शब्दबाणों का प्रहार

मध्य भारत का सबसे लोकप्रिय अखबार

सिवनी

राष्ट्रबाण

संपादक : संजय बघेल

रविवार 17 मई 2026 E-PAPER: www.rashtrabaan.in • वर्ष : 11 • अंक : 16 • पृष्ठ : 06 • मूल्य : 5.00 रुपए www.facebook.com/rashtrabaan www.twitter.com/rashtrabaan

न्यूज ब्रीफ

कश्मीर में पर्यटकों की गाड़ी खाई में गिरी

श्रीनगर। दक्षिण कश्मीर के अनंतनाग जिले में पहलगाम-अरु रोड पर शनिवार को पर्यटकों से भरी टवेरा गाड़ी गहरी खाई में गिर गई। हादसे में गुजरात के एक पर्यटक की मौत हो गई, जबकि कई लोग घायल हो गए हैं। अधिकारियों के मुताबिक छ्व21-0379 नंबर की टवेरा गाड़ी पहलगाम से अरु की ओर जा रही थी। इसी दौरान वाहन अनियंत्रित होकर सड़क से फिसल गया और गहरी खाई में जा गिरा। हादसे में बाविन भावसार नाम के युवक की मौत हो गई। घायलों में बाविन भावसार की पत्नी अवनी भावसार, नैना बेन और अशोक भाई शामिल हैं। सभी गुजरात के रहने वाले हैं। अधिकारियों के मुताबिक घायलों का इलाज चल रहा है और उन्हें बेहतर इलाज के लिए रेफर किया जा रहा है।

सीएम सुवेंदु अधिकारी को धमकी देने वाला गिरफ्तार

कोलकाता। पश्चिम बंगाल के सीएम सुवेंदु अधिकारी को बम हमले की धमकी देने वाले शख्स को गिरफ्तार कर लिया गया है। आरोपी हसनैन इकबाल को कोलकाता के गार्डन रीच इलाके से शुक्रवार रात गिरफ्तार किया गया है। आरोप है कि हसनैन ने भवानीपुर थाने में 14 मई को एक ईमेल भेजा था, जिसमें अल कायदा की मदद से ष्टरूपर सुसाइड बम हमले की बात कही गई थी।

केंद्रीय मंत्री के बेटे के खिलाफ पॉक्सो केस में सर्कुलर जारी

हैदराबाद। तेलंगाना के हैदराबाद के साइबराबाद पुलिस ने केंद्रीय गृह राज्य मंत्री बंदी संजय कुमार के बेटे बंदी भागीरथ के खिलाफ पॉक्सो केस में लुकआउट सर्कुलर जारी किया है। पुलिस उसे गिरफ्तार करने के लिए लगातार छापेमारी कर रही है, जबकि तेलंगाना हाईकोर्ट ने गिरफ्तारी से अंतरिम राहत देने से इनकार कर दिया। साइबराबाद पुलिस के एक अधिकारी ने बताया कि बंदी भागीरथ की तलाश में कई जगहों पर सर्च ऑपरेशन चलाया जा रहा है। उसके देश छोड़कर भागने की आशंका को देखते हुए लुकआउट सर्कुलर जारी किया गया है।

राष्ट्रबाण

अगर आपको नहीं मिल रहा है आपका लोकप्रिय अखबार राष्ट्रबाण तो आज ही अपने हॉकर से बोलिए या हमे कॉल कीजिए

सिर्फ 100 रुपए महीना

संपर्क : 7000427433

सुपर अल नीनो मई-जुलाई में एक्टिव होने, सर्दी तक रहने की संभावना; इससे मानसून कमजोर पड़ सकता है

राष्ट्रबाण | नईदिल्ली | एजेंसी
rashtrabaan.in

भारत में इस साल सामान्य से कम बारिश के अनुमान के बीच सुपर अल-नीनो भी एक्टिव हो सकता है। अमेरिकी मौसम एजेंसी 'नेशनल ओशेनिक एंड एटमॉस्फेरिक एडमिनिस्ट्रेशन' (नोआ) के अनुसार यह मई-जुलाई के दौरान ही दस्तक दे सकता है। नोआ ने बताया कि प्रशांत महासागर का तापमान इस बार मई में सामान्य से 0.5 डिग्री सेल्सियस ज्यादा है। यह गर्मी की स्थिति इस बार पूरे मानसून सीजन के दौरान बनी रह सकती है। पिछले महीने जारी अनुमान में यह संभावना 61% थी, जो अब बढ़कर 82% हो गई है।

भारतीय मौसम विभाग के चीफ मृत्युंजय महापात्र ने बताया कि इसका सीधा असर मानसून की बारिश पर पड़ेगा। इससे देश में सूखे का खतरा और ज्यादा बढ़ जाएगा।

अल-नीनो क्या होता है

अल नीनो के कारण समुद्र का पानी असमान्य रूप से गर्म हो जाता है, जिसके साथ हवा के पैटर्न में भी बदलाव आता है। इसके असर से दुनियाभर में बारिश का चक्र बिगड़ जाता है। कहीं भयंकर सूखा तो कहीं मूसलाधार बारिश और बाढ़ आती है। सीधे शब्दों में कहें तो जब अल-नीनो एक्टिव होगा, तब प्रशांत महासागर से भारत की तरफ आने वाली मानसूनी हवाओं को रोक देगा। इससे बारिश पर असर पड़ेगा।

अल-नीनो की संभावना 82% बढ़ी, दुनिया पर असर

नोआ के नए अपडेट के मुताबिक इस साल मई से जुलाई के दौरान सुपर अल नीनो डेवलप होने की 82% संभावना है। इसके सर्दियों (दिसंबर 2026 से फरवरी 2027) तक जारी रहने की 96% आशंका है। जबकि, इसके 'स्ट्रॉन्ग' या 'वेरी स्ट्रॉन्ग' रहने की करीब 67% आशंका है। इससे, कमजोर मानसून, सूखे और हीटवेव की आशंका अब ज्यादा हो गई है।

भारत और दक्षिण-पूर्व एशिया में बारिश कम होती है। भीषण गर्मी पड़ती है।

इंडोनेशिया, उत्तरी ऑस्ट्रेलिया में नमी खत्म होने से सूखा पड़ता है और जंगलों में आग का खतरा बढ़ जाता है।

मध्य प्रशांत क्षेत्र में समुद्र का तापमान बढ़ने से भारी बारिश और चक्रवात की स्थिति बनती है।

भारत में सूखा-भीषण गर्मी पड़ने की आशंका

भारत के कौन से इलाके सबसे ज्यादा जोखिम में

उत्तर, पश्चिम और मध्य भारत के हिस्सों में सूखे जैसी स्थिति बनने का सबसे ज्यादा खतरा है, जिससे लंबे सूखे और कृषि नुकसान की आशंका बढ़ सकती है। पंजाब, हरियाणा और राजस्थान अगस्त-सितंबर के दौरान सबसे संवेदनशील राज्यों में माने जा रहे हैं। वहीं मध्य और पश्चिम भारत में जहां अच्छी बारिश होती है वहां भी सामान्य से कम बारिश की संभावना है। मध्य प्रदेश में इंदौर, उज्जैन, ग्वालियर, चंबल, जबलपुर, रीवा, शहडोल, सागर और नर्मदापुरम संभागों में सामान्य से कम बारिश होने का अनुमान है। हालांकि लद्दाख, राजस्थान के कुछ हिस्से, तेलंगाना, साथ ही उत्तर भारत के कुछ हिस्से में इसका असर कम होगा।

ज्यादा बारिश के बावजूद दुनिया सूख रही

दुनिया में कुल मिलाकर बारिश बढ़ रही है, इसके बावजूद जमीन और इकोसिस्टम ज्यादा सूखे हो रहे हैं। नेचर में प्रकाशित एक नई स्टडी के मुताबिक, अब बारिश सालभर में बराबर बंटने के बजाय बड़े और ज्यादा तेज तूफानी दौर में हो रही है। इनके बीच लंबे ड्राई स्पेल आ रहे हैं। नतीजा यह कि एकसाथ बहुत ज्यादा पानी गिरने से मिट्टी उसे ज्यादा सोख नहीं पाती। पानी सतह पर जमा होता है और जल्दी भाप बनकर उड़ जाता है।

मोदी बोले- ये दुनिया के लिए आपदाओं का दशक

पहले कोरोना, फिर युद्ध, अब ऊर्जा संकट, हालात नहीं बदले तो गरीबी के दलदल में फंसेंगे

राष्ट्रबाण | द हेग | एजेंसी
rashtrabaan.in

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नीदरलैंड दौरे पर हैं। उन्होंने द हेग में भारतीय समुदाय को संबोधित करते हुए दुनिया के मौजूदा हालात पर चिंता जताई। मोदी ने कहा कि आज मानवता के सामने कई बड़ी चुनौतियां हैं। ये दशक आपदाओं का दशक बन गया है। दुनिया पहले कोरोना, फिर युद्ध और अब ऊर्जा संकट से जूझ रही है। अगर हालात नहीं बदले तो बीते कई दशकों के काम पर पानी फिर जाएगा और दुनिया की बहुत बड़ी आबादी गरीबी के दलदल में फंस जाएगी।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शनिवार को नीदरलैंड के हेग शहर में प्रवासी समुदाय के कार्यक्रम को संबोधित किया। इस दौरान उन्होंने भारत के चार बड़े लक्ष्यों को लेकर बात की। साथ ही कहाकि भारत बड़े सपने देख रहा है। इस मौके पर पीएम मोदी ने ओलंपिक होस्ट करने और भारत के ग्रोथ इंजन बनने समेत चार बड़े लक्ष्यों का ऐलान किया। उन्होंने कहाकि आज यहां जो माहौल है उसे देखकर लग रहा है कि द हेग लिविंग सिंबल ऑफ इंडियन फ्रेंडशिप बन गया है। ये दिखाता है कि पासपोर्ट का रंग बदल सकता है, एड्रेस भी बदल सकता है, टाइम जोन भी बदल सकता है लेकिन मां भारती की संतानें कहीं भी रहें ये गर्मजोशी, जिंदगी का जश्न माने का जज्बा हमेशा हमारे साथ रहता है।

कई सभ्यताएं मिट गईं, लेकिन...

इससे पहले लोगों की जोरदार तालियों और नारों के बीच, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी हेग में आयोजित सामुदायिक कार्यक्रम के मंच पर पहुंचे। उन्होंने कहाकि कई सभ्यताएं मिट गई, लेकिन भारत की विविध संस्कृति आज भी लोगों के दिलों में धड़कती है।

हाईकोर्ट के फैसले के बाद भोजशाला में हनुमान-चालीसा पाठ हुआ

मां वाग्देवी की पूजा हुई, श्रद्धालु बोले- सालों बाद बिना रोक-टोक दर्शन हो रहे

राष्ट्रबाण | धार | एजेंसी
rashtrabaan.in

श्रद्धालु बोले- भोजशाला मंदिर थी, है और रहेगी

दर्शन के बाद श्रद्धालुओं ने कहा कि सालों बाद उन्हें बिना रोक-टोक पूजा करने का अवसर मिला है। भोजशाला मुक्ति यज्ञ के संयोजक गोपाल शर्मा ने कहा, 'भोजशाला का कण-कण यह दर्शाता है कि यह एक मंदिर है।' मुस्लिम पक्ष की आगे की कानूनी कार्रवाई पर उन्होंने कहा कि उन्हें सुप्रीम कोर्ट जाने की पूरी स्वतंत्रता है, लेकिन भोजशाला मंदिर था, मंदिर है और हमेशा मंदिर ही रहेगा। फिलहाल पूरे धार शहर और भोजशाला परिसर की स्थिति पर कड़ी निगरानी रखी जा रही है।

मध्य प्रदेश हाईकोर्ट की इंदौर बेंच ने धार स्थित विवादित भोजशाला-कमाल मौला परिसर को राजा भोज के समय का वाग्देवी (देवी सरस्वती) का मंदिर माना है। कोर्ट ने हिंदू पक्ष को यहां पूजा का अधिकार दे दिया है।

फैसले के बाद शनिवार सुबह श्रद्धालुओं और अलग-अलग समितियों के पदाधिकारियों ने शांतिपूर्ण माहौल में भोजशाला पहुंचकर दर्शन और पूजा-अर्चना की। लोगों ने हनुमान चालीसा का पाठ भी किया। हिंदू पक्ष के वकील विष्णु शंकर जैन ने बताया कि हाईकोर्ट ने 7 अप्रैल 2003 के एएसआई आदेश को आंशिक रूप से निरस्त कर दिया है। इस आदेश में मुस्लिम समुदाय को शुक्रवार को तय अवधि के लिए नमाज की अनुमति दी गई थी।

एएसआई के वकील अविरल विकास खरे ने कानूनी पहलू स्पष्ट किए...भोजशाला स्थल को वर्ष 1904 से 'संरक्षित स्मारक' का दर्जा प्राप्त है। इस स्मारक का पूरा प्रशासन, नियमन और निगरानी केवल एएसआई के पास ही रहेगी। कोर्ट ने ऐतिहासिक तथ्यों के आधार पर माना है कि इसका निर्माण भोज-परमार वंश के काल में हुआ था।

पदाधिकारियों और श्रद्धालुओं ने की पूजा-अर्चना

शनिवार सुबह सुरक्षा के कड़े इंतजामों के बीच श्रद्धालु और भोज उत्सव समिति के पदाधिकारी परिसर पहुंचे। इनमें संरक्षक विश्वास पांडे, भोजशाला मुक्ति यज्ञ के संयोजक गोपाल शर्मा, श्रीश दुबे, केशव शर्मा और अशोक जैन शामिल थे।

रिपोर्ट-ईरान पर अगले हफ्ते दोबारा हमले की तैयारी में अमेरिका

50 हजार सैनिक और युद्धपोत तैनात, ट्रम्प के फैसले का इंतजार

राष्ट्रबाण | तेल अवीव | एजेंसी
rashtrabaan.in

अमेरिका अगले हफ्ते ईरान पर दोबारा सैन्य हमले की तैयारी कर रहा है। न्यूयॉर्क टाइम्स की रिपोर्ट्स के मुताबिक, पेंटागन ने हमले के कई विकल्प तैयार किए हैं और अब अंतिम फैसला राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प को लेना है।

अमेरिकी रक्षा मंत्री पीट हेगसेथ ने कहा कि जरूरत पड़ने पर सैन्य कार्रवाई बढ़ाने की योजना तैयार है। अमेरिकी अधिकारियों के मुताबिक, हमले के विकल्पों में ईरान के सैन्य और इंफ्रास्ट्रक्चर ठिकानों पर बड़े हवाई हमले शामिल हैं। एक विकल्प अमेरिकी स्पेशल ऑपरेशन फोर्सेज को जमीन पर उतारकर इस्फहान परमाणु साइट में दबे परमाणु सामग्री यानी एनरिच्ड यूरेनियम तक पहुंचने का भी है। हालांकि अधिकारियों ने माना कि ऐसा ऑपरेशन बेहद जोखिम भरा होगा और इसमें भारी सैन्य नुकसान हो सकता है।

रिपोर्ट के मुताबिक, अमेरिका ने मिडिल-ईस्ट में 50 हजार से ज्यादा सैनिक तैनात रखे हैं। इसके अलावा दो एयरक्राफ्ट कैरियर, एक दर्जन से ज्यादा नेवी डेस्ट्रॉयर और बड़ी संख्या में लड़ाकू विमान भी क्षेत्र में मौजूद हैं। करीब 5 हजार मरीन और 82वीं एयरबोर्न डिवीजन के 2 हजार पैराट्रूपर्स भी आदेश का इंतजार कर रहे हैं।

हिजुबल्लाह ने इजराइली सैनिकों पर ड्रोन हमला किया

हिजबुल्लाह ने दावा किया है कि उसने दक्षिणी लेबनान के खियाम इलाके में इजराइली सैनिकों के एक समूह पर ड्रोन हमला किया। हिजबुल्लाह ने अपने टेलीग्राम चैनल पर जारी बयान में कहा कि यह हमला इजराइल की तरफ से संघर्षविराम का उल्लंघन करने और गांवों पर हमले करने के जवाब में किया गया।

ईरान में महंगाई दर बढ़कर 54% पहुंची

ईरान इस समय गंभीर आर्थिक संकट का सामना कर रहा है। लंबे समय से लगे अमेरिकी और यूरोपीय प्रतिबंधों का असर देश की अर्थव्यवस्था पर दिखाई दे रहा है। अल जजीरा की रिपोर्ट के अनुसार, ईरान में महंगाई लगातार बढ़ रही है। पहले जहां महंगाई दर करीब 40% थी, वहीं अब यह बढ़कर 53.7% तक पहुंच गई है। कई जरूरी चीजों, जैसे खाने के तेल, की कीमतों में भारी बढ़ोतरी हुई है।

ईरानी करेंसी की कीमत लगातार गिर रही है, जिससे आम लोगों की रोजमर्रा की जिंदगी मुश्किल होती जा रही है। हालांकि अभी जरूरी सामानों की बड़ी कमी नहीं है, लेकिन उनकी कीमतें तेजी से बढ़ रही हैं।

ईरान के लिए सबसे बड़ी चुनौती होर्मुज पर अमेरिकी रोक है। देश का लगभग 80% आयात दक्षिणी बंदरगाहों के जरिए होता है, जो अब प्रभावित हो चुके हैं। ईरानी सरकार अब तुर्किये, तुर्कमेनिस्तान, अफगानिस्तान, अजरबैजान और कैस्पियन सागर के रास्ते नए व्यापार मार्ग तलाश रही है।

ईरान ने होर्मुज में आवाजाही को लेकर नया सिस्टम तैयार किया

ईरान की संसद की राष्ट्रीय सुरक्षा समिति के प्रमुख इब्राहिम अजीजी ने कहा है कि ईरान ने होर्मुज स्ट्रेट में जहाजों की आवाजाही को कंट्रोल करने के लिए एक नया सिस्टम तैयार कर लिया है, जिसे जल्द लागू किया जाएगा।

एनटीए पैनल का हिस्सा रह चुकी है मनीषा मांधारे

पेपर लीक में बायोलॉजी लेक्चरर गिरफ्तार

राष्ट्रबाण | नईदिल्ली | एजेंसी
rashtrabaan.in

नीट पेपर लीक मामले में सीबीआई ने दूसरे मास्टरमाइंड को भी गिरफ्तार कर लिया है। यह आरोपी एक महिला और बायोलॉजी की लेक्चरर है और उसका नाम मनीषा गुरुनाथ मांधारे है। जानकारी के मुताबिक मनीषा मांधारे एनटीए की पेपर सेटिंग कमेटी का हिस्सा रह चुकी है। एक दिन पहले ही सीबीआई ने रिटायर्ड केमिस्ट्री टीचर पीवी कुलकर्णी को गिरफ्तार किया था। जांचकर्ताओं ने उसे मास्टरमाइंड और नीट पेपर लीक सरगना का मुखिया बताया था।

एनटीए ने बनाया था एक्सपर्ट: सीबीआई ने शनिवार को इस बारे में एक बयान जारी किया। इस बयान के मुताबिक मनीषा गुरुनाथ मांधारे को एक गहन जांच के बाद गिरफ्तार किया गया है। वह नीट यूजी 2026 परीक्षा की प्रक्रिया में शामिल थी। मनीषा को एनटीए ने बतौर एक्सपर्ट शामिल किया था। सीबीआई ने बताया कि उसके पास बॉटनी और जूलॉजी के प्रश्न पत्रों की पूरी एक्सेस थी। मनीषा की भूमिका के बारे में विस्तार से बताते हुए सीबीआई ने कहाकि अप्रैल 2026 में मंधारे ने पुणे की मनीषा वाघमारे के जरिए संभावित नीट परीक्षा उम्मीदवारों को जुटाया। इसके बाद इन छात्रों के लिए अपने पुणे निवास पर कोचिंग क्लासेस चलाई।

भारत का पड़ोसी पाकिस्तान क्यों 100 अरब बढ़ा रहा अपना रक्षा बजट, कोई बड़ी तैयारी?

अपने रक्षा बजट में 100 अरब बढ़ा रहा पाकिस्तान

राष्ट्रबाण | नईदिल्ली | एजेंसी
rashtrabaan.in

पाकिस्तान सरकार अगले वित्त वर्ष में रक्षा बजट में करीब 100 अरब पाकिस्तानी रुपये की बढ़ोतरी कर सकती है। सरकार अंतरराष्ट्रीय मुद्रा कोष (आईएमएफ) समर्थित सुधार कार्यक्रम के तहत अपना बजट तैयार कर रही है, जिसमें राजस्व में भारी वृद्धि का अनुमान लगाया गया है। एक मीडिया रिपोर्ट में यह जानकारी दी गई। मालूम हो कि पाकिस्तान ने पिछले साल भारत के खिलाफ बड़ा युद्ध हारा है। ऑपरेशन सिंदूर के दौरान भारत ने पाकिस्तानी सेना को बुरी तरह से पराजित करते हुए कई ठिकानों पर मिसाइलों से हमले किए थे। संघर्ष के दौरान पाकिस्तान भारत से बुरी तरह से 'पिटा' था। ऐसे में अब अगले साल से रक्षा बजट के इतना बढ़ाए जाने से आशंका जताई जा रही है कि क्या पाकिस्तानी सेना कोई बड़ी तैयारी तो नहीं कर रही है? माना जा रहा है कि इसके जरिए वह अपनी सैन्य ताकत को बढ़ाएगा और हथियारों की खरीद भी बढ़ा सकता है, जिससे मुनीर की सेना की ताकत में इजाफा होगा।

अखबार 'डॉन' ने अंतरराष्ट्रीय मुद्रा कोष (आईएमएफ) की रिपोर्ट के हवाले से बताया कि 2026-27 के लिए रक्षा खर्च 2.66 लाख करोड़ पाकिस्तानी रुपये रहने का अनुमान है, जो चालू वित्त वर्ष में 2.56 लाख करोड़ रुपये है। रिपोर्ट के अनुसार, आईएमएफ ने 2026-27 में पाकिस्तान की कुल संघीय आय 17.14 लाख करोड़ पाकिस्तानी रुपये रहने का अनुमान लगाया है। यह मौजूदा वित्त वर्ष की तुलना में दो लाख करोड़ रुपये से अधिक और करीब 13.5 प्रतिशत ज्यादा है।

रिपोर्ट में कहा गया कि पाकिस्तान ने केंद्र और प्रांतीय सरकारों के कुल खर्च को सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) के 0.2 प्रतिशत तक बढ़ाकर 4.23 लाख करोड़ रुपये करने का वादा किया है।

40 फीसदी आबादी आर्थिक रूप से कमजोर

रिपोर्ट में यह भी बताया गया है कि जो लोग घोर गरीबी में जी रहे हैं और जिन्हें सामाजिक सहायता मिल रही है, उनके अलावा भी लगभग 40 फीसदी आबादी आर्थिक रूप से कमजोर बनी हुई है। आईएमएफ का एक मिशन इस समय पाकिस्तान में है, जो 2026-27 के बजट से पहले बजट पर होने वाली चर्चाओं को अंतिम रूप देने के लिए आया है। उम्मीद है कि यह बजट अगले महीने की शुरुआत में कैबिनेट और संसद के सामने पेश किया जाएगा।

शुगर को स्थिर रखता है भिंडी का पानी

गर्मी के सीजन में मिलने वाली भिंडी में शरीर के लिए सभी जरूरी पोषक तत्व शामिल होते है। भिंडी में सिर्फ 30 प्रतिशत कैलोरी मिलती है। भिंडी में फाइबर, विटामिन-बी6 और फोलेट की भरपूर मात्रा होती है। विटामिन-बी डायबिटीक न्यूरोपैथी को बढने से रोकता है और होमोसिस्टाइन का लेवल कम करता है, जो शरीर में डायबिटीज का एक प्रमुख कारण माना जाता है। साथ ही, भिंडी के पानी में घुलनशील फाइबर पाया जाता है जो शरीर में शुगर को स्थिर रखता है। भिंडी में ना सिर्फ कम कैलोरी पाई जाती है, बल्कि ये पानी में घुलनशील और अघुलनशील फाइबर का भी बहुत अच्छा स्रोत है। इस एलिमेंट की वजह से शरीर में फाइबर देरी से टूटता है और खून में शुगर बहुत धीमी गति से रिलीज होता है। यही कारण है कि भिंडी शरीर का ब्लड शुगर लेवल कंट्रोल रखती है। इसके अलावा, भिंडी का ग्लाइसेमिक इंडेक्स (त्रढ्ढ) भी काफी कम होता है और ये बात साबित हो चुकी है कि कम ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाली चीजें हमारा ब्लड शुगर लेवल कंट्रोल रखती हैं। अमेरिकन डायबिटीज एसोसिएशन भी डायबिटीज के मरीजों के लिए भिंडी को एक बहुत अच्छा विकल्प मानते हैं।

घर में ऐसे बनाएं भिंडी का पानी

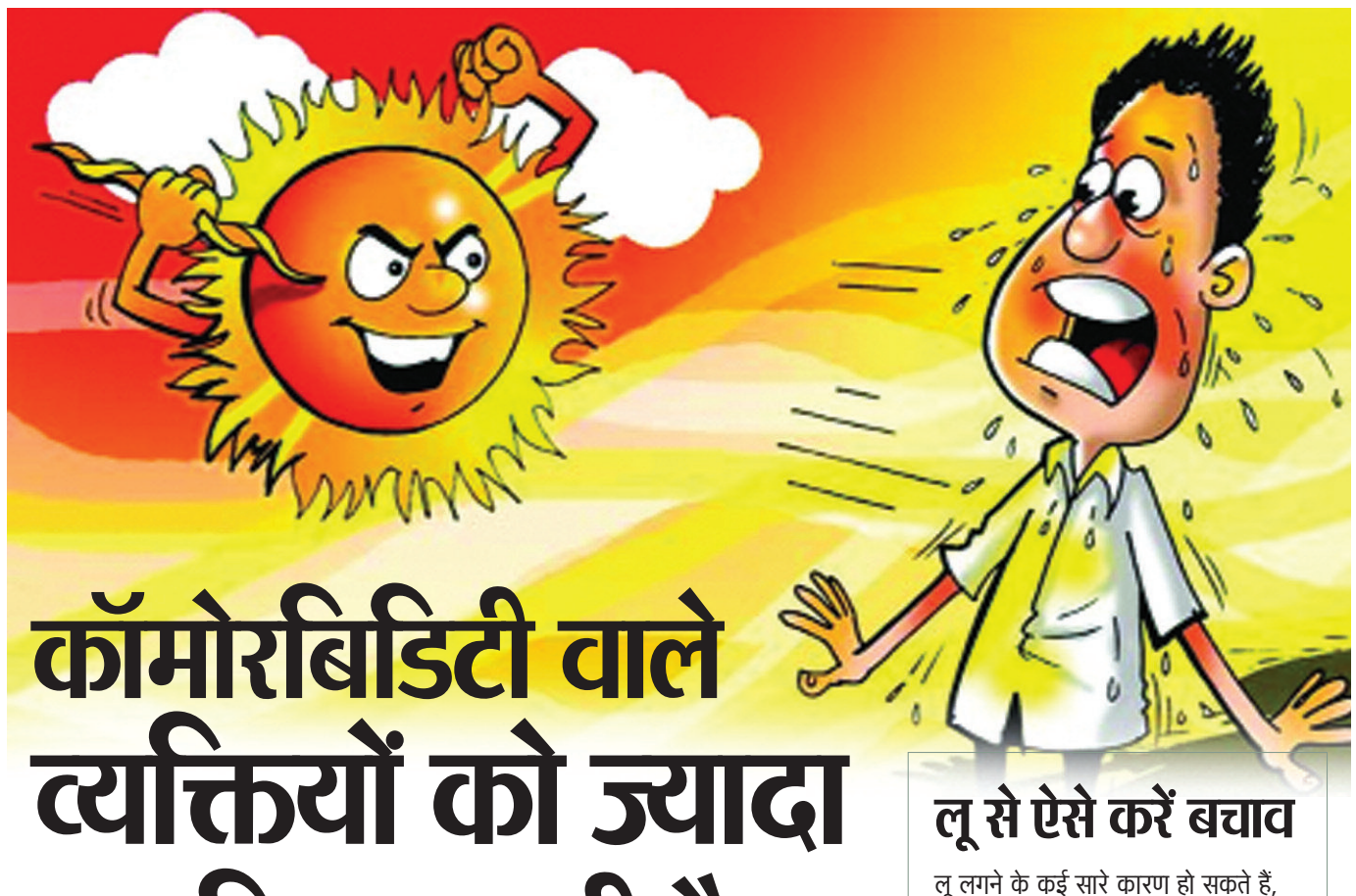
5-6 मीडियम आकार की भिंडी लेकर इनके किनारे काट लें। भिंडी को बीच से काट लें और फिर एक से दो कटोरी पानी में भिगो दें। रात भर या 4-5 घंटे इनको ऐसे ही रहने दें। इसके बाद भिंडी के टुकड़े निचोड़ कर निकाल लें। फिर इसमें थोड़ा सादा पानी मिलाएं ताकि पानी की मात्रा करीब एक गिलास हो जाए।

एक गिलास भिंडी के पानी में -

कार्बोहाइड्रेट-6 ग्राम
फोलेट-80 माइक्रोग्राम
फाइबर-3 ग्राम प्रोटीन-2 ग्राम

भिंडी के पानी के और फायदे

- अगर आपको गुर्दे संबंधी कोई भी समस्या हो। रोजाना खाली पेट एक गिलास भिंडी का पानी पिएं। आपको फर्क नजर आ जाएगा।
- अगर आप अपना वजन कम करना चाहते है, तो इसमें भिंडी का पानी काफी फायदेमंद साबित हो सकता है। लगातार एक माह इसका सेवन करने से आपको फर्क नजर आ जाएगा।
- कोलेस्ट्राल कम करने में भिंडी का पानी मददगार है। रोजाना भिंडी के पानी का सेवन करने से आपको हार्ट अटैक का खतरा काफी हद तक कम हो जाता है।
- भिंडी में विटामिन ए भरपूर मात्रा में पाया जाता है। यह तत्व पानी के जरिए शरीर में जाता है जिससे आंखों की रोशनी बढ़ती है।
- शरीर में हीमोग्लोबिन की कमी को पूरा करता है भिंडी का पानी। भिंडी के पानी से आपकी बॉडी में रेड ब्लड सेल्स की मात्रा तेजी से बढ़ेगी।



कॉमोरबिडिटी वाले व्यक्तियों को ज्यादा प्रभावित करती है लू

देश के कई हिस्से इन दिनों भीषण गर्मी की चपेट में हैं, जिससे लू और अन्य स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञों के अनुसार, अत्यधिक गर्मी के कारण विभिन्न प्रकार के हीट स्ट्रेस की स्थितियां बन सकती हैं, जैसे कि हीट स्ट्रोक और हृदय व श्वसन संबंधी विकार। डॉ. रोहन कृष्णन ने बताया, लू के दौर घातक भी हो सकता है, क्योंकि यह कई तरह की समस्याएं पैदा कर सकता है। कृष्णन ने कहा कि तीन श्रेणियों के लोगों के इस भीषण लू से प्रभावित होने की संभावना अधिक है।

कृष्णन ने बताया, सबसे पहले युवा वयस्क और 13 वर्ष से कम उम्र के बच्चे शरीर में तरल पदार्थ की कमी के कारण इस गर्मी की लहर से आसानी से प्रभावित हो सकते हैं। दूसरे, 60 से अधिक उम्र के बुजुर्ग लोग हार्मोनल स्राव के कारण प्रभावित होते हैं और तीसरे, वे लोग जिन्हें कई तरह की बीमारियां हैं या जो दवा या कैंसर के मरीज हैं। इस प्रकार के लोगों को इस गर्मी की लहर के दौरान अतिरिक्त देखभाल और ध्यान देने की जरूरत है। उन्होंने कहा कि अत्यधिक गर्मी हाइपरथर्मिया का कारण बन सकती है, जो खांसी और सर्दी या किसी भी संक्रमण के लक्षणों के बिना शरीर का उच्च तापमान है, लेकिन इससे निर्जलीकरण, भूख न लगना, उल्टी, मतली और कई अन्य प्रकार की स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। डॉक्टर ने कहा, हाइपरथर्मिया के अलावा, यह डर्मेटाइटिस, हीट एडिमा, हीट स्ट्रोक और हाइपोटेंशन भी पैदा कर सकता है। लू के दौरान ऐसी स्वास्थ्य समस्याओं से बचने के लिए डॉक्टर कृष्णन ने ज्यादा से ज्यादा पानी पीने की सलाह दी, क्योंकि पसीना शरीर में पानी की कमी का मुख्य कारण है। उन्होंने बाहरी वातावरण से घर के अंदर प्रवेश करने के बाद ठंडा पानी पीने से बचने की सलाह दी, क्योंकि इससे गले में संक्रमण भी हो सकता है। डॉ. कृष्णन ने कहा, हमें पानी का सेवन काउंटर चेक करना होगा। गर्मियों में रोजाना कम से कम 4-6 लीटर पानी की जरूरत होती है। गर्मी की लहर के दौरान जब आप बाहर से आते हैं, तो आपको बहुत अधिक ठंडा पानी नहीं पीना चाहिए, क्योंकि इससे गले में संक्रमण हो सकता है और इस कोविड स्थिति में किसी भी प्रकार के गले के संक्रमण और जलन से आपको कोविड संक्रमण होने का अधिक खतरा हो सकता है। अधिकतम गर्मी सुबह 11 बजे से दोपहर 3 बजे के बीच रहती है, इसलिए आपको दिन के समय बाहर जाने से बचना चाहिए।

लू से ऐसे करें बचाव

लू लगने के कई सारे कारण हो सकते हैं, जैसे गर्म हवा में बिना सुरक्षा के निकलना, तेज धूप का सीधे सिर पर आना, धूप में नंगे पैर चलना, बिना कुछ खाए-पीए धूप में घूमना, धूप से आकर ठंडा पानी पीना या फिर ठंड-गर्म यानी ऐसी से निकलकर तुरंत धूप में जाना।

- अगर आप किसी ऐसी जगह पर ज्यादा समय बिता रहे हैं जहां पर ऐसी चल रहा है या फिर बहुत ज्यादा ठंडक हो रही हैं तो अचानक गर्मी में जाने से बचें।
- शरीर के तापमान को एक सा बनाए रखने के लिए खूब सारा पानी पीएं। आप पानी के अलावा छाछ, लस्सी, आम पन्ना, जलजीरा, दही या फिर फलों का फ्रेश जूस पी सकते हैं।
- अगर संभव हो तो तो सुबह 10 बजे से शाम 4 बजे तक तेज धूप में निकलने से बचें। इस दौरान धूप की किरण बहुत खतनाक होती हैं। इसी के साथ धूप में किसी तरह की हैवी एक्सरसाइज या खेल खेलने से बचें।
- अगर आपको किसी जरूरी काम से दिन में बाहर निकलना पड़ रहा है तो आप छाते का इस्तेमाल कर सकते हैं ऐसा करने से आप सिर पर डायरेक्ट लग रही धूप से बच सकते हैं।

बिना डॉक्टर की सलाह न लें पेरासिटामोल

साधारण बुखार आने पर भी हम अक्सर पेरासिटामोल का सेवन करते हैं। पेरासिटामोल बुखार के असर को कम करने के लिए एक बेहतरीन दवा मानी जाती है। अक्सर डॉक्टर भी बुखार या दर्द की समय में पेरासिटामोल ही प्रिस्क्राइब करते हैं। कई लोग डॉक्टर की बिना सलाह के भी पेरासिटामोल का सेवन करते हैं। साथ ही कई लोगों को छोटी-छोटी बीमारियों के लिए पेरासिटामोल खाने की आदत होती है। आपको पूरी और सही जानकारी के बिना इसका सेवन बिना डॉक्टर की सलाह से नहीं करना चाहिए।

क्या है पेरासिटामोल?

पेरासिटामोल एक प्रकार की दवाई है जिसे माइल्ड फीवर या दर्द के समय इस्तेमाल किया जाता है। पेरासिटामोल दर्द को जड़ से खत्म नहीं करती है बल्कि दर्द के एहसास को कम करती है। साथ ही बुखार आने पर पेरासिटामोल के सेवन से आपके शरीर का तापमान कम हो जाता है। इसका असर 4-6 घंटे के बीच रहता है। इसके अलावा पेरासिटामोल को इन कारणों की वजह से भी इस्तेमाल किया जाता है;

- कमर दर्द
- सिर दर्द
- माइग्रेन
- मांसपेशियों में जकड़न
- पीरियड्स में दर्द
- दांतों में दर्द
- सर्दी के कारण दर्द

पेरासिटामोल के साइड इफेक्ट्स

ज्यादा पेरासिटामोल के सेवन से आपको साइड इफेक्ट्स भी हो सकते हैं। आपको एलर्जी, स्किन पर रेशेज या ब्लड डिसऑर्डर जैसी परेशानी हो सकती है। इसके साथ ही पेरासिटामोल के गलत इस्तेमाल से लिवर और किडनी डैमेज होने का खतरा भी रहता है। पेरासिटामोल के ओवरडोज से डायरिया, ज्यादा पसीना, भूख की कमी, बेचैनी, उल्टी, पेट में दर्द, सूजन, दर्द, पेट में मरोड़ जैसी समस्या भी हो सकती है।

पेरासिटामोल की सही खुराक

अमेरिकी गाइडलाइन के अनुसार एक एडल्ट को 325-650 द्वद्व तक की पेरासिटामोल का सेवन करना चाहिए। इस दवा को 4-6 घंटे के बीच के अंतराल में लेना चाहिए क्योंकि एक खुराक का असर करीब 4-6 घंटे के बीच ही रहता है। गाइडलाइन के अनुसार बुखार में 500 एमजी पेरासिटामोल को 6 घंटे के बाद ही लेना चाहिए। छोटे बच्चे को पेरासिटामोल देते समय बहुत सतर्कता रखनी चाहिए। छोटे बच्चे को 10-15 द्वद्व की खुराक 6 घंटे के समय में देना चाहिए। दर्द की परेशानी को खत्म करने के लिए 500 एमजी की दवा 4 से 6 घंटे के अंतराल पर लेनी चाहिए। वहीं छोटे बच्चे को 10 से 15 एमजी प्रति किलोग्राम शरीर के वजन के हिसाब से 6 से 8 घंटे के बीच लेनी चाहिए।

कब नहीं लेनी चाहिए पेरासिटामोल

गाइडलाइन्स के अनुसार अगर आप 3 दिन से लगातार पेरासिटामोल ले रहे हैं और बुखार नहीं उतर रहा है तो आपको इसका सेवन नहीं करना चाहिए। किसी भी तरह के दर्द में 10 दिन से ज्यादा पेरासिटामोल नहीं लेनी चाहिए। साथ ही अगर आपको लीवर, किडनी, अल्कोहल और अंडर वेट की समस्या है तो आपको डॉक्टर की सलाह के बिना इसका सेवन नहीं करना चाहिए।

शरीर को तरोताजा रखता है नींबू पानी

हमारे शरीर को प्रतिदिन कई सारे विटामिन्स की जरूरत होती है जिनकी कमी होने पर बीमारियाँ आ जाती हैं। इन्हीं विटामिन्स में से एक है विटामिन-सी जो शरीर की इम्यूनिटी बूस्ट करने का काम करता है। गर्मियों के इन दिनों में इसका सबसे अच्छा स्त्रोत माना जाता है नींबू को जिसके उत्पाद बहुत पसंद किए जाते हैं और शरीर को ठंडक प्रदान करते हैं। इस बात की जानकारी सभी को है कि नींबू का सेवन करने से हेल्थ काफी अच्छी रहती है और यह काफी फायदेमंद होता है। नींबू पानी भी शरीर के लिए बहुत फायदेमंद होता है। गर्मियों में नींबू पानी जरूर पीना चाहिए जिससे शरीर डिडाइड्रेटेड न हो और बॉडी में ताकत बनी रहे। नींबू पानी इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए भी प्रयोग किया जा सकता है। नींबू पानी में कई प्रकार के पोषक तत्व होते हैं, जो शरीर को स्वस्थ रखते हैं। वहीं सुबह खाली पेट इसको पीने से वजन कम करने में बहुत सहायता मिलती है। साथ ही साथ पेट की समस्याओं से भी छुटकारा मिल जाता है। जिनको गैस की समस्या है उनको सुबह हल्के गर्म नींबू पानी का सेवन अवश्य करना चाहिए। नींबू से शरीर को विटामिन सी, पोटैशियम और फाइबर मिलता है। वैसे तो नींबू पानी को किसी भी वक्त पिया जा सकता है लेकिन यह सबसे ज्यादा असरकारक तब होता है जब आपका पेट पूरी तरह से खाली हो अर्थात सुबह उठने के बाद फ्रेश होकर नींबू पानी को पिया जाए तो इसके कई सारे फायदे होते हैं।

ग्लो करती है त्वचा

सुबह नींबू पानी पीने से त्वचा में निखार आता है। रोज नींबू पानी का सेवन करने से चेहरे के दाग धब्बे भी गायब हो जाते हैं। इससे झुर्रियों से भी छुटकारा मिल जाता है। ग्लोइंग स्किन के लिए नींबू पानी बहुत मददगार साबित हो सकता है।

इम्यूनिटी को बढ़ाता है

नींबू में विटामिन सी होता है जिसकी वजह से शरीर की इम्यूनिटी पावर को बढ़ाने में मदद मिलती है। रोज सुबह खाली पेट नींबू पानी पीने से इम्युनिटी पावर को बढ़ाया जा सकता है। ऐसी कई ड्रिंक्स हैं जो इम्यूनिटी को बढ़ा सकती हैं मगर नींबू सबसे सस्ती इम्यूनिटी बूस्टर ड्रिंक है।

ठीक रहता है पाचन तंत्र

नींबू पाचन क्रिया में बहुत मददगार साबित होता है। रोजाना सुबह नींबू पानी पीने से पूरे दिन की पाचन क्रिया को दुरुस्त बनाया जा सकता है। इससे एसिडिटी से भी मुक्ति पाई जा सकती है।

वजन करता है कम

नींबू पानी वजन कम करने में आपकी सहायता कर सकता है। असल में, नींबू में पाया जाने वाला पेक्टिन फाइबर शरीर को भूख फील नहीं होने देता। जिसकी वजह से कोई भी असमय स्नैक्स जैसे फूड्स नहीं खाता। इससे वजन को कम करने में काफी आसानी होती है। साथ ही नींबू पानी शरीर से विषैले तत्वों को बाहर निकालकर वजन कम करने में भी मदद करता है।

यूरिक एसिड बढ़ाती हैं ये सब्जियां

यूरिक एसिड बढ़ना एक गंभीर समस्या है जिससे आपको गठिया जैसी दर्दनाक जोड़ों की बीमारी गाउट का खतरा होता है। बढ़ा हुआ यूरिक एसिड लेवल आपकी किडनियों के लिए भी खतरनाक है और यह पथरी बना सकता है। यूरिक एसिड एक गंदा पदार्थ होता है, जो आपके द्वारा सेवन किये गए उन खाद्य पदार्थों से बनता है, जिनमें प्यूरीन की मात्रा अधिक होती है। इसके पाचन होने के बाद ही यूरिक एसिड बनता है। बेहतर सेहत के लिए यूरिक एसिड लेवल को कंट्रोल रखना जरूरी है।

यूरिक एसिड कैसे कम करें?

जाहिर है इसे कंट्रोल करने के लिए आपको उन फूड्स का कम सेवन करना चाहिए जिनमें प्यूरीन की मात्रा कम होती है। हालांकि रोजाना खाई जाने वाली कुछ सब्जियों में प्यूरीन की मात्रा अधिक होती है। बेशक सब्जियां विटामिन, कैल्शियम, आयरन और मिनरल्स का भंडार हैं लेकिन कुछ सब्जियां आपके शरीर में प्यूरीन भरने और उसे यूरिक एसिड बनाकर खून जोड़ों में भरने का काम करती हैं। फैट टू स्लिम की डायरेक्टर और न्यूट्रिशनिस्ट एंड डाइटीशियन शिखा आपको बता रही हैं कि किन-किन सब्जियों में प्यूरीन की मात्रा अधिक होती है।

प्यूरीन और यूरिक एसिड के बीच क्या संबंध?

सबसे पहले यह समझना जरूरी है कि प्यूरीन और यूरिक एसिड के बीच क्या संबंध है। वास्तव में प्यूरीन अपने आप में कोई समस्या नहीं है। यह समस्या तब बनती है, जब शरीर इसे तोड़ता है और यह यूरिक एसिड बन जाता है। अधिकतर मामलों में यूरिक एसिड खून में घुल जाता है और आपकी किडनियां इसे छानकर पेशाब के रास्ते बाहर निकाल देती हैं। मगर अगर आपके खून में बहुत अधिक यूरिक एसिड है या आपकी ऐसी स्थिति है जिससे आपकी किडनी के लिए यूरिक एसिड को प्रभावी ढंग से निकालना अधिक कठिन हो जाता है, तो इससे यूरिक एसिड क्रिस्टल यानी छोटी-छोटी पथरी का रूप ले लेते हैं जिससे गाउट या किडनी की पथरी होने का खतरा होता है।

इन सब्जियों में सबसे ज्यादा प्यूरीन

- मशरूम, हरी मटर, पालक, शतावरी, ब्रोकोली स्प्राउट्स और फूलगोभी ऐसी सब्जियां हैं जिनमें सबसे अधिक मात्रा में प्यूरीन होता है। आपको इन सब्जियों को प्रति दिन कुल 1/2 कप से अधिक नहीं खाना चाहिए।

गाउट और पथरी होने का खतरा

जब यूरिक एसिड क्रिस्टल बन जाता है, तो यह जाकर जोड़ो में जमा हो जाता है। ऐसा माना जाता है कि यूरिक एसिड के क्रिस्टल अधिकतर हाथ और पैरों के जोड़ों में इकट्ठा हो जाते हैं। ऐसा होने से गाउट रोग हो जाता है। यह गठिया की तरह एक दर्दनाक जोड़ों का रोग है जिसमें जोड़ों का लाल होना, दर्द, सूजन, अकड़न, जकड़न होने लगती है। ठीक इसी तरह इससे आपको किडनी में पथरी होने का भी खतरा होता है।

सब्जियों के अलावा इन चीजों में पाया जाता है ज्यादा प्यूरीन

- सभी तरह के लाल मांस
- चिकन
- ऑर्गन मीट
- कई तरह की मछलियां जैसे- सार्डिन, एन्कोविस, हेरिंग, मैकरेल, ट्राउट और ट्यूना

यूरिक एसिड कम करने के उपाय

- हाई प्यूरीन फूड्स का कम सेवन करने के अलावा आपको रोजाना 8 से 12 कप तरल पदार्थ पीने चाहिए
- यह आपके पेशाब में यूरिक एसिड को पतला करता है और किडनी की पथरी को रोकने में मदद कर सकता है
- पानी, हर्बल, नारियल पानी, छाछ आदि अच्छे ऑप्शन हैं
- बीयर और अन्य मादक पेय पदार्थों से बचें
- खाने में फैट की मात्रा कम करें।
- हाई फ्रुक्टोज कॉर्न सिरप या शुगर से बनी ड्रिंक्स पीने से बचें
- वजन कम करने पर ध्यान दें
- हमेशा कम और दिन में कई बार खाएं

राष्ट्रबाण
सिवनी, रविवार 17 मई 2026

बालाघाट राष्ट्रबाण

● बैहर ● बिरसा ● कटंगी ● तिरोड़ी ● कटंगी ● खैरलांजी ● किरनापुर ● लालबर्रा ● लांजी ● परसवाड़ा ● वारासिवनी

'नारी सम्मान' का दंभ भरने वाले नेताओं का दोहरा चेहरा उजागर

बालाघाट | संवाददाता
rashtrabaan.in

राजनीति में कथनी और करनी का अंतर कितना बड़ा हो सकता है, इसका जीता-जागता उदाहरण लालबर्रा अस्पताल परिसर में देखने को मिला। एक तरफ जहां पूरा क्षेत्र एक हिंदू बेटी के मान-सम्मान पर लगी ठेस के कारण उद्वेलित है, वहीं दूसरी तरफ क्षेत्र के बड़े जनप्रतिनिधि उसी आरोपी को अपने बगल में बैठाकर मुस्कुराते हुए मंच साझा कर रहे हैं। शादी समारोह में युवती के चरित्र पर अश्लील और अभद्र टिप्पणी करने वाले पांढ़रवानी सरपंच व विधायक प्रतिनिधि अनीस खान के खिलाफ सर्व हिंदू समाज का गुस्सा अभी शांत भी नहीं हुआ था कि महज चार दिन के भीतर उसे वीआईपी ट्रीटमेंट मिलना शुरू हो गया। लालबर्रा में करीब 10 करोड़ रुपए की लागत से बनने वाले 50 बेड के अस्पताल के भूमिपूजन कार्यक्रम में बालाघाट-सिवनी सांसद भारती पारधी और क्षेत्रीय विधायक अनुभा मुंजारे की मौजूदगी में आरोपी सरपंच न सिर्फ शामिल हुआ, बल्कि मुख्य मंच पर वीआईपी की तरह विराजमान रहा। इस घटनाक्रम के बाद से पूरे बालाघाट जिले के हिंदू समाज और आम जनता में राजनेताओं के इस दोहरे चरित्र को लेकर भारी नाराजगी और आक्रोश देखा जा रहा है।

मामले की गंभीरता का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि 12 मई को ही रानीकुठार सरपंच प्रतिनिधि विनोद ठाकरे सहित पीड़ित युवती के परिजनों और सर्व हिंदू समाज के सैकड़ों लोगों ने पवार मंगल भवन में एक आपात बैठक की थी। बैठक के बाद सभी ने एकजुट होकर थाने में पांढ़रवानी के 'अकड़बाज' और विवादित सरपंच अनीस खान के खिलाफ लिखित शिकायत दर्ज कराई थी और उसके खिलाफ कठोर कानूनी कार्रवाई की मांग की थी। सरपंच पर आरोप है कि उसने एक सामाजिक विवाह कार्यक्रम के दौरान मर्यादाओं को ताक पर रखकर एक हिंदू युवती पर बेहद अश्लील और अभद्र टिप्पणियां की थीं, जिससे समाज में गहरा रोष था।

भाषणों में नारी सुरक्षा का दावा, असलियत में आरोपी को संरक्षण!

वोट बैंक की भूखी और अपनी राजनीतिक रोटियां सेंकने में माहिर नेता आम जनता की तकलीफों से कोई सरोकार नहीं रखते। सांसद भारती पारधी खुद उसी समाज से आती हैं जिस समाज की बेटी का अपमान हुआ है। इसके बावजूद, लगभग 9 करोड़ 95 लाख रुपए की लागत वाले सरकारी कार्यक्रम में आरोपी सरपंच अनीस खान को मंच पर विशिष्ट स्थान दिया गया। आम जनता पूछ रही है कि जो महिला जनप्रतिनिधि मंचों से नारी सशक्तिकरण, लाड़ली बहनों की सुरक्षा और महिला सम्मान के बड़े-बड़े दावे करती हैं, वे जमीनी हकीकत के वक्त किसी आरोपी के साथ मंच साझा कैसे कर सकती हैं? क्या नेताओं के लिए जनभावनाओं से ज्यादा जरूरी उनका वोट बैंक है?

बेटी के अपमान पर सियासत गर्म!

- युवती के चरित्र पर कीचड़ उछालने वाले आरोपी सरपंच के साथ मंच पर बैठे दिग्गज; सर्व हिंदू समाज में भारी आक्रोश
- जिसके खिलाफ थाने में दी थी शिकायत, उसी के बगल में बैठे दिखे जिला पंचायत सदस्य डुलेंद्र ठाकरे; जनता ने पूछा– कहाँ गई नैतिकता?

महिला सम्मान की ढींगे हांकने वाली माननीय के साथ महिला अपमान करने वाला आरोपी अनीस खान।

विधायक अनुभा मुंजारे के संरक्षण पर उठे गंभीर सवाल

क्षेत्रीय विधायक अनुभा मुंजारे की कार्यप्रणाली भी इस समय जनता के निशाने पर है। अमूमन हर शासकीय कार्यक्रम में नौ कन्याओं का पूजन करने वाली और महिला अधिकारों की मुखर आवाज बनने वाली विधायक मुंजारे पर आरोप है कि वे इस 'अकड़बाज' और ईगो से भरे सरपंच को अपने साथ क्षेत्रों के दौरे और अन्य कार्यक्रम पर घुमा रही हैं। क्षेत्र की जनता में यह चर्चा आम है कि महिलाओं के सम्मान की बात करने वाली विधायक खुद एक महिला का अपमान करने वाले व्यक्ति को अपने इतने करीब रख रही हैं। इस विवादित सरपंच को अपने साथ रखने और उसे बराबरी का दर्जा देने के कारण जनता में विधायक के प्रति भारी नाराजगी पनप रही है, जो आने वाले समय में उनकी राजनीतिक छवि को बड़ा नुकसान पहुँचा सकती है।

घिर गए जिला पंचायत सदस्य डुलेंद्र ठाकरे

इस पूरे मामले में सबसे चौंकाने वाला और गिरगिट की तरह रंग बदलने वाला रवैया जिला पंचायत सदस्य डुलेंद्र ठाकरे (मुन्ना भैया) का देखने को मिला। चार दिन पहले यही डुलेंद्र ठाकरे सर्व हिंदू समाज और पीड़ित परिवार के साथ खड़े होकर आरोपी अनीस खान के खिलाफ थाने में मोर्चा खोल रहे थे और पुलिस से सख्त कार्रवाई की मांग कर रहे थे। लेकिन 15 मई को जैसे ही सरकारी कार्यक्रम का मंच सजा, मुन्ना भैया अपनी सारी नैतिकता भूलकर उसी कांग्रेसी विधायक प्रतिनिधि अनीस खान के बगल में बैठे नजर आए। नेताओं के इस यू-टर्न से लालबर्रा नगर सहित पूरे जिले के राजनीतिक गलियारों में थू-थू हो रही है। लोग खुलकर कह रहे हैं कि नेताओं के लिए कोई सिद्धांत नहीं होता, उनका एकमात्र सिद्धांत अपना स्वार्थ साधना होता है।

भारती पारधी, सांसद बालाघाट-सिवनी : युवति के चरित्र पर अभद्र टिप्पणी मामले में मौन।

अनुभा मुंजारे, विधायक : महिला का अपमान करने वाले आरोपी अनीस खान को दे रही खुला संरक्षण?

डुलेन्द्र ठाकरे, जिला पंचायत सदस्य : पहले खिलाफ में फिर साथ, दोहरा चरित्र हुआ उजागर।

सर्व हिंदू समाज की चेतावनी: भुगतना पड़ेगा खामियाजा

अस्पताल के भूमिपूजन कार्यक्रम में जहां प्रशासनिक अधिकारी जैसे एसडीएम कार्तिकेय जायसवाल, एसडीओपी अभिषेक चौधरी और सीएमएचओ परेश उपलव मौजूद थे, वहीं राजनेताओं की इस करतूत ने पूरे प्रशासनिक गरिमा को भी ठेस पहुँचाई है। सर्व हिंदू समाज के पदाधिकारियों का कहना है कि बेटी के सम्मान से समझौता किसी भी कीमत पर स्वीकार नहीं किया जाएगा। राजनेताओं ने जिस तरह एक आरोपी को खुला संरक्षण देकर समाज को चिढ़ाने का काम किया है, उसका जवाब आने वाले समय में जनता लोकतांत्रिक तरीके से देगी।

सरपंच ब्रजनाथ उइके की तानाशाही के खिलाफ फूटा ग्रामीणों का गुस्सा

नक्शा और मापदंड ताक पर

- जल, जंगल और जमीन पर अवैध कब्जे के बाद अब 'संगठन भवन' निर्माण में भारी भ्रष्टाचार का आरोप
- गोकुलथाना में 'संगठन भवन' के नाम पर सरपंच ब्रजनाथ उइके कर रहे भारी बंदरबांट

नैनपुर | संवाददाता
rashtrabaan.in

बैजनाथ उईके, ग्राम गोकुल थाना सरपंच : भ्रष्ट नंबर वन ?

विकासखंड नैनपुर के अंतर्गत आने वाले ग्राम गोकुलथाना में पंचायती राज के अधिकारों का दुरुपयोग और भ्रष्टाचार का एक बेहद संगीन मामला सामने आया है। वर्तमान सरपंच ब्रजनाथ उइके की कथित दबंगई, तानाशाही और भ्रष्टाचार से पूरा गांव इस समय त्रस्त है। गांव में बन रहे 'संगठन भवन' के निर्माण में नियमों को ताक पर रखकर की जा रही मनमानी के खिलाफ ग्रामीणों का गुस्सा फूट पड़ा है। इस धांधली के विरोध में शासकीय प्राथमिक शाला गोकुलथाना के परिसर में ग्रामीणों ने महाचौपाल लगाकर आपात बैठक की। ग्रामीणों का आरोप है कि अनुविभागीय दंडाधिकारी (स्थरू) नैनपुर एवं मुख्य कार्यपालन अधिकारी (ष्टश्वह्र) जनपद पंचायत नैनपुर को कार्यालय में लिखित शिकायत देने के बावजूद सरपंच के हौसले बुलंद हैं। 'जल, जंगल और जमीन' पर अवैध कब्जे से लेकर घटिया निर्माण कार्यों तक, सरपंच और उनके चहेते ठेकेदार का आतंक चरम पर है।

ग्रामीणों ने बैठक में सीधे तौर पर सरपंच ब्रजनाथ उइके पर गंभीर आरोप लगाते हुए कहा कि गांव में स्वीकृत हुए 'संगठन भवन' के निर्माण में भारी भ्रष्टाचार को अंजाम दिया जा रहा है। सरपंच द्वारा निर्धारित सरकारी नक्शे और निर्माण के तय मापदंडों को पूरी तरह ताक पर रख दिया गया है। अपनी मनमानी चलाते हुए वे घटिया सामग्री का इस्तेमाल कर रहे हैं। जब ग्रामीणों ने इसका विरोध किया और शासकीय प्राथमिक शाला में पहली बैठक कर आवाज बुलंद की, तब भी सरपंच की सेहत पर कोई असर नहीं पड़ा। सरपंच का भ्रष्टाचार और मनमानी जब नहीं थमी, तो ग्रामीणों को दोबारा उसी स्थान पर बैठक बुलाने के लिए मजबूर होना पड़ा।

नदी का पानी मोड़ा अपने खेतों की तरफ, किसान बेहाल

मुराम के अवैध कारोबार से भी जब सरपंच ब्रजनाथ उइके का पेट नहीं भरा, तो उन्होंने गांव की जीवनदायिनी नदियों और उससे लगी नजूल (सरकारी) भूमि को निशाना बनाना शुरू कर दिया। ग्रामीणों के अनुसार, नदी से सटी हुई शासकीय जमीनों पर सरपंच ने अवैध रूप से कब्जा कर लिया है। दबंगई की सारी हदें पार करते हुए, नदी के सार्वजनिक पानी को बड़ी-बड़ी मोटरों के माध्यम से जबरन खींचकर अपने निजी (नजूल) खेतों की ओर मोड़ा जा रहा है। इस तानाशाही का खामियाजा सीधे तौर पर गांव के गरीब किसानों को भुगतना पड़ रहा है, जिन्हें अपनी फसलों को सींचने के लिए पानी तक नसीब नहीं हो रहा है, जबकि सरपंच के खेत पानी से सराबोर हैं।

जाहिद खान के साथ मिलकर 'मलाई' चाटने का खेल

ग्रामीणों ने सरपंच और ठेकेदारों के बीच चल रहे इस गठजोड़ का भी पर्दाफाश किया। आरोप है कि सरपंच ब्रजनाथ उइके ने अपने चहेते ठेकेदार जाहिद खान के साथ मिलकर गांव में विकास कार्यों को पूरी तरह से मटियामेट कर दिया है। गांव में जितने भी शासकीय निर्माण कार्य कराए गए हैं, वे सभी अत्यधिक कच्चे, गुणवत्ताविहीन और जर्जर हालत में हैं, जो कभी भी किसी बड़े हादसे को आमंत्रण दे सकते हैं। शासकीय योजनाओं के तहत आने वाले फंड की मलाई चाटकर सरपंच और ठेकेदार जाहिद खान ने अपनी जेबें तो भर लीं, लेकिन धरातल पर जनता को सिर्फ खोखले वादे और जर्जर इमारतें मिलीं।

जंगल की जमीन को छलनी कर बेची मुराम, कमाए लाखों रुपए

बैठक के दौरान ग्रामीणों ने सरपंच ब्रजनाथ उइके के काले कारनामों की जो फेहरिस्त सामने रखी, वह चौंकाने वाली है। ग्राम वासियों के अनुसार, गोकुलथाना के क्षेत्रफल के अंतर्गत आने वाली बेशकीमती शासकीय भूमि और वन विभाग (जंगल) की सुरक्षित जमीन को अवैध तरीके से जेसीबी मशीनों से खोदा गया है। यहाँ से भारी मात्रा में निकाली गई मुराम को ऊंचे दामों पर निजी बाजारों और क्रशरों में बेचकर सरपंच ने लाखों रुपए की अवैध कमाई (दंडली) की है। प्रकृति को भारी नुकसान पहुँचाकर अपनी जेबें भरने वाले इस मुखिया ने शासन के राजस्व को भी लाखों का चूना लगाया है।

बालाघाट में शिक्षा सुधार की नई पहल, विनोबा ऐप से एफएलएन कार्यक्रम को मिलेगी नई गति

बालाघाट | संवाददाता
rashtrabaan.in

बालाघाट जिले में बुनियादी शिक्षा को मजबूत बनाने और विद्यार्थियों के सीखने के स्तर में सुधार लाने के उद्देश्य से एक नई पहल शुरू की गई है। कलेक्टर श्री मृणाल मीना एवं जिला पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारी श्री अभिषेक सराफ के मार्गदर्शन में ओपनलिंक्स फाउंडेशन द्वारा एफएलएन (फाउंडेशनल लिटरेसी एंड न्यूमेरेसी) कार्यक्रम के प्रभावी क्रियान्वयन हेतु तकनीकी एवं शैक्षणिक सहयोग प्रदान किया जा रहा है।

इस पहल के अंतर्गत 'विनोबा ऐप' को एक तकनीकी उपकरण के रूप में उपयोग किया जा रहा है, जिससे शैक्षणिक गतिविधियों को अधिक प्रभावी, पारदर्शी एवं परिणामोन्मुख बनाया जा सके। शिक्षा विभाग के अधिकारियों के अनुसार यह ऐप विद्यार्थियों के सीखने के स्तर की निगरानी, मूल्यांकन तथा शिक्षकों के कार्य प्रदर्शन को बेहतर बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। कार्यक्रम के माध्यम से उत्कृष्ट कार्य करने वाले शिक्षकों को पहचान एवं सम्मान भी प्रदान किया जाएगा।

डेंगु नियंत्रण को लेकर दिलाई गई शपथ

छिंदवाड़ा। राष्ट्रीय डेंगु दिवस 16 मई 2026 के अवसर पर जिला मुख्यालय में डेंगु नियंत्रण, रोकथाम एवं जनजागरूकता को लेकर विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम का आयोजन जिला मलेरिया अधिकारी डॉ. मनीषा जुनेजा के नेतृत्व में किया गया, जिसमें स्वास्थ्य विभाग के अधिकारी-कर्मचारी, एमआई, एमटीएस, लैब टेक्नीशियन तथा जिला मुख्यालय के समस्त कर्मचारी उपस्थित रहे।

ग्राम पंचायत ओहनी में सचिव सरपंच उपयंत्री और ठेकेदार ने घाट के बिना निर्माण कर निकल लिए 9 लाख

- जनपद पंचायत सदस्य की शिकायत पर क्या कार्यवाही हुई या मामला दब गया?
- नैनपुर जनपद पंचायत के अधिकारियों ने क्या कार्यवाही कि एक राज बनकर रह गई

मंडला | संवाददाता
rashtrabaan.in

क्या जनपद पंचायत नैनपुर के अधिकारी कार्यवाही करने से देरी या साठ गांठ

क्या जिला पंचायत मंडला को जानकारी और जनपद पंचायत नैनपुर के पीसीओ सीईओ और विभाग को शिकायत होने के बाद भी कार्यवाही नहीं होना एक बड़ा सवाल खड़ा कर रहा है। क्या जनपद सदस्य के द्वारा की गई शिकायत को विभाग के अधिकारी अनदेखा कर रहे है। या फिर जनपद पंचायत के सीईओ के द्वारा मामले को दबाने का प्रयास किया जा रहा है। खैर जो भी मामला बड़ा और गंभीर है। जोकि सचिव और उपयंत्री सरपंच के द्वारा किया गया गबन और घोटाला की आंच या जांच किस किस को जलाएगी समय की कोख में है।

इनका कहना है।
मेरे द्वारा शिकायत की गई थी। मगर जनपद पंचायत नैनपुर के अधिकारियों पर जांच कर कार्यवाही नहीं जा रही है।
-साधना जागेश्वर ठाकुर, जनपद पंचायत सदस्य नैनपुर

कहते है कि आज दौर के समय में कुछ संभव हो सकता है। भ्रष्टाचार का खेल और कहे सरकारी धन की होली का खेल उसके अधिकारी और कर्मचारी ऐसा खेलते है। कि कुछ भी नहीं कहा जा सकता है। कब करोड़ों डकार जाते है। पता नहीं चलता है। जब शिकायत भी होती है। तो लक्ष्मी माता की कृपा से शिकायत की रक्षा भगवान करते है। मगर उसकी कार्यवाही किसी को नहीं दिखाई देती है। खैर जो भी कहा जाए हो समय और अधिकारी दोनों बलवान है। जोकि किसी का कुछ भी बिगड़ सकते है। और जब करोड़ों का भ्रष्टाचार कर लेते है। और उसकी डकार तक नहीं लेते है। वही शिकायत में जांच और गबन एक छोटी सी बात है। वही जिला प्रशासन भी सिर्फ शिकायत होने पर खाना पूर्ति कहे या कागजी घोड़े दौड़ा शिकायतकर्ता की भावना से खिलवाड़ करते है। भ्रष्टाचार करने वाले अधिकारी और कर्मचारी मोटा मॉल कर करोड़ पति हो चुके होते है। क्या ग्राम पंचायत ओहनी में हुआ भ्रष्टाचार सिर्फ कागजों में दब कर रह जाएगा या फिर शिकायतकर्ता कार्यालय के चक्कर काट कर शांत हो जाएगा

क्या है मामला

ग्राम पंचायत ओहनी के सचिव विनीत भोर और सरपंच और रोजगार सहायक और उपयंत्री ने ऐसा खेल खेला कि कागज में घाट का निर्माण कर दिया और लखमा डोगरिया के तालाब में बिना घाट निर्माण किए ही ठेकेदार के साथ मिलकर ,9लाख की राशि का आहरण कर लिया गया है। और जनपद पंचायत नैनपुर के अधिकारियों को भनक नहीं है। वही जब जनपद पंचायत सदस्य ने शिकायत की तो कार्यवाही के नाम सिर्फ खाना पूर्ति करते नजर आ रहे है। वही शिकायत पर क्या कार्यवाही हुई आज किसी को जानकारी नहीं है। क्या घाट निर्माण में हुआ गबन और घोटाला के दोषी अधिकारी कर्मचारी सचिव उपयंत्री कब कार्यवाही होगी इसका इंतजार है।

कटंगी चौपाटी में खाद्य सुरक्षा विभाग की कार्रवाई

लस्सी-शेक समेत 7 नमूने जांच के लिए भेजे

बालाघाट | संवाददाता
rashtrabaan.in

खाद्य सुरक्षा प्रशासन विभाग बालाघाट की टीम ने शनिवार को कटंगी के गंज चौक स्थित चौपाटी क्षेत्र में खाद्य पदार्थों की गुणवत्ता जांच के लिए विशेष अभियान चलाया। ग्रीष्मकालीन खाद्य एवं पेय पदार्थों की जांच के दौरान विभागीय टीम ने विभिन्न प्रतिष्ठानों पर कार्रवाई करते हुए लस्सी, बादाम शेक, काजू शेक तथा पानीपुरी के पानी सहित कुल 7 नमूने जांच हेतु संग्रहित किए। इन नमूनों को परीक्षण के लिए राज्य खाद्य प्रयोगशाला भेजा गया है।

कार्रवाई के दौरान टीम ने महावीर आइसक्रीम, भैरवनाथ आइसक्रीम एवं कुल्फी, जैन चाट भंडार तथा इंडियन चाट भंडार सहित अन्य दुकानों का निरीक्षण किया। जांच के दौरान खाद्य पदार्थों की स्वच्छता, गुणवत्ता एवं खाद्य सुरक्षा मानकों का पालन भी परखा गया। विभागीय अधिकारियों ने बताया कि ग्रीष्म ऋतु में ठंडे खाद्य एवं पेय पदार्थों का उपयोग बढ़ जाता है। ऐसे में आमजन को सुरक्षित एवं गुणवत्तापूर्ण खाद्य सामग्री उपलब्ध हो, इसके लिए विभाग द्वारा जिले की विभिन्न तहसीलों में लगातार निरीक्षण एवं सैंपलिंग की कार्रवाई की जा रही है।

खाद्य सुरक्षा प्रशासन विभाग ने स्पष्ट किया है कि प्रयोगशाला से रिपोर्ट प्राप्त होने के बाद खाद्य सुरक्षा एवं मानक अधिनियम के अंतर्गत संबंधित प्रतिष्ठानों के विरुद्ध नियमानुसार न्यायालयीन कार्रवाई की जाएगी। विभाग ने खाद्य कारोबारियों से स्वच्छता एवं गुणवत्ता मानकों का पालन करने की अपील भी की है।

राष्ट्रबाण
सिवनी, रविवार 17 मई 2026

सिवनी राष्ट्रबाण

● बरघाट ● छपारा ● धनोरा ● घंसौर ● केवलारी ● कुरई ● लखनादौन ● सिवनी ग्रामीण

नपा में अंधेर नगरी चौपट राजा

हराम खाऊ ज्ञानचंद भाऊ?

जनता के टैक्स से सैलरी पा रहे कर्मचारी, अध्यक्ष के घर पर बना रहे खाना और धो रहे कार!

ज्ञानचंद सनोडिया, नपा कार्यकारी अध्यक्ष : सरकारी वेतन में स्वयं की सेवा।

सिवनी | संवाददाता
rashtrabaan.in

नगर पालिका सिवनी भ्रष्टाचार और मनमानी का गढ़ बनती जा रही है। जनता के पैसों पर पलने वाली नगर पालिका को अब कुछ जिम्मेदार लोगों ने अपनी जागीर समझ लिया है। ताजा मामला सामने आया है सिवनी नगर पालिका के कार्यकारी अध्यक्ष ज्ञानचंद सनोडिया का जिन पर नपा के सरकारी कर्मचारियों और संसाधनों का अपने निजी ऐशो आराम के लिए इस्तेमाल करने के बेहद गंभीर और तीखे आरोप लगे हैं।

यह सनसनीखेज खुलासा किसी और ने नहीं, बल्कि पूर्व नगर पालिका उपाध्यक्ष और गुरुनानक वार्ड के पार्षद राजिक अकील ने किया है जिसके बाद जिला प्रशासन और राजनीतिक गलियारों में हड़कंप मच गया है। उन्होंने आरोप लगाया है की शासकीय कर्मचारी, आउटसोर्स कर्मचारी को वेतन तो शासन कर रहा है लेकिन इनसे अध्यक्ष ज्ञानचंद सनोडिया निजी काम करा रहे है। इसकी शिकायत पार्षद राजिक अकील ने नगर पालिका के जिम्मेदारों से की लेकिन उनके कानो में जूं तक नहीं रेंगी।

हार मानकर अब कांग्रेस पार्षद दल ने जिला कलेक्टर का दरवाजा खटखटाया है और मांग की है कि इस पूरे मामले की निष्पक्ष और उच्च स्तरीय जांच हो। अध्यक्ष की निजी गुलामी में लगे कर्मचारियों के एक वर्ष के वेतन की राशि ब्याज सहित अध्यक्ष की जेब से वसूल की जाए। नगर पालिका अधिनियम के तहत दोषी अध्यक्ष पर सख्त से सख्त कार्रवाई की जाए। अब देखना यह है कि जिला प्रशासन इस शाही ठाट-बाट पर कब और क्या हंटर चलाता है!

साइकिल का ढोंग और रील का शौक!

शिकायत में अध्यक्ष के पाखंड की धज्जियां उड़ाते हुए कहा गया है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की तेल बचाने की अपील पर कार्यकारी अध्यक्ष महोदय साइकिल से तो निकले लेकिन यह सिर्फ एक चुनावी स्टंट और ढोंग था। हकीकत यह थी कि उनकी साइकिल चलाते हुए रील बनाने के लिए पीछे एक मोटरसाइकिल पर बकायदा कैमरामैन चल रहा था, जो कि नगर पालिका का ही एक आउटसोर्स कर्मचारी है। यानी रील बनाने के लिए भी सरकारी मुलाजिम का इस्तेमाल।

इधर जनता पानी को तरसी, उधर होटलों में बह रहा नपा का पानी!: एक तरफ पूरा शहर बिजली कटौती और पाइपलाइन फूटने के कारण बूंद-बूंद पानी के लिए तरस रहा है, नागरिकों को समय पर पानी के टैंकर नहीं मिल पा रहे हैं। वहीं दूसरी तरफ, नियमों को ताक पर रखकर नगरीय सीमा से बाहर बने आलीशान लॉन और होटलों में पानी के टैंकर भेजे जा रहे हैं और नपा के आउटसोर्स कर्मचारियों से वहां साफ सफाई करवाई जा रही है।

भर्ती में भी बड़ा झोल

नगर पालिका की आर्थिक स्थिति पहले से ही वेंटिलेटर पर है, इसके बावजूद नियमों के खिलाफ जाकर धड़ल्ले से नई आउटसोर्स भर्तियां की जा रही हैं ताकि चहेतों को उपकृत किया जा सके। मजेदार बात यह है कि जिन वार्डों में सफाई कर्मचारियों की मौत हो चुकी है या जो रिटायर हो चुके हैं, वहां पार्षदों के मांगने पर भी कर्मचारी नहीं दिए जा रहे, लेकिन अध्यक्ष की सेवा के लिए कर्मचारियों की फौज खड़ी है। अब आर-पार की लड़ाई जिसमें ब्याज समेत वसूली करो और नपा अधिनियम के तहत जेल भेजो। पार्षद राजिक अकील ने कहा कि इस तानाशाही और धांधली की शिकायत मुख्य नगरपालिका अधिकारी से कई बार की गई, लेकिन साहब की कुर्सी पर जूं तक नहीं रेंगी।

राजिक अकील, पार्षद : भाजपा कर रही सरकारी धन का दुरुपयोग।

- अब कांग्रेस पार्षद दल ने जिला कलेक्टर का दरवाजा खटखटाया है और मांग की है कि इस पूरे मामले की निष्पक्ष और उच्च स्तरीय जांच हो।

इनका कहना

जनता के टैक्स के करीब 75 हजार रुपये हर महीने सीधे तौर पर अध्यक्ष की व्यक्तिगत सेवा में फूंक दिए जा रहे हैं। यह नगर पालिका निधि का खुला दुरुपयोग और एक बड़ा आर्थिक घोटाला है।
-राजिक अकील, पार्षद

निजी बंगले पर चल रही है मुफ्त की चाकरी

पार्षद राजिक अकील ने खुलकर नाम लेते हुए जो आरोप लगाए हैं, वो किसी को भी हैरान कर सकते हैं। उन्होंने आरोप लगाया की मनीष कश्यप (विनियमित कर्मचारी) है, इन्हें नगर पालिका के काम के लिए रखा गया है, लेकिन ये अध्यक्ष के घर पर पर्सनल चपरासी (प्यून) का काम कर रहे हैं। ठीक उसी तरह ममता बाई (विनियमित कर्मचारी), यह महिला कर्मचारी अध्यक्ष के निवास पर सुबह-शाम खाना बनाने रसोइया का काम कर रही हैं। ये कर्मचारी वेतन नपा से ले रहे है लेकिन काम नगर पालिका अध्यक्ष के घर पर कर रहे है। इन दोनों कर्मचारियों को लगभग 34 हजार रुपये प्रति माह वेतन नगर पालिका के खजाने यानि जनता की जेब से दिया जा रहा है, लेकिन सेवा सिर्फ अध्यक्ष की हो रही है।

इतना ही नहीं अध्यक्ष की प्राइवेट कार चलाने के लिए आउटसोर्स ड्राइवर रखा गया है और नगर पालिका के पैसों से सैलरी पाने वाले कर्मचारियों से बीजेपी कार्यालय में साफ सफाई करवाने का भी संगीन आरोप पार्षद राजिक खान ने लगाया है।

जनता त्रस्त, विपक्ष पस्त... क्या है विपक्ष की खामोशी का राज?

पेट्रोल-डीजल की बेलगाम महंगाई पर जिला कांग्रेस अध्यक्ष नरेश मरावी साधे हैं मौनव्रत

सिवनी | संवाददाता
rashtrabaan.in

नरेश मरावी, कांग्रेस अध्यक्ष : चाय की चुस्की में गटक गए जनता के मुद्दे ?

आसमान छूती पेट्रोल और डीजल की कीमतों ने आम आदमी की जेब में डाका डाल रखा है। रसोई का बजट बिगड़ चुका है, महंगाई के मोर्चे पर जनता खून के आंसू रो रही है, लेकिन जिले में विपक्ष की भूमिका निभाने वाली मुख्य पार्टी कांग्रेस के कान पर जूं तक नहीं रेंग रही। सबसे ज्यादा हैरान करने वाली और समझ से परे भूमिका है। जिला कांग्रेस अध्यक्ष नरेश मरावी की जिन्होंने इस सुलगते जनहित के मुद्दे पर रहस्यमयी मौनव्रत धारण कर लिया है। जनता पूछ रही है कि आखिर विपक्ष का यह मौन शह है या सरेंडर?

एक दौर था जब ईंधन के दाम अठन्नी-चवन्नी भी बढ़ते थे, तो कांग्रेस सड़कों पर बैलगाड़ी लेकर उतर आती थी, उग्र आंदोलन के नारे गूंजते थे और चक्काजाम से प्रशासन के हाथ-पैर फूल जाते थे। लेकिन आज जब पेट्रोल-डीजल के दाम आम जनता की कमर तोड़ रहे हैं, तब जिला कांग्रेस अध्यक्ष नरेश मरावी की यह मौन भूमिका राजनीतिक गलियारों में तीखे सवालों को जन्म दे रही है।

सवालों के जाल में जिला अध्यक्ष

क्या सिवनी कांग्रेस के लिए अब जनता की परेशानियां कोई मायने नहीं रखतीं? या फिर संगठन केवल बंद कमरों की बैठकों और सोशल मीडिया पर फोटो खिंचवाने तक ही सीमित रह गया है? नरेश मरावी की खामोशी के पीछे क्या है खेला? जिला अध्यक्ष नरेश मरावी की इस रहस्यमयी खामोशी के कई मायने निकाल रहे हैं। वही शहर के चौराहों से लेकर चाय की टपरियों तक पर यही चर्चा गर्म है कि कही गुटबाजी का शिकार विपक्ष संगठन तो नहीं हो गया है? क्या जिला कांग्रेस अंदरूनी कलह और गुटबाजी से इस कदर टूट चुकी है कि उनके पास जनता के मुद्दों पर खड़े होने की फुर्सत ही नहीं है? क्या नरेश मरावी का नेतृत्व इतना थका हुआ और बेअसर हो चुका है कि वह सत्तापक्ष को घेरने का एक भी मौका भुना नहीं पा रहे हैं? या फिर इस खामोशी के पीछे कोई ऐसी सियासी साठगांठ है जो आम जनता की समझ से बिल्कुल परे है?

जनता में भारी आक्रोश, ढोल पीटने वाले नेता नदारद

सिवनी की पीड़ित जनता अब दबी जुबान से नहीं बल्कि खुलेआम इस ढुलमुल रवैये पर आक्रोश जता रही है। लोगों का कहना है कि चुनाव के वक्त वोट मांगने के लिए बड़े-बड़े वादे करने वाले कांग्रेसी नेता आज जब जनता के हक की लड़ाई लड़ने का वक्त आया है, तो भूमिगत हो गए हैं। जिला अध्यक्ष जैसी अहम जिम्मेदारी संभालने के बाद भी नरेश मरावी का इस कदर शांत बैठना उनकी राजनीतिक इच्छाशक्ति पर एक बड़ा प्रश्नचिह्न खड़ा करता है।

कब जागेगी कुंभकर्णी नींद?

सत्ता पक्ष तो अपनी नीतियों को सही ठहराने में जुटा ही है, लेकिन जब रक्षक ही भक्षक की तरह खामोश हो जाए, तो जनता जाए तो जाए कहां? सिवनी की जनता आज विपक्ष से और खासकर नरेश मरावी से यह जवाब मांग रही है कि आखिर उनकी यह मौन साधन कब भंग होगी? क्या वे जनता के हक के लिए सड़कों पर उतरकर आंदोलन का बिगुल फूंकेंगे, या फिर इसी तरह बंद कमरों में बैठकर महंगाई के इस तांडव को मूकदर्शक बनकर देखते रहेंगे? फिलहाल, नरेश मरावी की यह चुप्पी जिले की सियासत में एक बड़ा सस्पेंस बनी हुई है, जिसने कांग्रेस की साख को पूरी तरह से दांव पर लगा दिया है।

ईवीएम वेयर हाउस का मासिक निरीक्षण, सुरक्षा व्यवस्थाओं का लिया जायजा

सिवनी | संवाददाता
rashtrabaan.in

प्रभारी कलेक्टर अनिल कुमार राठौर ने बींझावाड़ा स्थित ईवीएम वेयर हाउस का मासिक निरीक्षण कर वहां की सुरक्षा व्यवस्थाओं का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने वेयर हाउस में रखीं ईवीएम और वीवीपैट मशीनों की सुरक्षा, रख-रखाव तथा संबंधित शासकीय अभिलेखों के संधारण की बारीकी से समीक्षा की।

प्रभारी कलेक्टर ने संबंधित अधिकारियों को कड़े निर्देश दिए कि वेयर हाउस में सुरक्षा मानकों का शत-प्रतिशत पालन सुनिश्चित किया जाए और सभी दस्तावेजों को नियमित रूप से अपडेट और व्यवस्थित रखा जाए। इस अवसर पर अपर कलेक्टर एवं उप जिला निर्वाचन अधिकारी सीएल चनाप सहित निर्वाचन शाखा के अन्य अधिकारी और कर्मचारी उपस्थित रहे।

शनिदेव के अभिषेक के लिए तिल-तेल लेकर पहुंचे श्रद्धालु, महाआरती के बाद हुए भंडारे

सिवनी | संवाददाता
rashtrabaan.in

सिवनी जिले में शनिवार को भगवान शनिदेव का जन्मोत्सव मनाया जा रहा है। जिला मुख्यालय और ग्रामीण क्षेत्रों के शनि मंदिरों में सुबह से ही श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ रही है। मंदिरों में शनिदेव का पूजन-अर्चन, तेलाभिषेक, आरती और विभिन्न धार्मिक अनुष्ठान आयोजित किए जा रहे हैं। इस मौके पर लोगों ने वस्त्र और छाते दान किए।

श्रद्धालु शनिदेव को तेल, तिल, उड़द, अगरबत्ती और काले वस्त्र अर्पित कर रहे हैं। इस दौरान वे सुख-समृद्धि और कष्टों से मुक्ति की कामना कर रहे हैं। जिला मुख्यालय के छिंदवाड़ा रोड स्थित प्राचीन शनि मंदिर और नागपुर रोड स्थित सिलादेही मंदिर में विशेष पूजा-अर्चना हो रही है। इसके अलावा, धनोरा, केवलारी, घंसौर, लखनादौन, छपारा, बरघाट और कुरई क्षेत्र के मंदिरों में भी धार्मिक आयोजन किए जा रहे हैं।

कई स्थानों पर भजन-कीर्तन, महाआरती और भंडारे का आयोजन भी किया गया है, जहां शाम को बड़ी संख्या में श्रद्धालु प्रसादी ग्रहण करेंगे। पंचांग के अनुसार, ज्येष्ठ मास की अमावस्या को शनि जयंती मनाई जाती है। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, इस दिन शनिदेव की पूजा करने से शनि दोष, साढ़ेसाती और ढैया के प्रभावों में कमी आती है। शनिदेव को न्याय का देवता और कर्मफलदाता माना जाता है, जो मनुष्यों को उनके कर्मों के अनुसार फल प्रदान करते हैं।

सिवनी निवासी पंडित उपेंद्र शास्त्री ने बताया कि शनि जयंती पर दान-पुण्य और विशेष पूजा का अत्यधिक महत्व है। उनके अनुसार, जिन लोगों के कार्यों में बाधाएं आ रही हों, उन्हें इस दिन शनि से संबंधित वस्तुओं का दान करना चाहिए। उन्होंने सरसों के तेल से भरी कटोरी में अपना मुख देखकर उसे शनि मंदिर में अर्पित करने की परंपरा का भी जिक्र किया, जिसे शनि दोष निवारण के लिए शुभ माना जाता है।

छिंदवाड़ा नाका स्थित श्री शनिधाम मंदिर में श्रद्धालु शनिदेव के बीज मंत्रों का जाप कर पितृ दोष से मुक्ति की कामना कर रहे हैं। कई मंदिरों में हनुमानजी का विशेष श्रृंगार, महाआरती और भोग भी लगाया जा रहा है। इन आयोजनों का समापन रात में भजन संध्या और विशाल भंडारे के साथ होगा।

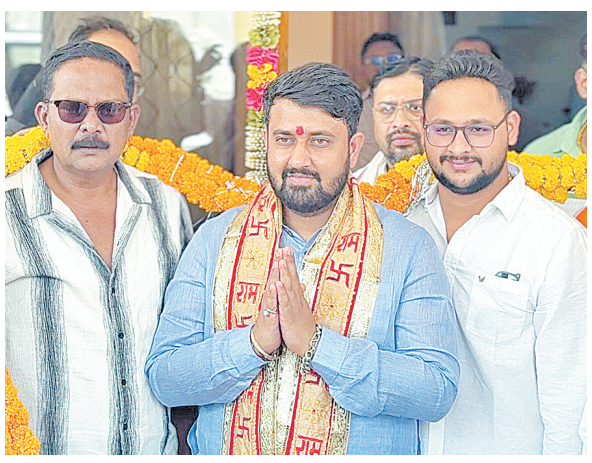
प्रभारी कलेक्टर ने की जनगणना, उपार्जन और सीएम हेल्पलाइन कार्यों की समीक्षा

सिवनी। संवाददाता

प्रभारी कलेक्टर अनिल कुमार राठौर ने वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से जिला अधिकारियों की बैठक लेकर महत्वपूर्ण शासकीय कार्यों की विस्तृत समीक्षा की। उन्होंने जनगणना कार्यों की समीक्षा करते हुए अधिकारियों को आगामी दो दिनों के भीतर सभी लंबित कार्य गुणवत्ता और डेटा की शुद्धता के साथ पूर्ण करने के निर्देश दिए। उपार्जन व्यवस्था को लेकर उन्होंने स्पष्ट किया कि केंद्रों पर किसानों को किसी भी प्रकार की असुविधा नहीं होनी चाहिए। वहां पेयजल, छाया, बिजली और तौल जैसी आवश्यक सुविधाएं समय पर सुनिश्चित की जाएं, साथ ही गेहूं के सुरक्षित भंडारण और परिवहन पर विशेष ध्यान दिया जाए। इसके अलावा, सीएम हेल्पलाइन के प्रकरणों को शासन की सर्वोच्च प्राथमिकता बताते हुए प्रभारी कलेक्टर ने अधिकारियों को संवेदनशीलता के साथ शिकायतकर्ताओं से संवाद करने और समस्याओं का संतुष्टिपूर्ण समाधान करने को कहा। शिकायतों के त्वरित निराकरण के लिए उन्होंने शनिवार और रविवार को कार्यालयों में विशेष शिविर आयोजित करने के निर्देश भी दिए।

विधायक दिनेश राय मुनमुन के निवास पर भाजयुमो प्रदेशाध्यक्ष श्याम टेलर का भव्य स्वागत

लखनादौन | संवाददाता
rashtrabaan.in



सिवनी विधानसभा क्षेत्र के विधायक दिनेश राय मुनमुन के गृह निवास पर आज शनिवार को भारतीय जनता युवा मोर्चा के प्रदेशाध्यक्ष श्याम टेलर का आत्मीय एवं भव्य अभिनंदन किया गया। लखनादौन आगमन के दौरान हुई इस गरिमामय मुलाकात में विधायक दिनेश राय ने प्रदेशाध्यक्ष को शाल और श्रीफल भेंटकर सम्मानित किया, जिसके बाद दोनों नेताओं ने साथ में स्नेह भोज ग्रहण कर विभिन्न विषयों पर चर्चा की। इसके उपरांत, विधायक दिनेश राय मुनमुन और भाजपा जिलाध्यक्ष मीना बिसेन नगर के पप्पी लॉन में आयोजित विशाल सत्कार समारोह में शामिल हुए। इस दौरान वरिष्ठ भाजपा नेताओं, पदाधिकारियों और बड़ी संख्या में मौजूद ऊर्जावान कार्यकर्ताओं ने भी प्रदेशाध्यक्ष श्याम टेलर का जोरदार स्वागत किया।

नियमों की अनदेखी पर होगी सख्त कार्रवाई

विस्फोटक अधिनियम के तहत संयुक्त जांच अभियान

सिवनी | संवाददाता
rashtrabaan.in

जिले में सुरक्षा और कानून व्यवस्था को चाक-चौबंद रखने के लिए प्रशासन ने कमर कस ली है। प्रभारी कलेक्टर अनिल कुमार राठौर के निर्देशानुसार, राजस्व और पुलिस विभाग की संयुक्त टीम द्वारा पूरे जिले में विस्फोटक अधिनियम के तहत एक सघन जांच एवं निरीक्षण अभियान चलाया जा रहा है। इस अभियान का मुख्य उद्देश्य सार्वजनिक सुरक्षा को पुख्ता करना और किसी भी अप्रिय घटना को रोकना है।

अभियान के अंतर्गत संयुक्त टीम जिले के विभिन्न क्षेत्रों में संचालित विस्फोटक भंडारण केंद्रों और लाइसेंस धारकों के प्रतिष्ठानों और गोदामों का औचक निरीक्षण कर रही है। इस दौरान अधिकारी न केवल स्टॉक की चेकिंग कर रहे हैं, बल्कि मौके पर मौजूद विस्फोटक सामग्री का भौतिक सत्यापन भी कर रहे हैं। टीम द्वारा लाइसेंस की वैधता, नियमों और शर्तों के पालन, रिकॉर्ड संधारण तथा स्टॉक रजिस्टर के मिलान की बारीकी से जांच की जा रही है।

सुरक्षा मानकों को लेकर सख्त निर्देश

निरीक्षण के दौरान सुरक्षा के कड़े इंतजामों को भी परखा जा रहा है। अधिकारियों ने प्रतिष्ठानों में उपलब्ध जिसमें अग्निशमन उपकरणों की कार्यशीलता, सुरक्षा व्यवस्था और चेतावनी संकेतकों की मौजूदगी, आपातकालीन प्रबंधन की तैयारी और परिसर की कुल सुरक्षा स्थिति का जायजा लिया। प्रशासन ने संबंधित संचालकों को सख्त हिदायत दी गई है कि विस्फोटक सामग्री के रख-रखाव, परिवहन और उपयोग में किसी भी स्तर पर लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। सभी संचालकों को अपने दस्तावेज और अभिलेख हमेशा अपडेट रखने होंगे।

सार्वजनिक सुरक्षा सर्वोच्च प्राथमिकता

प्रशासन ने साफ कर दिया है कि आम जनता की सुरक्षा से किसी भी प्रकार का समझौता नहीं किया जाएगा। जिले में यह संयुक्त निगरानी और जांच कार्रवाई आगे भी निरंतर जारी रहेगी। यदि जांच के दौरान किसी भी प्रतिष्ठान में नियमों का उल्लंघन या लापरवाही पाई जाती है, तो संबंधितों के विरुद्ध विस्फोटक अधिनियम के कड़े प्रावधानों के तहत तत्काल वैधानिक कार्रवाई सुनिश्चित की जाएगी।

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक संजय बघेल द्वारा श्री सिद्धिविनायक प्रिंटर्स, प्लॉट नं. 26-बी, देशबंधु परिसर, प्रेस कॉम्पलेक्स, जोन-1, एमपी नगर भोपाल म.प्र से मुद्रित कराकर शिवनगर कॉलोनी सड़क मोहल्ला मरझोर जिला सिवनी से प्रकाशित।
RNI NO.: MPHIN/2015/72804 , **संपादक* संजय बघेल** पीआरबी एक्ट के तहत जिम्मेदार। समस्त विवादों का निपटारा न्यायालयीन क्षेत्र सिवनी होगा। E-mail: rashtrabaan@gmail.com. mob: 7000427433