नवसर्जन संस्कृति

RNI No. GJHIN/25/A2786
NAVSARJAN SANSKRUTI

नवसर्जन संस्कृति

अहमदाबाद से प्रकाशित दैनिक

वर्ष : 01
अंक : 192
दि. 16.04.2026,
गुरुवार
पाना : 04
किंमत : 00.50 पैसा

आस्था बनाम समानता: सबरीमाला विवाद पर सुप्रीम कोर्ट में गूंजती परंपरा की पुकार

नई दिल्ली। देश की संवैधानिक बहसों के केंद्र में एक बार फिर केरल का प्रसिद्ध सबरीमाला मंदिर आ खड़ा हुआ है, जहां महिलाओं के प्रवेश को लेकर जारी सुनवाई ने आस्था, परंपरा और समानता के जटिल सवालों को एक साथ खड़ा कर दिया है। सुप्रीम कोर्ट में चल रही इस बहुचर्चित सुनवाई के चौथे दिन त्रावणकोर देवस्वोम बोर्ड (TDB) ने अपने पक्ष को मजबूती से रखते हुए यह स्पष्ट किया कि सबरीमाला का मामला सामान्य सार्वजनिक स्थलों से बिल्कुल अलग है और इसे उसी दृष्टि से देखा जाना चाहिए।

TDB की ओर से वरिष्ठ अधिवक्ता अभिषेक मनु सिंघवी ने अदालत में दलील देते हुए कहा कि “यह कोई रेस्टोरेंट या दुकान का मामला नहीं है”, बल्कि यह एक विशेष धार्मिक आस्था और परंपरा से जुड़ा विषय है, जिसे साधारण समानता के पैमाने पर नहीं परखा जा सकता। उन्होंने यह भी स्पष्ट किया कि सबरीमाला में विराजमान भगवान अयप्पा को ‘नैष्ठिक ब्रह्मचारी’ माना जाता है और इसी विश्वास के आधार पर सदियों से वहां की परंपराएं विकसित हुई हैं। ऐसे में 10 से 50 वर्ष आयु वर्ग की महिलाओं के प्रवेश पर लगी परंपरागत रोक को केवल भेदभाव के चश्मे से देखना उचित नहीं होगा।

सुनवाई के दौरान यह भी तथ्य सामने रखा गया कि देशभर में

भगवान अयप्पा के हजारों मंदिर हैं, जहां महिलाओं के प्रवेश पर कोई प्रतिबंध नहीं है। इस आधार पर TDB ने यह तर्क दिया कि सबरीमाला एक विशिष्ट धार्मिक स्थल है, जिसकी अपनी अलग परंपराएं और धार्मिक मान्यताएं हैं। इसलिए इस एक मंदिर के संदर्भ में निर्णय लेते समय उसकी विशिष्टता को नजरअंदाज नहीं किया जा सकता।

वहीं, सुप्रीम कोर्ट ने भी सुनवाई के दौरान संतुलित रुख अपनाते हुए महत्वपूर्ण टिप्पणी की। अदालत ने कहा कि करोड़ों लोगों की आस्था को एक झटके में गलत ठहराना बेहद कठिन कार्य है। यह टिप्पणी इस पूरे विवाद के मूल में छिपे उस द्वंद्व को उजागर करती है, जहां एक ओर संवैधानिक समानता का सिद्धांत है और दूसरी ओर सदियों पुरानी धार्मिक परंपराएं हैं। अदालत ने यह भी संकेत दिया कि सामाजिक सुधार के नाम पर धार्मिक संरचनाओं को पूरी तरह से बदल देना भी एक संवेदनशील विषय है, जिस पर अत्यंत सावधानी से विचार करना आवश्यक है।

यह मामला नया नहीं है, बल्कि वर्षों से कानूनी और सामाजिक विमर्श का हिस्सा रहा है। केरल हाईकोर्ट ने 1991 में 10 से 50 वर्ष की महिलाओं के प्रवेश पर प्रतिबंध को वैध ठहराया था, जिसे बाद में 2018 में सुप्रीम कोर्ट ने असंवैधानिक बताते हुए हटा दिया। उस फैसले के बाद देशभर में तीखी प्रतिक्रियाएं देखने को मिली थीं—एक ओर इसे महिलाओं के अधिकारों की जीत बताया गया, तो दूसरी ओर बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने इसे अपनी आस्था पर आघात माना। 2018 के फैसले के खिलाफ दायर पुनर्विचार याचिकाओं ने इस मुद्दे को एक बार फिर अदालत के सामने ला खड़ा किया है। अब सुप्रीम कोर्ट इस पूरे मामले को केवल एक मंदिर या एक परंपरा तक सीमित नहीं मान रहा, बल्कि इसे व्यापक संवैधानिक प्रश्न के रूप में देख रहा है। इसमें यह तय किया जाना है कि धार्मिक स्वतंत्रता, समानता का अधिकार और परंपरागत आस्थाओं के बीच संतुलन किस प्रकार स्थापित किया जाए।

इस बहस का एक महत्वपूर्ण पहलू यह भी है कि क्या हर धार्मिक परंपरा को आधुनिक संवैधानिक मूल्यों के अनुरूप ढालना आवश्यक है, या फिर कुछ विशिष्ट परंपराओं को उनके मूल स्वरूप में बनाए रखना भी उतना ही जरूरी है। सबरीमाला का मामला इसी सवाल को केंद्र में रखता है। जहां एक ओर महिलाएं समान अधिकार की मांग कर रही हैं, वहीं दूसरी ओर श्रद्धालु समुदाय इसे अपनी आस्था और परंपरा का अभिन्न हिस्सा मानता है।

राजनीतिक और सामाजिक स्तर पर भी इस मुद्दे ने व्यापक चर्चा को जन्म दिया है। विभिन्न संगठनों और समूहों के बीच इस विषय को लेकर मतभेद साफ दिखाई देते हैं। कुछ इसे लैंगिक समानता का प्रश्न मानते हैं, तो कुछ इसे धार्मिक स्वतंत्रता के अधिकार के रूप में देखते हैं।

फिलहाल सुप्रीम कोर्ट की इस सुनवाई पर पूरे देश की नजरें टिकी हुई हैं, क्योंकि इसका फैसला केवल सबरीमाला मंदिर तक सीमित नहीं रहेगा, बल्कि यह देश में धर्म और संविधान के संबंधों को परिभाषित करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। आने वाला निर्णय यह तय करेगा कि भारत जैसे विविधतापूर्ण समाज में आस्था और अधिकारों के बीच संतुलन किस दिशा में आगे बढ़ेगा।

महिला आरक्षण पर सियासी संग्राम तेज, राहुल गांधी का प्रहार-‘हक की चोरी नहीं होने देंगे’

नई दिल्ली। संसद के विशेष सत्र से ठीक पहले महिला आरक्षण के मुद्दे ने राष्ट्रीय राजनीति को फिर से उबाल पर ला दिया है। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता राहुल गांधी ने केंद्र सरकार पर तीखा हमला बोलते हुए कहा है कि उनकी पार्टी महिलाओं को 33 प्रतिशत आरक्षण देने के पक्ष में है, लेकिन जिस तरीके से सरकार इस विधेयक को लागू करने की दिशा में बढ़ रही है, वह नीयत पर सवाल खड़े करता है। उन्होंने साफ शब्दों में कहा कि “हम महिलाओं के हक की चोरी नहीं होने देंगे”, और यह केवल एक कानून का सवाल नहीं, बल्कि सामाजिक न्याय और प्रतिनिधित्व की असली परीक्षा है।

राहुल गांधी का आरोप है कि सरकार महिला आरक्षण के नाम पर एक व्यापक राजनीतिक रणनीति को आगे बढ़ा रही है, जिसका केंद्र बिंदु परिसीमन यानी Delimitation है। उनके मुताबिक, प्रस्तावित बदलावों का सीधा संबंध महिलाओं के सशक्तीकरण से कम और चुनावी क्षेत्रों के पुनर्गठन से ज्यादा है, जिससे सत्ता संतुलन प्रभावित हो सकता है। उन्होंने कहा कि यदि इस प्रक्रिया के जरिए सामाजिक रूप से पिछड़े वर्गों—ओबीसी, दलित और आदिवासी समुदाय—के प्रतिनिधित्व में कटौती होती है, तो कांग्रेस इसका पुरजोर विरोध करेगी।

इस पूरे विवाद के बीच राहुल गांधी ने देश के विभिन्न क्षेत्रों के बीच संतुलन बनाए रखने की भी वकालत की। उन्होंने कहा कि दक्षिण भारत, उत्तर-पूर्व, उत्तर-पश्चिम और छोटे राज्यों के साथ किसी भी प्रकार का अन्याय स्वीकार नहीं किया जाएगा। उनके अनुसार, महिला आरक्षण का उद्देश्य केवल सीटों की संख्या बढ़ाना नहीं, बल्कि सभी क्षेत्रों और वर्गों को न्यायसंगत प्रतिनिधित्व देना होना चाहिए।

सियासी हलकों में यह मुद्दा इसलिए भी गर्म है क्योंकि सरकार 16 अप्रैल से शुरू हो रहे विशेष सत्र में परिसीमन से जुड़े तीन महत्वपूर्ण विधेयक पेश करने की तैयारी में है। इसे लेकर विपक्ष पूरी तरह सतर्क और आक्रामक नजर आ रहा है। कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे के आवास पर हुई विपक्षी दलों की बैठक में सभी पार्टियों ने एकजुट होकर सरकार की रणनीति का विरोध करने का फैसला लिया। खड़गे ने स्पष्ट कहा कि महिला आरक्षण का समर्थन तो सभी करते हैं, लेकिन इसे लागू करने का तरीका पारदर्शी और निष्पक्ष होना चाहिए।

कांग्रेस के वरिष्ठ नेता जयराम रमेश ने इस बहस को और स्पष्ट करते हुए सुझाव दिया कि मौजूदा 543 लोकसभा सीटों के आधार पर ही एक-तिहाई आरक्षण लागू किया जाए और इसे वर्ष 2029 से प्रभावी किया जाए। उनका मानना है कि यदि बिना परिसीमन के भी यह संभव है, तो इसे टालने का कोई औचित्य नहीं है। उन्होंने यह भी कहा कि जब तक जनगणना पूरी नहीं होती, तब तक परिसीमन की प्रक्रिया शुरू करना उचित नहीं होगा।

विपक्षी गठबंधन के अन्य दल भी इस मुद्दे पर सरकार के खिलाफ एकजुट नजर आ रहे हैं। आम आदमी पार्टी ने संकेत दिया है कि यदि मौजूदा सीटों पर ही 33 प्रतिशत आरक्षण लागू किया जाता है, तो वह इसका समर्थन करेगी, लेकिन परिसीमन के साथ इसे जोड़ने पर विरोध जारी रहेगा। यह रुख साफ करता है कि महिला आरक्षण का मुद्दा अब केवल लैंगिक समानता का नहीं, बल्कि व्यापक राजनीतिक समीकरणों का केंद्र बन चुका है। राजनीतिक विश्लेषकों के अनुसार, यह बहस आने वाले चुनावों की दिशा तय करने में भी अहम भूमिका निभा सकती है। एक ओर

घुसपैठ, सीमा सुरक्षा और चुनावी रण: अमित शाह का बड़ा ऐलान, बंगाल में सियासी तापमान चरम पर

कोलकाता। पश्चिम बंगाल की राजनीति में चुनावी सरगर्मी के बीच केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह के बयान ने एक बार फिर घुसपैठ और सीमा सुरक्षा के मुद्दे को केंद्र में ला दिया है। उत्तर बंगाल के कूचबिहार जिले के तुफानगंज में आयोजित जनसभा में शाह ने स्पष्ट शब्दों में कहा कि मतदाता सूची से संदिग्ध नाम हटाना केवल पहला कदम है, अगला चरण उन लोगों को देश की सीमाओं से बाहर करने का होगा। उनका यह बयान ऐसे समय में आया है जब राज्य में विधानसभा चुनाव नजदीक हैं और राजनीतिक दल अपने-अपने एजेंडे को धार देने में जुटे हैं।

शाह ने कहा कि यदि राज्य में भारतीय जनता पार्टी की सरकार बनती है, तो पूर्वी सीमाओं को इस तरह से सील किया जाएगा कि “परिंदा भी पर नहीं मार सके।” उन्होंने यह भी दावा किया कि सत्ता में आने के बाद 45 दिनों के भीतर सीमा प्रबंधन से जुड़े कार्यों को तेजी से पूरा करने का प्रयास किया जाएगा। यह बयान न केवल सुरक्षा के लिहाज से महत्वपूर्ण माना जा रहा है, बल्कि इसे चुनावी रणनीति के तौर पर भी देखा जा रहा है, जहां राष्ट्रीय सुरक्षा और घुसपैठ जैसे मुद्दों को प्रमुखता दी जा रही है।

अपने संबोधन में शाह ने राज्य की सत्तारूढ़ सरकार पर भी सीधे आरोप लगाए। उन्होंने कहा कि सीमा पर बाड़बंदी के लिए आवश्यक भूमि उपलब्ध कराने में राज्य सरकार सहयोग नहीं कर रही है, जिससे सीमा सुरक्षा कमजोर हो रही है। बिना नाम लिए उन्होंने ममता बनर्जी के नेतृत्व वाली सरकार को घेरते हुए कहा कि राजनीतिक कारणों से सुरक्षा से जुड़े महत्वपूर्ण फैसलों को टाला जा रहा है, जिसका खामियाजा देश को भुगतना पड़ सकता है।

गृह मंत्री ने यह भी स्पष्ट किया कि यह मुद्दा केवल अवैध घुसपैठ रोकने तक सीमित नहीं है, बल्कि जो लोग पहले से देश में मौजूद हैं, उनकी पहचान और उनके खिलाफ कानूनी कार्रवाई करना भी उतना ही जरूरी है। उन्होंने संकेत दिया कि भाजपा की सरकार बनने पर इस दिशा में सख्त कदम उठाए जाएंगे और कानून के तहत कार्रवाई सुनिश्चित की जाएगी।

इसके साथ ही शाह ने विकास और क्षेत्रीय असंतुलन के मुद्दों को भी उठाया। उन्होंने आरोप लगाया कि उत्तर बंगाल की लंबे समय से उपेक्षा की गई है और यहां के लोगों को वह सुविधाएं नहीं मिलीं, जिनके वे हकदार हैं। उन्होंने आश्वासन दिया कि भाजपा की सरकार बनने पर इस क्षेत्र के विकास को प्राथमिकता दी जाएगी और बजट आवंटन में भी संतुलन रखा जाएगा।

जनसभा के दौरान शाह ने स्थानीय और सांस्कृतिक मुद्दों को भी अपने भाषण का हिस्सा बनाया। उन्होंने कहा कि राजबंशी भाषा को संविधान की आठवीं अनुसूची में शामिल करने के लिए कदम उठाए जाएंगे, जिससे क्षेत्रीय पहचान को मजबूती मिलेगी। इसके अलावा ‘नारायणी बटालियन’ के गठन का भी वादा किया गया, जिसे स्थानीय युवाओं के लिए रोजगार और सुरक्षा दोनों दृष्टिकोणों से महत्वपूर्ण बताया जा रहा है।

एक अन्य सभा में शाह ने भ्रष्टाचार के मुद्दे पर भी कड़ा रुख अपनाते हुए कहा कि यदि भाजपा सत्ता में आती है, तो कथित भ्रष्टाचार के मामलों में शामिल लोगों से “एक-एक पाई की वसूली” की जाएगी। यह बयान सीधे तौर पर राज्य सरकार पर निशाना माना जा रहा है और इसे चुनावी माहौल में एक आक्रामक रणनीति के रूप में देखा जा रहा है।

राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि पश्चिम बंगाल में चुनावी मुकाबला इस बार केवल विकास के मुद्दों तक सीमित नहीं रहेगा, बल्कि राष्ट्रीय सुरक्षा, घुसपैठ, क्षेत्रीय पहचान और भ्रष्टाचार जैसे मुद्दे भी निर्णायक भूमिका निभाएंगे। अमित शाह के हालिया बयान ने इन सभी विषयों को एक साथ जोड़ते हुए चुनावी बहस को और तेज कर दिया है।

अब यह देखना दिलचस्प होगा कि इन मुद्दों पर जनता किस तरह प्रतिक्रिया देती है और क्या यह रणनीति भाजपा को राजनीतिक बढ़त दिलाने में सफल होती है या नहीं। फिलहाल इतना तय है कि पश्चिम बंगाल का चुनावी रण अब और अधिक तीखा और बहुआयामी हो चुका है, जहां हर बयान और हर वादा सीधे सत्ता की दिशा तय करने की क्षमता रखता है।

महिला आरक्षण पर संसद में सियासी संग्राम, ‘नारी शक्ति’ बनाम ‘न्याय की शर्तें’

नई दिल्ली। महिला आरक्षण बिल, जिसे सरकार ‘नारी शक्ति वंदन अधिनियम’ के रूप में प्रस्तुत कर रही है, अब केवल एक विधायी प्रस्ताव नहीं रहा, बल्कि यह देश की राजनीति का सबसे बड़ा टकराव बिंदु बन चुका है। संसद के विशेष सत्र की शुरुआत से पहले ही सत्ता और विपक्ष के बीच बयानबाजी का स्तर इतना तीखा हो गया है कि यह साफ संकेत दे रहा है कि आने वाले दिन केवल बहस नहीं, बल्कि वैचारिक संघर्ष के गवाह बनने वाले हैं। एक ओर केंद्र सरकार इसे महिलाओं के सशक्तीकरण का ऐतिहासिक कदम बता रही है, तो दूसरी ओर विपक्ष इसे राजनीतिक गणित और चुनावी रणनीति का हिस्सा मानते हुए गंभीर सवाल उठा रहा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने इस विधेयक को नए भारत की लोकतांत्रिक प्रतिबद्धता करार देते हुए कहा है कि यह केवल कानून नहीं, बल्कि देश की आधी आबादी को उनका हक दिलाने का संकल्प है। उन्होंने यह भी स्पष्ट किया कि सरकार 2029 तक महिलाओं को 33 प्रतिशत आरक्षण देने के लिए प्रतिबद्ध है और इसके लिए लोकसभा की सीटों को 543 से बढ़ाकर 850 तक करने का प्रस्ताव भी इसी दिशा में एक संतुलित कदम है, ताकि किसी भी वर्ग के प्रतिनिधित्व पर असर न पड़े। गृह मंत्री अमित शाह ने भी विपक्ष पर निशाना साधते हुए कहा कि परिसीमन एक संवैधानिक प्रक्रिया है और इसे लेकर भ्रम फैलाना केवल राजनीतिक लाभ उठाने का प्रयास है।

हालांकि विपक्ष इस पूरे मुद्दे को अलग नजरिए से देख रहा है। कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने साफ कहा कि महिला आरक्षण को परिसीमन से जोड़ना महिलाओं के साथ अन्याय है। उनका तर्क है कि यदि सरकार की नीयत साफ है तो आरक्षण को बिना किसी शर्त के तुरंत लागू किया जाना चाहिए। उन्होंने यह भी जोड़ा कि जब तक इस विधेयक में ओबीसी वर्ग की महिलाओं के लिए अलग से प्रावधान नहीं किया जाता, तब तक यह सामाजिक न्याय के मूल उद्देश्य को पूरा नहीं कर पाएगा।

दक्षिण भारत से आने वाले नेताओं ने भी इस मुद्दे पर अपनी चिंता स्पष्ट की है। तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एम.के. स्टालिन ने परिसीमन को लेकर गहरी आशंका जताते हुए कहा कि यह प्रक्रिया दक्षिण भारतीय राज्यों की राजनीतिक ताकत को कमजोर कर सकती है। उनका कहना है कि जनसंख्या नियंत्रण में बेहतर प्रदर्शन करने वाले राज्यों को सीटों की संख्या घटाकर ‘सजा’ नहीं दी जानी चाहिए। इस बयान ने उत्तर बनाम दक्षिण की बहस को भी फिर से हवा दे दी है, जो पहले ही कई मुद्दों पर उभरती रही है।

समाजवादी पार्टी के प्रमुख अखिलेश यादव ने भी इस बहस में हस्तक्षेप करते हुए सरकार पर ‘आंकड़ों का मायाजाल’ रचने का आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि बिना ‘कोटा के भीतर कोटा’ के यह बिल अधूरा है और इससे समाज के सबसे निचले पायदान पर खड़ी महिलाओं को वास्तविक प्रतिनिधित्व नहीं मिल पाएगा। उनके अनुसार, पिछड़े, दलित और अल्पसंख्यक वर्ग की महिलाओं के लिए अलग आरक्षण सुनिश्चित किए बिना यह कानून केवल प्रतीकात्मक बनकर रह जाएगा।

वहीं कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने सरकार की मंशा पर सवाल उठाते हुए कहा कि यह बिल एक अच्छा कदम हो सकता था, लेकिन इसमें जो परिसीमन और जनगणना की शर्तें जोड़ी गई हैं, वे इसे लागू होने से रोकने का बहाना बन सकती हैं। उन्होंने मांग की कि यदि सरकार सच में महिलाओं को सशक्त बनाना चाहती है, तो इसे तुरंत लागू किया जाए और ओबीसी महिलाओं के लिए अलग प्रावधान किया जाए।

इस पूरे घटनाक्रम ने संसद के विशेष सत्र को बेहद महत्वपूर्ण बना दिया है। अब यह केवल महिला आरक्षण तक सीमित नहीं रह गया, बल्कि इसमें परिसीमन, जातिगत जनगणना और क्षेत्रीय संतुलन जैसे संवेदनशील मुद्दे भी जुड़ गए हैं। राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि यह बहस आने वाले चुनावों की दिशा तय करने में भी निर्णायक भूमिका निभा सकती है, क्योंकि यह सीधे तौर पर प्रतिनिधित्व, सत्ता संतुलन और सामाजिक न्याय के सवालों को छूती है।

फिलहाल देश की नजरें संसद की कार्यवाही पर टिकी हैं, जहां यह तय होगा कि ‘नारी शक्ति’ का यह संकल्प सर्वसम्मति से पारित होता है या फिर राजनीतिक मतभेदों की भेंट चढ़ जाता है। इतना जरूर है कि महिला आरक्षण का यह मुद्दा अब भारतीय लोकतंत्र की सबसे बड़ी कसौटी बन चुका है, जहां सरकार की नीयत और विपक्ष की आशंकाएं आमने-सामने खड़ी हैं।

संपादकीय

हरित दृष्टिकोण का दिल्ली-देहरादून राजमार्ग

निस्संदेह, दिल्ली-देहरादून एक्सप्रेसवे का उद्घाटन भारत के संरचनात्मक विकास में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर साबित हो सकता है। जो राष्ट्रीय राजधानी और उत्तराखंड के प्रवेश द्वार के बीच यात्रा के समय को छह घंटे से घटाकर ढाई घंटे करने का वायदा करता है। मंगलवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा राष्ट्र को समर्पित यह एक्सप्रेसवे उत्तराखंड ही नहीं, राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र व पश्चिमी उत्तर प्रदेश में उद्योग व पर्यटन को बढ़ावा देगा। इंजीनियरिंग की विशिष्ट उपलब्धि से बढ़कर, परियोजना राजमार्गों की कल्पना में एक बड़े बदलाव का संकेत भी है। जो महज एक सड़क ही नहीं है, बल्कि कई क्षेत्रों, बाजारों और अवसरों को जोड़ने वाला महत्वपूर्ण आर्थिक गलियारा भी है। इस राजमार्ग के बनने से जहां परंपरागत मार्गों पर ट्रैफिक का दबाव कम होगा, वहीं बेहतर कनेक्टिविटी से देहरादून और मसूरी आदि अन्य हिल स्टेशनों में पर्यटन बढ़ेगा। निस्संदेह, इससे पश्चिमी उत्तर प्रदेश में आर्थिक गतिविधियों को प्रोत्साहन मिलेगा। पश्चिमी उ.प्र. के सहारनपुर व शामली जैसे जनपदों, जिन्हें विकास की दौड़ में पर्याप्त अवसर नहीं मिले, उनके लिये भी वरदान साबित हो सकता है। माना जा रहा है कि खाद्यान्न, भंडारण और रियल एस्टेट में भी इस परियोजना के लाभ नजर आएंगे। कह सकते हैं कि यह एक्सप्रेसवे भारतमाला जैसी परियोजनाओं के तहत एकीकृत, उच्च गति वाले गलियारों के लिये केंद्र सरकार की महत्वाकांक्षी योजना के लक्ष्यों को पूरा करता है। वहीं दूसरी ओर इस परियोजना की सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि इसमें विकास और पारिस्थितिक संवेदनशीलता के मध्य सामंजस्य स्थापित करने का सार्थक प्रयास किया गया है। प्रतिष्ठित राजाजी पार्क क्षेत्र से गुजरने वाला यह ऊंचा वन्यजीव गलियारा, जिसमें वन्य जीवों के लिये अंडरपास बनाये गए हैं ताकि उनके प्राकृतिक आवागमन मार्गों में किसी तरह का व्यवधान पैदा न हो। जो इस मान्यता की कसौटी पर खरा उतरता है कि विकास के बुनियादी ढांचे को प्रकृति के अनुरूप तैयार किया जाना चाहिए।

हाल के वर्षों में देश की विभिन्न बड़ी विकास योजनाओं वाले क्षेत्रों में वन्य जीवों और मनुष्य के बीच जो संघर्ष बढ़ा है, वो विकास को पर्यावरण व वन्यजीवों के अधिवास के अनुकूल ढालने की जरूरत बताता है। कर्नाटक के हाथी गलियारे- जो बांदीपुर,नागरहोल और आसपास के जंगलों को जोड़ते हैं, दर्शाते हैं कि कि कैसे संपर्क मार्गों से वन्य जीवों के प्रवास-मार्ग की सुरक्षा होती है। जिससे मानव व वन्य जीवों का संघर्ष कम होता है। ऐसे में यदि दिल्ली-देहरादून राजमार्ग में अभिनव प्रयास प्रभावी साबित होते हैं, तो यह नया एक्सप्रेसवे पारिस्थितिक रूप से संवेदनशील क्षेत्रों में भविष्य की परियोजना के लिए एक आदर्श साबित हो सकता है। हालांकि, इस राजमार्ग को लेकर कुछ चिंताएं अभी बाकी हैं। राजमार्ग को पूरा करने के दौरान अंतिम समय में निर्माण कार्यों में किए गए सुधार और इसमें पहले हुई कुछ देरी की रिपोर्टों से कार्य निष्पादन की गुणवत्ता व समय सीमा के दबाव को लेकर सवाल भी उठे हैं। निस्संदेह, किसी संरचना के बुनियादी ढांचे का मूल्यांकन उद्घाटन की समय सीमा से नहीं बल्कि उसकी मजबूती, सुरक्षा उपायों और दीर्घकालिक पर्यावरणीय प्रभावों के आधार पर ही होना चाहिए। अंततः यह एक्सप्रेसवे आशा और सावधानी दोनों का ही पर्याय है। निर्विवाद रूप से यह भारत की तेज और स्मार्ट निर्माण की महत्वाकांक्षा को भी दर्शाता है। इसके साथ ही उच्च मानकों की कसौटी पर खरा उतरने और जवाबदेही की जरूरत को भी रेखांकित करता है। निर्विवाद रूप से इस महत्वाकांक्षी परियोजना की वास्तविक सफलता इस बात पर भी निर्भर करेगी कि यह पारिस्थितिक और संरचनात्मक गुणवत्ता से समझौता किए बिना दक्षता को बनाये रखे। इसके अलावा पर्वतीय राज्य उत्तराखंड की सांस्कृतिक अस्मिता और पर्यटन के दबाव से भूगर्भीय संवेदनशीलता की भी रक्षा हो। ग्लोबल वार्मिंग के प्रभाव से भूस्खलन व पर्यटकों का दबाव झेल रहे हिमालयी राज्यों में पर्यटन प्रकृति व स्थानीय संस्कृति के अनुरूप होना चाहिए। आने वाले दिनों में दिल्ली-देहरादून राजमार्ग उत्तराखंड की चारधाम यात्रा को भी गति देगा, जिससे श्रद्धालुओं की संख्या में तेजी से विस्तार होना निश्चित है। वहीं चीन से मिलने वाली किसी चुनौती से निपटने में सेना की गतिशीलता, रसद व सैन्य आपूर्ति में भी यह राजमार्ग महत्वपूर्ण भूमिका निभाने वाला है।

लोकतंत्र में महिलाओं को उचित हक दिलाने की पहल

> "नारी शक्ति वंदन क़ानून केवल एक अधिनियम नहीं, भारतीय समाज की उस सामूहिक चेतना का परिचायक है जो स्त्री-पुरुष समानता को हकीकत बनाना चाहती है। यह उस भारत की परिकल्पना है जहां माता-बहनें-बेटियां केवल घर की नहीं, राष्ट्र की भी नियति लिखेंगी। अधिनियम में सुधार तुरंत आने का चाव सम्पूर्ण महिला जगत में देखा जा रहा है।

नारी वंदन क़ानून में सुधार एक उत्सव बन गया है। आगामी 16, 17, 18 अप्रैल की तिथियां भारतीय इतिहास में गौरवमयी स्वर्णिम अक्षरों में अंकित होने जा रही हैं। साल 2026 का बैसाखी का त्योहार एक नव पर्व के रूप में पल्लवित हो रहा है। ऐसा लग रहा था विधायिका में महिला सहभागिता का अवसर 2034 के चुनाव के साथ अवतरित होगा। लेकिन प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी की समसामयिक पहल से यह अवसर 2029 में साकार हो रहा है।

आगामी मंजिल पांच साल पहले आ रही है। चाव से भरी हुई देश की नारी शक्ति को बधाई! पंजाबी में एक फिल्म है— गोडे गोडे चाव। इस फिल्म की केंद्रीय कथा महिलाओं के पहली बार बारात चढ़ने की है। बारात में जाने में जब वे सफल होती हैं तब जिस चाव से उनके कदम उठ रहे हैं, उसे कथाकार ने 'गोडे गोडे चाव' कहा है। भारत की समस्त दल-नेत्रियों समेत जागरूक महिलाओं, महिला संगठनों व युवतियों में इस अधिनियम में सुधार तुरंत आने से वैसा ही गोडे गोडे चाव है। यानी यह चाव महिला जगत के सम्पूर्ण वातावरण में देखा जा रहा है।

महिलाओं ने हर अधिकार वर्षों के संघर्ष से पाया है। जीवन हो, पोषण हो, शिक्षा हो, सम्पत्ति में हिस्सेदारी, मताधिकार, विभिन्न नौकरियों में सहभागिता- शताब्दियों की तपस्या, संघर्ष व धैर्य से अर्जित किए। दुनिया के विभिन्न देशों, समाजों व समुदायों की अलग-अलग धाराओं में आज भी महिलाएं काफी पीछे हैं। अनेक अधिकारों से वंचित व पीड़ाओं में भी हैं। वर्षों तक मां की कोख ही कब्र बनती रही हैं। मेरे एक मित्र हैं विद्यार्थी परिषद में, 1990 के दशक में साथ काम करते थे, उन्होंने उस समय मुझे बताया उनकी भतीजी पहली बेटी है जो उनके गांव में ज़िंदा रखी गई है। मेरे लिये ये सुनना आंखें खोलने वाला था। हमारे भारत के ही एक हिस्से में ये स्थिति रही है। मैं चार बहनों, तीन बुवाओं और चार मौसियों के मध्य बड़ा हुआ था। लेकिन एक दशक पहले आधुनिक तकनीकों व पुत्र मोह की सोच से जब मां की कोख ही बेटियों के लिए कब्र बन रही थी तब हमारे बुरी तरह बिगड़े लिंगानुपात के कारण बेटियों के लिए करुणामय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी ने हरियाणा में पानीपत की भूमि पर आकर- 'हम बेटियों को बचायें'-इसके लिए झोली फैलाई थी।

इस करुण कथा के समानांतर भारतीय महिलाएं अपने परिश्रम से हर जगह खुद को साबित भी कर रही थीं। अंतरिक्ष में, सेना में, खेलों में, विज्ञान में, उद्यमिता में, प्रशासन मे, हर क्षेत्र में उन्होंने अपनी क्षमता प्रदर्शित की। विज्ञान, प्रौद्योगिकी व सशस्त्र बलों तक खुद को बेहतर साबित किया। विधायिका में उनकी सहभागिता अभी हाशिये पर है। वर्तमान आंकड़ों पर दृष्टिपात करें तो विधानसभाओं में महिलाओं की संख्या 9 प्रतिशत से भी कम है। जबकि 543 सदस्यों वाली लोकसभा में महिला सांसदों की संख्या मात्र 14 प्रतिशत से कम है। वैश्विक स्तर पर भारत इस मामले में 140 से अधिक देशों से पीछे है। अब समय को भारतीय नेतृत्व ने पहचान लिया है कि राजनीति में भी नारी शक्ति को उसका उचित स्थान दें। सच्चा, समावेशी और सशक्त लोकतंत्र बिना महिलाओं की समान भागीदारी के अधूरा ही रहता है। महिलाएं शिक्षा, स्वास्थ्य, पोषण, बाल विकास व महिला सुरक्षा जैसे मुद्दों पर गहरी समझ रखती हैं। जब वे खुद सांसद या विधायक बनती हैं तो नीतियां कागजी नहीं, बल्कि जमीन पर उतरती हैं। पंचायतों में जहां महिलाएं सत्ता में आईं, वहां बाल विवाह घटा, लड़कियों की शिक्षा बढ़ी और घरेलू हिंसा पर अंकुश लगा। अब यही प्रभाव पूरे देश स्तर पर दिखेगा।

विश्व आर्थिक मंच की रिपोर्ट बताती है कि लैंगिक समानता से जीडीपी में 27 प्रतिशत की बढ़ोतरी हो सकती है। यह बिल आर्थिक विकास का इंजन बनेगा। साल 2047 में विकसित भारत के स्वप्न को भी साकार करेगा। नारी वंदन का यह फैसला केवल राजनीतिक समीकरण नहीं बदल रहा, बल्कि पूरे समाज की सोच बदल रहा है। चुनावी मैदान में महिला उम्मीदवारों की तलाश बढ़ेगी, पार्टियां उन्हें टिकट देंगी, परिवार समर्थन करेंगे और समाज सम्मान देगा। एक दिन हम गर्व से कह सकेंगे—'भारत वह देश है जहां बेटियां न केवल घर संभालती हैं, बल्कि संसद और विधानसभाएं भी संभालती हैं।'

नारी शक्ति वंदन क़ानून केवल एक अधिनियम नहीं, भारतीय समाज की उस सामूहिक चेतना का परिचायक है जो अब स्त्री-पुरुष के मध्य समानता को केवल आदर्श नहीं, वास्तविकता बनाना चाहती है। यह उस भारत की परिकल्पना है जहां माता-बहनें-बेटियां केवल घर की नहीं, राष्ट्र की भी नियति लिखेंगी। नारी शक्ति वंदन की पहल भारत की सबसे बड़ी सामाजिक न्याय की विजय है। यह बिल कह रहा है— अब इंतजार नहीं, अब हिस्सेदारी। अब महिलाएं पीछे नहीं, बल्कि आगे, बराबरी पर और नेतृत्व में होंगी।

हर भारतीय नागरिक, हर राजनीतिक दल और हर युवा को इस बिल का स्वागत करना चाहिए। क्योंकि जब नारी सशक्त होगी, तब भारत सशक्त होगा। आओ भारत की बेटियो : संसद की सीढ़ियां अब तुम्हारा भी इंतजार कर रही हैं।

प्रेरणा

शुद्धाद्वैत की दिव्य ज्योतिः संत वल्लभाचार्य और भक्ति का अलौकिक प्रवाह

रत्नगर्भा भारत भूमि सदैव से आध्यात्मिक चिंतन और तात्त्विक अनुसंधान का केंद्र रही है। यहाँ विभिन्न दार्शनिक धाराओं ने जन्म लिया, जिनमें अद्वैत, द्वैत और द्वैताद्वैत जैसे सिद्धांत प्रमुख रहे। इन्हीं के क्रम में एक अत्यंत सूक्ष्म और भावप्रधान सिद्धांत 'शुद्धाद्वैत' के रूप में सामने आया, जिसके प्रवर्तक महान संत वल्लभाचार्य हुए। उन्होंने केवल दर्शन की नई दिशा ही नहीं दी, बल्कि भक्ति को एक सहज, सरल और प्रेमपूर्ण मार्ग के रूप में स्थापित किया। उनके द्वारा प्रतिपादित 'पुष्टि मार्ग' ने भक्ति को अनुग्रह और कृपा का रूप देकर उसे जन-जन तक पहुँचाया। उनके शिष्य सूरदास जैसे महान कवि ने इस परंपरा को अपनी वाणी से अमर बना दिया।

वल्लभाचार्य का जीवन अपने आप में एक चमत्कारी कथा है। उनका जन्म एक साधारण तेलुगु ब्राह्मण परिवार में हुआ, परंतु उनके जन्म से जुड़ी कथा उन्हें दिव्य स्वरूप प्रदान करती है। कहा जाता है कि उनके माता-पिता लक्ष्मण भट्ट और इल्लम्मागारू यात्रा पर थे, तभी छत्तीसगढ़ के चंपारण्य वन में उनका जन्म हुआ। माता को यह भ्रम हुआ कि बालक मृत है, इसलिए उसे वहीं छोड़ दिया गया। किंतु स्वप्न में भगवान के संकेत मिलने पर जब वे लौटे, तो देखा कि बालक अग्नि के घेरे में सुरक्षित है। इस घटना के कारण उन्हें अग्नि का अवतार माना गया। यह कथा उनके जीवन की दिव्यता और ईश्वरीय संरक्षण का प्रतीक है।

वल्लभाचार्य ने अपने जीवन में 'पुष्टि मार्ग' की स्थापना की, जो भक्ति का एक अनूठा स्वरूप है। इसमें भगवान की कृपा को सर्वोपरि माना गया है। उनके अनुसार, जीव को मोक्ष प्राप्ति के लिए कठोर तप या ज्ञान की आवश्यकता नहीं, बल्कि भगवान की कृपा ही पर्याप्त है। उन्होंने श्रीकृष्ण को 'परब्रह्म' और 'पुरुषोत्तम' के रूप में स्थापित किया। उनके अनुसार, यह सम्पूर्ण जगत भगवान की लीला है, जिसमें सृष्टि, स्थिति और लय सभी एक ही परम सत्ता के विभिन्न रूप हैं। यह विचार 'शुद्धाद्वैत' का मूल आधार है, जिसमें ब्रह्म और जगत के बीच कोई भेद नहीं माना जाता।

वल्लभाचार्य के दर्शन में संसार को मिथ्या नहीं, बल्कि ईश्वर की लीला माना गया है। यह दृष्टिकोण उन्हें अन्य दार्शनिकों से अलग करता है। उन्होंने कहा कि यह संसार भगवान की क्रीड़ा है, जिसमें हर जीव एक पात्र है। यह विचार मनुष्य को जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण देता है और उसे हर परिस्थिति में ईश्वर की उपस्थिति का अनुभव कराता है।

उनकी साहित्यिक प्रतिभा भी अद्भुत थी। उन्होंने अनेक महत्वपूर्ण ग्रंथों की रचना की, जिनमें ब्रह्मसूत्र पर 'अणुभाष्य', भागवत पर 'सुबोधिनी', 'सिद्धांत रहस्य', 'एकांत रहस्य', 'अंतःकरण प्रबोध' आदि प्रमुख हैं। इन ग्रंथों में उन्होंने अपने दर्शन को विस्तार से प्रस्तुत किया और भक्ति के मार्ग को स्पष्ट किया। उनके लेखन में गहन तात्त्विकता के साथ-साथ सरलता भी है, जो साधारण जन को भी समझ में आती है।

वल्लभाचार्य का सबसे बड़ा योगदान यह था कि उन्होंने भक्ति को केवल साधना नहीं, बल्कि जीवन का उत्सव बना दिया। उनके अनुसार, भगवान की सेवा प्रेम और आनंद के साथ करनी चाहिए। यही कारण है कि उनके अनुयायी 'सेवा' को पूजा का सर्वोच्च रूप मानते हैं। उनके द्वारा स्थापित संप्रदाय में भगवान की आराधना संगीत, नृत्य और भोग के माध्यम से की जाती है, जो भक्ति को एक जीवंत अनुभव बनाती है।

उनके जीवन की एक अत्यंत मार्मिक घटना सूरदास से जुड़ी है। एक दिन जब वे यमुना तट पर यात्रा कर रहे थे, तब उन्होंने एक अंधे व्यक्ति को रोते हुए देखा। उस व्यक्ति ने कहा कि वह भगवान की लीला को समझ नहीं सकता। वल्लभाचार्य ने उसकी पीड़ा को समझा और अपने स्पर्श से उसे दिव्य दृष्टि प्रदान की। उस क्षण उस व्यक्ति को श्रीकृष्ण की सभी लीलाएँ सजीव दिखाई देने लगीं। वही व्यक्ति आगे चलकर महान भक्त कवि सूरदास बने। वल्लभाचार्य ने उन्हें श्रीनाथजी के मंदिर में सेवा और भक्ति का मार्ग दिखाया, जहाँ उन्होंने अपने पदों के माध्यम से कृष्ण की लीलाओं का अद्भुत वर्णन किया।

वल्लभाचार्य का जीवन अंत भी उतना ही दिव्य था जितना उनका जन्म। कहा जाता है कि जब उन्होंने अपने सभी कर्तव्यों को पूर्ण कर लिया, तब वे काशी के हनुमान घाट पर गए। वहाँ स्नान करते समय एक दिव्य ज्योति प्रकट हुई और वे उसी ज्योति के साथ आकाश में विलीन हो गए। यह घटना उनके जीवन की पूर्णता और उनकी आत्मा के परमात्मा में विलय का प्रतीक है।

वल्लभाचार्य का 'शुद्धाद्वैत' केवल एक दर्शन नहीं, बल्कि जीवन जीने की एक कला है। यह हमें सिखाता है कि संसार में रहते हुए भी हम ईश्वर के साथ एकात्मता का अनुभव कर सकते हैं। उनका 'पुष्टि मार्ग' हमें यह विश्वास दिलाता है कि भगवान की कृपा से सब कुछ संभव है। उनके जीवन और शिक्षाएँ आज भी उतनी ही प्रासंगिक हैं, जितनी उनके समय में थीं। इस प्रकार, संत वल्लभाचार्य ने भारतीय दर्शन और भक्ति परंपरा को एक नई दिशा दी। उन्होंने यह सिद्ध किया कि ईश्वर केवल ज्ञान का विषय नहीं, बल्कि प्रेम और अनुभव का भी विषय है। उनके द्वारा स्थापित परंपरा आज भी लाखों लोगों के जीवन में आनंद और शांति का स्रोत बनी हुई है।

कई समस्याओं का समाधान है जनगणना

कल्याणकारी राज्य की भूमिका में जनगणना की भूमिका बड़ी महत्वपूर्ण मानी गई है। सदियों पहले अपनी रचना अर्थशास्त्र में कौटिल्य ने भी यह उल्लेख किया था कि यदि राज्य बेहतर शासन प्रदान करना चाहता है तो उसे अपनी जनता की भलीभांति जानकारी होनी चाहिए। कौटिल्य का मानना था कि जो राज्य अपने लोगों की गणना नहीं करता, वह अंधकार में शासन करता है। कोविड और कतिपय अन्य कारणों से भारत में भी निरंतर चली आ रही जनगणना की राह में जो अंधकार उत्पन्न हुआ था, वह अंततः छंट गया और इस महीने की शुरुआत से देश में जनगणना की विधिवत शुरुआत भी हो गई है। चूंकि भारत विश्व का सर्वाधिक जनसंख्या वाला देश है, इसलिए गणना की यह प्रक्रिया भी उसी अनुपात में बहुत विस्तारित रहने वाली है।

इसमें 30 लाख से अधिक गणना करने वाले, पर्यवेक्षक और अधिकारी महीनों तक 140 करोड़ भारतीयों से 33 प्रश्न पूछेंगे। देश के सात हजार से अधिक शहरों और छह लाख से अधिक गांवों में चलने वाली यह विश्व की सबसे बड़ी प्रशासनिक कवायद होने जा रही है। इस जनगणना की एक विशेषता यह भी है कि यह पूरी तरह डिजिटल रूप में की जाएगी। सभी भारतीय नागरिक 16 भाषाओं में उपलब्ध एक पोर्टल के माध्यम से स्वयं गणना कर सकते हैं। इसके शुभंकर का नाम प्रगति और विकास रखा गया है। इसके प्रतीकात्मक अर्थ से लेकर इससे जुड़ी आकांक्षाएं भी एकदम स्पष्ट हैं। भारत में जनगणना से जुड़ी परंपरा की जड़ें स्वतंत्रता प्राप्ति के पहले से जुड़ी हुई हैं। इसका पहला आधुनिक प्रयास ब्रिटिश शासन के दौरान 1865 और 1872 के बीच किया गया। हालांकि तब ऐसी कवायद एक साथ नहीं की गई थी और सभी प्रांतों के बीच इसे लेकर समन्वय का भी अभाव था। वर्ष 1881 में जाकर ही पहली बार अविभाजित भारत में एक साथ जनगणना हो पाई थी। स्वतंत्रता प्राप्ति के बाद पहली बार 1951 में जनगणना हुई और उसके बाद से इक्का-दुक्का अपवादों के साथ यह क्रम अनवरत रूप से जारी रहा। समय के साथ जनगणना के प्रश्नों का स्वरूप भी बदलता गया। 1872 की अनुसूची में मात्र 17 प्रश्न थे, जिनमें 'कौन कहां रहता है' से अधिक कुछ दर्ज नहीं किया गया था। वहीं 1901 की जनगणना में अंग्रेजी में दक्षता के बारे में पूछा गया, जो औपनिवेशिक दौर की एक विशेष प्राथमिकता थी। हालांकि 2011 तक के अपने पड़ाव में जनगणना ने प्रवासन का इतिहास, प्रजनन रुझान, कामकाज से जुड़ी आदतें और दिव्यांगता से जुड़े विस्तृत आंकड़ों को समाहित करना आरंभ किया। ऐसे में यह कहना उचित ही होगा कि जनगणना राज्य के समक्ष उभरते पहलुओं का प्रतिबिंब ही होती है। देश में 2021 की जनगणना नहीं हो पाई। इसके पीछे एक प्रमुख कारण कोविड महामारी रही, जिसके चलते प्राथमिकताएं एकाएक बदल गई थीं और इतनी बड़ी प्रशासनिक प्रक्रिया संभव होती नहीं दिख रही थी। फिर भी कुछ सवाल तो उठते ही हैं कि कोविड से निपटने में 2022 तक स्थितियां काफी हद तक सामान्य हो गई थीं और 2023 से लेकर 2024 तक जनगणना की प्रक्रिया को सिरे चढ़ाने के लिए गुंजाइश भी थी, लेकिन उस मोर्चे पर अपेक्षित प्रयास नहीं किए गए गए। जो जनगणना अभी आरंभ हुई है उसकी औपचारिक अधिसूचना जून 2025 में आई और उसके 15 महीने बाद यह प्रक्रिया आरंभ हुई है। इसमें कहा जा सकता है कि कभी नहीं से तो देर ही भली, लेकिन देरी को जायज ठहराना थोड़ा कठिन है। भारत में पिछले डेढ़ दशक के दौरान शासन का ढर्रा 2011 में हुई जनगणना के आधार पर ही चलता रहा, जबकि इस दौरान परिदृश्य बहुत व्यापक रूप से बदलने वाला रहा। वैसे भी 15 साल का समय कोई कम नहीं होता। इस अवधि में करोड़ों भारतीयों ने अपने मूल स्थानों से पलायन किया। व्यवसाय बदले। वे गांव छोड़कर शहरी बन गए हैं। जबकि नीति नियोजन में न केवल ग्रामीण-शहरी क्षेत्रों के वर्गीकरण को लेकर स्पष्टता का अभाव बना हुआ है, बल्कि उनका आधार भी 2011 के जनगणना के आंकड़े बने हुए हैं। कल्याणकारी योजनाओं और सार्वजनिक व्यय के लिए यह पुराना परिदृश्य उचित नहीं। इसके व्यावहारिक परिणाम भी केवल कोरी कल्पना या सैद्धांतिक मात्र नहीं हैं। शोधकर्ताओं से लेकर और नीति-निर्माता उपभोग व्यय से लेकर श्रम बल भागीदारी या सामाजिक परिस्थितियों का आकलन करने के लिए जनगणना को ही अपना आधार बनाते हैं। जब ऐसी सूची ही 15 साल पुरानी हो तो उस आधार पर आकार लेने वाली तस्वीर वास्तविक नहीं बन पाएगी। इस तरह छोटी-छोटी विसंगतियां जमा होकर बड़ी विकराल स्थिति निर्मित कर देती हैं। जनगणना 2027 में जनसांख्यिकी से अधिक भी बहुत कुछ दांव पर लगा है। ऐसा ही एक पहलू है संसदीय एवं विधानसभा क्षेत्रों का परिसीमन, जिसमें नई जनगणना के आंकड़े बहुत निर्णायक साबित होंगे। भारत का राजनीतिक मानचित्र अभी भी पुराने परिदृश्य पर ही आधारित है, जो बदलते हुए देश की आकांक्षाओं को आदर्श रूप में अभिव्यक्त नहीं करता। नई जनगणना इसमें सुधार का अवसर उपलब्ध कराएगी। इसमें 1931 के बाद पहली बार जातियों की गणना भी की जा रही है। यह मुद्दा काफी विवादास्पद है। इसके पक्ष में दलील देने वाले कहते हैं कि जातियों की गणना के बिना कल्याणकारी योजनाओं का खाका सही ढंग से नहीं बनाया जा सकता। जबकि इसके विरोधी कहते हैं कि इससे विभाजन की वे रेखाएं और गहरा सकती हैं, जिन्हें संविधान ने धुंधला करते हुए समाप्त करने का प्रयास किया। दोनों ही दलीलों में कुछ न कुछ दम है। जनगणना में देरी की एक वजह जातिगत जनगणना को लेकर दुविधा भी गिनाई जा सकती है कि इस राह पर आगे बढ़ा जाए या नहीं। इस संदर्भ में याद रखना होगा कि जो समाज अपनी समस्याओं को मापता नहीं, वह उनका समाधान भी नहीं कर सकता। यह सही है कि जनगणना में देरी ने नीति निर्माण के लिए आधार के स्तर पर जो निर्वात की स्थिति बना रखी थी, वह एकाएक दूर होने से रही, लेकिन यह देश को वह आईना दिखाने में अवश्य सफल होगी, जो आगे की राह पर बढ़ने के लिए आवश्यक है।

अभियान

मोहिनी एकादशी की कृपा: जब श्रीहरि स्वयं भक्त के जीवन से मोह के अंधकार को हर लेते हैं

जब-जब जीवन में भ्रम बढ़ता है, जब मन मोह-माया के जाल में उलझकर सत्य को भूलने लगता है, तब-तब ईश्वर किसी न किसी रूप में प्रकट होकर अपने भक्तों को मार्ग दिखाते हैं। वैशाख मास के शुक्ल पक्ष में आने वाली मोहिनी एकादशी भी उसी दिव्य स्मरण का पर्व है, जब भगवान विष्णु ने मोहिनी रूप धारण कर धर्म की रक्षा की और यह सिखाया कि संसार का सबसे बड़ा बंधन मोह है, और उससे मुक्ति केवल भगवान की कृपा से ही संभव है। यह एकादशी केवल तिथि नहीं, यह आत्मा की पुकार है, यह भक्ति की वह धारा है जिसमें डूबकर मनुष्य अपने भीतर के अंधकार को धो सकता है।

साल 2026 में यह पावन एकादशी एक विशेष आध्यात्मिक अवसर लेकर आई है। पंचांग के अनुसार, एकादशी तिथि 26 अप्रैल की संध्या 6 बजकर 8 मिनट से आरंभ होकर 27 अप्रैल की संध्या 6 बजकर 17 मिनट तक रहेगी। उदया तिथि के अनुसार व्रत 27 अप्रैल को रखा जाएगा, और पारण 28 अप्रैल को प्रातः 5 बजकर 38 मिनट से 8 बजकर 17 मिनट के मध्य किया जाएगा। जो साधक इस समय श्रद्धा, संयम और विश्वास के साथ व्रत करता है, उसके जीवन में एक नई ऊर्जा, एक नई शांति का जन्म होता है।

मोहिनी एकादशी का मूल भाव केवल कथा सुनने या व्रत रखने तक सीमित नहीं है, बल्कि यह उस आंतरिक यात्रा का प्रारंभ है, जहाँ मनुष्य अपने भीतर के मोह को पहचानता है। जब समुद्र मंथन के समय देवता और असुर अमृत के लिए संघर्ष कर रहे थे, तब भगवान विष्णु ने मोहिनी रूप धारण किया। वह रूप इतना आकर्षक था कि असुर अपने विवेक को भूल बैठे। भगवान ने उसी क्षण का लाभ उठाकर अमृत को देवताओं में बाँट दिया। यह कथा हमें सिखाती है कि जब मनुष्य मोह में फंस जाता है, तो वह सही और गलत का भेद भूल जाता है। इसलिए मोह से मुक्ति ही जीवन का सबसे बड़ा साधन है।

जब भोर की पहली किरण धरती को स्पर्श करती है और ब्रह्म मुहूर्त का समय आता है, तब वातावरण में एक विशेष शांति होती है। यही वह समय है जब साधक उठकर स्नान करता है, अपने घर और मन दोनों को शुद्ध करता है। जल में तिल मिलाकर स्नान करना केवल परंपरा नहीं, बल्कि यह अपने भीतर के पापों और नकारात्मकता को धोने का प्रतीक है। इसके बाद जब पूजा स्थल को सजाया जाता है, पीले वस्त्र बिछाए जाते हैं और भगवान विष्णु की प्रतिमा स्थापित की जाती है, तब ऐसा लगता है मानो स्वयं भगवान उस स्थान पर विराजमान हो गए हों।

भक्त जब पीले चंदन से भगवान का तिलक करता है, अक्षत अर्पित करता है, पुष्प चढ़ाता है और तुलसी दल समर्पित करता है, तब वह केवल क्रिया नहीं कर रहा होता, बल्कि अपने हृदय की गहराइयों से प्रेम अर्पित कर रहा होता है। तुलसी का एक-एक पत्ता भगवान को अत्यंत प्रिय है, क्योंकि वह शुद्ध भक्ति का प्रतीक है। जब पंचामृत से भगवान का अभिषेक होता है और मिठाई का भोग लगाया जाता है, तब यह केवल भौतिक अर्पण नहीं होता, बल्कि यह उस प्रेम और समर्पण का प्रतीक होता है जो भक्त अपने ईश्वर के प्रति अनुभव करता है।

दिनभर का उपवास शरीर को संयम सिखाता है और मन को स्थिर करता है। जब पेट खाली होता है, तब मन भगवान की ओर अधिक आकर्षित होता है। यही कारण है कि एकादशी का व्रत केवल भोजन का त्याग नहीं, बल्कि इंद्रियों पर नियंत्रण का अभ्यास भी है। इस दिन जब भक्त व्रत कथा का श्रवण करता है, तो उसके भीतर भक्ति की एक नई धारा प्रवाहित होने लगती है। उसे यह अनुभव होने लगता है कि जीवन का वास्तविक उद्देश्य केवल भौतिक सुख नहीं, बल्कि आत्मिक शांति है।

संध्या के समय जब घी का दीपक जलाकर आरती की जाती है, तब वह दीपक केवल प्रकाश नहीं देता, बल्कि वह उस आंतरिक ज्योति का प्रतीक होता है जो हर मनुष्य के भीतर विद्यमान है। आरती के स्वर, घंटियों की ध्वनि और भक्ति के गीत वातावरण को दिव्यता से भर देते हैं। उस क्षण ऐसा प्रतीत होता है कि मानो स्वयं भगवान अपने भक्त के सामने उपस्थित हैं और उसकी प्रार्थनाओं को सुन रहे हैं।

इस दिन लक्ष्मी माता की पूजा का भी विशेष महत्व है। जब भगवान विष्णु और माता लक्ष्मी की संयुक्त आराधना की जाती है, तब जीवन में संतुलन आता है। एक ओर भक्ति से आत्मिक शांति मिलती है, तो दूसरी ओर लक्ष्मी की कृपा से जीवन में सुख-समृद्धि का आगमन होता है। इस दिन अन्न, वस्त्र और गुड़ का दान करना अत्यंत शुभ माना जाता है, क्योंकि इससे न केवल दरिद्रता दूर होती है, बल्कि मन में करुणा और दया का भाव भी उत्पन्न होता है।

मोहिनी एकादशी का सबसे बड़ा संदेश यही है कि जीवन में जो कुछ भी हमें बांधता है, वह हमारा अपना मोह है। जब हम इस मोह को छोड़ देते हैं और भगवान की शरण में आ जाते हैं, तब हमारे जीवन की सभी समस्याएं धीरे-धीरे समाप्त होने लगती हैं। यह व्रत हमें यह सिखाता है कि सच्चा सुख बाहरी वस्तुओं में नहीं, बल्कि हमारे भीतर है, और उसे पाने के लिए हमें ईश्वर के प्रति सच्ची श्रद्धा और समर्पण रखना होगा।

जब अगले दिन प्रातः पारण का समय आता है और भक्त अपने व्रत को पूर्ण करता है, तब उसके मन में एक अद्भुत संतोष होता है। यह संतोष केवल व्रत पूर्ण करने का नहीं, बल्कि उस आध्यात्मिक यात्रा का होता है, जो उसने इस एक दिन में अनुभव की। उसे यह अनुभव होता है कि उसने अपने भीतर कुछ बदल दिया है, कुछ नया पाया है।

मोहिनी एकादशी हमें यह भी सिखाती है कि ईश्वर की कृपा अनंत है। जब हम अपने अहंकार को त्यागकर उनके चरणों में झुकते हैं, तब वह हमें अपने प्रेम से भर देते हैं। यह दिन हमें याद दिलाता है कि चाहे संसार कितना भी आकर्षक क्यों न लगे, सच्ची शांति केवल भगवान के चरणों में ही मिलती है।

इस प्रकार, मोहिनी एकादशी केवल एक पर्व नहीं, बल्कि एक दिव्य अनुभूति है। यह वह दिन है जब भक्त अपने भीतर के अंधकार को दूर कर प्रकाश की ओर बढ़ता है, जब वह अपने जीवन के वास्तविक उद्देश्य को समझता है और जब वह ईश्वर के साथ अपने संबंध को और अधिक गहरा करता है। जो व्यक्ति इस दिन सच्चे मन से व्रत करता है, वह न केवल अपने पापों से मुक्त होता है, बल्कि अपने जीवन को एक नई दिशा भी देता है।

भक्ति की इस पावन धारा में जो एक बार डूब जाता है, वह फिर संसार के मोह में नहीं उलझता। उसके लिए हर दिन एकादशी बन जाता है, हर क्षण भगवान का स्मरण बन जाता है और उसका पूरा जीवन एक सुंदर, शांत और आनंदमय यात्रा बन जाता है। यही मोहिनी एकादशी का सच्चा रहस्य है, यही इसकी अनंत महिमा है।

RNI No. GJHIN/25/A2786 Printed, Published & Owned by RAGINI JIGNESHKUMAR VAGHELA and Printed By (1) JIGNESH RASHIKBHAI GAJJAR at Vansh Corporation, A/8, Shayona Golden Estate, Shahibag, Ahmedabad - 380 004
(2) DESAI RAHUL MAHESHBHAI at Bhavani Offset, "Bhatiya Ni Wadi, Opp Kalupur Railway Station, Kalupur, Ahmedabad-380 002. (3) HADIK MAHESHBHAI DESAI at Bhoomi Offset, "Bhatiya Ni Wadi, Opp Kalupur Railway Station, Kalupur, Ahmedabad-380 002
and Published from B/13, Sneh Plaza Shopping Center, I.O.C. Road, Chandkheda, Ahmedabad - 382 424. Editor : JIGNESHKUMAR PATHABHAI VAGHELA
Regd.Office : B/13, Sneh Plaza Shopping Center, I.O.C. Road, Chandkheda, Ahmedabad - 382 424 Gujarat,India. Phone : (o) 7698333307 (M) 8485951747,7096333307
Email:navsarjansanskruti2016@gmail.com*navsarjansanskruti2016@yahoo.com*Website : www.navsarjansanskruti.com

मुख्यमंत्री श्री भूपेंद्र पटेल की अध्यक्षता में गांधीनगर में नारी शक्ति वंदन सम्मेलन

- ‘विकसित भारत@2047’ के ध्येय के अंतर्गत महिलाओं के नेतृत्व वाले विकास के लिए अडिग संकल्प के साथ आयोजित सम्मेलन को नारी शक्ति का व्यापक समर्थन
- ‘नारी शक्ति वंदन अधिनियम’ का कार्यान्वयन राज्यों की विधानसभाओं से लेकर देश की संसद तक महिला शक्ति की भागीदारी से विकसित भारत की यात्रा का एक नया मील का पत्थर बनेगा : मुख्यमंत्री श्री भूपेंद्र पटेल
- पद्मश्री रमीलाबेन गामित, गांधीनगर की महापौर और विधायकों सहित समाज की अग्रणी नारी शक्ति की प्रेरक उपस्थिति

गांधीनगर : मुख्यमंत्री श्री भूपेंद्र पटेल ने बुधवार को गांधीनगर में आयोजित ‘नारी शक्ति वंदन सम्मेलन’ की अध्यक्षता करते हुए यह साफ किया कि महिलाओं के नेतृत्व वाले विकास के माध्यम से विकसित गुजरात 2047 का निर्माण करके विधानसभा से लेकर संसद तक महिलाओं की 33 फीसदी भागीदारी के जरिए नारी शक्ति की सहभागिता का एक नया इतिहास रचा जाए, इसके लिए प्रधानमंत्री का संकल्प इस विधेयक को समय पर क्रियान्वित करने का है।

इस संदर्भ में उन्होंने कहा कि नीति-निर्धारण की प्रक्रिया में महिलाओं की निर्णायक भूमिका से शासन व्यवस्था में अधिक संवेदनशीलता, पारदर्शिता और संतुलन आएगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री की प्रेरणा से 2023 में नारी शक्ति वंदन अधिनियम संसद में पारित होने से यह वर्ष 21वीं सदी के भारत के इतिहास में स्वर्ण अक्षरों में लिखा जाएगा। उन्होंने कहा कि संसद के दोनों सदनों में पारित ‘नारी शक्ति वंदन अधिनियम’ केवल महिला आरक्षण का कानून नहीं है, बल्कि राजनीतिक फलक पर क्रांति लाने वाला एक ऐतिहासिक दस्तावेज है।

उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नारी शक्ति वंदन अधिनियम के माध्यम से महिला सशक्तिकरण के क्षेत्र में एक अहम कदम उठाने जा रहे हैं। इसके लिए संसद का विशेष सत्र तीन दिनों के लिए आयोजित होने जा रहा है। मुख्यमंत्री ने विश्वास व्यक्त किया कि भारतीय संस्कृति में नारी को सदैव पूजनीय स्थान दिया गया है और यह अधिनियम इसे नई ऊंचाइयों पर ले जाएगा।

मुख्यमंत्री श्री भूपेंद्र पटेल

- प्रधानमंत्री का लक्ष्य पंचायत से लेकर पार्लियामेंट तक, महिलाओं को सार्वजनिक जीवन में पदार्पण करने का उचित अवसर प्रदान करना है
- नीति-निर्धारण की प्रक्रिया में महिलाओं की निर्णायक भूमिका से शासन व्यवस्था में अधिक संवेदनशीलता, पारदर्शिता और संतुलन आएगा
- प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में ‘नारी शक्ति वंदन अधिनियम’ लोकतंत्र के इतिहास में एक क्रांतिकारी कदम है
- केंद्र सरकार की कल्याणकारी योजनाओं के सफल क्रियान्वयन से 25 करोड़ लोग गरीबी से बाहर निकले हैं
- घर-परिवार के निर्णयों में मजबूती से खड़ी रहने वाली नारी शक्ति की सक्रिय सहभागिता से राष्ट्र निर्माण द्वारा विकसित भारत 2047 का ध्येय साकार होगा

मुख्यमंत्री श्री भूपेंद्र पटेल ने गर्व से कहा कि प्रधानमंत्री के मार्गदर्शन में गुजरात हमेशा महिला-उन्मुख नीतियों और महिला सशक्तिकरण का अग्रदूत रहा है। राज्य में पशुपालन और डेयरी क्षेत्र में हुई क्रांति की सफलता के पीछे परिश्रमी महिलाओं का उल्लेखनीय योगदान है।

उनकी ही प्रेरणा से राज्य में एक दशक पहले ही पंचायती राज व्यवस्था में महिलाओं को 50 फीसदी आरक्षण देकर स्थानीय निकायों में निर्णायक भूमिका दी गई।

मुख्यमंत्री ने प्रधानमंत्री के नेतृत्व और मार्गदर्शन में महिलाओं के सामाजिक-आर्थिक उत्थान के लिए लागू की गई विभिन्न योजनाओं पर रोशनी डालते हुए कहा कि सखी मंडलों के माध्यम से लाखों बहनों ने आत्मनिर्भर बनकर माइक्रो-एंटरप्रेन्योर के रूप में अपनी एक विशिष्ट पहचान बनाई है। गंभीर बीमारियों से जूझ रहे लोगों के लिए पीएम-जय का सुरक्षा कवच और उज्ज्वला योजना के माध्यम से धुएं से मुक्त रसोई जैसी अनेक महिला-उन्मुख योजनाओं ने उनके स्वास्थ्य और जीवन स्तर में सुधार किया है। गरीब और मध्यम वर्ग के लिए वरदान इस पीएम-दय योजना के तहत उपचार के बाद घर जाने के लिए भी सरकार 300 रुपए की सहायता देती है। नमो ड्रोन दीदी और लखपति दीदी जैसी नई योजनाओं के जरिए देश की करोड़ों बहनों को आर्थिक स्वतंत्रता और सम्मानजनक जीवन मिला है।

उन्होंने आगे कहा कि केंद्र सरकार की हर योजना के केंद्र में अंतिम छोर का व्यक्ति और अदने आदमी का आत्मसम्मान है। केंद्र सरकार की गरीब कल्याण-उन्मुख अनेक योजनाओं के कारण लगभग 25 करोड़ लोग गरीबी से बाहर निकले हैं।

इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने विश्वास व्यक्त किया कि ‘सबका साथ, सबका विकास और सबका प्रयास’ के मंत्र के साथ विकसित गुजरात और विकसित भारत के निर्माण में नारी शक्ति कंधे से कंधा मिलाकर आगे बढ़ेगी।

नारी शक्ति की दृढ़ता के बारे में मुख्यमंत्री ने स्पष्ट रूप से कहा कि परिवार में माता, बेटी या पत्नी, किसी भी भूमिका में नारी हमेशा दृढ़तापूर्वक खड़ी रहती है। इस नारी शक्ति वंदन अधिनियम के परिणामस्वरूप अब महिलाएं राज्य और देश के विकास में भी योगदान देंगी और विकसित भारत के लिए ‘विकसित गुजरात’ का लक्ष्य भी साकार होगा।

नारी शक्ति वंदन सम्मेलन में अपने विचार व्यक्त करते हुए गांधीनगर की महापौर श्रीमती मीराबेन पटेल ने कहा कि राज्य के विकास में स्थानीय निकायों की महत्वपूर्ण भूमिका के साथ-साथ इस विकास यात्रा में महिलाओं का योगदान एक मार्गदर्शक के रूप में है। आज राज्य में महिलाएं शिक्षा, स्वास्थ्य, उद्योग, सेवा, स्टार्टअप और शासन क्षेत्र में सक्रिय रूप से आगे बढ़ रही हैं। इतना ही नहीं, वे स्वयं के विकास के साथ ही पूरे राज्य की प्रगति में भी सहभागी बनी हैं। स्वच्छता, स्वास्थ्य, जल प्रबंधन, शिक्षा और सामाजिक विकास जैसे क्षेत्रों में महिलाओं ने उत्कृष्ट कार्य किया है, तब इस पुण्यभूमि में नारी शक्ति वंदन अधिनियम एक ऐतिहासिक और दिशासूचक कदम है। इस अधिनियम के जरिए लोकसभा और विधानसभा में महिलाओं के लिए 33 फीसदी आरक्षण का प्रावधान किया गया है।

इस अवसर पर उन्होंने प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करते हुए कहा कि उनके दूरदर्शी नेतृत्व में नारी शक्ति वंदन अधिनियम लागू होगा, जो महिलाओं को निर्णय प्रक्रिया में समान और सशक्त भागीदारी देने का एक ऐतिहासिक प्रयास होगा। यह कानून केवल संख्या में बढ़ोतरी करने का नहीं, बल्कि महिलाओं के जीवन में गुणवत्तापूर्ण परिवर्तन लाने का एक महत्वपूर्ण प्रयास है।

इस अवसर पर पद्मश्री विजेता श्रीमती रमीलाबेन गामित ने कहा कि जब महिलाओं को उचित अवसर और प्रोत्साहन मिलता है, तो वे समाज में क्रांतिकारी परिवर्तन ला सकती हैं। ग्रामीण पृष्ठभूमि से होने और सीमित शिक्षा के बावजूद उन्होंने अब तक 162 स्वयं सहायता समूहों को कार्यरत किया है। इन समूहों द्वारा बहनों को राजमिस्त्री, सिलाई, ब्यूटी पार्लर और वेस्ट से बेस्ट बनाने का प्रशिक्षण देकर आर्थिक दृष्टि से मजबूत बनाया जा रहा है। इसके अलावा, उन्होंने कहा कि वे गांवों में स्वच्छता अभियान और सुकन्या समृद्धि जैसी सरकारी योजनाओं का लाभ अंतिम पंक्ति में खड़ी महिलाओं तक पहुंचाने के भगीरथ प्रयास कर रही हैं।

गांधीनगर उत्तर की विधायक श्रीमती रीटाबेन पटेल ने महिलाओं के अधिकार और सम्मान के महत्व पर बल देते हुए कहा कि समाज के सर्वांगीण विकास में नारी शक्ति की भूमिका अनिवार्य है। मुख्यमंत्री श्री भूपेंद्र पटेल के नेतृत्व में गुजरात हमेशा शिक्षा, स्वास्थ्य और रोजगार के क्षेत्र में महिलाओं को बढ़ावा देने में अग्रणी रहा है। इन दिनों गुजरात में चल रहे स्थानीय निकायों के चुनावों में महिलाएं बड़ी संख्या में उम्मीदवार हैं, जो राज्य के लिए गर्व की बात है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि मुख्यमंत्री के मार्गदर्शन में महिला सशक्तिकरण को अधिक गति मिलेगी। महिलाएं राजनीतिक क्षेत्र में भी अपनी प्रतिभा साबित कर रही हैं।

उन्होंने आगे प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में संसद से पारित ‘नारी शक्ति वंदन अधिनियम’ की प्रशंसा करते हुए कहा कि 33 फीसदी आरक्षण के माध्यम से महिलाओं को राजनीतिक भागीदारी का एक नया मार्ग मिला है। यह अधिनियम केवल एक कानून नहीं है, बल्कि सामाजिक परिवर्तन का एक शक्तिशाली साधन है। ‘सशक्त नारी, सशक्त समाज, सशक्त राष्ट्र’ के संकल्प के साथ उन्होंने प्रत्येक नारी से स्वाभिमानी और आत्मनिर्भर बनकर राष्ट्र के निर्माण में सहयोग देने का आह्वान किया।

इस मौके पर महिला सशक्तिकरण और ग्लोबल बिजनेस विजन पर बल देते हुए भारतीय वाणिज्य एवं उद्योग महासंभ (फिक्की) की महिला विंग अहमदाबाद की चेयरपर्सन सुश्री उषा जायसवाल ने कहा कि महिलाओं के लिए व्यवसाय केवल मुनाफा कमाने का साधन नहीं है, परन्तु मूल्य निर्माण और समाज के साथ जुड़ने का मार्ग है। भारतीय महिला उद्यमियों में वैश्विक स्तर पर प्रतिस्पर्धा करने की संपूर्ण क्षमता है। आज महिलाएं केवल सहभागी नहीं है, बल्कि लीडर्स और चेंज मेकर्स बन गई हैं।

कार्यक्रम में डॉ. बाबासाहब आंबेडकर ओपन यूनिवर्सिटी (बीएओयू) की कुलपति डॉ. अमी उपाध्याय, उद्यमी श्री तृप्ति जैन और पारू जयकृष्णा सहित बड़ी संख्या में विभिन्न क्षेत्रों की महिलाएं एवं सखी मंडलों की बहनें मौजूद रहीं।

श्री आदिश पठानिया ने पश्चिम रेलवे के मुंबई सेंट्रल मंडल में वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक का पदभार ग्रहण किया

भारतीय रेल यातायात सेवा (IRTS) के 2010 बैच के अधिकारी श्री आदिश पठानिया ने पश्चिम रेलवे के मुंबई सेंट्रल मंडल में वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक (Sr. DCM) का पदभार ग्रहण कर लिया है।

पश्चिम रेलवे के मुख्य जनसंपर्क अधिकारी श्री विनीत अभिषेक द्वारा जारी एक प्रेस विज्ञप्ति के अनुसार, श्री पठानिया एक अनुभवी रेलवे अधिकारी हैं, जिनके पास रेलवे परिचालन, वाणिज्य प्रबंधन एवं प्रशासन के क्षेत्र में एक दशक से अधिक का अनुभव है। अपने सेवा काल के दौरान आपने उपनगरीय परिचालन, माल परिवहन लॉजिस्टिक्स, स्टेशन प्रबंधन तथा वाणिज्यिक रणनीति से संबंधित महत्वपूर्ण दायित्वों का निर्वहन किया है।

श्री पठानिया ने पॉलिटिकल साइंस में परास्नातक (Master's Degree) की उपाधि प्राप्त की है। आपका व्यावसायिक सफर विभिन्न रेलवे ज़ोन में विविध अनुभवों से परिपूर्ण रहा है। आपने अपने करियर की शुरुआत उत्तर मध्य रेलवे के झांसी मंडल में सहायक परिचालन प्रबंधक के रूप में की। इसके पश्चात आपने पश्चिम रेलवे में सहायक यातायात प्रबंधक (सबर्बन), मंडल परिचालन प्रबंधक तथा एरिया मैनेजर जैसे विभिन्न पदों पर कार्य किया। आपने कंटेनर कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड, अहमदाबाद में महाप्रबंधक (वाणिज्य एवं परिचालन) के रूप में भी सेवाएं दी हैं। मध्य रेल में आपने वरिष्ठ मंडल परिचालन प्रबंधक (समन्वय), मुंबई तथा बाद में उप मुख्य परिचालन प्रबंधक (गुड्स) के रूप में कार्य किया। अब आपने पश्चिम रेलवे के मुंबई सेंट्रल मंडल में वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक के रूप में अपना वर्तमान दायित्व संभाला है।

मुंबई सेंट्रल में पूर्व में महत्वपूर्ण परिचालन पदों पर कार्य करने के कारण श्री पठानिया मुंबई की रेलवे प्रणाली की कार्यप्रणाली से भली-भांति परिचित हैं। अपने वर्तमान पद पर वे यात्री एवं माल वाणिज्यिक परिचालन, टिकटिंग, पार्सल, कैटरिंग, लीजिंग सेवाएं, यात्री सुविधाएं, राजस्व से जुड़े विषयों तथा वाणिज्यिक नीतियों के कार्यान्वयन की प्रमुख जिम्मेदारियों का निर्वहन करेंगे।

वे खेलों के प्रति भी विशेष रुचि रखते हैं तथा क्रिकेट के प्रति उनका गहरा लगाव है, जिसे वे सक्रिय रूप से आगे बढ़ाते हैं।

वित्त वर्ष 2025—26 में भारत का निर्यात 860 बिलियन डॉलर के पार; फियो ने मज़बूत प्रदर्शन की सराहना की

नई दिल्ली, 15 अप्रैल, 2026: फेडरेशन ऑफ इंडियन एक्सपोर्ट ऑर्गेनाइजेशन्स (फियो) ने वित्त वर्ष 2025–26 में भारत के ज़बरदस्त विदेश व्यापार प्रदर्शन का स्वागत किया है। इस दौरान कुल निर्यात (वस्तु और सेवाएँ) 860.09 बिलियन डॉलर के अहम पड़ाव को पार कर गया, जो निर्यात क्षेत्र के लचीलेपन और प्रतिस्पर्धी क्षमता को दर्शाता है।

इस साल वस्तु का निर्यात 441.78 बिलियन डॉलर रहा, जबकि अकेले मार्च 2026 में कुल निर्यात 74.11 बिलियन डॉलर तक पहुँच गया। वित्त वर्ष 2025–26 के लिए कुल आयात 979.40 बिलियन डॉलर दर्ज किया गया, जो मज़बूत घरेलू माँग और औद्योगिक गतिविधियों का संकेत है।

इस प्रदर्शन पर टिप्पणी करते हुए, फियो के अध्यक्ष श्री एस. सी. रल्हन ने कहा: “खासकर वैश्विक अनिश्चितताओं, सप्लाई चेन में रुकावटों और माँग में उतार-चढ़ाव के बीच निर्यात में 860 बिलियन डॉलर का आँकड़ा पार करना एक उल्लेखनीय उपलब्धि है । यह भारतीय निर्यातकों की अनुकूलन क्षमता और ताक़त को उजागर करता है।”

उन्होंने बताया कि निर्यात में बढ़ोतरी की वजह एक विविध बास्केट थी, जिसमें इंजीनियरिंग सामान, पेट्रोलियम उत्पाद, इलेक्ट्रॉनिक्स, दवाएँ, रसायन, कपड़ा, रत्न और आभूषण, चावल और समुद्री उत्पाद शामिल थे, जिससे वैश्विक मूल्य श्रृंखलाओं में भारत की स्थिति और मज़बूत हुई है।

अमेरिका, यूएई, चीन, नीदरलैंड और ब्रिटेन निर्यात के मुख्य गंतव्य बने रहे। फियो ने बाज़ारों में और विविधता लाने और भारत की वैश्विक पहुँच का विस्तार करने के लिए मुक्त व्यापार समझौतों का प्रभावी ढंग से लाभ उठाने की ज़रूरत पर बल दिया।

श्री रल्हन ने इस बात पर ज़ोर दिया कि लॉजिस्टिक्स दक्षता में सुधार, लेन-देन की लागत में कमी और विशेष रूप से एमएसएमई के लिए सस्ती ऋण सुविधा सुनिश्चित करना—निर्यात की गति को बनाए रखने के लिए बेहद ज़रूरी होगा।

उन्होंने कहा, “लगातार नीतिगत समर्थन और व्यापार सुविधा के साथ, भारत वैश्विक व्यापार में अपनी हिस्सेदारी बढ़ाने और ‘विकसित भारत’ के विज़न के तहत एक अग्रणी निर्यात महाशक्ति बनने की दिशा में आगे बढ़ने के लिए पूरी तरह तैयार है।”

पश्चिम रेलवे पर श्रद्धापूर्वक मनाई गई,भारत रत्न डॉ. बी. आर. अंबेडकर की जयंती

पश्चिम रेलवे पर चर्चगेट, मुंबई स्थित अपने मुख्यालय में भारत रत्न डॉ. बी. आर. अंबेडकर की 135वीं जयंती श्रद्धा एवं सम्मान के साथ मनाई गई। इस स्मृति समारोह का आयोजन पश्चिम रेलवे के महाप्रबंधक श्री रामाश्रय पाण्डेय के नेतृत्व में किया गया, जिन्होंने कार्यक्रम की अध्यक्षता की। इस अवसर पर प्रमुख विभागाध्यक्ष, मान्यताप्राप्त ट्रेड यूनियनों के प्रतिनिधि, एससी/एसटी एवं ओबीसी एसोसिएशनों के सदस्य तथा रेलवे कर्मचारी उपस्थित रहे। पश्चिम रेलवे के सभी मंडलों एवं इकाइयों में भी इस दिवस को पूरी श्रद्धा के साथ मनाया गया।

इस अवसर पर महाप्रबंधक श्री पाण्डेय ने डॉ. बी. आर. अंबेडकर को पुष्पांजलि अर्पित की तथा मेमोरियल कैन्डल जलाई। अपने संबोधन में श्री पाण्डेय ने भारतीय संविधान के प्रमुख शिल्पकार को भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए संविधान निर्माण में उनके अतुलनीय योगदान को नमन किया। उन्होंने समाज के वंचित वर्गों के उत्थान में डॉ. अंबेडकर की महत्वपूर्ण भूमिका तथा भारतीय समाज के विकास एवं राष्ट्र निर्माण में उनकी स्थायी विरासत पर भी प्रकाश डाला।

भावनगर मंडल पर हर्षोल्लास के साथ मनाई गई 135वीं डॉ. बी.आर. अम्बेडकर जयंती

पश्चिम रेलवे के भावनगर मंडल में संविधान निर्माता भारतरत्न डॉ. बाबा साहेब भीमराव अम्बेडकर की 135वीं जयंती हर्षोल्लास एवं श्रद्धा के साथ मनाई गई।

मंडल वाणिज्य प्रबंधक श्री अतुल कुमार त्रिपाठी ने बताया कि 14 अप्रैल, 2026 (मंगलवार) को कम्युनिटी हॉल भावनगर परा में एससी/एसटी एसोसिएशन द्वारा एक कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें मंडल रेल प्रबंधक श्री दिनेश वर्मा एवं अपर मंडल रेल प्रबंधक श्री ऋत्विक शर्मा, मंडल के वरिष्ठ अधिकारियों के साथ उपस्थित रहे एवं डॉ. अम्बेडकर की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलित कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। इस अवसर पर एक सुन्दर सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन भी किया गया।

मंडल कार्यालय में यह कार्यक्रम 15 अप्रैल (बुधवार) को आयोजित किया गया। इस अवसर पर मंडल रेल प्रबंधक श्री दिनेश वर्मा एवं अपर मंडल रेल प्रबंधक श्री ऋत्विक शर्मा ने मंडल के वरिष्ठ अधिकारियों के साथ डॉ. अम्बेडकर की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलित कर उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की।

रेलवे बोर्ड के निर्देशानुसार “डॉ. बी.आर. अम्बेडकर: भारत में सामाजिक न्याय के वास्तुकार” विषय पर मंडल स्तर पर कर्मचारियों हेतु निबंध प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले कर्मचारियों को क्रमशः 2000, 1500 एवं 1000 के नकद पुरस्कार प्रदान किए गए।

प्रतियोगिता में सपना कुशवाहा (SSE/TRD-BVP) ने प्रथम स्थान, मानसी यादव (SSE/TRD-BVP) ने द्वितीय स्थान तथा रिकी हितेष कुमार तिवारी ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। मंडल रेल प्रबंधक श्री दिनेश वर्मा द्वारा विजेताओं को प्रमाण-पत्र एवं नकद पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया गया।

इस अवसर पर मंडल कार्यालय के सभी अधिकारी, विभिन्न यूनियनों के पदाधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे तथा सभी ने बारी-बारी से डॉ. अम्बेडकर को श्रद्धा सुमन अर्पित किए। कार्यक्रम का आयोजन स्थापना विभाग द्वारा वरिष्ठ कार्मिक अधिकारी श्री हूबलाल जगन के मार्गदर्शन में सफलतापूर्वक संपन्न हुआ।

सोना वायदा में 172 रुपये और चांदी वायदा में 1171 रुपये की नरमी: क्रूड ऑयल वायदा में 62 रुपये की वृद्धि

मुंबईः देश के अग्रणी कमोडिटी डेरिवेटिव्स एक्सचेंज एमसीएक्स पर कमोडिटी वायदा, ऑप्शंस और इंडेक्स फ्यूचर्स में 354123.79 करोड़ रुपये का टर्नओवर दर्ज हुआ। कमोडिटी वायदाओं में 31465.31 करोड़ रुपये का कारोबार हुआ, जबकि कमोडिटी ऑप्शंस में 322657.93 करोड़ रुपये का नॉशनल टर्नओवर हुआ। बुलियन इंडेक्स बुलडेक्स का अप्रैल वायदा 37200 पॉइंट के स्तर पर कारोबार हो रहा था। कमोडिटी ऑप्शंस में कुल प्रीमियम टर्नओवर 5485.08 करोड़ रुपये का हुआ।

कीमती धातुओं में सोना-चांदी के वायदाओं में 19090.89 करोड़ रुपये की खरीद बेच की गई। एमसीएक्स सोना जून वायदा 154757 रुपये पर खूलकर, ऊपर में 155048 रुपये और नीचे में 153706 रुपये पर पहुंचकर, 154817 रुपये के पिछले बंद के सामने 172 रुपये या 0.11 फीसदी घटकर 154645 रुपये प्रति 10 ग्राम के भाव पर ट्रेड हो रहा था। गोल्ड-गिनी अप्रैल वायदा 88 रुपये या 0.07 फीसदी औंधकर 123084 रुपये प्रति 8 ग्राम पर आ गया। गोल्ड-पेटल अप्रैल वायदा 11 रुपये या 0.07 फीसदी औंधकर 15422 रुपये प्रति 1 ग्राम पर आ गया। सोना-मिनी मई वायदा 152996 रुपये पर खूलकर, ऊपर में 153500 रुपये और नीचे में 152113 रुपये पर पहुंचकर, 178 रुपये या 0.12 फीसदी औंधकर 153089 रुपये प्रति 10 ग्राम पर आ गया। गोल्ड-टेन अप्रैल वायदा प्रति 10 ग्राम 153925 रुपये पर खूलकर, ऊपर में 154332 रुपये और नीचे में 152400 रुपये पर पहुंचकर, 153468 रुपये के पिछले बंद के सामने 133 रुपये या 0.09 फीसदी औंधकर 153335 रुपये प्रति 10 ग्राम पर आ गया।

चांदी के वायदाओं में चांदी मई वायदा सत्र के आरंभ में 254343 रुपये के भाव पर खूलकर, 255617 रुपये के दिन के उच्च और 248720 रुपये के नीचले स्तर को छूकर, 252750 रुपये के पिछले बंद के सामने 1171 रुपये या 0.46 फीसदी लुढ़ककर 251579 रुपये प्रति किलो बोला गया। इनके अलावा चांदी-मिनी अप्रैल वायदा 483 रुपये या 0.19 फीसदी घटकर 252998 रुपये प्रति किलो के भाव पर ट्रेड हो रहा था। जबकि चांदी-माइक्रो अप्रैल वायदा 476 रुपये या 0.19 फीसदी गिरकर 252929 रुपये प्रति किलो के भाव पर पहुंचा।

कमोडिटी वायदाओं में 31465.31 करोड़ रुपये और कमोडिटी ऑप्शंस में 322657.93 करोड़ रुपये का दर्ज हुआ टर्नओवर : सोना-चांदी के वायदाओं में 19090.89 करोड़ रुपये का हुआ कारोबार : बुलियन इंडेक्स बुलडेक्स फ्यूचर्स 37200 पॉइंट के स्तर पर

मेटल वर्ग में 6211.76 करोड़ रुपये के ट्रेड दर्ज हुए। तांबा अप्रैल वायदा 4.4 रुपये या 0.35 फीसदी की तेजी के संग 1273.5 रुपये प्रति किलो हुआ। जबकि जस्ता अप्रैल वायदा 2.55 रुपये या 0.76 फीसदी तेज होकर यह कॉन्ट्रैक्ट 337.7 रुपये प्रति किलो पर आ गया। इसके सामने एल्यूमीनियम अप्रैल वायदा 95 पैसे या 0.26 फीसदी की नरमी के साथ 365.95 रुपये प्रति किलो पर आ गया। जबकि सीसा अप्रैल वायदा 15 पैसे या 0.08 फीसदी की बढ़ोतरी के साथ 195.1 रुपये प्रति किलो पर आ गया।

इन जिंसों के अलावा कारोबारियों ने एनर्जी सेगमेंट में 5942.40 करोड़ रुपये के सौदे किए। एमसीएक्स क्रूड ऑयल अप्रैल वायदा 8518 रुपये पर खूलकर, ऊपर में 8726 रुपये और नीचे में 8433 रुपये पर पहुंचकर, 62 रुपये या 0.72 फीसदी बढ़कर 8633 रुपये प्रति बैरल के भाव पर ट्रेड हो रहा था। जबकि क्रूड ऑयल-मिनी अप्रैल वायदा 62 रुपये या 0.72 फीसदी की तेजी के संग 8636 रुपये प्रति बैरल के भाव पर पहुंचा। इनके अलावा नैचुरल गैस अप्रैल वायदा 244 रुपये पर खूलकर, ऊपर में 245.5 रुपये और नीचे में 242 रुपये पर पहुंचकर, 243.3 रुपये के पिछले बंद के सामने 1.6 रुपये या 0.66 फीसदी तेज होकर यह कॉन्ट्रैक्ट 244.9 रुपये प्रति एमएमबीटीयू पर आ गया। जबकि नैचुरल गैस-मिनी अप्रैल वायदा 1.5 रुपये या 0.62 फीसदी की मजबूती के साथ 244.9 रुपये प्रति एमएमबीटीयू बोला गया।

कृषि जिंसों में मेंथा ऑयल अप्रैल वायदा 985 रुपये पर खूलकर, 1.5 रुपये या 0.15 फीसदी बढ़कर 984.7 रुपये प्रति किलो के भाव पर ट्रेड हो रहा था।

कारोबार की दृष्टि से एमसीएक्स पर सोना के विभिन्न अनुबंधों में 10618.13 करोड़ रुपये और चांदी के विभिन्न अनुबंधों में 8472.76 करोड़ रुपये की खरीद बेच की गई। इसके अलावा तांबा के वायदाओं में 5301.33 करोड़ रुपये, एल्यूमीनियम और एल्यूमीनियम-मिनी के वायदाओं में 487.39 करोड़ रुपये, सीसा और सीसा-मिनी के वायदाओं में 19.71 करोड़ रुपये, जस्ता और जस्ता-मिनी के वायदाओं में 371.23 करोड़ रुपये का कारोबार हुआ।

इन जिंसों के अलावा क्रूड ऑयल और क्रूड ऑयल-मिनी के वायदाओं में 4748.81 करोड़ रुपये के ट्रेड दर्ज हुए। जबकि नैचुरल गैस और नैचुरल गैस-मिनी के वायदाओं में 1164.76 करोड़ रुपये का कारोबार हुआ। मेंथा ऑयल के वायदा में 4.20 करोड़ रुपये की खरीद बेच की गई।

ओपन इंटरेस्ट सोना के वायदाओं में 8790 लोट, सोना-मिनी के वायदाओं में 54480 लोट, गोल्ड-गिनी के वायदाओं में 26542 लोट, गोल्ड-पेटल के वायदाओं में 361523 लोट और गोल्ड-टेन के वायदाओं में 60180 लोट के स्तर पर था। जबकि चांदी के वायदाओं में 7301 लोट, चांदी-मिनी के वायदाओं में 20468 लोट और चांदी-माइक्रो वायदाओं में 81213 लोट के स्तर पर था। क्रूड ऑयल के वायदाओं में 17937 लोट और नैचुरल गैस के वायदाओं में 52813 लोट के स्तर पर था।

इंडेक्स फ्यूचर्स में बुलडेक्स अप्रैल वायदा 36832 पॉइंट पर खूलकर, 37396 के उच्च और 36832 के नीचले स्तर को छूकर, 183 पॉइंट बढ़कर 37200 पॉइंट के स्तर पर कारोबार हो रहा था।

कमोडिटी ऑप्शंस ऑन फ्यूचर्स में क्रूड ऑयल अप्रैल 9000 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का कॉल ऑप्शन प्रति बैरल 27.8 रुपये की गिरावट के साथ 93.3 रुपये हुआ। जबकि नैचुरल गैस अप्रैल 245 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का कॉल ऑप्शन प्रति एमएमबीटीयू 80 पैसे के सुधार के साथ 8.9 रुपये हुआ।

सोना अप्रैल 170000 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का कॉल ऑप्शन प्रति 10 ग्राम 16 रुपये की गिरावट के साथ 218 रुपये हुआ। इसके सामने चांदी अप्रैल 300000 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का कॉल ऑप्शन प्रति किलो 135 रुपये की गिरावट के साथ 457 रुपये हुआ। तांबा अप्रैल 1400 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का कॉल ऑप्शन प्रति किलो 61 पैसे के सुधार के साथ 4.78 रुपये हुआ। जस्ता अप्रैल 335 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का कॉल ऑप्शन प्रति किलो 3 पैसे की नरमी के साथ 6.08 रुपये हुआ।

पुट ऑप्शंस में क्रूड ऑयल अप्रैल 8500 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का पुट ऑप्शन प्रति बैरल 63.3 रुपये की गिरावट के साथ 165.8 रुपये हुआ। जबकि नैचुरल गैस अप्रैल 240 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का पुट ऑप्शन प्रति एमएमबीटीयू 1.45 रुपये की गिरावट के साथ 5.55 रुपये हुआ।

सोना अप्रैल 150000 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का पुट ऑप्शन प्रति 10 ग्राम 54.5 रुपये की गिरावट के साथ 1557.5 रुपये हुआ। इसके सामने चांदी अप्रैल 200000 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का पुट ऑप्शन प्रति किलो 54.5 रुपये की गिरावट के साथ 319.5 रुपये हुआ। तांबा अप्रैल 1200 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का पुट ऑप्शन प्रति किलो 12 पैसे के सुधार के साथ 6.65 रुपये हुआ। जस्ता अप्रैल 330 रुपये की स्ट्राइक प्राइस का पुट ऑप्शन प्रति किलो 41 पैसे के सुधार के साथ 2 रुपये हुआ।

विकसित भारत 2047 का मंत्र: पीएम मोदी के नौ संकल्पों से जन-आंदोलन की नई रूपरेखा

नरेंद्र मोदी ने विकसित भारत 2047 के लक्ष्य को केवल सरकारी योजनाओं तक सीमित न रखते हुए इसे एक व्यापक जन-आंदोलन का रूप देने का आह्वान किया है। कर्नाटक के मांड्या जिले स्थित आदिचुंचनगिरी मठ में आयोजित विशाल जनसभा को संबोधित करते हुए प्रधानमंत्री ने देशवासियों के सामने नौ संकल्पों की ऐसी रूपरेखा रखी, जो आने वाले वर्षों में भारत की दिशा और दशा दोनों तय कर सकती है। उनके भाषण में स्पष्ट संदेश था कि विकसित भारत का सपना केवल नीतियों और बजट से नहीं, बल्कि हर नागरिक के दैनिक व्यवहार और जीवनशैली से साकार होगा।

प्रधानमंत्री ने अपने संबोधन में इस बात पर विशेष बल दिया कि राष्ट्र निर्माण का कार्य केवल सरकार का दायित्व नहीं है, बल्कि यह हर नागरिक की साझी जिम्मेदारी है। उन्होंने कहा कि जब तक आम जनता अपनी आदतों, सोच और व्यवहार में परिवर्तन नहीं लाएगी, तब तक बड़े से बड़े लक्ष्य भी अधूरे रह सकते हैं। इसी विचार को आगे बढ़ाते हुए उन्होंने नौ ऐसे संकल्प प्रस्तुत किए, जो सीधे-सीधे व्यक्ति के जीवन से जुड़े हैं, लेकिन उनका प्रभाव राष्ट्रीय स्तर पर दिखाई देगा।

इन संकल्पों में सबसे पहले जल संरक्षण को प्राथमिकता दी गई। प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत के अनेक क्षेत्र नदियों और जल संसाधनों पर निर्भर हैं, इसलिए हर नागरिक को पानी के संरक्षण और उसके बेहतर प्रबंधन के लिए संकल्प लेना चाहिए। यह केवल पर्यावरणीय मुद्दा नहीं, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के अस्तित्व से जुड़ा प्रश्न है।

पर्यावरण संतुलन की दिशा में उन्होंने

"एक पेड़ मां के नाम" अभियान का उल्लेख करते हुए भावनात्मक अपील की। उन्होंने कहा कि यदि हर व्यक्ति अपनी मां के सम्मान में एक पेड़ लगाए, तो यह न केवल प्रकृति की रक्षा करेगा, बल्कि भावनात्मक रूप से भी समाज को जोड़ने का कार्य करेगा। यह पहल पर्यावरण संरक्षण को एक व्यक्तिगत जिम्मेदारी में बदलने का प्रयास है।

स्वच्छता को उन्होंने केवल सरकारी अभियान नहीं, बल्कि नागरिक कर्तव्य बताया। उन्होंने स्पष्ट किया कि चाहे धार्मिक स्थल हों, सार्वजनिक स्थान हों या गांव और शहर—हर जगह स्वच्छता बनाए रखना हम सभी की जिम्मेदारी है। यह संदेश स्वच्छ भारत अभियान को एक नई ऊर्जा देने वाला माना जा रहा है। आर्थिक आत्मनिर्भरता के संदर्भ में प्रधानमंत्री ने "वोकल फॉर लोकल" को मजबूती से अपनाने की बात कही। उन्होंने लोगों से आग्रह किया कि वे भारतीय उत्पादों को प्राथमिकता दें, जिससे देश के उद्योग और रोजगार दोनों को बल मिलेगा। यह विचार आत्मनिर्भर भारत की परिकल्पना को जन-जन तक पहुंचाने का प्रयास है।

राष्ट्रीय एकता और सांस्कृतिक जुड़ाव को मजबूत करने के लिए उन्होंने देशभर में यात्रा करने और घरेलू पर्यटन को बढ़ावा देने का आह्वान किया। उनका मानना है कि जब लोग भारत की विविधता को करीब से देखेंगे, तो आपसी समझ और एकता और अधिक मजबूत होगी, जिससे सामाजिक ताना-बाना सुदृढ़ होगा। स्वास्थ्य के क्षेत्र में प्रधानमंत्री ने मोटे अनाज यानी मिलेट्स को आहार में शामिल करने पर जोर दिया और बढ़ते मोटापे को लेकर चिंता जताई। उन्होंने नागरिकों से तेल की खपत में 10 प्रतिशत की कमी लाने का आग्रह भी किया, जिससे जीवनशैली से जुड़ी बीमारियों को नियंत्रित किया जा सके। कृषि क्षेत्र को लेकर उन्होंने रसायन मुक्त प्राकृतिक खेती की दिशा में आगे बढ़ने का संदेश दिया, जो न केवल किसानों की आय बढ़ाने में सहायक हो सकता है, बल्कि मिट्टी और पर्यावरण की गुणवत्ता को भी सुधार सकता है।

शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को मजबूत करने के लिए उन्होंने योग, खेल और फिटनेस को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने की बात कही। यह संदेश केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य तक सीमित नहीं, बल्कि एक स्वस्थ राष्ट्र के निर्माण की दिशा में भी महत्वपूर्ण है।

अंत में, प्रधानमंत्री ने सेवा भाव को सबसे बड़ा संकल्प बताते हुए कहा कि जरूरतमंदों की सहायता करना समाज को मजबूत बनाता है और जीवन को एक बड़ा उद्देश्य देता है। यह विचार भारतीय संस्कृति की उस परंपरा को आगे बढ़ाता है, जिसमें "सेवा ही धर्म" माना गया है।

इस पूरे संबोधन के दौरान यह स्पष्ट दिखा कि नरेंद्र मोदी विकसित भारत 2047 को केवल एक सरकारी लक्ष्य नहीं, बल्कि जनभागीदारी पर आधारित एक राष्ट्रीय अभियान बनाना चाहते हैं। उनके नौ संकल्पों में नीति से ज्यादा व्यवहार पर जोर है, जो इस पहल को विशिष्ट बनाता है।

कार्यक्रम से पहले प्रधानमंत्री ने श्री गुरु भैरवैक्य मंदिर का उद्घाटन भी किया, जो संत बालगंगाधरनाथ स्वामीजी को समर्पित है। पहाड़ियों के बीच स्थित इस आध्यात्मिक स्थल पर मंत्रोच्चार और श्रद्धालुओं की उपस्थिति ने कार्यक्रम को भक्ति और सांस्कृतिक विरासत के अद्भुत संगम में बदल दिया।

कुल मिलाकर, यह पहल केवल घोषणाओं तक सीमित नहीं है, बल्कि यह एक व्यापक दृष्टिकोण का संकेत देती है, जिसमें सरकार और जनता मिलकर राष्ट्र निर्माण की दिशा में आगे बढ़ते हैं। अब यह देखने वाली बात होगी कि इन नौ संकल्पों को देश की जनता किस हद तक अपनाती है और क्या वास्तव में यह प्रयास भारत को 2047 तक एक विकसित राष्ट्र बनाने की दिशा में निर्णायक साबित होता है।

मदार-पालनपुर रेलखंड के मध्य आरसीसी बॉक्स लॉन्चिंग कार्य हेतु रेलसेवाएं प्रभावित रहेंगी

उत्तर पश्चिम रेलवे द्वारा अजमेर मंडल के मदार–पालनपुर रेलखंड पर रानी–खीमेल स्टेशनों के मध्य ब्रिज संख्या 638 पर आरसीसी बॉक्स लौंचिंग हेतु ट्रैफिक ब्लॉक लिया जा रहा है। ब्लॉक के कारण निम्नलिखित रेल सेवाएं प्रभावित रहेंगीः

▸▸ रद्द रेलसेवाएं (प्रारंभिक स्टेशन से):

▸▸ गाड़ी संख्या 14822, साबरमती–जोधपुर रेलसेवा, दिनांक 17.04.2026 एवं 18.04.2026 को रद्द रहेगी।

▸▸ गाड़ी संख्या 14821, जोधपुर–साबरमती रेलसेवा, दिनांक 16.04.2026 एवं 17.04.2026 को रद्द रहेगी।

▸▸ मार्ग परिवर्तित रेलसेवाएं (प्रारंभिक स्टेशन से):

▸▸ गाड़ी संख्या 19223, साबरमती–जम्मू तवी (17.04.2026) परिवर्तित मार्ग वाया मेहसाणा–भीलड़ी–लूणी चलेगी।
ठहरावः पाटन, भीलड़ी, मारवाड़ भीनमाल, जालोर, समदड़ी

▸▸ गाड़ी संख्या 12462, साबरमती–जोधपुर (17.04.2026) परिवर्तित मार्ग वाया मेहसाणा–भीलड़ी–लूणी चलेगी।
ठहरावः पाटन, भीलड़ी, मारवाड़

भीनमाल, जालोर, समदड़ी

▸▸ गाड़ी संख्या 14701, श्रीगंगानगर–बांद्रा टर्मिनस रेलसेवा (16.04.2026) परिवर्तित मार्ग वाया अजमेर–चित्तौड़गढ़–रतलाम–वडोदरा चलेगी।
ठहरावः भीलवाड़ा, चित्तौड़गढ़, नीमच, मंदसौर

▸▸ गाड़ी संख्या 14707, हनुमानगढ़–दादर (17.04.2026) परिवर्तित मार्ग वाया लूणी–भीलड़ी–मेहसाणा चलेगी।
ठहरावः समदड़ी, जालोर, मारवाड़ भीनमाल, भीलड़ी, पाटन

▸▸ गाड़ी संख्या 20944, भगत की कोठी–बांद्रा टर्मिनस (17.04.2026) परिवर्तित मार्ग वाया लूणी–भीलड़ी–मेहसाणा चलेगी।
ठहरावः समदड़ी, जालोर, मारवाड़ भीनमाल, भीलड़ी, पाटन

▸▸ गाड़ी संख्या 20943, बांद्रा टर्मिनस–भगत की कोठी (16.04.2026) परिवर्तित मार्ग वाया मेहसाणा–भीलड़ी–लूणी चलेगी।
ठहरावः पाटन, भीलड़ी, मारवाड़ भीनमाल, जालोर, समदड़ी

▸▸ गाड़ी संख्या 20694, बेंगलुरु–जोधपुर (15.04.2026) परिवर्तित मार्ग वाया मेहसाणा–भीलड़ी–लूणी चलेगी।
ठहरावः पाटन, भीलड़ी, मारवाड़ भीनमाल, जालोर, समदड़ी

▸▸ गाड़ी संख्या 20496, हडपसर–जोधपुर (16.04.2026) परिवर्तित मार्ग वाया मेहसाणा–भीलड़ी–लूणी चलेगी।
ठहरावः पाटन, भीलड़ी, मारवाड़ भीनमाल, जालोर, समदड़ी

रेगुलेट रेलसेवाएं:

▸▸ गाड़ी संख्या 22548, साबरमती–ग्वालियर रेलसेवा (17.04.2026) पालनपुर–खीमेल स्टेशनों के मध्य 20 मिनट रेगुलेट रहेगी।

वडोदरा मंडल पर भारत रत्न बाबा साहेब डॉ. भीमराव अम्बेडकर की 135 वीं जन्मजयंती पर्व मनाया गया

पश्चिम रेलवे के वडोदरा मंडल पर भारत रत्न, संविधान रचेता, बाबा साहेब डॉ. भीमराव अम्बेडकर की 135 वीं जन्मजयंती मनाई गई। प्रतापनगर स्थित कॉन्फ्रेंस हॉल में आयोजित कार्यक्रम में मंडल रेल प्रबंधक श्री राजू भडके ने अन्य अधिकारियों एवं मान्यता प्राप्त एसोसिएशन के प्रतिनिधियों के साथ दीप प्रज्ज्वलन एवं मालयार्पण कर बाबासाहेब को पुष्पांजलि अर्पित की गई।

इस अवसर पर मंडल रेल प्रबंधक श्री राजू भडके ने बाबा साहेब दवारा बताए गये मार्ग पर चलने के लिए सभी से आग्रह किया और उनकी बताई बातों को आत्मसात कर अपने पद के जरिए देश को उन्नति के पथ पर ले जाने और समाज की सेवा करने का आवाहन किया। इस अवसर पर अपर मंडल रेल प्रबंधक श्री नीरज धमीजा, वरिष्ठ मंडल कार्मिक अधिकारी श्री तेजराम मीना सहित रेल अधिकारियों एवं कर्मचारियों उपस्थित थे।

सूरत नगर निगम चुनाव में 483 प्रत्याशियों के बीच कड़ा मुकाबला, 26 अप्रैल को मतदान से पहले तेज हुई सियासी सरगर्मी

सूरत में नगर निगम चुनाव की तस्वीर अब पूरी तरह साफ हो चुकी है और राजनीतिक दलों के साथ-साथ निर्दलीय उम्मीदवारों ने भी मैदान में अपनी पूरी ताकत झोंकने की तैयारी शुरू कर दी है। नामांकन वापसी की अंतिम तिथि के बाद अब 30 वार्डों की 120 सीटों के लिए कुल 483 उम्मीदवार चुनावी दौड़ में बने हुए हैं, जिससे यह स्पष्ट हो गया है कि इस बार मुकाबला बेहद दिलचस्प और बहुकोणीय होने वाला है। लोकल सेल्फ-गवर्नमेंट चुनाव-2026 के तहत शुरू हुई नामांकन प्रक्रिया के दौरान शुरुआती आंकड़े काफी बड़े थे, जब कुल 1059 उम्मीदवारों ने अपनी दावेदारी पेश की थी। हालांकि, स्क्रूटनी के दौरान 561 नामांकन पत्र विभिन्न तकनीकी और कानूनी कारणों से निरस्त कर दिए गए, जिससे चुनावी समीकरणों में पहली छंटनी देखने को मिली। इसके बाद नाम वापसी के अंतिम दिन 16 उम्मीदवारों ने अपने नाम वापस ले लिए, जिसके परिणामस्वरूप अब 483 प्रत्याशी मैदान में शेष रह गए हैं। यह संख्या अपने आप में इस बात का संकेत है कि हर वार्ड में मुकाबला बहुपक्षीय होगा और वोटों का बंटवारा निर्णायक भूमिका निभा सकता है।

राजनीतिक दलों के हिसाब से देखें तो भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) ने सभी 120 सीटों पर अपने उम्मीदवार उतारे हैं, जबकि भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस (कांग्रेस) के 117 प्रत्याशी मैदान में हैं। वहीं आम आदमी पार्टी (आप) ने 111 उम्मीदवारों के साथ इस चुनाव में अपनी मजबूत उपस्थिति दर्ज कराई है। इसके अलावा 135 उम्मीदवार निर्दलीय या छोटे दलों से जुड़े हुए हैं, जो कई सीटों पर निर्णायक भूमिका निभा सकते हैं। इस बार का चुनावी मुकाबला मुख्य रूप से भाजपा, कांग्रेस और आप के बीच त्रिकोणीय माना जा रहा है। सूरत जैसे औद्योगिक और व्यापारिक शहर में जहां पारंपरिक रूप से भाजपा का प्रभाव मजबूत रहा है, वहीं कांग्रेस और आम आदमी पार्टी इस बार उस वर्चस्व को चुनौती देने के लिए पूरी ताकत के साथ मैदान में उतर रही हैं। खासकर आप की बढ़ती सक्रियता ने चुनाव को और अधिक प्रतिस्पर्धी बना दिया है, जिससे कई वार्डों में परिणाम अप्रत्याशित हो सकते हैं।

चुनाव कार्यक्रम के अनुसार 26 अप्रैल को मतदान होगा, जबकि 28 अप्रैल को मतगणना के बाद परिणाम घोषित किए जाएंगे। अब जबकि उम्मीदवारों की अंतिम सूची जारी हो चुकी है, सभी दलों ने अपने-अपने चुनाव प्रचार को तेज कर दिया है। शहर के विभिन्न इलाकों में रैलियां, जनसंपर्क अभियान और घर-घर जाकर मतदाताओं को साधने की कोशिशें तेज हो गई हैं। आने वाले दिनों में सूरत की सड़कों पर चुनावी माहौल और भी गरमाने की संभावना है। प्रशासन की ओर से भी चुनाव को निष्पक्ष और शांतिपूर्ण ढंग से संपन्न कराने के लिए व्यापक तैयारियां की गई हैं। भारत निर्वाचन आयोग के दिशा-निर्देशों के तहत सुरक्षा व्यवस्था को मजबूत किया गया है और आचार संहिता का सख्ती से पालन सुनिश्चित करने के निर्देश दिए गए हैं। संवेदनशील बूथों की पहचान कर वहां अतिरिक्त सुरक्षा बल तैनात किए जा रहे हैं, ताकि किसी भी प्रकार की अव्यवस्था को रोका जा सके।

विशेषज्ञों का मानना है कि बड़ी संख्या में उम्मीदवारों के मैदान में होने से वोटों का बंटवारा इस चुनाव का सबसे बड़ा फैक्टर बन सकता है। कई वार्डों में निर्दलीय उम्मीदवार भी मजबूत स्थिति में नजर आ रहे हैं, जो मुख्य दलों के समीकरण बिगाड़ सकते हैं। ऐसे में हर पार्टी को अपने पारंपरिक वोट बैंक के साथ-साथ नए मतदाताओं को भी साधने की चुनौती का सामना करना पड़ेगा।

कुल मिलाकर, सूरत नगर निगम चुनाव इस बार केवल स्थानीय मुद्दों तक सीमित नहीं रह गया है, बल्कि यह राजनीतिक दलों की संगठनात्मक ताकत और रणनीति की भी परीक्षा बन गया है। अब सबकी नजर 26 अप्रैल के मतदान और 28 अप्रैल के परिणामों पर टिकी है, जो यह तय करेंगे कि सूरत की सत्ता पर किसका कब्जा होता है और शहर की दिशा अगले पांच वर्षों के लिए किसके हाथों में जाती है।

गर्मियों में प्राकृतिक हाइड्रेशन का मंत्र: शरीर को शीतलता, ऊर्जा और संतुलन देने का सहज मार्ग - शहनाज़ हुसैन की दृष्टि

गर्मियों के मौसम में पसीने के कारण शरीर से जरूरी मिनरल्स और पानी तेजी से निकल जाते हैं जिसकी बजह से शरीर में पानी की कमी यानी डिहाइड्रेशन की दिक्कत हो जाती है।इस मौसम में अपने शरीर को हाइड्रेट करने के लिए पानी के साथ हमें पानी वाले फल , नारियल पानी , नींबू पानी जैसे इलेक्ट्रोलाइट्स का सहारा भी लेना चाहिए

हालाँकि कुछ लोग अपनी प्यास बुझाने के लिए कार्बोनेटेड ड्रिंक्स का सहारा लेते हैं जिनमे केमिकल और आर्टिफीसियल फ्लेवोर्स को मिलाकर एक उम्दा स्वाद तैयार किया जाता है और लोग अपने परिवार और मेहमानों को शौक से कार्बोनेटेड ड्रिंक्स पिलाते हैं लेकिन इन ड्रिंक्स के लगातार उपयोग से शुगर और पेट सहित अन्य अनेक समस्याएं खड़ी हो जाती हैं ।गर्मियों के मौसम में शरीर को तरोताजा रखने के लिए अनेक हेल्दी ड्रिंक्स उपलब्ध होते हैं जोकि शरीर में पानी की कमी दूर करते हैं और आपको अन्दर से मजबूत भी रखते हैं ।

पानी

जब आपको प्यास लगे तो समझिये की शरीर में पानी की कमी पहले ही हो चुकी है।गर्मियों में जब भी आपका शरीर डिहाइड्रेट होना शुरू करता है तो आप आलसी और सुस्त महसूस करने लगते हैं । शरीर में तरल पदार्थों की हल्की सी कमी भी आपका मूड खराब कर सकती है एक दिन में कितना पानी पीना चाहिए इसका कोई पैमाना तय नहीं है।यह आपकी ऊंचाई , बजन , जेंडर, सक्रियता और स्वास्थ्य पर निर्भर करता है।स्वास्थ्य के माहिरों की माने तो एक आदमी को औसतन 8 -10 गिलास पानी पीना चाहिए।गर्भवती महिलाओं को 10 गिलास पानी पीना चाहिए जबकि स्तनपान करबाने बाली महिलाओं को कम से कम 12 गिलास पानी पीना चाहिए ।दिन में हर दो घण्टे में एक गिलास पानी पीना चाहिए।आपको स्पोर्ट्स ड्रिंक से परहेज करना चाहिए क्योंकि इसमें बिद्यमान तत्व आपका शुगर का स्तर बढ़ा सकते हैं और आपको नुक्सान झेलना पड़ सकता है।स्पोर्ट्स ड्रिंक उन लोगों को पीना चाहिए

जोकि जिम आदि में लम्बे समय तक गहन एक्सरसाइज आदि करते हैं और जिन्हे पसीना आता है ।पानी में कोई भी शुगर या कैलोरी आदि नहीं मिलाई जाती जिसकी बजह से आप दिन भर पानी पी सकते यही।सादे पानी में खीरा , निम्बू ,पुदीना आदि मिलाकर इसका स्वाद बढ़ाया जा सकता है जिससे इसे पीना सहज हो सकता है। इनके मिलाने से पानी में उचित पौषण और प्रकृतिक सुगन्ध का अहसास होता है तथा शरीर को डिहाइड्रेट करने का यह स्वादिष्ट तरीका भी है । खीरा , निम्बू ,पुदीना का उपयोग त्वचा को स्वास्थ्यबर्धक और आकर्षक बनता है / खीरे में लगभग 95 प्रतिशत पानी होता है और इसे प्रकृति ने सबसे ज्यादा हाइड्रेटिंग फ़ूड बनाया है ।खीरे में विटामिन सी और के विद्यमान होते हैं जोकि त्वचा के संक्रमण को रोकते हैं और शरीर में कोलेजन उत्पादन को प्रमोट करते हैं

पानी की बोतल हमेशा अपने नज़दीक रखिये। दुबारा उपयोग में आने बाली पानी की बोतल अपने साथ रखिए ताकि इसे रिफिल किया जा सके

पानी बाले फल

गर्मियों में शरीर को हाइड्रेट रखने के लिए पानी वाले फलों का सेवन बेहतर होता है क्योंकि इनमे प्रकृतिक शुगर , फाइबर और एंटीऑक्सिडेंट्स मौजूद होते हैं।यह हाइड्रेशन के साथ साथ शरीर को गर्मी और सूरज की धूप से होने बाले नुकसान से भी सुरक्षा प्रदान करते हैं।ज्यादातर फलों में पानी की अधिकता के साथ ही विटामिन , मिनरल और एंटीऑक्सिडेंट्स मौजूद होते हैं।तरबूज में 92 प्रतिशत पानी होता है जबकि स्ट्रॉबेरी में 91 प्रतिशत , खरबूजे में 90 प्रतिशत, और आड़ू में 89% पानी होता है।यह फल हाइड्रेशन के साथ ही शरीर को विटामिन सी , विटामिन ए , पोटैसियम आदि भी प्रदान करते हैं जिससे शरीर में ऊर्जा मिलती है और रोग प्रतिरोधक क्षमता विक्सित होती है

आप अपनी दिनचर्या में हल्का सा बदलाब करके इन फलों को रोजाना अपनी डाइट में शामिल कर सकते हैं।आप फ्रूट सलाद या स्नैक्स बना कर सुबह के नाश्ते में ले सकते है।इन फलों को दही , दूध ,सब्जियों आदि में ब्लेंडर से पीस कर स्मूदी बना कर उपयोग कर सकते हो जिससे यह अधिक स्वास्थ्य बर्धक और पौष्टिक बनता है।दोपहर में इन फलों के स्लाइस मिड डे ब्रेक के दौरान ले सकते है ।ज्यादातर फलों का ही सेवन करें और अगर आप फ्रूट जूस ले रहे हैं तो आधा कप बेहतर होगा। फ्रूट ड्रिंक या फ्रूट कॉकटेल में सोडियम और चीनी विद्यमान होती है।कोशिश करें की बिभिन्न प्रकार के अलग प्रजातियों के कलर्ड फल ग्रहण करें क्योंकि इनमे न्यूट्रिशन की भरमार रहती है। अपने फ्रिज ने फलों का स्टॉक रखें ताकि यह आपको आसानी से उपलब्ध हों।दिन में दो बार पानी बाले फलों के सेवन की आदत डालें

नारियल का पानी

नारियल पानी प्राकृतिक और स्वास्थ्यवर्धक पेय है जोकि शरीर को हाइड्रेट करता है जिससे आप उर्जाबान और एक्टिव महसूस करते हैं। यह ना सिर्फ शरीर को ठंडक देता है बल्कि इलेक्ट्रोलाइट्स से भरपूर होता है, जो ताजगी और ऊर्जा प्रदान करते हैं/ नारियल पानी पीने से थकान और कमजोरी दूर होती है और यह पाचन क्रिया को भी सुधारता है।

नारियल पानी दिन के किसी भी समय पिया जा सकता हैए लेकिन आयुर्वेदाचार्य इसे सुबह खाली पेट पीने की सलाह देते हैं ताकि आपको इसका अधिकतम लाभ मिल सके ।नारियल पानी में एंटीऑक्सीडेंट्स और विटामिन सी होते हैंए जो स्किन को अंदर से ग्लोइंग बनाने में मददगार है।सुबह खाली पेट एक गिलास नारियल पानी पीने से त्वचा हेल्दी और आकर्षक बनती है ।नारियल पानी में फाइबर होता है जो पाचन तंत्र को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है/ रोजाना एक गिलास नारियल पानी पीने से पेट को हेल्दी रखने में मदद मिल सकती है।

नारियल पानी में 94 प्रतिशत पानी की मात्रा होती है। ये शरीर को जरूरी इलेक्ट्रोलाइट्स की पूर्ति करता है। गर्मियों के महीने में आउटडोर एक्टिविटीज ।स्पोर्ट्स आदि के बाद नारियल पानी का सेवन काफी लाभदायक माना जाता है क्योंकि इसमें मौजूद इलेक्ट्रोलाइट्स शरीर को हाइड्रेटेड और उर्जाबान रखने में मदद करते हैं।

छाछ

गर्मियों में पुदीना छाछ पीने से पेट शांत रहता है और पाचन क्रिया सही रहती है/ यह शरीर को ठंडक और हाइड्रेशन दोनों प्रदान करता है/ इसमें प्रोटीन, कैल्शियमए और विटामिन बी 12 जैसे पोषक तत्व होते हैं, जो शरीर को ऊर्जा देने के साथ.साथ कमजोरी और थकान को भी दूर करते हैं/ छाछ में इलेक्ट्रोलाइट्स तत्व विद्यमान होते हैं जोकि शरीर के वाटर बैलेंस को बनाये रखने में मदद रखते हैं । छाछ में दूध और दही के मुकाबले पानी की मात्रा ज्यादा होती है जबकि फैट और कैलोरी की मात्रा कम होती है।मोनोपौज़ के बाद जिन महिलाओं का स्वभाव चिढ़ चिढ़ा हो जाता है उन्हें निमयित रूप से एक गिलास छाछ का सेवन करना चाहिए।अगर छाछ के खट्टे स्वाद से आप परेशान रहते हों तो इसमें हल्के.फुल्के मसाले और काला नमक मिला कर आप इसे स्वादिष्ट बना लीजिये ।छाछ को दोपहर के खाने के साथ पीना सबसे ज्यादा हितकर माना जाता है। इस समय छाछ पीने से ब्लोटिंग, गैस, एसिडिटी से छुटकारा मिलता है।हम अकसर तला भूना या मसालेदार खाना खाते रहते हैं जिसकी बजह से शरीर के अन्दर का तापमान बढ़ जाता है /छाछ में प्रोबायोटिक्स तत्व मौजूद होते हैं और रोजाना 1 गिलास छाछ पीने से इस समस्या से राहत पाई जा सकती है।

आइस्ड हर्बल चाय

गर्मियां आ गई हैं तो ऐसे में बार बार गरमा.गरम चाय पीना सेहत के लिए नुकसान दायक सावित हो सकता है।ऐसे में आप एंटी.ऑक्सीडेंट गुणों से भरपूर हर्बल चाय ट्राई कर सकते हैं जोकि सेहत और स्वाद दोनों तरफ से बेहतर सावित होगी

हर्बल चाय, खासकर मिंट और ग्रीन टी गर्मियों में बहुत फायदेमंद होती है। यह न केवल शरीर को हाइड्रेट करती हैए बल्कि शांति और ताजगी भी देती है/ हर्बल चाय में शहद या कम चीनी का उपयोग करें ताकि यह ज्यादा हेल्दी रहे।हर्बल चाय के साथ साथ आप आइस्ड टी भी उपयोग कर सकते हैं जोकि आपको तरोताजा रखेगी।आइस्ड टी में हर्बल चाय के अतिरिक्त कुछ कूलिंग और रिफ्रेशिंग चीजों को भी शामिल किया जाता है।

दिन में एक हर्बल आइस टी के सेवन से उच्च रक्तचत , शुगर और तनाव को नियन्त्रित करने में मदद मिलती है । हर्बल आइस टी तुलसी, दालचीनी, मुलेठी, पुदीना , लौंग , काली मिर्च आदि से बनती है। आप कैमोमाइल, पेपरमिंट, या हिबिस्कस की आइस टी

बनाकर भी पी सकते हैं। इससे ना केवल आप अधिक रिलैक्स फील करते हैं बल्कि पाचन के लिए भी इन्हें काफी अच्छा अच्छा माना जाता है।

અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનની સ્થાનિક સ્વરાજ્ય ચૂટણી-૨૦૨૬

વોર્ડ - ૪ સાબરમતી

ના બક્ષીપંચના અપક્ષ ઉમેદવાર

અ.નં.	નામ	નિશાન	બટન
૧૫	અજયકુમાર રમણલાલ પ્રજાપતિ (અજય પટણી)	કુવો	

મતદાન તા.૨૬/૦૪/૨૦૨૬ ને રવિવારના રોજ સમય : સવારે ૭-૦૦ થી સાંજે ૬-૦૦ સુધી સાબરમતીના ભાવિ વિકાસ માટેના બક્ષીપંચના અપક્ષ ઉમેદવાર તરીકે ઉમેદવારી કરેલ છે.
તો આપનો કિંમતી અને પવિત્ર એક જ વોટ
આપી વિજયી બનાવવા મારી નમ્ર વિનંતી છે.