

# विकसित भारत समाचार

वर्ष : 09 | अंक : 281 | गुवाहाटी | मंगलवार, 9 मई, 2023 | मूल्य : 10 रुपए | पृष्ठ : 12 | VIKSIT BHARAT SAMACHAR | Regd. RNI No. ASSHIN/2014/56526

ऑल असम मिड-डे मील रसोई एसोसिएशन ने किया प्रदर्शन **पेज 3**

दिल्ली सरकार ला रही प्रीमियम बस योजना, अब कार छोड़ लज्जरी बस में ... **पेज 4**

मुख्यमंत्री योगी के आगमन पर बांदा शहर में 7 घंटे तक रहेगा यातायात डायवर्जन **पेज 5**

जयपुर बम ब्लास्ट की बरसी पर भाजपा करेगी धरना-प्रदर्शन और हनुमान चालीसा **पेज 8**

पूर्वाञ्चल केशरी  
(असमीया दैनिक)  
PURVANCHAL KESARI  
(ASSAMESE DAILY)  
GOOD LUCK PUBLICATIONS  
House No. 30, D. Neog Path,  
ABC, Guwahati - 781005  
Mob: 94360 14771, 97070 14771

सुप्रभात  
सबसे बड़ा गुरु मंत्र, अपने राज किसी को भी मत बताओ। ये तुम्हें खत्म कर देगा।  
- आचार्य चाणक्य

न्यूज गैलरी  
सोनिया से जुड़े ट्वीट पर ईसी ने मांगा स्पष्टीकरण

नई दिल्ली (हि.स.)। चुनाव आयोग ने कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे को एक सोशल मीडिया पोस्ट के संबंध में स्पष्टीकरण देने और उसे सुधारने को कहा है। यह पोस्ट कांग्रेस के ट्विटर हैंडल से किया गया था और इसमें कांग्रेस संसदीय दल की अध्यक्ष का कर्नाटक में एक जनसभा **-शेष पृष्ठ दो पर**

## नौकरी नियुक्ति पत्र 11 को नहीं, 26 को : सीएम



जून को ही सेवा में शामिल हो सकते हैं। इससे पहले, 11 मई को केंद्रीय गृह मंत्री के असम दौर के दौरान, नियुक्ति पत्र उसी दिन वितरित किए जाने वाले थे। उल्लेखनीय है कि विभिन्न विभागों की सीधी भर्ती परीक्षा के परिणाम तीन मई को घोषित हुआ था। परिणामों के अनुसार, कई विभागों में तृतीय वर्ग में कुल 11 हजार 324 पदों पर नियुक्ति की गई है। 14 मई को चतुर्थ वर्ग के लिए 14,286 नियुक्तियों की गईं। उधर, आज पुलिस, आबकारी और वन विभाग के कुल 5 हजार 421 पदों पर भर्ती का परिणाम घोषित किया गया है। इस बीच, एलपी और एमई

गुवाहाटी (हि.स.)। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह के असम दौरे के कार्यक्रम में कुछ बदलाव किए गए हैं। अमित शाह का असम दौरा कुछ समय के लिए पीछे किया गया है। इसके साथ ही नियुक्ति पत्र वितरण का कार्यक्रम भी कुछ समय के लिए पीछे किया गया है। मुख्यमंत्री डॉ हिमंत विश्व शर्मा ने आज (सोमवार को) यहां एक संवाददाता सम्मेलन में उपरोक्त जानकारी दी। संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री डॉ शर्मा ने कहा कि चूंकि केंद्रीय गृह मंत्री को मणिपुर में जारी हिंसा में व्यस्त रहना पड़ा है, इसलिए नियुक्ति पत्र के वितरण की तारीख भी बदल दी गई है। इसलिए अब 26 मई को नियुक्ति पत्र का वितरण किया जाएगा। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह की मौजूदगी में 26 मई को विभिन्न विभागों के तृतीय और चतुर्थ वर्ग के नियुक्ति पत्र वितरित किए जाएंगे। नियुक्ति पत्र पाने वाले लोग हालांकि, एक

स्कूल शिक्षकों की भर्ती के परिणाम आज देर रात घोषित किए जाएंगे। इस बीच, स्वास्थ्य विभाग की तृतीय वर्ग और चतुर्थ वर्ग भर्ती के परिणाम 10 मई को घोषित किए जाएंगे। हालांकि, स्वास्थ्य विभाग के चतुर्थ श्रेणी में 1900 के परिणाम घोषित करने के लिए विभाग को कुछ और समय की आवश्यकता होगी। मुख्यमंत्री ने उम्मीद जताई कि इन सभी पदों के परिणाम घोषित करने का काम 14 मई तक पूरा हो जाएगा। इस बीच, मुख्यमंत्री ने कहा कि 26 मई को असम आ रहे गृह मंत्री उस दिन राष्ट्रीय फॉरेंसिक विश्वविद्यालय को आधारशिला भी रखेंगे। मुख्यमंत्री ने बताया कि आगामी जुलाई महीने में भी 10 हजार नियुक्तियां होंगी। मुख्यमंत्री आगामी 11 मई को द केरला स्टोरी देखने जाएंगे। ज्ञात हो कि आगामी 9 से 11 मई तक असम सरकार को वर्षपूर्ति मनाए जाने की तैयारी की है। इसी दौरान 11 मई को **-शेष पृष्ठ दो पर**

## बाल शोषण मामला : छह माह में चार्जशीट दाखिल करें : मुख्यमंत्री

गुवाहाटी। मुख्यमंत्री हिमंत विश्व शर्मा ने असम पुलिस को गुवाहाटी में चल रहे बाल शोषण मामले की गहन जांच करने और आगामी छह महीनों में सभी कार्यवाही पूरी करने के स्पष्ट निर्देश दिए हैं। मीडिया रिपोर्टों में इस बात की जानकारी दी गई है। मुख्यमंत्री मीडिया के बताया कि विशेष रूप से असम पुलिस को अगले 45 दिनों के भीतर चार्जशीट दाखिल करने के लिए कहा है। रिपोर्ट के अनुसार सीएम शर्मा ने यह भी कहा कि मैं इस



बाल शोषण मामले की व्यक्तिगत रूप से निगरानी कर रहा हूँ, और मुझे विश्वास है कि अगले छह महीनों के भीतर जांच पूरी कर ली जाएगी। दंपति पर पॉक्सो एक्ट समेत कई धाराओं के तहत मामला दर्ज किया गया है। मैं व्यक्तिगत रूप से गौहाटी उच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश को लिखूंगा कि इस मामले की सुनवाई विशेष अदालत में की जाए। मैंने असम पुलिस को एक महीने या अगले 45 दिनों **-शेष पृष्ठ दो पर**

105 करोड़ के घोटाले में निर्लंबित आईएएस अजमेर से गिरफ्तार

अजमेर (हि.स.)। असम स्टेट काउंसिलिंग ऑफ एजुकेशनल रिसर्च एंड ट्रेनिंग (एससीईआरटी) में 105 करोड़ रुपए के कथित घोटाले मामले में निर्लंबित आईएएस, उनका दामाद और टेकेदार को असम पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस ने तीनों को असम ले जाने के लिए ट्रेंसिट आवेदन के लिए कोर्ट में आवेदन दिया है। दरअसल, निर्लंबित आईएएस सेवानी देवी शर्मा की गिरफ्तारी के लिए असम मुख्यमंत्री कार्यालय लगाता **-शेष पृष्ठ दो पर**

एसटी : हाईकोर्ट के फैसले पर एससी का सवाल कैसे दे सकते हैं आदेश ?

नई दिल्ली। मणिपुर हिंसा को लेकर सुप्रीम कोर्ट में सोमवार को सुनवाई हुई। इस दौरान शीर्ष अदालत ने इस बात पर हैरानी जताई है कि हाईकोर्ट किसी समुदाय को जनजाति की लिस्ट में शामिल करने का आदेश कैसे दे सकता है? अब इस मामले पर अगली सुनवाई 17 मई को होनी है। सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को केंद्र और मणिपुर सरकार को पूर्वोत्तर के इस राज्य में जातीय हिंसा से प्रभावित हुए लोगों की सुरक्षा बढ़ाने, राहत प्रदान करने तथा उनके पुनर्वास के



लिए आवश्यक कदम उठाने को कहा। अदालत का यह निर्देश इन दलीलों पर संज्ञान लेने के बाद आया कि बीते दो दिनों में वहां कोई अप्रिय घटना नहीं हुई है। प्रधान न्यायाधीश डी वाई चंद्रचूड़ की अध्यक्षता वाली पीठ ने हिंसा के बाद की स्थिति को मानवीय समस्या करार देते हुए कहा कि राहत शिविरों में उपयुक्त इंतजाम किए जाएं, वहां शरण लिए लोगों को भोजन, राशन तथा चिकित्सा सुविधाएं उपलब्ध कराई जाएं। केंद्र **-शेष पृष्ठ दो पर**



Government of Assam

Industries, Commerce & Public Enterprise Department

'MAKE IN ASSAM' TO FUEL STATE'S ECONOMIC DEVELOPMENT AND PROSPERITY



Estimated investment  
₹8,201.29 crores

Estimated employment  
to be generated  
6,115 nos.

## MoU Signing Ceremony

for setting up of  
8 nos. of Mega Projects in Assam

in the august presence of

Hon'ble Chief Minister  
Dr. Himanta Biswa Sarma

- Overall economic development of the State with creation of employment opportunities, growth of indigenous businesses.
- Modernisation of infrastructure, increasing revenues and improving the Standard of Living in the State.



09th May, 2023 | 11:30 AM



Srimanta Sankaradeva International Auditorium  
Panjabari Road, Guwahati, Assam

A clear manifestation  
of Assam's growth and  
bold initiative towards 'Make in Assam'

















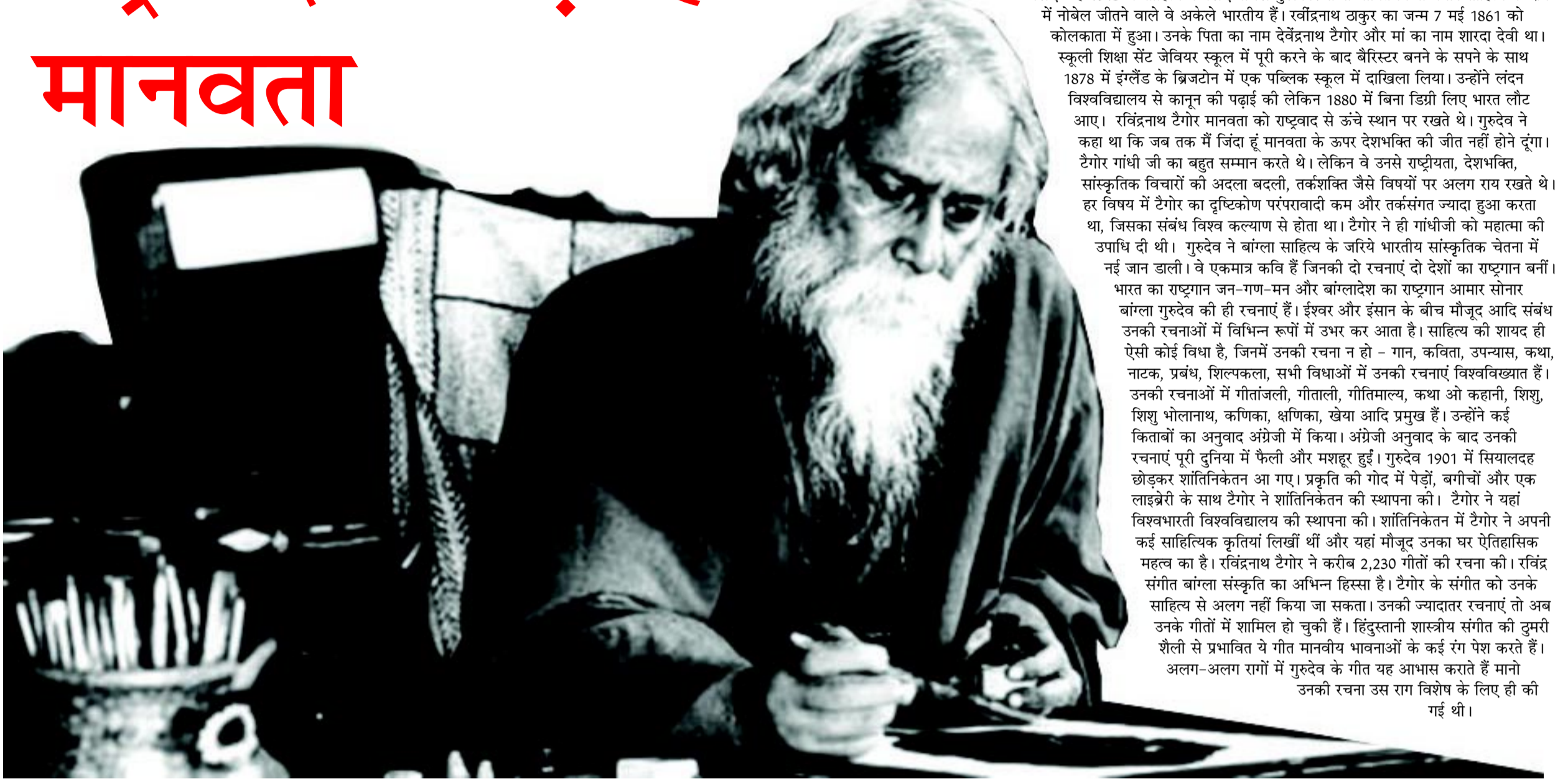






# रवींद्रनाथ ठाकुर

## राष्ट्रवाद से बड़ी है मानवता



कविगुरु रवींद्रनाथ ठाकुर को गुरुदेव के नाम से भी जाना जाता है। 7 अगस्त 1941 को उन्होंने कोलकाता में अंतिम सांस ली। गुरुदेव बहुआयामी प्रतिभा वाली शख्सियत थे। वे कवि, साहित्यकार, दार्शनिक, नाटककार, संगीतकार और चित्रकार थे। विश्वविख्यात महाकाव्य गीतांजलि की रचना के लिए उन्हें 1913 में साहित्य के लिए नोबेल पुरस्कार से सम्मानित किया गया। साहित्य के क्षेत्र में नोबेल जीतने वाले वे अकेले भारतीय हैं। रवींद्रनाथ ठाकुर का जन्म 7 मई 1861 को कोलकाता में हुआ। उनके पिता का नाम देवेन्द्रनाथ टैगोर और मां का नाम शारदा देवी था। स्कूली शिक्षा सेंट जेवियर स्कूल में पूरी करने के बाद बैरिस्टर बनने के सपने के साथ 1878 में इंग्लैंड के ब्रिजटोन में एक पब्लिक स्कूल में दाखिला लिया। उन्होंने लंदन विश्वविद्यालय से कानून की पढ़ाई की लेकिन 1880 में बिना डिग्री लिए भारत लौट आए। रवींद्रनाथ टैगोर मानवता को राष्ट्रवाद से ऊंचे स्थान पर रखते थे। गुरुदेव ने कहा था कि जब तक मैं जिंदा हूँ मानवता के ऊपर देशभक्ति की जीत नहीं होने दूंगा। टैगोर गांधी जी का बहुत सम्मान करते थे। लेकिन वे उनसे राष्ट्रीयता, देशभक्ति, सांस्कृतिक विचारों की अदला बदली, तर्कशक्ति जैसे विषयों पर अलग राय रखते थे। हर विषय में टैगोर का दृष्टिकोण परंपरावादी कम और तर्कसंगत ज्यादा हुआ करता था, जिसका संबंध विश्व कल्याण से होता था। टैगोर ने ही गांधीजी को महात्मा की उपाधि दी थी। गुरुदेव ने बांग्ला साहित्य के जरिये भारतीय सांस्कृतिक चेतना में नई जान डाली। वे एकमात्र कवि हैं जिनकी दो रचनाएं दो देशों का राष्ट्रगान बनीं। भारत का राष्ट्रगान जन-गण-मन और बांग्लादेश का राष्ट्रगान आमार सोनार बांग्ला गुरुदेव की ही रचनाएं हैं। ईश्वर और इंसान के बीच मौजूद आदि संबंध उनकी रचनाओं में विभिन्न रूपों में उभर कर आता है। साहित्य की शायद ही ऐसी कोई विधा है, जिनमें उनकी रचना न हो - गान, कविता, उपन्यास, कथा, नाटक, प्रबंध, शिल्पकला, सभी विधाओं में उनकी रचनाएं विश्वविख्यात हैं। उनकी रचनाओं में गीतांजलि, गीताली, गीतिमाल्य, कथा ओ कहानी, शिशु, शिशु भोलानाथ, कणिका, क्षणिका, खेया आदि प्रमुख हैं। उन्होंने कई किताबों का अनुवाद अंग्रेजी में किया। अंग्रेजी अनुवाद के बाद उनकी रचनाएं पूरी दुनिया में फैली और मशहूर हुईं। गुरुदेव 1901 में सियालदह छोड़कर शांतिनिकेतन आ गए। प्रकृति की गोद में पेड़ों, बगीचों और एक लाइब्रेरी के साथ टैगोर ने शांतिनिकेतन की स्थापना की। टैगोर ने यहाँ विश्वभारती विश्वविद्यालय की स्थापना की। शांतिनिकेतन में टैगोर ने अपनी कई साहित्यिक कृतियाँ लिखीं थीं और यहाँ मौजूद उनका घर ऐतिहासिक महत्व का है। रवींद्रनाथ टैगोर ने करीब 2,230 गीतों की रचना की। रवींद्र संगीत बांग्ला संस्कृति का अभिन्न हिस्सा है। टैगोर के संगीत को उनके साहित्य से अलग नहीं किया जा सकता। उनकी ज्यादातर रचनाएं तो अब उनके गीतों में शामिल हो चुकी हैं। हिंदुस्तानी शास्त्रीय संगीत की ठुमरी शैली से प्रभावित ये गीत मानवीय भावनाओं के कई रंग पेश करते हैं। अलग-अलग रागों में गुरुदेव के गीत यह आभास कराते हैं मानो उनकी रचना उस राग विशेष के लिए ही की गई थी।

## सर्वाङ्कल पेन से राहत पाने के लिए करें योग आसनों का अभ्यास

जो लोग कम्प्यूटर या लैपटॉप पर एक ही पोश्चर में बैठे रहकर घंटों काम करते रहते हैं उन्हें अक्सर गर्दन के पिछले हिस्से में दर्द की शिकायत रहती है। जो कंधे और हाथों तक भी कई बार पहुंच जाता है। इसे सर्वाङ्कल पेन कहते हैं। ज्यादातर वर्किंग प्रोफेशनल्स आजकल इस पेन का शिकार हैं। लैपटॉप, कम्प्यूटर के अलावा बहुत ज्यादा मोबाइल के इस्तेमाल से भी सर्वाङ्कल की प्रॉब्लम हो सकती है। शुरू में अगर आपने इस समस्या को समझते हुए जरूरी सावधानियां बरत लीं, तो इसे दूर करना आसान है लेकिन इलाज और सावधानी की कमी से धीरे-धीरे यह खतरनाक रूप भी ले सकती है। सर्वाङ्कल पेन से राहत दिलाने में कुछ योगासन भी बेहद असदार हैं। आइए जानते हैं इनके बारे में साथ ही इन्हें करने का तरीका भी।

1. भुजंगासन  
भुजंगासन सर्वाङ्कल पेन से राहत दिलाने में बहुत ही असरदार आसन है। इसके लिए पेट के बल लेट जाएं, दोनों हथेलियों को अपने चेस्ट के पास रखें। धीरे-धीरे सांस भरते हुए हथेलियों को सहायता से अपर बाँड़ी को ऊपर

की ओर उठाएँ। कोहनी को सीधा रखें। गर्दन को अपनी क्षमतानुसार पीछे ले जाने की कोशिश करें। कुछ देर इस मुद्रा में बने रहें। अब सांस छोड़ते हुए नीचे आ जाएं। भुजंगासन सर्वाङ्कल पेन के साथ ही पेट की चर्बी और डबल चिन की समस्या भी दूर करता है। साथ ही स्ट्रेस से भी राहत दिलाता है।

2. बालासन  
नियमित रूप से बालासन का अभ्यास भी सर्वाङ्कल पेन दूर करने में कारगर है। इसके लिए चक्रासन की मुद्रा में बैठें। दोनों हाथों को सांस भरते हुए ऊपर की ओर उठाएँ। अब धीरे-धीरे सांस छोड़ते हुए आगे की तरफ झुकें। सिर को जमीन से टच करें। इस मुद्रा में थोड़ी देर बने रहें। फिर वापस ब्रजासन में बैठें। इस आसन को कम से कम 5 से 7 बार दोहराएँ।




3. मार्जरी आसन  
मार्जरी आसन भी सर्वाङ्कल के मरीजों के लिए बेहद फायदेमंद आसन है। इससे गर्दन, पीठ और कमर की अच्छी स्ट्रेचिंग हो जाती है। मार्जरी आसन करने के लिए पैरों और हाथों के बल आ जाएं। सांस भरते हुए सिर को ऊपर उठाएँ। कमर को नीचे की ओर दबाएँ और हिप्स को बाहर

की ओर निकालें। इसका भी 5-7 बार अभ्यास करें।

4. धनुरासन  
धनुरासन का अभ्यास एक साथ कई सारी समस्याओं से राहत दिलाएगा। एक तरफ जहाँ ये सर्वाङ्कल पेन से छुटकारा दिलाता है वहीं दूसरी ओर ये पेट की चर्बी दूर करता है। धनुरासन करने के लिए पेट के बल लेट जाएं। पैरों को मोड़कर हाथों से पकड़ लें। अब सांस भरते हुए हाथों से पैरों को खींचे इससे अपर बाँड़ी ऊपर उठेगी। जितनी देर तक इस स्थिति में बने रह सकते हैं बने रहें फिर धीरे-धीरे सांस छोड़ते हुए नीचे आ जाएं। 3 से 5 बार इसे करना है।

5. मकरासन  
मकरासन भी सर्वाङ्कल के दर्द से मुक्ति दिलाता है। इसके लिए पेट के बल लेट जाएं और दोनों कोहनियों को जमीन पर रख दें। अब अपनी चिन को दोनों हाथों पर रख दें, सिर और कंधों को ऊपर उठाएँ। धीरे-धीरे सांस लेते और छोड़ते रहें। आँखें बंद करके ध्यान केंद्रित करें और शरीर को ढीला छोड़ दें।

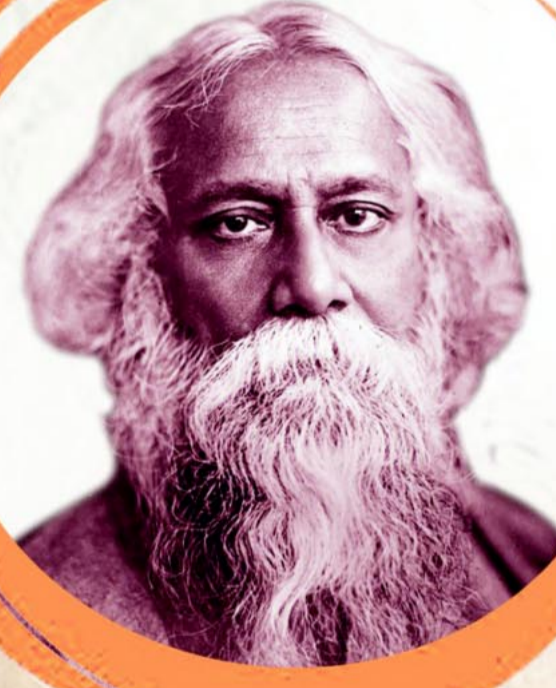


असम सरकार

## रबीन्द्र जयंती

25 वैशाख, 1430 भास्कराब्द  
(9 मई 2023)



**कविगुरु रबीन्द्रनाथ ठाकुर के जन्मदिन पर उनके प्रति गहरी श्रद्धांजलि ज्ञापित करता हूँ।**

**डॉ. हिमंत विश्व शर्मा**  
मुख्यमंत्री, असम

— Janasanyog /D/ 1709/ 23

सूचना और जनसंपर्क निदेशालय, असम द्वारा प्रचारित Connect with us @diprassam dipr.assam.gov.in

असम वार्ता ससक्राइव करने के लिए 8287912158 में Assam लिखकर व्हाट्सएप करें