प्रेरणा

"लहरें हमेशा किनारे से टकराती हैं,
पर वही नाव आगे बढ़ती है,
जो हार मानने से इंकार करती है।"

सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

साप्ताहिक मौसम

दिन	अधिकतम	न्यूनतम
शुक्रवार	36°	23°
शनिवार	34°	23°
रविवार	38°	22°
सोमवार	31°	23°
मंगलवार	28°	20°
बुधवार	29°	19°
वीरवार	30°	19°

*आंकड़े आईएमडी के अनुसार

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-7 • 03 OCTOBER TO 09 OCTOBER 2025 • VOLUME 11 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

Lic No : 933/ALC-4/LA/FN:1184

INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE

CONSULTING DESIGN TRAINING

ISO CERTIFIED 2015 COMPANY

CONFUSED ABOUT CAREER!

Unsure of what to do after 10th/12th/Graduation?

Whether to Study in India or Abroad?

What should I do after 10th-Science, Commerce or Arts?

Should I consider Computer or Mechanical Engineering?

What is better for me - MBA in Marketing or MBA in Finance?

Should I pursue Chartered Accountancy or Law after 12th?

Do I have the aptitude for Architecture and Designing?

Get Career Guidance from our Expert Career Counseling Team Free of Cost

E-mail : hr@innovativetechin.com • Website : www.innovativetechin.com • FB/Innovativetechin • Contact :9317776662, 9317776663

REGIONAL OFFICE : S.C.O No. 10 Gopal Nagar, Near Batra Palace, Jal. HEAD OFFICE : S.C.O No. 21-22, Kuldip Lal Complex, Highway Plaza GT Road, Adjoining Lovely Professional University. Phagwara.

*T&C apply

पांच साल बाद भारत-चीन के बीच शुरू होंगी सीधी उड़ानें

द्विपक्षीय आदान-प्रदान को धीरे-धीरे सामान्य बनाने में मिलेगी मदद

नई दिल्ली. भारत और चीन इस महीने के आखिर तक डायरेक्ट फ्लाइट फिर से शुरू करने पर सहमत हुए हैं। यह भारत सरकार की दोनों देशों के बीच संबंधों को धीरे-धीरे सामान्य करने की नीति का हिस्सा है। विदेश मंत्रालय की ओर से जारी बयान के अनुसार नामित स्थानों को जोड़ने वाली डायरेक्ट फ्लाइट सेवाएं अक्टूबर 2025 के अंत तक शुरू हो सकती हैं। यह शीतकालीन मौसम की समय-सारिणी के अनुसार होगा, बशर्ते दोनों देशों की नामित एयरलाइंस का व्यावसायिक निर्णय और सभी परिचालन मानदंड पूरे हों। बयान में आगे कहा गया कि नागरिक विमानन प्राधिकरणों के इस समझौते से भारत और चीन के बीच लोगों के बीच संपर्क को और बढ़ावा मिलेगा, जिससे द्विपक्षीय आदान-प्रदान को धीरे-धीरे सामान्य बनाने में मदद मिलेगी।

पिछले महीने शंघाई सहयोग संगठन (एससीओ) शिखर सम्मेलन के दौरान तियानजिन में अपनी बैठक के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और चीनी राष्ट्रपति शी जिनपिंग ने वार्ता, विश्वास-निर्माण उपायों और क्षेत्रीय जुड़ाव को प्राथमिकता देने के दोनों देशों के व्यावहारिक दृष्टिकोण पर विचार किया था। बैठक का उद्देश्य द्विपक्षीय संबंधों को मजबूत करना तथा भारत-चीन संबंधों में हाल की प्रगति को आगे बढ़ाना था। दोनों देशों ने 3,500 किमी लंबी वास्तविक नियंत्रण रेखा (एलएसी) पर गश्त के नियमों पर सहमति बनाई जिससे चार साल पुराना सीमा विवाद कम हुआ। विदेश मंत्रालय के अनुसार, दोनों नेताओं ने पिछले साल हुए समझौते और सीमा पर शांति बनाए रखने की सराहना की। उन्होंने आपसी सहमति से सीमा मुद्दे का उचित समाधान निकालने और दोनों देशों के लोगों के दीर्घकालिक हितों को ध्यान में रखने की प्रतिबद्धता जताई।

दोनों नेताओं ने इस महीने की शुरुआत में विशेष प्रतिनिधियों की बातचीत में लिए गए महत्वपूर्ण निर्णयों का समर्थन करने पर भी सहमति जताई। सितंबर में चीनी विदेश मंत्री वांग यी ने भारत का दौरा किया और सीमा मुद्दे पर विशेष प्रतिनिधि वार्ता की। उन्होंने राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार अजीत डोभाल से मुलाकात में कहा कि स्थिर भारत-चीन संबंध दोनों देशों के हित में है और विकासशील देश इसे चाहते हैं। इससे पहले, लंबे समय से स्थगित कैलाश-मानसरोवर यात्रा को 2025 की गर्मियों के लिए बहाल कर दिया गया था।

भारत में लोकतंत्र पर हमला सबसे बड़ा खतरा : राहुल गांधी

आरएसएस और भाजपा की विचारधारा पर भी किया तीखा हमला

कोलंबिया. कोलंबिया के ईआईए विश्वविद्यालय में एक कार्यक्रम में बोलते हुए, कांग्रेस सांसद और लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी ने केंद्र की एनडीए सरकार पर जमकर निशाना साधा। उन्होंने कहा कि 'लोकतंत्र पर हो रहा हमला' भारत के लिए सबसे बड़ा खतरा है।

राहुल गांधी ने स्वीकार किया कि भारत में इंजीनियरिंग और स्वास्थ्य सेवा जैसे क्षेत्रों में मजबूत क्षमताएं हैं जिसके कारण वह देश के भविष्य को लेकर आशावादी हैं। हालांकि, उन्होंने कहा कि देश को कुछ संरचनात्मक खामियों को ठीक करने की जरूरत है, जिनमें सबसे बड़ी चुनौती लोकतंत्र पर हो रहा व्यापक हमला है। गांधी ने जोर देकर कहा कि भारत कई धर्मों, परंपराओं, भाषाओं और विचारों का देश है। इन विविध संस्कृतियों को फलने-फूलने के लिए लोकतांत्रिक व्यवस्था ही सबसे अच्छा स्थान देती है, और इसी व्यवस्था पर हमला हो रहा है जो कि एक बड़ा खतरा है।

राहुल गांधी ने आरएसएस और भाजपा की विचारधारा पर भी तीखा हमला किया। उन्होंने

आरोप लगाया कि 'कायरता' उनकी विचारधारा के मूल में है। उन्होंने विदेश मंत्री के एक बयान का हवाला दिया, जिसमें उन्होंने कहा था कि 'चीन हमसे कहीं अधिक शक्तिशाली है इसलिए हम उनसे झगड़ा कैसे कर सकते हैं?' गांधी ने इसे 'कायरता' बताया। राहुल ने हाल ही में लद्दाख में हुए विरोध प्रदर्शनों के लिए भी भाजपा-आरएसएस को जिम्मेदार ठहराया था। उन्होंने आरोप लगाया था कि केंद्र सरकार लद्दाखियों को 'आवाज' नहीं दे रही है। इसके अलावा उन्होंने बिहार में मतदाता सूची के मुद्दे को लेकर केंद्र पर 'वोट चोरी' का भी आरोप लगाया था।

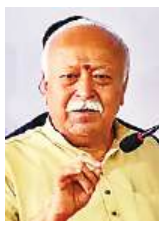
राहुल के लोकतंत्र वाले बयान पर भड़के रविशंकर, कहा- जनता माफ नहीं करेगी

नई दिल्ली. भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के वरिष्ठ नेता रविशंकर प्रसाद ने गुरुवार को कांग्रेस सांसद राहुल गांधी पर विदेशी धरती पर भारत का 'अपमान' करने का आरोप लगाया और केंद्र सरकार पर उनके 'लोकतंत्र पर हमले' के आरोप का बचाव किया। यहाँ एक संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए, प्रसाद ने कहा कि राहुल गांधी सत्ता के लिए ऐसी टिप्पणी कर रहे हैं। उन्होंने लोकसभा में विपक्ष के नेता (एलओपी) पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और भारत के विकास को 'गाली' देने का भी आरोप लगाया।

पूर्व केंद्रीय मंत्री प्रसाद ने कहा कि राहुल गांधी विदेश में हैं। अच्छा होता अगर वह भारत की भलाई की कामना करते, लेकिन वह भारत पर हमला कर रहे हैं। वह हर बात निराधार कहते हैं। वह कहते हैं कि भारत में लोकतंत्र नहीं है। यहाँ पूर्ण लोकतंत्र है, लेकिन राहुल गांधी के साथ समस्या यह है कि वह सत्ता चाहते हैं। भाजपा सांसद ने कहा कि अगर राहुल गांधी अपनी विदेश यात्राओं के दौरान भारत का अपमान करते रहेंगे तो जनता उन्हें वोट नहीं देगी। प्रसाद ने आगे कहा कि चीन के प्रति उनका प्रेम तब स्पष्ट हो गया था जब उन्होंने कहा था कि भारत एक वैश्विक शक्ति नहीं बन सकता।

यह अवसर केवल उत्सव का नहीं, आत्ममंथन का भी है : भागवत

नागपुर. राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (आरएसएस) के शताब्दी वर्ष के विजयादशमी समारोह में संघ प्रमुख मोहन भागवत ने देश के सामने खड़ी चुनौतियों और भविष्य की दिशा पर अपने विचार रखे। उन्होंने कहा कि यह अवसर केवल उत्सव का नहीं, बल्कि आत्ममंथन का भी है।



भागवत ने अपने भाषण की शुरुआत जम्मू-कश्मीर के पहलगाम में हुए उस आतंकी हमले से की, जिसमें 26 श्रद्धालुओं की मौत हुई थी। उन्होंने कहा कि इस घटना ने एक ओर भारतीय समाज की एकजुटता और नेतृत्व की दृढ़ता दिखाई, तो दूसरी ओर यह भी स्पष्ट कर दिया कि वैश्विक स्तर पर हमारे साथ वास्तव में कौन खड़ा है। आंतरिक सुरक्षा पर बोलते हुए भागवत ने कहा कि नक्सलवाद अब काफी हद तक काबू में है। सरकार की सख्त नीति और जनता की जागरूकता से इस समस्या को नियंत्रित किया गया है। हालांकि उन्होंने आगाह किया कि यदि प्रभावित क्षेत्रों में न्याय और विकास नहीं पहुंचा, तो यह समस्या फिर सिर उठा सकती है।

शाह ने खादी उत्पाद ख़रीदे और ऑनलाइन पेमेंट की

नई दिल्ली (जालंधर ब्रीज). गांधी जयंती के अवसर पर केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह गुरुवार को नई दिल्ली के कनॉट प्लेस स्थित खादी इंडिया शोरूम गए। शाह ने खादी उत्पाद ख़रीदे और ऑनलाइन पेमेंट की। इस अवसर पर केन्द्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री ने कहा कि महात्मा गांधी ने ही भारत की आत्मा को पहचाना और देश के जनसाधारण को जागरूक कर अंग्रेज़ों के खिलाफ खड़ा किया। शाह ने कहा कि उन्हीं चीज़ों में से दो बड़े विचार निकले- खादी और स्वदेशी। हम आज़ादी के आंदोलन को खादी और स्वदेशी से अलग कर के नहीं देख सकते। उन्होंने कहा कि महात्मा गांधी ने देश को स्वदेशी और खादी का विचार देकर आज़ादी के आंदोलन को तो गति दी ही, साथ ही देश के अनेक गरीबों के जीवन में प्रकाश भरने का काम भी किया।

पंजाब ने पहले 6 महीने में 22.35% जीएसटी बढ़ने का बनाया नया रिकॉर्ड

हरपाल चीमा बोले- लगातार बढ़ रही आमदनी

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब के वित्त, योजना, आबकारी एवं कराधान मंत्री एडवोकेट हरपाल सिंह चीमा ने आज यहां घोषणा की कि राज्य ने चालू वित्तीय वर्ष 2025-26 की पहली छमाही (अप्रैल-सितंबर 2025) के दौरान कुल 13,971 करोड़ रुपए की जीएसटी प्राप्तियां दर्ज कीं, जो पिछले वर्ष की इसी अवधि में दर्ज किए गए 11,418 करोड़ रुपए के मुकाबले 22.35% की महत्वपूर्ण वृद्धि दर्शाती है।

चीमा ने बताया कि पहली छमाही में राज्य ने पिछले वर्ष की तुलना में जीएसटी राजस्व में 2,553 करोड़ रुपए की बढ़ोतरी दर्ज की है। राज्य की वर्ष-दर-वर्ष जीएसटी वृद्धि दर, जो वित्तीय वर्ष 2024-25 की पहली छमाही में केवल 5% थी, वह वित्तीय वर्ष 2025-26 में बढ़कर 22.35% हो गई है। यह आंकड़ा राष्ट्रीय औसत जीएसटी वृद्धि दर 6% से कहीं अधिक है, जो स्पष्ट रूप से पंजाब के राजस्व जुटाने के प्रयासों की सफलता को दर्शाता है। उन्होंने कहा, "जीएसटी के अलावा, पंजाब ने अन्य अप्रत्यक्ष कर श्रेणियों में भी उत्साहजनक नतीजे हासिल

किए हैं। वैट और सीएसटी के तहत प्राप्तियों में 10% की वृद्धि हुई है, जबकि पंजाब राज्य विकास कर (पीएसडीटी) ने सितंबर 2025 के दौरान पिछले वर्ष की इसी अवधि की तुलना में 11% की वृद्धि दर्ज की है।" हालिया जीएसटी तार्किकीकरण (राशनलाइजेशन) के प्रभाव का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि पंजाब का प्रदर्शन राष्ट्रीय औसत से कहीं अधिक मज़बूत रहा है। उन्होंने कहा, "जबकि अधिकांश अन्य राज्यों ने सितंबर 2025 में नकारात्मक वृद्धि दर दर्ज की, पंजाब ने लचीलापन दिखाते हुए दो अंकों की वृद्धि दर हासिल की। केवल सितंबर 2025 में ही राज्य ने 2,140.82 करोड़ की प्राप्ति दर्ज की, जो सितंबर 2024 के 1,943 करोड़ की तुलना में 197.82 करोड़ रुपए अधिक है और 10% की वृद्धि दर दर्शाता है। यह पिछले वर्ष इसी अवधि के मामूली 5% वृद्धि के मुकाबले बड़ा सुधार है।"

नशे से चार लोगों की मौत, सरकार पर भड़के बाजवा

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब विधानसभा में विपक्ष के नेता प्रताप सिंह बाजवा ने गुरुवार को पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान पर तीखा हमला बोला और पंजाब में नशीले पदार्थों के खतरे को खत्म करने में उनकी सरकार की घिनौनी और बार-बार विफलता की निंदा की। सरकार की अक्षमता को उजागर करने वाली एक दर्दनाक घटना में, फिरोजपुर-फाजिल्का रोड के किनारे लाखो के बेहराम गांव में केवल 48 घंटों के भीतर 20 साल के चार युवकों की मौत हो गई। ग्रामीणों ने लंबे समय तक नशे की लत को दोषी ठहराया - प्रशासन की पुरानी उपेक्षा के कारण एक संकट और बढ़ गया।

हाल ही में जारी 2023 एनसीआरबी रिपोर्ट में एक ऐसे कड़े सच को उजागर किया गया है जिसे पंजाब में आम आदमी पार्टी की सरकार अब नजरअंदाज नहीं कर सकती है और न ही इससे भटक सकती है।

पीएम मोदी ने दी महात्मा गांधी और लाल बहादुर शास्त्री को श्रद्धांजलि

बोले- उनके मूल्यों से ही मजबूत और विकसित बनेगा भारत

नई दिल्ली. प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को महात्मा गांधी की जयंती पर राजघाट जाकर उन्हें पुष्पांजलि अर्पित की। गांधी जयंती के अवसर पर प्रधानमंत्री ने कहा कि राष्ट्रपिता के आदर्शों ने मानव इतिहास की दिशा बदल दी। सोशल मीडिया एक्स पर एक पोस्ट में प्रधानमंत्री ने कहा कि गांधीजी ने दिखाया कि कैसे साहस और सादगी महान परिवर्तन के साधन बन सकते हैं। वे सेवा और करुणा की शक्ति को लोगों को सशक्त बनाने के अनिवार्य साधन मानते थे। उन्होंने आगे कहा, "हम एक विकसित भारत के निर्माण के अपने प्रयास में उनके बताए मार्ग पर चलते रहेंगे।" उनके जीवन और बलिदान को दुनिया भर में शांति और मानवीय गरिमा के प्रतीक के रूप में याद किया जाता है।

प्रधानमंत्री मोदी ने पूर्व प्रधानमंत्री लाल बहादुर शास्त्री को उनकी जयंती पर विजय घाट पर श्रद्धांजलि अर्पित की। उन्होंने उन्हें एक असाधारण राजनेता बताया जिनकी ईमानदारी, विनम्रता और दृढ़ संकल्प ने भारत को मजबूत बनाया। प्रधानमंत्री ने कहा, "उन्होंने अनुकरणीय नेतृत्व, शक्ति और निर्णायक कार्रवाई को मूर्त रूप दिया। 'जय जवान जय किसान' के उनके आह्वान ने हमारे लोगों में देशभक्ति की भावना जगाई। वे हमें एक मजबूत और आत्मनिर्भर भारत के निर्माण के प्रयास में निरंतर प्रेरित करते रहेंगे।"

आरएसएस: सेवा, त्याग और राष्ट्र निर्माण की शताब्दी यात्रा

जालंधर ब्रीज. 27 सितंबर 1925 को जब डॉ. केशव बलिराम हेडगेवार ने नागपुर में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (आरएसएस) की स्थापना की थी, तब शायद ही किसी ने ऐसा सोचा होगा कि आगामी सौ वर्षों में यह संगठन इतना विशाल और प्रभावशाली बन जाएगा। बीते दस दशकों में आरएसएस ने भारत की सामाजिक बुनियाद को मजबूत किया है, उसकी संप्रभुता की रक्षा की है, कमजोर वर्गों को सशक्त बनाया है और भारतीय सभ्यता के मूल्यों को संजोए रखा है। वर्तमान में आरएसएस निःस्वार्थ सेवा का जीवंत प्रतीक बन गया है। आरएसएस के शताब्दी उत्सव के अवसर पर, उसकी यात्रा को पुनः याद करना उचित भी है और आवश्यक भी।

हाल ही में दिल्ली में हुए एक कार्यक्रम में सरसंघचालक मोहन भागवत ने संघ के समावेशी विचारों पर चर्चा करते हुए कहा "धर्म व्यक्तिगत पसंद का विषय है; इसमें किसी तरह का प्रलोभन या जोर-जबरदस्ती नहीं होनी चाहिए।" यह वक्तव्य संघ की मूल विचारधारा को प्रतिबिंबित करता है कि समाज में टकराव नहीं, सामंजस्य हो ; बिखराव नहीं, एकता हो और केवल भौतिक वस्तुओं की प्रतिस्पर्धा नहीं, बल्कि जीवन की सार्थकता पर बल हो। आज भी संघ की दैनिक शाखाएँ और स्वयंसेवकों द्वारा चलाए गए कार्यक्रम; अनुशासन, आत्मबल और भारतीय संस्कृति पर गर्व करने की प्रेरणा देते हैं जिससे श्रेष्ठ भारत के निर्माण का मार्ग सुगम होता हैं। इसलिए यह अत्यंत स्वाभाविक बात है कि संघ के अनुकरणीय योगदान के लिए प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने 79वें स्वतंत्रता दिवस पर लाल किले की प्राचीर से संघ को "दुनिया का सबसे बड़ा गैर-सरकारी संगठन" बताया और देशवासियों को संघ की सौ साल की भव्य, प्रेरणादायक और समर्पित यात्रा के बारे में याद दिलाया।

केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह

वर्ष 1947 में जब भारत स्वतंत्रता का उत्सव माना रहा था तब विभाजन की त्रासदी की वजह से बहुत जनहानि हुई थी और लाखों लोगों को अपने घरों से विस्थापित होना पड़ा था। ऐसी भीषण परिस्थिति में आरएसएस के स्वयंसेवक एक अनुशासित, संगठित और निःस्वार्थ सेवकों के रूप में सामने आए। स्वयंसेवकों की सेवा के कारण ही द ट्रिब्यून अख़बार ने अपनी एक रिपोर्ट में आरएसएस को "The sword arm of Punjab" कहा था।

संघ द्वारा समाज-सेवा का कार्य विभाजन के बाद भी अनवरत जारी रहा । 1984 में जब सिख विरोधी दंगे भड़काए गए और हजारों सिखों की हत्या की गई, तब भी संघ स्वयंसेवक सिखों की रक्षा और राहत कार्यों के लिए सबसे आगे थे। लेखक खुशवंत सिंह ने इस बात की पुष्टि करते हुए कहा है कि श्रीमति इंदिरा गांधी की हत्या के बाद में हिंदू-सिख एकता बनाए रखने में आरएसएस ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। संघ के कार्यों को देखकर यह बात आसानी से कही जा सकती है कि कुछ लोगों द्वारा आरएसएस पर बहुसंख्यकवादी संगठन होने का आरोप लगाना बिल्कुल निराधार और गलत है। स्वतंत्रता के समय भी संघ ने भारत के अल्पसंख्यकों और उनके पूजा स्थलों की रक्षा में मदद की थी। मार्च 1947 में, जब मुस्लिम लीग द्वारा उकसाई गई भीड़ श्री हरमंदिर साहिब की ओर बढ़ी, तो तलवारों और लाठियों से लैस आरएसएस के स्वयंसेवकों ने न केवल उसका सामना किया बल्कि उसे पीछे हटने पर मजबूर कर दिया था। तीन दिन बाद, जब एक और सुनियोजित हमला श्री हरमंदिर साहिब पर करने का प्रयास किया गया था, तब आरएसएस के स्वयंसेवकों ने एक मानव घेरा बनाकर गुरुद्वारे की रक्षा की थी और हमलावरों को सफलतापूर्वक खदेड़ भगाया था।

आरएसएस स्वयंसेवकों ने 1947-48 के युद्ध के दौरान सेना की सहायता भी की थी। 1954 में स्वयंसेवकों ने दादरा और नगर हवेली को पुर्तगाली शासन से मुक्त कराने में अग्रणी भूमिका निभाई। के.आर. मलकानी की पुस्तक "दी आरएसएस स्टोरी" के अनुसार- " 2 अगस्त 1954 को लगभग 200 आरएसएस स्वयंसेवकों ने, नाना काजरेकर और सुधीर फड़के के नेतृत्व में, दादरा और नगर हवेली को आज़ाद कराया। उन्होंने राइफ़ल, ब्रेन गन और स्टेन गन से लैस 175 पुर्तगाली सैनिकों को खदेड़ दिया।"

आरएसएस को महात्मा गांधी जी के नाम पर भी अक्सर निशाना बनाया जाता है। हालांकि महात्मा गांधी और आरएसएस के बीच कुछ वैचारिक मतभेद अवश्य रहे, लेकिन कभी मनभेद या वैमनस्य का भाव नहीं रहा।। महात्मा गाँधी ने कई अवसरों पर संघ के अनुशासन और राष्ट्र सेवा की प्रशंसा की है। वर्ष 1934 में गांधीजी ने वर्धा में आरएसएस के एक शिविर का दौरा भी किया था जहां उन्होंने संघ के "अनुशासन, अस्पृश्यता के पूर्ण अभाव और उच्च सादगी" की सराहना की थी। विभाजन की त्रासदी के दौरान, 16 सितंबर 1947 को, गांधीजी ने दिल्ली में आरएसएस की एक सभा को संबोधित किया था। इस दौरान उन्होंने संघ की सेवा एवं बलिदान की भावना की प्रशंसा की थी। 30 जनवरी 1948 को गांधीजी की हत्या के बाद, आरएसएस ने श्रद्धांजलि स्वरूप अपनी सभी शाखाएँ 13 दिनों के लिए स्थगित कर दीं थी। ऐसा संघ के इतिहास में सिर्फ एक बार हुआ है। यह बातें दोनों की ओर से एक दूसरे के प्रति पारस्परिक सम्मान होने की गवाही देती हैं।

इस प्रकार, आरएसएस ने विचारों की विविधता का हमेशा सम्मान किया है। उपनिवेशवाद के दौरान हुए कुशासन और आजादी के बाद नीतिगत उपेक्षा के कारण पूर्वोत्तर भारत और वहाँ के लोग अलगाववाद और उग्रवाद से जूझते रहे। लेकिन आरएसएस ने 1946 में गुवाहाटी में पहली शाखा स्थापित की और तब से इस क्षेत्र को राष्ट्रीय धारा से जोड़ने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। आज जब आरएसएस एक सदी की सफल यात्रा पूर्ण कर रहा है, यह बात कहना कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी कि राष्ट्र निर्माण में उसका योगदान अप्रतिम और अतुलनीय है।

सुबह की लहरों से लेकर रात की पार्टियों तक – गोवा की अनोखी यात्रा

• **जालंधर ब्रीज** . फीचर

गोवा, भारत का छोटा सा राज्य, अपने खूबसूरत समुद्र तटों, vibrant nightlife और सांस्कृतिक विरासत के लिए प्रसिद्ध है। यह जगह हर ट्रैवलर के लिए अलग ही अनुभव लेकर आती है। बागा, कलंगुट, पालोलेम और अगोंडा बीच अपनी सुंदरता और शांत माहौल के लिए मशहूर हैं। सुबह-सुबह लहरों की आवाज़ के साथ रेत पर चलते हुए सूर्योदय देखना एक अविस्मरणीय अनुभव होता है।

रात का समय भी गोवा में उतना ही रोमांचक है। बागा बीच के शैक्स और क्लब्स में संगीत, डांस और लाइव पार्टियों का अनुभव मिलता है। EDM कॉन्सर्ट्स और स्थानीय फेस्टिवल्स की ऊर्जा यात्रा को और भी मजेदार बना देती है। इसके अलावा, गोवा का भोजन भी अपनी अलग पहचान रखता है। ताज़ा सी-फूड जैसे फिश फ्राई, प्रॉन करी और क्रैब डिशेज़ हर ट्रैवलर के लिए यादगार अनुभव बन जाते हैं, वहीं मीठे में गोअन बेबिंका का स्वाद यात्रा को पूरा करता है।

गोवा की संस्कृति और पुर्तगाली विरासत भी इसे खास बनाती है। चर्चेस और किलों में इस विरासत की झलक साफ दिखाई देती है। अगुआड़ा और चपोरा किले से सूर्यास्त का नज़ारा किसी जादू से कम नहीं लगता। गोवा सिर्फ एक holiday destination नहीं है, बल्कि यह जीवन को celebrate करने और यादगार पलों से भरपूर एक अनुभव है।

गोवा की पहचान उसके समुद्र तटों (Beaches) से है।

- बागा और कलंगुट बीच भीड़ और एडवेंचर एक्टिविटीज़ के लिए मशहूर हैं।
- वहीं पालोलेम और अगोंडा बीच शांति पसंद करने वालों के लिए स्वर्ग जैसे हैं। रेत पर नंगे पाँव चलते हुए और लहरों की आवाज़ सुनते हुए ऐसा लगा जैसे समय थम-सा गया हो।

गोवा की नाइटलाइफ़ – संगीत और ऊर्जा

- गोवा को भारत का पार्टी कैपिटल कहा जाता है।
- बागा बीच के शैक्स और क्लब्स में रातें संगीत और डांस से भर जाती हैं।
- EDM कॉन्सर्ट्स और लोकल फेस्टिवल्स ने यात्रा को और रोमांचक बना दिया। यहाँ हर कोई खुद को खुलकर जीना सीख जाता है।

गोवा का स्वाद – फूड और फ्लेवर

- गोवा की यात्रा उसके खाने के बिना अधूरी है।
- ताज़ा सी-फूड जैसे प्रॉन करी, फिश फ्राई और क्रैब डिशेज़ का स्वाद यादगार रहा।
- मीठे में गोअन बेबिंका ने भोजन को खास बना दिया। स्थानीय शैक्स में खाना खाने का अनुभव पांच सितारा होटलों से कहीं अधिक असली और मज़ेदार लगा।

गोवा की संस्कृति और विरासत

- गोवा पर अब भी पुर्तगाली प्रभाव साफ नज़र आता है।
- बेसिलिका ऑफ बॉम जीसस और सी कैथेड्रल जैसे चर्च देखने लायक हैं।
- अगुआड़ा और चपोरा किला से दिखाई देने वाला सनसेट दिल को छू गया। गोवा के लोग बेहद मिलनसार हैं और उनकी lifestyle बेहद आरामदायक है।
- गोवा में एडवेंचर – रोमांच और मज़ा
- गोवा सिर्फ बीचेज़ के लिए ही नहीं, बल्कि एडवेंचर के लिए भी मशहूर है।
- पैरासेलिंग, जेट स्कीइंग, स्कूबा डाइविंग और डॉल्फ़िन स्पॉटिंग का मज़ा अविस्मरणीय रहा।
- पहली बार स्कूबा डाइविंग ने मुझे समुद्र के भीतर की अनोखी दुनिया से मिलवाया।
- गोवा की यादगार पल
- सुबह बीच पर सनराइज और शाम को सनसेट दोनों ही पल जादुई थे।
- लोकल फ्ली मार्केट्स से शॉपिंग और bargaining का मज़ा अलग ही था।
- यात्रा के दौरान बने नए दोस्त इस सफ़र को और खास बना गए।

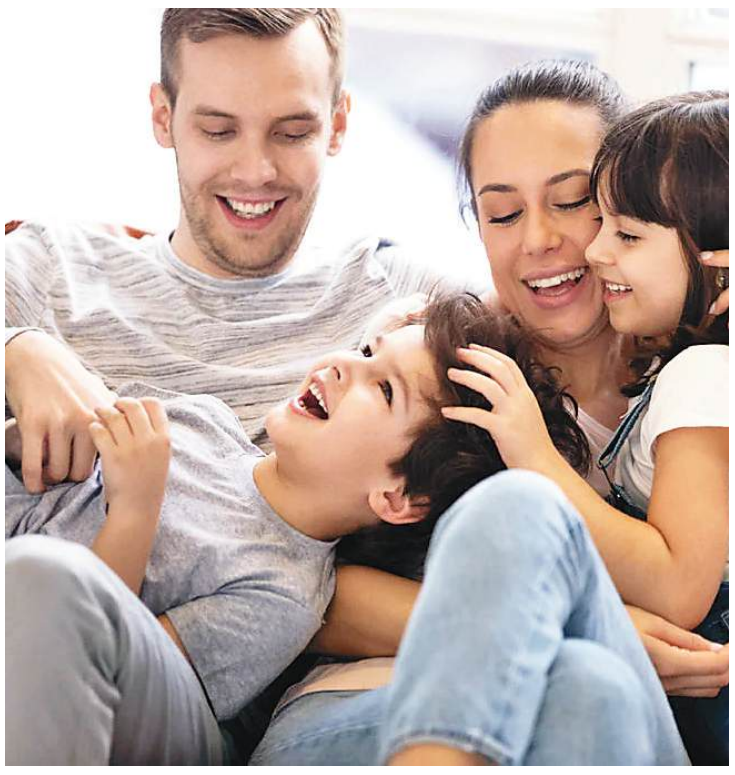
निष्कर्ष – गोवा, सिर्फ एक जगह नहीं

- गोवा सिर्फ एक हॉलीडे डेस्टिनेशन नहीं बल्कि एक एहसास है।
- यहाँ के समुद्र तट आज़ादी का अनुभव कराते हैं,
- नाइटलाइफ़ ऊर्जा से भर देती है,
- फूड और संस्कृति हमेशा दिल में बस जाते हैं।

PARENTING

प्यार, समझ और जीवन की सीख

Parenting सिर्फ बच्चों की basic जरूरतें पूरी करने तक सीमित नहीं है, बल्कि यह एक लंबा और transforming सफ़र है। जब मेरी बेटी पहली बार चलने लगी, उसके छोटे कदमों ने मुझे धैर्य और सहनशीलता की अहमियत सिखाई। बचपन के शुरुआती साल चुनौतीपूर्ण होते हैं, tantrums और curiosity से भरे सवाल कभी-कभी थकान दे देते हैं। लेकिन वही पल, जब बच्चे अपनी पहली किताब पढ़ते हैं या नई skill सीखते हैं, जीवन में अनमोल खुशी भर देते हैं। Parenting हमें यह सिखाता है कि प्यार, guidance और समझ के साथ बच्चों को स्वतंत्र और confident बनाना ही सबसे बड़ी कला है।



• **जालंधर ब्रीज** . फीचर

Parenting सिर्फ बच्चों को पालने या उनकी basic जरूरतों को पूरा करने तक सीमित नहीं है। यह एक लंबा सफ़र है, जो माता-पिता और बच्चों दोनों की जिंदगी को बदल देता है। मेरी कहानी भी कुछ ऐसी ही है। जब मेरी बेटी पहली बार चलने लगी, तब उसके छोटे-छोटे कदमों ने मुझे यह सिखाया कि धैर्य और सहनशीलता कितनी महत्वपूर्ण होती है। हर गिरना, हर उठना, हर नई कोशिश उसे stronger बनाता है और मुझे सीख देता है कि parenting में सबसे बड़ी skill है समझदारी।

बचपन के शुरुआती साल सबसे चुनौतीपूर्ण होते हैं। tantrums, छोटी-छोटी नाखुशियाँ और हर सवाल जो बच्चों की curiosity से आता है, हमें कभी-कभी थका देता है। लेकिन वही पल, जब बच्चे पहली बार खुद किताब पढ़ते हैं, अपनी चीज़ें खुद करते हैं या किसी नई skill को सीखते हैं, जीवन में अनमोल खुशी भर देते हैं। Parenting हमें यह सिखाता है कि बच्चों को केवल चीज़ें सिखाना ही पर्याप्त नहीं है। उन्हें संघर्षों से निपटना, अपनी गलतियों से सीखना और सही निर्णय लेना भी आना चाहिए।

Parenting का मतलब केवल discipline देना नहीं है। इसमें प्यार, समझ, guidance और encouragement भी शामिल है। हर बच्चा unique होता है और उसकी growth की speed अलग होती है। माता-पिता का रोल है बच्चों को एक सुरक्षित और supportive environment देना, उनकी curiosities को बढ़ावा देना और उन्हें गलतियों से सीखने का space देना। इसे समझना जरूरी है कि हर बच्चा अलग होता है और उसी के हिसाब से nurturing approach अपनाना चाहिए।

Parenting के दौरान, माता-पिता खुद भी बहुत कुछ सीखते हैं – धैर्य, सहानुभूति, flexibility और unconditional प्यार। बच्चे हमें छोटी-छोटी बातों में खुश होना, जीवन के छोटे moments का आनंद लेना और unconditional trust देना सिखाते हैं। जब बच्चे अपने छोटे-छोटे milestones achieve करते हैं – पहला कदम, पहला शब्द, पहली सफलता – तब हमें एहसास होता है कि parenting एक journey है, जिसमें छोटे अनुभव भी बहुत बड़ी खुशी देते हैं।

Parenting में mistakes होना स्वाभाविक है। कभी-कभी हम impatient हो जाते हैं, कभी गलत expectations रखते हैं। लेकिन यही moments हमें सिखाते हैं कि बच्चों के साथ patience और empathy सबसे जरूरी हैं। बच्चों को confident बनाना, उन्हें independent decisions लेने देना और साथ ही यह भरोसा देना कि उनका सहारा हमेशा माता-पिता होंगे, parenting की सबसे बड़ी सफलता है।

असली parenting का अर्थ है बच्चों की emotional, mental और social growth पर ध्यान देना, उन्हें प्यार और guidance के साथ जीवन की चुनौतियों के लिए तैयार करना। यह journey आसान नहीं है, लेकिन हर कठिनाई, हर challenge और हर छोटी खुशी इसे अनमोल बनाते हैं।

Parenting सिर्फ एक responsibility नहीं है, बल्कि यह जीवन को और meaningful बनाने वाला अनुभव है। प्यार, समझ, guidance और धैर्य के साथ किया गया हर प्रयास बच्चों के भविष्य और उनके जीवन को बेहतर बनाने में मदद करता है। यही वह सफ़र है जो माता-पिता और बच्चों दोनों के लिए यादगार और transforming होता है।

डिस्क्लेमर : *यह लेख मात्र सामान्य जानकारी के लिए है। किसी भी प्रयोग से पहले विशेषज्ञ की राय अवश्य लें।*

ऐसे बनाएंगी शिमला मिर्च तो चट कर जाएंगे बच्चे! यहां सीखें 3 टेस्टी रेसिपीज

कुछ सब्जियों का स्वाद जुबां पर चढने में वक्त लगता है। पोषक तत्वों से भरपूर शिमला मिर्च एक ऐसी ही सब्जी है। इससे बनने वाली अलग-अलग तरह की रेसिपीज बता रही हैं मीनाक्षी शर्मा...

• **जालंधर ब्रीज.** रेसिपी

शिमला मिर्च उन सब्जियों में से एक है, जिसे बच्चे ना तो खूब शौक से खाते हैं और ना ही इससे खास नफरत करते हैं। कुल मिलाकर अगर इसे सही से बनाया जाए, तो शिमला मिर्च वो बड़े आराम से खा लेते हैं। इसके लिए हम आपके साथ कुछ लजीज रेसिपीज शेयर कर रहे हैं, जो आपको जरूर ट्राई करनी चाहिए।

शिमला मिर्च-गाजर का अचार

सामग्री : · बारीक कटा गाजर: 1/2 कप · लंबाई में कटी शिमला मिर्च: 1/2 कप · सरसों तेल: 1/4 कप

मसाला मिश्रण के लिए- कलौंजी : 1/2 चम्मच · दरदरी राई: 2 चम्मच · हींग: 1/2 चम्मच · लाल मिर्च पाउडर: 1 चम्मच · दरदरी मेथी: 1 चम्मच · नमक: 1 1/2 चम्मच

विधि : सरसों तेल के अलावा अन्य सभी सामग्री को एक बड़ी कटोरी में डालकर अच्छी तरह से मिला लें। छोटे पैन में सरसों तेल को गर्म करें। जब तेल से धुआं निकलने लगे तो उसे शिमला मिर्च और गाजर वाले मिश्रण में डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। इस झटपट अचार को ढककर आधे घंटे के लिए छोड़ दें। जब अचार पूरी तरह से ठंडा हो जाए तो उसे सर्व करें या फिर एयरटाइट डिब्बे में डालकर फ्रिज में स्टोर करें।

शिमला मिर्च बेसन की सब्जी

सामग्री : · बेसन: 3 चम्मच · कटी हुई लाल-हरी शिमला मिर्च: 2 · बारीक कटा प्याज: 1 · बारीक कटा लहसुन: 4 कलियां · बारीक कटी धनिया पत्ती: 3 चम्मच · करी पत्ता: 10 · सरसों दाना: 1/4 चम्मच · हींग: 1/4 चम्मच ।हल्दी पाउडर: 1/2 चम्मच · लाल मिर्च पाउडर: 1 चम्मच · जीरा पाउडर: 3/4 चम्मच · धनिया पाउडर: 3/4 चम्मच · नमक: स्वादानुसार · तेल: आवश्यकतानुसार · बारीक कटी धनिया पत्ती: 2 चम्मच

विधि : पैन को मध्यम आंच पर गर्म करें। उसमें बेसन डालें और खुशबू आने तक उसे भूनें। भुने हुए बेसन को कटोरी में निकाल लें। उसी पैन में तेल डालें और उसे गर्म करें। गर्म तेल में सरसों, करी पत्ता,

सूखी लाल मिर्च और हींग डालें। जब सरसों चटकने लगे तो पैन में लहसुन डालें और सुनहरा होने तक तलें। अब पैन में बारीक कटा प्याज डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। मध्यम आंच पर प्याज को पारदर्शी होने तक पकाएं। अब शिमला मिर्च को पैन में डालें और अच्छी तरह से मिलाएं। मध्यम आंच पर एक मिनट पकाएं।

नमक और हल्दी पाउडर डालकर मिलाएं। पैन को ढककर धीमी आंच पर सभी सामग्री को कुछ देर और पकाएं। अब पैन में लाल मिर्च पाउडर, जीरा पाउडर और धनिया पाउडर डालकर मिलाएं। सभी सामग्री को अच्छी तरह से मिलाएं और एक से दो मिनट तक पकाएं। भुने हुए बेसन को अब पैन में डालें और सभी सामग्री को अच्छी तरह से मिलाएं। इस बात का ध्यान रखें कि बेसन की गांठ न बने। दो चम्मच पानी पैन में डालें और मिलाएं। सबसे अंत में धनिया पत्ती से गार्निश करें और रोटी के साथ गर्मागर्म सर्व करें।

दही शिमला मिर्च

सामग्री : · बारीक कटी शिमला मिर्च : 2 · बारीक कटा प्याज: 2 · दरदरी मूंगफली: 2 चम्मच · कश्मीरी लाल मिर्च पाउडर: 1 चम्मच · गरम मसाला पाउडर: 1/4 चम्मच · हल्दी पाउडर: 1/2 चम्मच · नमक: स्वादानुसार · सरसों तेल: 2 चम्मच · जीरा: 1 चम्मच · बारीक कटा लहसुन: 1 चम्मच · बारीक कटी मिर्च: 1 चम्मच · बेसन: 1 चम्मच · फेंटा हुआ दही: 1/2 कप · कसूरी मेथी: 1 चम्मच · बारीक कटी धनिया पत्ती: 1 चम्मच

विधि : एक बड़े बर्तन में शिमला मिर्च, प्याज, मूंगफली, लाल मिर्च पाउडर, गरम मसाला पाउडर, हल्दी पाउडर और नमक डालकर अच्छी तरह से मिलाएं। पैन गर्म करें और उसमें सरसों तेल डालें। जब तेल गर्म हो जाए तो उसमें जीरा डालें। जीरा चटकने लगे तो पैन में लहसुन और हरी मिर्च डालकर चार से पांच सेकेंड तक भूनें। शिमला मिर्च और प्याज वाला मिश्रण पैन में डालकर मिलाएं।

पैन को ढककर धीमी आंच पर मिश्रण को बीच-बीच में चलाते हुए लगभग दस मिनट तक पकाएं। अब पैन में बेसन डालें और दो मिनट तक मिलाते हुए सभी सामग्री को पकाएं। अब फेंटा हुआ दही पैन में डालें और लगातार सभी सामग्री को मिलाएं। पैन को ढककर सभी सामग्री को पांच मिनट तक और पकाएं। कसूरी मेथी और धनिया पत्ती से गार्निश कर रोटी या परांठे के साथ गर्मागर्म सर्व करें।

त्योहारों पर केले के पत्तों पर क्यों परोसा जाता है भोजन

जालंधर ब्रीज (फीचर) . आपने अकसर साउथ इंडियन लोगों को शादी, पूजा या अन्य किसी खास समारोह के दौरान केले के पत्तों पर भोजन रखकर खाते हुए कई बार देखा होगा। अगर आप इसे सिर्फ एक कल्चर का हिस्सा मानकर नजर अंदाज कर रहे हैं तो जरा रुकिए, आपको बता दें, केले के पत्तों पर भोजन रखकर खाना सिर्फ किसी धर्म या रीति-रिवाज से जुड़ा हुआ नहीं है बल्कि ऐसा करने के पीछे 5 सेहतमंद कारण भी हैं। जी हां, केले के पत्ते को थाली की तरह यूज करते हुए खाना खाने से सेहत को एक-दो नहीं बल्कि पूरे फायदे मिलते हैं। आइए जानते हैं उनके बारे में-

केले के पत्तों पर भोजन खाने से सेहत को मिलते ये फायदे

भोजन के दूषित होने का खतरा कम : वैज्ञानिकों की मानें तो केले के पत्तों में पॉलीफेनॉल्स और फ्लेवोनोइड्स जैसे प्राकृतिक यौगिक मौजूद होते हैं, जो एंटी बैक्टीरियल और एंटी फंगल गुण प्रदर्शित करते हैं। ये यौगिक शरीर को मुक्त कणों से बचाकर उम्र बढ़ने,सूजन कम करने और कई पुरानी बीमारियों से लड़ने में मदद करते हैं। इसके अलावा यह पत्ते सतह पर हानिकारक सूक्ष्मजीवों के विकास को रोक सकते हैं। जिससे केले के पत्तों पर भोजन परोसने से भोजन के दूषित होने का खतरा कम होता है, खासकर बड़े समारोहों जैसे त्योहारों में, जहां स्वच्छता महत्वपूर्ण होती है।

स्वास्थ्य समस्याओं से बचाव : केले के पत्ते पूरी तरह से बायोडिग्रेडेबल होने की वजह से प्लास्टिक या फोम की थालियों की तरह पर्यावरण को कोई नुकसान नहीं पहुंचाते हैं। इनका उपयोग भोजन के लिए करने से प्लास्टिक में मौजूद हानिकारक रसायनों (जैसे बीपीए या पथैलेट्स) से बचाव होता है, जो गर्म या तैलीय भोजन में रिस सकते हैं और स्वास्थ्य समस्याएं पैदा कर सकते हैं। इसके अलावा इसके अलावा केले की पत्तियां वाटरप्रूफ होती हैं और तरल पदार्थ के रिसाव को रोकती हैं, जिससे उन्हें कई प्रकार के व्यंजनों को परोसने के लिए आदर्श माना जाता है।

भोजन के स्वाद में वृद्धि : वैज्ञानिक मानते हैं कि जब गर्म भोजन केले के पत्तों पर रखा जाता है, तो पत्तों से प्राकृतिक तेल और यौगिक निकलते हैं, जो भोजन में सूक्ष्म स्वाद जोड़ते हैं। ये यौगिक कृत्रिम स्वादों की आवश्यकता को कम करते हैं, जो एडिटिव्स से युक्त हो सकते हैं। पत्तों की सुगंध भूख और पाचन को भी बढ़ा सकती है।

पोषक तत्वों की वृद्धि : केले के पत्ते एंटीऑक्सिडेंट (पॉलीफेनोल्स) से भरपूर होते हैं। जब गर्म भोजन इन पर रखा जाता है, तो कुछ पॉलीफेनोल्स भोजन में स्थानांतरित हो जाते हैं, जिससे भोजन का पोषण मूल्य बढ़ जाता है। हालांकि प्रभाव न्यूनतम होता है, ये तत्व रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने और ऑक्सीडेटिव तनाव को कम करने में मदद कर सकते हैं।

डिस्क्लेमर : *यह लेख मात्र सामान्य जानकारी के लिए है। किसी भी प्रयोग से पहले विशेषज्ञ की राय अवश्य लें।*

क्या आप जानते हैं हेल्दी फैट से भरपूर फ्रूट एवाकाडो को खाने का सही तरीका?

• **जालंधर ब्रीज.** हेल्थ केयर

Health

पके हुए एवाकाडो का रिच, क्रीमी टेस्ट और खास तरह की महक हर किसी को पसंद नहीं आती। जिसकी वजह से इतना फायदेमंद होने के बाद भी लोग इसे नहीं खाते। लेकिन हार्ट हेल्थ के लिए डाइट में शामिल करना चाहते हैं तो जान लें...

एवाकाडो खाने के लिए डॉक्टर ने बोला है। लेकिन इसका अजीब सा स्वाद और महक को पसंद नहीं आ रहा। तो ये तो पक्का है कि आप एवाकाडो को गलत तरीके से खा रहे हैं। क्योंकि काफी कम लोग ही होते हैं जिन्हें पके हुए एवाकाडो का ओरिजनल टेस्ट पसंद आता है। इसे अगर फायदे के लिए भी खाना है तो एशियन टेस्ट में कन्वर्ट करके खाएं। वैसे तो इसे खाने के कई तरीके हैं और हर कोई अपने स्वाद के अनुसार ही खाता है। इसलिए यहां पर तीन तरीके शेयर कर रहे। जिसकी मदद से एवाकाडो का स्वाद भी मिलेगा और ये आपके बॉडी को फायदा भी पहुंचाएगा।

एवाकाडो खाने के फायदे

एवाकाडो एक फ्रूट है। जिसमे मोनो सैचुरेटेड फैट होता है जो कि शरीर के लिए हेल्दी है। हार्ट को हेल्दी रखने के साथ ही शरीर को न्यूट्रिशन देने में एवाकाडो हेल्प करता है। एक एवाकाडो में 150 कैलोरी, दो ग्राम प्रोटीन और लगभग 15 ग्राम मोनोसैचुरेटेड फैट होता है। साथ ही विटामिन बी, विटामिन के और विटामिन ई की मात्रा भरपूर होती है। जिससे ये मेटाबॉलिज्म बूस्ट करने के साथ हड्डियों को स्ट्रांग बनाने, हार्ट डिसीज को दूर रखने और एंटीऑक्सीडेंट्स बढ़ाने में मदद करता है।

गुआकामोल बनाकर खाएं

एवाकाडो से बनने वाली ये बिल्कुल ट्रेडिशनल डिश है जो मैक्सिको में बनती है। इसमे एवाकाडो के बीज और छिलके को हटाकर मैश करते हैं। इसमे सिलांट्रो कटी हुई, प्याज, टमाटर, नींबू का रस मिक्स करते हैं। साथ ही काली मिर्च, नमक और साथ ही ऑलिव ऑयल डाला जाता है। गुआकामोल को नाचोज, चिप्स के साथ डिप के तौर पर खाना सब पसंद करते हैं।

पास्ता की सॉस बनाएं

अगर आप इसे बच्चों को खिलाना चाहते हैं तो क्रीमी पास्ता सॉस में क्रीम की बजाय एवाकाडो को मिक्स करें। इसका क्रीमी रिच टेस्ट पास्ता ग्रेवी को रिच टेस्ट देगा और हेल्दी भी होगा।

एवाकाडो को सैंडविच टॉपिंग बनाकर खाएं

पका हुआ एवाकाडो काफी क्रीमी होता है। इसलिए छिलके और बीज को हटाकर इसके पार्ट को मिक्स कर इसमे नींबू का रस, नमक, काली मिर्च और प्याज डालकर ब्रेड को टोस्ट कर लगाएं और फिर खाएं। ये हेल्दी और टेस्टी तरीका आपकी सेहत के लिए फायदेमंद है। आप चाहें तो इस टॉपिंग को पराठे या रोटी के ऊपर भी लगाकर खा सकते हैं।

डिस्क्लेमर : *यह लेख मात्र सामान्य जानकारी के लिए है। किसी भी प्रयोग से पहले विशेषज्ञ की राय अवश्य लें।*

मोदी बेमिसाल नेता : कार्यकुशल कर्मयोगी

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की करिश्माई उपस्थिति और संगठनात्मक नेतृत्व की भरपूर प्रशंसा की गई है, लेकिन जिस बात को कम ही लोग जानते और समझते हैं, वह यह है कि उनकी कठोर पेशेवर प्रतिबद्धता ही उनके काम की विशेषता है। गुजरात के मुख्यमंत्री और भारत के प्रधानमंत्री के रूप में पिछले ढाई दशकों में उनकी कार्यशैली में निरंतर पेशेवर नैतिकता विकसित हुई है। जो बात उन्हें औरों से अलग बनाती है, वह प्रदर्शन की प्रतिभा नहीं, बल्कि ऐसा अनुशासन है, जो विजन को टिकाऊ प्रणालियों में तब्दील करता है। भारतीय मुहावरे में कहा जाए, तो वह कर्मयोगी हैं: कर्तव्य पर आधारित ऐसा कर्म, जिसका आकलन जमीनी स्तर पर आए बदलाव से होता है।

यही नैतिकता इस वर्ष लाल किले से उनके स्वतंत्रता दिवस के संबोधन का आधार रही। उनके इस भाषण में उपलब्धियों का लेखा-जोखा कम और मिल-जुलकर कार्य करने का चार्टर ज़्यादा प्रस्तुत किया गया: नागरिकों, वैज्ञानिकों, स्टार्ट-अप्स और राज्यों को विकसित भारत के सह-लेखक के रूप में आमंत्रित किया गया। गहन प्रौद्योगिकी, स्वच्छ विकास और मजबूत आपूर्ति श्रृंखलाओं में महत्वाकांक्षाओं को कोरे शब्दों में नहीं, बल्कि व्यावहारिक कार्यक्रमों के रूप में प्रस्तुत किया गया। इन कार्यक्रमों को जनभागीदारी, यानी बुनियादी ढाँचे का निर्माण करने वाले राज्य और उद्यमी लोगों के बीच की साझेदारी को एक पद्धति के रूप में प्रस्तुत किया गया।

हाल ही में किया गया जीएसटी ढाँचे का सरलीकरण इसी पद्धति को दर्शाता है। स्लैब को कम करके और अवरोधों को दूर करके, परिषद ने छोटी फर्मों के लिए अनुपालन लागत कम की है और इसका लाभ सीधे घर-घर तक पहुँचाने की गति बढ़ाई है। प्रधानमंत्री का ध्यान संक्षिप्त राजस्व वक्रों पर नहीं, बल्कि इस बात पर था कि क्या आम नागरिक या छोटा व्यापारी इस बदलाव को जल्दी महसूस कर पाएगा या नहीं। यह स्वाभाविक प्रवृत्ति उस सहकारी संघवाद को प्रतिध्वनित करती है, जिसने जीएसटी परिषद का मार्गदर्शन किया है: राज्य और केंद्र गहन विचार-विमर्श करते हैं, लेकिन सभी एक ऐसी प्रणाली के भीतर काम करते हैं जो स्थिर रहने के बजाय परिस्थितियों के अनुकूल ढल जाती है। नीति को एक जीवंत साधन माना जाता है, जो कागज़ पर समरूपता के लिए संरक्षित एक स्मारक के रूप में न रहकर अर्थव्यवस्था की लय के अनुरूप ढाली गई है।

यही वह व्यावसायिक दृष्टिकोण है, जो अमेरिका से वापसी की 15 घंटे की लंबी उड़ान के बाद देर रात बिना किसी सूचना के निर्माणाधीन नए संसद भवन के गेट पर पहुंचने की बात को समझाता है। हाल ही में मैंने प्रधानमंत्री से पंद्रह मिनट का समय माँगा था। इस दौरान हुई चर्चा के दौरान मैं उनकी व्यापक समझ और बहुआयामी दृष्टिकोण — एक ही फ्रेम में समाहित बारीक से बारीक विवरण और व्यापक संपर्क देखकर आश्चर्य चकित रह गया। यह बैठक पैंतालीस मिनट चली। सहकर्मियों ने बाद में मुझे बताया कि उन्होंने इसकी तैयारी में दो घंटे से ज़्यादा समय लगाया, नोट्स, आँकड़े और प्रतिवादों का अध्ययन किया। तैयारी का यह स्तर कोई अपवाद नहीं है; यह कार्य का वह मानदंड है, जिसे उन्होंने स्वयं के लिए निर्धारित किया है और जिसकी वह व्यवस्था से भी अपेक्षा रखते हैं। निरंतर तैयारी की यही आदत सुनिश्चित करती है कि निर्णय ठोस और भविष्य के लिए उपयुक्त हों।

हरदीप सिंह पुरी
(केन्द्रीय पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस मंत्री है)

भारत की हाल की प्रगति का अधिकांश आधार उन व्यवस्थाओं और प्रणालियों पर टिका है, जिन्हें हमारे नागरिकों की गरिमा सुनिश्चित करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। डिजिटल पहचान, सार्वभौमिक बैंक खाते और रीयल-टाइम भुगतान की त्रिमूर्ति ने समावेशन को बुनियादी ढाँचे में बदल दिया है। लाभ सीधे सत्यापित नागरिकों तक पहुँचते हैं; उचित वयवसथा के कारण गड़बड़ियाँ कम होती हैं; छोटे व्यवसायों को अनुमानित नकदी प्रवाह मिलता है; और नीतियाँ धारणाओं की बजाय आँकड़ों पर आधारित होती हैं। इस प्रकार अंत्योदय - अंतिम नागरिक का उत्थान - यह एक नारा भर नहीं, बल्कि मानक बन जाता है - और प्रधानमंत्री कार्यालय तक पहुँचने वाली प्रत्येक योजना, कार्यक्रम और फ़ाइल की असली कसौटी बन जाता है।

असम के नुमालीगढ़ में भारत के पहले बांस-आधारित 2जी इथेनॉल संयंत्र के शुभारंभ के दौरान मुझे एक बार फिर इसका साक्षी बनने का सौभाग्य मिला। इंजीनियरों, किसानों और तकनीकी विशेषज्ञों के साथ खड़े होकर, प्रधानमंत्री ने सीधे महत्वपूर्ण बिंदुओं पर प्रश्न पूछे : किसानों को भुगतान उसी दिन कैसे प्राप्त होगा; क्या आनुवंशिक इंजीनियरिंग से ऐसा बाँस तैयार किया जा सकता है, जो तेज़ी से बढ़ता है और गांठों के बीच बाँस के तने की लंबाई बढ़ाता है; क्या महत्वपूर्ण एंजाइमों का स्वदेशीकरण किया जा सकता है; क्या बाँस के हर घटक—तना, पत्ती, अवशेष का इथेनॉल से लेकर फुरफुरल और ग्रीन एसिटिक एसिड तक— आर्थिक उपयोग किया जा रहा है,? चर्चा केवल तकनीक तक ही सीमित नहीं थी। यह लॉजिस्टिक्स, आपूर्ति श्रृंखला के लचीलेपन और वैश्विक कार्बन फुटप्रिंट तक व्याप्त रही। अंतर्राष्ट्रीय वार्ताओं में भाग लेने वाले व्यक्ति के रूप में, मैंने इस पद्धति को तुरंत पहचान लिया: संक्षिप्त विवरण की स्पष्टता, विवरण में सटीकता और इस बात पर ज़ोर कि कतार में खड़ा अंतिम व्यक्ति पहला लाभार्थी होना चाहिए।

यही स्पष्टता भारत की आर्थिक नीति को भी जीवंत करती है। ऊर्जा के क्षेत्र में, विविध आपूर्तिकर्ता समूह और संयमित ठोस खरीदारी ने उतार-चढ़ाव भरे समय में हमारे हितों को सुरक्षित रखा है। विदेश में एक से ज़्यादा मौकों पर, मेरे पास बेहद सरल निर्देश था: आपूर्ति सुनिश्चित करना, सामर्थ्य बनाए रखना और भारतीय उपभोक्ताओं को केंद्र में रखना। उस स्पष्टता का सम्मान किया गया और परिणामस्वरूप बातचीत और भी सुचारू रूप से आगे बढ़ी।

राष्ट्रीय सुरक्षा के मामले में भी किसी तरह के दिखावे से परहेज किया गया है। दृढ़ संकल्प और संयम के साथ संचालित अभियानों—लक्ष्य स्पष्ट, सैन्य बलों को संचालन की स्वतंत्रता, निर्दोषों की सुरक्षा—में शोरगुल के बजाय भरोसे को तरजीह दी गई। नैतिक सिद्धांत एक ही है: कड़ी मेहनत करो, परिणाम स्वयं सामने आएंगे।

इन विकल्पों के पीछे एक विशिष्ट कार्यशैली छिपी है। चर्चाएँ सभ्य, लेकिन कठोर होती हैं; परस्पर विरोधी विचारों का स्वागत है, लेकिन भ्रम की कोई जगह नहीं है। सभी की बात सुनने के बाद, वह एक मोटे दस्तावेज़ को ज़रूरी विकल्पों तक सीमित कर देते हैं, ज़िम्मेदारी सौंपते हैं और सफलता तय करने के मापदंड बताते हैं। सबसे ज़ोरदार तर्क नहीं, बल्कि सबसे अच्छे तर्क की जीत होती है; तैयारी का सम्मान किया जाता है; निरंतर फॉलोअप किया जाता है। सहकर्मियों के लिए, यह तैयारी एक सीख होती है; व्यवस्था के लिए, यह एक ऐसी संस्कृति है, जहाँ परिणाम की गुणवत्ता का अनुमान नहीं लगाया जाता, बल्कि उसका आकलन किया जाता है।

यह कोई संयोग नहीं है कि प्रधानमंत्री का जन्मदिन दिव्य शिल्पी- विश्वकर्मा की जयंती वाले दिन ही पड़ता है। यह समानता शाब्दिक नहीं, बल्कि शिक्षाप्रद है: सार्वजनिक जीवन में, सबसे स्थायी स्मारक संस्थाएँ, मंच और मानक होते हैं। नागरिक के लिए, कार्य निष्पादन एक ऐसा लाभ है, जो समय पर मिलता है और एक ऐसी कीमत, जो उचित रहती है; उद्यम के लिए, यह नीतिगत स्पष्टता और विस्तार का एक विश्वसनीय मार्ग है; राज्य के लिए, यह ऐसी व्यवस्थाएँ हैं, जो दबाव में भी टिकी रहती हैं और उपयोग के साथ बेहतर होती जाती हैं। नरेन्द्र मोदी को इसी मापदंड से देखा जाना चाहिए; एक ऐसे कर्मयोगी के रूप में जिनका कार्य निष्पादन दिखावा नहीं, बल्कि एक ऐसी सेवा है, जो भारतीय इतिहास के अगले अध्याय को आकार दे रही है।

'आई, मी एंड मायसेल्फ' पर निलेश वेदे को राष्ट्रपति मुर्मू से राष्ट्रीय पुरस्कार

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

महाराष्ट्र के प्रसिद्ध चित्रकार निलेश रविंद्र वेदे ने अपनी उत्कृष्ट कृति "आई, मी एंड मायसेल्फ" के लिए ललित कला अकादमी, संस्कृति मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा प्रदत्त राष्ट्रीय पुरस्कार प्राप्त कर राज्य का नाम रोशन किया है।

यह सम्मान भारत की राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने नई दिल्ली में आयोजित 64वीं राष्ट्रीय कला प्रदर्शनी के अवसर पर प्रदान किया। इस गरिमामयी समारोह में केंद्रीय संस्कृति एवं पर्यटन मंत्री गजेंद्र सिंह शेखावत, संस्कृति मंत्रालय के सचिव विवेक अग्रवाल, अतिरिक्त सचिव अमिता प्रसाद साराभाई और ललित कला अकादमी के उपाध्यक्ष डॉ. नंदलाल ठाकुर भी उपस्थित रहे।

देशभर से प्राप्त 5,922 कलाकृतियों में से वेदे की पेंटिंग को इस प्रतिष्ठित सम्मान के लिए चुना गया। उनकी कला साधना में दर्शन, प्रतीक और रूपक का अद्वितीय संगम दिखाई देता है, जो मानवीय संवेदनाओं को जीवन की वास्तविकताओं और चिंतनशील विचारों के साथ सहज रूप से जोड़ता है।

समारोह में राष्ट्रपति मुर्मू ने कहा कि भारत की आर्थिक शक्ति के साथ-साथ सांस्कृतिक पहचान को भी सशक्त करने की आवश्यकता है। उन्होंने कहा, "कला सांस्कृतिक धरोहर को समृद्ध करने और समाज को अधिक संवेदनशील बनाने का एक प्रभावशाली माध्यम है।" उन्होंने यह भी प्रसन्नता व्यक्त की कि ललित कला अकादमी इस वर्ष कलाकारों की कलाकृतियों की बिक्री को प्रोत्साहित कर भारत की रचनात्मक अर्थव्यवस्था को मजबूती दे रही है।

केंद्रीय मंत्री गजेंद्र सिंह शेखावत ने कहा, "कला और रचनात्मकता किसी राष्ट्र की पहचान को प्रतिबिंबित करती है और जब वे घरों, विद्यालयों और सार्वजनिक स्थलों का हिस्सा बनती हैं तो राष्ट्रीय चेतना को और अधिक प्रबल करती हैं।"

इस राष्ट्रीय सम्मान पर प्रतिक्रिया देते हुए निलेश वेदे ने कहा:

"मुझे लगता है कि यह पुरस्कार केवल मेरी एक पेंटिंग को नहीं, बल्कि मेरी संपूर्ण कलायात्रा को समर्पित है। मैं यह सम्मान हर उस व्यक्ति को समर्पित करता हूं, जिसने मेरी कला पर विश्वास किया और मेरी कलायात्रा में मेरा साथ दिया। मैं इसे मात्र पुरस्कार नहीं, बल्कि प्रेरणा का स्रोत मानता हूं। इस मान-सम्मान की गरिमा को बनाए रखने के लिए मैं अपनी कलासाधना को निरंतर समर्पण के साथ जारी रखूंगा। एक जिम्मेदार नागरिक के रूप में मैं समाज के लिए काम करता रहूंगा और भारतीय कला और संस्कृति को और अधिक समृद्ध करने में योगदान दूंगा।"

संस्कृति मंत्रालय से छात्रवृत्तियाँ प्राप्त कर चुके तथा प्रफुल्ल दहनुकर फाउंडेशन से राज्य स्तरीय पुरस्कार से सम्मानित वेडे अब तक छह एकल प्रदर्शनी लगा चुके हैं और 30 से अधिक समूह प्रदर्शनी में हिस्सा ले चुके हैं, जिनमें मुंबई की प्रतिष्ठित जहांगिर आर्ट गैलरी भी शामिल है। उनकी कलाकृतियाँ अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी प्रदर्शित हुई हैं और वे 30 से अधिक राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय आर्ट कैंप में आमंत्रित किए जा चुके हैं।

उनकी पेंटिंग्स भारत और विदेश के कई प्रसिद्ध संग्रहों का हिस्सा हैं, जिनमें डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम, सलमान खान, आमिर खान, जैकी श्रॉफ, सुभाष घई, ऋतिक रोशन, सोनाक्षी सिन्हा, महेश मांजरेकर, अनुपम खेर, हर्ष गोयंका, बोनी कपूर, आरिफ ज़कारिया सहित पुणे वर्ल्ड ट्रेड सेंटर, डाबर लिमिटेड और फैबर-कैसल जैसी संस्थाएँ शामिल हैं।

यह सम्मान न केवल वेडे की रचनात्मक दृष्टि और तकनीकी दक्षता की पुष्टि करता है, बल्कि महाराष्ट्र को भारत की सांस्कृतिक उत्कृष्टता के राष्ट्रीय मानचित्र पर गर्व से स्थापित भी करता है।

संघ के सौ वर्ष : विचार से वास्तविकता तक

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

जब तक हम कोई लक्ष्य निर्धारित नहीं करते, तब तक कुछ भी हासिल नहीं किया जा सकता। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ इसी ध्येय के साथ जन्मा, राष्ट्र निर्माण में योगदान देना और मातृभूमि की सेवा करना। आज स्वयंसेवक संघ विश्व का सबसे बड़ा संगठन है जिसे मुख्यतः संघ के नाम से जाना जाता है। इसकी स्थापना विजयादशमी के दिन सन् 1925 में डॉ. केशव बलिराम हेडगेवार के मार्गदर्शन में हुई थी, जो उस वर्ष 25 सितंबर को पड़ी थी। विजयादशमी का महत्व भारतीय मानस में प्राचीन काल से अंकित है। यह मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम की सेना द्वारा रावण पर विजय का प्रतीक है।

डॉ. बी. के. एस. संजय
(लेखक पद्म श्री से सम्मानित ऑर्थोपीडिक सर्जन, समाजसेवी, पीजीआई के भूतपूर्व छात्र एवं एम्स गुवाहाटी के अध्यक्ष हैं। व्यक्त विचार उनके निजी हैं।)

संघ का दर्शन अनुशासन, समर्पण, त्याग और संन्यास पर आधारित है। यह शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक प्रशिक्षण प्रदान करता है, जो भारतीय दर्शन पर आधारित है। इस प्रकार का और इस पैमाने का कोई दूसरा संगठन विश्व में नहीं है। संघ ने अनेक उतार-चढ़ाव देखे हैं कृ इसे 1927 में ब्रिटिश शासन द्वारा तथा 1948, 1975 और 1992 में भारत सरकार द्वारा प्रतिबंधित भी किया गया। इन चुनौतियों के बावजूद संघ एक सशक्त संगठन बनकर उभरा है और राष्ट्रीय पुनर्जागरण में महत्वपूर्ण योगदान दे रहा है। इसके 50 से अधिक सहयोगी संगठन एवं अनुमानित 50 लाख से अधिक सदस्य हैं, जो भारत ही नहीं बल्कि विश्व के अनेक देशों में सक्रिय हैं। संघ एक गैर-राजनीतिक, सामाजिक-सांस्कृतिक संगठन है, जिसने भारतीय राजनीति को गहराई से प्रभावित किया है। भारत-पाकिस्तान विभाजन, जेपी आंदोलन, मंडल आयोग आंदोलन, बाबरी मस्जिद प्रकरण और राम मंदिर निर्माण जैसे सभी प्रमुख राष्ट्रीय मुद्दों पर संघ ने अपनी स्पष्ट भूमिका निभाई है।

वर्तमान सरसंघचालक श्री मोहन भागवत के अनुसार, संघ भारतीय युवाओं के चरित्र निर्माण पर कार्य कर रहा है। संघ का उद्देश्य भारतीय संस्कृति का संरक्षण करना और निःस्वार्थ भाव से मातृभूमि की सेवा करना है। उनका मानना है कि व्यक्ति और समाज का विकास साथ-साथ होना चाहिए, ताकि सामूहिक प्रगति और समृद्धि का मार्ग प्रशस्त हो। संघ व्यक्तित्व निर्माण के माध्यम से समाज और राष्ट्र निर्माण का कार्य करता है।

संन्यास और त्याग ही संघ की शक्ति, सामर्थ्य और अजेयता के मूल स्रोत हैं। स्वयंसेवक विविधता में एकता के सिद्धांत में विश्वास रखते हैं और राष्ट्रवाद को सर्वोच्च मानते हैं। प्रत्येक स्वयंसेवक के लिए राष्ट्र पहले है। संघ एक स्वावलंबी संगठन है, जो स्वयंसेवकों के स्वैच्छिक गुरू दक्षिणा के योगदान से चलता है। अधिकांश संगठनों के विपरीत, संघ किसी व्यक्ति या मिथकीय चरित्र की पूजा नहीं करता। इसके लिए भगवा ध्वज ही शाश्वत गुरु है। मनुष्य नश्वर और त्रुटिपूर्ण हो सकता है, किंतु ध्वज सत्य की तरह पवित्र है। मेरा भगवा ध्वज को नमन।

संघ किसी एक क्षेत्र, जाति या समुदाय तक सीमित नहीं बल्कि संघ का वैचारिक केंद्रबिंदु राष्ट्र है। इसकी पहुँच देश के कोने-कोने तक है, जिसका प्रमाण इसके 50,000 से अधिक शाखाओं का विश्वभर में संचालन है। डॉ. हेडगेवार मानते थे कि भारतवर्ष का प्रत्येक बालक एक संभावित विवेकानंद या तिलक है। संघ प्रत्येक पुत्र और पुत्री में इस क्षमता को विकसित करने का प्रयास करता है।

यह एक अत्यंत कठिन कार्य और क्रांतिकारी विचार था। लेखक का मानना है कि जिस संस्था के संस्थापक एवं अभिभावक एक समर्पित चिकित्सक और अध्यापक हो तो ऐसी संस्थाएं तो दिन दुगनी रात चौगुनी तरक्की तो करेंगे ही। बीते 100 वर्षों की निरंतर यात्रा में, संघ से जुड़े लाखों पूर्व जैसे कि डॉ. केशव हेगडेवार, माधव गोलवलकर व वर्तमान स्वयंसेवकों जैसे कि सरसंघचालक श्री मोहन भागवत जी, तथा संघ के एक समर्पित स्वयंसेवक एवं देश के प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व और समर्पण से संघ के पूर्वजों के विचार एवं सपने साकार हो रहे हैं।

संगठन की शताब्दी के इस अवसर पर लेखक अपनी कविता 'विकसित भारतः ध्येय हमारा' के माध्यम से सभी भारतीयों और प्रवासी भारतीयों से आह्वान करता है कि वे एक विकसित भारत (विकसित भारत) और अखंड भारत के निर्माण में अपना योगदान दें।

विकसित भारत ध्येय हमारा
धीर धरो प्रियवर थोड़ा सा,
रात्रि जल्द ढलने वाली है,
भोर शीघ्र होने वाली है।
जल्द अंधेरा मिट जाएगा,
चारों ओर प्रकाश फैलेगा।

उठो देश का मान बढ़ायें,
मातृभूमि का कर्ज चुकायें।
विकसित भारत ध्येय बनायें,
एक साथ हम हाथ मिलाएँ।

साथ-साथ हम कदम बढ़ायें,
भोग विलास छोड़कर हम सब,
कर्म करें मिलजुल कर हम सब।

गूंजे मंत्र यही घर-घर में,
उठे तिरंगा, बनें निडर हम।
होंए अग्रसर, इस पथ पर हम,
यह बल हमें दिखाना होगा।

बड़े देश अब स्वर्णिम युग में,
यह कर्तव्य निभाना होगा।

रात्रि जल्द ढलने वाली है,
भोर शीघ्र होने वाली है।
अंधा युग जाने वाला है,
स्वर्णिम युग आने वाला है।

बढ़े चलो सब भारतवासी,
बढ़े चलो सब भरतवंशी।

नरेंद्र मोदी और कार्यकर्ता निर्माण : संगठन की असली ताकत

• **जालंधर ब्रीज** . नई दिल्ली

"संगठन की शक्ति वहीं खिलती है, जहाँ कार्यकर्ता तपस्वी बनकर खड़े होते हैं।" - यही दर्शन प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की जीवन यात्रा और उनके सामाजिक-संगठनिक दृष्टिकोण का मूल मंत्र रहा है। नरेंद्र मोदी ने हमेशा कार्यकर्ताओं को संगठन का हृदय माना और उन्हें तैयार करना, प्रशिक्षित करना और सशक्त बनाना अपने प्राथमिक कार्यों में रखा। उनका मानना था कि संगठन केवल ढाँचा नहीं है, बल्कि उस ढांचे में कार्यकर्ताओं की क्षमता, अनुशासन और समर्पण ही असली ताकत हैं।

बी एल संतोष
(बीजेपी के राष्ट्रीय महासचिव)

नरेंद्र मोदी आरएसएस के प्रचारक बने 1970 के शुरुआती दौर में। 1977 में आपातकाल के बाद, जब वे विभाग प्रचारक के रूप में एक कुशल संगठनकर्ता बनकर उभरे, तब उनकी कार्यशैली का मुख्य आधार कार्यकर्ता निर्माण रहा। 1980 के दशक में गुजरात में संगठन का विस्तार बहुत सीमित था। उस समय किसी एक तालुका में शाखा स्थापित करना भी बड़ी उपलब्धि मानी जाती थी। लेकिन युवा नरेंद्र मोदी की दृष्टि अलग थी। उनका मानना था — "हर गाँव में शाखा होनी चाहिए।" इसके लिए वह हर शाखा की जिम्मेदारी एक कार्यकर्ता को देते और समय-समय पर उसकी प्रगति की जानकारी लेते। कौन मुख्य शिक्षक है, क्या गतिविधियाँ हुईं, कौन शाखा में अनुपस्थित रहा और क्यों—इन सब विवरणों पर बारीकी से ध्यान रखा जाता।

संघ के 60 वर्ष पूरे होने पर 1985 में कर्णावती (अहमदाबाद) में एक विशाल शिविर का आयोजन हुआ। शिविर में लगभग 5000 कार्यकर्ताओं की उपस्थिति रही। शिविर की पूर्व तैयारी में मोदी गाँव-गाँव जाकर युवाओं से संपर्क करते और उन्हें गणवेश खरीदने हेतु प्रेरित करते। परिणामस्वरूप, सैकड़ों नए युवा न केवल शिविर में पहुँचे बल्कि संगठन से स्थायी रूप से जुड़ भी गए। इसने गुजरात संघ में एक नई ऊर्जा डालने का काम किया, और बड़ी संख्या में कार्यकर्ताओं के निर्माण की भी शुरुआत हुई।

मोदी कार्यकर्ताओं को योजनाबद्ध और व्यवस्थित रूप से काम करना सिखाते थे। उदाहरण के लिए, 1980 के दशक की शुरुआत में राजकोट के पी.डी. मालवीय कॉलेज में आयोजित संघ शिक्षा वर्ग में भाग लेने वाले कार्यकर्ता अभी भी याद करते हैं कि उन्होंने स्थानीय लोगों से सर्वे कर संगठन की छवि समझने और परिणामों को सांख्यिकीय विधियों के माध्यम से प्रस्तुत करने का नया प्रयोग कराया। यह केवल सीख ही नहीं, बल्कि संगठन को मज़बूत बनाने के लिए आधुनिक तरीकों और योजनाबद्ध सोच का संदेश भी था।

नरेंद्र मोदी कार्यकर्ताओं को आचरण और शिष्टाचार के व्यावहारिक उदाहरणों से प्रेरित करते थे। छोटी आदतें, जैसे सुव्यवस्थित रहना, दरवाज़ा खटखटाकर प्रवेश करना, घरवालों का आत्मीयता से कुशल-क्षेम पूछना — यह सब उन्हें जिम्मेदार और सम्मानित कार्यकर्ता बनाते थे। उनके प्रशिक्षण से कार्यकर्ता न केवल संगठन के सदस्य बने, बल्कि समाज में आदर्श प्रतिनिधि भी बने। मोदी कठिन परिस्थितियों एवं दुर्भाग्यपूर्ण घटनाओं के समय कार्यकर्ताओं और उनके परिवारों को व्यक्तिगत नैतिक सहयोग दिया करते थे, जिसे अनेक कार्यकर्ता आज भी कृतज्ञता के साथ याद करते हैं।

1987 में भाजपा गुजरात के संगठन मंत्री बनकर उन्होंने यही कार्यकर्ता निर्माण राजनीतिक क्षेत्र के कार्यकर्ताओं के लिए भी करने शुरू किया। 1980 के दशक में गुजरात भाजपा के संगठन पर्व के माध्यम से हजारों नए कार्यकर्ता संगठन से जुड़े।

अनुशासन और जवाबदेही मोदी की कार्यशैली का मूल था। उन्होंने कार्यकर्ताओं को सबक दिया कि अनुशासन, समर्पण और जवाबदेही संगठन की मजबूती की नींव हैं। वे खुद बैठकों में एक मिनट भी देर नहीं करते थे, और अगर कोई देर से आता, तो उन्हें बाहर रहकर बैठक में भाग लेने को कहते थे।

मोदी ने संगठन में सामाजिक संतुलन और चुनावी रणनीति दोनों में नई दिशा दी। पदाधिकारियों के चयन में सामाजिक संतुलन सुनिश्चित की और 1987 के अहमदाबाद नगर निगम चुनावों में "बूथ जीतो" रणनीति से कार्यकर्ताओं को जमीनी स्तर पर सक्रिय और लक्ष्य केंद्रित बनाया।

साथ ही, मोदी व्यक्तिगत आचरण के माध्यम से कार्यकर्ताओं को आत्मविश्वास और क्षमता बढ़ाते थे। पहली बार पार्टी में शामिल हुए कार्यकर्ता को उन्होंने भरोसा दिलाया और बूथ संगठन, सदस्यता विवरण और सामूहिकता के महत्व की व्याख्या विस्तार से करते थे। परिणामस्वरूप, केवल कुछ महीनों में लाखों नए सदस्य जुड़े और मजबूत कार्यकर्ता खड़े हुए।। भाजपा संगठन मंत्री रहते हुए उन्होंने "टिफ़िन बैठक" जैसी पहल से कार्यकर्ताओं और उनके परिवारों को संगठन से भावनात्मक रूप से जोड़ा।

संगठन निर्माण में मोदी केवल ढाँचे और रणनीति तक सीमित नहीं रहे। उन्होंने कार्यकर्ताओं को संवेदनशील और दूरदर्शी नेतृत्वकर्ता बनने की शिक्षा दी। वरिष्ठ कार्यकर्ताओं को कनिष्ठों के साथ सहयोग और जिम्मेदारी निभाने का संदेश दिया। आलोचना पर संतुलित प्रतिक्रिया और प्रशंसा पर संयम, ये सब मोदी की कार्यकर्ता-निर्माण की मूल रणनीति का हिस्सा थे।

नरेंद्र मोदी का दृष्टिकोण स्पष्ट था — संगठन की असली ताकत कार्यकर्ताओं में है। अनुशासन, समर्पण और सेवा की भावना से भरे ऐसे कार्यकर्ता किसी भी परिस्थिति में राष्ट्रहित को सर्वोपरि मानते हैं। यही कारण है कि आज संगठन केवल राजनीतिक शक्ति नहीं, बल्कि एक जीवंत सांस्कृतिक चेतना बन चुका है। मोदी की कार्यकर्ता-निर्माण की यात्रा आने वाली पीढ़ियों के लिए यह संदेश देती है कि यदि जड़ों को सींचा जाए, तो शाखाएँ अपने आप फलती-फूलती हैं और वृक्ष युगों तक अडिग खड़ा रहता है।

नाबालिग समेत पांच व्यक्ति 12 पिस्तौलों व 1.5 किलोग्राम हेरोइन सहित गिरफ्तार

पंजाब में आपसी गैंग दुश्मनी को बढ़ावा देने के लिए इस्तेमाल होने वाली थीं ये हथियारों की खेपें : डीजीपी

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/अमृतसर

अमृतसर कमिश्नरेट पुलिस ने एक नाबालिग समेत पाँच गुर्गों को 12 आधुनिक .30 बोर पिस्तौलों और 1.5 किलोग्राम हेरोइन के साथ गिरफ्तार कर पाकिस्तान से जुड़े सीमा पार के हथियार और नशा तस्करी नेटवर्क को ध्वस्त कर दिया है। यह जानकारी पंजाब के पुलिस महानिदेशक (डीजीपी) गौरव यादव ने आज यहाँ दी।

गिरफ्तार किए गए व्यक्तियों में जोबन सिंह (22), करनदीप सिंह उर्फ पंडित (19) और अजयपाल सिंह (18), तीनों निवासी गाँव माड़ी मेघा, तरनतारन; अमृतसर के गाँव रणिया का जशनप्रीत सिंह (18) और एक 16 वर्षीय नाबालिग शामिल हैं।

डीजीपी गौरव यादव ने बताया कि प्रारंभिक जांच से पता चला है कि गिरफ्तार आरोपी जोबन सिंह और जशनप्रीत सिंह सीधे पाकिस्तान स्थित तस्करों के संपर्क में थे और सोशल मीडिया के जरिए हथियारों और नशीले पदार्थों की खेपें प्राप्त करने और पहुँचाने का काम कर रहे थे। उन्होंने कहा कि हथियारों की ये खेपें पंजाब में गैंगवार और आपसी दुश्मनी को बढ़ावा देने के लिए इस्तेमाल होनी थीं।

डीजीपी ने कहा कि मामले में आगे-पीछे के संबंध जोड़ने और पूरे नेटवर्क का पर्दाफाश करने के लिए आगे और जांच जारी है।

पुलिस कमिश्नर (सीपी) अमृतसर गुरप्रीत सिंह भुल्लर ने कार्रवाई का विवरण साझा करते हुए बताया कि गेट हकीमा क्षेत्र में लगाए गए एक नाके पर पुलिस टीमों ने संदिग्ध जोबन सिंह, करनदीप सिंह उर्फ पंडित और अजयपाल सिंह को गिरफ्तार किया और उनके कब्जे से पाँच .30 बोर पिस्तौल बरामद की गईं। गिरफ्तार तीनों आरोपी गाँव माड़ी मेघा, जो अंतरराष्ट्रीय सीमा के नज़दीक स्थित है, के रहने वाले हैं। उन्होंने बताया कि पाकिस्तान स्थित तस्कर हथियारों और नशीले पदार्थों की खेपें गिराने के लिए ड्रोन का इस्तेमाल करते थे।

सीपी ने कहा कि खुलासों के आधार पर गिरफ्तार आरोपी जोबन सिंह के साथियों

–जशनप्रीत सिंह और एक नाबालिग – को नामजद करके सात पिस्तौल सहित गिरफ्तार किया गया। जोबन सिंह से लगातार पूछताछ करने पर उसके द्वारा छुपाकर रखी गई 1.5 किलो हेरोइन की खेप के बारे में भी पता चला, जिसे उसके बताए स्थान से बरामद कर लिया गया।

इस संबंध में अमृतसर के पुलिस स्टेशन गेट हकीमा में शस्त्र अधिनियम की धारा 25 और एनडीपीएस अधिनियम की धारा 21-सी और 29 के तहत एफआईआर नंबर 269 दिनांक 28-09-2025 दर्ज की गई है।

विधानसभा स्पीकर ने मृतक मज़दूर के परिवार को सौंपी एक्स-ग्रेशिया राशि

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब विधानसभा के स्पीकर स. कुलतार सिंह संधवां ने कहा कि मज़दूर पन्ना लाल जो कोटकपूरा का निवासी था, की निर्माण कार्य करते समय एक हादसे में मृत्यु हो गई थी और वह पंजाब श्रम विभाग का पंजीकृत लाभार्थी भी था। स्पीकर ने मृतक के परिवार को चार लाख रुपये की सहायता राशि सौंपी। उन्होंने कहा कि निस्संदेह, इंसानी जान की कीमत किसी भी रूप में अदा नहीं की जा सकती, लेकिन राजमिस्त्री, बढ़ई, लोहार, ईंट भट्ठों के मज़दूर, संगमरमर-टाइल लगाने वाले, प्लंबर, इलेक्ट्रीशियन, पेंटर, पीओपी वर्कर, छोटे एवं भूमिहीन किसान और अन्य मज़दूर जो निर्माण कार्य करते हैं, वे श्रम विभाग में पंजीकरण करवाने के बाद लाभार्थी बन सकते हैं और श्रम विभाग, पंजाब द्वारा चलाई जा रही इस योजना का लाभ ले सकते हैं।

स्पीकर ने कहा कि 18 से 60 वर्ष की आयु का कोई भी व्यक्ति इस योजना के तहत स्वयं को लाभार्थी के रूप में पंजीकृत करवा सकता है। पंजीकरण के लिए, कोटकपूरा के सभी गांवों में कैंप लगाए जा रहे हैं। इसका शेड्यूल जल्द ही साझा किया जाएगा।

डीसी ने केयरगिवर-मातृ-शिशु कोर्स पूरा करने वाली 30 प्रशिक्षार्थियों को सौंपे सर्टिफिकेट

• **जालंधर ब्रीज.** जालंधर

डिप्टी कमिश्नर डॉ. हिमांशु अग्रवाल ने पंजाब राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन और पंजाब कौशल विकास मिशन के संयुक्त प्रयास के तहत केयरगिवर-मातृ-शिशु (गैर-क्लिनिकल) कोर्स पूरा करने वाली 30 प्रशिक्षार्थियों को कोर्ट वितरित किए। डिप्टी कमिश्नर ने बताया कि लोहियां ब्लॉक के गांव गिद्दड़पिंडी की सेल्फ हेल्प ग्रुप की 30 सदस्यों को यह प्रशिक्षण प्रदान किया गया है। उन्होंने बताया कि इन प्रशिक्षार्थियों को प्रशिक्षण पार्टनर के माध्यम से प्रशिक्षण देने के बाद सी.एच.सी. लोहियां में ऑन-जॉब प्रशिक्षण भी दिया गया। पंजाब सरकार की महिला सशक्तीकरण के प्रति प्रतिबद्धता दोहराते हुए डॉ. अग्रवाल ने कहा कि यह प्रयास जिले भर में महिला सशक्तीकरण को और मजबूत करने की दिशा में एक विशेष कदम है। उन्होंने कहा कि जिले में भविष्य में भी ऐसे प्रयास जारी रहेंगे, ताकि महिलाएं रोजगारोन्मुखी प्रशिक्षण प्राप्त कर अपने जीवन स्तर को ऊंचा उठा सकें। इस अवसर पर अतिरिक्त डिप्टी कमिश्नर (ग्रामीण विकास) नवदीप कौर भी मौजूद थी।

डिप्टी कमिश्नर ने कोर्स पूरा करने वाली प्रशिक्षार्थियों को बधाई देते हुए भविष्य के लिए शुभकामनाएं दी। उन्होंने आशा व्यक्त की कि प्रशिक्षार्थी अपने ज्ञान को रोजगार और सेवा से जोड़कर अन्य महिलाओं के लिए भी प्रेरणा स्रोत बनेंगी। प्रशिक्षार्थियों ने डिप्टी कमिश्नर का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इस प्रशिक्षण से जहां उनका आत्म-विश्वास बढ़ा है, वहीं रोजगार के लिए रास्ता भी प्रशस्त हुआ है।

इस अवसर पर स्वामी प्रज्ञानंद सोसाइटी, नकोदर के चेयरमैन विपिन शर्मा, जिला मैनेजर पंजाब कौशल विकास मिशन सूरज क्लेर, बी.टी. एम. मंदीप कौर, डी.एफ.एम., पी.एस. आर.एल.एम. कोमल कश्यप और अकाउंटेंट विकास बख्शी भी मौजूद थे।

एनसीसी की फर्स्ट पंजाब बटालियन के सहयोग से दिया गया स्वच्छता का संदेश

• **जालंधर ब्रीज.** अमृतसर

सेंट्रल ब्यूरो ऑफ कम्युनिकेशन द्वारा एनसीसी की फर्स्ट पंजाब बटालियन के सहयोग से वार मेमोरियल में स्वच्छ भारत अभियान का संदेश देते हुए एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसके बाद शहर में बड़े स्तर पर श्रमदान की मुहिम चलाई गई। इस अवसर पर भारी संख्या में पहुँचे युवाओं ने श्रमदान से पहले अपने आसपास को स्वच्छ रखने के संबंध में शपथ भी ली।

इस अवसर पर सूबेदार गुरनाम सिंह ने कहा कि धर्मग्रंथों में पवन, पानी और धरती की महत्ता का उल्लेख किया गया है, इसलिए हमें एक अच्छे नागरिक होने का प्रमाण देते हुए स्वच्छता को प्राथमिकता देनी चाहिए। उन्होंने कहा कि पॉलीथीन का प्रयोग बंद करके कपड़े के थैलों का इस्तेमाल करने चाहिए। इस मौके पर एनसीसी अफसर सुखपाल सिंह संधू ने कहा कि राष्ट्रपिता महात्मा गांधी और देश के पूर्व प्रधानमंत्री लाल बहादुर शास्त्री के जन्म दिवस पर स्वच्छता अभियान का शुभारंभ किया गया था। पिछले 11 वर्षों में स्वच्छ भारत एक बड़ा अभियान बन चुका है। इस दौरान सूचना एवं प्रसारण मंत्रालय की अधिकारी निशा ने बताया कि विकसित देशों में स्वच्छता पर विशेष ध्यान दिया जाता है।

सीआरएम मशीनें अब एक क्लिक पर उपलब्ध

'उन्नत किसान' ऐप पर 85 हजार से अधिक मशीनों की मैपिंग की गई

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

पंजाब के कृषि एवं किसान कल्याण मंत्री गुरमीत सिंह खुड्डियां ने बताया कि पंजाब सरकार द्वारा 'उन्नत किसान' मोबाइल ऐप पर 85,000 से अधिक इन-सीटू और एक्स-सीटू फसल अवशेष प्रबंधन (सीआरएम) मशीनों की मैपिंग की गई है। उल्लेखनीय है कि यह मोबाइल ऐप एक वन-स्टॉप प्लेटफॉर्म है, जिसे टिकाऊ कृषि प्रथाओं को बढ़ावा देने और वायु प्रदूषण को कम करने के लिये छोटे और सीमांत किसानों तक इन अति-आधुनिक फसल अवशेष प्रबंधन मशीनों की पहुँच को और आसान बनाने के लिये तैयार की गयी है।

खुड्डियां ने बताया कि यह पहल किसानों को अपने घर बैठे ही मोबाइल फोन से सीआरएम मशीनें आसानी से बुक करने की सुविधा देती है। उन्होंने कहा कि प्रत्येक मशीन को खेती योग्य क्षेत्र के अनुसार जियो-टैग किया गया है, जिससे फसल अवशेष प्रबंधन गतिविधियों की निगरानी और दस्तावेज़ीकरण आसान हो जाता है।

कृषि मंत्री ने इस ऐप के मज़बूत ईकोसिस्टम पर प्रकाश डालते हुए कहा कि इसमें 5,000 से अधिक ग्राम स्तरीय फ़ैसिलिटेटर (वीएलएफ) और क्लस्टर अधिकारी (सीओज़) शामिल हैं, जो किसानों को ज़मीनी स्तर पर सहायता प्रदान करने के साथ-साथ गतिविधियों की निगरानी करेंगे। यह प्लेटफॉर्म सी.आर.एम. मशीनों के निजी मालिकों को भी अपने उपकरण पंजीकृत करने की सुविधा देता है, ताकि मशीनों की उपलब्धता सुनिश्चित हो सके। सामुदायिक सहयोग के लिए वीएलएफ किसानों की ओर से भी मशीनें बुक कर सकते हैं, ताकि कोई भी किसान इस सुविधा से वंचित न रहे।

खुड्डियां ने ऐप के बैकएंड के बारे में बताया कि इसमें एक रीयल-टाइम डैशबोर्ड है, जो मशीनों के उपयोग और फील्ड अधिकारियों की गतिविधियों की सटीक निगरानी सुनिश्चित करता है। यह जवाबदेही, समस्याओं के त्वरित समाधान और अनुकूल संसाधन सुनिश्चित करता है तथा कटाई के महत्वपूर्ण समय में किसानों के लिए अत्यंत लाभकारी सिद्ध होता है। उन्होंने कहा कि संसाधनों की ट्रैकिंग और प्रबंधन में इस डैशबोर्ड की प्रभावशीलता फसल अवशेष प्रबंधन पहलों की समग्र दक्षता को और बढ़ाती है।

गुरमीत सिंह खुड्डियां ने 'उन्नत किसान' ऐप के किसान-हितैषी डिज़ाइन का ज़िक्र करते हुए किसानों से इसका उपयोग करने की अपील की। उन्होंने कहा कि इस ऐप ने फसल अवशेष प्रबंधन (सी.आर.एम.) मशीनरी उपलब्ध कराने की प्रक्रिया को अधिक कुशल, पारदर्शी और समन्वित बनाया है। उन्होंने कहा कि नज़दीकी कस्टम हायरिंग सेंटरों और निजी मशीन मालिकों से आसान बुकिंग सुनिश्चित करके यह ऐप पराली प्रबंधन का एक वैज्ञानिक विकल्प प्रदान करता है और मुख्यमंत्री श्री भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार के पर्यावरण व टिकाऊ कृषि से संबंधित लक्ष्यों का समर्थन करता है।

कृषि एवं किसान कल्याण विभाग के प्रबंधकीय सचिव डॉ. बसंत गर्ग ने पंजाब में कृषि क्षेत्र के विकास में 'उन्नत किसान' ऐप की अहम भूमिका की सराहना की।

महाराजा रणजीत सिंह प्रिपरेटरी इंस्टीट्यूट के 47 कैडेटों ने एनडीए की लिखित परीक्षा की पास

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

महाराजा रणजीत सिंह आर्म्ड फोर्सेज प्रिपरेटरी इंस्टीट्यूट, एस.ए.एस. नगर (मोहाली) के 47 कैडेटों ने एन.डी.ए.-156 कोर्स के लिए नेशनल डिफेंस एकेडमी (एनडीए) (II) लिखित परीक्षा पास कर शानदार उपलब्धि हासिल की है। इस संबंध में यू.पी.एस.सी. ने बुधवार देर शाम परिणाम घोषित किए। यह कोर्स जून 2026 में शुरू होगा।

पंजाब के रोज़गार उत्पत्ति, कौशल विकास और प्रशिक्षण मंत्री श्री अमन अरोड़ा ने कहा कि एन.डी.ए. (II) लिखित परीक्षा देने वाले इस संस्थान के 57 कैडेटों में से 47 कैडेटों ने 82.45 प्रतिशत की शानदार सफलता दर से परीक्षा पास की है। यह संस्थान द्वारा एन.डी.ए. (I) या एन.डी.ए. (II) परीक्षाओं के लिए हासिल की गई अब तक की सबसे अधिक सफलता दर है। कैडेटों को बधाई देते हुए अमन अरोड़ा ने कहा, 'ये कैडेट पंजाब का गौरव हैं। मेरी ओर से उन्हें एस.एस.बी. इंटरव्यू और ट्रेनिंग के लिए शुभकामनाएं।'

परिणामों पर संतोष व्यक्त करते हुए प्रिपरेटरी इंस्टीट्यूट के डायरेक्टर मेजर जनरल (रिटायर्ड) अजय एच. चौहान, वी.एस.एम. ने कहा कि कैडेट अब जल्द ही अपना सर्विसेज़ सेलेक्शन बोर्ड (एस.एस.बी.) इंटरव्यू देंगे। उन्होंने संस्थान के स्टाफ और अध्यापकों को उनके समर्पित प्रयासों के लिए बधाई दी। उन्होंने बताया कि संस्थान के नौ में से सात कैडेट ए.एफ.सी.ए.टी. परीक्षा पास कर चुके हैं, जिसके परिणाम हाल ही में डी-क्लासीफाइड किए गए हैं। संस्थान की स्थापना से लेकर अब तक इसके 179 पूर्व विद्यार्थी रक्षा सेवाओं में कमीशंड अधिकारी बने हैं।

स्वस्थ नारी, सशक्त परिवार के अंतर्गत दो शिविरों का आयोजन

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़

स्वास्थ्य विभाग, चंडीगढ़ ने स्वस्थ नारी, सशक्त परिवार अभियान के अंतर्गत 1 अक्टूबर को यूएएएम-49 शहरी आयुष्मान आरोग्य मंदिर, सेक्टर 49 (यूएएएम-49) और यूसीएचसी, सेक्टर 22 (शहरी सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र, सेक्टर-22 (यूसीएचसी-22)) में दो मेगा स्वास्थ्य शिविरों का आयोजन किया।

यूएएएम-49 में आयोजित शिविर का उद्घाटन स्वास्थ्य सेवा निदेशक डॉ. सुमन सिंह और पीजीआईएमईआर निदेशक प्रो. विवेक लाल ने स्वास्थ्य विभाग और पीजीआईएमईआर के वरिष्ठ अधिकारियों की उपस्थिति में किया। यूसीएचसी, सेक्टर 22 में आयोजित शिविर का उद्घाटन भी डॉ. सुमन सिंह द्वारा किया गया।

इन स्वास्थ्य शिविरों का उद्देश्य विविध चिकित्सा क्षेत्रों के विशेषज्ञों के सहयोग से व्यापक स्वास्थ्य सेवाएँ प्रदान करना था। इस दौरान महिलाओं और बच्चों के स्वास्थ्य पर विशेष ध्यान दिया गया, जिसमें निम्नलिखित सेवाएँ शामिल थीं: प्रसवपूर्व देखभाल, टीकाकरण, किशोर स्वास्थ्य, एनीमिया रोकथाम, गैर-संचारी रोग जांच और ओरल हेल्थ जैसे विषयों पर चर्चा की गई। जन सुविधा के लिए आयुष्मान भारत हेल्थ अकाउंट (आभा) और आयुष्मान भारत हेल्थ कार्ड की सेवाओं के लिए कियोस्क भी लगाए गए।

विशेषज्ञ चिकित्सकों में मेडिसिन, स्त्री एवं प्रसूति रोग, त्वचा रोग, नेत्र रोग, ईएनटी, दंत चिकित्सा एवं मनोचिकित्सा विभाग शामिल थे। टीबी रोगियों के लिए शिविर में हैंडहेल्ड एक्स-रे मशीन की व्यवस्था की गई, जिसके माध्यम से मौके पर ही छाती का एक्स-रे किया गया। इसके साथ ही कफ की जाँच एवं अन्य आवश्यक हेल्थ टैस्ट की भी व्यवस्था की गई थी। क्षय रोग (टीबी) से पीड़ित रोगियों को पोषण सहायता के तहत फल टोकरी वितरित की गई, जो विभाग की समग्र एवं संवेदनशील रोगी देखभाल के प्रति प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

ये मेगा कैंप 17 सितंबर 2025 को शुरू की गई स्वास्थ्य पहलों की एक श्रृंखला का हिस्सा हैं, जिसका उद्देश्य समुदाय को सुलभ और गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करना है। इन दो मेगा कैंपों के अलावा, चंडीगढ़ में 29 एएएम (आयुष्मान आरोग्य मंदिर) और 17 यूएएएम (शहरी आयुष्मान आरोग्य) में एक साथ स्वास्थ्य शिविर आयोजित किए गए। सभी आयु वर्ग के लोगों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और विभिन्न स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ उठाया।

दशहरे के अवसर पर सुनाम वासियों को बड़ी सौगात

कैबिनेट मंत्री ने सीतासर रोड सुनाम में लगभग 15.22 करोड़ रुपये की लागत वाले वाटर सप्लाई प्रोजेक्ट की नींव रखी; कार्य करवाया शुरू

• **जालंधर ब्रीज.** सुनाम/चंडीगढ़

बुराई पर अच्छाई की जीत के प्रतीक त्योहार दशहरे के अवसर पर कैबिनेट मंत्री और आम आदमी पार्टी, पंजाब के अध्यक्ष अमन अरोड़ा ने इस त्योहार की बधाई देते हुए शहीद ऊधम सिंह की धरती सुनाम ऊधम सिंह वाला के लोगों को जल आपूर्ति प्रोजेक्ट के रूप में बड़ी सौगात दी। शहर में पेयजल की समस्या का स्थायी समाधान करने हेतु कैबिनेट मंत्री ने सीतासर रोड, सुनाम में लगभग 15.22 करोड़ रुपये की लागत वाले जल आपूर्ति प्रोजेक्ट की नींव रखी, जिसके तहत ट्यूबवेल और 2 लाख लीटर की टंकी का निर्माण, 33,635 मीटर लंबी पाइपलाइन बिछाने तथा 1472 घरों, जिनके पास अब तक पानी के कनेक्शन नहीं थे, को कनेक्शन दिए जाएंगे। यह प्रोजेक्ट 01 वर्ष में पूरा कर दिया जाएगा।

इस प्रोजेक्ट के तहत टिब्बी बस्ती में 250 कनेक्शन, नमोल रोड पर 50 कनेक्शन, गुजा पीर पर 100, साई कॉलोनी 100, मानसा रोड 100, जगतपुरा रोड 150, प्रीत नगर कच्चा पहा 200, पटियाला रोड 150, बिगड़वाल रोड 50, आईटीआई के पिछले हिस्से में 50, छठा रोड 22, भाग सिंह वाला रोड 50, नीलोवाल रोड 50 कनेक्शन होंगे। इसके अलावा ट्रॉली यूनियन रोड, पीरांवाला गेट, एक्सचेंज के पास, नगर परिषद कार्यालय के पास तथा शहर के अन्य छोटे हिस्सों में लगभग 100 कनेक्शन दिए जाएंगे।

इस प्रोजेक्ट की नींव रखने और कार्य प्रारंभ करवाने संबंधी आयोजित समारोह के दौरान संबोधित करते हुए कैबिनेट मंत्री श्री अरोड़ा ने कहा कि पंजाब सरकार जनता की समस्याओं के समाधान के लिए वचनबद्ध है और किसी भी प्रकार की कोताही नहीं बरती जा रही। इसी क्रम में यह प्रोजेक्ट लाया गया है, जिसे समयबद्ध तरीके से पूरा किया जाएगा तथा गुणवत्ता के मामले में किसी प्रकार का समझौता नहीं किया जाएगा। अरोड़ा ने कहा कि सुनाम शहर को आदर्श शहर बनाने के लिए दिन-रात कार्य किया जा रहा है, जिसके तहत इस शहर के विकास पर लगभग 150 करोड़ रुपये खर्च किए जा रहे हैं। शहर में कई प्रोजेक्ट पूरे हो चुके हैं और बाकी संबंधी कार्य युद्धस्तर पर जारी हैं।

अहमदाबाद टेस्ट का पहला दिन टीम इंडिया के नाम

वेस्टइंडीज 162 पर सिमटी, भारत 121/2 आउट

स्पोर्ट्स डेस्क. भारत और वेस्टइंडीज के बीच दो मैचों की टेस्ट सीरीज का आगाज हो चुका है। जिसका पहला टेस्ट अहमदाबाद के नरेंद्र मोदी स्टेडियम में खेला जा रहा है। वही मैच का पहला दिन भारतीय टीम के नाम रहा। जहां टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करते हुए वेस्टइंडीज टीम 162 रनों पर ढेर हो गई। वहीं टीम इंडिया ने पहले दिन का खेल खत्म होने तक 2 विकेट के नुकसान 121 रन बोर्ड पर लगा दिए। फिलहाल, केएल राहुल ने शानदार पारी खेलते हुए शानदार अर्धशतक बनाया। उनका साथ कप्तान शुभमन गिल (18) दे रहे हैं। वहीं इससे पहले भारत को दोहरा झटका यशस्वी जायसवाल और साई सुदर्शन के रूप में लगे। वहीं भारत के लिए मोहम्मद सिराज को 4 तो बुमराह को 3 विकेट मिले। कुलदीप यादव ने भी दो विकेट अपने नाम किए। जबकि वॉशिंगटन सुंदर को 1 विकेट मिला है।

ये मुकाबला वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप के लिहाज से बेहद खास है। भारत के सलामी बल्लेबाज के तौर पर यशस्वी जायसवाल और केएल राहुल ने पारी की शुरुआत की। दोनों के बीच 68 रनों की साझेदारी हुई। लेकिन जायसवाल 36 रन पर अपना विकेट गंवा बैठे। जबकि, साई सुदर्शन भी सस्ते में पवेलियन लौटे। साई के बल्ले से इस दौरान महज 7 रन ही निकले। हालांकि, केएल राहुल ने अर्धशतक ठोक दिया है उनका साथ कप्तान शुभमन गिल निभा रहे हैं। दिन का खेल खत्म होने तकभारत 41 रन पीछे है।

हरजोत बैंस ने सवां नदी पर 35.48 करोड़ रुपये की लागत वाले उच्च स्तरीय पुल का किया शिलान्यास

सरसा नंगल में 6 करोड़ की लागत से बनेगा अत्याधुनिक फुटब्रिज

• **जालंधर ब्रीज.** चंडीगढ़/नंगल

पंजाब के शिक्षा मंत्री हरजोत सिंह बैंस ने श्री आनंदपुर साहिब हलके के गांव भल्लड़ी के पास सवां नदी पर 35.48 करोड़ रुपये की लागत वाले उच्च स्तरीय पुल का शिलान्यास किया। मंत्री ने बताया कि 511 मीटर लंबा यह पुल भल्लड़ी को महिंदपुर-खेड़ा कलमोट से जोड़ेगा, जिससे खेड़ा कलमोट, भंगला और माजरी जैसे सीमावर्ती क्षेत्रों से संपर्क बेहतर होगा। इस अवसर पर बैंस ने दो अन्य पुलों की नींव रखने की घोषणा भी की। उन्होंने बताया कि कलित्रां से प्लासी तक 20 करोड़ रुपये की लागत वाले 333 मीटर लंबे पुल की नींव 4 अक्टूबर को रखी जाएगी और बेला ध्यानि से प्लासी तक 12 करोड़ रुपये की लागत वाले 180 मीटर लंबे पुल की नींव 7 अक्टूबर को महर्षि वाल्मीकि जयंती के अवसर पर रखी जाएगी। ये नए पुल संपर्क में काफी सुधार करेंगे, जिससे आंतरिक क्षेत्रों के निवासियों को मुख्य मार्गों तक पहुंचने में मात्र 15 मिनट लगेंगे।

बैंस ने बताया कि इन पुलों के आसपास 11 किलोमीटर तक फैली सड़कों को भी 18 फीट चौड़ा किया जा रहा है। इसके अलावा, चंगर क्षेत्र में पानी की उपलब्धता सुनिश्चित करने के लिए 80 करोड़ रुपये की लिफ्ट सिंचाई योजना प्रगति पर है, जिससे क्षेत्र के बुनियादी ढांचे को और मजबूती मिलेगी।

Printed, Published & Owner by ATUL SHARMA & Printed at DB Corp Ltd, Near Subhanpur Bus Stand,Hamira, Kapurthala-144802(Punjab) and Published from ATUL SHARMA, NN453 GOPAL NAGAR JALANDHAR (PUNJAB)
Editor : ATUL SHARMA*
*Responsible for selection of News under the PRB ACT. PUNHIN/2019/77863, All Rights Reserved. Reproduction in whole or in Part without permission is prohibited. All disputes shall be settled at Jalandhar jurisdiction only.