

दक्षिण भारत राष्ट्रमत

ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತ ರಾಷ್ಟ್ರಮತ | ಹಿಂದಿ ದಿನ ಪತ್ರಿಕೆ | बेंगलूरु और चेन्नई से एक साथ प्रकाशित



5 योगी की चेतावनी : अगर महिलाओं के खिलाफ अपराध किया तो होगी यमराज से मुलाकात

मकर संक्रांति और पोंगल पर्व की हार्दिक शुभकामनाएं

7 मां अंबा के चरणों में समर्पित दिखे सिंगर कैलाश खेर



फर्स्ट टेक

अगर सुप्रीम कोर्ट ने 'टैरिफ' को रद्द किया, तो गडबड़ हो जाएगी : ट्रंप

वॉशिंगटन/एपी। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने कहा है कि अगर सुप्रीम कोर्ट यह फैसला सुनाता है कि उनके पास व्यापक शुल्क लगाने की एकतरफा शक्ति नहीं है, तो "बहुत बड़ी गड़बड़ हो जाएगी, और हमारे देश के लिए उन पैसों को चुकाना लगभग असंभव हो जाएगा", जो अमेरिका ने व्यापक 'टैरिफ' से एकत्र किए हैं। उन्होंने सोमवार को सोशल मीडिया पर एक पोस्ट में कहा कि अगर अदालत उनके द्वारा लगाए गए 'टैरिफ' को रद्द कर देती है, तो "हम बुरी तरह फंस जाएंगे"। ट्रंप ने अदालत के आसन्न फैसले के बारे में सोशल मीडिया पर लगातार पोस्ट किए हैं। उन्होंने अपने पोस्ट में यह भी जिक्र किया कि सरकार के लिए पैसा वापस करना कितना मुश्किल हो सकता है। उन्होंने शुल्क का पैसा वापस करने के बारे में कहा, "यह संभव नहीं हो सकता।" ट्रंप ने कहा कि लेकिन, "अगर ऐसा हुआ, तो यह इतनी बड़ी रकम होगी कि यह पता लगाने में कई साल लग जाएंगे कि हम किस संख्या की बात कर रहे हैं और यहां तक कि किसी, कब और कहाँ भुगतान करना है।"

आसान नहीं है भारत के सनातन धर्म और संस्कृति को मिटाना

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

अहमदाबाद/भाषा। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने बार-बार किए गए विनाश के प्रयासों के बावजूद सोमनाथ मंदिर के पुनर्निर्माण का उदाहरण देते हुए मंगलवार को कहा कि भारत के सनातन धर्म, संस्कृति और लोगों की आस्था को मिटाना आसान नहीं है। उन्होंने कहा कि मंदिर पर हमला करने वाले लोग अंततः मिट गए, लेकिन मंदिर आज भी गुजरात के गिर सोमनाथ जिले में समुद्र तट पर उसी स्थान पर शान से खड़ा है। गांधीनगर जिले के मानसा में 267 करोड़ रुपये की विभिन्न परियोजनाओं का उद्घाटन और शिलान्यास करने के बाद शाह एक कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने



11 जनवरी को सोमनाथ स्वाभिमान पर्व का उद्घाटन किया था। महमूद गजनी ने 1,000 वर्ष पहले सोमनाथ मंदिर पर पहला हमला किया था।

शाह ने कहा कि 1000 साल बाद और 16 बार नष्ट होने के बावजूद, सोमनाथ मंदिर अभी भी शान से खड़ा है और उसका ध्वज आसमान में लहरा रहा है। उन्होंने कहा कि यहां

एक भव्य सोमनाथ कॉरिडोर का निर्माण भी किया जा रहा है। शाह ने कहा, "यह पूरी दुनिया को संदेश है कि भारत के सनातन धर्म, भारतीय संस्कृति और भारतीय लोगों की आस्था को मिटाना इतना आसान नहीं है। यह सूर्य और चंद्रमा की तरह शाश्वत और अमर है। यह सोमनाथ मंदिर भारत की आस्था, विश्वास और गौरव का प्रतीक है।"

पश्चिमी मोर्चे पर किसी भी दुस्साहस से सख्ती से निपटा जाएगा : सेना प्रमुख

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

नई दिल्ली/भाषा। सेना प्रमुख जनरल उषेन्द्र द्विवेदी ने मंगलवार को कहा कि पूर्वी लड़ाख में चीन के साथ सीमा पर स्थिति "स्थिर है, लेकिन निरंतर निगरानी की आवश्यकता है।" उन्होंने पश्चिमी क्षेत्र में किसी भी "दुस्साहस" के खिलाफ पाकिस्तान को सख्त चेतावनी भी दी। जनरल द्विवेदी ने कहा कि ऑपरेशन सिंदूर के तहत आतंकवाद के खिलाफ सीमा पार भारत की "कड़ी" प्रतिक्रिया ने रणनीतिक स्पष्टता प्रदान की और उनकी सेना ने पाकिस्तान



के साथ शत्रुता के बाद जमीनी हमलों की तैयारियों के तहत अग्रिम लामबंदी की थी।

सेना दिवस से पहले संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए जनरल द्विवेदी ने कहा कि सैनिकों को मई के अंत तक वापस बुला लिया गया था, लेकिन उन्होंने जोर देकर कहा कि "हमारी आंखें और कान खुले हैं" और दुश्मन

के "किसी भी दुस्साहस से प्रभावी ढंग से निपटा जाएगा। सेना प्रमुख ने 'ऑपरेशन सिंदूर' के दौरान दो अहम मोड़ का भी जिक्र किया - उनमें से एक 7 मई की सुबह आतंकी ठिकानों पर 22 मिनट का हमला था, जबकि दूसरा 10 मई को भारतीय सेना को दिए गए कुछ निर्देश थे कि यदि संघर्ष बढ़ता है तो क्या करना है। जनरल द्विवेदी ने कहा कि ऑपरेशन सिंदूर के बाद भी नियंत्रण रेखा (एलओसी) के पार कम से कम छह आतंकी शिविर और अंतरराष्ट्रीय सीमा के पार दो आतंकी शिविर सक्रिय हैं, और अगर कोई भी नापाक गतिविधि अंजाम दी जाती है तो भारत कार्रवाई करेगा।

प्रधानमंत्री ने लोहड़ी के अवसर पर देशवासियों को शुभकामनाएं दीं

नई दिल्ली/भाषा। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने मंगलवार को लोहड़ी पर्व के अवसर पर लोगों को शुभकामनाएं दीं और उम्मीद जतायी कि यह त्योहार समाज में खुशी और आशावाद की भावना को और गहरा करेगा।

लोहड़ी फसल उत्सव मुख्य रूप से उत्तर भारत में मनाया जाता है। मोदी ने सोशल मीडिया मंच 'एक्स' पर एक पोस्ट में कहा, लोहड़ी के शुभ अवसर पर सभी को हार्दिक शुभकामनाएं। लोहड़ी प्रकृति का उत्सव है और कृतज्ञता व्यक्त करने का प्रतीक है। यह विशेष त्योहार हमारे समाज में खुशी और आशावाद की भावना को और गहरा करे। लोहड़ी की उममा हम सभी को नई आशा और सद्भाव से भर दे।



मकर संक्रांति



मंगलवार को नादिया में 'तुसु' पर्व (जिसे मकर संक्रांति भी कहा जाता है) से पहले आदिवासी समुदाय के लोग पारंपरिक नृत्य प्रस्तुत करते हुए।

सरकार चलाने वाले लोकतांत्रिक ढांचे और जनता की आवाज पर कर रहे हैं हमला : राहुल गांधी

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

उदयमंडलम/भाषा। कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने मंगलवार को आरोप लगाया कि देश के लोकतांत्रिक ढांचे और जनता की आवाज पर केंद्र सरकार चलाने वालों द्वारा हमला किया जा रहा है। गुडलूर में एक स्कूल के कार्यक्रम में भाग लेते पहुंचे गांधी ने

छात्रों के साथ बातचीत में कहा कि वह एक ऐसे भारत का निर्माण करना चाहते हैं जहाँ लोग एक-दूसरे के प्रति दयालु हों, एक-दूसरे की बात सुनें, एक-दूसरे की परंपराओं का सम्मान करें, एक-दूसरे के धर्मों का सम्मान करें और एक-दूसरे के प्रति सहानुभूति रखें। उन्होंने कहा कि किसी भी राजनीतिक नेता, छात्र या



शिक्षक के लिए सबसे महत्वपूर्ण मूल्य विनम्रता है, और 'इसलिए मैं यहां उपस्थित सभी बच्चों को विनम्र रहने की सलाह दूंगा।' इस अवसर पर एक छात्र द्वारा पूछे गए प्रश्न के उत्तर में उन्होंने कहा, "लोकतंत्र का अर्थ है कि आपको अपनी बात कहने का अधिकार होना चाहिए, मुझे अपनी बात कहने का अधिकार होना चाहिए, इन सभी लोगों को

अपनी बात कहने का अधिकार होना चाहिए।" उन्होंने कहा, "मैं कहता आ रहा हूँ कि हमारे लोकतांत्रिक ढांचे पर हमला हो रहा है और इसलिए हमारी आवाज, हमारे लोगों की आवाज पर हमला हो रहा है। और यह हमला सरकार में बैठे लोगों द्वारा किया जा रहा है। उन लोगों द्वारा जो वास्तव में सरकार चला रहे हैं।" गांधी ने आरोप लगाया कि निर्वाचन आयोग और कई अन्य संस्थाओं पर हमला हो रहा है।

मिशान मंडेला
दक्षिण भारत राष्ट्रमत
दक्षिण भारत का लोकप्रिय हिन्दी शीटक
epaper.dakshinbharat.com



कैलाश मण्डेला, मो. 9828233434

ज्वलंत प्रश्न

होते हैं डेमोक्रेसी में, अधिकार सभी के ही समान। ना जाति वर्ग से होता है, नीचा-ऊंचा लघु या महान। वोटों के लालच में फिर क्यों, ईसानों को देते निशान। है कौन दलित सचमुच में अब, इस पर लाओ बिल या विधान।।

OPENS TOMORROW

NEW YEAR FASHION EDIT

HI LIFE
EXHIBITION
Fashion | Style | Decor | Luxury
OVER 250+ LABELS

15.16.17 JAN

THE LaLIT
ASHOK BANGALORE

10 am - 8 pm | Valet Parking | Entry fee Rs.100

ईरान में विरोध प्रदर्शन

मरने वालों की संख्या 2,000 के पार

दुबई/एपी। ईरान में देशव्यापी विरोध प्रदर्शनों के दौरान मारे गए लोगों की संख्या मंगलवार को बढ़कर कम से कम 2,003 हो गई। यह जानकारी सामाजिक कार्यकर्ताओं ने दी। कार्यकर्ताओं ने कहा कि अधिकारियों द्वारा दमनकारी कार्रवाई के दौरान संचार व्यवस्था ठप कर दिए जाने के बाद ईरानियों ने कई दिनों में पहली बार विदेश में फोन कॉल किए।

डेनमार्क ने तेल टैंकर को रोकने में अमेरिकी सेना की मदद की

वॉशिंगटन/एपी। डेनमार्क ने पिछले सप्ताह पूर्वी अटलांटिक सागर में प्रतिबंधों के उल्लंघन के लिए एक तेल टैंकर को रोकने में अमेरिकी सेना को सहायता प्रदान की। डेनमार्क सरकार के एक अधिकारी ने मंगलवार को इसकी पुष्टि की। अधिकारी ने इस बारे में कोई विवरण देने से इनकार कर दिया कि अमेरिकी सेना को किस तरह की मदद पहुंचाई गई। हालांकि, डोनाल्ड ट्रंप प्रशासन द्वारा ग्रीनलैंड पर नियंत्रण की इच्छा को लेकर दोनों सहयोगी देशों के बीच तनाव बना हुआ है। डेनमार्क द्वारा अमेरिकी सेना को प्रदान की गई सहायता की स्वीकृति ऐसे समय आई है जब राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने ग्रीनलैंड पर अमेरिका के कब्जे की मांग को दोहराया है।

॥ वंदे श्री कृष्णं वीरं ॥

SEVA KNOWLEDGE ECONOMIC EMPOWERMENT

JITO LADIES BENGALURU NORTH PRESENTS

PRIDE GROUP

Win big at UDAAN 2026 !
Bumper Prizes
2 Mega & Hourly Lucky Draws
Free Health Check-Up (Both Days)
Cyber Peace March
16 Jan
8:00 - 9:30 AM

15 & 16 January 2026
10:00 AM to 8:00 PM
Venue: Ganesh Bagh Infantry Road Bangalore

Associate Sponsor: SAAJII, GIRIAS, PIRGAL, SANTOSH HOSPITAL

Supported by: SAAJII, GIRIAS, PIRGAL, SANTOSH HOSPITAL

TWO DAYS OF FUN AND EXCITEMENT AN EXHIBITION CUM SALE

Inauguration: 15th January 2025 9:35 AM

-: Chief Guest: -

Sri. P. C. Mohan Ji MP - Bangalore Central | Sri. Lehar Singh Ji Siroya Member of Rajya Sabha | Sri. Dinesh Ji Gundu Rao Minister of Health and Family Welfare of Karnataka

Sri. Rizwan Ji Arshad , MLA - Shivajinagar Constituency

Guest of Honour: Dr. S Bikkamchand Jain Santosh Hospital - Director | Deepti Gaurav Founder & CEO, Dhunisian School of Music

16th Jan 2026: Inauguration of CYBER PEACE YATRA 8:00 AM

Chief Guest: K. N. Yashavantha Kumar Deputy Superintendent of Police, Cyber Crime Division CID, Karnataka | TNC Sridhar Ex Commissioner of Income tax & Advocate

Lakshmi Bafna Chairperson | Raksha Chajjed Chief Secretary | Bindu Nahar Event Convener | Sarika Jain Event Co-Convener | Vimal Kataria Chairman | Vijay Singhvi Chief Secretary | Nemichand Dalal Convener JLW

Adishwar India Limited, 1st Floor, #85, 59th Cross, 4th Block, Rajajinagar, Bangalore - 560010

पोंगल



चेन्नई में मंगलवार को छात्रों ने जानकी कॉलेज ऑफ आर्ट्स एंड साइंस फॉर विमेन में 'पोंगल' त्योहार मनाते हुए।

रोगाणुरोधी प्रतिरोध मानवता के लिए बड़ा खतरा, इससे निपटने के लिए एक कार्ययोजना की आवश्यकता: शाह

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

अहमदाबाद/भाषा। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने मंगलवार को कहा कि रोगाणुरोधी प्रतिरोध (एएमआर) मानवता के लिए एक बहुत बड़ा खतरा है और विशेषज्ञों को इस बढ़ती चुनौती से निपटने के लिए व्यापक कार्ययोजना तैयार करनी चाहिए।

गुजरात जैव प्रौद्योगिकी अनुसंधान केंद्र की 'बीएसएल-4 बायो-कंटेनमेंट' प्रतिष्ठान की आधारशिला रखने के बाद एक सभा को संबोधित करते हुए शाह ने कहा कि एएमआर एक मूक आपदा है, और लोगों के बीच चिकित्सा साक्षरता, अनुसंधान एवं जागरूकता की आवश्यकता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के अनुसार, रोगाणुरोधी प्रतिरोध वृद्ध होना है जब जीवाणु, विषाणु, कवक और परजीवी रोगाणुरोधी दवाओं के खिलाफ प्रतिरोध उत्पन्न कर लेते हैं। इससे उन पर दवाओं का कोई असर नहीं पड़ता तथा उपचार मुश्किल हो जाता है।

शाह ने कहा, एएमआर का अर्थ है- एंटीबायोटिक दवाओं के खिलाफ विकसित प्रतिरोध क्षमता। यह आज हमारे समाज और मानवता के लिए एक बड़ा खतरा है। यह एक तरह से मूक आपदा है। एएमआर का अर्थ है एंटीबायोटिक दवाओं की प्रभावशीलता में कमी या पूर्ण रूप से उनका निष्प्रभावी हो



जाना। उन्होंने एंटीबायोटिक प्रतिरोध (एएमआर) के तीन मुख्य कारण बताए: एंटीबायोटिक दवाओं का पूरा कोर्स न लेना, चिकित्सकों द्वारा उचित निदान के बिना एंटीबायोटिक दवाएं लिखा जाना और डॉक्टर की सलाह के बिना एंटीबायोटिक दवाओं का उपयोग करना।

शाह ने कहा, मेरा मानना ​​है कि एंटीबायोटिक प्रतिरोध (एएमआर) न केवल व्यक्तियों के लिए, बल्कि पूरे समाज के लिए एक गंभीर खतरा है। यदि हम एंटीबायोटिक दवाओं के उपयोग से मानव शरीर की मरम्मत करने की क्षमता को कमजोर करते हैं, तो हम बीमारियों को नियंत्रित नहीं कर पाएंगे। इस विज्ञान को और अधिक सटीक एवं मजबूत बनाने के लिए आगे अनुसंधान की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि एएमआर का खतरा 'ऊर्ध्वाधर संचरण' तक फैला हुआ है

क्योंकि यह एक गर्भवती महिला से उसके बच्चे में फैल सकता है।

गृह मंत्री ने कहा, इसलिए, हमें एंटीबायोटिक प्रतिरोध (एएमआर) से निपटने के लिए एक रोडमैप की आवश्यकता है। हमें चिकित्सा साक्षरता और अनुसंधान की आवश्यकता है, और लोगों को इसके खतरों के बारे में शिक्षित करने की आवश्यकता है। आज मेरे सामने बैठे छात्रों का यही लक्ष्य होना चाहिए। हमारा लक्ष्य संक्रमण को रोकना और आने वाली पीढ़ियों के लिए एंटीबायोटिक दवाओं को सुरक्षित रखना भी होना चाहिए।

शाह ने कहा कि गुजरात बीएसएल-4 प्रतिष्ठान स्थापित करने वाला पहला राज्य बन गया है, जहां वैज्ञानिक संक्रामक विषाणुओं पर अनुसंधान कर सकते हैं।

बीएसएल-4 (बायोसफेटी लेवल 4) गंभीर या घातक बीमारियों का कारण बन

सकने वाले उन खतरनाक और संक्रामक सूक्ष्मजीवों से निपटने के लिए जैव सुरक्षा का उच्चतम स्तर है, जिनके लिए कोई टीका या उपचार उपलब्ध नहीं है।

शाह ने कहा, विज्ञान और प्रौद्योगिकी को केवल अनुसंधान एवं विकास तक सीमित नहीं रखना चाहिए। बल्कि, यह राष्ट्र के समग्र विकास की आधारशिला होनी चाहिए। और आज हम उस दिशा में एक बहुत ही महत्वपूर्ण कदम उठा रहे हैं। एक तरह से, पुणे में विषाणु विज्ञान संस्थान के बाद, यह भारत की दूसरी ऐसी उच्च प्रौद्योगिकी वाली प्रयोगशाला होगी।

उन्होंने कहा कि यह किसी राज्य सरकार द्वारा निर्मित की जा रही इस प्रकार की पहली प्रयोगशाला है और इसका श्रेय गुजरात को जाता है। शाह ने कहा, भारत की जैव सुरक्षा के लिए यहां 362 करोड़ रुपये की लागत से 11,000 वर्ग मीटर से अधिक क्षेत्रफल में एक मजबूत किला तैयार किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि हालांकि भारत इस क्षेत्र में कई वर्षों तक कुछ हद तक पिछड़ा रहा, लेकिन यह नई सुविधा इस क्षेत्र में काम करने वाले युवा प्रतिभागों को एक नया अवसर प्रदान करेगी और भारत अंततः इस क्षेत्र में आगे बढ़ेगा।

शाह ने कहा, यह सुविधा वैज्ञानिकों को पूरी तरह से सुरक्षित वातावरण में अत्यधिक संक्रामक विषाणुओं पर अनुसंधान करने के लिए एक मंच प्रदान करेगी। यहां का बुनियादी ढांचा दुनिया भर की सर्वश्रेष्ठ बीएसएल-4 प्रयोगशालाओं का अध्ययन करने के बाद बनाया गया है।

कुत्ते के काटने की घटनाओं के लिए राज्यों को भारी मुआवजा देने का निर्देश देंगे : न्यायालय

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

नई दिल्ली/भाषा। उच्चतम न्यायालय ने पिछले पांच वर्षों में आवारा पशुओं से संबंधित नियमों के क्रियान्वयन के लिए कोई कदम नहीं उठाए जाने पर चिंता व्यक्त की और मंगलवार को कहा कि यह कुत्ते के काटने की घटनाओं के लिए राज्यों को भारी मुआवजा देने का आदेश देगा।

न्यायमूर्ति विक्रम नाथ, न्यायमूर्ति संदीप मेहता और न्यायमूर्ति एनबी अंजालिया की पीठ ने कहा कि कुत्ते के काटने की घटनाओं के लिए कुत्ता प्रेमियों और उन्हें खाना खिलाने वालों को भी जिम्मेदार और जवाबदेह ठहराया जाएगा।

न्यायमूर्ति नाथ ने कहा, कुत्तों के काटने से बच्चों या बुजुर्गों की मृत्यु या चोट के हर मामले के लिए हम राज्य सरकारों से भारी मुआवजा देने की मांग करेंगे क्योंकि उन्होंने पिछले पांच वर्षों में नियमों के कार्यान्वयन के संबंध में कुछ नहीं किया है। साथ ही, इन आवारा कुत्तों को खाना खिलाने वालों की भी जिम्मेदारी और जवाबदेही तय की जाएगी। अगर आपको इन जानवरों से इतना प्यार है तो आप

उन्हें अपने घर क्यों नहीं ले जाते? ये कुत्ते इधर-उधर क्यों घूमते हैं, लोगों को काटते हैं और डराते हैं?

न्यायमूर्ति मेहता ने न्यायमूर्ति नाथ के विचारों से सहमत जताते हुए कहा, जब कुत्ते नौ साल के बच्चे पर हमला करते हैं तो किसे जिम्मेदार ठहराया जाना चाहिए? वह संगठन जो उन्हें खाना खिला रहा है, उसे? आप चाहते हैं कि हम इस समस्या से आंखें मूंद लें।

उच्चतम न्यायालय सात नवंबर, 2025 के अपने उस आदेश में संशोधन के अनुरोध वाली कई याचिकाओं पर सुनवाई कर रहा था, जिसमें अधिकारियों को सार्वजनिक स्थानों और सड़कों से इन आवारा जानवरों को हटाने का निर्देश दिया गया था।

न्यायालय ने कहा कि सबसे अजीब बात यह है कि गुजरात के एक वकील को एक पार्क में कुत्ते ने काट लिया और जब नगर निगम के अधिकारी उस जानवर को पकड़ने गए, तो खुद को कुत्ता प्रेमी बताने वाले वकीलों ने नगर निगम के अधिकारियों पर हमला कर दिया।

श्रीश अदालत ने यह भी खेद जताया कि पिछले चार दिनों से यह इस मुद्दे पर दलीलें सुन रही है, लेकिन कार्यकर्ताओं और गैर-सरकारी संगठनों (एनजीओ) के हस्तक्षेप के कारण यह मामलों में बढ़ने दें।

आगे नहीं बढ़ पाई और केंद्र तथा राज्य सरकारों के पक्ष को भी नहीं सुन सकी।

सुनवाई के दौरान श्रीश अदालत ने कहा, हम सभी वकीलों से अनुरोध करते हैं कि वे हमें केंद्र, राज्य सरकारों और अन्य संबंधित निकायों की जवाबदेही तय करने दें हमें आदेश पारित करने दें। हमें राज्यों और केंद्र के साथ आधा दिन बिताने की जरूरत है, ताकि यह देखा जा सके कि उनके पास कोई कार्ययोजना है या नहीं। समस्या हजार गुना बढ़ चुकी है। हम सिर्फ वैधानिक प्रावधानों के क्रियान्वयन की मांग कर रहे हैं। हमें यह करने दें। हमें काम करने दें। हमें आगे बढ़ने दें।

श्रीश अदालत ने नौ जनवरी को कहा था कि वह कथित तौर पर कुत्तों को खाना खिलाने वाली महिलाओं और उनकी देखभाल करने वाली महिलाओं के उत्पीड़न के आरोपों पर विचार नहीं करेगी, क्योंकि यह कानून और व्यवस्था का मुद्दा है और पीड़ित व्यक्ति इसके बारे में प्राथमिकी दर्ज करा सकते हैं।

श्रीश अदालत ने इस मुद्दे पर महिलाओं के बारे में की गई कुछ अपमानजनक टिप्पणियों से संबंधित दावों पर भी विचार करने से इनकार कर दिया।

प्रदर्शन



केरल प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष सनी जोसेफ, केरल विधानसभा में डेड और पार्टी नेता वीडी सतीशान, पार्टी नेता रमेश चेन्नियल, दीपा दासमुंशी और अन्य लोग मंगलवार को तिरुवनंतपुरम में केरल लोक भवन के सामने केंद्र द्वारा कथित रूप से कमजोर करने के खिलाफ विरोध प्रदर्शन करते हुए।

विरोध



कोलकाता में अलग-अलग संगठनों द्वारा आयोजित वेनेजुएला में अमेरिकी हमले और साम्राज्यवाद के खिलाफ विरोध प्रदर्शन के दौरान एक पुतला जलाते हुए।

मकर संक्रांति : पुराने अहमदाबाद शहर की छतों पर जीवंत हो उठता है उत्तरायण पर्व

अहमदाबाद/भाषा। पतंग उड़कर 'उत्तरायण' मनाने की तैयारी में अहमदाबाद के जुटने के बीच पुराने शहर में एक जानी-पहचानी परंपरा भी धीरे धीरे गति पकड़ लेती है और वह है छतों को सिकिंध रंगों में सजाने और उन्हें किराए पर देने की परंपरा।हर साल, जैसे ही सर्दियों में आसमान पतंगों से भर जाता है, पुराने शहर की छतें उत्तरायण के उत्सव के लिए सजधज के साथ तैयार हो जाती हैं। उत्तरायण का उत्सव मकर संक्रांति के रूप में जाना जाता है, जो 14 जनवरी को पड़ता है। इस संक्रांति पर सूर्य उत्तर दिशा की ओर से यात्रा आरंभ करता है और यह ग्रीष्म ऋतु की ओर संक्रमण का प्रतीक है। शहर के केंद्र में, 'पोल' कहे जाने वाले पुराने शहर के मोहल्लों-- खाडिया, रामपुर, सारंगपुर और अस्तोदिया की

संकरी गलियों में 'काई पो चे' (मैंने पतंग काट दी) के उल्लासपूर्ण नारे गूंजने लगते हैं। यहां, छतें महज वास्तुशिल्पीय विशेषताएं नहीं रह जाती हैं। वे ऐसे मंच बन जाती हैं जहां यादें रची जाती हैं। अहमदाबाद के पुराने शहर में उत्तरायण के दौरान छतों को किराए पर लेना एक पुरानी परंपरा है, जो एक दिन के लिए, ये छतें एक साम्राज्य स्थान में बदल जाती हैं, जहां मेजबान और मेहमान त्योहार को उसके सबसे प्रामाणिक रूप में मनाने के लिए एक साथ आते हैं। इस अवसर को यादगार बनाने के लिए, छतों को सावधानीपूर्वक रंगा जाता है, उन्हें रंग-बिरंगे गुब्बारों, बारीक डोरी के काम और देशभक्ति से प्रेरित तिरंगे रंग की छतरियों से सजाया जाता है। आसमान रंगों और चहल-चल से जीवंत हो उठता है। उत्तरायण के दौरान छत किराए पर देने वाले

ट्रैवल एजेंट अजय मोदी ने 'पीटीआई-भाषा' को बताया, अहमदाबाद के लोग पॉश इलाकों में करोड़ों रुपये के अपार्टमेंट में रहते हैं और पुरानी परंपराओं और विरासत के साथ त्योहार मनाने के लिए खुशी-खुशी भुगतान करते हैं। उन्होंने बताया कि उत्तरायण के लिए छत किराए पर लेने की लागत 10,000 रुपये से लेकर 80,000 रुपये (प्रति दिन) तक होती है, जो छत के आकार और उसमें शामिल होने वाले लोगों की संख्या पर निर्भर करती है। मोदी कहते हैं, अप्रवासी भारतीयों के बीच अपने गृह नगर में उत्तरायण का त्योहार मनाने की अलग ही खुशी होती है। इसके जरिए वे अपनी जड़ों से भी जुड़ना चाहते हैं। लेकिन वह कहते हैं कि अमेरिकन में कड़ी नीतियों के चलते एनआरआई लोग इस बार ज्यादा नहीं हैं।

आंध्र प्रदेश : सीआईडी ने एपीएसएसडीसी घोटाला मामले में दी मुख्यमंत्री नायडू को वलीनचिट

अमरावती/भाषा। विजयवाड़ा की एक अदालत ने आंध्र प्रदेश राज्य कौशल विकास निगम (एपीएसएसडीसी) की धनराशि की हेराफेरी में कथित संलिप्तता को लेकर मुख्यमंत्री एन चंद्रबाबू नायडू के विरुद्ध दर्ज किए गए मामले को बंद कर दिया है।

आरोप है कि इस हेराफेरी के कारण राज्य के खजाने को 300 करोड़ रुपये से अधिक का नुकसान हुआ था। इस मामले में नायडू ने राजामहेन्द्रवरम केंद्रीय जेल में 50 दिनों से अधिक समय बिताया था, जिसके बाद आंध्र प्रदेश उच्च न्यायालय ने 31 अक्टूबर, 2023 को उन्हें जमानत दे दी थी।

आंध्र प्रदेश के महाधिवक्ता दमलपति श्रीनिवास ने कहा कि जांच एजेंसी सीआईडी (अपराध जांच विभाग) ने मुख्यमंत्री की कोई संलिप्तता नहीं पाई और तदनुसार अदालत के समक्ष एक 'मेमो' दाखिल किया गया, जिसे न्यायिक अधिकारी ने स्वीकार कर लिया।

श्रीनिवास ने 'पीटीआई-भाषा' को बताया, जांच पूरी होने के बाद, एजेंसी ने यह कहते हुए मामले को बंद करने के लिए एक रिपोर्ट दाखिल की कि नायडू की भूमिका के संबंध में मामले में कोई ठोस सबूत नहीं है। अदालत ने सोमवार को इसे स्वीकार कर लिया। नायडू को इस मामले में नौ सितंबर, 2023 को गिरफ्तार किया गया था, जब वाईएसआरसीपी प्रमुख जगन मोहन रेड्डी राज्य के मुख्यमंत्री थे।

नायडू की गिरफ्तारी के बाद, तत्कालीन सीआईडी प्रमुख एन संजय ने कहा था कि जांच में सामने आया है कि नायडू और उनकी तेलुगु देशम पार्टी (तेदेपा) को पैसे की कथित हेराफेरी से लाभ पहुंचा। आंध्र प्रदेश राज्य कौशल विकास निगम का मामला उत्कृष्टता केंद्रों (सीओई) के समूह स्थापित करने से संबंधित है, जिसकी कुल परियोजना लागत 3,300 करोड़



रुपए अनुमानित थी। संजय ने कहा था कि लेकिन इससे राज्य सरकार को कथित तौर पर 300 करोड़ रुपये से अधिक का नुकसान हुआ है। उन्होंने यह भी कहा था कि परियोजना से संबंध निजी संस्थाएं कोई भी पैसा खर्च करती, उससे पहले ही राज्य सरकार ने 371 करोड़ रुपये का अग्रिम भुगतान जारी किया, जो उसकी वित्तीय प्रतिबद्धता का 10 प्रतिशत था। संजय के अनुसार, राज्य सरकार द्वारा जारी की गई धनराशि फर्जी बिल के माध्यम से फर्जी कंपनियों को अंतरित कर दी गई, जबकि उल्लेखित वस्तुओं की कोई वास्तविक आपूर्ति या बिक्री ही नहीं हुई। बताया जाता है कि इनमें से कुछ फर्जी कंपनियां सिंगापूर में स्थित थीं। संजय ने दावा किया था कि गवाहों और अन्य आरोपियों पर नायडू का प्रभाव रिकॉर्ड पर आ चुका है, जिससे उनकी स्थिति को देखते हुए उनकी गिरफ्तारी आवश्यक हो गई है। उन्होंने आरोप लगाया था कि पूर्व मुख्यमंत्री जांच में बाधा डालने और सबूतों के साथ छेड़छाड़ करने की कोशिश कर रहे हैं। नायडू के मुख्यमंत्री बनने के बाद, संजय को इस मामले से संबंधित सार्वजनिक धन के गबन और दुरुपयोग के आरोपों में गिरफ्तार किया गया था। बाद में उन्हें जमानत मिल गई। इस बीच, वाईएसआरसीपी के वरिष्ठ नेता और पूर्व मंत्री के. कन्नबाबू ने तेदेपा के नेतृत्व वाली राज सरकार पर नायडू के खिलाफ दर्ज मामलों को जांच एजेंसियों को प्रभावित कर व्यवस्थित रूप से बंद करने का आरोप लगाया।

दिल्ली पुलिस ने चीन से संचालित अंतरराज्यीय साइबर गिरोह का किया भंडाफोड़, आठ गिरफ्तार

नई दिल्ली/भाषा। दिल्ली पुलिस ने दिल्ली-एनसीआर और देश के कई हिस्सों में सक्रिय एक साइबर अपराध गिरोह से कथित तौर पर जुड़े आठ लोगों को गिरफ्तार किया है और लगभग 15 करोड़ रुपये के संदिग्ध वित्तीय लेनदेन का पता लगाया है। एक अधिकारी ने मंगलवार को यह जानकारी दी।

अधिकारी ने कहा, इस गिरोह को चीन स्थित संचालकों द्वारा साइबर मोफिया बैनलों के माध्यम से नियंत्रित किया जा रहा था, जहां बैंक से जुड़ी गोपनीय जानकारी साझा की जाती थी और ओटीपी (वन टाइम पासवर्ड) उपयोगकर्ता को प्राप्त न हो इसके लिए हानिकारक एपीके फाइलों का इस्तेमाल किया जाता था। उन्होंने बताया कि आरोपी कथित तौर पर साइबर ठगी से हासिल रकम के अंतरण के लिए 'म्यूल' बैंक खातों का उपयोग करते हुए एक बहु-

स्तरीय नेटवर्क संचालित कर रहे थे। 'म्यूल' खाते वे बैंक खाते होते हैं जिनका इस्तेमाल अपराधी, चोरी किए गए या अवैध धन (जैसे ऑनलाइन धोखाधड़ी, मानव तस्करी से मिले पैसे) को छिपाने और एक जगह से दूसरी जगह अंतरित करने के लिए करते हैं, ताकि पैसे के असली स्रोत का पता न चले।

अधिकारी के अनुसार, इस कारवाई के दौरान पुलिस ने 4.70 लाख रुपये नकद, 14 मोबाइल फोन, 20 सिम कार्ड और सात डेबिट कार्ड बरामद किए। उन्होंने बताया कि यह मामला तब सामने आया जब तमिलनाडु की एक महिला ने राष्ट्रीय साइबर अपराध रिपोर्टिंग पोर्टल (एनसीआरपी) पर शिकायत दर्ज कराई।

महिला ने बताया कि पिछले साल सितंबर में उसके बैंक खाते से धोखाधड़ी कर 6,000 रुपये निकाल लिए गए थे।

पुलिस के अनुसार, पूर्वी दिल्ली की एक निजी बैंक शाखा में स्थित लाभार्थी खाते की जांच से पता चला कि यह गाजियाबाद निवासी द्वारा संचालित एक 'म्यूल' खाता था।

पुलिस ने बताया कि जांच के बाद पांडव नगर पुलिस थाने में प्राथमिकी दर्ज की गई। पुलिस के अनुसार, मुख्य आरोपी और उसके सहयोगी एक संगठित साइबर अपराध गिरोह का हिस्सा हैं, जिनके विभिन्न बैंकों में कम से कम 85 'म्यूल' बैंक खाते हैं और इन खातों से संबंधित अब तक 600 से अधिक एनसीआरपी शिकायतें दर्ज हो चुकी हैं।

पुलिस ने बताया कि एक टीम ने बैंक से जुड़े दस्तावेजों, इंटरनेट बैंकिंग लॉग और आईपी एड्रेस के विश्लेषण किया और इस तकनीकी जांच के आधार पर आठ आरोपियों को दिल्ली, गाजियाबाद, मुंबादाबाद, बरेली, रामपुर और महाराष्ट्र से गिरफ्तार किया गया।

बातचीत



लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी तमिलनाडु के नीलगिरी जिले में सेंट थॉमस इंग्लिश हाई स्कूल के गोल्डन जुबली सेलिब्रेशन के दौरान स्टूडेंट्स से बातचीत करते हुए।

सरकार ने समझी डिलीवरी बॉय की पीड़ा

ऑनलाइन शॉपिंग से लोगों के लिए बहुत सुविधा हो गई है। शहरों में कई परपरागत ऐसे हैं, जो अपनी जरूरत का सारा सामान ऑनलाइन ही खरीदते हैं। दूध, सब्जी, किराने का सामान से लेकर कपड़े, जूते, किताबें, मोबाइल फोन, लैपटॉप तक ऑनलाइन खरीदे जा रहे हैं। इससे परंपरागत दुकानों के लिए कड़ी चुनौती पैदा हो गई है। अक्सर लोग कहते हैं कि जितने समय में हम घर से निकलकर दुकान तक पहुँचें, उतने में ही सामान घर आ जाएगा! पिछले डेढ़ दशक में खरीदारी के तौर-तरीकों में बहुत बदलाव आए हैं। शुरूआत में ऑनलाइन शॉपिंग के बारे में कहा जाता था कि 'ऐसा सिर्फ विकसित देशों में हो सकता है, भारत के लोग इसे नहीं अपनाएंगे।' कुछ विशेषज्ञ यह कहकर इसका भजक उड़ाते थे कि 'भारत में न तो पर्याप्त स्मार्टफोन हैं और न ही लोग डिजिटल पेमेंट करना जानते हैं, लिहाजा यहां ऑनलाइन शॉपिंग का कोई भविष्य नहीं है।' इस अवधि में भारतीय उपभोक्ता ने उन सभी विशेषज्ञों को गलत साबित कर दिया। अब तो उन उन्ने से डिलीवरी की बातें हो रहीं हैं। आगामी दशक में यह क्षेत्र नई उंचाइयों तक पहुँचेगा। इस कड़ी प्रतिस्पर्धा में परंपरागत दुकानें कितनी टिक पाएंगी? आज कई दुकानदारों के लिए किराया और सहायक का वेतन चुकाना मुश्किल हो गया है। पहले, त्योंहारी सीजन में जितनी बिक्री होती थी, अगले समय में कमी आई है। दुकानदारों को यह बदलाव स्वीकार करते हय खुद को तैयार करना होगा। कोई कंपनी विदेश से यहां आकर व्यापार के बड़े हिस्से पर कब्जा कर सकती है तो आप वर्षों तक अपने क्षेत्र में रहकर अपने से बेहतर प्रदर्शन क्यों नहीं कर सकते? स्थानीय दुकानदारों को भी इस डिलीवरी की सुविधा शुरू करनी चाहिए। ईमानदार दुकानदारों और मेहनती डिलीवरी बॉय व्यवसाय को आगे लेकर जा सकते हैं।

—भजनलाल शर्मा

मुझे गर्व है कि मेरे समय पंचायत राज संस्थाओं में महिलाओं को 50% आरक्षण दिया। उसके बाद गांव की महिलायें घूँघट से बाहर आई और जिला प्रमुख, प्रधान व सरपंच जैसे पद को उन्होंने बखूबी संभाला। जबकि पुरुषों का मत था कि आप महिलाओं को आरक्षण तो दे रही हा?

—वसुंधरा राजे

ब्राह्मण और सर्प

कि किसी नगर में हरिदत्त नाम का एक ब्राह्मण निवास करता था। उसकी खेती साधारण ही थी, अतः अधिकांश समय वह खाली ही रहता था। एक बार प्रीतिम ऋतु में वह इसी प्रकार अपने खेत पर वृक्ष की शीतल छाया में लेटा हुआ था। सोए-सोए उसने अपने समीप ही सर्प का बिल देखा, उस पर सर्प फल फैलाए बैठा था। उसको देखकर वह ब्राह्मण विचार करने लगा कि हो-न-हो, यही मेरे क्षेत्र का देवता है। मैंने कभी इसकी पूजा नहीं की। अतः मैं आज अवश्य इसकी पूजा करूँगा। यह विचार मन में आते ही वह उठा और कहीं से जाकर दूध मांग लाया। उसे उसने एक मिट्टी के बरतन में रखा और बिल के समीप जाकर बोला, हे क्षेत्रपाल! आज तक मुझे आपको विषय में मालूम नहीं था, इसलिए मैं किसी प्रकार की पूजा-अर्चना नहीं कर पाया। आप मेरे इस अपराध को क्षमा कर मुझ पर कृपा कीजिए और मुझे धन-धान्य से समृद्ध कीजिए। इस प्रकार प्रार्थना करके उसने उस दूध को वहीं पर रख दिया और फिर अपने घर को लौट गया। दूसरे दिन प्रातःकाल जब वह अपने खेत पर आया तो सर्वप्रथम उसी स्थान पर गया। वहाँ उसने देखा कि जिस बरतन में उसने दूध रखा था उसमें एक स्वर्णमुद्रा रखी हुई है। उसने उस मुद्रा को उठाकर रख लिया। उस दिन ही उसने उसी प्रकार सर्प की पूजा की और उसके लिए दूध अर्पण करवा गया। अगले दिन प्रातःकाल उसको फिर एक स्वर्णमुद्रा मिली। इस प्रकार आज नित्य वह पूजा करता और अगले दिन उसको एक स्वर्णमुद्रा मिल जाया करती थी।

www.dakshinbharat.com /dakshinbharat /dakshinbharat DAKSHIN BHARAT RASHTRAMAT HINDI DAILY

सामयिक

मकर संक्रांति : 12 संक्रांतियों में से सबसे शुभ

मकर संक्रांति का उत्सव भावना सूर्य की पूजा के लिए विशेष रूप से समर्पित है। भक्त इसकी पूजा के लिए भावना सूर्य की पूजा कर आशीर्वाद मांगते हैं। इस दिन से सूर्य ऋतु की शुरुआत और नई फसलों की कटाई शुरू होती है। मकर संक्रांति पर भक्त यमुना, गोदावरी, सरयू और सिंधु नदी में पवित्र स्नान करते हैं और भावना सूर्य को अर्घ्य प्रदान करते हैं। इस दिन यमुना नदी और जरूरतमंद लोगों को भोजन दालें, अनाज, गेहूँ का जल और ऊनी कपड़े दान करना शुभ माना जाता है। भावना सूर्य जब धनु राशि को छोड़ कर मकर राशि में प्रवेश करते हैं तो इसे उत्तरायण काल कहा जाता है। इस अवसर पर प्राणी जैसे जीव वनस्पति परिवर्तन की शुरुआत होती है जिसमें एक नया पर्वण्य के लिए व्याहार एवं उत्सव आयोजित किये जाते हैं। मकर संक्रांति में सुषुप्ते कुटुम्बक की पारिवारिक भावना सम्पूर्ण विश्व को एक परिवार की तरह रहने का संदेश देती है। उत्तरायण काल से सूर्य की उत्तरायण गति प्रारंभ होती है इसलिए इसको उत्तरायणी भी कहते हैं। उत्तर भारत में इसे मकरसंक्रांति, तमिलनाडु में पोला, कर्नाटक, केरल, आंध्र प्रदेश में इसे केवल संक्रांति कहते हैं। हरियाणा और पंजाब में इसे लोहड़ी के रूप में मनाया जाता है। हिंदू धर्मियों के अनुसार, मकर संक्रांति के दिन, भावना विष्णु ने राक्षसों के विरुद्ध काट और उन्हें एक पहाड़ के नीचे गाड़ दिया था और उस प्रकार उनके आतंक को हरया था।

देवधूमि उत्तरारण्ड में मकर संक्रांति की पहली रात्रि को जागरण की परम्परा है। इस दिन साहसिक भोजन के उपरान्त रात्रि काल में लोग आग जलाकर उसके चारों ओर बैठ जाते हैं और अपना प्राचीन परम्परा एवं मर्यादाओं पर आधारित कथा-कहानियाँ तथा आदर्शों को याद करते हैं। प्रातःकाल नदियों, तालाबों, जल बाराओं पर जाकर सुर्मादें से पूर्व स्नान करते हैं और अपर पूर्वाह्ण की पूजा करते हुए बड़े बुजुर्गों का आशीर्वाद लिया जाता है। कूर्मचल क्षेत्र में इस महारानी जिया की जयन्ती के रूप में इस दिन घुघुतिया त्यौहार के रूप में भी मनाया जाता है। भगवान् प्रयाग के मकर में प्रवेश करने पर उत्तरारण्ड के कुमाऊँ में घुघुतिया त्यार मनाया जाता है। मकर संक्रांति पर प्रसिद्ध नदियों में स्नान करने के साथ दान व पुण्य का महत्व तो है। कुमाऊँ में भीटे पानी में से गूँथे आटे से विशेष पकवान बनाये का भी चलन है। पंजाब, हरियाणा, राजस्थान, हिमाचल आदि क्षेत्रों में इस दिन गोधूलि के बाद आग जलाकर अग्नि पूजा करते हुए तिल, गुड़, चावल और धुने हुए मूँके की आहुति दी जाती है। इस सामग्री को तिलचौली कहा जाता है। इस अवसर पर लोग मूँफली, तिल की गजक, बहुरंगीया आपस में बाँटकर खुशियाँ मनाते हैं। बहुरंग चर-घर जाकर लोकीगान गाते हुए मंगल गीत गाती हैं। नई बहू और नवजात बच्चे के लिए लोहड़ी का विशेष महत्व होता है। इसके साथ पापर्विक मूँके की रोटी और सरसों के साग का भी लुफ उठाया जाता है। उत्तर प्रदेश में यह पर्व माघ मेष के मना से जाना जाता है। 14 जनवरी से प्रयागराज में हर साल पांच मले की शुरुआत होती है। 14 दिसम्बर से 14 जनवरी का समय यूर मास के नाम से जाना जाता है। 14 जनवरी यानी मकर संक्रांति से अच्छे दिनों की शुरुआत होती है। माघ मेषा पहला स्नान मकर संक्रांति से शुरू होकर शिवरात्रि तक चलता है। संक्रांति के दिन स्नान के बाद दान करने का चलन है। मकर संक्रांति के अवसर पर उत्तरारण्ड के सभी तीर्थों में बड़ा मेले लगते हैं जिनमें बागेश्वर का उत्तरायणी मेला, गौचर मेला, देव प्रयाग मेला आदि प्रसिद्ध हैं।

गंगा, यमुना, सरयू, गोमती, रामगंगा,
कौशिकी गंगा, अलकनन्दा, भागीरथी आदि सभी



नदियों के पवित्र तटों पर स्नान, बयान, साधना व अनुष्ठान करने की परम्परा है। अनेक नदी तटों पर मेले भी लगते हैं। पुण्य स्थान रामेश्वर, चित्रशिला व अन्य स्थानों में भी होते हैं। इस दिन गंगा स्नान करने के तिल के मिष्ठान आदि को ब्राह्मणों व पुण्य व्यक्तियों को दान दिया जाता है। उत्तर भारत के अनेक भागों में इस दिन खिचड़ी सेनाएं एवं खिचड़ी दान का अत्यधिक महत्व होता है। महाश्रावण में इस दिन सभी विवाहित महिलाएं अपनी पहली संक्रांति पर कपास, तेल, नमक आदि चीजें गुड़-गुड़ मिलाकर महिलाओं को दान करती हैं। तिल, गुड़ के हलके के बटने की प्रथा भी है। लोग एक दूसरे को तिल और गुड़ देते हैं और देते समय बोलते हैं- तिल गूल बाया आणि गोड बोला' अर्थात् तिल तिल गुड़ लो और मीठा मीठा बोले। इस दिन महिलाएं आपस में तिल, गुड़, रोली और हल्दी बट्टी देती हैं। अक्सर में मकर संक्रांति को माघ-पौर्णिमा अथवा भोगाली-बिहू के नाम से मनाते हैं। राजस्थान में इस पर्व पर सुहागन महिलाएं अपनी माता का आशीर्वाद प्राप्त करती हैं। साथ ही महिलाएं किसी भी सौभाग्यसूचक वस्तु का चौदह की संख्या में पूजन एवं संकल्प कर दान देती हैं। अतः मकर संक्रांति के माध्यम से भारतीय सभ्यता एवं संस्कृति की झलक विविध रूपों में दिखती है।

बंगाल में इस पर्व पर स्नान पश्चात् तिल दान करने की प्रथा है। यहां गंगासागर में प्रति वर्ष विशाल मेला लगता है। मकर संक्रांति के दिन ही गंगाजी भागीरथ के पीछे चलकर कपिल कुदिन के आश्रम से होकर सागर में जा मिली थी। मान्यता यह भी है कि इस दिन यशोदा जी ने श्रीकृष्ण को प्राप्त करने के लिए प्रयास किया था। इस दिन गंगासागर में स्नान-दान के लिए लाखों लोगों की भीड़ लगी होती है। लोग एक उठाकर गंगा सागर की यात्रा करती हैं। वर्ष में केवल एक दिन मकर संक्रांति को यहां लोगों की अपार भीड़ होती है इसीलिए कहा जाता है- सोरी तीरथ बार-बार गंगा सागर एक बार।'

तमिलनाडु में इस त्योहार को पोंगल के रूप में चार दिन तक मनाते हैं। प्रथम दिन भोगी पोंगल, द्वितीय दिन सूर्य-पोंगल, तृतीय दिन मट्ट-पोंगल अथवा केनू-पोंगल, चौथे दिन कन्या-पोंगल। इस प्रकार पहले दिन कड़ा करकट इकट्ठा

मकर संक्रांति का त्योहार कृषि से जुड़ा है। यह किहू कटाई के मौसम की शुरुआत का प्रतीक है। यह दिन, भारत में किसानों के लिए बहुत महत्व रखता है। इस त्योहार को तमिलनाडु में पोंगल, असम में बिहू, पंजाब में लोहड़ी, उत्तरी राज्यों में माघ बिहू और केरल में मकर थिराळ्हा के रूप में मनाया जाता है। किसान मानते हैं कि जब सूर्य मकर राशि में प्रवेश करता है तो यह सर्दियों के मौसम के अंत का प्रतीक होता है। यह अपने वाले गर्म और लंबे दिनों की शुरुआत का भी प्रतीक है। यह खेतों में शीतकालीन फसलों के पक्वने के लिए भी अनुकूल समय होता है। इस त्योहार से जुड़ी मुख्य फसल गन्ना है। इस त्योहार के दौरान, तैयार किए जाने वाले कुछ पारंपरिक व्यंजनों में गुड़ का मुख्य रूप से उपयोग किया जाता है जो गन्ने से बनाया जाता है। इस फसल उत्सव को मनाने के लिए, भग्न, पवित्र नदियों, मुख्य रूप से गंगा में डुबकी लगाते हैं और इसके किनारे बैठकर तपा, ध्यान और अनेक अनुष्ठान भी करते हैं। ऐसा भी कहा जाता है कि इस दिन भाग्यनाशकार अपने पुत्र शनि से मिलने स्वयं कोष्ट घर जाता है। चूंकि शुनिदेव मकर राशि के स्वामी हैं अतः इस दिन को मकर संतति के नाम से जाना जाता है। महाभारतकाल में भीष्म पितामह ने अपनी देह त्यागने के लिए मकर संक्रांति का ही यजन किया था। मकर संक्रांति के दिन ही गंगा जी भभीरथ के पीछे-पीछे चलकर कपिल मुनि के आश्रम से होकर सागर में जा मिली थी।

शाखा के अनुसार, दक्षिणायन को देवताओं की रात्रि अर्थात् नकारालयकता का प्रतीक तथा उत्तरायण को देवताओं का दिन अर्थात् सकारालयकता का प्रतीक माना गया है इसलिए इस दिन जप, तप, दान, स्नान, आद्य तर्पण आदि धार्मिक क्रियाकलापों का विशेष महत्व है। मकर संक्रांति के अवसर पर पूजा स्नान एवं दान को अत्यंत शुभ माना गया है। इस पर्व पर तीर्थराज प्रह्लाद और गंगा सागर में स्नान को महास्नान की संज्ञा दी गयी है। सूर्य सभी राशियों को प्रेमपूर्वित करते हैं लेकिन कर्क व मकर राशियों के जातकों में सूर्य का प्रवेश धार्मिक दृष्टि से अत्यंत फलदायक है। भारत उत्तरी गोलार्द्ध में स्थित है। मकर संक्रांति से पहले सूर्य दक्षिणी गोलार्द्ध में होता है अर्थात् भारत से दूर होता है। इसी कारण यहां रातें बड़ी लंबी बन जाते हैं और दिन छोटे होते हैं। मकर संक्रांति के बाद से सूर्य उत्तरी गोलार्द्ध में आते आना शुरू हो जाता है। अतः इस दिन से रातें छोटी एवं दिन बड़े होने लगते हैं और गर्मी का मौसम शुरू हो जाता है।

नजरिया

एकता के सूत्र में बांधने वाला पर्व मकर संक्रांति

मोबाइल : 7631057837

उ त्तरी गोलार्द्ध में स्थित भारत के अधिकांश पर्व- ल्योहार, प्रार, शुभ तिथियां चंद्रमा की गति को आधार मानकर भारतीय पंचांग के चांद्र मास के आधार पर निर्धारित किये व मनाये जाते हैं, लेकिन सूर्य की गति को देखकर सूर्य मास के आधार पर मनाया जाने वाला पर्व है- मकर संक्रांति। वर्ष भर में सूर्य के बारह राशियों 'मे, वृषभ, मिथुन, कुंभ, सिंह, कन्या, तुला, वृश्चिक, धनु, मकर, कुंभ और मीन' में भ्रमण करने के क्रम में सूर्य के धनु से मकर राशि में प्रवेश करने की खुशी में मनाया जाने वाला ऋतु पर्व है- मकर संक्रांति। ऋतु पर्व मकर संक्रांति दो ऋतुओं का संधिकाल है। यह शीत ऋतु के समाप्त होने और वसंत ऋतु के प्रारंभ होने का सूचक, होलक व प्रतीक है। मकर संक्रांति का महत्त्व सूर्य के उत्तरायण हो जाने के कारण है। शीतकाल के समाप्त होने पर सूर्य मकर रेखा का संक्रमण करते अर्थात् काटते हुए उत्तर दिशा की ओर अभिमुख हो जाता है, इसे ही उत्तरायण कहा जाता है। दरअसल, मकर संक्रांति का पर्व सूर्य के उत्तरायण होने और मकर राशि में प्रवेश करने के शुभ अवसर पर मनाया जाने वाला ल्योहार है, जो देवताओं के दिन अर्थात् देवयानी की शुरुआत और शीतकाल के अंत का प्रतीक है। इस अवसर पर ज्ञान, आध्यात्मिक प्रकाश, बुद्धिमाना आदि के स्वामी श्री सूर्य की पूजा, शुभ कार्य, स्नान-दान का विशेष महत्व है। यह सामाजिक सद्भाव के साथ ही स्त्री के नई फसल के आमगम और कृषि चक्र की शुरुआत का प्रतीक है, जिससे कृषक अभिप्रा होकर परमात्मा के प्रति आभार व्यक्त करते हैं। भगवान को धन्यवाद देने और अपनी अनुकम्पा को सदैव लोगों पर बताने रखने का आशीर्वाद मांगते हैं। मकर संक्रांति का ल्योहार तिथिवाचक न होकर अनय वाचक है। इस दिन सूर्य का मकर राशि में प्रवेश होता है। सूर्यभ्रमण के कारण होने वाले अंतर की पूर्ति करने हेतु प्रत्येक अस्सी (कुछ गणना 72 वर्ष बताते हैं) वर्ष में संक्रांति का दिन एक दिन और बढ़ जाता है। साधारणतः मकर संक्रांति 14 जनवरी को होती है। पिछले कुछ वर्षों से मकर संक्रांति का पर्व कभी 14 तो कभी 15 जनवरी को मनाया जाता रहा है। ज्योतिषीय आलोकन के अनुसार सूर्य का धनु से मकर राशि में प्रवेश अर्थात्



संक्रमण प्रतिबंध 20 निम्न एक के विलंब से होता है। हर तीन की के बाद सूर्य एक घंटे बाद और हर 72 वें में एक दिन की देरी से मकर राशि में प्रवेश करता है। झारखण्ड के गुमला जिले के प्राचीन ग्राम मुरुंगपुर वर्तमान मुरुंग ग्राम निवासी पुरोहित व ज्योतिषाचार्य पं. विनोदनाथ पाठक के अनुसार 14 जनवरी को मकर संक्रांति पहली बार 1902 में मनाई गई थी। इसके पक्ष 18वीं सदी में 12 और 13 जनवरी को मनाई जाती थी। वहीं 1964 में मकर संक्रांति पहली बार 15 जनवरी को मनाई गई थी। इसके बाद हर तीसरे वर्ष अधिकांश होने से दूसरे और तीसरे वर्ष 14 जनवरी को, चौथे वर्ष 15 जनवरी को मनाई जाने लगी। इस तरह 2077 में आखिरी बार 14 जनवरी को मकर संक्रांति मनाई जाएगी। इस वर्ष 2026 में श्रावण के राजा सूर्य 14 जनवरी को दोपहर में 3:13 बजे मकर राशि में गोचर करेंगे। इसलिइ इसी दिन मकर संक्रांति मनाई जाएगी।

सामान्यतः सूर्य सभी राशियों को प्रभावित करते हैं, किन्तु कर्क व मकर राशियों में सूर्य का प्रवेश धार्मिक, आध्यात्मिक व साधकीय दृष्टि से अत्यंत फलदायक है। यह प्रवेश अथवा संक्रमण क्रिया छः-छः माह के अंतराल पर होती है। वैज्ञानिक दृष्टि से इसका मुख्य कारण पृथ्वी का

पिंरंतर 6 महीनों के समय अवधि के उपरांत उत्तर प्रदेश से दक्षिण की ओर वनन कर जेना होता है। और यह एक प्राकृतिक प्रक्रिया है। पौराणिक ग्रंथों के अनुसार एक वर्ष में कुल 12 संक्रांतियां आती हैं। इनमें मकर संक्रांति का महत्त्व सर्वाधिक है, क्योंकि यह से उत्तरायण का पुण्य, पवित्र व शुभ काल माना जाता है। उत्तरायण को देवताओं के काल के रूप में पूजा जाता है। ऐसे तो इस संक्रांति काल को ही परिभाषा जाता है, बाद से उत्तर अर्धिका का महत्त्व कम ज्यादा है। इसके परिंदे उत्तर भारत में बढी हुई संक्रांति कुछ कम होने लाती है। और त्यौहार अदि आने होते हैं। शीत ऋतु के अंत और लंबे दिनों के शुरूआत का प्रतीक मकर संक्रांति का यह सूर्योपासन, फसल काटि, नए मौसम के स्वागत, खिखंडी, तिल-गुड़ आदि वान-पुण्य व अन्न और नदी नाला, पतंगबाजी आदि सांस्कृतिक परम्परा उत्सवों के माध्यम से मनयाजा ता है, जिससे सुख समृद्धि और आध्यात्मिक लाभ की कामना की जाते हैं।

पौराणिक मान्यताओं में सक्रांति को देवता माना गया है। मान्यतानुसार सक्रांति ने संकरासुर दानव का वध किया था। किंक्रांति सक्रांति व अगला दिन होता है। इस दिन देवी ने किकरासुर वध किया था। यह पौराणिक कथा इसे देवी सक्रांति

की बुराई पर विजय से जोड़ती हैं, जो विजय नवीनीकरण के प्रतीक को पुष्ट करती है। एक पौराणिक कथा के अनुसार मकर संक्रांति के दिन गंगा भगीरथ के पीछे-पीछे चलकर कपिल मुनि आश्रम से होती हुई भागना में जाकर मिली। मान्यतानुसार इस दिन भागवान सूर्य अपने पुत्र राशि के स्वामी शनिदेव से मिलने स्वयं उदगिर जाते हैं, अर्थात् मकर राशि में संक्रमण कर जाते जिससे पिता-पुत्र के संबंध मधुर होते हैं। इस दिन को मकर संक्रांति के नाम से जाना जाता है। कथा के अनुसार भागवान सूर्य और शनिदेव संघर्ष अच्छा नहीं था। शनि ने अपने पिता सूर्य ग्रहण लगा दिया था, जिससे सूर्य को बहुत दुःख हुआ। लेकिन मकर संक्रांति के दिन शनि ने पिता को प्रणाम किया और उनका आशीर्वाद लिए। इससे सूर्य प्रसन्न हुए और उन्होंने शनि को आशीर्वाद दिया। इस प्रकार यह मेल-मिलाप और पारिवारिक सद्भाव का प्रतीक है। पिता-पुत्र के बीच के मतभेद को दूर करने और एक-दूसरे का सम्मान करने सीख देने का भी धीन है। यह साधना के लिए उत्तम समय होता है। इस दिन सूर्योदय से सूर्यास्त तक वातावरण अधिक चैतन्यमय होने से सा करने वाले को इस चैतन्य का लाभ होता है। संक्रांति से मकर संक्रांति तक के काल दक्षिणायन कहते हैं। उत्तरायण में मृत्यु को प्रारंभिक की अपेक्षा दक्षिणायन में मृत्यु हुए व्यक्ति दक्षिण अर्थात् यम लोक में जाने की संभावना अधिक होती है। यही कारण है कि महाभारत का भीष्म पितामह ने अपने प्राण त्यागने के लिए उत्तरायण काल (मकर संक्रांति) की प्रतीक्षा की जिससे मोक्ष की प्राप्ति होती है। उत्तरायण काल मोक्ष का मार्ग माना जाता है, इसलिए इस दौरान यज्ञ करने से मुक्ति मिलती है।

मकर संक्रांति से थरसम्मनी तक का पर्वकाल होता है। इस पर्वकाल में किया गया एक पुण्यक्रम विशेष फलदायक होता है। पौराणिक के अनुसार इस दिन दान, जप और ध्यान अनुष्ठान का बहुत महत्व होता है। इस दिन गायों दान पुनर्जन्म के बाद सौ गुना प्राप्त होता है। अर्थात् उपानयन देने का भी विधान है। उपानयन अर्थात् तन, मन एवं देह से दूसरे जन्म में विद्यमान देवत्व की शरण में जाना। संक्रांति काल साधकों लिए पोषक होता है। इसलिए इस काल में जानैवाले उपानयन से देवता की कृपा होती है। जीव को इच्छित फल की प्राप्ति होती है।



प्रेक्षाध्यान का नियमित अभ्यास करें : मुनि पुलकित कुमार

आठ दिवसीय प्रेक्षाध्यान शिविर हुआ सम्पन्न

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

बेंगलूरु। प्रेक्षा फाउंडेशन द्वारा प्रेक्षा फाउंडेशन के तत्वावधान में चेतना सेवा केन्द्र पर डॉ मुनि पुलकित कुमारजी के सान्निध्य में आठ दिवसीय प्रेक्षाध्यान साधना शिविर समापन को सम्पन्न हुआ। शिविर समापन के अवसर पर मुनिश्री पुलकित कुमारजी ने कहा, प्रेक्षाध्यान द्वारा चित्त शुद्धि का लाभ होता है। प्रेक्षाध्यान के प्रयोग केवल सिखाना ही नहीं, उन्हें जीने का प्रयास भी करें। मुनिश्री ने शिविर में उपस्थित प्रेक्षाध्यान साधकों को प्रेरणा देते हुए कहा कि 8 दिनों तक शहर की भाग दौड़ भरी जिंदगी से दूर आध्यात्मिक विकास तथा ध्यान साधना करने वाले साधक भाग्यशाली होते हैं। शिविर में

सिखाए गए प्रयोग आपकी जिंदगी में नव चेतना जागृत करने वाले बनें इसके लिए नियमित प्रेक्षाध्यान प्रयोग करें। मुनिश्री ने आठ दिनों के विभिन्न सत्रों में प्रेक्षाध्यान की उपसंपदा, मंत्र प्रेक्षा, धास प्रेक्षा, कायोत्सर्ग का वैज्ञानिक आधार, अनुप्रेक्षा, आसन, प्राणायाम का जीवन उपयोगी आधार आदि विषयों पर विवेचन किया तथा शिविर साधकों की गहन जिज्ञासाओं का समाधान भी दिया।

मुनि आदित्य कुमार जी ने ध्यान का जीवन में महत्व, ध्यान क्या है, ध्यान आदि विषयों पर प्रश्नोत्तरी के माध्यम से सत्र आयोजित किए। इन्द्रप्रशिक्षण की श्रृंखला में मुम्बई से आई प्रेक्षा पुरस्कार से सम्मानित मीना सबदड़ा ने शिविरार्थियों को आसन प्राणायाम, योग, अहंम मन्त्र का ध्यान व कायोत्सर्ग का प्रयोग किया।

प्रेक्षाध्यान शिविर संयोजिका एवं प्रेक्षा ध्यान प्रशिक्षिका वीणा बेंद ने समताल धास प्रेक्षा, नौ मंगल भावनाओं का विश्लेषण आदि विषयों पर व्याख्यात्मक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण दिया। प्रेक्षा प्रशिक्षक छत्र सिंह मालू ने प्रातःकालीन सत्र में दीर्घ धास प्रेक्षा ध्यान का प्रयोग कराया। समापन के मौके पर उपस्थित विभिन्न संबंधित संस्थाओं के पदाधिकारियों ने अपने विचार व्यक्त किए।

शिविर में देश के विभिन्न भागों से 25 सदस्यों ने भाग लिया। वीणा बेंद ने सभी सहयोगियों के प्रति आभार जताया। विभिन्न शिविरार्थियों ने अपने अनुभव साझा किए। शिविरार्थियों को प्रेक्षा फाउंडेशन की तरफ से प्रमाण पत्र प्रदान किए गए। छत्रसिंह मालू ने धन्यवाद दिया। उपसिका उर्मिला सुराणा ने संचालन किया।



अहंम से दूर करने वाला होता है अहंम : साध्वीश्री भव्यगुणा

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

बेंगलूरु। शहर के राजाजीनगर में विराजित साध्वीश्री भव्यगुणाजी ने कहा कि अभिमान का भूत होता है मजबूत। आज के इंसान की सबसे बड़ी समस्या इगो है। अमीर को अपनी अमीरी का घमण्ड है और फकीर को अपनी फकीरी का। उन्होंने कहा कि अहंम से दूर करने वाला अहंम जिन्दगी का सबसे बड़ा वहम है। न बलवान बड़ा होता है, न धनवान बड़ा होता है। बड़ा तो वह होता है, जो झुकना जानता है। जिन्हें कभी भी अहंकार का अंधकार छू न सका, ऐसे गौतम गणधर जैसा मनु, मधुर और मुलायम कोई विरला ही होता है। अहंकारी ताड़ की तरह अकड़कर मरता है, जबकि विनम्र व्यक्ति शाखाओं की तरह झुककर

जीता है। अहंकारी पहाड़ की तरह अकड़ कर रहता है, अतः उस पर समुद्रि का नीर नहीं टिकता परन्तु विनम्र तालाब नदी की तरह झुककर रहता है, अतः वह समुद्रि जल से भरा रहता है।

साध्वीश्री शीतलगुणाजी ने कहा कि मन भूमि पर आज ऐसे बीज बोना है कि भविष्य में उसके मीठे फल खाए जा सकें। दिशा दिखाने वाला सही मिल जाए तो, दीये का प्रकाश भी सूर्य का काम करता है। यदि हम अपने जीवन की दिशा बदलना चाहते हैं तो, हमारी मानसिकता को सही दिशा में ले जाएं। पारस भंसाली ने बताया कि साध्वीवृंद के सान्निध्य में पंचान्हिका महोत्सव के अंतर्गत त्रिदिवसीय अहंम महापूजन गुरुवार से प्रारंभ होगा। कानूंगा परिवार ने साध्वियों को आदर की काम्बली अर्पण की।



‘एक्सपीरियंस दि पलेवर्स ऑफ़ मनोज मुंतशिर’ की तैयारियाँ जोरों पर

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

बेंगलूरु। स्थानीय वनबंधु परिषद के बेंगलूरु महिला चैप्टर द्वारा आयोजित धन संग्रह कार्यक्रम ‘एक्सपीरियंस दि पलेवर्स ऑफ़ मनोज मुंतशिर’ की तैयारियाँ जोरों पर चल रही हैं। इस विशेष सांस्कृतिक संध्या में देश के प्रसिद्ध गीतकार, कवि एवं पटकथा लेखक मनोज मुंतशिर अपनी लोकप्रिय रचनाओं के माध्यम से श्रोताओं को शब्दों, संवेदनाओं और भावनाओं की एक अनुद्गी अनुभूति प्रदान करेंगे। यह कार्यक्रम 18 जनवरी को



मनोज मुंतशिर

कोरमंगला स्थित सेंट जॉन्स ऑडिटोरियम में शाम 6 बजे में आयोजित किया जाएगा। कार्यक्रम

की व्यवस्थाओं और रुपरेखा पर विस्तार से चर्चा के लिए संरक्षिकाएँ सबिता अग्रवाल, सीता गोयल एवं सुचिता अग्रवाल के नेतृत्व में एक बैठक हुई।

बैठक में अध्यक्ष मधु अग्रवाल, सचिव रेखा अग्रवाल तथा कोषाध्यक्ष संगीता भरतीया, रीतु अग्रवाल, प्रवीणा लोहिया, सुमन अग्रवाल, ललिता नवलगदिया सहित अन्य सदस्यों ने व्यवस्थाओं पर चर्चा की। यह आयोजन साहित्य और संगीत प्रेमियों के लिए मनोरंजक कार्यक्रम होने के साथ ही वनवासी क्षेत्रों में शिक्षा के विस्तार हेतु एक महत्वपूर्ण सहयोग भी प्रदान करेगा।



गजिंदर दवे बने जेसीआई बेंगलूरु गार्डन सिटी के नए अध्यक्ष

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

बेंगलूरु। जूनियर चेंबर इंटरनेशनल बेंगलूरु गार्डन सिटी का 36वाँ पदस्थापन एवं सदस्य प्रवेश समारोह संपन्न हुआ। इस

अवसर पर गजिंदर दवे ने वर्ष 2026 के अध्यक्ष के रूप में नेतृत्व संभाला।

समारोह में पूर्व अध्यक्ष दिलीप जैन ने शपथ दिलावाई जिसमें जोन 14 के अध्यक्ष प्रज्वल जैन प्रवेश अधिकारी के रूप में उपस्थित थे। मुख्य

अतिथि ईआईएमआर बिजनेस स्कूल के संस्थापक दीपक कुमार की उपस्थिति में सचिव यश दुगड व कोषाध्यक्ष यश चोपड़ा ने पदभार संभाला।

अध्यक्ष गजिंदर दवे ने ‘राइज टू एक्सलेंस 2026’ का विज़न प्रस्तुत किया।



केंद्रीय राज्य मंत्री शोभा करंदलाजे का हुबबली में हुआ सम्मान

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

हुबबली। केंद्रीय श्रम एवं रोजगार तथा सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्यम राज्य मंत्री शोभा करंदलाजे के हुबबली आगमन पर स्थानीय जनप्रतिनिधियों एवं विभिन्न सामाजिक संगठनों के

पदाधिकारियों ने उनसे मुलाकात कर उनका सम्मान किया। इस अवसर पर हुबबली-धारवाड़ सेंद्रल क्षेत्र के विधायक महेश तेंगनकाई सहित जैन युवा संगठन के अध्यक्ष इंद्र संकलेवा, मायूम के कर्नाटक प्रांतीय सहमंत्री सुभाष डंक, जागो राजस्थानी युवा मंच के अध्यक्ष खेतसिंह राजपुरोहित सहित अन्य उपस्थित जनों ने

केंद्रीय राज्य मंत्री से सामाजिक, औद्योगिक एवं रोजगार संबंधी विषयों पर चर्चा की। शोभा करंदलाजे ने उपस्थित प्रतिनिधियों की बातों को गंभीरता से सुना और केंद्र सरकार द्वारा श्रमिकों, युवाओं तथा सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यमियों के हित में संचालित विभिन्न योजनाओं की विस्तृत जानकारी साझा की।



केंगेरी पहुंचे मुनिश्री पुलकित कुमार

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

बेंगलूरु। आचार्य तुलसी महाप्रज्ञ सेवा केंद्र का प्रवास सम्पन्न कर डॉ मुनिश्री पुलकित कुमारजी विहार करते हुए सुरेश दक के

निवास स्थान केंगेरी पहुंचे। इस अवसर पर डॉ पुलकित कुमारजी ने कहा कि संत गंगा के समान होते हैं, जहां जाते हैं सभी को तृप्त करते हुए आगे बढ़ते हैं।

संतों का सान्निध्य एवं पदार्पण भाग्यशालियों को ही मिलता है। सुरेश दक ने मुनिश्री का स्वागत

करते हुए कहा कि मुनिश्री का 21 दिवसीय प्रवास हम श्रावक समाज के लिए प्रेरणादायी और यादगार रहेगा। मकर संक्रांति के उपलक्ष्य में बुधवार को आध्यात्मिक मंत्र आराधना अनुष्ठान का आयोजन एमबीआर संगीला अपार्टमेंट में होगा।

पाकिस्तान और इंडोनेशिया ने रक्षा सहयोग पर चर्चा की

इस्लामाबाद। जकार्ता के जेएफ-17 थंडर जेट खरीदने में रुचि रखने वाले देशों की सूची में शामिल होने की खबरों के बीच पाकिस्तान और इंडोनेशिया ने रक्षा सहयोग पर चर्चा की। सेना की ओर से जारी एक बयान के अनुसार, इंडोनेशिया के रक्षा मंत्री लेफ्टिनेंट जनरल शम्शुर शम्शुद्दीन (सेवानिवृत्त) ने सोमवार को रावलपिंडी स्थित जनरल हेडक्वार्टर (जीएचक्यू) में फील्ड मार्शल

सैयद आसिम मुनीर से मुलाकात की। बयान के अनुसार, बैठक में आपसी हित के मामलों, क्षेत्रीय और वैश्विक सुरक्षा की बदलती परिस्थितियों और द्विपक्षीय रक्षा सहयोग बढ़ाने के तरीके तलाशने पर ध्यान केंद्रित किया गया। दोनों पक्षों ने पाकिस्तान और इंडोनेशिया के बीच संबंधों को मजबूत करने, प्रशिक्षण सहयोग और रक्षा औद्योगिक सहयोग के महत्व पर भी जोर दिया।

सम्मान

दक्षिण भारत राष्ट्रमत



बेंगलूरु के श्रेयांस पारणा समिति के तत्वावधान में श्रीरामपुरम में संचालित एकांतर वर्षीय पारणा कार्यक्रम में वार्षिक सहयोगी किरणचंद नीरजकुमार बोहरा का सम्मान किया गया। कार्यक्रम समिति के चेयरमैन रमेशचंद सियाल ने सभी का स्वागत किया। किरणचंद बोहरा ने समिति की सराहना करते हुए तपस्वियों के पारणा की व्यवस्था संचालित होने तक निरंतर सहयोग करते रहने की घोषणा की।

दक्षिण भारत राष्ट्रमत



सम्मान

अखिल भारतीय मारवाड़ी युवा मंच द्वारा आयोजित लघु अधिवेशन के दौरान मायूम बेंगलूरु को वर्ष 2024-25 के कार्यकाल के उत्कृष्ट कार्यों के लिए श्रेष्ठ शाखा पुरस्कार से सम्मानित किया गया। संबंधित कार्यकाल के अध्यक्ष रमेशकुमार जाजू, सचिव शुभम लोहिया एवं कोषाध्यक्ष मनीष अग्रवाल सहित पूरी कार्यकारिणी एवं सभी सदस्यों के सामूहिक प्रयासों से यह उपलब्धि प्राप्त हुई।



रोड शो

महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस नागपुर में निकाय चुनाव के प्रचार के आखिरी दिन मोटरसाइकिल पर रोड शो करते हुए।

बुढ़ापे में दिमाग दुरुस्त रखने में अहम भूमिका निभाती है शरीर की जैविक घड़ी

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

लंदन। मानव शरीर में मौजूद 24 घंटे की जैविक घड़ी चुपचाप यह समन्वय करती है कि हम कब सोते हैं, जागते हैं, खाते हैं और आराम करते हैं। यह आंतरिक समय प्रबंधन प्रणाली अंगों और हार्मोन को तालमेल बैठाकर काम करने में मदद करती है। हालांकि, जब जैविक घड़ी अव्यवस्थित हो जाती है, तो इसके प्रभाव खराब गुणवत्ता वाली नींद से कहीं अधिक व्यापक हो सकते हैं और जल्दी उम्र में दिमागी सेहत में गिरावट का कारण भी बन सकते हैं। साल 2025 में 79 वर्ष की औसत आयु वाले दो हजार से अधिक बुजुर्गों पर किए गए एक अध्ययन में पाया गया कि जिन लोगों की जैविक घड़ी अधिक व्यवस्थित होती है, उनके डिमेंशिया की चपेट में आने का जोखिम लगभग 50 फीसदी तक घट जाता है।

जैविक घड़ी सोने का समय, हार्मोन का उत्पादन, हृदयगति

और शरीर का तापमान सहित कई अन्य दैनिक शारीरिक प्रक्रियाओं को नियंत्रित करने में अहम भूमिका निभाती है। अव्यवस्थित जैविक घड़ी को अक्सर नींद की खराब गुणवत्ता से जोड़ा जाता है। विभिन्न अध्ययनों में खराब गुणवत्ता वाली नींद का डिमेंशिया और दिल की बीमारियों के बढ़ते जोखिम से सीधा संबंध पाया गया है। साल 2025 में किए गए अध्ययन में प्रतिभागियों की दिल की सेहत और रक्तचाप का भी विश्लेषण किया गया, जो अन्य कारकों के साथ-साथ नींद की गुणवत्ता पर निर्भर करते हैं। हालांकि, इसमें 'स्लीप एपनिया' की समस्या पर गौर नहीं किया गया। 'स्लीप एपनिया' एक सामान्य स्थिति है, जिसमें सोते समय धास प्रक्रिया लगातार बाधित होती रहती है, जिससे मस्तिष्क को ऑक्सीजन की आपूर्ति कम हो जाती है और व्यक्ति का रक्तचाप बढ़ जाता है। 'स्लीप एपनिया' और डिमेंशिया के जोखिम के बीच संबंध बहस का सबब रहे हैं, क्योंकि इस समस्या के शिकार

ज्यादातर लोगों में डिमेंशिया का खतरा बढ़ाने वाले अन्य कारक, मसलन-मोटापा, मधुमेह, धूम्रपान, शराब का सेवन, आदि पहले से ही मौजूद होते हैं। नये अध्ययन से पता चलता है कि नींद में खलल से उपजने वाली थकान से पैदा शारीरिक निष्क्रियता को दूर करना जल्दी उम्र में दिमाग को दुरुस्त रखने का कारगर तरीका हो सकता है। दरअसल, शारीरिक सक्रियता बढ़ाने से न सिर्फ वजन नियंत्रित रखने और मोटापा घटाने में मदद मिलती है, बल्कि नींद की गुणवत्ता में भी सुधार होता है और मस्तिष्क की कोशिकाओं में क्षरण की गति भी धीमी हो जाती है। अव्यवस्थित जैविक घड़ी और डिमेंशिया के बीच संबंधों के पीछे प्रतिरक्षा तंत्र का भी हाथ हो सकता है। विभिन्न अध्ययनों में देखा गया है कि व्यक्ति की प्रतिरक्षा बढ़ाने से नींद की गुणवत्ता और जैविक घड़ी दोनों में सुधार होता है तथा यह हृदयरोग और दिमागी सेहत में गिरावट का खतरा निर्यात करने में अहम भूमिका निभाती है।

चीन का शक्सगाम घाटी पर दावा अस्वीकार्य, पूरा पीओके भारत का है : गुप्ता

जम्मू। लद्दाख के राज्यपाल कर्बंदर गुप्ता ने मंगलवार को शक्सगाम घाटी पर चीन के दावे को सिरों से खारिज करते हुए कहा कि पाकिस्तान के कब्जे वाले कश्मीर (पीओके) का पूरा क्षेत्र भारत का है। उन्होंने यह भी स्पष्ट किया कि किसी भी विस्तारवादी प्रयास को बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। भारत की आपत्तियों के मद्देनजर, चीन ने सोमवार को शक्सगाम घाटी पर अपने क्षेत्रीय दावों को दोहराते हुए जोर दिया कि इस क्षेत्र में चीनी अवसंरचना परियोजनाएं 'संदेह से परे' हैं। उन्होंने यहां पत्रकारों से कहा, पूरा कश्मीर (पाकिस्तान के कब्जे वाले हिस्से समेत) हमारा है। हमें नहीं पता कि पाकिस्तान ने चीन के साथ क्या सौदा किया है। चीन को यह समझना चाहिए कि उसकी विस्तारवादी नीति से कुछ भी हासिल नहीं होगा। भारत सक्षम है। यह 1962 का भारत नहीं,

2026 का भारत है। ऐसे किसी भी प्रयास को विफल कर दिया जाएगा। विदेश मंत्रालय इसका सज्जान ले रहा है। गुप्ता ने कहा कि ऐसे किसी भी कृत्य को बर्दाश्त नहीं किया जाएगा और चीन को यह समझना होगा कि आज भारत पहले की तुलना में कहीं अधिक मजबूत है। उन्होंने यह भी कहा कि चीन ने पहले अरुणाचल प्रदेश के कुछ हिस्सों पर भी दावा किया था। पाकिस्तान पर निशाना साधते हुए राज्यपाल ने आरोप लगाया कि पड़ोसी देश अपने ही लोगों को छल चुका है और संविध गतिविधियों में लिप्त है। गुप्ता ने कहा, पाकिस्तान एक ऐसा देश है जिसे बेचा जा रहा है। उसे अपनी संभ्रुता या अपने लोगों की कोई परवाह नहीं है। बलूचिस्तान, सिंध और कराची में आवाजें उठ रही हैं और वहां पाकिस्तानी सेना द्वारा अत्याचार किए जा रहे हैं।