आ रहा है। एक ओर आकर्षक व बलिष्ठ शरीर, अनुशासन प्रियता तथा क्रतव्य निष्ठा, पुलिस जवानों का विशिष्ट गुण होता है, वहीं यह भी कटु सत्य है कि पुलिस जवान ननाव में रहते हुए कई व्यसनों के शिकार भी हो जाते हैं। सभी पुलिस कर्मचारियों व अधिकारियों को प्रशिक्षण के दौरान निष्पक्षता एवं निष्ठा से क्रतव्य पालन का सबक सिखाया जाता है। पुलिस से यही अपेक्षा की जाती है कि वह अपराधियों का उन्मूलन कर कानून व्यवस्था बनाए रखने में अपना पूरा सहयोग दे। अपने इस क्रतव्य पालन में हर पुलिस कर्मचारी व अधिकारी को दोधारी तलवार पर बलना पड़ता है। पुलिस कर्मचारी कितना भी कुशल व निपुण क्यों न डे, उसे जनता से प्रशंसा बहुत कम मिलती है तथा अन्य विभागों की नाकामियों के लिए भी पुलिस को ही बलि का बकरा बनाया जाता है। वास्तव में जैसे जैसे समय बीतता गया, सरकार ने पुलिस की संख्या बढ़ाने की तरफ कम ध्यान दिया तथा कानून व्यवस्था को बनाए रखने के लिए अन्य विभागों को भी पुलिस के समानांतर अधिकार देंदिए गए तथा यह सभी विभाग अपनी नाकामियों पर पर्दा डालने के लिए जैसे-जैसे अपनी दो गोले बोल देते हैं।

लए पुलिस का हो माहरा बनाते चले आ रहे हैं।

उदाहरणतः वन विभाग, बनन व आबकारी विभाग कुछ ऐसे विभाग हैं जिन्हें अपराधियों पर नकेल डालने के सभी अधिकार दे दिए गए हैं, मगर जब यह विभाग अपने कार्य का निष्पादन सही ढंग से नहीं कर पाते तो ये सारा दोष पुलिस के माथे पर रही मढ़ देते हैं तथा दूसरी तरफ कहीं न कहीं अपराधियों के साथ अपनी पूरी साठगांठ करते हुए अपना काम नेकालते रहते हैं। अनधिकृत बनन को रोकने के लिए बनन विभाग को अपराधियों पर शिकंजा कसने का पूरा अधिकार दिया गया है, मगर न जाने अचानक कितनी माडियां रेत व बजरी को अवैध ढंग से ले जाती हुई पाई जाती हैं तथा जब उनको कोई व्यायालय या मीडिया के लोग उनकी लाचारी का कारण घटते हैं तब इस विभाग के अधिकारी यह कह कर अपना पल्ला झाड़ सभी पुलिस कर्मचारियों व अधिकरियों को प्रशिक्षण के दौरान निष्पक्षता एवं निष्ठा से क्रत्यव पालन का सबक सिखाया जाता है। पुलिस से यही अपेक्षा की जाती है कि वह अपराधियों का उन्मूलन कर कानून व्यवस्था बनाए रखने में अपना पूरा सहयोग दे। अपने इस क्रत्यव पालन में हर पुलिस कर्मचारी व अधिकारी को दोधारी लतवार पर चलना पड़ता है। वास्तव में जैसे जैसे समय बीतता गया, सरकार ने पुलिस की संख्या बढ़ाने की तरफ कम ध्यान दिया तथा कानून व्यवस्था को बनाए रखने के लाए अन्य विभागों को भी पुलिस के समानांतर अधिकार दे दिए गए तथा यह सभी विभाग अपनी नाकामियों पर पर्दा डालने के लाए पुलिस को ही मोहरा बनाते चले आ रहे हैं।

नीते हैं कि उनके पास पर्याप्त स्टाफ नहीं होता तथा अपराधियों से अपनी सुरक्षा करने के लिए कोई हथियार इत्यादि भी नहीं होते। ऐसे में आम जनता भी इस सबके लिए पुलिस को ही जिम्मेदार ठहराती है। इसी तरह वन विभाग के अधिकारियों को वनों के अवैध कटान इत्यादि को रोकने के लिए पूर्ण अधिकार दिए गए हैं तथा यहां तक कि वन पुलिस स्टेशन भी खोले गए हैं। यह विभाग केवल छोटे-मोटे अपराधों में जुर्माना इत्यादि करके ही अपना काम चलाता रहता है तथा जब किसी बड़े अपराध की घटना हो तो रिपोर्ट बनाकर पुलिस के द्वाले करके मरा हुआ सांप उनके गले में डाल देते हैं। अगर हम आबकारी विभाग की बात करें तो शराब के तमाम बड़े ठेकेदार बिना परमिट के शराब की काफी बड़ी मात्रा अपने स्टाक में रखते हैं तथा वह ठेकेदार छोटे-छोटे दुकानदारों को घर-घर जाकर अवैध शराब की आपूर्ति करते रहते हैं तथा सरकार पुलिस को एक-एक, दो-दो बोतलें पकड़ने का काम दे देती है। यदि ठेकेदारों पर विभाग की कड़ी कार्रवाई होती रहे तो घर-घर पर अवैध शराब की आपूर्ति सम्भव न हो पाती। ऐसा न करने से केवल पुलिस को ही इसके लिए जिम्मेदार ठहराया जाता है। इसी तरह यदि हम मादक पदार्थों व दवाईयों की बात करें तो कैमिस्टों पर ड्रग कन्ट्रोलर व उसके अन्य कर्मचारियों का नियन्त्रण होता है, मगर उनकी मिलीभागत से दुकानदार इन प्रतिबंधित दवाईयों का काला धन्धा करते रहते हैं। इस विभाग ने ऐसे नियम बना रखे हैं कि पुलिस कैमिस्टों की दुकान पर अचानक छापा भी नहीं मार सकती तथा ऐसा करने के लिए उन्हें ड्रग निरीक्षक को साथ लेना आवश्यक रखा गया है।

ऋषि दयानन्द महाभारत के बाद विगत लगभग पांच हजार वर्षों में वेदों के मंत्रों के सत्य अर्थों को ज्ञानके लालौ तरंके आर्य व्याकुलमात्रापात्र मात्रा यापार्थ तथा वह पढ़ते थे उन्होंने यह कहा है, इसे सर्वोत्तम ज्ञान का दिया था। तात्पर्य में इसे

ऋषि दयानन्द महाभारत के बाद विगत लगभग पांच हजार वर्षों में वेदों के मंत्रों के सत्य अर्थों को जानने वाले व उनके आर्थ व्याकरणानुसार सत्य, यथार्थ तथा व्यवहारिक अर्थ करने वाले ऋषि हुए हैं। महाभारत के बाद ऐसा कोई विद्वान नहीं हुआ है जिसने वेदों के सत्य, यथार्थ तथा महर्षि यास्क के निरुक्त ग्रन्थ के अनुरूप व्यवहारिक, उपर्योगी, कल्याणकारी एवं ज्ञान-विज्ञान के अनुरूप अर्थ किये हैं। वेदों का यथार्थ ज्ञान हो जाने पर मनुष्य ईश्वर, जीवात्मा और प्रकृति के सत्य रहस्यों व ज्ञान-विज्ञान से परिचित हो जाता है। ऋषि दयानन्द से पूर्व उन जैसा वेदों का विद्वान व प्रचारक न होने के कारण विगत पांच हजार वर्षों से मनुष्य ईश्वर व जीवात्मा के सत्य स्वरूप के विषय में शक्ति व भ्रमित था। इस बीच बड़ी संख्या में मत-मतान्तर उत्पन्न हुए परन्तु वह वेद, दर्शन व उपनिषदों के होते हुए भी ईश्वर के सत्यस्वरूप को लेकर भ्रमित रहे। सभी मतों के आचार्यों में विवेक का अभाव प्रतीत होता है अन्यथा वह जड़ पूजा, मिथ्या पूजा व मूर्तिपूजा का विरोध व खण्डन अवश्य करते और जनसामान्य को बताते कि ईश्वर सच्चिदानन्द एवं निराकार आदि गुणों वाला है और उसकी प्राप्ति वा साक्षात्कार उस सर्वव्यापक एवं सर्वान्तर्यामी सत्ता की उपासना व ध्यान करने सहित स्फुति, प्रार्थना व उपासना के माध्यम से ही की जा सकती है। महर्षि दयानन्द क्या चाहते थे? इसके उत्तर में यह कह सकते हैं कि वह संसार को ईश्वर, जीवात्मा तथा प्रकृति का सत्यस्वरूप बताना चाहते थे जो सृष्टि के आरम्भ में सर्वव्यापक ईश्वर ने अपने ज्ञान वेदों के द्वारा अमैथुनी सृष्टि में उत्पन्न चार ऋषियों अर्थात्, वायु, आदित्य तथा अंगिरा को दिया था। ऋषि दयानन्द ने ईश्वर व जीवात्मा विषयक वेदों के समस्त ज्ञान को अपने प्रयत्नों से प्राप्त किया था और इतिहास में पहली बार इसे सरल लोकभाषा हिन्दी सहित संस्कृत में देश-देशान्तर में पहुंचाया। ईश्वरीय ज्ञान “वेद” सब सत्य विद्याओं का ग्रन्थ है। इस कारण वह इसे सभी देशवासियों सहित विश्व के लोगों तक पहुंचाना चाहते थे जिससे वह वेदों का आचरण कर मनुष्य जीवन के पुरुषार्थ एवं उद्देश्य धर्म, अर्थ, काम व मोक्ष को प्राप्त हो सके। वह इस कार्य में आशिक रूप से सफल भी हुए। आज इसका प्रभाव समस्त विश्व पर देखा जा सकता है। इसी कार्य के लिये ऋषि दयानन्द ने आर्यसमाज की स्थापना की थी। इस कार्य को सम्पादित करने के लिये उन्होंने अनेक ग्रन्थों का प्रयाणन किया जिनमें ऋषिवेद (आशिक) तथा यजुर्वेद के संस्कृत व हिन्दी भाष्य सहित सत्यार्थप्रकाश, ऋषिवेदादिभाष्यभूमिका, संस्कारविधि, पंचमहायज्ञविधि, आयार्थिविनय, व्यवहारभानु, गोकरणानिधि आदि ग्रन्थ हैं। देश विश्व के लोग ईश्वर व आत्मा के सत्यस्वरूप तथा गुण-कर्म-स्वभाव को जानें और सही विधि से ईश्वरपासना करें, इसके लिये उन्होंने पंचमहायज्ञविधिलिखी जिसमें उन्होंने प्रातः व सायं ध्यानविधि से ईश्वर की उपासना की विधि “सन्ध्या” के नाम से प्रस्तुत की है। ईश्वर का ध्यान करने की यही विधि सर्वोत्तम है। इसका ज्ञान सभी उपासना पद्धतियों सहित सन्ध्या का अध्ययन करने से होता है। अतीत में अनेक पौराणिक विद्वानों ने भी अपनी सन्ध्या उपासना पद्धतियों को छोड़कर ऋषि दयानन्द लिखित सन्ध्या पद्धति की शरण ली है। पं. युधिष्ठिर मीमांसक जी ने अपनी आत्माकथा में इसका उल्लेख करते हुए बताया है कि वह पहुंचते थे उन्होंने यह जाने बिना की पुस्तक किसकी लिखी हुई है, इसे सर्वोत्तम जानकर इसी विधि से उपासना करना आरम्भ कर दिया था। बाद में जब उन्हें यह पता चला कि वह सन्ध्या की पुस्तक स्वामी दयानन्द सरस्वती ने लिखी है तो उन्हें ऋषि दयानन्द की विद्वाना को जानकर सुखद आश्चर्य हुआ था। महर्षि दयानन्द ने 10 अप्रैल, 1875 को मुम्बई नगरी में आर्यसमाज की स्थापना की थी। इसके बाद लाहौर में आर्यसमाज के 10 नियम बनाये गये जिनमें से आठवां नियम है ‘अविद्या का नाश और विद्या की वृद्धि करनी चाहिये।’ हम इससे पूर्व किसी संस्था व देश के संविधान में इस नियम का विधान नहीं पाते। यह नियम ऐसा नियम है कि जो समाज व देश इस नियम को अपना ले, वह ज्ञान व विज्ञान में शिखर स्थान प्राप्त कर सकता है। आश्चर्य है कि हमारे देश में इसे अब तक लागू नहीं किया जा सका। ऋषि दयानन्द अपने ग्रन्थ सत्यार्थप्रकाश में देश के सभी बालक व बालिकाओं के लिये वेदानुमोदित शास्त्रीय व ज्ञान-विज्ञान की शिक्षा का विधान करते हैं। वह लिखते हैं कि शिक्षा व विद्या देश के सभी बालक व बालिकाओं को निःशुल्क व समान रूप से मिलनी चाहिये। वैदिक शिक्षा में बच्चों को गुरुकुल में रहकर शिक्षा प्राप्त करनी होती है। राजा हो या रंक, सबको शिक्षा का अधिकार है, इसका विधान ऋषि दयानन्द ने किया है। उन्होंने यह भी लिखा है कि किसी भी विद्यार्थी के साथ किसी भी प्रकार का भेदभाव नहीं होना चाहिये। सबको समान रूप से वस्त्र, भोजन एवं अन्य सभी सुविधायें मिलनी चाहिये। यह भी कहा है कि शिक्षा सभी बालक व बालिकाओं के लिये अनिवार्य होनी चाहिये। जो माता-पिता अपने बच्चों को गुरुकुल, पाठशाला व विद्यालयों में भेजे, वह दड़नायी होने चाहिये। मनुष्य जब ईश्वर व जीवात्मा के विषय को यथार्थ रूप में जान लेता है तब वह सभी प्रकार के अज्ञान व अन्धविश्वासों सहित मिथ्या परम्पराओं से भी परिचित होकर सत्य का ग्रहण और असत्य का त्याग करता है। जन्मना जातिवाद पर भी ऋषि दयानन्द ने प्रहार किया है। जन्मना जाति व्यवस्था को ऋषि दयानन्द ने मरण व्यवस्था की संज्ञा वा उपमा दी थी। वह इस व्यवस्था से दुखी थे। उन्होंने वेदों के ज्ञान व अपने विवेक से युक्त व युक्ती के विवाह का विधान कर उनके गुण, कर्म व स्वभाव की समानता व अनुकूलता पर बल दिया है। वह बेमेल विवाह व बाल विवाह के विरोधी थे। वह इन्हें वेद विरुद्ध एवं देश व समाज की उन्नति में बाधक मानते थे। ऋषि दयानन्द ने युवावस्था की विधवाओं व विधुओं का विरोध नहीं किया। यद्यपि वह सभी प्रकार के पुनर्विवाहों को उचित नहीं मानते थे परन्तु आर्यसमाज इसे आपदधर्म के रूप में स्वीकार करता है। वेद में भी विधवा स्त्री के पुनर्विवाह का विधान है। सभी सामाजिक परम्पराओं पर महर्षि दयानन्द की विचारधारा प्रकाश डालती है। ऋषि दयानन्द देश में स्वराज्य देखना चाहते थे। इस विषय में उन्होंने सत्यार्थप्रकाश में स्वदेशीय राज्य को सर्वोपरि उत्तम बताया है और कहा है कि मत-मतान्तर के आग्रह रहित, अपने और पराये का पक्षपातशून्य, प्रजा रप पिता माता के समान कृपा, न्याय और दया के साथ विदेशियों का राज्य पूर्ण सुखदायक नहीं हो सकता। उनके इन विचारों के परिणामस्वरूप कलान्तर में देश में आजादी के लिये गरम व नरम विचारधाराये सामने आये। देश की आजादी के आन्दोलन में सबसे अधिक योगदान भी आर्यसमाज ने ही किया। आर्यसमाज ने देश की आर्थ हिन्दू किसी भी समाज की व्यवस्था, विकास और सुरक्षा के लिए पुलिस बल जैसी संस्थाओं का होना अति आवश्यक होता है। पुलिस तंत्र आदिकाल से ही शासन व्यवस्था बनाए रखने के लिए कायरत रहा है तथा पुलिस विभाग हमेशा अच्छाइयों व बुराइयों द्वारा मिश्रित रूप से प्रभावित होता आ रहा है। एक ओर आकर्षक व बलिष्ठ शरीर, अनुशासन प्रियता तथा कत्तव्यनिष्ठा, पुलिस जवानों का विशिष्ट गुण होता है, वहीं यह भी कुटु सत्य है कि पुलिस जवान तनाव में रहते हुए कई व्यसनों के शिकार भी हो जाते हैं। सभी पुलिस कर्मचारियों व अधिकारियों को प्रशिक्षण के दौरान निष्पक्षता एवं निष्ठा से कत्तव्य पालन का सबक सिखाया जाता है। पुलिस से यही अपेक्षा की जाती है कि वह अपराधियों का उन्मूलन कर कानून व्यवस्था बनाए रखने में अपना पूरा सहयोग दे। अपने इस कत्तव्य पालन में हर पुलिस कर्मचारी व अधिकारी को दोधारी ललवार पर चलना पड़ता है। पुलिस कर्मचारी कीतना भी कुशल व निपुण क्यों न हो, उसे जनता से प्रशंसा सबूत कम मिलती है तथा अन्य विभागों की नाकामियों के लिए भी पुलिस को ही बलि का बकरा बनाया जाता है। वास्तव में जैसे जैसे समय बीतता गया, सरकार ने पुलिस की संख्या बढ़ाने की तरफ कम ध्यान दिया तथा कानून व्यवस्था को बनाए रखने के लिए अन्य विभागों को भी पुलिस के समानांतर अधिकार दे दिए गए तथा यह सभी विभाग अपनी नाकामियों पर पर्दा डालने के लिए पुलिस को ही कुशल व निपुण क्यों न हो जाने वाले आ रहे हैं।
उदाहरण: वन विभाग, खनन व आबकारी विभाग कुछ ऐसे विभाग हैं जिन्हें अपराधियों पर नकेल डालने के सभी अधिकार दे दिए गए हैं, मगर जब यह विभाग अपने कार्य का निष्पादन सही ढंग से नहीं कर पाते तो ये सारा दोष पुलिस के माथे पर ही मढ़ देते हैं तथा दूसरी तरफ कहीं न कहीं अपराधियों के साथ अपनी पूरी साठगांठ करता है। अनधिकृत खनन को रोकने के लिए खनन विभाग को अपराधियों पर शिकंजा कसने का पूरा अधिकार दिया गया है, मगर न जाने अचानक कितनी गाड़ियां रेत व बजरी को अवैध ढंग से ले जाती हुई पाई जाती हैं तथा जब उनका कोई न्यायालय या मंडिया के लोग उनकी लाचारी का कारण पछते हैं तब वह सभी विभाग के अधिकारी यह कह कर अपना पल्ला झाड़ा

काशी में जिस उच्च कोटि के विद्वान् पं. देवनारायण तिवारी जी से जाति को धर्मान्तरण से बचाया।

नागारक बाई

ਵੋਟ ਔਰ ਇਲਾਜ: ਦੋ ਸੁੰਦਰ ਪਹਲ

आज दो खबरें ऐसी हैं, जो भारत ही नहीं, सारे पड़ौसी देशों के लिए भी मकारी और प्रेरणादायक हैं। पहली खबर तो यह है भारत के चुनाव आयोग ने एक ऐसी मशीन बनाई जिसके जरिए लोग कहाँ भी हों, वे अपना वोट डाल सकेंगे। अभी तो मतदान की जो व्यवस्था है, उसके द्वारा भारत आप जहाँ रहते हैं, सिफ्ट वहाँ जाकर वोट डाल सकते हैं। लगभग 30 करोड़ लोग इसी कारण वोट नने से वंचित रह जाते हैं। भारत के लोग केरल से मीर तक मुक्त रूप से आते-जाते हैं और एक-दूसरे पांत में रहते भी हैं। जरा सोचिए कि कोई मलयाली दमी सिफ्ट वोट डालने के लिए कश्मीर से केरल क्यों आएगा? कोई हारे या जीते, वह अपने हजारों रूपए कर्दिं दिन उनके लिए क्यों खपाएगा? यदि देश में नई सुविधा कायम हो गई तो कूल मतदाताओं की आय 100 करोड़ से भी ज्यादा हो जाएगी। भारतीय लोकतंत्र की यह बड़ी उपलब्धि मानी जाएगी। कई देशों में तो अब ऐसी व्यवस्था भी आ गई है कि आप को मतदान-केंद्र तक भी जाने की जरूरत नहीं है। आप घर बैठे ही वोट डाल सकते हैं। भारत में भी ऐसी व्यवस्था शुरू होने में देर नहीं होनेवाली है। चुनाव आयोग को इस नई व्यवस्था को लागू करना के पहले सर्वदलीय सहमति और जन-समर्थन भी जुटाना होगा। इसका स्वागत तो सभी पक्ष करेंगे। दूसरी बात, जो अद्भुत हुई है, वह है हरियाणा की मनोहरलाल खट्टर सरकार की यह घोषणा कि जिन परिवारों की आय 15 हजार रु. माह से कम है, वे निजी अस्पतालों में भी मुफ्त इलाज करवा सकेंगे। आजकल देश के निजी अस्पताल ठगी के बड़े साधन बन गए हैं। देश के गरीब तो क्या, वहाँ अमीरों के भी छक्के छूट जाते हैं। वहाँ लूटपाट इतनी तगड़ी होती है कि मरीज के साथ-साथ उसके परिवर्जन भी रोगी हो जाते हैं। हरियाणा सरकार के ताजा आदेश के मुताबिक अब इन निजी अस्पतालों को गरीबों का 5 लाख का इलाज बिल्कुल मुफ्त करना होगा और यदि खर्च 10 लाख रु. आएगा तो उसका सिफ्ट 10 प्रतिशत ही वे मरीज से ले सकेंगे। ऐसे मरीजों के लिए उन्हें अस्पतालों के 20 प्रतिशत पलंग आरक्षित करके रखने होंगे। हर गरीब मरीज को इन अस्पतालों को भर्ती करना ही होगा। वे उसके इलाज से मना नहीं कर सकते। अगर मना करेंगे तो उन अस्पतालों को मुफ्त में दी गई जमीन वापिस ले ली जाएगी। यह नियम तो अच्छा है, सराहनीय है लेकिन देखना है कि यह कहाँ तक क्रियान्वित होता है। देश की सभी प्रादेशिक सरकारों के लिए हरियाणा सरकार की यह पहल अनुकरणीय है। वैसे केंद्र सरकार ने भी इस संबंध में कुछ उत्तम पहल की है लेकिन देश में शिक्षा और चिकित्सा सर्वसुलभ हो, इसके लिए जरूरी है कि ये दोनों लगभग मप्त हों।

घर संसार

पार्टी में जाने से पहले नहीं
भूलनी चाहिए ये बात..



लड़कों के लिए सुबह ऑफिस जाकर आठ घंटे काम करने के बाद शाम को पार्टी अटेंड करना सचमुच किसी चुनौती से कम नहीं होता है। ऐसे में जब वह किसी पार्टी में जाते हैं तो विना किसी खास तैयारी की ही पहुंच जाते हैं।

आज हम आपको बताएंगे कुछ ऐसी बातें जो लड़कों को पार्टी में जाने से पहले नहीं भूलनी चाहिए। जब आप पूरा दिन दफर में काम करने के बाद पार्टी में जाते हैं तो आपके फेस पर थकान सफ नजर आती है। ऐसी सिपुएशन में आपको कुछ ही समय में होने वाले एनजाइजिंग स्कर्प की जरूरत होती है। यह चेहरे से गंदी और मृत कोशिकाओं को हटाने के लिए रसायन तीरी का है। इसके बाद आपके चेहरे पर पार्टी में अलग ही चमक आएगी।

* बालों पर दें ध्यान



अगर आपको कुछ घटों के बाद किसी पार्टी में जाना है तो आप ड्राइ शीपू कर सकते हैं। बालों को गीला दिखाने के लिए आप जेल या क्रीम का इस्तेमाल कर सकते हैं। पार्टी चाहे कोई भी हो रखे और बेजान बाल दिखाना कोई अच्छी बात नहीं है। अगली बार किसी भी पार्टी में जाने से पहले अपने बालों पर ध्यान जरूरी दें।

* परफ्यूम का स्प्रे करना ना भूलें

अगर आपने डिंडोडेर्ट का उपयोग कर रखा तो फिर भी बांधी पर परफ्यूम का स्प्रे करना ना भूलें। अक्सर लोग स्प्रे केवल अपनी गर्दन पर करते हैं। लेकिन हमारी आपको सलाह है कि आप स्प्रे चेस्ट और अंडर आमस पर इसका उपयोग करें। क्योंकि शरीर के ये भाग अधिक गंध से ग्रस्त होते हैं।

नाखूनों पर दें विशेष ध्यान

लड़कों को पार्टी में जाने से पहले अपने नाखूनों पर भी विशेष तौर पर ध्यान देना चाहिए। जब आप अक्सर खाने की प्लेट और लालस पकड़कर बातें करते के ज्यादा लोके आते हैं। इन मौकों पर सामने वाले व्यक्ति की चाह आपके हाथों और नाखूनों पर जाना लाजपती है। इसलिए पार्टी में जाने से पहले अपने नाखूनों की साफ सफाई पर जरूर ध्यान दें। बालों पर आप जेल या क्रीम का इस्तेमाल कर सकते हैं।

माऊथवॉर्स हमेशा रखें पास

अगर आपकी सांस में से बदबू आती है तो आपको अपने साथ हमेशा माऊथवॉर्स रखना चाहिए। इसके अलावा इलायची या सौंफ बीज के चबाने से भी सास की बदबू से निपटने में मदद कर सकते हैं।

कच्चे आहार और उनके फायदों के बारे में जानें



मात्र में पकाया जाता है। लेकिन कच्चे कच्चे खाद्य पदार्थ जूड़ी और मसाले कुछ गैरप्राइवीकृत डेयरी उत्पाद, कच्चे मास, कच्चे अंडे, और सुशी (जापानी भोजन) भी खाये जाते हैं। अधिकांश लोगों मानते हैं कि खाद्य पदार्थ काम करना चाहिए या 116 से 118 ए फर्निहाइट तक गर्म हो, लेकिन जो लोग कच्चे खाद्य पदार्थ के बिचार में विश्वास करते हुए मानते हैं कि पकाने से खाद्य पदार्थ के एंजाइमों नहीं हो जाते हैं। एंजाइमों की पार्टी में जाने से पहले अपने नाखूनों पर खाद्य पदार्थ कर सकते हैं।

क्या खा सकते हैं आप

फल और सब्जियां, बादाम, अनाज और बीज वाले खाद्य पदार्थ, जूड़ी खीटी और मसाले कुछ गैरप्राइवीकृत डेयरी उत्पाद, कच्चे मास, कच्चे अंडे, और सुशी भी खाये जा सकते हैं। कुछ कच्चे खाद्य पदार्थ जैसे उबला हुआ पास्ता या एक बैब्ड अलू को सीधित

हमें स्किन की देखभाल करना बहुत जरूरी होता है। और उनको के मुकाबले पुरुषों की त्वचा सख्त होती है और जल्दी ही डैमेज भी होने लगती है। शोबक क्रीम, धूल-मिश्नी, धूप आदि के कारण स्किन की नैचुरल नमी खो जाती है। इसी कारण त्वचा खूबी-सूखी और बेजान सी लगती है। पुरुषों को अपनी त्वचा से साँफ़ बनाने के लिए कहाँ तरह की कीमत बढ़ाते हैं। लेकिन इनमें कई तरह के कैमिकल का इस्तेमाल किया जाता है, जिससे त्वचा पर ज्यादा अमर रिकार्ड नहीं देता। आप धेरेलू फेस पैक से कच्चे खाद्य पदार्थ का साफ करते हैं।

दूध- दूध त्वचा को मुख्यम बनाए रखने का काम करता है। यह नेचुरल तरीके से त्वचा को गहराई का साफ करके डेंगिकन को दूर करता है।

पुरुषों की हर स्किन प्रॉब्लम का हल है ये फेस पैक



मुद्रक एवं प्रकाशक रोकेश शर्मा द्वारा अजय ल्यागी के लिए पी.जी. इंडिया लिमिटेड एमआईडी, कालापाड़, गुवाहाटी-16 से मुद्रित एवं गुड लक प्रिलिकेशंस, हाउस नं. 30, डी. नेत्रग पथ, डोना प्लैनेट के नजदीक, एबीसी, जीएस रोड गुवाहाटी-5 से प्रकाशित। संपादक : रोकेश शर्मा, मोबाइल : 94350-14771, 97070-14771 • कार्यकारी संपादक : डॉ. आसमा बेंगम • फोन : 0361-2960054 (संपादकीय) e-mail : viksitbharatsamacharghy@gmail.com, (सभी विवाद सिर्फ गुवाहाटी न्याय क्षेत्र के अधीन)

विविध

फैशनेबल और ट्रेंडी दिखना है तो बोहो को अपनाएं

बोहेमियन, यह सब्द कहते ही दिमाग में लूज और ग्रेसफूल डेसेज या टॉप्स की तस्वीर उत्पत्ति है जिसमें लेयर्स और सिल्वेट होते हैं और उन्हें पहननका बेहद कफ्टेबल महसूस होता है। बोहेमियन फैशन, वेस्टन और इंडियन स्टाइल्स के बीच लयबद्ध लिंक की तरह है। डिजाइनर साला भूमि कहते हैं, इस ट्रैंडे में भारत के फ्लोरल नैमीडिक प्रिंट्स को वेस्टन फ्लॉरल सिल्वेट और कट्स के साथ प्रयोगन का बनाया जाता है।

बोहो लुक्स के लिए आप इन 7 तरीकों को अपनाएं सकते हैं-

1. काफ्टान- लूज, कलरफूल और काफ्टेबल कापाफ्टान भी बोहेमियन का दिस्ता है। आप चाहें तो पुराने शॉल या स्टोल का इस्तेमाल कर कापाफ्टान बना सकती है। अपने इस लुक के ज्ञालों, कोलाहपुरी और ब्राइट कलर के बीच चाहिए।

2. इंकट- मिश्नी के रंग के इंकट फैशिंग या कॉटन फैशिंग का इस्तेमाल करते हैं। इसे आप फ्लूलर पैट्स या मैनेक्ट्रेस के साथ पेयर करके पहन सकते हैं।

3. पैच करें- आप चाहें तो साड़ी में भी बोहो लुक को अपना सकती हैं। इसके लिए पैचवर्क साड़ी का इस्तेमाल करें।

4. लिर्स्य युज करें- स्कार्फ, डुप्पी, जैकेट, श्राव या लॉन्च का इस्तेमाल कर आप अपने कपड़े में मर्टिप्पल लेयर्स बना सकती हैं।

5. ओवरसाइज- आप चाहें तो कोई इंकट फैशिंग का इस्तेमाल करते हैं। इस स्टाइल के लिए ओवरसाइज सिल्वेट पैट्स के साथ फिटेड ट्रॉप का इस्तेमाल करें।



या फिटेड पैट्स के साथ ऑवरसाइज ट्रॉप का इस्तेमाल भी कर सकती है।

6. स्कार्फ का करें इस्तेमाल- किसने कहा कि आप स्कार्फ को सिर्फ गले पर बांध सकती हैं। आगे बढ़े और इसे रिसर पर बांधकर और भी स्टाइलिश बना जाए।

7. प्रिंट्स को करें मिक्स- अलग-अलग तरह के प्रिंट्स को मिक्स करना भी बोहेमियन ट्रिक है। हालांकि इसमें एक जैसे कलर टोन ही रखें। एकसदा इक्फट के लिए अक्सेसरीज का ध्यान रखें।

5 मिनट में तरोताजा हो जाएगा थका हुआ चेहरा



अगर आपके पास अपनी थकी हुई स्किन को देखारा तरोताजा बनाने के लिए धेर सरे ब्लूटी प्रॉट्रॉक्टस और समय नहीं है तो हम आपको बोहोल ट्रिक के इस्तेमाल करता है। लेकिन यह एक मिनट में तकलीफ होती है।

2. शहद का फेसपैक

शहद की मौजूद विटमिन बी और सी रिस्कन को पोषण देते हैं। शहद की कुछ खूबीं से चेहरे को धोएं और फिर ठंडे पानी से चेहरा साफ कर लें, आप देखेंगी कि शहद की वजह से चेहरे से चेहरे से फ्रेश हो जाएगा...

1. गुलाब जल

गुलाब जल यारी रोज वॉटर में हाईड्रेटिंग और ब्राइटनिंग प्रॉपर्टी होती है। रुई को गुलाब जल में मिलाएं और कैप बनाने के लिए धेर सरे ब्लूटी प्रॉट्रॉक्टस को उपयोग करें।

थकान तुरंत गायब हो जाएगी। इंटरेंट फेसेनेस के लिए आप दीही और शहद का फैक बनारे बरें पर 5 मिनट तक लगाकर रखें और फिर पानी से धों।

3. लेमन बेस्ड फेसवॉश

ज्यादातर लेमन बेस्ट फेसवॉश में ऐसी प्रॉपर्टीज होती हैं जो आपको स्किन को एनजाइज करती हैं। साथ ही नींबू की साइड्स सुगंध भी आपको फेस फील करने में मदद करती है।

4. पेट्रोलियम जेली

आंखों की आइलिङ्स और चेहरे के क्लीक बोस्स पर थोड़ा सा पेट्रोलियम जेली लगाएं और चेहरे को इंटरेंट फेस बनाएं। पेट्रोलियम जेली लगाने से चेहरा लाल्सी और फेशल कराया हुआ जैसा भी दिखेंगे।

5. मस्क