राष्ट्रीय हिंदी मासिक पत्रिका

# स्वर्णिम मुंबई

जनवरी- 2026
मूल्य ₹ 50/-
RNI NO. : MAHHIN-2014/55532
www.swarnimumbai.com

## मकर संक्रांति...

प्रकृति के साथ तालमेल!

## अरावली विवाद...

भारत के पहाड़ों पर मंडराता
अस्तित्व का संकट!

## BMC चुनाव 2026...

मुंबई नगर निगम के गढ़
को कौन जीतेगा?

बेटी पढ़ाओ
बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ
बेटी
बचाओ

राष्ट्रीय हिंदी मासिक पत्रिका

# स्वर्णिम मुंबई

RNI NO.: MAHHIN-2014/55532

• वर्ष : 10 • अंकः 10 • मुंबई • जनवरी-2026

**मुद्रक-प्रकाशक,संपादक**
नटराजन बालसुब्रमणियम

**कार्यकारी संपादक**
मंगला नटराजन अय्यर

**उप संपादक**
भाग्यश्री कानडे,
संतोषी मिश्रा, एन.निधी

**ब्यूरो चीफ**
ओडिशाः अशोक पाण्डेय
उत्तर प्रदेशः विजय दूबे
पटनाः राय यशेन्द्र प्रसाद

**टंकन व पृष्ठ सज्जा**
ज्योति पुजारी, सोमेश

**मार्केटिंग मैनेजमेंट**
राजेश अय्यर, शैफाली

**संपादकीय कार्यालय**

Add: Tirupati Ashish CHS., A-102, A-1 Wing, Near Shahad Station, Kalyan (W), Dist: Thane, PIN: 421103, Maharashtra.
Phone: 9082391833, 9820820147
E-mail: swarnim_mumbai@yahoo.in
Website: www.swarnimumbai.com

मालिक, मुद्रक, प्रकाशक व संपादक : बी. नटराजन द्वारा तिरुपति को.ऑप, हॉसिंग सोसायटी, ए-१ विंग १०२, नियर शहाड स्टेशन, कल्याण (वेस्ट)-४२११०३, जिलाः ठाणे, महाराष्ट्र से प्रकाशित व *महेश प्रिन्टर्स, बिरला कॉलेज, कल्याण से मुद्रित।*
RNI NO. : MAHHIN-2014/55532

*सभी विवादों का निपटारा मुंबई न्यायालय होगा।*

## इस अंक में...

स्कूलों में मराठी ही अनिवार्य, कोई अन्य नहींः देवेंद्र फडणवीस 05
अरावली विवाद... 06
मकर संक्रांति 14
पकवान 18
दुनियाभर में न्यू ईयर का ग्रैंड सेलिब्रेशन 20
BMC चुनाव २०२६... 22
राशिफल 24
साताराः सह्याद्रि की गोद में इतिहास और प्रकृति 26
सिनेमा 29
झूठे दोस्त मुस्कान, भरोसा और पीछे छुपा स्वार्थ 30
Egg Freezin चमक-दमक वाली दुनिया में आधुनिक ... 32
कीट नन्हीं परी लिटिल मिस : २०२५ 34
कीम्स संगोष्ठीः२०२५ भारत के प्रतिष्ठित डॉक्टरों की रही भागीदारी 34
कीट-कीस में वॉलीबॉल महाकुंभ का समापन 35
डॉ अच्युत सामंत को JECRC विश्वविद्यालय द्वारा ७०वीं ... 36
कलंक 38
पतझड़ के बाद .. 40
सर्दियों में बच्चों की देखभाल 49
देश-राज्य 54
प्याज की खेती 56

**सुविचारः**

**घायल तो यहां हर परिंदा है। मगर जो फिर से उड़ सका वहीं जिंदा है...**

# सवालों के बीच खड़ा नया साल!

नया साल आया है। २०२६ किसी जश्न की घोषणा नहीं है, बल्कि एक ठहराव के बाद का मोड़ है। दुनिया ने पिछले कुछ वर्षों में बहुत शोर देखा–युद्धों का, चुनावों का, तकनीक के दावों का, और सोशल मीडिया पर बिकते सपनों का। २०२६ उसी शोर के बाद आया साल है, जहाँ लोग सवाल पूछने लगे हैंः हम जा कहाँ रहे हैं? न्यू ईयर की रात आतिशबाज़ियाँ ज़रूर चलीं–न्यूयॉर्क, दुबई, सिडनी, मुंबई हर जगह। लेकिन जश्न के बीच एक सच्चाई साफ़ दिखी लोग खुश दिखने की कोशिश कर रहे थे, खुश थे नहीं। महँगाई, युद्ध, जलवायु संकट और नौकरी की अनिश्चितता–ये सब २०२६ के साथ भी अंदर तक चिपके हुए हैं। भारत ने २०२६ में कदम एक अजीब विरोधाभास के साथ रखा है। एक तरफ़–डिजिटल इंडिया, स्टार्टअप्स, नए इंफ्रास्ट्रक्चर। दूसरी तरफ़–किसान संकट, बेरोज़गार युवा, और शहरों में दम घोंटती ज़िंदगी।

वैसे भी अब देश में हर वर्ष बड़ी संख्या में लोग अंग्रेजी कैलेंडर के अनुसार १ जनवरी को अंग्रेजी नव वर्ष की शुरुआत नये संकल्प के साथ पूरे हर्षोल्लास के साथ धूमधाम से करते हैं। क्योंकि हम लोग मानते हैं कि पिछले वर्ष के दुख-दर्द भूलकर के खट्टी-मीठी यादों से सबक लेकर के अंग्रेजी नव वर्ष को पूरे हर्षोल्लास और उत्साह के साथ मनाएं, हम सभी चाहते हैं कि इस नव वर्ष में हम अपने सभी सपनों को पूरा करें, अपनी व अपनों की झोलियों को खुशियों से भर देने का संकल्प लेकर उसके लिए तय रणनीति के अनुसार जीवन पथ पर कार्य करें। हम चाहते हैं कि बीते हुए समय पर विचार व आत्ममंथन करते हुए, नए लक्ष्य निर्धारित करते हुए, भविष्य में आने वाले जीवन को नयी दिशा देने वाले हर सकारात्मक अवसर को हर हाल में अपनाएं। हम लोग अपनी आकांक्षाओं, संकल्पों के साथ ही नव वर्ष के इस विशेष अवसर को विभिन्न तरीकों से मनाने का कार्य करते हैं।

२०२६ भारत से सवाल करता है क्या विकास सिर्फ़ आंकड़ों में रहेगा या ज़मीन पर भी उतरेगा? २०२६ में सबसे बड़ा बदलाव शोर में नहीं, थकान में दिखेगा। लोग अब हर बहस में कूदना नहीं चाहते। हर ट्रेंड अपनाना नहीं चाहते।हर राय पर प्रतिक्रिया देना भी ज़रूरी नहीं समझते। आतिशबाज़ियाँ खत्म हो चुकी हैं, मंच सज चुके हैं और शुभकामनाओं का शोर भी अपना काम कर चुका है। अब २०२६ हमारे सामने एक साल की तरह नहीं, एक स्थिति की तरह खड़ा है–जहाँ उम्मीदें हैं, लेकिन भरोसा कमजोर है। पिछले कुछ वर्षों ने यह साफ़ कर दिया है कि कैलेंडर बदलने से परिस्थितियाँ नहीं बदलतीं। २०२६ भी उसी सच्चाई के साथ आया है। दुनिया आज स्थिर नहीं है। युद्ध, आर्थिक दबाव और भू-राजनीतिक तनाव नए साल के साथ भी जारी हैं। बड़े देश अपने हितों में उलझे हैं और अंतरराष्ट्रीय संस्थाएँ प्रभावहीन होती दिख रही हैं।

वैश्विक अर्थव्यवस्था के 'सुधरने' के दावे ज़रूर हैं, लेकिन आम नागरिक के लिए जीवन पहले से अधिक महँगा और असुरक्षित हुआ है। २०२६ वैश्विक व्यवस्था की उसी कमजोरी को आगे बढ़ाता है। भारत २०२६ में आत्मविश्वास के साथ प्रवेश कर रहा है। बुनियादी ढाँचे, डिजिटल सेवाओं और अंतरराष्ट्रीय पहचान में प्रगति दिखती है। लेकिन इसी भारत में शिक्षित युवाओं के लिए स्थायी रोज़गार अब भी चुनौती है। किसान मौसम और बाज़ार की दोहरी मार झेल रहा है। शहरों में विकास है, पर जीवन की गुणवत्ता सवालों में है। २०२६ भारत से यह पूछता है कि नीतियाँ सिर्फ़ घोषणाओं तक सीमित रहेंगी या आम जीवन में उतरेंगी।

नया साल राजनीति के पुराने ढर्रे को नहीं बदलता। आरोप, भावनात्मक मुद्दे और चुनावी रणनीतियाँ हावी हैं, जबकि शिक्षा, स्वास्थ्य और रोज़गार जैसे मूल प्रश्न पीछे छूटते जा रहे हैं। लोकतंत्र का मूल्य सिर्फ़ चुनाव नहीं, जवाबदेही है–और २०२६ में इसी कसौटी पर राजनीति की परीक्षा होगी। समाज अब उग्र नहीं, थका हुआ है। लगातार शोर, बहस और टकराव ने लोगों को भीतर से चुप कर दिया है। यह चुप्पी असहमति नहीं, थकान का संकेत है। यह स्थिति गंभीर है, क्योंकि जब समाज सवाल पूछना कम करता है, तो व्यवस्था आत्ममंथन भी छोड़ देती है। आर्थिक विकास के आंकड़े सकारात्मक बताए जा रहे हैं, लेकिन आम परिवार की रोज़मर्रा की ज़िंदगी इससे मेल नहीं खाती। महँगाई, शिक्षा और इलाज की लागत–ये सब २०२६ में भी आम आदमी की सबसे बड़ी चिंता बने हुए हैं।

यह अंतर बताता है कि विकास को सिर्फ़ संख्या नहीं, अनुभव में भी उतरना होगा। २०२६ कोई उत्सव नहीं, एक अवसर है–सवाल पूछने का, दिशा तय करने का और प्राथमिकताएँ साफ़ करने का। यह साल न बहुत अच्छा है, न बहुत बुरा। यह वैसा ही होगा, जैसा समाज और सत्ता इसे बनाएँगे। अगर २०२६ में भी हमने सवालों से मुँह मोड़ लिया, तो यह साल भी इतिहास में एक और साधारण तारीख बनकर रह जाएगा। ■

-एम. पाठारे

# स्कूलों में मराठी ही अनिवार्य, कोई अन्य नहीं: मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस

१. किसी अन्य भाषा को अनिवार्य नहीं किया जाएगा

२. मराठी के संरक्षण पर जोर

सरकार इस रुख को मराठी गौरव को संरक्षित करने और भाषाई विविधता का सम्मान करने के बीच संतुलन के रूप में प्रस्तुत करती है, विपक्षी दल, शिक्षाविद और नागरिक समाज समूह इस बात पर बहस जारी रखे हुए हैं कि ऐसी नीतियां अल्पसंख्यकों, सामाजिक सद्भाव और रोजमर्रा के शासन को कैसे प्रभावित कर सकती हैं। भाषा, पहचान और शासन को लेकर चल रही बहसों के बीच, महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने दोहराया है कि राज्य में मराठी ही एकमात्र अनिवार्य भाषा है और नागरिकों को आश्वासन दिया है कि कोई अन्य भाषा थोपी नहीं जाएगी। मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने स्पष्ट किया है कि महाराष्ट्र में केवल मराठी ही अनिवार्य है और इस बात पर जोर दिया है कि राज्य सरकार का अपने लोगों पर कोई अन्य भाषा थोपने का इरादा नहीं है। उनकी यह टिप्पणी भाषा नीति, शिक्षा और सांस्कृतिक पहचान पर चल रही राजनीतिक और सार्वजनिक चर्चा के बीच आई है। जबकि सरकार इस रुख को मराठी गौरव को संरक्षित करने और भाषाई विविधता का सम्मान करने के बीच संतुलन के रूप में प्रस्तुत करती है, विपक्षी दल, शिक्षाविद और नागरिक समाज समूह इस बात पर बहस जारी रखे हुए हैं कि ऐसी नीतियां अल्पसंख्यकों, सामाजिक सद्भाव और रोजमर्रा के शासन को कैसे प्रभावित कर सकती हैं।

मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने कहा कि राज्य की स्कूली शिक्षा में मराठी भाषा ही एकमात्र अनिवार्य भाषा रहेगी। किसी अन्य भारतीय भाषा को अनिवार्य नहीं किया जाएगा। अन्य भाषाएं किस कक्षा से पढ़ाई जाएंगी, इस पर फैसला डॉ. नरेंद्र जाधव की अध्यक्षता वाली समिति की रिपोर्ट आने के बाद लिया जाएगा। यह बात उन्होंने ९९वें अखिल भारतीय मराठी साहित्य सम्मेलन के उद्घाटन अवसर पर कही। मुख्यमंत्री ने कहा कि मराठी केवल संवाद की भाषा नहीं, बल्कि महाराष्ट्र की पहचान और आत्मा है। इसलिए इसकी अनिवार्यता बनी रहेगी। उन्होंने स्पष्ट किया कि सरकार अन्य भारतीय भाषाओं के विरोध में नहीं है, लेकिन उन्हें अनिवार्य करने का कोई इरादा भी नहीं है। भाषा नीति को संतुलित और व्यावहारिक बनाने के लिए डॉ. नरेंद्र जाधव की अध्यक्षता में समिति गठित की गई है। समिति की रिपोर्ट अंतिम चरण में है और उसी के आधार पर आगे का निर्णय लिया जाएगा।

मराठी साहित्य और संस्कृति पर बोलते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि छत्रपति शिवाजी महाराज ने 'राज्यव्यवहार कोश' के माध्यम से मराठी को प्रशासनिक भाषा का दर्जा दिया था। सरकार आज भी मराठी के संरक्षण और संवर्धन के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध है। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में केंद्र सरकार द्वारा मराठी को अभिजात भाषा का दर्जा दिया जाना गर्व की बात है। साथ ही मराठी को अधिक से अधिक लोगों तक पहुंचाना और रोजमर्रा के जीवन में मजबूत बनाना जरूरी है। राष्ट्रीय संस्थानों में मराठी अध्ययन केंद्र शुरू होना इसी दिशा में महत्वपूर्ण कदम है।

**भाषा, पहचान और शासन को लेकर चल रही बहसों के बीच, महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने दोहराया है कि राज्य में मराठी ही एकमात्र अनिवार्य भाषा है और नागरिकों को आश्वासन दिया है कि कोई अन्य भाषा थोपी नहीं जाएगी। मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने स्पष्ट किया है कि महाराष्ट्र में केवल मराठी ही अनिवार्य है और इस बात पर जोर दिया है कि राज्य सरकार का अपने लोगों पर कोई अन्य भाषा थोपने का इरादा नहीं है।**

# भारत के पहाड़ों पर मंडराता अस्तित्व का संकट

# अरावली विवाद...

सबसे बड़ा विवाद इस पर है कि अब अरावली पहाड़ों की कानूनी परिभाषा बदल दी गई है। नया नियम कहता है कि अधिकांश हिस्सों को 'अरावली' तभी मानेंगे जब वह स्थानीय आसपास की धरातल से कम से कम १०० मीटर ऊपर हों। इससे छोटी-ऊँची ढलानें और टीलियाँ–जो पर्यावरण और जल संरक्षित करने में असल में अहम रोल निभाती हैं–कानूनी तौर पर 'अरावली' से बाहर हो जाएँगी। बहुत से पर्यावरणविद और स्थानीय प्रतिनिधि मानते हैं कि यह तकनीकी बदलाव पर्यावरण सुरक्षा की ढाल बहुत कमजोर बनाता है। अगर यह नियम लागू होता है, तो पुराने Aravalli के ९०% से ज़्यादा हिस्सा, जो १०० मीटर से नीचे है, कानूनी सुरक्षा से बाहर हो सकता है। यही लोग कह रहे हैं कि यह नया खतरा है। सरकार और केंद्र का कहना है कि केवल लगभग ०.१९-२% हिस्सों में ही सीमित और नियंत्रित खनन को अनुमति दी जा सकती है, और बाकी का क्षेत्र संरक्षित रहेगा। विपक्ष और पर्यावरण समूह का कहना है कि यह नंबर एक दांव है – यानी परिभाषा ऐसे बदली गई कि अधिकतर भूमि कानूनी रूप से अरावली मानने से हट जाएगी, और उसके बाद वहाँ खनन, निर्माण-विकास और उद्योग आसानी से हो पाएँगे। यह विवाद का सीधा असर है कि बहुत से इलाके पहले पर्यावरण रूप से संवेदनशील माने जाते थे और वहाँ कोई गतिविधि नहीं हो सकती थी – आज वही इलाके धीरे-धीरे कानूनी क्षेत्र बनते दिख रहे हैं।

यह विवाद सिर्फ तकनीकी नियम का मामला नहीं रहा। विपक्षी नेताओं ने इसे सरकार के पर्यावरण सुरक्षा दृष्टिकोण के कमजोर होने के रूप में पेश किया है। राज्य-स्तर पर प्रदर्शन

और 'Save Aravalli' जैसी मुहिमें चल रही हैं। सामाजिक-राजनीतिक विभाजन इसे एक बड़े राजनीतिक मुद्दे में बदलता जा रहा है। हालाँकि NGT और अदालतें कई बार अवैध खनन, अतिक्रमण और निर्माण को रोकने के आदेश दे चुकी हैं, वहीं नए कानूनी परिभाषा नियम के आने से यह सवाल उठ रहा है कि क्या पुराने प्रतिबंधों का मकसद खो जायेगा या बचा रहेगा। यह विवाद अब सीधे-सीधे राष्ट्रीय संरक्षण नीति-राजनीति मुद्दा बन चुका है, जिसमें हर राज्य के अलग-अलग भौगोलिक, पर्यावरणीय और प्रशासनिक पहलू हैं।

**जैविक और पर्यावरणीय परिणामों को लेकर चेतावनी**

**१. वास्तविक-दुनिया डेटा कहता है कि अरावली रेंज पानी की रीचार्जिंग और जल संरक्षण के लिए महत्वपूर्ण है,**

**२. धूल आंदोलन और रेगिस्तानीकरण को रोकता है,**

**३. वन्यजीवों के लिए कॉरिडोर और आवास प्रदान करता है।**

**४. अगर छोटे टीले और ढलान कानूनी मान्यता से हटा दिए जाएँ, तो यह तालाब, नदी, जलस्रोत और भूमिगत जल स्तर पर बड़ा असर डाल सकता है।**

**५. ये 'पर्यावरण फ़्लॉ' सिर्फ थ्योरी नहीं हैं। कई आरक्षण और संरक्षण समूहों ने प्रदर्शन और याचिकाएँ इसी आधार पर दायर रखी हैं।**

**राजस्थान – सबसे बड़ा भू-भाग, सबसे बड़ा झटका**

अरावली का ८०% हिस्सा राजस्थान में आता है, यह राज्य के पूर्वी हिस्सा का मुख्य इको-बैकबोन है। सुप्रीम कोर्ट द्वारा अपनाई गई १०० मीटर की नई परिभाषा के कारण। ९०% अरावली पहाड़ियों को 'कानूनी अरावली' से हटा देना है। अगर वह परिभाषा लागू रहती है तो बड़ी संख्या में छोटी-छोटी परतें (जो असल में पानी, मिट्टी, मौसम खींचती हैं) संरक्षण से बाहर जाएँगी। इसके कारण भूजल रिचार्ज तेजी से गिर सकता है, नदियाँ सूख सकती हैं (चंबल, बनास, सहिबी आदि), कृषि और ग्रामीण जीवन पर सीधा असर पड़ेगा। राजस्थान में इसका सीधा राजनीति में उपयोग हो रहा है – पूर्व सीएम अशोक गहलोत ने केंद्र पर तीखा हमला बोला है कि यह सरकार पर्यावरण सुरक्षा को कमजोर कर रही है, और यह आंकड़ा वास्तविक खनन क्षमता को बहुत बड़ा दिखा रहा है।

**हरियाणा – पानी और NCR हवा की सीधी कड़ी**

दिल्ली-NCR के लगभग केंद्र में अरावली रेंज का पश्चिमी हिस्सा फैला हुआ है। पर्यावरण जहां तक मामला है, हरियाणा के कई इलाकों में अवैध खनन पहले से ही गंभीर समस्या है – विशेषकर गुरुग्राम, फरीदाबाद, नूंह के आसपास। पानी के स्तर और धूल-प्रदूषण जैसे मुद्दों को स्थानीय लोगों ने वर्षों से उठाया है। नई परिभाषा पर environmentalists का कहना है कि अगर छोटी पहाड़ियाँ संरक्षण से हट गईं तो वह NCR-हवा और धूल नियंत्रण की पहली बाधा खत्म हो जाएगी।

सुप्रीम कोर्ट ने अस्थायी रूप से नई खनन मंजूरियों को रोक दिया है, यानी बिना Scientific Management Plan के नई खदानें नहीं खुलेंगी। हरियाणा में विवाद में खनन नियंत्रण, जल-धूल

नियंत्रण सीधे सार्वजनिक स्वास्थ्य से जुड़ा है और लोग इसे राजनीति से ऊपर रखकर environmental security की लड़ाई मानते हैं।

**दिल्ली – हवा और खनन रोकने की लड़ाई**

दिल्ली में खुद कोई बड़ा अरावली माउंटेन नहीं है, लेकिन इसकी सुरक्षा हवाओं, धूल और AQI के लिए 'बफर' जैसा काम करती है। जन आंदोलन और सोशल मीडिया चर्चा ज़ोर पर है कि अगर अरावली को सही से बचाया नहीं गया तो धूल और रेगिस्तानीकरण दिल्ली-NCR की हवा को और खराब करेगा।

कुछ विशेषज्ञ मानते हैं कि अगर छोटी पहाड़ियाँ खनन-निर्माण के लिए खुलें, तो यह AQI और धूल के स्तर पर सीधा असर डाल सकता है। पर्यावरण मंत्रालय कह रहा है कि 'कोई नया खनन लीज नहीं मिलेगी जब तक Scientific Plan तैयार नहीं हो जाता' – यह अस्थायी सुरक्षित व्यवस्था है। दिल्ली की स्टेक यह है कि अरावली का संरक्षण AQI और हवा-जल संतुलन में बुनियादी भूमिका निभाता है – इसलिए यह राज्य हाल ही में environmental protests , awareness campaigns से जुड़ा हुआ है।

**गुजरात – दक्षिणी धुरी पर विवाद का असर**

अरावली का दक्षिणी हिस्सा गुजरात के कुछ जिलों तक फैला है। यहाँ खनन का दबाव राजस्थान या हरियाणा जितना ज़ोरदार नहीं रहा – लेकिन १०० मीटर नियम के कारण छोटी पहाड़ियाँ भी बहुधा कानूनी परिभाषा से बाहर जाने की आशंका बनी है। राजनीतिक / सामाजिक असरः अन्य राज्यों की तुलना में यहाँ विरोध आंदोलन उतने बड़े पैमाने पर नहीं हैं – मसला मुख्यतः राज्य प्रशासन और पर्यावरण समूहों के स्तर पर आवाज़ उठ रहा है।

# अरावली का बेसिक सच

अरावली पर्वतमाला दुनिया की सबसे प्राचीन पर्वत श्रृंखलाओं में से एक है। लगभग १५०-२०० करोड़ वर्ष (हिमालय से कई गुना पुरानी)। इसका विस्तार गुजरात, राजस्थान, हरियाणा और दिल्ली तक है। यह कोई ऊँचे-नुकीले पहाड़ नहीं, बल्कि घिसी हुई, नीची, फैली हुई चट्टानों की श्रृंखला है।

'अरावली ऊँची नहीं है, इसलिए खास नहीं है' यह सोच वैज्ञानिक रूप से गलत है। भूवैज्ञानिक भूमिका के अनुसार अरावली का असली काम ऊँचाई दिखाना नहीं, सिस्टम चलाना है। यह भारतीय प्लेट की स्थिरता में बड़ी भूमिका निभाती है। उत्तर-पश्चिम भारत को पूरा रेगिस्तान बनने से रोकने वाली प्राकृतिक दीवार है। मिट्टी को पकड़कर रखती है, नहीं तो राजस्थान-हरियाणा की जमीन उड़ चुकी होती। अगर अरावली न होती तो थार रेगिस्तान दिल्ली-यूपी तक फैल चुका होता। और तो और मिट्टी, खेती और आबादी टिक नहीं पाती। अरावली को 'जल मीनार' नहीं कहा जाता, लेकिन काम वही करती है। बारिश का पानी धीरे-धीरे जमीन में उतारती है। यही वजह है कि राजस्थान के कई इलाके आज भी भूजल रखते हैं। हरियाणा-NCR में aquifer बने रहे, इससे जुड़ी नदियाँ बनास,साबरमती, साहिबी (अब सूखी/नाले में बदल चुकी)। अरावली कटेगी तो

- ☐ भूजल गिरेगा
- ☐ हैंडपंप, कुएँ सूखेंगे
- ☐ शहरों की पानी पर निर्भरता और बढ़ेगी

और यह पहले से ही हो रहा है।

जलवायु और हवा में भूमिका में अरावली धूल भरी हवाओं को रोकती है। पश्चिम से आने वाली गर्म, शुष्क हवाओं को कमजोर करती है। दिल्ली-NCR की हवा के लिए पहली रक्षा पंक्ति है इसीलिए हरियाणा-राजस्थान में खनन बढ़ा। NCR में धूल और PM१० बढ़ा। यह संयोग नहीं है, कारण-परिणाम है।

अरावली में शुष्क पर्णपाती वन, तेंदुआ, सियार, नीलगाय, प्रवासी पक्षियों के मार्ग, स्थानीय वनस्पतियाँ (औषधीय पौधे) है। यह हिमालय जैसा जंगल नहीं, लेकिन इकोसिस्टम उतना ही जरूरी है। इतिहास में अरावली जनपदों की सीमाएँ , व्यापार मार्गों की दिशा और मेवाड़, मारवाड़, अंबाजी जैसे क्षेत्र इसी भूगोल पर टिके है। खनिज (तांबा, संगमरमर) ने सभ्यताओं को

जन्म दिया – लेकिन सीमित दोहन था। आज की तरह औद्योगिक-स्तरीय खनन नहीं था। यह पहाड़ चुपचाप काम करता है, प्रचार नहीं करता – और यही इसकी सबसे बड़ी कमजोरी बन गई। अरावली कोई पर्यटन स्थल नहीं है। यह उत्तर-पश्चिम भारत की जीवन-रेखा है। अगर अरावली गई तो पानी जाएगा, हवा जाएगी,खेती जाएगी और अंत में शहर भी टिक नहीं पाएँगे। अभी विवाद पर बहस हो रही है, लेकिन इतिहास और भूमिका पर बहस की गुंजाइश ही नहीं है यह तथ्य हैं।

अगर अरावली खत्म हुई तो २० साल बाद भारत का उत्तर-पश्चिम

५ साल में खनन, रियल एस्टेट, सड़कें, रिसॉर्ट बढ़ेंगे, GDP में हल्का उछाल दिखेगा।सरकार बोलेगी: 'देखिए, कुछ नहीं हुआ' यही सबसे खतरनाक चरण है क्योंकि सिस्टम टूटता है, लेकिन दिखता नहीं।

५-१० साल: पानी चुपचाप मरने लगता है

भूजल राजस्थान, हरियाणा, NCR में water table २-४ मीटर और गिरेगा

ट्यूबवेल गहरे, बिजली खर्च ज्यादा , खेती महंगी , किसान बाहर।

नदियाँ बनास, साहिबी जैसी seasonal नदियाँ पूरी तरह नालों में बदलेंगी। Recharge नहीं तो भी flow नहीं होगा।

शहरों में tanker economy स्थायी बन जाएगी।

१०-१५ साल: हवा और मिट्टी का पतन

अरावली न होने से थार की धूल सीधे NCR, पश्चिमी UP, MP तक।

PM10 सालभर ऊँचा रहेगा, सिर्फ सर्दियों में नहीं।

'पराली' को दोष देना बेकार हो जाएगा – समस्या स्थायी होगी।

मिट्टी Topsoil उड़ने लगेगी।

राजस्थान-हरियाणा में खेती input-heavy लेकिन output-poor, millets भी टिकना मुश्किल।

१५-२० साल: सिस्टम फेलियर

अब असली मार पड़ेगी। दिल्ली, गुरुग्राम, फरीदाबाद जैसे शहरों में पानी बाहर से लाना पड़ेगा (हिमालयी / interlinking fantasy)

लागत खूब बढ़ेगी (cost explode) → और पानी अमीरों की चीज़ बन जाएगी, Heat way ज्यादा, लंबी, घातक होगी ।

ग्रामीण भारत

खेती छोड़कर migration

Desertification राजस्थान से हरियाणा पार

छोटे कस्बे ghost-town जैसे

अर्थव्यवस्था

Health cost ↑
Water infrastructure cost ↑
Climate refugees ↑
जो पैसा 'development' से आया था,
वह damage control में चला जाएगा।
सबसे बड़ा भ्रम जिसे लोग पाल रहे हैं

'टेक्नोलॉजी सब ठीक कर लेगी' तो ऐसा नहीं होगा।

Desalination = coastal solution

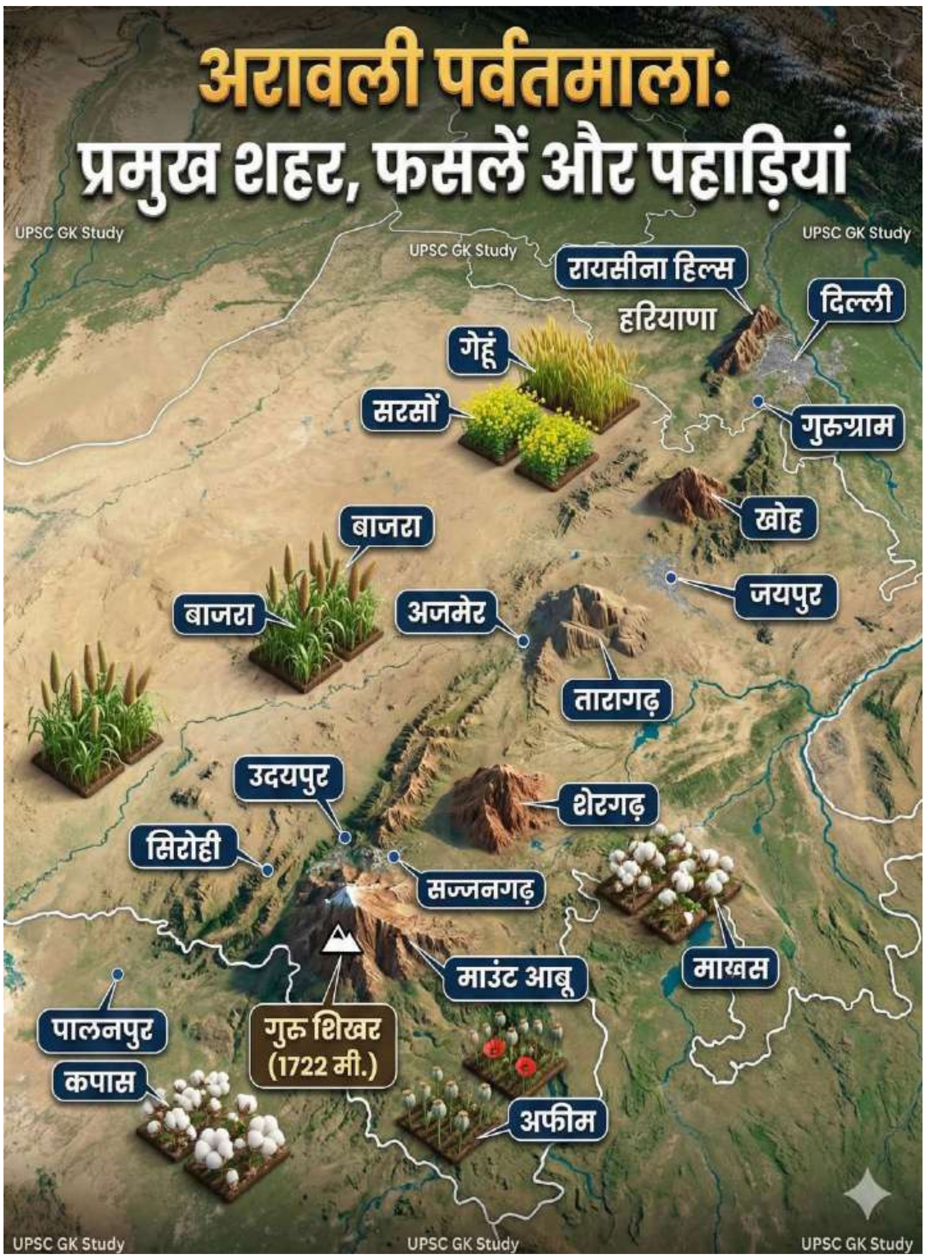
Rainwater harvesting = तभी काम करता है जब recharge zone हो, Air purifiers = city illusion

अरावली हटने के बाद कोई टेक उसका काम नहीं कर सकती, क्योंकि वहः

२४×७ लाखों साल से बिना बिजली, बिना बजट काम कर रही थी।

ऐतिहासिक चेतावनी (जो लोग अनदेखा कर रहे हैं) अगर अरावली खत्म हुई तो २० साल बादः

भारत गरीब नहीं होगा भारत अस्थिर होगा और instability GDP से नहीं सुधरती।




## अरावली के पतन से फायदा किसे?

**१ खनन माफिया (Legal + Illegal दोनों)** यह सबसे सीधा और सबसे बड़ा लाभार्थी है। पत्थर, बजरी, सिलिका, संगमरमर– सब अरावली बेल्ट में Illegal mining पहले भी चलती थी। अब legal cover मिलने लगा है।जुर्माना, लागत का हिस्सा, मुनाफा कई गुना यह पर्यावरण अपराध नहीं, organized resource extraction है।

**रियल एस्टेट और इंफ्रास्ट्रक्चर लॉबी**

अरावली 'खाली जमीन' नहीं लेकिन उन्हें ऐसे ही दिखाना होता है। NCR, गुरुग्राम, फरीदाबाद, अलवर, उदयपुर बेल्ट

Hills हटे → land-use बदला →

- फार्महाउस
- रिसॉर्ट
- वेयरहाउस
- एक्सप्रेसवे

इन्हें पहाड़ नहीं चाहिए, flat, litigations-free land चाहिए। पर्यावरण इनके लिए बाधा है, asset नहीं।

राज्य सरकारों की तात्कालिक अर्थव्यवस्था

यह uncomfortable सच है। क्यों सरकारें चुप/ढीली रहती हैं?

Mining royalty

**Wholesale Furniture Market**
**Ulhasnagar,Mumbai**

**सस्ते फर्नीचर के 5 थोक बाजार**
**फर्नीचर खरीदिए आधे दामों पर**
**एक से बढ़कर एक एंटीक आइटम**

Stamp duty
Construction-driven GDP
'Ease of Doing Business' स्कोर

लंबी अवधि का नुकसान अगली सरकार झेले – अभी का पैसा आज की सरकार ले। यह policy short-termism है।

**नौकरशाही का एक हिस्सा (पूरा सिस्टम नहीं)**

सब अफसर खराब नहीं – लेकिनः
Clearances
Zoning changes
'Interpretation' of rules
Post-retirement position

अरावली जितनी अस्पष्ट होगी, डिस्क्रेशन उतना बढ़ेगा। और जहाँ discretion है, वहाँ corruption का रास्ता खुला रहता है।

**शहरी मिडिल क्लास (अनजाने में, लेकिन दोषी)**

'Hill-view farmhouse'
'Nature living near Gurgaon'
Cheap plots in eco-sensitive zones

मिडिल क्लास हवा, पानी पर रोता है, लेकिन सस्ता प्लॉट देखकर सवाल बंद।

Demand supply को जन्म देती है। यह भी सिस्टम का हिस्सा है।

**राजनीति (सीधे वोट नहीं, पर चंदा)**

अरावली कोई चुनावी मुद्दा नहीं बनती क्योंकि इससे तात्कालिक वोट नहीं मिलते, लेकिन इससे चुनावी फंड आता है। इसलिए कोई खुलकर 'काटो' नहीं कहता। बस परिभाषा बदल दी जाती है। नियम technical बना दिए जाते हैं। जिनके लिए विकास बताया जा रहा है, वही सबसे ज्यादा नुकसान में हैं।

- ☐ किसान
- ☐ ग्रामीण आबादी
- ☐ शहर का आम नागरिक
- ☐ आने वाली पीढ़ियाँ
- ☐ खुद सरकारें (लॉन्ग टर्म)

अरावली को बचाने से कुछ लोग अरबपति नहीं बनेंगे , लेकिन करोड़ों लोग प्यासे भी नहीं बनेंगे

अरावली का खत्म होना प्राकृतिक दुर्घटना नहीं नीतिगत चुनाव (policy choice) है। और हर policy choice के beneficiaries होते हैं।

अरावली अकेली नहीं है। भारत में कई पर्वत/पर्वतीय सिस्टम अरावली से भी तेज़ी से 'functional death' की तरफ बढ़ रहे हैं, बस उन पर उतनी चर्चा नहीं होती।

**१ पूर्वी घाट (Eastern Ghats) – सबसे ज़्यादा उपेक्षित**

ओडिशा, आंध्र प्रदेश, तेलंगाना, तमिलनाडु

बॉक्साइट, लौह अयस्क, मैंगनीज का भारी खनन।

वन अधिकार और कॉरपोरेट खनन की सीधी टक्कर।

कोई continuous mountain नहीं, इसलिए 'सिस्टम' समझा ही नहीं गया।

नतीजा नदियों के स्रोत नष्ट, आदिवासी विस्थापन, चक्रवातों का असर अंदर तक। अरावली जैसी स्थिति, लेकिन चर्चा १०% भी नहीं।

**२ सतपुड़ा रेंज – अगली अरावली**

मध्य प्रदेश, महाराष्ट्र, छत्तीसगढ़
कोयला और पावर प्लांट
सड़क/रेल 'linear projects'
टाइगर कॉरिडोर टूटना

अगर सतपुड़ा टूटीः
MP–MH का जल संतुलन गड़बड़
जंगल fragmented → wildlife collapse

**३ पश्चिमी घाट (Western Ghats) — UNESCO होने के बावजूद**

गुजरात से केरल तक
Hill cutting for highways
Tourism overkill
'UNESCO है, सुरक्षित है'
केरल बाढ़, कर्नाटक landslides = Western Ghats के साथ छेड़छाड़ का direct नतीजा

**४ शिवालिक रेंज (Outer Himalaya) – सबसे नाज़ुक**

जम्मू , हिमाचल , उत्तराखंड
खतराः

Illegal sand mining
Highway blasting
Deforestation
शिवालिक टूटी तो
☐ नदियाँ गाद से भरेंगी
☐ मैदानी बाढ़ बढ़ेगी

**५ मेघालय पठार (Garo–Khasi–Jaintia Hills)**

उत्तर-पूर्व भारत
खतराः
Coal rat-hole mining
Limestone quarrying
Forest loss

असरः दुनिया की सबसे ज़्यादा बारिश वाला इलाका। फिर भी water scarcity बढ़ रही है। यह policy failure का textbook example है।

**६ विंध्य रेंज – धीमी मौत**

UP–MP-बिहार
खतराः
Stone mining
Cement plants
Forest clearance
असरः सोन, केन जैसी नदियों का flow

प्रभावित। बुंदेलखंड की जल समस्या गहरी।

हर जगह एक ही कहानीः पहले परिभाषा कमजोर, खनन/प्रोजेक्ट। फिर environmental damage, आपदा, 'natural disaster' कहकर हाथ झाड़ना। यह प्राकृतिक नहीं, नीतिगत आपदा (policy-made disaster) है। भारत में पहाड़ संविधान में अधिकार नहीं रखते, वोट बैंक नहीं हैं। इसलिए सबसे पहले कुर्बान होते हैं।

**- गीता सैनी, सुनीता जाधव, रोहन सिंह**

**मकर संक्रांति २०२६ हमें यह याद दिलाने आती है कि प्रकृति के साथ तालमेल ज़रूरी है। ऋतु परिवर्तन सिर्फ कैलेंडर नहीं बदलता, जीवन की गति बदलता है और हर परंपरा के पीछे कोई न कोई तर्क छिपा होता है। अगर त्योहार सिर्फ रस्म बन जाए, तो वह खोखला हो जाता है। और अगर उसका अर्थ समझ लिया जाए–तो वही पर्व संस्कृति को जीवित रखता है**

# मकर संक्रांति

# हमें सिखाता है प्रकृति के साथ तालमेल

## अलग-अलग नाम, एक ही मूल भाव

हिंदू धर्म में मकर संक्रांति एक प्रमुख पर्व है। भारत के विभिन्न इलाकों में इस त्यौहार को स्थानीय मान्यताओं के अनुसार मनाया जाता है। हर वर्ष सामान्यतः मकर संक्रांति १४ जनवरी को मनाई जाती है। इस दिन सूर्य उत्तरायण होता है, जबकि उत्तरी गोलार्ध सूर्य की ओर मुड़ जाता है। ज्योतिष मान्यताओं के अनुसार इसी दिन सूर्य मकर राशि में प्रवेश करता है। मकर संक्रांति से ही ऋतु में परिवर्तन होने लगता है। शरद ऋतु क्षीण होने लगती है और बसंत का आगमन शुरू हो जाता है। इसके फलस्वरूप दिन लंबे होने लगते हैं और रातें छोटी हो जाती है।

भारत में धार्मिक और सांस्कृतिक नजरिये से मकर संक्रांति का बड़ा ही महत्व है। पौराणिक मान्यताओं के अनुसार मकर संक्रांति के दिन सूर्य देव अपने पुत्र शनि के घर जाते हैं। चूंकि शनि मकर व कुंभ राशि का स्वामी है। लिहाजा यह पर्व पिता-पुत्र के अनोखे मिलन से भी जुड़ा है। एक अन्य कथा के अनुसार असुरों पर भगवान विष्णु की विजय के तौर पर भी मकर संक्रांति मनाई जाती है। बताया जाता है कि मकर संक्रांति के दिन ही भगवान विष्णु ने पृथ्वी लोक पर असुरों का संहार कर उनके सिरों को काटकर मंदरा पर्वत पर गाड़ दिया था। तभी से भगवान विष्णु की इस जीत को मकर संक्रांति पर्व के तौर पर मनाया जाने लगा।

नई फसल और नई ऋतु के आगमन के तौर पर भी मकर संक्रांति धूमधाम से मनाई जाती है। पंजाब, यूपी, बिहार समेत तमिलनाडु में यह वक्त नई फसल काटने का होता है, इसलिए किसान मकर संक्रांति को आभार दिवस के रूप में मनाते हैं। खेतों में गेहूं और धान की लहलहाती फसल किसानों की मेहनत का परिणाम होती है लेकिन यह सब ईश्वर और प्रकृति के आशीर्वाद से संभव होता है। पंजाब और जम्मू-कश्मीर में मकर संक्रांति को 'लोहड़ी' के नाम से मनाया जाता है। तमिलनाडु में मकर संक्रांति 'पोंगल' के तौर पर मनाई जाती है, जबकि उत्तर प्रदेश और बिहार में 'खिचड़ी' के नाम से मकर संक्रांति मनाई जाती है। मकर संक्रांति पर कहीं खिचड़ी बनाई जाती है तो कहीं दही चूड़ा और तिल के लड्डू बनाये जाते हैं।

माघ/भोगली बिहू

असम में माघ महीने की संक्रांति के पहले दिन से माघ बिहू यानि भोगाली बिहू पर्व मनाया जाता है। भोगाली बिहू के मौके पर खान-पान धूमधाम से होता है। इस समय असम में तिल, चावल, नरियल और गन्ने की फसल अच्छी होती है। इसी से तरह-तरह के व्यंजन और पकवान बनाकर खाये और खिलाये जाते हैं। भोगाली बिहू पर भी होलिका जलाई जाती है और तिल

व नरियल से बनाए व्यंजन अग्नि देवता को समर्पित किए जाते हैं। भोगली बिहू के मौके पर टेकेली भोंगा नामक खेल खेला जाता है साथ ही भैंसों की लड़ाई भी होती है।

मकर संक्रांति पर परंपराएं

हिंदू धर्म में मीठे पकवानों के बगैर हर त्यौहार अधूरा सा है। मकर संक्रांति पर तिल और गुड़ से बने लड्डू और अन्य मीठे पकवान बनाने की परंपरा है। तिल और गुड़ के सेवन से ठंड के मौसम में शरीर को गर्मी मिलती है और यह स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है। ऐसी मान्यता है कि, मकर संक्रांति के मौके पर मीठे पकवानों को खाने और खिलाने से रिश्तों में आई कड़वाहट दूरी होती है और हर हम एक सकारात्मक ऊर्जा के साथ जीवन में आगे बढ़ते हैं। कहा यह भी जाता है कि मीठा खाने से वाणी और व्यवहार में मधुरता आती है और जीवन में खुशियों का संचार होता है। मकर संक्रांति के मौके पर सूर्य देव के पुत्र शनि के घर पहुंचने पर तिल और गुड़ की बनी मिठाई बांटी जाती है।

तिल और गुड़ की मिठाई के अलावा मकर संक्रांति के मौके पर पतंग उड़ाने की भी परंपरा है। गुजरात और मध्य प्रदेश समेत देश के कई राज्यों में मकर संक्रांति के दौरान पतंग महोत्सव का आयोजन किया जाता है। इस मौके पर बच्चों से लेकर बड़े तक पतंगबाजी करते हैं। पतंग बाजी के दौरान पूरा आसमान रंग-बिरंगी पतंगों से गुलजार हो जाता है।

*किसान के पास पहली बार अन्न की उपलब्धता और समय होता है । इसीलिए सामूहिक भोज होते थे। अन्नदान की परंपरा बनी थी। सामाजिक वर्गों में भोजन साझा किया गया जाता था। आज कृषि संकट पर रोना रोया जाता है, लेकिन उन पर्वों को 'पुराना' कहकर छोड़ दिया गया, जो किसान को सामाजिक सम्मान और विश्राम देते थे। तिल-गुड़ का विज्ञान, सिर्फ परंपरा नहीं। हर जगह तिल और गुड़ क्यों?तो तिल में ऊष्मा है। गुड़ में तत्काल ऊर्जा। सर्दियों में शरीर को यही चाहिए। 'तिल-गुड़ खाओ,असल में यह आहार-विज्ञान की रणनीति है। सर्दी के मौसम में शरीर को ऊष्मा चाहिए। पाचन कमजोर होता है। ऊर्जा की कमी होती है। यह भोजन डॉक्टर नहीं, अनुभव ने तय किया था। आज हम प्रोसेस्ड फूड खाते हैं और फिर इम्युनिटी बढ़ाने के वीडियो देखते हैं–यह बौद्धिक गिरावट नहीं तो और क्या है?*

लोहड़ी पर्व आनंद और खुशियों का प्रतीक है। यह त्यौहार शरद ऋतु के अंत में मनाया जाता है। मूलरूप से यह पह पर्व सिखों द्वारा पंजाब, हरियाणा में मनाया जाता है, परंतु लोकप्रियता के चलते यह भारत में नहीं बल्कि विश्वभर में मनाया जाने वाला उत्सव है। इस दिन लोग एक-दूसरे को बड़े हर्षोल्लास पर्व की बधाई देते हैं। लोहड़ी पर्व को हिन्दू कैलेंडर विक्रम संवत् एवं मकर संक्रांति से जोड़ा गया है। विशेष रूप से शरद ऋतु के समापन पर इस त्यौहार को मनाने का प्रचलन है। साथ ही यह त्यौहार किसानों के लिए आर्थिक रूप से नूतन वर्ष माना जाता है। इस दिन चीनी, गजक, गुड़, मूँगफली एवं मक्का आदि भी दिया जाता है जिसे लोहड़ी भी कहा जाता है। फिर लोग आग जलाकर लोहड़ी को सभी में वितरित करते हैं और साथ में संगीत आदि के साथ त्यौहार का लुत्फ़ उठाते हैं। रात में सरसों का साग और मक्के की रोटी के साथ खीर जैसे सांस्कृतिक भोजन को खाकर लोहड़ी की रात का आनंद लिया जाता है।

लोहड़ी में गीतों का बड़ा महत्व है। इससे लोगों के ज़ेहन में एक नई ऊर्जा एवं खुशी की लहर दौड़ जाती है। इसके अलावा गीत के साथ नृत्य करके इस पर्व को मनाया जाता है। मूलरूप से इन सांस्कृतिक लोक गीतों में खुशहाल फसलों आदि के बारे में वर्णन होता है। गीत के द्वारा पंजाबी योद्धा दुल्ला भाटी को भी याद किया जाता है। आग के आसपास लोग ढ़ोल की ताल पर गिद्दा एवं भांगड़ा करके इस त्यौहार का जश्न मनाते हैं। कई वर्षों से लोग लोहड़ी पर्व को दूल्ला भट्टी नामक चरित्र से जोड़ते हैं। लोहड़ी के कई गीतों में इनके नाम का ज़िक्र आता है। कहते हैं कि मुगल राजा अकबर के काल में दुल्ला भट्टी नामक एक लुटेरा पंजाब में रहता था जो न केवल धनी लोगों को लूटता था, बल्कि वह उन ग़रीब पंजाबी लड़कियों को बचाता था जो बाज़ार में बल पूर्वक बेची जाती थीं, लिहाज़ा आज के दौर में लोग उसे पंजाब का रॉबिन हुड कहते हैं।

*मकर संक्रांति का त्योहर कुछ ही दिनों में आने वाला है. मकर संक्रांति को स्नान, दान और ध्यान के लिए जाना जाता है. इस दिन सूर्य मकर राशि में प्रवेश करते हैं, जिसके कारण इस दिन गंगा स्नान का विशेष महत्व है. मकर संक्रांति के दिन श्रद्धालु गंगा सागर, वाराणसी, त्रिवेणी संगम, हरिद्वार, पुष्कर, उज्जैन की शिप्रा, लोहाग्रल आदि जगहों पर स्नान करते हैं. ऐसा कहा जाता है कि जो शख्स मकर संक्रांति के दिन गंगा में स्नान करता है उसके सभी कष्ट दूर हो जाते हैं. इस दिन गंगा में स्नान करने से दोगुना पुण्य मिलता है. मकर संक्रांति से पहले आइए जानते हैं वो कौन सी जगहें हैं जहां पर गंगा स्नान करके कष्टों को दूर किया जा सकता है.*

*गंगा सागरः पश्चिम बंगाल में स्थित गंगा सागर में मकर संक्रांति के दिन स्नान करने का विशेष महत्व है. मान्यता है कि गंगा सागर में जो श्रद्धालु एक बार डुबकी लगाकर स्नान करता है उसे १० अश्वमेध यज्ञ और एक हज़ार गाय दान करने का फल मिलता है. इन्हीं कारणों से हजारों की संख्या में श्रद्धालु मकर संक्रांति के दिन गंगा सागर में स्नान करने आते हैं. इस स्थान को गंगा सागर इसलिए कहा जाता है, क्योंकि यहां पर गंगा का सागर में मिलन होता है.*

*त्रिवेणी संगम प्रयागराजः हर साल मकर संक्रांति के दिन प्रयागराज में शाही स्नान का आयोजन किया जाता है. प्रयागराज में मकर संक्रांति के दिन स्नान करना इसलिए उत्तम माना गया है, क्योंकि यहां पर तीन नदियां यमुना, गंगा और सरस्वती का मिलन होता है.*

*काशीः भारतीय सभ्यता में काशी को सबसे पुराने शहरों में गिना जाता है. ऐसा कहा जाता है कि जो इंसान जीवित काशी नहीं आता, मरने के बाद आता है. हर साल मकर संक्रांति के दिन लाखों की संख्या में श्रद्धालु काशी के गंगा घाटों पर डुबकी लगाते हैं. मकर संक्रांति के विशेष महत्व के कारण इस दिन काशी विश्वनाथ मंदिर में खिचड़ी महोत्सव मनाया जाता है.*

*हरिद्वारः हरिद्वार को हिंदू धर्म का सबसे पवित्र स्थल माना गया है. मान्यता है कि मकर संक्रांति के दिन हरिद्वार में गंगा स्नान करने से सभी पापों से मुक्ति मिलती है. हरिद्वार के स्नान को इसलिए खास माना गया है क्योंकि यहीं से गंगा पहाड़ी क्षेत्रों से मैदानी क्षेत्र में प्रवेश करती है. हर साल मकर संक्रांति के दिन हरिद्वार में खास मेले का आयोजन किया जाता है, जिसमें लाखों की संख्या में देश-विदेश के श्रद्धालु हिस्सा लेते हैं.*

गुजरात और महाराष्ट्र में यह त्यौहार उत्तरायण के नाम से मनाया जाता है। मान्यता है कि उत्तरायण काल शुभ फल देने वाला होता है। उत्तरायण को देवताओं का दिन कहा जाता है इसलिए इस काल में नए कार्य, यज्ञ व्रत, अनुष्ठान, विवाह, मुंडन जैसे कार्य करना शुभ माना जाता है। उत्तरायण के मौके पर गंगा और यमुना नदी में स्नान का बड़ा महत्व है। गुजरात में उत्तरायण के मौके पर पतंग उत्सव मनाया जाता है।

हिंदू धर्म में सूर्य का दक्षिण से उत्तर दिशा की ओर गमन करना बेहद शुभ माना गया है। मान्यता है कि जब सूर्य पूर्व से दक्षिण की ओर चलता है, इस दौरान सूर्य की किरणों को खराब माना गया है, लेकिन जब सूर्य पूर्व से उत्तर की ओर गमन करने लगता है, तब उसकी किरणें सेहत और शांति को बढ़ाती हैं। इस दौरान सूर्य मकर राशि में प्रवेश करता है इसलिए इसे मकर संक्रांति भी कहा जाता है, जो कि हिंदू धर्म में एक बड़ा पर्व है। उत्तरायण के बाद ऋतु और मौसम में परिवर्तन होने लगता है। इसके फलस्वरूप शरद ऋतु यानि ठंड का मौसम धीरे-धीरे समाप्त होने लगता है। उत्तरायण की वजह से रातें छोटी और दिन बड़े होने लगते हैं। जब सूर्य उत्तरायण होता है तो यह तीर्थ और उत्सवों का समय होता है।

## सूर्य के उत्तरायण काल से जुड़ीं पौराणिक मान्यताएं

१. उत्तरायण काल के महत्व का वर्णन शास्त्रों में भी मिलता है। हिंदू धर्म के पवित्र ग्रंथ श्रीमद भागवत गीता में स्वयं भगवान श्री कृष्ण ने कहा है कि, उत्तरायण के ६ माह के शुभ काल में पृथ्वी प्रकाशमय होती है, इसलिए इस प्रकाश में शरीर का त्याग करने से मनुष्य का पुनर्जन्म नहीं होता है और उसे मोक्ष की प्राप्ति होती है। महाभारत काल के दौरान भीष्म पितामह जिन्हें इच्छामृत्यु का वरदान प्राप्त था। उन्होंने भी मकर संक्रांति के दिन शरीर का त्याग किया था।

२. उत्तरायण काल के पहले दिन यानि मकर संक्रांति पर गंगा स्नान का बड़ा महत्व है। पौराणिक कथा के अनुसार महाराजा भागीरथ ने अपने पूर्वजों के तर्पण के लिए वर्षों की तपस्या करके गंगा जी को पृथ्वी पर आने को मजबूर कर दिया था। इसी दिन गंगा जी स्वर्ग से पृथ्वी लोक पर अवतरित हुईं। मकर संक्रांति पर ही महाराजा भागीरथ ने अपने पूर्वजों का तर्पण किया था और उनके पीछे चलते-चलते गंगा जी कपिल मुनि के आश्रम से होते हुए सागर में समा गईं थीं।

वैदिक ज्योतिष में उत्तरायण काल का महत्व

हिंदू पंचांग के अनुसार एक वर्ष में सूर्य दो बार राशि परिवर्तन करता है और यही परिवर्तन उत्तरायण और दक्षिणायन के नाम से जाना जाता है। काल गणना के अनुसार जब सूर्य मकर राशि से मिथुन राशि तक भ्रमण करता है इस समय को उत्तरायण काल कहा जाता है। इसके बाद सूर्य कर्क राशि से धनु राशि तक संचरण करता है इसे दक्षिणायन काल कहा जाता है। इस तरह सूर्य के दोनों अयन ६-६ महीने के होते हैं।

इसके विपरीत उत्तरायण के ६ महीने बाद यानि १४ जुलाई को सूर्य दक्षिणायन हो जाता है। दक्षिणायन काल में सूर्य दक्षिण दिशा की ओर झुकाव के साथ गति करने लगता है। मान्यता है कि दक्षिणायन का काल देवताओं की रात्रि है। दक्षिणायन में रातें लंबी हो जाती है। दक्षिणायन व्रत और उपवासों का समय होता है। इस दिन कई शुभ और मांगलिक कार्य का करना निषेध होता है। सूर्य का दक्षिणायन होना कामनाओं और भोग की वृद्धि को दर्शाता है इसलिए इस समय में किए गए कार्य जैसे पूजा, व्रत आदि से दुख और रोग दूर होते हैं।

हिंदू धर्म में उत्तरायण आस्था का महापर्व है। इस अवसर पर स्नान, दान, धर्म और पूर्वजों को तर्पण करने का विशेष महत्व है। उत्तरायण के मौके पर देशभर में कई जगह मेले लगते हैं। खासकर उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश और दक्षिण भारत में बड़े मेलों का आयोजन होता है। इस मौके पर लाखों श्रद्धालु गंगा और अन्य पावन नदियों के तट पर स्नान और दान, धर्म करते हैं। मत्स्य पुराण और स्कंद पुराण में उत्तरायण के महत्व का विशेष उल्लेख मिलता है। मान्यता है कि आध्यात्मिक प्रगति और ईश्वर की पूजा-अर्चना के लिए उत्तरायण काल विशेष फलदायी होता है।

**मान्यता है कि दक्षिणायन का काल देवताओं की रात्रि है। दक्षिणायन में रातें लंबी हो जाती है। दक्षिणायन व्रत और उपवासों का समय होता है। इस दिन कई शुभ और मांगलिक कार्य का करना निषेध होता है। सूर्य का दक्षिणायन होना कामनाओं और भोग की वृद्धि को दर्शाता है इसलिए इस समय में किए गए कार्य जैसे पूजा, व्रत आदि से दुख और रोग दूर होते हैं। हिंदू धर्म में उत्तरायण आस्था का महापर्व है। इस अवसर पर स्नान, दान, धर्म और पूर्वजों को तर्पण करने का विशेष महत्व है। उत्तरायण के मौके पर देशभर में कई जगह मेले लगते हैं। खासकर उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश और दक्षिण भारत में बड़े मेलों का आयोजन होता है। इस मौके पर लाखों श्रद्धालु गंगा और अन्य पावन नदियों के तट पर स्नान और दान, धर्म करते हैं। मत्स्य पुराण और स्कंद पुराण में उत्तरायण के महत्व का विशेष उल्लेख मिलता है। मान्यता है कि आध्यात्मिक प्रगति और ईश्वर की पूजा-अर्चना के लिए उत्तरायण काल विशेष फलदायी होता है।**

## टोमेटो सूप

सामग्री
६००ु स्टमाटर
१ टुकड़ा अदरक
१ टी स्पून मक्खन
१/२ कप मटर छिली हुई
१/२ कप गाजर
नमक स्वादानुसार
१/२ टी स्पून काली मिर्च
१/२ टी स्पून कोर्न फ्लोर
१ टी स्पून क्रीम
१ टी स्पून लाल मिर्च
१ १/२ कप पानी

विधिः
सबसे पहले टमाटर को अच्छे से धो कर साफ करले। अब टमाटर के टुकड़े करले। इतना करने के बाद एक कुकर ले उसमे टमाटर के पीसेज, काली मिर्च, कड़ी पत्ता, नमक और एक कप पानी डालकर गैस पर रख दे। अब २-३ सिटी आने का इंतज़ार करे। जब सिटी आजाए तो टमाटर को ठंडा होने दे और उसमे से पत्ते निकाल दे।

अब एक छलनी ले और उसको एक बर्तन के ऊपर रखे अब ये टमाटर वाले मिश्रण को उस पर ड़ालकर छान ले। अब जो गाढ़ा पेस्ट बचा उसे अलग कर दे और टमाटर पियूरी को अलग कर दे। ध्यान रखे की टमाटर में टुकड़े ना रह जाए। अब एक पैन ले और उसमे थोड़ा सा बटर डाले इसके बाद इसमें थोड़ा सा कॉर्न फ्लोर डाले और मिक्स करे जब बटर अच्छे से पिघल जाए तब इसमें मटर और गाजर डालकर अच्छे से भूने।

इतना करने के बाद टमाटर का जो मिश्रण था वो इसमें डाले और मिलाए। इस मिश्रण को धीरे धीरे मिलाए अब इसको गैस पर हल्की आंच मे पकने के लिए रख दे। अब कुछ देर ऐसे ही पकने देने के बाद इसे चख कर नमक और मिर्च डाल दे। कुछ देर गैस पर रख कर छोर दे। ध्यान रखे ज्यादा गाढ़ा ना हो। कुछ देर रखने के बाद आपका गरमा गरम सूप तैयार है। इसे गरमा गरम ब्रेड स्लाइसेस के साथ परोसे।

## कमल ककड़ी कबाब

सामग्री-
३ कमल ककड़ी
एक प्याला ब्रेड का चूरा
५ ग्राम बारीक कटी हुई हरी मिर्च
१० ग्राम बारीक कटा हुआ अदरक
१० ग्राम बारीक कटा हुआ हरा धनिया
स्वादानुसार नमक
डेढ़ छोटा चम्मच गरम मसाला
आधा छोटा चम्मच हल्दी
तलने के लिये तेल

विधिः कमल ककड़ी को ताजे पानी में अच्छी तरह धो लें। फिर छीलकर पतले टुकड़े कर लें। पानी में जरा सा नमक और हलदी डालकर उबालें और उसमें कटी हुई कमल ककड़ी डालकर पकाये। पानी अलग कर दें और एक कढ़ाई में कमलककड़ी के टुकड़ों को कुरकुरा-सुनहरा तल लें। ठंडा होने पर कमल ककड़ी, अदरक, हरी मिर्च, नमक और गरम मसाले को एक साथ ब्लेंडर में डालकर पीस लें। ब्रेड का चूरा मिलाएँ और मिश्रण को लपेट दें। आप चाहे तो इसे सींक में लपेटर या टिकीनुमा गोल थोड़ा सा तेल लगाकर गैस या कोयले पर सुनहरा सेंक कर बना सकते हैं और सलाद और चटनी के साथ गरम परोसकर इसका मजा ले सकते हैं।

# चना पालक

सामग्री-
१ गड्डी पालक साफ़ कर के धोएँ और पानी निकाल कर महीन काटें।
१ प्याला चने।
१ बड़ा चम्मच तेल
नमक स्वादानुसार
एक चम्मच हल्दी
१/२ चम्मच लाल मिर्च पिसी हुई
एक छोटा चम्मच धनिया पिसा हुआ
एक छोटा चम्मच ज़ीरा पिसा हुआ
२ टमाटर बारीक काटे हुए
हरी मिर्च और टमाटर के टुकड़े सजावट के लिए

विधिः चने धोकर रात पानी में ६ घंटे तक भिगो कर रखें। नमक और हल्दी डालकर प्रेशर कुकर में नरम होने तक पकाएँ। बर्तन में तेल डाल कर आँच पर चढ़ाएँ। तेल गरम होने पर टमाटर डाल दें, लाल मिर्च, ज़ीरा और धनिया मिलाएँ तेल अलग हो जाने तक धीमी आँच पर थोड़ी-थोड़ी देर पर चलाते हुए भूनें। पालक डालें, ढँक कर धीमी आँच पर नर्म होने तक पकाएँ। यह सब गाढ़े मिश्रण जैसा हो जाए तो चने मिलाएँ। पाँच मिनट तक धीमी आँच पर पकाएँ। रोटी या चावल के साथ गरम परोसें।

# ऑरेंज बर्फी

सामग्री :
नारियल का चूरा- २ कप,
कंडेंस्ड मिल्क- ४ बड़े टीस्पून,
ऑरेंज शरबत- २ बड़े टीस्पून,
ऑरेंज कलर- २-३ बूंद,
वनीला एसेंस- १ छोटा टीस्पून,
टूटी-फ्रूटी- २ बड़े टीस्पून,
पिस्ता- १ बड़ा टीस्पून बारीक कटा,
सिल्वर वर्क- २-३

विधिः सबसे पहले एक पैन में नारियल चूरे को डालकर दो मिनट तक भून लें। अब इसे एक बाउल में निकालकर उसमें कंडेंस्ड मिल्क, वनीला एसेंस, टूटी-फ्रूटी डालकर अच्छे से मिक्स करके सॉफ़्ट डो जैसा बना लें। अब इस मिक्सचर को २ पाट्‌र्स में बांट लें। एक में ऑरेंज कलर और ऑरेंज शरबत डालकर ऑरेंज मिक्सचर तैयार कर लें और दूसरे को ऐसे ही रहने दें।

अब एक क्लीन व्रैप लेकर उसे बर्फी ट्रे पर फैलाकर, पहले उस पर सफेद मिक्सचर और फिर ऑरेंज मिक्सचर को अच्छे से फैला दें। ऊपर से ड्रायफ्रूट्स डालकर फ्रिज में २ घंटे तक सेट होने के लिए रख दें। २ घंटे बाद फ्रिज से निकाल कर, इस पर सिल्वर वर्क लगाकर मनचाही शेप में काटकर सर्व करें।

# दुनियाभर में न्यू ईयर का ग्रैंड सेलिब्रेशन

## जब पूरी दुनिया ने एक साथ मुस्कुराकर नए साल का स्वागत किया

नए साल की पहली रात दुनिया के लिए सिर्फ़ एक तारीख ऩहीं होती, बल्कि उम्मीद, खुशी और उत्साह का उत्सव होती है। जैसे-जैसे घड़ी की सुइयाँ १२ बजने की ओर बढ़ती हैं, दुनिया के अलग-अलग कोनों में रोशनी, संगीत, नृत्य और उल्लास से भरे नज़ारे सामने आते हैं। दुनिया के हर कोने में न्यू ईयर का जश्न अलग-अलग अंदाज़ में मनाया गया, लेकिन खुशी, उल्लास और उत्सव की भावना हर जगह एक जैसी दिखी। कहीं रोशनी ज़्यादा थी, कहीं संगीत, तो कहीं परिवार का साथ–लेकिन नए साल का स्वागत हर जगह मुस्कान के साथ हुआ।आइए देखें कि दुनियाभर में न्यू ईयर कैसे और कहाँ मनाया गया।

ऑस्ट्रेलियाः सबसे पहले नए साल की दस्तक

ऑस्ट्रेलिया दुनिया के उन देशों में शामिल है जहाँ सबसे पहले नया साल आता है।

सिडनी हार्बर में रंग-बिरंगी आतिशबाज़ी

ओपेरा हाउस और हार्बर ब्रिज रोशनी से जगमगा उठे।

लाखों लोग समुद्र किनारे जमा होकर लाइव काउंटडाउन का हिस्सा बने।

यहां म्यूज़िक, लाइट शो और फैमिली पिकनिक का माहौल रहा।

न्यूज़ीलैंडः आसमान में रंगों की बारिश

ऑकलैंड में स्काई टॉवर से शानदार आतिशबाज़ी हुई।

युवा वर्ग ने ओपन-एयर पार्टियों का आनंद लिया ।

समुद्र तटों पर डांस और लाइव म्यूज़िक

शहर भर में फेस्टिव लाइटिंग

जापानः शांत और परंपरागत स्वागत

जापान में न्यू ईयर को शांतिपूर्ण और पारंपरिक तरीके से मनाया गया।

मंदिरों में घंटियाँ बजाई गईं

लोग पारंपरिक भोजन के साथ परिवार के साथ समय बिताते दिखे

टोक्यो की सड़कों पर सीमित लेकिन खूबसूरत लाइटिंग

चीनः रोशनी और पारिवारिक जश्न

हालाँकि चीन में पारंपरिक नववर्ष अलग समय पर आता है, फिर भी ग्रेगोरियन न्यू ईयर परः

बड़े शहरों में लाइट शो

मॉल्स और पब्लिक स्क्वेयर में म्यूज़िक इवेंट

परिवारों के साथ डिनर और सेल्फी कल्चर

यूरोपः सड़कों पर पार्टी

पेरिस

एफिल टावर के पास लाइट शो

शैंप्स-एलीज़े पर हजारों लोग

म्यूज़िक और काउंटडाउन

लंदन

टेम्स नदी के किनारे शानदार आतिशबाज़ी

बिग बेन के साथ न्यू ईयर काउंटडाउन

लाइव म्यूज़िक और स्ट्रीट सेलिब्रेशन

बर्लिन

ओपन-एयर पार्टी

डीजे म्यूज़िक और नाइट लाइफ

युवाओं में खास उत्साह

अमेरिकाः टाइम्स स्क्वायर का जलवा

न्यूयॉर्क का टाइम्स स्क्वायर बॉल ड्रॉप दुनिया का सबसे मशहूर न्यू ईयर इवेंट रहा।

लाखों लोग सड़कों पर

**भारत समेत दुनियाभर में साल २०२६ का आगाज हो चुका है। दिल्ली में इंडिया गेट पर लोगों ने काउंटडाउन के साथ नए साल का स्वागत किया, जबकि जम्मू-कश्मीर में बर्फबारी के बीच जश्न मनाया गया। सबसे पहले न्यूजीलैंड ने २०२६ में एंट्री की, जहां ऑकलैंड के स्काई टावर पर भव्य आतिशबाजी हुई। न्यूयॉर्क के टाइम्स स्क्वायर पर जश्न मनाने १० लाख लोग पहुंचे। जापान, चीन, सिंगापुर, ळैं, इंग्लैंड और ऑस्ट्रेलिया समेत कई देशों में आतिशबाजी की गई। अलग-अलग टाइम जोन के कारण भारत से पहले २९ देशों में २०२६ का स्वागत हुआ। नीदरलैंड्स के एम्स्टर्डम में नए साल के जश्न के दौरान ऐतिहासिक वोंडेल चर्च में आग लग गई, जिससे पूरे इलाके में अफरा-तफरी मच गई। आग लगने के बाद इमरजेंसी अलर्ट जारी किया गया।**

न्यूयॉर्क के टाइम्स स्क्वायर पर नए साल का

लाइव टीवी कवरेज

कंफ़ेटी, म्यूज़िक और सेलिब्रिटी परफॉर्मेंस

लॉस एंजेलिस और लास वेगास में भी नाइट पार्टियाँ और आतिशबाज़ी हुई।

जश्न मनाने के लिए 10 लाख लोग जुटे।

ब्राज़ीलः समुद्र तटों पर सफ़ेद जश्न

रियो डी जनेरियो में:

कोपाकबाना बीच पर लाखों लोग

सफ़ेद कपड़ों में समुद्र किनारे जश्न

म्यूज़िक, डांस और आतिशबाज़ी

दुबईः आसमान छूता सेलिब्रेशन

बुर्ज खलीफा पर भव्य लाइट और आतिशबाज़ी शो

रिकॉर्ड तोड़ विज़ुअल इफेक्ट्स

लक्ज़री होटल्स में ग्रैंड पार्टियाँ

भारतः पार्टी और पूजा का संगम

भारत में न्यू ईयर का स्वागत हर रंग में हुआ।

मुंबई, गोवा, बेंगलुरुः क्लब और बीच पार्टियाँ

दिल्लीः होटल और ओपन-एयर इवेंट

कई जगहों पर मंदिर, चर्च और गुरुद्वारों में प्रार्थनाएँ

परिवार और दोस्तों के साथ डिनर, केक और सेल्फी

दक्षिण अफ्रीका और अफ्रीकी देश

केपटाउन में म्यूज़िक फेस्टिवल

समुद्र तटों पर डांस

लोकल कल्चर के साथ आधुनिक जश्न

न्यू ईयर सेलिब्रेशन की खास झलकियाँ

आतिशबाज़ी

काउंटडाउन

लाइव म्यूज़िक

फैमिली गेदरिंग

स्ट्रीट पार्टियाँ

सेल्फी और सोशल मीडिया उत्साह

# BMC चुनाव २०२६...

# मुंबई नगर निगम के गढ़ को कौन जीतेगा?

एशिया के सबसे अमीर मुंबई नगर निगम के गढ़ को कौन फतह करेगा यह सबसे ज्यादा उत्सुकता देश का ध्यान मुंबई नगर निगम चुनाव पर है। इस बात की प्रबल संभावना है कि यह चुनाव चतुष्कोणीय होगा। नगर निगम चुनाव को लेकर सभी दलों के बीच होड़ मची हुई है। मनसे-उद्धव सेना और भाजपा-शिंदे सेना के बीच खींचतान अब शुरू होगी। जब दोनों तरफ प्रचार की तोपें धधक रही होंगी, तो आग की लपटें बाहर आ जाएंगी। नामांकन पत्र भरने के समय तक राज्य में काफी भ्रम की स्थिति थी। कई टिकट कटने के कारण बड़ा हंगामा हुआ। पार्टी नेतृत्व पर गंभीर आरोप लगाए गए थे। मुंबई में कुल २,५१६ उम्मीदवार मैदान में हैं। अब नगर निगम के गढ़ को कौन जीतेगा इसका खुलासा १६ जनवरी, २०२६ को होगा। बीएमसी के लिए कुल २,५१६ उम्मीदवार मैदान में हैं।  तो इस मुकाबले में कौन जीतेगा इसका खुलासा जल्द ही किया जाएगा।

चुनाव लड़ने के लिए बीएमसी की ओर से कुल ११,३९१ नामांकन पत्र वितरित किए गए थे। सबसे अधिक १८२ उम्मीदवार मैदान में हैं। सबसे कम संख्या में आवेदन सेंट्रल डिवीजन से वितरित किए गए थे। इस सीट पर कुल ५१ उम्मीदवार मैदान में हैं। कई लोग इस बात पर भी ध्यान दे रहे हैं कि किसका आवेदन खारिज हो गया है। इस बात की भी जांच और चर्चा की जा रही है कि बगावत को रोकने के लिए नामांकन कौन वापस लेता है।

अमरावती नगर निगम में ८७ पार्षदों के चुनाव के लिए १०२१ उम्मीदवारों ने नामांकन पत्र दाखिल किए हैं। कल कुल ७१५ नामांकन पत्र भरे गए थे। अमरावती नगर निगम चुनाव के लिए नामांकन पत्र दाखिल करने के अंतिम दिन कल ७१५ उम् मीदवारों ने नामांकन पत्र दाखिल किए। अब तक १०२१ उम्मीदवारों ने नामांकन दाखिल किया है। २२ वार्डों में ८७ सदस्यों के चुनाव के लिए १५ जनवरी को मतदान होगा और मतगणना १६ जनवरी को होगी।

**नगर निगम चुनाव को लेकर सभी दलों के बीच होड़ मची हुई है। मनसे-उद्धव सेना और भाजपा-शिंदे सेना के बीच खींचतान अब शुरू होगी। जब दोनों तरफ प्रचार की तोपें धधक रही होंगी, तो आग की लपटें बाहर आ जाएंगी। नामांकन पत्र भरने के समय तक राज्य में काफी भ्रम की स्थिति थी। कई टिकट कटने के कारण बड़ा हंगामा हुआ। पार्टी नेतृत्व पर गंभीर आरोप लगाए गए थे। मुंबई में कुल २,५१६ उम्मीदवार मैदान में हैं। अब नगर निगम के गढ़ को कौन जीतेगा इसका खुलासा १६ जनवरी, २०२६ को होगा। बीएमसी के लिए कुल २,५१६ उम्मीदवार मैदान में हैं। तो इस मुकाबले में कौन जीतेगा इसका खुलासा जल्द ही किया जाएगा।**

अमरावती नगर निगम (एएमसी) प्रशासन ने नामांकन दाखिल करने के लिए सात स्थानों पर व्यवस्था की थी। २०१७ में बीजेपी ने ४५ सीटें जीती थीं. कांग्रेस ने पिछली बार १५ पार्षदों को जीता था। उनमें से पांच को टिकट देने से इनकार कर दिया गया था। कांग्रेस ने इस साल ६५ नए चेहरों को मैदान में उतारा है।

बृहन्मुंबई महानगरपालिका चुनाव में बीजेपी, शिवसेना शिंदे गुट, शिवसेना यूबीटी, राज ठाकरे की मनसे और एनसीपी के शरद पवार और अजित पवार गुट भी मैदान में हैं. मुंबई में मराठी, उत्तर भारतीय और मुस्लिम वोटर निर्णायक स्थिति में हैं. आइए जानते हैं पूरा समीकरण। बृहन्मुंबई नगर निगम (BMC) चुनाव में २२७ सीटों की लड़ाई काफी प्रतिष्ठापूर्ण हो गई है। उद्धव ठाकरे की अगुवाई वाली शिवसेना के लिए ये करो या

मरो का सवाल है, जिन पर ठाकरे परिवार की सियासत का आखिरी गढ़ बचाने की चुनौती है। शिवसेना यूबीटी ने इस बार अपने चचेरे भाई राज ठाकरे के साथ गठबंधन किया है। जबकि बीजेपी शिवसेना शिंदे गुट के साथ गठजोड़ कर चुनाव में उतरी है। BMC के २२७ निर्वाचन वार्ड में मराठी, उत्तर भारतीय, मुस्लिम, गुजराती-मारवाड़ी मतदाताओं की संख्या सबसे ज्यादा है, बाकी अन्य समुदाय के वोटर हैं। बीएमसी चुनाव २०१७ में चुने गए २२७ नगरसेवकों में करीब १५०-१५५ नगरसेवक मराठी भाषी थे। जबकि ७२ से ७६ नगरसेवक गैर मराठी यानी गुजराती, उत्तर भारतीय, मुस्लिम थे। शिवसेना के दोनों धड़ों और मनसे का फोकस मराठी मानुष पर है, जबकि बीजेपी मराठी और गैर मराठी दोनों पर ध्यान दे रही है।

BMC का चुनाव 'पार्टी' नहीं, पहचान + वार्ड-स्तरीय नेटवर्क का चुनाव है जो इसे सिर्फ़ राज्य या लोकसभा की तरह देख रहा है, वो ग़लत है।

BMC में जीत तय होती हैः

वार्ड के ठेके
झुग्गी-पुनर्विकास
पानी-नाला-कचरा
स्थानीय नेता की पकड़

अब इसी चश्मे से सबको देखो।

**वोटर ब्लॉक्सः असली खेल यहीं है**

□ (A) मराठी वोटर (लगभग ३५-४०%)

सबसे ज़्यादा बिखरा हुआ, इसलिए सबसे निर्णायक।

शिवसेना (UBT)
भावनात्मक पकड़ अब भी है
'असली शिवसेना' नैरेटिव
लेकिनः संगठन कमजोर, फंड और सत्ता नहीं

शिवसेना (शिंदे)
सत्ता, पैसा, ठेकेदार नेटवर्क
लेकिनः ग्रासरूट में भरोसे की कमी
मराठी अस्मिता पर पकड़ उधार की है

मनसे (राज ठाकरे)
शुद्ध मराठी वोट काटने की मशीन
जीत कम, हार तय करवाने की क्षमता ज़्यादा

अगर ८-१०% वोट भी ले गए, तो UBT और शिंदे दोनों को नुकसान

मराठी वोट एकमुश्त किसी को नहीं मिलेगा। यही सबसे बड़ा फैक्टर है।

□ (B) उत्तर भारतीय वोटर (२०-२५%)

सबसे ज़्यादा संगठित और व्यवहारिक वोट।

झुकाव साफ़ तौर पर बीजेपी + शिंदे गुट की ओर कारण केंद्र + राज्य सत्ता
हिंदी भाषी नेतृत्व
लॉ-एंड-ऑर्डर, राष्ट्रवाद का नैरेटिव
□ ये वोट भावुक नहीं, पावर देखता है
□ BJP का सबसे स्थिर वोट बैंक

□ (C) मुस्लिम वोटर (१२-१५%)
पूरा का पूरा एंटी-बीजेपी वोट।
झुकावः
शिवसेना (UBT)
NCP (शरद पवार)
कांग्रेस (अगर मैदान में असरदार रही)
बंटवारा तभी होगा जबः
उम्मीदवार कमजोर हो
स्थानीय स्तर पर सौदेबाज़ी हो

मुस्लिम वोट एकजुट रहता है, लेकिन जीत दिलाने के लिए उसे मराठी या उत्तर भारतीय वोट का साथ चाहिए

**पार्टियों की वास्तविक ताक़त और कमजोरी**

□ BJP
ताक़त
पैसा
मशीनरी
उत्तर भारतीय वोट
शिंदे गुट का सहारा
कमजोरी
BMC में खुद का कैडर आज भी सीमित
मराठी अस्मिता में भरोसा नहीं

BJP अकेले नहीं जीतती, साझेदार से जीतती है

□ शिवसेना (शिंदे)
ताक़त
सत्ता
प्रशासनिक पकड़
पार्षद तोड़ने का रिकॉर्ड
कमजोरी
जनता में वैधता का सवाल
मराठी भावनात्मक जुड़ाव कमजोर
ये 'सत्ता की सेना' है, आंदोलन की नहीं

शिवसेना (UBT)
ताक़त
ब्रांड
मराठी + मुस्लिम कॉम्बो
सहानुभूति फैक्टर

कमजोरी
पैसा नहीं
सत्ता नहीं
ज़मीनी संगठन कमजोर

अगर मनसे अलग नहीं रही, तो UBT को भारी नुकसान

□ मनसे
ताक़त
मराठी हार्डलाइन
शहरी युवा
हक़ीक़त
जीतने की नहीं, खेल बिगाड़ने की पार्टी
मनसे = Kingmaker नहीं, Kingbreaker

□ NCP (शरद पवार)
मुस्लिम + मराठी सेक्युलर वोट
सीमित वार्डों में असर

खुद नहीं जीतेगी, किसी को जिताने या हराने में रोल

□ NCP (अजित पवार)
BJP-शिंदे की B-team
कुछ इलाकों में फंड का असर
अकेले कोई गेम-चेंजर नहीं

**संभावित परिदृश्य (Ground Reality)**

**Scenario 1: BJP + Shinde + Ajit**
उत्तर भारतीय + सत्ता + पैसा
सबसे मजबूत गठबंधन

**Scenario 2: UBT + Sharad Pawar + Congress**
मराठी + मुस्लिम
लेकिनः मनसे अलग रही तो नुकसान तय

**Scenario 3:** मनसे का आक्रामक खेल
३०-४० सीटों पर सीधा नुकसान

**(शेषः पृष्ठ ४४ पर)**

### मेष (Aries)

जनवरी तुम्हारे लिए आराम का महीना नहीं है, यह साफ़ समझ लो। काम का बोझ बढ़ेगा और कोई तुम्हारी जगह काम करने नहीं आएगा। जल्दबाज़ी में लिए फैसले सीधे नुकसान देंगे, खासकर करियर से जुड़े मामलों में। वरिष्ठों से टकराव का योग है– अहंकार दिखाया तो नुकसान तय है। नेतृत्व का मौका मिलेगा, लेकिन सिर्फ बोलने से नहीं, करके दिखाना पड़ेगा। पैसे आएँगे, पर खर्च भी उसी रफ्तार से निकलेंगे। निवेश में जोखिम लेने से बचो। रिश्तों में कंट्रोल की आदत झगड़े बढ़ाएगी। परिवार में तुम्हारी बात मानी जाएगी, बशर्ते लहजा सही हो। सेहत में सिरदर्द, ब्लड प्रेशर या नींद की समस्या दिखती है। जिम या एक्सरसाइज़ शुरू करोगे तो फायदा होगा। पुराने अधूरे काम इस महीने निपटाने ही पड़ेंगे। टालमटोल की अब कोई गुंजाइश नहीं। यह महीना तुम्हें परखेगा–भागने वालों को पीछे छोड़ेगा।

### वृषभ (Taurus)

जनवरी बाहर से शांत दिखेगा, लेकिन अंदर ही अंदर दबाव बढ़ेगा। काम की रफ्तार धीमी रहेगी, पर यही समय है मजबूत आधार बनाने का। पैसे की स्थिति स्थिर रहेगी, लेकिन खर्च नियंत्रण में नहीं रखा तो परेशानी होगी। लक्ज़री और सुविधा पर ज्यादा खर्च से बचो। ऑफिस में किसी पर आंख बंद कर भरोसा मत करो। मेहनत का फल देर से मिलेगा, पर मिलेगा जरूर। सेहत सामान्य रहेगी, लेकिन वजन और सुस्ती बढ़ सकती है। खानपान में अनुशासन जरूरी है। परिवार में किसी बुज़ुर्ग की जिम्मेदारी बढ़ सकती है। रिश्तों में स्थिरता रहेगी, लेकिन भावनात्मक दूरी महसूस हो सकती है। धैर्य तुम्हारा सबसे बड़ा हथियार है। जल्दबाज़ी इस महीने दुश्मन है। जो टिके रहेंगे, वही आगे बढ़ेंगे।

### मिथुन (Gemini)

जनवरी में दिमाग बहुत तेज़ चलेगा, लेकिन फोकस की कमी परेशानी बनेगी। एक साथ कई काम उठाने की आदत छोड़नी पड़ेगी। नौकरी या बिज़नेस में बदलाव का विचार आएगा–डरोगे तो वहीं फँस जाओगे। बातचीत और नेटवर्किंग से नए मौके मिल सकते हैं। लेकिन झूठ या आधी सच्चाई नुकसान करेगी। आर्थिक स्थिति औसत रहेगी, निवेश सोच-समझकर करो। उधार देने से बचो। रिश्तों में गलतफहमी बढ़ सकती है, साफ़ बात जरूरी है। मानसिक तनाव और बेचैनी रहेगी। नींद पूरी नहीं हुई तो काम पर असर पड़ेगा। यात्रा के योग हैं, लेकिन थकान भी देंगे। जनवरी तुम्हें सिखाएगा–कम बोलो, ज्यादा पूरा करो।

### कर्क (Cancer)

भावनात्मक रूप से यह महीना भारी रहेगा। परिवार और निजी जीवन की जिम्मेदारियाँ बढ़ेंगी। काम और घर के बीच संतुलन बनाना मुश्किल होगा। पैसे आएँगे, लेकिन भावनाओं में खर्च हो सकते हैं। किसी की मदद करते-करते खुद को नुकसान मत पहुँचाओ। ऑफिस में राजनीति से दूर रहना बेहतर है। भरोसा करने से पहले दो बार सोचो। सेहत में पेट, नींद और तनाव से जुड़ी समस्याएँ दिखती हैं। खुद को हर किसी की समस्या का समाधान मानना बंद करो। रिश्तों में भावनात्मक दबाव रहेगा। जो कहना है, साफ़ कहो। चुप रहकर सब सहना इस महीने सही रणनीति नहीं है। सीमाएँ बनाना

सीखना पड़ेगा।

### सिंह (Leo)

जनवरी में लाइमलाइट तुम्हारे ऊपर रहेगी। तारीफ भी मिलेगी और आलोचना भी। करियर में आगे बढ़ने का मौका है, लेकिन एक गलती भारी पड़ सकती है। वरिष्ठों से टकराव से बचो। अहंकार कम और रणनीति ज्यादा रखो। आर्थिक स्थिति मजबूत रहेगी, पर दिखावे में खर्च बढ़ेगा। सेहत में पीठ, दिल और थकान की समस्या दिखती है। आराम को कमजोरी मत समझो। रिश्तों में कंट्रोल करने की आदत झगड़े बढ़ाएगी। सुनना सीखोगे तो रिश्ते बचेंगे। यह महीना तुम्हारी परिपक्वता की परीक्षा है।

### कन्या (Virgo)

जनवरी मेहनत का पूरा हिसाब लेगा। काम में सफलता मिलेगी, लेकिन मानसिक दबाव भी रहेगा। हर चीज़ पर परफेक्शन की ज़िद खुद को थका देगी। आर्थिक स्थिति सुधरेगी, रुके पैसे मिल सकते हैं। सहकर्मियों की गलतियों की जिम्मेदारी मत उठाओ। सेहत में पाचन और थकान की समस्या संभव है। रूटीन सुधारना जरूरी है। रिश्तों में व्यवहारिक सोच रखो, भावनात्मक ड्रामा नहीं। शिकायतें कम और समाधान ज्यादा रखो। यह महीना तुम्हें सिखाएगा–सब कुछ तुम्हारे कंट्रोल में नहीं है।

### तुला (Libra)

जनवरी का सबसे बड़ा सबक–फैसले टालना बंद करो। जो निर्णय समय पर नहीं लिए, वही नुकसान करेंगे। पार्टनरशिप में शर्तें साफ़ करनी होंगी। पैसा आएगा, लेकिन खर्च हाथ से निकल सकता है। दिखावे से दूरी रखो। काम में असमंजस रहेगा, लेकिन एक बार दिशा तय की तो गति आएगी। मानसिक तनाव बढ़ेगा। रिश्तों में संतुलन बनाए रखने की कोशिश थका देगी। खुद को प्राथमिकता देना सीखो। सबको खुश करने की कोशिश छोड़ो।

### वृश्चिक (Scorpio)

जनवरी अंदरूनी संघर्ष लेकर आएगा। ऑफिस में राजनीति और पावर गेम्स दिखेंगे। किसी छुपी बात का खुलासा हो सकता है। सच से भागना नुकसान देगा। आर्थिक मामलों में जोखिम से बचो। रिश्तों में शक और कंट्रोल की आदत तनाव बढ़ाएगी। सेहत में गुस्सा और ब्लड प्रेशर बढ़ सकता है। शांत रहकर रणनीति बनाओ। प्रतिक्रिया देने से पहले सोचो। यह महीना तुम्हें आत्म-नियंत्रण सिखाएगा।

### धनु (Sagittarius)

नए विचार और मौके मिलेंगे, लेकिन अनुशासन की कमी भारी पड़ेगी। यात्रा और सीखने के योग हैं। पैसे आएँगे, पर खर्च भी तेज़ रहेगा। काम में अवसर मिलेंगे, पर प्लान नहीं होगा तो सब बिखरेगा। सेहत में लापरवाही थकान देगी। रिश्तों में ईमानदारी जरूरी है। बड़े सपने ठीक हैं, लेकिन जमीन पर उतारो। जनवरी तुम्हें हकीकत से रूबरू कराएगा।

### मकर (Capricorn)

काम, काम और सिर्फ काम–जनवरी यही कहेगा। जिम्मेदारी बढ़ेगी और पहचान भी मिलेगी। मेहनत का फल दिखेगा, लेकिन धीरे। ओवरवर्क से सेहत बिगड़ सकती है। पीठ और घुटनों का ध्यान रखो। आर्थिक स्थिति स्थिर रहेगी। परिवार को समय नहीं दिया तो दूरी बढ़ेगी। संतुलन बनाना सीखना पड़ेगा। यह महीना तुम्हारी सहनशक्ति की परीक्षा है।

### कुंभ (Aquarius)

नए आइडिया और सोच तेज़ रहेगी। लेकिन बिना सिस्टम सब बेकार जाएगा। दोस्ती और नेटवर्किंग से फायदा होगा। काम में बदलाव संभव है। आर्थिक स्थिति सुधरेगी, अगर खर्च पर नियंत्रण रखा। सेहत में नींद और मानसिक थकान दिखती है। खुद को साबित करने की जल्दी मत करो। लगातार काम ही जीत दिलाएगा।

### मीन (Pisces)

भ्रम और हकीकत के बीच फर्क करना पड़ेगा। भावनाओं में बहकर फैसले लिए तो नुकसान होगा। क्रिएटिव काम में फायदा है, लेकिन अनुशासन जरूरी है। पैसे को लेकर उधार और भावुक मदद से बचो। रिश्तों में साफ़ बात जरूरी है। सेहत में मानसिक थकान और नींद की कमी दिखती है। जमीन पर रहोगे तो टिकोगे।

# सातारा:

# सह्याद्रि की गोद में इतिहास और प्रकृति

## — भीड़ से दूर, दिखावे से अलग

महाराष्ट्र के पश्चिमी घाट में बसा सातारा कोई चमक-दमक वाला पर्यटन केंद्र नहीं है। यह शहर उन यात्रियों के लिए है, जो जगह को सिर्फ़ देखने नहीं, समझने जाते हैं। सह्याद्रि की पहाड़ियों, मराठा इतिहास और ग्रामीण सादगी के साथ सातारा आज भी अपनी मूल पहचान बचाए हुए है। सातारा मराठा साम्राज्य की राजनीतिक और सांस्कृतिक विरासत का साक्षी रहा है। छत्रपति शिवाजी महाराज के स्वराज्य आंदोलन से जुड़ा यह क्षेत्र केवल किलों का समूह नहीं, बल्कि प्रतिरोध और आत्मसम्मान की परंपरा का प्रतीक है। सातारा महाराष्ट्र में एक शहर और जिला मुख्यालय है। यह कृष्ण नदी, वेणु नदी की एक सहायक नदी के संगम के पास स्थित है, सातारा मानसून के मौसम में महाराष्ट्र में जाने के लिए प्रसिद्ध स्थानों में से एक है और पुणे के पास जाने के लिए शीर्ष स्थानों में से एक है। २३२० फीट की ऊंचाई पर स्थित, यह महाबलेश्वर और पंचगनी जैसे कई पर्यटन स्थलों के लिए एक बेस स्टेशन है। इस शहर का नाम सात (सात) और तारा (पहाड़ियों) को लागू करने वाले स्थान के आस-पास के सात पहाड़ों से लिया गया है। यह उत्तर में पुणे जिले से घिरा हुआ है, पूर्व में सोलापुर जिला, दक्षिण में सांगली जिला और पश्चिम में रत्नागिरी। सतारा एक और लोकप्रिय पर्यटन आकर्षण है जिसे महाबलेश्वर पैकेज में जरूर शामिल किया जाना चाहिए।

सातारा के इतिहास के अनुसार महान मराठा शासक शिवाजी ने १६६३ ईस्वी में इस क्षेत्र पर कब्जा कर लिया। तीसरे एंग्लो-मराठा युद्ध के

**प्रकृति, इतिहास और पहाड़ों का असली संगम सातारा महाराष्ट्र के पश्चिमी घाट में बसा सह्याद्रि की गोद में बैठा शहर है। यह जगह न तो ज़रूरत से ज़्यादा प्रचारित है, न ही बनावटी–और यही इसकी सबसे बड़ी ताक़त है। सातारा छत्रपति शिवाजी महाराज और मराठा साम्राज्य के इतिहास से गहराई से जुड़ा है। यह इलाका सिर्फ़ किले नहीं दिखाता, बल्कि स्वराज्य की सोच समझाता है। अगर आप माहौल, इतिहास और प्रकृति महसूस करना चाहते हैं–तो यह जगह आपको बहुत कुछ देगी।**

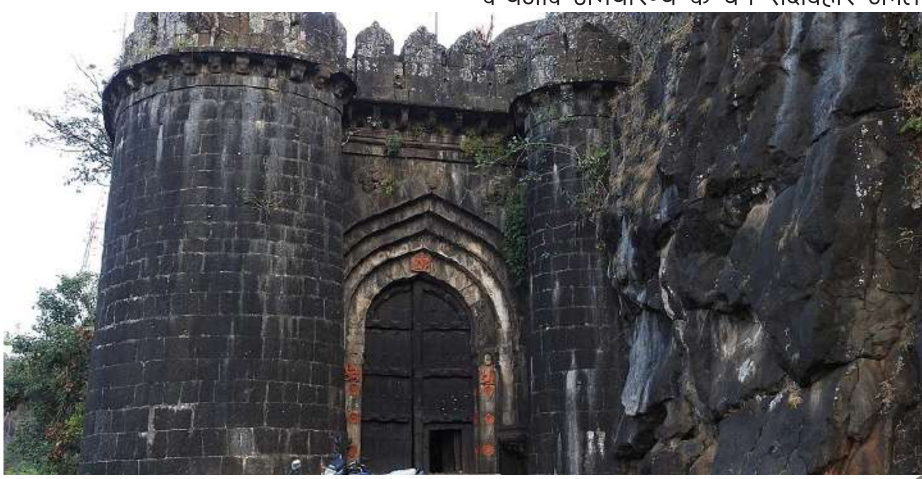
बाद, अंग्रेजों ने मराठा से सातारा के क्षेत्र पर कब्जा कर लिया और शहर के रखरखाव को देखने के लिए इसे राजा प्रताप सिंह को सौंपा। बाद में सातारा १८४८ ईस्वी में बॉम्बे प्रेसीडेंसी का हिस्सा बन गया और भारत की आजादी के बाद महाराष्ट्र का एक जिला बन गया।

## प्रमुख पर्यटन स्थल

**कास पठारः**

यूनेस्को विश्व धरोहर में शामिल कास पठार मानसून के बाद रंग-बिरंगे जंगली फूलों से भर जाता है। सितंबर-अक्टूबर इसका सबसे अच्छा समय है। यह स्थल फोटोशूट से ज़्यादा संरक्षण की माँग करता है। महाराष्ट्र के सतारा जिले में स्थित एक विशाल ज्वालामुखीय पार्श्व पठार है। यह सह्याद्री उप क्लस्टर के अंतर्गत आता है और सातारा के पास जाने के लिए शीर्ष स्थानों में से एक है। लोकप्रिय रूप से पठार के फूलों के रूप में जाना जाता है, कस पठार महाराष्ट्र के प्रसिद्ध पर्यटक आकर्षणों में से एक है और मानसून के दौरान प्रकृति प्रेमियों के बीच एक लोकप्रिय पिकनिक स्थान भी है। पठार १२०० मीटर की ऊंचाई पर स्थित है और क्षेत्र में लगभग १,००० हेक्टेयर है। 'कस' नाम कासा पेड़ से निकलता है।

कस में फूलों के पौधों की ८५० से अधिक विभिन्न प्रजातियां हैं जिनमें से ६२४ आईयूसीएन लाल सूची में सूचीबद्ध हैं। इनमें ऑर्किड, करवी जैसे झाड़ियों, और ड्रोसेरा इंडिका जैसे मांसाहारी पौधे शामिल हैं। कस पठार कोयना वन्यजीव अभयारण्य के घने सदाबहार जंगलों



को नज़रअंदाज़ करता है और कोयना बांध के पकड़ क्षेत्र के रूप में कार्य करता है। यह पक्षी निरीक्षकों के लिए भी एक स्वर्ग है, क्योंकि पक्षियों की कई प्रजातियों को यहां देखा जा सकता है। कस झील नामक एक अद्भुत झील है, जो पठार के दक्षिण की तरफ स्थित है। नियम तोड़ना यहाँ की खूबसूरती को नुकसान पहुँचाता है।

**सज्जनगढ़ किला**

संत रामदास स्वामी की समाधि वाला यह किला सातारा शहर के ऊपर स्थित है। यहाँ का वातावरण पर्यटन से अधिक आध्यात्मिक शांति देता है। सज्जानगढ़ किला को पहले आशवालयंगाड के नाम से जाना जाता था और १३४७-१५२७ ईस्वी के बीच बहामनी सम्राटों द्वारा बनाया गया था। बाद में १६ वीं शताब्दी ईस्वी में आदिल शा ने विजय प्राप्त की। उसी वर्ष मुगलों ने शा शासकों पर हमला किया और इस किले को अपने नियंत्रण में लिया। बाद मे यह छत्रपति शिवाजी महाराज के शासन में आया था। पहले पैराली किले के रूप में जाना जाता था, शिवाजी महाराज ने श्री रामदास से यहां अपना स्थायी निवास स्थापित करने का अनुरोध करने के बाद इसका नाम बदलकर सज्जानगढ़ कर दिया था।

**अजिंक्यतारा किला**

सातारा शहर के बीचों-बीच स्थित यह किला सूर्योदय के दृश्य के लिए प्रसिद्ध है। इतिहास और हल्की ट्रेकिंग–दोनों का संतुलन यहाँ मिलता है। सातारा बास

स्टैंड

से ४ किमी की दूरी पर, अजिंक्यतारा किल्ला महाराष्ट्र के सह्याद्री पहाड़ों में सातारा शहर के आसपास के सात पहाड़ों में से एक पर स्थित एक प्राचीन पहाड़ी किला है। यह महाराष्ट्र के प्रमुख ऐतिहासिक स्थानों में से एक है और सातारा में घूमने लायक पर्यटन स्थलों में से एक है।

३,३०० फीट की ऊंचाई पर अजिंक्य तारा पर्वत के ऊपर स्थित, अजिंक्य तारा किला सातारा शहर का मनोरम दृश्य पेश करता है। अजिंक्य तारा किल्ला शिलाहार वंश के राजा भोज द्वारा बनाया गया था। १६७३ ईसवीं में, छत्रपति शिवाजी महाराज ने आदिल शा से इस किले पर नियंत्रण लिया और आगे औरंगजेब ने १७०० ईसवीं और १७०६ ईसवीं के बीच इस किले को नियंत्रित किया। १७०८ ईसवीं में, शाहू महाराज ने अजिंक्यतारा जीता, १८१८ ईस्वी में ब्रिटिशों ने किले पर विजय प्राप्त होने तक मराठों के साथ बने रहे। इससे पहले, ताराबाई राजे भोंसेले ने इस किले को मुगलों से जीता था और इसका नाम बदलकर अजिंक्य तारा कर दिया था। मुगल शासन के तहत, अजिंक्य तारा को आजमत्ता कहा जाता था। यह वह जगह थी जहां शाहू महाराज ने ताराबाई को कैद कर दिया था। यह किला वह स्थान रहा है जहां मराठा इतिहास में कई महत्वपूर्ण क्षण हुए थे।

**प्रतापगढ़ किला**

शिवाजी महाराज और अफ़ज़लखान की ऐतिहासिक भेंट का स्थल। यह किला अच्छी तरह संरक्षित है, लेकिन इतिहास समझने के लिए गाइड लेना ज़रूरी है।

**ठोसेघर जलप्रपात**

मानसून में उफनता हुआ ठोसेघर झरना सातारा की प्राकृतिक शक्ति को दर्शाता है। बारिश में सुरक्षा नियमों की अनदेखी खतरनाक हो सकती है। सातारा से २६ किमी की दूरी पर, थॉ सेघर फॉल्स महाराष्ट्र के सातारा जिले के थेगर गांव में स्थित एक लोकप्रिय झरना है। यह महाराष्ट्र के शीर्ष झरनों में से एक है और भारत में सबसे ज्यादा प्रसिद्ध झरनों में से एक है। थोसेघर फॉल्स सातारा मे सबसे अधिक लोकप्रिय स्थानों में से एक है और मुंबई के पास सबसे अच्छे मॉनसून पर्यटक स्थानों में से एक है। थॉसेघर झरना कोंकण क्षेत्र के किनारे स्थित एक सुंदर स्थान है। लगभग ५०० मीटर की कुल ऊंचाई के साथ झरना कैस्केड की एक श्रृंखला के माध्यम से गिरता है। यह एक मौसमी झरना है जो केवल मानसून में देखा जाता है और एक गहरी घाटी में गिर जाता है। वेघार फॉल्स अपनी शांति, क्लैम और शांत प्राकृतिक परिवेश के लिए प्रसिद्ध है।

**यवतेश्वर घाट**

ड्राइविंग पसंद करने वालों के लिए यह घाट मार्ग बेहद आकर्षक है। हरे-भरे पहाड़, बादल और शांत रास्ते–यहाँ यात्रा खुद अनुभव बन जाती है।

**खान-पानः सादगी में स्वाद**

सातारा का भोजन दिखावटी नहीं है। यहाँ का ग्रामीण मराठी खाना–पिठला-भाकरी, झुणका, वरन-भात– पेट से ज़्यादा मन को संतुष्ट करता है।

**घूमने का सही समय**

जुलाई से अक्टूबरः हरियाली और झरने

दिसंबर से जनवरीः ठंडा, साफ़ मौसम

गर्मियों में पर्यटन सीमित रखें

**किसके लिए उपयुक्त है सातारा?**

☐ प्रकृति प्रेमियों के लिए

☐ इतिहास में रुचि रखने वालों के लिए

☐ शांत, अर्थपूर्ण यात्रा चाहने वालों के लिए

# ‘डॉन ३’ से रणवीर सिंह को मेकर्स ने दिखाया बाहर का रास्ता!

फिल्म ‘धुरंधर’ की बंपर सफलता के बाद सातवें आसमान पर उड़ रहे अभिनेता रणवीर सिंह के फैंस के लिए एक चौंकाने वाली खबर सामने आई है। अब तक यह चर्चा थी कि रणवीर सिंह ने खुद ‘डॉन ३’ छोड़ी है, लेकिन अंदरूनी कहानी कुछ और ही बयां कर रही है। ताजा रिपोर्ट्स के मुताबिक, रणवीर ने फिल्म से वॉकआउट नहीं किया है, बल्कि मेकर्स ने उनकी ‘अनुचित मांगों’ से परेशान होकर उन्हें प्रोजेक्ट से बाहर का रास्ता दिखाया है। इंडिया टुडे की रिपोर्ट के अनुसार, फिल्म से अलग होने का फैसला रणवीर का नहीं, बल्कि प्रोडक्शन हाउस का था। सूत्रों का कहना है कि जब रणवीर की पिछली तीन फिल्में बॉक्स ऑफिस पर लगातार फ्लॉप हुई थीं और संजय लीला भंसाली जैसे दिग्गज ने ‘बैजू बावरा’ डिब्बाबंद कर दी थी, तब फरहान अख्तर और रितेश सिधवानी ही थे जिन्होंने उन पर भरोसा जताया था।

अमिताभ बच्चन और शाहरुख खान जैसी महान हस्तियों द्वारा निभाए गए ‘डॉन’ के किरदार के लिए फरहान ने रणवीर को चुना था, जो किसी भी अभिनेता के लिए सपने के सच होने जैसा था। लेकिन अब मेकर्स द्वारा उन्हें फिल्म से हटाना यह दर्शाता है कि पर्दे के पीछे सब कुछ सामान्य नहीं था। इससे पहले मीडिया में यह खबरें चल रही थीं कि ‘धुरंधर’ के सुपरहिट होने के बाद रणवीर अपने करियर को लेकर काफी सतर्क हो गए हैं और वे बैक-टू-बैक गैंगस्टर की भूमिका नहीं निभाना चाहते। यह भी कहा जा रहा था कि वे भंसाली, लोकेश कनगराज और एटली जैसे निर्देशकों के साथ काम करने को प्राथमिकता दे रहे हैं और इसी वजह से उन्होंने ‘डॉन ३’ छोड़ी।

हालांकि, नई रिपोर्ट ने इस पूरे नरेटिव को गलत करार दिया है। फिलहाल, फरहान अख्तर के निर्देशन में बन रही इस मच-अवेटेड फिल्म पर संकट के बादल मंडरा रहे हैं और ‘डॉन’ के किरदार के लिए नए चेहरे की तलाश शुरू हो गई है। अभी तक इस पूरे विवाद पर रणवीर सिंह या एक्सेल एंटरटेनमेंट की तरफ से कोई आधिकारिक बयान जारी नहीं किया गया है।

# ‘बॉर्डर २’ से ‘बैटल ऑफ गलवान’ तक, २०२६ में होगा सिनेमाई धमाका

साल २०२५ में एक से बढ़कर एक फिल्मों का जादू सिनेमाघरों में देखने को मिला। ‘धुरंधर’, ‘छावा’ और ‘सैयारा’ जैसी फिल्में बॉक्स ऑफिस पर धमाल मचाने में सफल रहीं। साल २०२६ इस मामले में पहले से ही कमर कस चुका है। सिनेमा प्रेमियों के लिए यह शानदार साल होने वाला है। बॉलीवुड के साथ ही साउथ इंडस्ट्री की कई मोस्ट अवेटेड फिल्में रिलीज होने को तैयार हैं। इस लिस्ट में शाहरुख, सलमान समेत कई बड़े कलाकारों की फिल्म भी शामिल हैं। ये फिल्में एक्शन, ड्रामा, मिथोलॉजी, हॉरर-कॉमेडी और वॉर जॉनर को कवर करती हैं। कई फिल्मों की रिलीज डेट फेस्टिवल्स जैसे संक्रांति, होली और इंडिपेंडेंस डे से भी जुड़ी हैं, जिससे बॉक्स ऑफिस पर धमाका तय है।

साल की शुरुआत धमाकेदार होगी। जनवरी में सबसे पहले ‘इक्कीस’ रिलीज होगी, जो निर्देशक श्रीराम राघवन की वॉर ड्रामा है। इसमें अमिताभ बच्चन के नाती अगस्त्य नंदा मुख्य भूमिका में हैं, जबकि धर्मेंद्र और जयदीप अहलावत महत्वपूर्ण रोल में नजर आएंगे। यह फिल्म भारत के सबसे युवा परमवीर चक्र विजेता की सच्ची कहानी पर आधारित है। यह दिवंगत अभिनेता धर्मेंद्र की अंतिम फिल्म है। जनवरी में ‘द राजा साब’ भी आएगी। प्रभास स्टारर हॉरर-कॉमेडी का निर्देशन मारुति कर रहे हैं।

# झूठे दोस्त

## मुस्कान, भरोसा और पीछे छुपा स्वार्थ

**दोस्ती एक ऐसा रिश्ता है, जिसे हम अपनी मर्जी और पसंद से चुनते हैं। जिस पर हम कई बार अपने परिवार से ज्यादा भरोसा करने लगते हैं, क्योंकि एक दोस्त ही होता है, जिससे हम अपने दिल की अच्छी और बुरी बातें, परेशानियां बिना किसी झिझक के शेयर कर लेते हैं।**

दोस्ती शब्द सुनते ही भरोसा, साथ और अपनापन याद आता है। लेकिन आज के समय में हर मुस्कुराता चेहरा दोस्त नहीं होता। कई लोग दोस्ती का मुखौटा पहनकर सिर्फ़ अपना फ़ायदा देखते हैं। ऐसे लोग न तो दुश्मन होते हैं, न दोस्त– वे होते हैं झूठे साथी, जो समय आने पर सबसे ज़्यादा चोट देते हैं। झूठे दोस्तों की पहचान समय रहते हो जाए, तो कई मानसिक तनाव, अपमान और नुकसान से बचा जा सकता है।

१. ज़रूरत की दोस्ती, सुविधा का रिश्ता
झूठा दोस्त तभी याद करता है जब उसे काम हो– पैसे की ज़रूरत, किसी से मिलवाना, या अपना बोझ हल्का करना। काम निकलते ही वह व्यस्त हो जाता है। जो दोस्त बिना वजह भी हालचाल पूछे, वही असली होता है।

२. पीठ पीछे की गई दोस्ती
आपके सामने तारीफ़, और आपकी अनुपस्थिति में मज़ाक या निंदा– यह झूठी दोस्ती का सबसे पक्का संकेत है। जो व्यक्ति दूसरों की बुराई आपसे करता है, वह आपकी भी करता होगा–इसमें कोई शक नहीं।

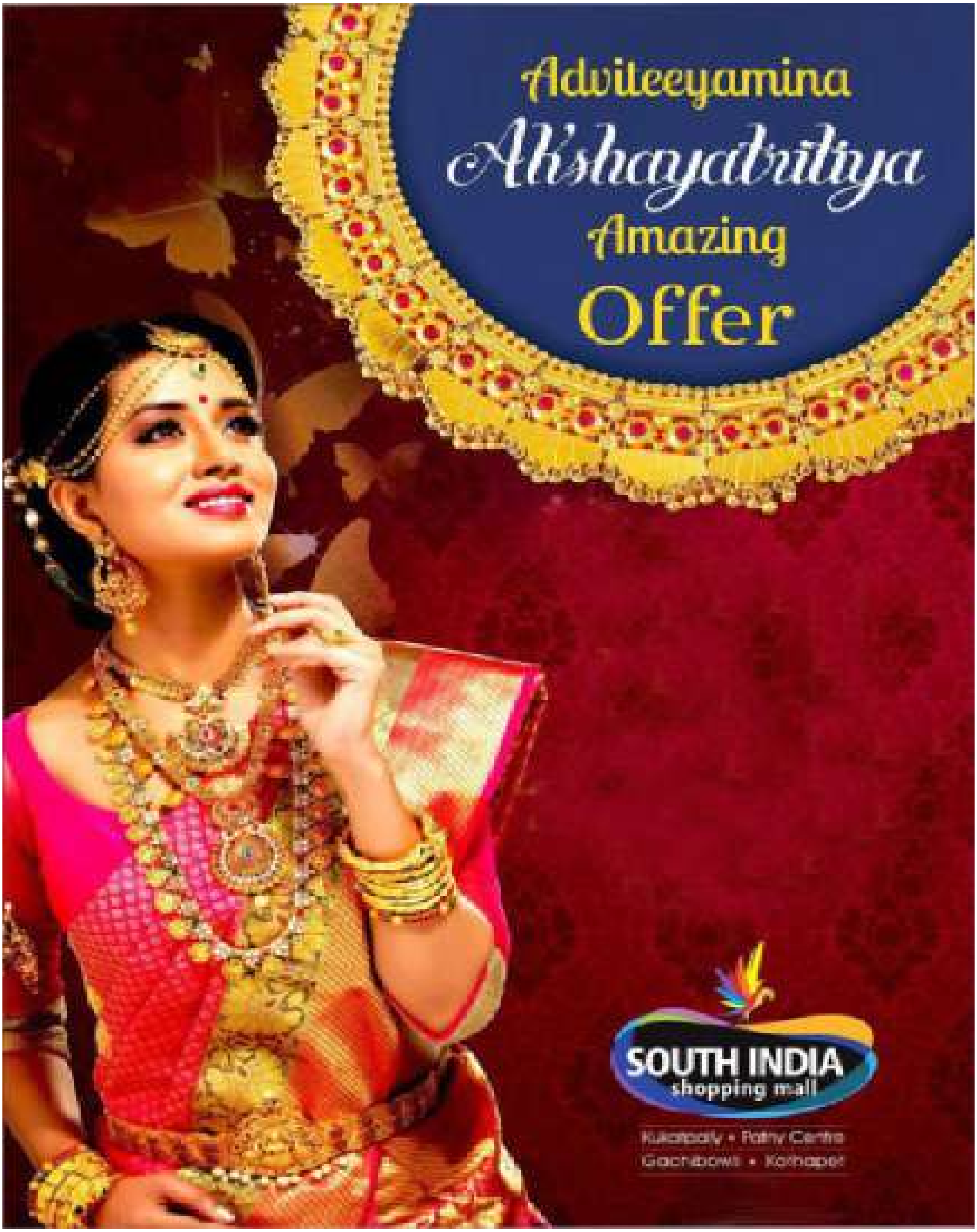
३. आपकी तरक्की से असहजता
सच्चा दोस्त आपकी सफलता पर गर्व करता है। झूठा दोस्त आपकी उपलब्धियों को छोटा दिखाता है– 'अरे, इसमें क्या बड़ी बात है?' जलन हमेशा शब्दों में नहीं, व्यवहार में दिखती है।

४. मज़ाक के नाम पर अपमान
बार-बार आपकी कमजोरियों, परिवार, आर्थिक स्थिति या सपनों पर तंज कसे जाएँ– और फिर कहा जाए, 'मज़ाक था'– तो समझ लीजिए, यह मज़ाक नहीं, मानसिक चोट है। सम्मान के बिना कोई दोस्ती नहीं टिकती।

५. मुश्किल में सलाह, साथ नहीं
जब आप परेशानी में हों– झूठा दोस्त लंबी सलाह देगा, लेकिन साथ खड़ा नहीं होगा। साथ देना मेहनत माँगता है, सलाह देना नहीं।

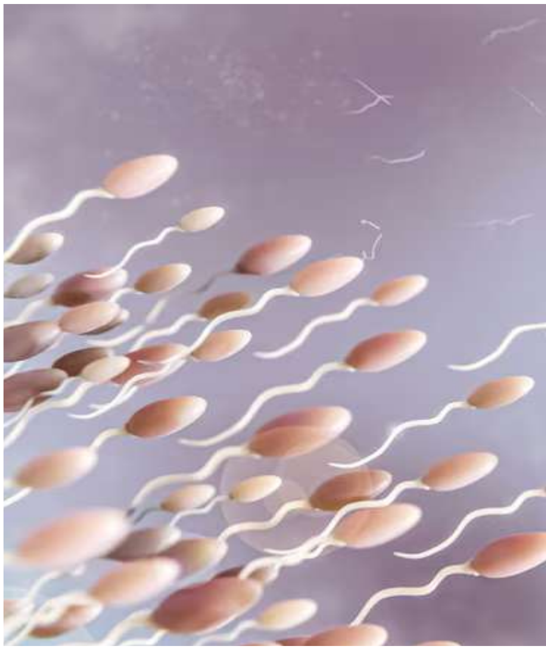
६. आपकी सीमाओं की अनदेखी
आप 'ना' कहें, फिर भी वह दबाव बनाए। आप थके हों, फिर भी वह आपकी भावनाओं को नज़रअंदाज़ करे। यह दोस्ती नहीं, यह इस्तेमाल है।

७. आपको बदलने की कोशिश
हर समय तुलना, हर बात पर सुधार, हर निर्णय पर सवाल– जो आपको जैसा हैं वैसा स्वीकार न करे, वह आपका दोस्त नहीं हो सकता। दोस्त कम हों, सच्चे हों झूठे दोस्तों की सबसे बड़ी पहचान यही है– वे आपको अपने जैसा नहीं, अपने काम का बनाना चाहते हैं। ऐसे रिश्तों से दूरी बनाना कमज़ोरी नहीं, समझदारी है। अकेलापन डरावना नहीं होता, गलत संगति होती है। - सीमा सिंह



Adviteeyamina
Akshayatritiya
Amazing
Offer
SOUTH INDIA
shopping mall

# Egg Freezing चमक-दमक वाली दुनिया में आधुनिक और 'स्मार्ट फ़ैसला'



आजकल फ़िल्मी दुनिया, टीवी, मॉडलिंग और सोशल मीडिया की मशहूर महिलाएँ बड़ी संख्या में एक प्रक्रिया अपनाती दिखाई दे रही हैं – अंडाणु संरक्षण (Egg Freezing) इसे चमक-दमक वाली दुनिया में आधुनिक और 'स्मार्ट फ़ैसला' जैसा प्रचारित किया जाता है, लेकिन असल वजहें चमकदार नहीं बल्कि शारीरिक सच्चाई, करियर का दबाव, रिश्तों की अनिश्चितता और स्वास्थ्य संबंधी सीमाएँ हैं।

**१. जैविक सच्चाईः उम्र बढ़ने पर अंडे कमजोर हो जाते हैं**

महिलाओं के अंडाणु जन्म से ही सीमित होते हैं। उम्र बढ़ने के साथ इनमें दो बड़ी समस्याएँ होती हैंः संख्या घटती है। दूसरी गुणवत्ता कम होती है। ३५ वर्ष के बाद यह गिरावट तेज़ हो जाती है। इसलिए जो महिलाएँ करियर, कामकाज या निजी जीवन की वजह से माँ बनने का फैसला टालती हैं, उनके लिए बाद में गर्भधारण कठिन हो सकता है। यही वजह है कि कई अभिनेत्रियाँ ३० से ३४ वर्ष की उम्र में ही अंडाणु जमा करवा लेती हैं, ताकि भावी वर्षों में अच्छे गुणवत्ता वाले अंडाणु उपलब्ध रहें।

**२. करियर का दवाबः गर्भधारण का मतलब लंबा विराम**

**एग फ्रीजिंग महिलाओं को गर्भधारण की सही उम्र बित जाने के बाद भी प्रेग्नेंसी की सुविधा देती है. इस प्रक्रिया में डॉक्टर महिला की पूरी जांच पड़ताल करते हैं. एक महिला में प्रत्येक महीने एक अंडे का निर्माण होता है. लेकिन प्रत्येक महीने का अंडा फ्रीजिंग के लिए सही नहीं होता, इसलिए जांच के बाद यह पता चलता है कि किस महीने के अंडे को सुरक्षित रखा जाए. अगर अंडा संरक्षित करने की दर कम होगी तो बाद में उस अंडे से प्रेग्नेंसी की संभावना भी कम होगी. इसलिए अंडा निकालने से पहले महिलाओं का इलाज भी किया जा सकता है. जब अंडा पूरी तरह से स्वस्थ्य और गर्भधारण के योग्य होता है तब डॉक्टर बहुत ही बारीकी से अंडे को निकालता है. यह प्रक्रिया बहुत ही सूक्ष्म होती है जिसके कारण छोटी सी सर्जरी भी की जा सकती है. इसके तहत बहुत ही पतली नीडिल से अंडे को निकाला जाता है और इसे सबजीरो टेंपरेचर पर फ्रीज कर दिया जाता है.**

फ़िल्म जगत या ग्लैमर व्यवसाय में गर्भधारण का अर्थ है काम से १२-१८ महीने की दूरी। शारीरिक परिवर्तन के कारण भूमिकाएँ बदलना, अनुबंध (कॉन्ट्रैक्ट) रुक जाना, किसी और को काम मिलने का खतरा। अधिकांश

अभिनेत्रियाँ इस विराम को सहन नहीं कर पातीं। इसलिए वे यह विकल्प चुनती हैं कि 'काम अभी, मातृत्व बाद में'।

**३. निजी रिश्तों में स्थिरता की कमी**

मनोरंजन जगत में देर से विवाह, रिश्तों का टूटना, बार-बार पार्टनर बदलना–यह सब आम बात है। कई महिलाएँ ३५-४० तक भी स्थायी साथी नहीं ढूँढ पातीं। अंडाणु संरक्षण उन्हें मानसिक सुरक्षा देता है। 'सही साथी बाद में मिले, तब भी माँ बनने का विकल्प सुरक्षित रहता है।' यह एक बड़ा मनोवैज्ञानिक कारण है।

४. चिकित्सकीय सच्चाई यह कि सफलता की संभावना बढ़ती है, लेकिन पूरी गारंटी नहीं। ये मान लेना गलत है कि अंडाणु जमा करवा लेने से भविष्य में बच्चे का जन्म निश्चित हो जाएगा। सफलता कई बातों पर निर्भर करती है कि किस उम्र में अंडाणु जमा किए गए, कितने अंडाणु सुरक्षित हुए, महिला की सेहत, गर्भाशय (uterus) की स्थिति, पुरुष के बीजाणु की गुणवत्ता तथा परीक्षण केंद्र की क्षमता। ३५ वर्ष के बाद जमा किए गए अंडाणुओं से सफलता की संभावना कम होती जाती है।

**५. क्या इससे माँ बनना आसान होता है? – तरीका आसान नहीं है**

यह प्रक्रिया बाहर से आसान दिखती है, लेकिन वास्तविकता में कई चरणों से गुजरना पड़ता है:

१०-१२ दिन लगातार हार्मोन इंजेक्शन
अंडाशय (ovary) को उत्तेजित करना
बार-बार अल्ट्रासाउंड
एक छोटी शल्यक्रिया से अंडाणु निकालना
भविष्य के लिए अंडाणुओं को जमा करना
बाद में उन्हें पिघलाना
लैब में निषेचन (IVF)
गर्भाशय में भ्रूण प्रत्यारोपण
उसके बाद सामान्य गर्भावस्था

यह पूरी प्रक्रिया शारीरिक, भावनात्मक और आर्थिक–तीनों स्तरों पर कठिन होती है।

६. आर्थिक कारणः खर्च बहुत अधिक, इसलिए यह विकल्प अमीरों में ही लोकप्रिय है। इस पूरी प्रक्रिया में खर्च कुछ इस तरह होता है:

अंडाणु जमा करने का खर्चः ₹१.५ से ३ लाख

हर वर्ष संरक्षित रखने का किरायाः ₹८-१२ हजार

भविष्य में गर्भधारण हेतु उपचार (IVF): ₹२-५ लाख या अधिक। आम महिलाओं के लिए यह खर्च भारी होता है, इसलिए यह प्रक्रिया ज़्यादातर आर्थिक रूप से संपन्न वर्ग में ही लोकप्रिय है।

**७. मनोवैज्ञानिक कारणः उम्र से सुरक्षा का अहसास**

परदे के सामने रहने वाली महिलाओं पर उम्र बढ़ने का दबाव, शारीरिक आकृति को लेकर टिप्पणी, 'कब शादी?' 'कब बच्चा?' जैसा सामाजिक बोझ इन सबका असर गहरा होता है।

अंडाणु संरक्षण उन्हें यह विश्वास देता है 'मेरी उम्र बढ़ रही है, पर मेरी माँ बनने की क्षमता सुरक्षित है।' यह भावनात्मक राहत बहुतों के लिए निर्णायक होती है।

**८. क्या यह सभी महिलाओं के लिए सही विकल्प है? –**

इस विकल्प को हर महिला पर लागू करना गलत होगा। क्योंकि हर महिला की शारीरिक क्षमता अलग होती है। ३५ के बाद सफलता बहुत घट जाती है। कई बार जमा किए गए अंडाणु से भी गर्भधारण नहीं होता। प्रक्रिया शरीर और मन–दोनों पर भारी पड़ती है।

किसी भी महिला को यह कदम उठाने से पहले विशेषज्ञ चिकित्सक से सलाह लेना अनिवार्य है। अभिनेत्रियाँ और प्रसिद्ध महिलाएँ अंडाणु इसलिए जमा करती हैं क्योंकि करियर, उम्र और निजी जीवन उन्हें माँ बनने का निर्णय टालने पर मजबूर करते हैं। यह विकल्प माँ बनने की संभावना बढ़ाता है, पर पूर्ण गारंटी नहीं देता। यह एक सुरक्षा उपाय है, लेकिन सरल मार्ग नहीं।

# कीट नन्हीं परी लिटिल मिस : 2025
## विजेता बनीं कर्नाटक की समृद्धि त्रिपाठी

कीट नन्हीं परी लिटिल मिस इंडिया २०२५ के रजत जयन्ती (सिल्वर जुबली) संस्करण का ग्रैंड फिनाले राजधानी भुबनेश्वर स्तिथ कीट यूनिवर्सिटी के कैंपस में भव्य तरीके से संपन्न हुआ जिसमें कर्नाटक की और से भाग ले रहीं समृद्धि त्रिपाठी को कीट नन्हीं परी लिटिल मिस इंडिया २०२५ चैंपियन का ताज पहनाया गया। यह शानदार कार्यक्रम फेमिना मिस इंडिया वर्ल्ड २०२४ निकिता पोरवाल, उपविजेता रेखा पाण्डेय और फेमिना मिस इंडिया वर्ल्ड २०२३ नंदिनी गुप्ता की गरिमामयी उपस्थिति में आयोजित हुआ।

इस मशहूर प्रतियोगिता के २५वें संस्करण में समृद्धि ने अपनी हुनर , बुद्धिमत्ता, शालीनता और दयालुता के बदौलत सभी प्रतियोगियों को पछाड़ते हुए अपनी अलग पहचान बनाईं और विजेता का ताज अपने नाम कर लीं। फर्स्ट रनर-अप का खिताब मध्य प्रदेश की प्रांजल शर्मा ने जीता जबकि तेलंगाना की पी प्रार्थिनी को सेकंड रनर-अप चुना गया। कीट नन्ही परी के मुख्य संरक्षक और कीट और कीस दोनों डीम्ड विश्वविद्यालय के संस्थापक डॉ. अच्युत सामंत; संरक्षक मलय मोहपात्रा और आमंत्रित अन्य मेहमानों ने विजेताओं को ताज पहनाया।

कीट नन्हीं परी लिटिल मिस इंडिया २०२५ के तीनों विजेताओं को कुल ५६ लाख रुपये की स्कॉलरशिप दी गई । विजेता को २८ लाख रुपये की स्कॉलरशिप मिली, जिसमें १० लाख रुपये का नकद पुरस्कार और कीट यूनिवर्सिटी में किसी भी विषय में पढ़ाई के एबज में १०० प्रतिशत एकेडमिक फीस माफ़ शामिल है। फर्स्ट रनर-अप को १४ लाख रुपये की स्कॉलरशिप दी गई जिसमें ५ लाख रुपये का नकद पुरस्कार और ५० प्रतिशत एकेडमिक फीस माफ़ शामिल है। सेकंड रनर-अप को १२ लाख रुपये की स्कॉलरशिप मिली, जिसमें ३ लाख रुपये का नकद पुरस्कार और ५० प्रतिशत एकेडमिक फीस माफ़ शामिल है।

कई प्रतियोगियों को उनके असाधारण हुनर और व्यक्तित्व के लिए विशेष श्रेणी के पुरस्कारों से भी सम्मानित किया गया। मिस फोटोजेनिक का पुरस्कार प्रांजल शर्मा (मध्य प्रदेश) को मिला जबकि सुदेशना गुरुंग (सिक्किम) ने मिस सेल्फी का खिताब जीता। मिस रैपुनज़ेल का खिताब तृषा जैन (राजस्थान) को मिला और मिस मोनालिसा का खिताब खुशहाली गुर्जर (राजस्थान) ने जीता। समृद्धि त्रिपाठी (कर्नाटक) को मिस उर्वशी चुना गया, और स्वर्णिका खोलिया (ओडिशा) को मिस फैशन का अवॉर्ड मिला। शर्मिष्ठा सैकिया (असम) को मिस सिंड्रेला का खिताब मिला जबकि जिया नेभानी (राजस्थान) ने मिस पर्सनैलिटी का खिताब जीता। मिस व्हिज़ किड का खिताब आहाना सिंह चौहान (दिल्ली) ने जीता और यशश्री सागरिका (ओडिशा) को मिस फिट अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। हर श्रेणी में २०,००० रुपये का नकद इनाम था जो इन सभी दस प्रतियोगियों को दिया गया।

# कीट-कीस में वॉलीबॉल महाकुंभ का समापन

## एफआईवीबी ने २०२६ से ओडिशा में बीच प्रो टूर की घोषणा की

भुवनेश्वर, १४ दिसंबरः कीट- कीस परिसर में आयोजित चार दिवसीय वॉलीबॉल महाकुंभ का आज समापन हो गया । यह आयोजन ओडिशा में वॉलीबॉल के प्रचार-प्रसार और महिला सशक्तिकरण की दिशा में एक महत्वपूर्ण उपलब्धि साबित हुआ। कीट-कीस और अंतरराष्ट्रीय वॉलीबॉल महासंघ (इफ्ऽ) द्वारा संयुक्त रूप से आयोजित इस मेगा इवेंट का उद्घाटन शनिवार को रंगारंग समारोह के साथ किया गया था, जिसे लगभग ४०,००० छात्रों ने देखा।

इस अवसर पर एफआईवीबी के अध्यक्ष फैबियो अजेवेदो की गरिमामयी उपस्थिति ने आयोजन को वैश्विक महत्व प्रदान किया। ११ से १४ दिसंबर तक आयोजित वॉलीबॉल महाकुंभ, कीक-कीस की प्रमुख कन्या किरण पहल के अंतर्गत हुआ, जिसका उद्देश्य महिलाओं को सशक्त बनाना और जमीनी स्तर पर खेलों का विकास करना है।

आज आयोजित प्रेस कॉन्फ्रेंस को संबोधित करते हुए फैबियो अजेवेदो ने कहा कि यह पहल खेल के माध्यम से समावेशी विकास और लैंगिक समानता के प्रति एफआईवीबी की प्रतिबद्धता को दर्शाती है। उन्होंने घोषणा की कि प्रतिष्ठित एफआईवीबी बीच प्रो टूर का आयोजन वर्ष २०२६, २०२७ और २०२८ में लगातार तीन वर्षों तक ओडिशा में किया जाएगा, जिसमें केआईआईटी और किस भागीदार होंगे। उन्होंने कहा कि ओडिशा का अनुकूल खेल वातावरण तथा कीस - कीस द्वारा विकसित व्यापक आधारभूत संरचना इसे अंतरराष्ट्रीय वॉलीबॉल आयोजनों के लिए आदर्श स्थल बनाती है।

कन्या किरण पहल के अंतर्गत इस आयोजन के दौरान ओडिशा, भारत के अन्य हिस्सों तथा विदेशों से आई महिला वॉलीबॉल कोचों के लिए कई कार्यशालाओं का आयोजन किया गया। इन कार्यशालाओं का उद्देश्य महिला कोचों को प्रशिक्षित और सशक्त बनाना था, ताकि वे अपने-अपने क्षेत्रों में खिलाड़ियों को प्रशिक्षित कर सकें। कार्यक्रम में ओडिशा से ५०० से अधिक प्रतिभागियों तथा भारत और विश्वभर से २०० से अधिक कोच, खिलाड़ी और विशेषज्ञों ने भाग लिया। इस पहल से दीर्घकाल में ५०,००० से अधिक वॉलीबॉल खिलाड़ियों को लाभ मिलने की उम्मीद है।

अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रसिद्ध वॉलीबॉल कोच जॉन केसल और जाना कुलान ने प्रशिक्षण सत्रों का नेतृत्व किया। इन सत्रों में कोर्ट पर व्यावहारिक कोचिंग, उन्नत कौशल विकास मॉड्यूल, कोच-शिक्षा कार्यशालाएँ तथा जनभागीदारी कार्यक्रम शामिल थे। ये सत्र कीट- कीस परिसरों के चार प्रमुख इनडोर कोर्ट और ४० से अधिक आउटडोर कोर्ट में आयोजित किए गए।

इस अवसर पर कीट- कीस के संस्थापक डॉ. अच्युत सामंत ने कहा कि एफआईवीबी के साथ सहयोग से ओडिशा को विश्वस्तरीय वॉलीबॉल विशेषज्ञता का लाभ मिला है। उन्होंने कहा, 'इन कार्यशालाओं के माध्यम से हजारों लड़कियों और महिलाओं को वॉलीबॉल की परिवर्तनकारी शक्ति का अनुभव करने का अवसर मिलेगा।'

आयोजन के दौरान वॉलीबॉल की शिक्षा में भूमिका, सामाजिक परिवर्तन और युवा सशक्तिकरण, खेल का जमीनी स्तर पर विकास, तथा महिला सशक्तिकरण और समानता से जुड़े विषयों पर विशेष सत्र और पैनल चर्चाएँ भी आयोजित की गईं। प्रमुख वक्ताओं में फैबियो अजेवेदो, डॉ. अच्युत सामंत, अभिजीत बी., ओलंपिक स्वर्ण पदक विजेता अभिनव बिंद्रा, जॉन केसल और जाना कुलान शामिल थे।

कार्यक्रम के दौरान एफआईवीबी, कीट और कीस के बीच एक समझौता ज्ञापन (एमओयू) पर भी हस्ताक्षर किए गए। फैबियो अजेवेदो ने डॉ. सामंत की उपस्थिति में एफआईवीबी-केआईआईटी/किस उत्कृष्टता केंद्र का उद्घाटन किया तथा एक नए स्पोर्ट्स ज़ोन का शुभारंभ किया, जिससे वैश्विक वॉलीबॉल मानचित्र पर ओडिशा की स्थिति और सुदृढ़ हुई।

# कीट -कीस के संस्थापक महान् शिक्षाविद् प्रोफेसर डॉ अच्युत सामंत को JECRC विश्वविद्यालय द्वारा ७०वीं मानद डॉक्टरेट की उपाधि से सम्मानित किया गया

शिक्षा, समाजसेवा और मानवीय सेवा के क्षेत्र में उनके अथक योगदान के लिए एक और महत्वपूर्ण सम्मान के रूप में कीट -कीस एवं कीम्स के संस्थापक प्रोफेसर डॉ.अच्युत सामंत को JECRC विश्वविद्यालय, जयपुर (राजस्थान) द्वारा मानद डॉक्टर ऑफ साइंस (D.Sc.) की उपाधि प्रदान की गई। यह सम्मान ३ जनवरी २०२६ को विश्वविद्यालय के ९वें वार्षिक दीक्षांत समारोह में के दिया गया।

JECRC विश्वविद्यालय के चेयरमैन श्री ओ. पी. अग्रवाल ने अन्य विशिष्ट अतिथियों की उपस्थिति में प्रोफेसर डॉ. समंत को यह मानद उपाधि प्रदान की। इस अवसर पर डॉ. सामंत ने मुख्य अतिथि के रूप में दीक्षांत भाषण भी दिया।

२५ वर्षों से शिक्षा के क्षेत्र में सक्रिय JECRC फाउंडेशन एक द्वि-शाखीय शैक्षणिक संस्थान है जिसमें २५,००० से अधिक छात्र अध्ययनरत हैं। यह प्रतिष्ठित सम्मान डॉ. अच्युत सामंत को देश-विदेश के विभिन्न विश्वविद्यालयों द्वारा प्रदान की गई ७०वीं मानद डॉक्टरेट है, जो शिक्षा के माध्यम से वंचित वर्गों के सशक्तीकरण में उनके अतुलनीय योगदान को पुनः रेखांकित करता है।

प्रोफेसर डॉ. अच्युत सामंत ने इस सम्मान के लिए JECRC विश्वविद्यालय के प्रति आभार व्यक्त किया और इसे समाज के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को और सुदृढ़ करने की प्रेरणा बताया।

# अच्युत सामंत भारतीय वॉलीबॉल महासंघ के मुख्य संरक्षक निर्वाचित

कीट और टीस के संस्थापक डॉ. अच्युत सामंत को सर्वसम्मति से भारतीय वॉलीबॉल महासंघ (VFI) का मुख्य संरक्षक (Chief Patron) निर्वाचित किया गया है। यह निर्णय वाराणसी में आयोजित ७२वीं सीनियर नेशनल वॉलीबॉल चैंपियनशिप २०२६ के दौरान लिया गया। इस चैंपियनशिप का उद्घाटन रविवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने किया। भारतीय वॉलीबॉल महासंघ की वार्षिक सामान्य परिषद (AGC) की बैठक वाराणसी में संपन्न हुई जिसमें देशभर के सभी राज्यों के वॉलीबॉल संघों के अध्यक्ष, सचिव एवं पदाधिकारी शामिल हुए। इसी बैठक में डॉ. सामंत को मुख्य संरक्षक नियुक्त करने का निर्णय लिया गया।

पूर्व निर्धारित व्यावसायिक प्रतिबद्धताओं के कारण डॉ. सामंत बैठक में उपस्थित नहीं हो सके। हालांकि VFI के अध्यक्ष और महासचिव ने उनसे टेलीफोन पर संपर्क किया और उनकी सहमति प्राप्त करने के बाद औपचारिक रूप से उन्हें मुख्य संरक्षक नामित किया गया। डॉ. सामंत जो ओडिशा वॉलीबॉल एसोसिएशन के अध्यक्ष भी हैं अगले चार वर्षों तक इस पद पर रहेंगे। महासंघ ने खेलों, विशेषकर वॉलीबॉल के विकास में डॉ. सामंत के दीर्घकालिक और महत्वपूर्ण योगदान को उनकी नियुक्ति का मुख्य कारण बताया।

बैठक में सामान्य परिषद ने राष्ट्रीय युवा वॉलीबॉल चैंपियनशिप के आयोजन को कीट में कराने की भी मंजूरी दी जिससे राष्ट्रीय स्तर पर वॉलीबॉल के प्रोत्साहन में ओडिशा की भूमिका और सुदृढ़ हुई। इस अवसर पर VFI ने अंतरराष्ट्रीय वॉलीबॉल महासंघ (FIVB) द्वारा डॉ. सामंत को प्रदान किए गए प्रतिष्ठित ग्रैंड क्रॉस अवार्ड तथा उन्हें FIVB वॉलीबॉल फाउंडेशन काउंसिल का सदस्य नियुक्त किए जाने के लिए आभार व्यक्त किया और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर मिली इस मान्यता के लिए उन्हें बधाई दी।

अपनी नियुक्ति पर प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए डॉ. सामंत ने VFI अध्यक्ष वीरेंद्र कंवर, महासचिव रमणंद चौधरी तथा भारतीय वॉलीबॉल महासंघ के सभी सदस्यों के प्रति आभार प्रकट किया। उन्होंने ओडिशा वॉलीबॉल एसोसिएशन का भी धन्यवाद किया। डॉ. सामंत ने स्मरण कराया कि वे वर्ष २०२० से २०२४ तक भारतीय वॉलीबॉल महासंघ के अध्यक्ष रह चुके हैं। डॉ. सामंत ने कहा कि महासंघ का यह निर्णय वॉलीबॉल के विकास के लिए उनके सतत प्रयासों की मान्यता है। उन्होंने ओडिशा सहित पूरे देश में वॉलीबॉल के विकास के लिए आने वाले वर्षों में और अधिक सक्रियता से कार्य करने की अपनी प्रतिबद्धता दोहराई।

# अनन्य जगन्नाथ भक्त एवं महान् शिक्षाविद् प्रोफेसर डॉ अच्युत सामंत के हिन्दी सलाहकार अशोक पाण्डेय

पहली जनवरी,१९५२ को बिहार, बक्सर, गोपभरवली गांव के एक कुलीन ब्राह्मण परिवार में जन्मे अशोक पाण्डेय केन्द्रीय विद्यालय संगठन से अवकाश प्राप्त राष्ट्रपति पुरस्कार शिक्षा अधिकारी हैं। उनकी अनेक हिन्दी पुस्तकें जगन्नाथ संस्कृति पर प्रकाशित हैं जिनमें प्रमुख हैंः नवकलेवर और रथयात्रा, महाप्रभु जगन्नाथ, महाप्रसाद, जगन्नाथ के विभिन्न वेश, भारतीय संस्कृति को ओड़िशा की देन और रामराज्य आदि। श्री पाण्डेय दूरदर्शन के हिन्दी उद्घोषक रहे हैं जिन्होंने लगातार ३६ वर्षों तक श्रीपुरी धाम से भगवान जगन्नाथ की विश्व प्रसिद्ध रथयात्रा की कमेंट्री दे चुके हैं। उन्हें उनके सभी चाहनेवालों और स्वार्णिम मुंबई मासिक पात्रिका की तरफ से जन्मादिन की हार्दिक शुभकामनाएं।

# कलंक

**शिरडी एक्सप्रेस प्लेटफार्म पर आने के इंतजार में पुलिस तैनात थी। जैसे प्लेटफार्म पर दोनों उतरते हैं, दोनों की गिरफ्तारी हो जाती है। पुलिस कस्टडी में चंद्रकांत को थर्ड डिग्री देते हुए कहते हैं - 'तुम लोगों में इतनी हिम्मत कहां से आई नीचों, तुम्हारे छूने से हमारी जूती भी गंदी हो जाती है। साले तुम लोगों को गावं के अंदर आने क्या दिए, तुम लोग हमारे घरों तक पहुंच गए? लड़की भगा कर ले जाता है?' यह कहते हुए पुलिसवाला बड़े गुस्से में पीटने लगा।**

शादी की तैयारियां हो चुकी थीं। अगले दिन सुबह बारात आने वाली थी। लड़की के परिवार में तनाव की स्थिति थी। लड़की के पिता रतन से कहते हैं 'बेटा चौकन्ना रहना कोई गड़बड़ी न हो। वो हमारे घर के आस-पास दिखने न पाए। मैंने सब को बोल रखा है जैसे वो दिखे तो टांगे तोड़ दें।' ठीक है पिता जी... मैंने भी अपने दोस्तों को बोल रखा है। अरे हां, शादी के कार्ड सारे लोगों तक पहुंच गए हैं न? हां, वो तो कल ही पहुंचा दिए गए। एक बार मामा जी से पूछ लेता हूं। ठीक है बेटा। शाम होते-होते रिश्तेदारों का आना-जाना शुरू हुआ। यह सब देख कर मानसी का बी.पी. डाउन होने लगा। वह अपने कमरे में इधर से उधर टहलते हुए सोचने लगी कि पता नहीं आज रात क्या होगा। 'उफ़्फ... यह नेटवर्क भी बहुत परेशान कर रहा है। मैसेज सेंड ही नहीं हो रहे। कल ही तो रिचार्ज करवाया था उसने। कैसे बात होगी? क्या करूं समझ नहीं आ रहा।' इतने में दरवाजा खटखटाने की आवाज आई।

'अरे दरवाजा खोल मानसी'। जल्दी।

'अरे...तू कब आई? दो घंटे हुए मुझे आ कर'

'अच्छा... तो ऊपर क्यों नहीं आई?'

'आते ही तेरी मम्मी ने इतना काम लगाया कि क्या बताऊं? थक गई मैं तो।'

'क्या हुआ मुंह क्यों लटकाई हो तुम? तबीयत तो ठीक है न तेरी?'

'हां, ठीक है। तेरे मोबाइल में नेटवर्क है?'

'हां, है... क्यों?'

'चल दे जल्दी... कॉल करना है अर्जेंट।'

'अच्छा लॉक तो खोलने दे मुझे। ले...'

'मेरी प्यारी कजिन अब ज़रा तू बाहर जा, मुझे कुछ बात करनी है। समझ प्लीज...'

'अच्छा...'

मानसी, यामिनी के मोबाइल से चंद्रकांत को कॉल करती है। लेकिन कॉल रिसीव नहीं करने की वजह से परेशान हो जाती है। नए नंबर से आने वाले कॉल को चंद्रकांत बार-बार इग्नोर करता रहता है। मानसी का टेक्स्ट मैसेज देख कर चौंक जाता है और तुरंत कॉल बैक करता है। हड़बड़ाते हुए- हां हेल्लो! मानसी क्या हुआ? ये किसका नंबर है? तू नंबर छोड़, ये बता करना क्या है?

'रात एक बजे निकल कर बाजू गली में आ जाना। वहां से हम रेलवे स्टेशन चलेंगे तीन बजे शिरडी एक्सप्रेस है।'

'क्या हम शिरडी...?'

'हां'

'ठीक है। मैं तैयार हूं। बाय।'

मानसी और चंद्रकांत की बाते हो चुकी थीं। इतने में फिर दरवाज़ा खटखटाते हुए यामिनी कहने लगी 'अरे दरवाजा खोल कब तक बतियाती रहोगी' 'अरे थोड़ा सब्र नहीं कर सकती तुम? मैं, थोड़ी न तेरा मोबाइल खाए जा रही थी। ले।' यामिनी छेड़ते हुए 'अच्छा... हो गई बात जीजा जी से... कल तो विदा हो कर जाना ही तो है। इतनी भी क्या बात करनी थी।'

मानसी चिढ़ कर कहने लगी 'ओह हेल्लो... मैं कोई जीजा-वीजा से बात नहीं कर रही थी।' यामिनी मानसी के कन्धों पर अपने दोनों हाथ रखते हुए पूछा 'तो फिर किससे कर रही थी'

'मैं तो चंद्रकांत से बात कर रही थी

यामिनी अपने हाथ हटाते हुए 'कौन चंद्रकांत? क्या बात?' अपने कमरे की विंडो खोल कर एक लम्बी सांस लेते हुए मानसी ने कहा-

'कुछ नहीं... छोड़ बाद में बताऊंगी सब।'

मानसी का हाव-भाव देखकर, उसके सामने

फेस टू फेस खड़े होकर, एक हाथ अपनी कमर पर और दूसरा हाथ मानसी के कंधे पर रखते हुए पूछने लगी-

'मानसी सच बता चल क्या रहा है। मुझे कुछ समझ नहीं आ रहा। कुछ तो गड़बड़ है।'

'अरे कुछ नहीं सब ठीक है। तू तो मेरे पीछे ही पड़ गयी। चल मुझे रेस्ट करने दे। तू भी नीचे जा कर देख...।'

यामिनी मानसी के कमरे से नीचे आकर काम में जुट गई। मानसी अपने ऊपर कमरे में बैठे रात के एक बजने का इंतजार कर रही थी। अपनी आंखें टिक-टिक करती घड़ी की सुइयों पर गड़ाए रखी थी। अपने मोबाइल की बैटरी और नेटवर्क पर भी ध्यान था। इंतजार में मानसी को एक-एक पल भारी लग रहा था, और दिल की धडकनें तेज होने लगी थीं। पूरे घर में चहल-पहल, गाने-बजाने और विदाई गीतों का माहौल धीरे-धीरे कम हो रहा था। जैसे-जैसे वक्त बीतता गया घर का माहौल शांत हो गया। घर आए रिश्तेदारों और मेहमानों को रहने के लिए दो-तीन जगहों पर व्यवस्था की गई थी। अब घर के अंदर की सारी लाइट है बंद हो चुकी थी और घर के दीवारों पर टिमटिमाती छोटी-छोटी लाइटों की कलरफुल लड़ियां जगमगा रही थी। कुछ लोगों के मोबाइल पर आनेवाले मेसेजस की टोनें भी साइलेंट हो चुकी थीं। थोड़ी देर में घर-आंगन में पूरी तरह सन्नाटा छा गया था। इतने में मानसी के मोबाइल पर एक मैसेज आता है- 'मैं आ गया हूं तुम जल्दी आ जाओ।'

'हां बस निकल ही रही हूं।'

मानसी अपने कमरे से अपने चेहरे पर दुपट्टा बांध कर सीढ़ियों से नीचे की तरफ आने लगी। आंगन में देखा तो सारे लोग सो रहे थे। धीरे से किचन रूम के पास वाले पीछे के दरवाजे से बाहर निकल गयी। अपने दबे हुए हल्के-हल्के कदमों से बाजू वाली गली में आ गई। जहां चंद्रकांत अपनी टू व्हीलर लेकर खड़ा था। दोनों एक दूसरे को देखते ही आपस में गले लग गए। मानसी ने कहा 'चलो निकलो जल्दी यहां से अब' रात के सन्नाटे में चंद्रकांत की टू व्हीलर की आवाज सुनकर गली के कुत्ते भौंकने लगे। चंद्रकांत और मानसी शॉर्टकट रास्ते से रेलवे स्टेशन की तरफ बढ़ने लगे। इधर कुत्तों की आवाज सुनकर मेहमानों की नींद टूट चुकी थी और एक-एक करके जागने लगे थे। आपस में एक दूसरे से बात करते हुए कहने लगे कि 'इतनी रात में कुत्तों का भौंकना, शायद कोई चोर आया होगा'। वैसे पिछले हफ्ते से चोरी की वारदातें होने लगी थीं। अब घर के ज्यादातर लोग जाग चुके थे। रतन ने यामिनी से कहा 'अरे यार मेरे मोबाइल की बैटरी डाउन हो गई है, तुम मानसी के कमरे से चार्जर लेते आना' यामिनी फर्स्ट फ्लोर पर मानसी के कमरे की तरफ बढ़ती है। कमरा खुला हुआ था और अंदर मानसी को न देखकर, यामिनी घबरा जाती है, परेशान होकर इधर-उधर देखने लगती है और मानसी को जोर-जोर से आवाज़ देने लगती है। नीचे से रतन की आवाज आई- 'क्या हुआ यामिनी क्यों चिल्ला रही हो'

यामिनी घबराते हुए-'कमरे में मानसी नहीं है'।

यह सुनते ही घर के सारे लोगों में हड़कंप मच गई। किसी ने छत पर देखने को कहा तो किसी ने वॉशरूम में। लेकिन मानसी घर के किसी भी कोने में नहीं थी। घर के सारे लोग इधर-उधर ढूंढने लगे। रात के सन्नाटे में लोगों की चहल-पहल से कुत्ते और ज्यादा भौंकने लगे। पिताजी गुस्से में लाल अपने हाथ में कुल्हाड़ी लेकर कहने लगे- 'मुझे लग रहा था यह नीच जाति का नीच हरकत ही करेगा, घेरो साले को मिल जाए तो टुकड़े-टुकड़े कर देना, अगर नहीं मिला तो उसकी बस्ती में जाकर उसके मां-बाप को चौराहे पर ले आओ' यह सुनना ही था यामिनी समझ गई और कहने लगी- 'थोड़ी देर पहले मेरे मोबाइल से उसने कॉल किया था शायद मेरे मोबाइल में रिकॉर्डिंग हो...' यामिनी के मोबाइल की रिकॉर्डिंग सुनने के बाद सब कुछ पता चल गया। कुछ लोग रेलवे स्टेशन की तरफ भागने लगे और कुछ लोग गांव के किनारे वाली बस्ती में जा कर चंद्रकांत के मां-बाप और मामा की खूब पिटाई की। उधर चंद्रकांत और मानसी शिरडी एक्सप्रेस ट्रेन से निकल चुके थे। इधर सुबह होते-होते चौराहे पर भीड़ बढ़ गयी।

चंद्रकांत के मां-बाप और मामा को मार-मार कर अधमरा कर दिया गया। चंद्रकांत के मां-बाप और मामा भीड़ के सामने हाथ जोड़कर अपनी जिंदगी की भीख मांग रहे थे। रतन कुछ दोस्तों के साथ पुलिस स्टेशन जा कर अपनी बहन के किडनैपिंग का चंद्रकांत पर एफआईआर दर्ज कराया और उन दोनों की फोटो और रिकॉर्डिंग क़्लिप पुलिस को सौंप दिया। शिरडी एक्सप्रेस प्लेटफार्म पर आने के इंतजार में पुलिस तैनात थी। जैसे प्लेटफार्म पर दोनों उतरते हैं, दोनों की गिरफ्तारी हो जाती है। पुलिस कस्टडी में चंद्रकांत को थर्ड डिग्री देते हुए कहते हैं - 'तुम लोगों में इतनी हिम्मत कहां से आई नीचों, तुम्हारे छूने से हमारी जूती भी गंदी हो जाती है। साले तुम लोगों को गावं के अंदर आने क्या दिए, तुम लोग हमारे घरों तक पहुंच गए? लड़की भगा कर ले जाता है?' यह कहते हुए पुलिसवाला बड़े गुस्से में पीटने लगा।

'साब हम दोनों एक दूसरे से प्यार करते हैं साब... हम दोनों साथ रहना चाहते हैं साब... आप मानसी से भी पूछ लो साब...

प्यार में जाति धरम नहीं रहता साब और हम १८ साल से ऊपर के हैं'

'दे रे इसको... साला हमें कानून सिखाता है।' वागले... 'आन रे त्या पोरी ला काय सांगती बगू ज़रा, त्याला काय माय-बाप आणि जाति ची चिंता नाही का' (ले आओ उस लड़की को ज़रा देखें तो सही, उसे अपने मां बाप और जाति की चिंता है कि नहीं) मानसी का बयान लिया जाता है और वह अपने बयान में कहती है कि 'हम दोनों अपनी मर्जी से आए हैं सर। हम दोनों एक दूसरे को चाहते हैं और शादी भी करना चाहते हैं।' मानसी की यह बात सुनकर पुलिसवाले का गुस्सा और बढ़ गया। चंद्रकांत को दो-तीन दिन लगातार थर्ड डिग्री दी जाती है। और उधर गांव में उसके मां-बाप और मामा को गांव के लोग मिलकर मारते-पीटते हैं और जान से मारने की धमकी भी देते हैं। चार दिन बाद मानसी और चंद्रकांत को पुलिसवाला गांव लाकर पंचायत के हवाले कर दिया।

एक भीड़ चंद्रकांत को पंचायत से घसीटते, लात-घूंसे मारते हुए चौराहे की तरफ ले गयी। चौराहे के खंबे से बांध कर उस पर पेट्रोल डाला जाता है... मानसी यह दृश्य देख कर चीखती-चिल्लाती, रोती रह गयी। कुछ औरतें उसे थप्पड़ मारते, गाली-गलोच करते घर ले जाने लगीं। 'कुलच्छनी, खानदान का नाम मिट्टी में मिला दिया, नाक कटवा दी तूने... 'तुला मरण येवदे' (तुझे मौत आये) थोड़ी देर में धुंआ चौराहे के चारों तरफ फैल गया। चारों तरफ बस एक आवाज़ गूंज रही थी- 'प्यार का कोई जाति धरम नहीं होता' धुआं धीरे-धीरे बढ़ता गया। पुलिस और भीड़ अपने चेहरे पर कालिख लेकर लौट रही थीं। ■

– सिराज

# पतझड़ के बाद ...

***गैस पर दूध उबलने था। गर्म चाय से उसका हाथ जलते ही वह घबरा कर अपनी तन्द्रा से लौट आई। आंसू पोंछ शीघ्रता से कार्य निपटाया। शाम को खरीददारी की लिस्ट तैयार करने बैठ गई। अचानक रजनी एक उमंग, उछाह से भर उठी, उसकी बेटी की शादी है। कौन सा रंग उस पर फबेगा? कैसे गहने ख़रीदे? कैसी दिखती होगी वह ? क्या उस पर गुलाबी  रंग अब भी खिलता होगा? वह मुस्करा उठी। विवाह से ठीक दो दिन पहले सुमन आ गई थी। सुबह-सुबह बड़ी सी काले रंग की गाड़ी का दरवाजा ड्राइवर ने सैल्यूट देकर खोला। वह धड़कते दिल से देख रही थी। एक सांवली सलोनी युवती, कन्धों तक लहराते बाल, हिरनी सी काली आँखें, गुलाबी साड़ी में, हाँ हाँ यही है उसकी 'सुमन। वही तो थी, बिलकुल वनदेवी की तरह खुबसूरत। उसने दौड़कर रजनी के चरण स्पर्श किये और गले लग गई। ''कैसी हो बुआ?''***

**पो**स्टमैन बड़ी देर से दरवाजे की घंटी बजा

रहा था.शायद रजनी कहीं व्यस्त थी, घंटी की आवाज सुन दौड़ कर दरवाजा खोला... कोई चिट्ठी थी। गुलाबी लिफाफे में ...धडकते दिल से  लिफाफा खोला ,पता नहीं किसकी है ? आजकल ई मेल के ज़माने में -किसने लिखी चिट्ठी? जानी-पहचानी ..स्मृतियों की धुंध में लिपटे मोतियों से अक्षर... अदृश्य दीवारें हटने लगीं ... एक चेहरा उभरने लगा यादों में... ''सुमन... वह गोल मटोल भोला-भाला सांवला सौन्दर्य मानो  मुस्करा उठा ...''कैसी हो बुआ?''. मुझे भुला दिया न? यादों के खजाने में दफन मेरी यादों को मुक्त करके मुस्कराओ ना बुआ! ...आ रही हूँ आपके पास। अपनी माँ के पास। २५ को मेरी शादी है। आपके ही घर से समय कम है बस तैयारियों में व्यस्त हो जाओ। मिलूंगी जल्दी ही।''

-''हाँ हाँ...यह अपनी सुमन ही है ऐसी ही बातें करती थी  हमेशा पगली...''।

रजनी भौंचक थी हँसे या रोये ? जिसके खो जाने पर पल पल उसकी यादों में रातों रोई वह अचानक यूँ मिल जाएगी। सोचा न था, आँखों से बहते आंसू उस पत्र को भिंगोते रहे। वह चुपचाप खड़ी सोच रही थी। अचानक कंधे पर विपुल का हाथ महसूस कर चौंकी ''किसकी चिट्ठी है रजनी ?'' उसने चुपचाप पत्र  बढ़ा दिया। 'वह भी चकरा कर बैठ गए पलंग पर। ''आज इतने वर्षों के बाद! कहाँ थी वह। किसके पास थी? पर मन में उमड़ते घुमड़ते इन सवालों का  जवाब सुमन ही दे सकती थी। रजनी ने आंसू पोंछ विपुल का हाथ थाम कहा। ''चलिए, समय कम है और शादी की

ढेर सारी तैयारियां करनी हैं। गहने-कपड़े बरातियों का स्वागत -पता नहीं क्या क्या ! रजनी का गला रुंध गया था......। ''यादें उसके आस पास सावन के बादलों की उमड़ घुमड़ रही थीं। वह दिन जब ट्रेन दुर्घटना में मृत उसके भाई- भाभी की एक मात्र संतान सुमन को माँ ने उसकी झोली में डाल कहा था, ''अब तू ही इसकी माँ है संभाल बेटा''।

संतान सुख से वंचित रजनी की आँखें बरस उठी थीं। सुमन को कलेजे से लगाये ससुराल लौटी थी रजनी। विपुल ने गले से लगा लिया था उस नन्हीं सी जान को। बस उसके सास-ससुर ने जल्दी उसे नहीं अपनाया पुरानी रुढ़ियों में जकड़े उनके विचारों में इतनी जल्दी बदलाव नहीं आ सकता था। अपना वंश, अपने खून की चाहत। वे कैसे भुला देते? यह बात वे दोनों अच्छी तरह समझ गए थे, पर सुमन के आने से उनका सपना जैसे साकार हो गया था, क्योंकि वे समझ रहे थे कि प्यार में बड़ी ताकत होती है। बस उनके पूरे घर-आँगन में सुमन की किलकारियां गूंजी। नन्हे क़दमों की आहट से मन का कोना कोना महक उठा और जब पहली बार माँ कहा सुमन ने तो वह निहाल हो उठी थी, पर न जाने कब बड़ी होती सुमन को उसकी सासु माँ ने यह अहसास करा ही दिया कि वह उसकी सगी माँ नहीं बुआ है, पर यह बात उसके बाल मन ने कभी स्वीकार नहीं की थी, वह चुपके से कभी-कभी उसे 'माँ' पुकार उठती। कब सुमन बड़ी हुई। कब स्कूल गई और कब डांस प्रतियोगिता में भाग लेकर लौटते...।

समय ....वह ..क्रूर .. भयानक हादसा ...। उसे याद कर रजनी काँप उठी। ''सहेलियों संग हंसती खेलती सुमन ..जब उनसे अलग होकर गली के मोड़ पर पहुंची ..तो अचानक शराब पिए झूमते झामते कुछ सिरफिरों की की टोली ने उसे घेर लिया। वह अकेली डर कर चीखती -चिल्लाती अपना बचाव करती रही। उनभेड़ियों से। वे बलिष्ठ थे और उस पर भारी पड़ रहे थे।

वह छोटी सी बच्ची सिंहनी की तरह उनका सामना करती रही। अपना भारी बस्ता पूरी ताकत से घुमाती रही। दांतों से काटा। अंततः एक बड़ा पत्थर उठाकर उनमें से एक के सिर पर दे मारा और भाग आई थी घर। परन्तु उस बारह वर्षीया किशोरी के अंतर्मन में उस हादसे ने गहरी जड़ें जमा ली थीं। रजनी की गोद में रोते सिसकते रात भर कांपती रही सुमन। ईश्वर ने उसके साहस को नमन कर उसे सुरक्षित बचा तो लिया था। पर उसके कोमल मन ने जो घाव खाए थे वे ही नहीं भर पा रहे थे, उसकी सासु माँ? कुछ भी अघटित न होने पर भी वे उसे ही दोषी मान रही थी कितने लांछन, कितने आरोप, वह बच्ची थी।

क्या जानती थी दुनिया के प्रपंच की बातें, वह घुट रही थी मन ही मन। कई रातों तक सोई नहीं थी। न कुछ खाती न कुछ पीती। वह चंचल मैना चहकना ही भूल गई थी। सासु माँ उसे झूठी, मक्कार न जाने क्या-क्या कहतीं रहतीं और वह चुपचाप अपनी नम आँखों से उन्हें देखती रहती। विपुल भी माँ से कुछ नहीं बोल पाते थे कि 'बूढ़ी हैं, पुरानी विचारधारा की हैं। एक दिन सब ठीक हो जायेगा, पर वह दिन कभी नहीं आया और एक रात घर से कहीं चली गई सुमन।

रजनी तो जैसे पागल हो गई थी। विपुल रात भर खोजते रहे उसे, पर सुमन तो जैसे पटल में समां गई था। रजनी के जीवन की

**क्या जानती थी दुनिया के प्रपंच की बातें, वह घुट रही थी मन ही मन। कई रातों तक सोई नहीं थी। न कुछ खाती न कुछ पीती। वह चंचल मैना चहकना ही भूल गई थी। सासु माँ उसे झूठी, मक्कार न जाने क्या-क्या कहतीं रहतीं और वह चुपचाप अपनी नम आँखों से उन्हें देखती रहती। विपुल भी माँ से कुछ नहीं बोल पाते थे कि 'बूढ़ी हैं, पुरानी विचारधारा की हैं। एक दिन सब ठीक हो जायेगा, पर वह दिन कभी नहीं आया और एक रात घर से कहीं चली गई सुमन। रजनी तो जैसे पागल हो गई थी। विपुल रात भर खोजते रहे उसे, पर सुमन तो जैसे पटल में समां गई था। रजनी के जीवन की शून्यता पूर्ण नहीं हो पाई थी वह उसके भाई की भी एकमात्र संतान। उनकी आखिरी निशानी थी।**

शून्यता पूर्ण नहीं हो पाई  थी वह उसके भाई की भी एकमात्र संतान। उनकी आखिरी निशानी थी। उसकी ममता एक बार पुनः पराजित हो गई थी। बाद के वर्षों में सासु माँ नहीं रहीं। फिर ससुर जी और वे दोनों अकेले रह गए थे धीरे-धीरे अकेलेपन की आदत पड़ गई थी और सुमन की यादें धुंध में कहीं खो गई ,....!

गैस पर दूध उबलने था। गर्म चाय से उसका हाथ जलते ही वह घबरा कर अपनी तन्द्रा से लौट आई। आंसू पोंछ शीघ्रता से कार्य निपटाया। शाम को खरीददारी की लिस्ट तैयार करने बैठ गई। अचानक रजनी एक उमंग, उछाह से भर उठी, उसकी बेटी की शादी है। कौन सा रंग उस पर फबेगा? कैसे गहने ख़रीदे? कैसी दिखती होगी वह ? क्या उस पर गुलाबी  रंग अब भी खिलता होगा? वह मुस्करा उठी।

विवाह से ठीक दो दिन पहले सुमन आ गई थी। सुबह-सुबह बड़ी सी काले रंग की गाड़ी का दरवाजा ड्राइवर ने सैल्यूट देकर खोला। वह धड़कते दिल से देख रही थी। एक सांवली सलोनी युवती, कन्धों तक लहराते बाल, हिरनी सी काली आँखें, गुलाबी साड़ी में, हाँ हाँ यही है उसकी 'सुमन। वही तो थी, बिलकुल वनदेवी की तरह खुबसूरत। उसने दौड़कर रजनी के चरण स्पर्श किये और गले लग गई। ''कैसी हो बुआ?'' उसकी भी आँखें उठी थीं फिर विपुल को प्रणाम कर पूछ -पापा कैसे हैं?' विपुल ने बांहें फैला बेटी को थाम लिया था। उसके पीछे दो शालीन, सज्जन से वृद्ध दम्पति भी थे। मुस्कराते हुए रज़नी और विपुल ने उनके पाँव छुए और स्वागत किया।

रात को गरम काफी पिते हुए सुमन ने बताया की ''वह भाग कर किस यात्रा के लिए, कहाँ बिना सोचे ,समझे घर से बाहर निकल आई थी।

''दादी माँ ने मुझे धमकाया था कि भाग जा यहाँ से वर्ना वो बुरा हाल करूँगी तेरा कि ...उनकी बातें सुन सुन कर पड़ोस वाली मेरी सहेलियां मुझसे बात नहीं करती थीं और उनकी माँ मेरे साथ उन्हें खेलने से मना करने लगी थीं। मैं डर गई थी बुआ क्या करती? आप लोगों को बताने पर भी दादी नाराज होती। कहाँ जाउंगी? नहीं जानती थी। बस घर से निकल पड़ी थी। रास्ता अँधेरा था और मेरे पीछे कुत्ते भौंकते हुए दौड़ रहे थे। मैं उनसे बचने के लिए दौड़ती दौड़ती रेलवे स्टेशन तक पहुँच गई। सन्नाटा था। मैं  एक कोयले वाली मालगाड़ी में छुप गई। रात भर वहीं बैठी रोती रही थी।

सुबह कोयले की ढुलाई करने वाले मजदूरों ने मुझे देखा तो भौंचक रह गए। उन्हें देख मैं जोर-जोर से रोने लगी थी और वे सब मुझे चुप कराते रहे और मुझे अपने साथ ले गए। खाना खिलाया। जब मेरा नाम पता पूछा तो भयवश मैं कुछ नहीं बोल पाई। मैं वापस नहीं आना चाहती थी। घर, परिवार से दूर रोजी रोटी कमाने आये उन गरीब मजदूरों ने मुझे बेटी की तरह प्यार दुलार दिया। वे दिहाड़ी पर काम करने वाले मजदूर थे। कोयला ढोने, रेलवे लाइनें बिछाने का काम करने वाले। मैं उनके साथ बहुत दिनों तक रही पर जब उनका काम ख़त्म हो गया तब उन्होंने मुझसे फिर पूछा- बेटा अपने घर जाओगी?

पता मालूम हो तो हमें बताओ। हम तुम्हें वहां पहुंचा देंगे ''। पर मेरी चुप्पी से वे विवश थे, मैं तो केवल इलाहाबाद का नाम जानती थी, पर घर कहाँ है? याद नहीं था। उन भोले-भाले मजदूरों ने मुझे पुलिस के पास नहीं दिया की वे पता नहीं मेरे साथ क्या सुलूक करेंगे या कहीं उन्हें ही लड़की को अगवा करने के जुर्म में न फंसा लें ?

उन्होंने पड़ोस में रहने वाली दादी माँ रूपा वर्मा के पास भेज दिया था, उनके यहाँ कुछ लड़कियां किराये में रह कर पढ़ती थीं उनके पति फौज में आसाम में कार्यरत थे। अतः उन्होंने मेरे मासूम बचपन को ध्यान में रख प्यार से मुझे भी अपना लिया था। वे निसंतान थी, मुझे अपनी नातिन मानकर पढ़ाया लिखाया। उनके प्यार दुलार से मै बिखर गई थी और टुकड़ों में अपनी व्यथा उन्हें कह सुनाई।

उन्होंने मेरा हौसला बढाया -कोई बात नहीं बेटा, एक दिन योग्य और सक्षम बन कर वापस लौटना ..''आज मै प्रशासनिक सेवा में हूँ माँ ..राजेश मेरा बैचमेट है और दादी माँ का रिश्तेदार भी, मेरा विवाह मेरे ही सहकर्मी और मेरी पसंद है। २५ तारीख को वे बारात लेकर आयेंगे ''। मेरी किस्मत अच्छी थी बुआ, कि मुझे अच्छे लोग मिले पर मैंने अपने जैसी हजारों लड़कियों को भटकते देखा है अब मैं उनके लिए कुछ बड़ा काम करुँगी। मै  उनकी पीड़ा समझती हूँ । अगर माँ बाप अपने बच्चों को समझते तो इतनी लड़कियां आज सड़कों पर नहीं भटकतीं न,बुआ ?..इस दौर में मैंने यह भी सीखा बुआ माँ कि सभी पुलिस वाले भी अविश्वसनीय नहीं होते।

मुझे उन लोगों ने बहुत प्यार व सम्मान दिया है और आप लोगों को खोजने की बहुत  कोशिश की, पर आप नहीं मिले। फिर जब आपका पता चला तो आपसे मिलवाने में एक पल की देरी नहीं की कि कन्यादान का हक़ तो आपका ही है''। फिर प्यार से रजनी की गोद में सिमट बिलख उठी...''मुझे माफ कर दो बुआ -माँ !''

सुमन की बातों पर अविश्वास करने का तो प्रश्न ही नहीं उठता था। उसकी सच्चाई उसके आंसू बयांन कर रहे थे, रजनी को अपने बेटी पर पूरा विश्वास था। काश वह किसी की परवाह नहीं करती और अपनी बेटी के हक़ के लिए माँ से, समाज से लड़ जाती तो ऐसा नहीं होता। रजनी सोच रही थी,''विकृत रुढ़ियों और अपरिपक्व सोच वाली एक बुजुर्ग महिला ने उसे सड़कों पर भटकने के लिए विवश किया तो, एक परिपक्व मानसिकता, सुलझे सोच वाली रूपा जी ने उसे जिन्दगी दी ..'''वह भाव विह्वल हो उठी, उसने वहीं  बैठी रूपा जी के आगे दोनों हाथ जोड़ दिए। उन्होंने रजनी को सहारा दिया।

''सारा सवाल तो इसी सोच का है। हमें समाज  के साथ बदलना ही होगा। हम अपने बच्चों पर अविश्वास करके ही उन्हें मौत की और  धकेलते हैं ''।

रोती हुई सुमन को बांहों में समेटे रजनी बहुत खुश थी। ''आज वर्षों बाद बसंत लौट आया है। जीवन में अनेक पतझड़ के थपेड़े सहने के बाद । लौट आया है उसका बसंत ...अब ..इसकी कोमल पंखुरियों को मुरझाने से बचाना ही होगा .....!'' ■

-पद्मा मिश्रा

MONAD UNIVERSITY

Established by UP State Govt. Act 23 of 2010 & U/S 2 (f) of U.G.C Act 1956

Recognized & Approved by :- UGC | UP Govt. | PCI | BCI | NCTE | AIU

आज़ादी का अमृत महोत्सव

बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ

# काजल फुट वेयर

हमारे यहां सभी प्रकार के फुटवेयर उपलब्ध है

कर्जत स्टेशन के पास (वेस्ट)

स्पेशल ऑफर के साथ

**(पृष्ठ : २३ का शेष)**

फायदा सीधे **BJP-Shinde** को

BMC २०२६ भावना नहीं, गणित का चुनाव है। मराठी वोट बंटा तो BJP-Shinde को रोका नहीं जा सकता। मनसे तय करेगी कि मुंबई किसके हाथ जाए। UBT के पास नैरेटिव है, मशीन नहीं। BJP के पास मशीन है, आत्मा नहीं

२२७ वार्ड गिनाकर नाम रटवाने से कुछ नहीं होगा–BMC ज़ोन + वोट-मिक्स से समझी जाती है। नीचे वार्ड-क्लस्टर वाइज ब्रेकअप है, वही जो असल में नतीजा तय करेगा।

BMC 2026: वार्ड-वाइज (Zone-wise) पावर ब्रेकअप

**१ सेंट्रल मुंबई (दादर-परळ-लालबाग-चिंचपोकली)**

वार्डः G North / G South / F South

वोट प्रोफाइल

मराठीः ५५-६५%

मुस्लिमः १०-१५%

उत्तर भारतीयः सीमित

कंट्रोल फैक्टर

शिवसेना का कोर इलाका

ट्रेड यूनियन, मिल इलाका, गणेश मंडल

२०२६ ट्रेंड। UBT बढ़त में, लेकिन, मनसे ५-८% काटती है। शिंदे गुट कुछ वार्डों में प्रशासनिक ताक़त से घुसपैठ करेगा।

संभावित रिज़ल्ट

UBT: ५०-६०% सीटें

शिंदेः २०-२५%

मनसेः जीते कम, हराए ज़्यादा

**२ पश्चिमी उपनगर (अंधेरी-बोरीवली-मालाड-गोरेगांव)**

वार्डः K East / K West / P North / P South / R Central

वोट प्रोफाइल

उत्तर भारतीयः ३०-३५%

मराठीः २५-३०%

मुस्लिमः १५-२०%

कंट्रोल फैक्टर

हाउसिंग सोसाइटी

बिल्डर + रोड + फ्लाईओवर राजनीति

२०२६ ट्रेंड

BJP + शिंदे का गढ़

UBT सिर्फ़ पुराने सेनेटर इलाकों में टक्कर में। मुस्लिम वोट UBT/NCP को जाएगा, लेकिन अकेला काफी नहीं।

संभावित रिज़ल्ट

BJP+Shindeः ६०-६५%

UBT: २५-३०%

अन्यः नाम मात्र

**३ पूर्वी उपनगर (घाटकोपर-विक्रोली-भांडुप-मुलुंड)**

वार्डः N / S / T

वोट प्रोफाइल

उत्तर भारतीयः ३५-४०%

मराठीः ३०%

मुस्लिमः १०-१२%

कंट्रोल फैक्टर

मिडिल क्लास

रोड, ट्रैफिक, पानी

२०२६ ट्रेंड

BJP साफ़ आगे

शिंदे गुट जूनियर पार्टनर

UBT कमजोर, मनसे लगभग अप्रासंगिक

संभावित रिज़ल्ट

BJP: ६५-७०%

Shinde: १५-२०%

UBT: १०-१५%

**४ कुर्ला-घाटकोपर ईस्ट-चेंबूर**

वार्डः L / M East / M West

वोट प्रोफाइल

मुस्लिमः ३०-४०%

उत्तर भारतीयः २५%

मराठीः २०-२५%

कंट्रोल फैक्टर

झुग्गी पुनर्विकास

लोकल नेता, कौमी नेटवर्क

२०२६ ट्रेंड

UBT + शरद पवार मजबूत

BJP सीमित

शिंदे सिर्फ़ प्रशासनिक सहारे से

संभावित रिज़ल्ट

UBT+NCP(SP)ः ५५-६०%

BJP+Shinde: ३०-३५%

**५ दक्षिण मुंबई (कोलाबा-फोर्ट-मरीन लाइन)**

वार्डः ँ / B / C / D / E

वोट प्रोफाइल

मिश्रितः पारसी, गुजराती, मुस्लिम, मराठी

लो टर्नआउट, हाई इन्फ्लुएंस

कंट्रोल फैक्टर

पैसा

एलीट सोसाइटी

इमेज पॉलिटिक्स

२०२६ ट्रेंड

BJP एडवांटेज

UBT कुछ पॉकेट्स में

कांग्रेस/NCP सीमित

संभावित रिज़ल्ट

BJP: 50–55%

UBT/NCP: 30–35%

**६ धारावी-माहिम-बांद्रा ईस्ट**

वार्डः G North (partial) / H East

वोट प्रोफाइल

मुस्लिम + दलित + मराठी गरीब वर्ग

रिडेवलपमेंट सबसे बड़ा मुद्दा

२०२६ ट्रेंड

UBT को नैतिक बढ़त

लेकिन BJP-शिंदे पैसा और प्रोजेक्ट लेकर घुसेंगे

संभावित रिज़ल्ट

कांटे की टक्कर

उम्मीदवार तय करेगा, पार्टी नहीं

BMC २०२६ पश्चिमी + पूर्वी उपनगर तय करेंगे, न कि दादर की भावनाएँ।

मराठी वोट अगर मनसे ने काटा, तो फायदा सीधा BJP-Shinde को ।

मुस्लिम वोट जीत दिलाने वाला नहीं, सिर्फ़ बैलेंसिंग फैक्टर। BJP को बहुमत के लिए मराठी नहीं, गणित चाहिए–और वो गणित उनके पास है

UBT भावनात्मक रूप से सही है, लेकिन मशीन के बिना चुनाव नहीं जीते जाते।

Ram Creations
Jewelry & Gifts
28974 Orchard Lake Rd, Farmington Hills | ramcreations.com | (248) 851-1400

WORLD PLAYER
WORLD PLAYER MENSWEAR
MEGABUY ₹149-499
SAVE ₹ 100
MENS 100% CORDUROY 16 WALE WASHED SHIRTS MRP ₹ 599
MEGABUY ₹ 499
SAVE ₹ 100
MENS 100% COTTON SEMI FORMAL SHIRTS MRP ₹ 599
MEGABUY ₹ 499
SAVE ₹ 100
MENS FORMAL TROUSERS MRP ₹ 699
MEGABUY ₹ 599

# खूब खाएं सिंघाड़ा और रहें इन बीमारियों दूर...

सर्दी के मौसम में सिंघाड़े आते हैं, कुछ लोगों को सिंघाड़े बहुत पसंद होते हैं तो कुछ इन्हें खाना पसंद नहीं करते हैं। आपको बता दें कि सिंघाड़े स्वास्थ्य के लिए बहुत ही फायदेमंद होते हैं और इनका सेवन करने से कई बीमारियां दूर होती हैं। अगर किसी व्यक्ति को पीलिया रोग हो तो उसे सिंघाड़े का सेवन करना चाहिए, इसमें पानी की मात्रा होती है जो पीलिया को ठीक करने में सहायक होती है।

प्रतिदिन अगर सिंघाड़े का सेवन किया जाए तो इससे शरीर को पोषक तत्व मिलते हैं और व्यक्ति मोटा भी नहीं होता है। इसमें कैलोरी की मात्रा बहुत ही कम होती है जिससे वजन नियंत्रण में रहता है। गर्भवती महिला अगर सिंघाड़े का सेवन करे तो इससे गर्भपात का खतरा कम रहता है और गर्भ में पल रहा शिशु स्वस्थ रहता है।

रक्त और मूत्र संबंधी बीमारियों को दूर करने में भी सिंघाड़ा सहायक होता है, वहीं अगर किसी को दस्त हो रहे हों तो सिंघाड़े का सेवन करने से फायदा होता है।

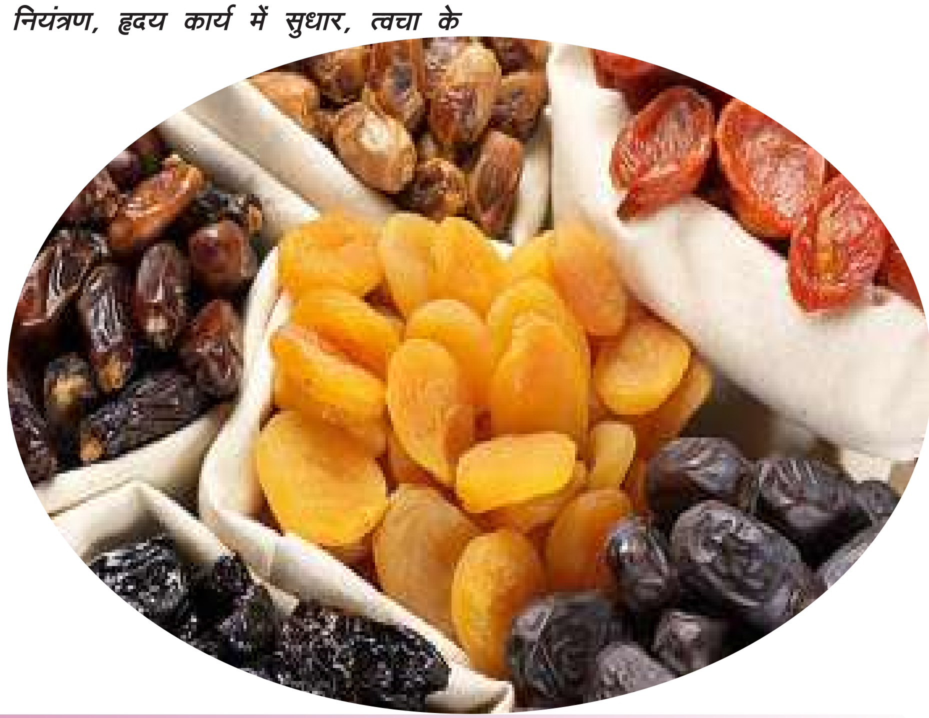
# स्वास्थ्य के लिए औषधि होते हैं सूखे फल...

*सूखे फल स्वास्थ्य के लिए बहुत ही फायदेमंद होते हैं, ये हमारे शरीर में पोषक तत्वों की कमी नहीं होने देते हैं। इनके सेवन से व्यक्ति को पोटेशियम, कैल्शियम, विटामिन, फाइबर, वसा और प्रोटीन आदि सभी पोषक तत्व मिल जाते हैं जो व्यक्ति को स्वस्थ रखने में सहायक होते हैं। सूखे मेवों का सेवन करने से व्यक्ति की पाचन क्रिया सही रहती है, इनमें ताजा फलों की अपेक्षा फाइबर अधिक होता है जो पाचन तंत्र को सही रखता है।*

*सूखे फलों में वसा नहीं होती है इसी कारण इनका सेवन करने से व्यक्ति मोटापे का शिकार नहीं होता है। वहीं इनमें भरपूर मात्रा में कैलोरी होती है जो शरीर में ऊर्जा की कमी नहीं होने देती है।*

*सूखे फलों का पानी सूख जाता है, जिससे इनके पोषक तत्व इन्हीं में बने रहते हैं। खुबानी, किशमिश और अंजीर जैसे सूखे फल में बीटा कैरोटीन, विटामिन ई, नियासिन, लौह, मैग्नीशियम, पोटेशियम और कैल्शियम की उच्च मात्रा होती है।*

*सूखे फलों में अच्छे कोलेस्ट्रॉल में वृद्धि, खराब कोलेस्ट्रॉल में कमी, रक्तचाप को बनाए रखना, रक्त शर्करा नियंत्रण, थायराइड नियंत्रण, हृदय कार्य में सुधार, त्वचा के स्वास्थ्य, कैंसर से लड़ने वाले गुण, हड्डी के स्वास्थ्य में सुधार, बेहतर दृष्टि, पाचन को आसान बनाना जैसे गुण पाए जाते हैं।*



**Good Vibes** Onion Hairfall Control Oil I Strengthening I Hair Growth I No Parabens, No Sulphates, No Mineral Oil, No Animal Testing (100 ml)

**Good Vibes** Argan Oil Hairfall Control Vitalizing Serum I Frizz Control, Shine, Stregthening I No Parabens, No Sulphates, No Animal Testing (50 ml)

# स्वर्णिम मुंबई

प्रतियोगिता नंबर-104

# सभी के लिए सुनहरा

## दीजिए आसान से सवालों का जवाब और

# जीतिये 2,000/- का नकद इनाम!

अवसर!

१. भारत का पहला उपग्रह कौन-सा था?

२. 'JEE' परीक्षा किस क्षेत्र से संबंधित है?

३. नीलगिरी पहाड़ियां कहां स्थित हैं?

४. 'इकोनॉमिक्स' के जनक कौन माने जाते हैं? एडम स्मिथ

५. दुनिया की सबसे बड़ी आबादी वाला देश कौन-सा है? भारत (२०२५ अनुमान के अनुसार)

६. भारत का राष्ट्रीय पशु कौन है?

७. ताज महल कहां स्थित है?

८. भारत की राजधानी क्या है?

९. सौरमंडल का सबसे बड़ा ग्रह कौन सा है?

१०. गांधीजी को 'महात्मा' की उपाधि किसने दी थी?

११. पृथ्वी पर सबसे बड़ा महासागर कौन सा है?

१२. 'करो या मरो' (Do or Die) का नारा किसने दिया था?

१३. भारत का राष्ट्रीय गीत क्या है?

१४. किस वैज्ञानिक ने गुरुत्वाकर्षण (Gravity) का सिद्धांत दिया था?

१५. 'गिद्दा' और 'भांगड़ा' किस राज्य के लोक नृत्य हैं?

आपके द्वारा सही जवाब की पहेली इस माह की २५ तारीख तक डाक द्वारा हमारे कार्यालय में पहुंच जानी चाहिए। भरी गयी पहेली का रिजल्ट लॉटरी सिस्टम द्वारा निकाला जाएगा। विजेता के नाम और सही हल अगले माह के अंक में प्रकाशित किये जाएंगे। परिजन विजेता बच्चे का फोटो व उसका पहचान पत्र लेकर हमारे कार्यालय में आएं और मुंबई के बाहर रहने वाले विजेता अपने पहचान पत्र की सत्यापित प्रति डाक या मेल से निम्न पते पर भेजें।

Add: A-102, A-1 Wing ,Tirupati Ashish CHS. , Near Shahad Station
Kalyan (W) , Dist: Thane,
PIN: 421103, Maharashtra.
Phone: 9082391833 , 9820820147
E-mail: swarnim_mumbai@yahoo.in,
Website: swarnimumbai.com

नामः ..............................

पूरा पताः ............................
............................
............................

फोन नं.: ............................

ई-मेलः ............................

# सर्दियों में बच्चों की देखभाल

सर्दी का मौसम के दौरान सभी लोगों को खास सावधानी रखनी पड़ती है। लेकिन जब बात बच्चों की हो तो किसी तरह की लापवाही नहीं बरतनी चाहिए। छोटे बच्चे इस मौसम में कई तरह के संक्रमण के शिकार हो जाते हैं। थोड़ी सी भी लापरवाही बच्चे को भारी पड़ सकती है। इसलिए जैसे ही मौसम बदले, बच्चे को गर्म कपड़े पहनाना शुरू कर दें।

अगर आपका बच्चा ७ माह से अधिक का है और वह खाना खाता है, तो उसे ठंडी चीजें न खिलाएं और साथ ही उसे बासी खाना या ठंडा खाना भी न दें। मालिश से जहां बच्चे की मांस पेशियां मजबूत रहती हैं, वहीं इसके साथ बच्चों का body गर्म भी रहता है। इसलिए सर्दी के मौसम में बच्चों की मालिश जरूर करें।

१. ज़्यादा कपड़े मतलब ज़्यादा सुरक्षा यह मूर्खता है। बच्चे को इतना ढक देना कि उसे पसीना आने लगे–पसीना ठंड में बदलते ही सर्दी-खांसी पक्की।

तो

१ परत अंदर (कॉटन)

१-२ परत ऊपर (ऊन/स्वेटर)

सिर, कान और पैर ज़रूर ढके हों

बस। ओवरड्रेसिंग मत कीजिए।

२. ठंडी हवा से डराइए नहीं, समझदारी से बचाइए

बच्चे को बिल्कुल बंद कमरे में रखना भी गलत है। हवादार कमरा चाहिए, सीधी ठंडी हवा नहीं।

सुबह की धूप में १५-२० मिनट

बंद कमरे में हीटर चल रहा हो तो खिड़की थोड़ी खुली रहे, ऑक्सीजन कम करना बीमारी को बुलाना है।

३. नहलाना बंद करना बड़ी गलती

कई माता-पिता सर्दियों में नहलाना कम कर देते हैं। नतीजा–स्किन इन्फेक्शन, खुजली, रैश।

सही तरीकाः

गुनगुना पानी

दोपहर में नहलाएँ

तुरंत सुखाकर कपड़े पहनाएँ

हफ्ते में ४-५ बार नहाना ज़रूरी है।

४. तेल मालिशः दिखावा नहीं, ज़रूरत

मालिश सिर्फ़ परंपरा नहीं, वैज्ञानिक रूप से सही है। यह शरीर गर्म रखती है और त्वचा सूखने से बचाती है।

सरसों/नारियल तेल

नहलाने से पहले हल्की मालिश

ज़ोर-ज़ोर से दबाना बेवकूफी है

५. सर्दियों का खानाः भारी नहीं, ताक़तवर

बच्चों को सिर्फ़ 'गरम चीज़ें' खिलाने का जुनून गलत है।

ज़रूरी चीज़ेंः

दूध (रात को ज़्यादा नहीं)

घी की सीमित मात्रा

सूखे मेवे पाउडर में

मौसमी सब्ज़ियाँ (गाजर, पालक)

जबरदस्ती ठूँसना पाचन खराब।

६. पानी कम पिलाना नुकसान करता है

सर्दियों में प्यास कम लगती है,

लेकिन शरीर को पानी उतना ही चाहिए।

गुनगुना पानी थोड़ी-थोड़ी देर में

डिहाइड्रेशन से इम्यूनिटी गिरती है।

७. खांसी-जुकाम को 'सामान्य' समझकर मत छोड़िए, हर सर्दी मामूली नहीं होती।

अगर ३ दिन में सुधार नहीं तो डॉक्टर दिखाइए

घरेलू नुस्खों का ओवरडोज़ मत दीजिए

एंटीबायोटिक खुद से बिल्कुल नहीं

सबसे बड़ी गलती जो माता-पिता करते हैं

डर में जीना। हर छींक पर घबराना और हर सलाह मान लेना।

बच्चों को बीमारी से नहीं,

गलत देखभाल से ज़्यादा नुकसान होता है।■

- नीता सिंह

# दिल्ली दंगा केस, जेल में ही रहेंगे उमर खालिद-शरजील इमाम:एक साल तक अपील करने पर सुप्रीम कोर्ट की रोक

सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को दिल्ली दंगों के आरोपी उमर खालिद और शरजील इमाम को जमानत देने से इनकार कर दिया। हालांकि ५ अन्य आरोपियों को १२ शर्तों के साथ जमानत दे दी है। सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि उमर और शरजील एक साल तक इस मामले में जमानत याचिका दाखिल नहीं कर सकते हैं। दरअसल, उमर खालिद, शरजील इमाम, गुलफिशा फातिमा, मीरान हैदर, शिफा उर रहमान, मोहम्मद सलीम खान और शादाब अहमद दिल्ली दंगों के आरोप में ५ साल ३ महीने से तिहाड़ में बंद थे। इन्होंने दिल्ली हाईकोर्ट के उस आदेश को चुनौती दी थी, जिसमें २०२० के दिल्ली दंगों से जुड़े मामले में उन्हें गैरकानूनी गतिविधि (रोकथाम) अधिनियम (UAPA) के तहत जमानत देने से इनकार किया गया था।

सुप्रीम कोर्ट ने कहा, 'अनुच्छेद २१ संवैधानिक व्यवस्था में एक खास जगह रखता है। ट्रायल से पहले जेल को सजा नहीं माना जा सकता। स्वतंत्रता से वंचित करना मनमाना नहीं होगा। UAPA एक खास कानून के तौर पर उन शर्तों के बारे में एक कानूनी फैसला दिखाता है जिनके आधार पर ट्रायल से पहले जमानत दी जा सकती है।'

अपीलें हाईकोर्ट के एक कॉमन फैसले से जुड़ी हैं जिसमें जमानत देने से इनकार कर दिया गया था। बहस के दौरान लंबे समय तक जेल में रहने और संविधान के अनुच्छेद २१ के तहत स्वतंत्रता के बारे में दलीलें दी गईं। यह कोर्ट संविधान और कानून के बीच अमूर्त तुलना नहीं कर रहा है।

अनुच्छेद २१ संवैधानिक व्यवस्था में एक खास जगह रखता है। ट्रायल से पहले जेल को सजा नहीं माना जा सकता। स्वतंत्रता से वंचित करना मनमाना नहीं होगा। UAPA एक खास कानून के तौर पर उन शर्तों के बारे में एक कानूनी फैसला दिखाता है जिनके आधार पर ट्रायल से पहले जमानत दी जा सकती है।

राज्य की सुरक्षा और अखंडता से जुड़े अपराधों का आरोप लगाने वाले मुकदमों में देरी तुरुप का पत्ता नहीं हो सकती।

देरी से न्यायिक जांच में और ज्यादा गहनता आने का खतरा बढ़ जाता है। UAPA का 43D(5) जमानत देने के सामान्य प्रावधानों से अलग है। यह न्यायिक जांच को बाहर नहीं करता है या डिफ़ॉल्ट रूप से जमानत से इनकार करने का आदेश नहीं देता है।

UAPA की धारा १५ बताती है कि आतंकवादी कृत्य क्या है - कृत्य सुरक्षा को खतरा पहुंचाने के इरादे से और आतंक फैलाने के इरादे से किया जाना चाहिए और इससे परिणाम होने चाहिए या होने की संभावना होनी चाहिए।

जमानत याचिकाओं पर विचार करते समय रिकॉर्ड से पता चलता है कि हर आरोपी एक ही स्थिति में नहीं है। कोर्ट को प्रत्येक आवेदन का व्यक्तिगत रूप से मूल्यांकन करने की आवश्यकता है। अनुच्छेद २१ के तहत राज्य को लंबे समय तक प्री-ट्रायल हिरासत को सही ठहराना होगा।

चाहे कोई विशेष कानून बनाया गया हो, अदालतें उसे लागू करने के लिए बाध्य हैं। अदालत विचारधारा पर नहीं, बल्कि कानून को नियंत्रित करने वाली भूमिका पर आगे बढ़ सकती है।ट्रायल कोर्ट को मामले को तेजी से आगे बढ़ाना चाहिए और संरक्षित गवाहों की जांच बिना किसी देरी के की जानी चाहिए। ट्रायल कोर्ट को कानून के अनुसार कार्यवाही को रेगुलेट करना होगा। यह समय पर ट्रायल सुनिश्चित करने के लिए है और इसे मामले पर किसी भी टिप्पणी के रूप में नहीं समझा जाना चाहिए।

आरोपियों की दलील है कि मामले में लंबे समय से सुनवाई शुरू नहीं हुई है और ट्रायल शुरू होने की संभावना भी कम है। यह भी कहा गया कि वे पांच साल से अधिक समय से जेल में हैं और अब तक उनके खिलाफ दंगे भड़काने से जुड़ा कोई ठोस सबूत सामने नहीं आया है।

दिल्ली हाईकोर्ट ने २ सितंबर, २०२५ को आरोपियों की जमानत याचिकाएं खारिज की थीं। हाईकोर्ट ने अपने आदेश में कहा था कि प्रारंभिक तौर पर शरजील और उमर की भूमिका गंभीर लग रही है। उन पर सांप्रदायिक आधार पर भड़काऊ भाषण देकर भीड़ को उकसाने के भी आरोप हैं।

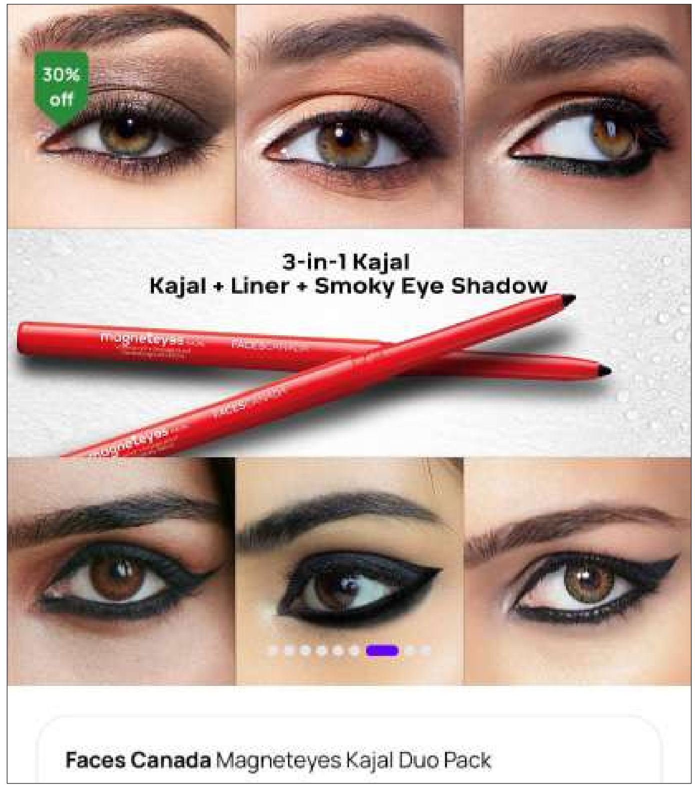
दिल्ली में फरवरी, २०२० में नागरिकता संशोधन कानून (CAA) और राष्ट्रीय नागरिक रजिस्टर (NRC) के विरोध के दौरान हिंसा भड़की थी। इसमें ५३ लोगों की मौत हुई थी। २५० से ज्यादा लोग घायल हुए थे। ७५० से ज्यादा FIR दर्ज की गईं। दिल्ली पुलिस ने दंगे भड़काने के आरोप में शरजील और उमर को ळैंईं के तहत गिरफ्तार किया था। शरजील इमाम को दंगों से छह सप्ताह पहले, २८ जनवरी २०२० को गिरफ्तार किया गया था। उमर खालिद १३ सितंबर, २०२० से हिरासत में हैं।

Festive Collection
WELCOME THE FESTIVITIES WITH A BURST OF GLAMOUROUS COLOUR
SHOP NOW
www.festivacollection.com

# U-Tropicana-Beach-Resort-in-Alibaug

**One of the most beautiful resorts near Mumbai for family is the U Tropicana at Alibaug**

30% off
Enriched With
Vitamin E
Keeps eyes nourished
E
Almond Oil
Gives a smooth glide for an intense black color in one stroke
Faces Canada Magneteyes Kajal Duo Pack


30% off
3-in-1 Kajal
Kajal + Liner + Smoky Eye Shadow
Faces Canada Magneteyes Kajal Duo Pack

17% off
GET INSTANT
GLOWING SKIN
WITH
UBTAN RANGE
GOOD VIBES
UBTAN RANGE
CTSM

30% off
DEEP CLEANSING CHARCOAL COMBO
SUPER SAVER
DEEP CLEANSING
GOOD VIBES
SKIN PURIFYING FACE WASH
Activated Charcoal
DEEP CLEANSING FACE SCRUB
PEEL OFF MASK
DEEP CLEANSING SHEET MASK
Activated Charcoal

# स्विट्जरलैंड में न्यू ईयर जश्न के बीच बड़ा हादसा, स्की रिजॉर्ट के बार में धमाका

दुनिया भर में जहां नए साल का स्वागत जश्न के साथ किया जा रहा था, वहीं स्विट्ज़रलैंड में यह अवसर मातम में बदल गया। गुरुवार को यहां के मशहूर लक्जरी अल्पाइन स्की रिजॉर्ट शहर 'क्रैंस मोंटाना' में एक भीषण हादसा हुआ। यहां स्थित एक बार में हुए जोरदार धमाके के बाद कम से कम १० लोगों के मारे जाने की आशंका जताई जा रही है। दक्षिण-पश्चिमी स्विट्ज़रलैंड की वालिस पुलिस के प्रवक्ता गैटन लैथियन ने बताया कि यह घटना गुरुवार तड़के करीब १:३० बजे हुई। धमाका 'ले कॉन्स्टेलेशन' नामक बार में हुआ, जो पर्यटकों के बीच काफी लोकप्रिय है। उस समय बार में बड़ी संख्या में लोग मौजूद थे और नए साल का जश्न मना रहे थे, तभी अचानक हुए विस्फोट ने सब कुछ तबाह कर दिया।

पुलिस प्रवक्ता ने एएफपी को बताया कि 'धमाका अज्ञात कारणों से हुआ है। इस हादसे में कई लोग घायल हुए हैं और १० लोगों की मौत होने की भी खबर है।' स्विस मीडिया में सामने आई तस्वीरों में घटनास्थल वाली इमारत में आग की लपटें दिखाई दे रही हैं। मौके पर बड़ी संख्या में इमरजेंसी गाड़ियां, एंबुलेंस और पुलिस बल मौजूद है। प्रशासन द्वारा बचाव अभियान युद्धस्तर पर चलाया जा रहा है और मलबे में दबे लोगों को निकालने की कोशिश की जा रही है। धमाके की असली वजह का पता लगाने के लिए जांच शुरू कर दी गई है।

# केंद्र सरकार ने इस पेनकिलर दवा के निर्माण पर लगाया बैन, १००mg से ज्यादा की डोज की बिक्री पर भी रोक

केंद्र सरकार ने स्वास्थ्य सुरक्षा के मद्देनजर एक अहम फैसला लेते हुए लोकप्रिय दर्द निवारक दवा निमेसुलाइड (Nimesulide) के खिलाफ सख्त कदम उठाया है। सरकार ने इस दवा के निर्माण पर तत्काल प्रभाव से प्रतिबंध लगा दिया है। जारी आदेशों के मुताबिक, सिर्फ निर्माण ही नहीं, बल्कि इस दवा की बिक्री पर भी नई सीमा तय की गई है। सरकार ने निमेसुलाइड के १०० मिलीग्राम (१००mg) से अधिक मात्रा वाले सभी ओरल फॉर्मूलेशन (मुंह से ली जाने वाली दवाएं/गोलियां) की बिक्री पर भी पूरी तरह रोक लगा दी है।

यह फैसला मरीजों की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए लिया गया है, क्योंकि हाई डोज के सेवन से स्वास्थ्य पर गंभीर दुष्प्रभावों का खतरा बना रहता है। गौरतलब है कि निमेसुलाइड का इस्तेमाल आमतौर पर तेज दर्द और बुखार में राहत पाने के लिए किया जाता है।

# नए साल के पहले दिन ही लगा महंगाई का झटका, LPG सिलेंडर के बढ़े दाम

नए साल २०२६ की शुरुआत के साथ ही आम लोगों और कारोबारियों को महंगाई का झटका लगा है। सरकार ने १९ किलो वाले कमर्शियल एलपीजी सिलेंडर की कीमत में १११ रुपये की बढ़ोतरी कर दी है। नई दरें आज से लागू हो गई हैं। इस बढ़ोतरी का सीधा असर होटल, रेस्टोरेंट और छोटे कारोबारियों की लागत पर पड़ेगा। कीमत बढ़ने के बाद दिल्ली में १९ किलो का कमर्शियल एलपीजी सिलेंडर अब १६९१.५० रुपये में मिलेगा, जो पहले १५८०.५० रुपये था। कोलकाता में इसकी कीमत बढ़कर १७९५ रुपये हो गई है, जबकि पहले यह १६८४ रुपये थी। मुंबई में अब कमर्शियल सिलेंडर १६४२.५० रुपये का मिलेगा, जो पहले १५३१ रुपये में उपलब्ध था।

हालांकि, १४ किलो वाले घरेलू एलपीजी सिलेंडर की कीमतों में कोई बदलाव नहीं किया गया है। सरकार ने साफ किया है कि घरेलू उपभोक्ताओं को फिलहाल राहत दी गई है। देश के अधिकांश शहरों में घरेलू रसोई गैस की कीमतें ८५० रुपये से ९६० रुपये के बीच बनी हुई हैं। वर्तमान में दिल्ली में घरेलू एलपीजी सिलेंडर ८५३ रुपये, मुंबई में ८५२.५० रुपये, लखनऊ में ८९०.५० रुपये, अहमदाबाद में ८६० रुपये, हैदराबाद में ९०५ रुपये, वाराणसी में ९१६.५० रुपये और पटना में ९५१ रुपये में उपलब्ध है।

दिसंबर को सुबह ९.०० बजे स्वामी व्यासानंदजी महाराज, ऋषिकेश द्वारा एक दिवसीय सत्संग ज्ञान-यज्ञ आयोजित किया गया जिसमें अनेक सत्संगीगण उपस्थित होकर स्वामी जी का सारगर्भित व जीवनोपयोगी प्रवचन सुने। स्वामीजी का स्वागत आयोजन समिति की ओर से अशोक पाण्डेय ने किया। श्री पाण्डेय ने बताया कि स्वामी लगातार पांच वर्षों से दिसंबर महीने में भुवनेश्वर आते हैं और अपने एक दिवसीय प्रवचन में सत्संग महिमा को रेखांकित करते हैं।व्यासपीठ पर स्वामीजी का स्वागत सीए अनिल अग्रवाल, उनकी पत्नी श्रीमती ऋतु अग्रवाल तथा गिरधारी हलान आदि ने किया। लगभग डेढ़ घण्डे के प्रवचन में स्वामी जी ने बताया कि मनुष्य जब अपनी मां के गर्व में आता है तो भगवान उसे श्रीराम नाम के भजन का मंत्र अंकुरित कर देते हैं जिसके परिणाम स्वरुप वह अपनी दिनचर्या में सत्संग में बैठकर श्रीराम नाम संकीर्तन को अपना लेता है।

स्वामीजी ने यह भी बताया कि एक मनुष्य को पुनः मनुष्य की योनि में जन्म लेने के लिए लगभग पवने दो अरब साल बाद ही पुनः मौका भगवान देते हैं। उन्होंने यह भी बताया कि मनुष्य के पास एक ही धन है जो उसके साथ जाता है और वह है भगवान का भजन रूपी धन। यह धन भक्त को आजीवन साथ देता है।

स्थानीय उत्कल अनुज हिन्दी पुस्तकालय में ०७ दिसंबर को सायंकाल एक राष्ट्रीय संगोष्ठी तथा कवि सम्मेलन का सफल आयोजन हुआ जिसमें भारत के डा रागिनी भूषण, बृजेश कुमार त्रिपाठी, बालमुकुंद पुरोहित, डॉ नयना डेडिवाल, डॉ अनुराधा दूबे, डा राखी कटियार, डॉ भारत भूषण, सुशील साहिल, डॉ राहुल अवस्थी, डॉ ज्योत्स्ना सक्सेना, नीलांबर चौधरी, सोनी सुगंधा, दिनेश मल्ली, विजय तिवारी,सुभाष शर्मा तथा स्थानीय गोपाल कृष्ण, मुरारीलाल लढानिया तथा किशन खण्डेलवाल आदि ने अपनी अपनी कविताओं का सस्वर पाठ किया। आयोजन की आरंभिक जानकारी अशोक पाण्डेय ने दी। डा राहुल अवस्थी ने पाठ, पाठक और पुस्तकालय विषय पर सारगर्भित और आज के परिप्रेक्ष्य में उपयोगी वक्तव्य दिया। कवियों का स्वागत पुस्तकालय के मुख्य संरक्षक सुभाष चन्द्र भुरा ने पुस्तकालय का अपना अंगवस्त्र, स्मृति चिन्ह और महाप्रसाद पुस्तक भेंट कर किया। लगभग चार घंटे तक चले आयोजन के उपरांत सभी ने पुस्तकालय की ओर से आयोजित अल्पाहार लिया।

# इंदौर की 'स्वच्छता' पर दाग, दूषित पानी से फैला डायरिया

देश का आठ बार 'सबसे स्वच्छ शहर' रह चुका इंदौर इन दिनों जलजनित बीमारी के गंभीर खतरे से जूझ रहा है। भागीरथपुरा क्षेत्र में दूषित पेयजल से फैले डायरिया के प्रकोप ने अब तक आठ लोगों की जान ले ली है, जबकि १४०० से अधिक लोग बीमार पाए गए हैं। प्रयोगशाला रिपोर्ट ने पुष्टि की है कि पेयजल की सप्लाई में सीवेज का मिश्रण होने से यह संक्रमण फैला। मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ माधव प्रसाद हसानी ने बताया कि शहर के मेडिकल कॉलेज की रिपोर्ट के अनुसार, भागीरथपुरा इलाके में पानी की पाइपलाइन लीक होने से गंदा पानी पेयजल में मिल गया। रिसाव उस स्थान पर पाया गया, जहां एक शौचालय बना हुआ है। फिलहाल मरम्मत कार्य के बाद पानी की आपूर्ति बहाल की गई है, लेकिन नागरिकों को पानी उबालकर पीने की सलाह दी गई है।

अतिरिक्त मुख्य सचिव संजय दुबे ने कहा कि 'भागीरथपुरा की पूरी पाइपलाइन की जांच की जा रही है और पानी के नए सैंपल दोबारा जांच के लिए भेजे गए हैं।' उन्होंने बताया कि इस हादसे को देखते हुए प्रदेशभर में पेयजल सुरक्षा को लेकर एक मानक संचालन प्रक्रिया (एसओपी) लागू की जाएगी। मुख्यमंत्री मोहन यादव के निर्देश पर दुबे ने प्रभावित क्षेत्र का दौरा कर राहत कार्यों की समीक्षा की। स्वास्थ्य विभाग के अनुसार, गुरुवार को १७१४ परिवारों में ८५७१ लोगों की जांच की गई, जिनमें ३३८ लोगों में उल्टी-डायरिया जैसे हल्के लक्षण पाए गए। इनका प्राथमिक इलाज घर पर ही किया गया। अब तक २७२ मरीज अस्पतालों में भर्ती किए गए हैं, जिनमें से ७१ को छुट्टी दी जा चुकी है। वर्तमान में २०१ मरीजों का इलाज जारी है, जिनमें ३२ की हालत गंभीर है और उन्हें आईसीयू में रखा गया है।

विशेषज्ञों का कहना है कि इस घटना ने 'इंदौर मॉडल' की स्वच्छता प्रणाली पर सवाल खड़े किए हैं। विशेषज्ञों के अनुसार, स्वच्छता की रैंकिंग से आगे बढ़कर जल स्रोतों की नियमित जांच और पाइपलाइन सुरक्षा पर ध्यान देना अब जरूरी हो गया है।

**हजारों वर्षों से प्याज भारतीय खान पान का एक अभिन्न अंग रहा है। कश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक किसी ना किसी रूप में प्याज हमारी थाली की शोभा बढ़ाता है। व्यंजनों में प्याज का अपना एक विशिष्ट स्थान है। प्याज में कई औषधीय गुण होते हैं। इसे सलाद, सब्जी, अचार और मसाले की तरह भी खाया जाता है। प्याज में गंधक पाया जाता है। इसी वजह से प्याज में गंध और तीखापन होता है। इसके उपयोग से नसों में खून के प्रवाह में बाधा पैदा नहीं होती है।**

# प्याज की खेती

महाराष्ट्र, तेलंगाना, मध्य प्रदेश, यूपी, बिहार, गुजरात, कर्नाटक और राजस्थान इसके बड़े उत्पादक राज्य हैं। देश में सालाना प्याज उत्पादन औसतन २.२५ से २.५० करोड़ मीट्रिक टन के बीच है। हर साल कम से कम १.५ करोड़ मीट्रिक टन प्याज का निर्यात होता है।भारत के साथ साथ विदेशों में भी बड़ी मात्रा में पूरे वर्ष ही इसकी मांग बनी रहती है। भारत के कई प्रांतों में प्याज की खेती (दहग्दह व व्यूग) किसानों की खुशहाली, समृद्धि और आय वृद्धि का कारण बनी है। ऐसे में देश के किसान कृषि वैज्ञानिकों की सलाह लेकर प्याज की खेती करके अपनी आय में वृद्धि कर सकते हैं।

प्याज की खेती समशीतोष्ण प्रदेश में खूब होती है। लेकिन इसे उष्णकटिबंधीय जलवायु में भी लगाया जा सकता है। इसके लिए ५०-८० सेंटीमीटर बारिश की आवश्यकता होती है। हल्के गर्म मौसम में इसकी अच्छी उपज प्राप्त की जा सकती है। प्याज की फसल १३-२४ डिग्री सेल्सियस की तापमान में अच्छी तरह से पनपती है। बीज अंकुरण के लिए २०-३०ष्ट सेंटीग्रेड का तापमान बेहतर होता है। फसल वृद्धि के लिए १३-२३ सेंटीग्रेड और कन्द बनने की प्रक्रिया के लिए १५-२५ °सेंटीग्रेड अनुकूल होता है।

वैसे लगभग भारत के सभी राज्यों में इसकी खेती सफलतापूर्वक की जा सकती है। अच्छी तरह से जल निकासी सुविधाओं के साथ लाल दोमट और काली मिट्टी प्याज की खेती के लिए सबसे उपयुक्त हैं। जीवांशयुक्त हल्की दोमट मिट्टी में इसकी पैदावार खूब होती है। अधिक अम्लीय और क्षारीय मिट्टी में प्याज की खेती करने से बचना चाहिए। प्याज लगाने से पूर्व मिट्टी की जांच करा लेनी चाहिए। ६.५ से ७.५ पीएच मान वाली मिट्टी मे उपयुक्त है ।

एक हेक्टेयर खेत में २० से २५ तक गोबर की खाद रोपाई से एक माह पूर्व ही खेत में मिला देना चाहिए। अच्छे उत्पाद के लिए प्रति हेक्टेयर १०० किलोग्राम नाइट्रोजन, ५० किलोग्राम फास्फोरस और ६० किग्रा पोटाश की आवश्यकता पड़ती है। गंधक और जिंक की कमी होने पर ही उपयोग करें।

**प्याज की खेती का सही समय**

प्याज की खेती किसान रबी और खरीफ दोनों मौसम में कर सकते हैं। खरीफ के मौसम में प्याज की खेती के लिए किसान अगस्त-सितंबर के प्रारंभिक सप्ताह में प्याज की रोपाई कर सकते हैं। यदि किसान रबी के मौसम में प्याज की उन्नत खेती करना चाहतें हैं तो उसके लिए जनवरी से फरवरी में प्याज की रोपाई कर सकते हैं। रबी की मौसम में प्याज की खेती करना काफी उत्तम समय होता है। खरीफ की फसल तैयार करने के लिए प्याज की नर्सरी १५ जून से १५ जुलाई तक तैयार की जा सकती है तथा इसकी नर्सरी ४० से ४५ दिनों में तैयार हो जाती है तथा ३५ से ४० दिनों की प्याज की पौध खेतों में रोपाई या रोपने के लायक हो जाती है। यदि किसान रबी की फसल के लिए नर्सरी तैयार करते हैं तो नवंबर दिसंबर महीने में नर्सरी तैयार कर सकते है। रोपाई के लिए ४० से ४५ दिनों बाद यानि जनवरी-फरवरी में प्याज की नर्सरी लगाने के लिए तैयार हो जाती है।

प्याज की खेती की तैयारी करने से पहले यह सुनिश्चित कर लें कि आप रबी की फसल लेना चाहते हैं या खरीफ की फसल। प्याज की रोपाई करने से पहले खेत की २-३ बार जुताई करके उसे समतल बना लें। खेत की पहली जुताई के समय ही गोबर या वर्मी कंपोस्ट की खाद मिलाकर पाटा चला लें।

किसान प्याज की रोपाई दो तरह से कर सकते हैं। सूखी रोपाई, गीली रोपाई

सूखी रोपाई में खेत को समतल करने के

बाद प्याज की पौधे को १०-१५ सेंटीमीटर पर लगाएं। गीली रोपाई धान की रोपाई की तरह पानी वाले खेत में १०-१५ सेंटीमीटर की दूरी पर करें। ध्यान रहें सूखी रोपाई के बाद तुरंत सिंचाई करें। पैदावार की दृष्टि से सूखी बुआई ही उपयुक्त होती है।

यदि किसान बीज लगाकर सीधी बुआई करता है तो फसल १२० से १४० दिन में तैयार होती है, जबकि नर्सरी से पौध लगता है तो ६० से ९० दिन में प्याज की फसल पूर्ण रूप से तैयार हो जाती है। नर्सरी के लिए प्याज के बीज ३ से ३.५ किलोग्राम बीज प्रति एकड़ की आवश्यकता होती है। रोपाई से पूर्व पौधों की जड़ों को कार्बेंडाजिम ९ प्रतिशत के घोल में डूबा देना चाहिए।

प्याज के सफल उत्पादन में भूमि की तैयारी का विशेष महत्व हैं। खेत की प्रथम जुताई मिट्टी पलटने वाले हल से करना चाहिए। इसके उपरांत २ से ३ जुताई कल्टीवेटर या हैरा से करें, प्रत्येक जुताई के बाद पाटा अवश्य लगाएं जिससे नमी सुरक्षित रहें, साथ ही मिट्टी भुरभुरी हो जाए। भूमि की तैयारी के साथ पौधशाला की भी तैयारी उतनी ही आवश्यक है। पौधशाला की तैयारी में ख़ास ध्यान देकर उसे खरपतवार से मुक्त कर मिट्टी को भुरभुरी बना लें। पौधशाला में जल जमाव नहीं हो इसका विशेष ध्यान दें। पौधशाला को छोटी क्यारियों में बांट दें। पौधशाला अपनी आवश्यकता अनुसार बनाएं।

प्याज की उन्नत किस्में

किसी भी सब्जी के वैज्ञानिक तरीके से उत्पादन में उसके किस्मों का अधिक महत्व है। हमारी मिट्टी के लिए कौन सा अनुशंसित किस्मों हैं इसका ध्यान रखना अधिक आवश्यक है। हिसार-२ः इस किस्म की प्याज में तीखापन कम होता है। इसकी भंडारण क्षमता अधिक होती है। फूल और डंठल कम निकलते हैं। फसल १३०-१४५ दिन में पककर तैयार हो जाती है। प्रति एकड़ लगभग १२० क्विंटल पैदावार होती है।

हिसार प्याज-३

इसमें भी तीखापन कम होता है। भंडारण की क्षमता अधिक होती है। इसकी खासियत यह है कि यह रोग प्रतिरोधि होती है। फसल १३०-१४० दिन में तैयार हो जाती है। प्रति एकड़ १२५ क्विंटल तक पैदावार होती है।

पूसा रेड

इस किस्म की फसल १२५-१४० दिन में तैयार होती है। प्रति एकड़ १००-१२० क्विंटल पैदावार होती है। इनके अलावा प्याज की एरीफाउंड लाइट रेड, एरीफाउंड वाइट, पूसा माधवी, एरीफाउंड डार्क रेड और एन-५३ किस्में भी अच्छी मानी जाती हैं।

प्याज की खेती में सिंचाई और उर्वरक प्रबंधन

प्याज एक ऐसी फसल है जिसमें बिचड़े की रोपनी के बाद यानि जब पौधे स्थिर हो जाते हैं तब इसमें निकौनी एवं सिंचाई की आवश्यकता पड़ती रहती है। इस फसल में अधिक सिंचाई की आवश्यकता होती है। इसकी जड़ें १५-२० सेंटीमीटर सतह पर फैलती है। इसमें ५ दिनों के अंतराल पर सिंचाई करते रहना चाहिए। अधिक गहरी सिंचाई न करें। पानी की कमी से खेतों में दरार न बन पाए। आरम्भ में १०-१२ दिनों के अंतर पर सिंचाई करें। गर्मी आने पर ५-७ दिनों पर सिंचाई करें।

प्याज की बेहतर पैदावार के लिए उर्वरक प्रबंधन की जानकारी होना बेहद जरूरी है। संतुलित मात्रा में खाद एवं उर्वरकों के प्रयोग से प्याज की अच्छी पैदावार होती है। प्याज की खेती के लिए खेत तैयार करते समय प्रति एकड़ खेत में ३-४ टन कम्पोस्ट खाद, २० किलोग्राम यूरिया, ३६ किलोग्राम डीएपी एवं ३० किलोग्राम पोटाश मिला लेनी चाहिए। जब फसल ६०-६५ दिनों की हो जाए तो ३० किलोग्राम यूरिया का प्रयोग कर सकते हैं।

अच्छी गुणवत्ता की प्याज लेने के लिए प्रति एकड़ भूमि में १० किलोग्राम सल्फर एवं २ किलोग्राम जिंक का भी प्रयोग करें।

ऐसे करें प्याज का भंडारण

अधिक अवधि तक प्याज का भंडारण के लिए शीतगृहों का उपयोग करें।

यदि आप अपने घरों में ही इसका भंडारण कर रहे हैं। तो प्याज के कंदों को अच्छी तरह सूखाकर प्याज को डंठल सहित भंडारण करें।

भंडारण वाला स्थान हवादार होनी चाहिए।

प्याज को बंडल बनाकर दीवार या रस्सी के सहारे टांगकर रखने से प्याज लंब अवधि तक सुरक्षित रहती है।

इसे अंकुरण से बचाने के लिए मैलिक हाइड्राजाइड नामक रासायनिक दवा का (१००० से १५०० पी.पी.एम.) छिड़काव कर सकते हैं।

प्याज की खेती में लागत और कमाई

प्याज की खेती में अपार संभावनाएं हैं। प्याज की मांग बाजार में सालभर बनी रहती है। मंहगाई की दौरान प्याज ही लोगों को रुलाती है। ऐसे में प्याज के किसानों को अच्छा मुनाफा होता है। लागत की बात करें तो प्याज की खेती में ५० हजार से १ लाख रुपये तक का खर्च आता है। इस खेती से आप प्रति फसल १.५ से २ लाख रूपए आसानी से कमा सकते हैं।

## लेखकों से निवेदन

मौलिक तथा अप्रकाशित-अप्रसारित रचनाएँ ही भेजें। रचना फुलस्केप कागज पर साफ लिखी हुई अथवा शुद्ध टंकित की हुई मूल प्रति भेजें। ज्यादा लंबी रचना न भेजें। सामाजिक, राजनीतिक, शैक्षणिक, साहित्यक, स्वास्थ्य, बैंक व व्यवसायिक से संबंधित रचनाएँ आप भेज सकते हैं। प्रत्येक रचना पर शीर्षक, लेखक का नाम, पता एवं दूरभाष संख्या अवश्य लिखें, साथ ही लेखक परिचय एवं फोटो भी भेजें। आप अपनी रचना ई-मेल द्वारा भेज सकते हैं। रचना यदि डाक द्वारा भेज रहे हैं तो डाक टिकट लगा लिफाफा साथ होने पर ही अस्वीकृत रचनाएँ वापस भेजी जा सकती हैं। अतः रचना की एक प्रति अपने पास अवश्य रखें। स्वीकृत व प्रकाशित रचना का ही उचित भुगतान किया जायेगा। किसी विशेष अवसर पर आधारित आलेख को कृपया उस अवसर से कम-से-कम एक या दो माह पूर्व भेजें, ताकि समय रहते उसे प्रकाशन-योजना में शामिल किया जा सके। रचना भेजने के बाद कृपया दूरभाष द्वारा जानकारी न लें। रचनाओं का प्रकाशन योजना एवं व्यवस्था के अनुसार यथा समय होगा।



**Add: A-102, A-1 Wing, Tirupati Ashish CHS. , Near Shahad Station Kalyan (W) , Dist: Thane, PIN: 421103, Maharashtra.**
**Phone: 9082391833 , 9820820147**
**E-mail: swarnim_mumbai@yahoo.in,**
**Website:WWW.swarnimumbai.com**

www.swarnimumbai.com


राष्ट्रीय हिंदी मासिक पत्रिका

# स्वर्णिम मुंबई

RNI NO. : MAHHIN-2014/55532


## ADVERTISEMENT TARRIF

| No. | Page | Colour | Rate |
|---|---|---|---|
| 1. | Last Cover full page | Colour | 30,000/- |
| 2. | Back inside full page | Colour | 25,000/- |
| 3. | Inside full page | Colour | 20,000/- |
| 4. | Inside Half page | Colour | 15,000/- |
| 5. | Inside Quater page | Colour | 07,000/- |
| 6. | Complimenty Adv. | Colour | 03,000/- |
| 7. | Bottam Patti | Colour | 2500/- |

***6 Months Adv. 20% Discount***

***1 Year Adv. 50% Discount***

**Mechanical Data:** **Size of page:** **290mm x 230mm**

PLEASE SEND YOUR RELEASE ORDER ALONG WITH ART WORK IN PDF & CDR FORMAT


**Add: A-102, A-1 Wing ,Tirupati Ashish CHS. , Near Shahad Station Kalyan (W) , Dist: Thane,**
**PIN: 421103, Maharashtra. Phone: 9082391833, 9820820147**
**E-mail: swarnim_mumbai@yahoo.in,**
**Website:WWW.swarnimumbai.com**

RNI NO. : MAHHIN-2014/55532

# 26 जनवरी

## नई सोच, नई जिम्मेदारी के साथ शुभकामनाएँ!