

# अखंड भारत संदेश

www.akhandbharatsandesh.net

प्रयागराज से प्रकाशित

नगर संस्करण प्रयागराज

शनिवार 02 जुलाई 2022

विश्व निर्माण एवं मानव विकास को दुतगति प्रदान करने हेतु क्रियायोग आश्रम एवं अनुसंधान आश्रम की अनुपम भेट

## उद्धव ने फिर शह को याद दिलाया अपना वादा

**मुंबई:** महाराष्ट्र में 10 दिन तक चले सियासी ड्रामा के बाद गुरुवार को भाजपा के समर्थन से शिवसेना के एकत्राय शिवे मुख्यमंत्री बोले। वहीं भाजपा के देवेंद्र फडणवीस को डिटी सीएम बनाया गया। सूतों के मुताबिक फडणवीस इससे नाराज बताए जा रहे हैं। इस बीच पूर्व मुख्यमंत्री उद्धव ताकरे को एक बार फिर अमित शह की ओर आई है। उद्धव ने शुक्रवार को कहा कि अगर शाह ने 3 साल पहले किया अपना वादा निभाया होता तो आज महाराष्ट्र में भाजपा का सीएम होता। उद्धव ताकरे ने कहा, जो कल हुआ, मैं गठबंधन के दौरान मैंने अमित शह से यहीं था कि 2.5 साल शिवसेना को मुख्यमंत्री हो और वहीं हुआ। अगर वे बात मान लेते

होने वाले जशन का बायकॉट कर दिया। इससे पहले, राज्यसभा और एमालीसी के चुनाव परिणाम के बाद फडणवीस जशन मनाए कार्यालय पहुंचे थे। उद्धव सरकार गिरने के बाद भी फडणवीस की मिटाई खाते तस्वीर समाने आई थी। हालांकि चर्चा वे भी है कि जशन का आयोजन करने वाले मुंबई भाजपा अध्यक्ष प्रभात लोढ़ा फडणवीस विरोधी गुट के हैं। देवेंद्र मुंबई भाजपा अध्यक्ष पद से लोढ़ा का हटाकर अपने पसंदीदा सांसद मोर्ज कोटक को अध्यक्ष बनाना चाहते हैं। महाराष्ट्र के नए मुख्यमंत्री एकनाथ शिवे शुक्रवार को गोवा पहुंचे और अपने समर्थक विधायकों से मुलाकात की। उद्धव ने उद्धव ताकरे के इस्तेमाल के बाद गोवा के होटल में ठहरे बागी विधायकों के डांस पर नाराजगी जताई है। होटल से निकलकर शिवे ने कहा कि वे शनिवार को विधायकों के साथ मुंबई में बैठक करेंगे। वानी सभी विधायक शनिवार को मुंबई पहुंचें और मीटिंग में शामिल होंगे। इस सरकार ने 3 और 4 जुलाई को विधानसभा का विधानसभा बुलाया है। शिवे सरकार इस दौरान अपना बहुमत सांतित करेगी। इसके बाद हो सकता है कि नए मर्मिंडल पर भी चर्चा होगी। शिवे के विश्वास मत के खिलाफ सुप्रीम कोट पहुंचे उद्धव। इससे पहले, शुक्रवार को शिवे सरकार के खिलाफ सुप्रीम कोट में शिवसेना की वाचिका पर सुनवाई हुई। सुनवाई के दौरान कोर्ट ने कहा कि यह मामला हम

टिप्पणी के बाद वकील कपिल सिंहल 11 जुलाई को ही सुनेगे। कोर्ट की भड़क गए और कहा कि हम आंख खोलकर बैठे हुए



**पैगंबर साहब पर विवादित बयानः नूपुर टीवी पर माफी मांगें, देश में जो हो रहा, उसकी जिम्मेदार आप**

## नूपुर को 'सुप्रीम कोर्ट' से लगी फटकार

**नई दिल्लीः** पैगंबर साहब पर विवादित बयान देने के लिए भाजपा की पूर्व प्रबक्ता नूपुर शर्मा को सुप्रीम कोर्ट ने कड़ी फटकार लगाई है। कोर्ट ने कहा कि नूपुर ने टेलीविजन पर धर्म विशेष के खिलाफ उकसाने वाली टिप्पणी की। उन्होंने लोगों की भावनाएं भड़काई हैं और देशभर में जो कुछ भी हो रहा है, उसकी जिम्मेदार नूपुर ही है। उन्होंने देश की सुरक्षा के लिए खतरा पैदा किया है। कोर्ट ने कहा कि अपने बयान पर माफी भी नहीं देता है। वे सोचती हैं कि उनके पास सत्ता का समर्थन है और वे को बानूक के खिलाफ जाकर नूपुर ही हैं।

यह उनकी जिद और घमंड दिखाता है। कोर्ट ने कहा कि इससे क्या फर्क पड़ता है कि वे एक पार्टी की प्रवक्ता हैं। वे सोचती हैं कि उनके पास सत्ता का समर्थन है और वे को बानूक के खिलाफ जाकर नूपुर ही हैं। उन्होंने देश की सुरक्षा के लिए खतरा पैदा किया है। कोर्ट ने कहा कि अपने बयान पर माफी भी नहीं देता है। वे सोचती हैं कि उनके पास सत्ता का समर्थन है और वे को बानूक के खिलाफ जाकर नूपुर ही हैं।



कोर्ट ने इसकी मंजरी देते ही। सुप्रीम कोर्ट में शुक्रवार को सुबह हराह बजकर तीन मिनट पर सुनवाई शुरू हुई, जो साढ़े दो घण्टे तक चली। सुप्रीम कोर्ट में दो जजों ने ने 27 मिनट की सुनवाई के बाद कुल तीन लाइन के आदेश में नूपुर की याचिका का निपटारा किया। हालांकि बैंच ने नूपुर पर जो चार सबसे तल्ख टिप्पणियां की थीं, उनका जिक्र कोर्ट के आदेश में नहीं था।

कोर्ट ने उदयपुर हत्याकांड का जिक्र किया: सुनवाई में सुप्रीम कोर्ट के जस्टिस सूर्योदय और जस्टिस जेबी पारदीवाला की बैंच ने उदयपुर

### उदयपुर हत्याकांडः मर्डर के लिए खास नंबर वाली बाइक का इस्तेमाल

**उदयपुरः** कहौलैयाला का मर्डर सोची समझी जानिश थी। अब इस पूरे मामले में आरोपियों की जिहादी सोच का भी खुलासा हुआ है। रियाज की जफरत का आदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि उसकी बाइक का बांबर नंबर 11 बैंबर मुंबई आतंकी हमले की तारीख से जुड़ा है। रियाज ने बाइक भले ही किरतों में लौटी ही, लेकिन यह बंबर लेने के लिए आरटीओ को 5 हजार रुपए एकस्ट्रा फीस दी थी। अब तक की जांच में इस गाड़ी का बंबर सामने आई, जिससे वह गोले के साथ कहौलैयाला का मर्डर करने पहुंचा था। ऐसे में इस गाड़ी का बंबर इशारा कर रहा है कि वह मुंबई आतंकी हमले से प्रभावित थे।

अपनी पहचान छिपाने के लिए घर बदलता रहा। रियाज चाहता था कि उसे कम लोग पहचानें, इसलिए वह लगातार घर बदलता रहता था। 2011 में मुंबई हमले के बाद रियाज ने 2013 में बाइक खरीदी थी। जब रियाज ने बाइक खरीदी, तब वह फिरोज खान के मकान में किराए से रहता था। अपनी पसंद का बंबर लेने के लिए 5 हजार रुपए प्रीमियम भी जमा कराया था। इसके बाइक से चुनाव लेने की ओर आए हैं। इसमें बाइक की जांच करने के लिए बाइकर लेने की ओर आए हैं।

हत्याकांड का जिक्र भी किया। बैंच ने कहा कि नूपुर शर्मा ने बदजुबानी के साथ गैर जिम्मेदाराना बातें कहीं, जिनमें सोचे कि इसका अंजाम क्या होगा।

टीवी चैनल और दिल्ली पुलिस को भी फटकार

कोर्ट ने विवादित बहस को दिखाने वाले टीवी चैनल और दिल्ली पुलिस को फटकार लगाते हुए कहा, 'इसलिए पुलिस ने क्या किया? हमें मुंह खोलने पर मजबूर तरीके के लिए खिलाफ खड़ा किया था। टीवी डिबेट किस बारे में थी? इससे केवल एक एंडेंड सेट किया जा रहा था। उन्होंने परेस मुद्दा क्यों चुना, जिस पर अदालत में केस चल रहा है।'

कोर्ट ने उदयपुर हत्याकांड का जिक्र किया: सुनवाई में सुप्रीम कोर्ट के जस्टिस सूर्योदय और जस्टिस जेबी पारदीवाला की बैंच ने उदयपुर

## यूपीः इंसेफलाइटिस के नियंत्रण के लिए ही दस्तक अभियान शुरू

**गोरखपुरः** बाबा राघवदास (बीआरडी) मेडिकल कॉलेज के सभागार में शुक्रवार को मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने पूरे जुलाई मह मंचित विधायक संघरात की। इसके साथ ही 16 से 31 जुलाई तक संचालित होने वाले दस्तक अभियान की शुरूआत हो गई। इस दौरान उन्होंने विशेष संचारी आयोजन की रैली को हरी झंडी दिखाकर रखाया। दो विद्वासेय दौरा पर गोरखपुर पहुंचे मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ शुक्रवार को



कीरते हुए कहा कि साफ-सफाई से संबंधी रोग नियन्त्रण एवं दस्तक अभियान का शुरूआत हो गया।

बीआरडी मेडिकल कॉलेज से

कारते हुए कहा कि साफ-सफाई से हां बीमारी से बचा जा सकता है।

गोरखपुर में इंसेफलाइटिस से

लंबी लड़ाई लड़ी।

**जून महीने में जीएसटी राजस्व संग्रह 1.44 लाख करोड़ रुपये के पार**



**नई दिल्लीः** अर्थव्यवस्था के मर्चे पर अच्छी खबर है। जून महीने में वस्तु एवं सेवा कर (जीएसटी)

राजस्व संग्रह एक साल पहले की

समान अवधि की तुलना में 56

जीएसटी बदलकर 1.44 लाख करोड़ रुपये के पार हो गया।

मुख्यमंत्री गवर्नर मान ने टॉपीट कर रखा है। जीएसटी की तुलना में 56

जीएसटी बदलकर 1.44 लाख करोड़ रुपये पर चाही दी गयी।

जीएसटी का अधिकारी दी गयी।

राजस्व के लिए जीएसटी राजस्व का

संग्रह जून, 2021 की तुलना में 56

जीएसटी बदलकर 1.44 लाख करोड़ रुपये के पार हो गया।

जीएसटी बदलकर 1.44 लाख करोड़ रुपये के पार हो गया।

जीएसटी बदलकर 1.44 लाख करोड़ रुपये के पार हो गया।

जीएसटी बदलकर 1.44 लाख करोड़ रुपये के पार हो गया।

जीएसटी बदलकर 1.44 लाख करोड़ रुपये के पार हो गया।

जीएसटी बदलकर 1.44 लाख करोड़ रुपये के पार हो ग





# प्रतापगढ़ संदेश

गली-कूचों व कस्बों  
से जलभाव से हुई  
परेशानी

अखंड भारत संदेश

प्रतापगढ़। मानसन की वर्षा आज गुरुवार को शुरू हो जाने से भीषण गर्मी से जहां लोगों को राहत मिली है, उन्हें किसानों के चेहरे प्राथमिक विद्यालय की धान की धान की बेहन को पानी की सख्त जरूरत थी, उन्हें राहत मिली है। एक सदाहरण विद्यालय से मानसन आने से किसान चिन्तित थे। आज वर्षा हो जाने के बाद किसानों ने धान की रोपाई शुरू की दी है। सबसे ज्यादा परेशान लोग इस बार भीषण गर्मी से हुए। गर्मी से बच्चे, बढ़े, सब बीमार पड़ रहे थे। तापमान 35 से 40 डिग्री सेंट्रीट चल रहा था। आज वर्षा होने के बाद 10 डिग्री तापमान घट गया है। आज न्यूनतम तापमान 24.5 डिग्री व अधिकतम 26.5 डिग्री रिकार्ड किया गया है। गुरुवार को भीर से ही शुरू हुई वर्षा दोपहर तक अनवरत होती रही। कुल 27.6 मिली मीटर वर्षा रिकार्ड की गई है। शहर में नगर

## बरसे मेघराजा तो गली में जलभाव के बीच स्कूल आने को मजबूर हुए बच्चे

बिहारगंज, प्रतापगढ़। सदर तहसील क्षेत्र के बिहारगंज बाजार में चैराई से लगभग 100 मीटर अंदर प्राथमिक विद्यालय है। बिहारगंज चैराई से लेकर प्राथमिक विद्यालय की समस्या शुरू हो जाती है। न सिफ गली में रहे होंगे जो आने जाने में दिक्कत का बाना करना पड़ता है, बल्कि चैराई से 100 मीटर अंदर स्थित प्राथमिक विद्यालय के बच्चे और अचापक, महिला अचापिकाएं भी इसी जलभाव में पैदल आने पर मजबूर होते हैं। गांव वालों की माने तो यह लिंग रोड और नाली बने सालों हो गए, उसके बाद नए चुने ग्राम प्रधान इसकी सुध लेने को तैयार नहीं हैं। इस बारे में कई बार जब ग्राम प्रधानपति रायधर खिंचे से बात की गई तो कार्यवाजन में सम्मिलित होने की बात कहकर बात खत्म कर देते हैं। जलभाव से स्कूल के बच्चों, महिलाओं, गली में रहे होंगे दुकानदारों को आने जाने की समस्या है। ऐसे में संक्रमित बीमारियों का खतरा बना हुआ है।



बिहारगंज से प्राथमिक विद्यालय की सड़क हुई जलमग्न।

पालिका की नियमित सफाई से ज्यादा दिक्कत तो नहीं हुई लेकिन नगर पालिका के विस्तारित क्षेत्र सिवायाम कालोनी, जोगापुर, रुपापुर की व्यवस्था है ही नहीं। ज्यादातर गर्मी से बच्चों में बुखार की खिलाफ केस दिखाई देती है। नगर पालिका के विस्तारित क्षेत्र सिवायाम कालोनी, जोगापुर, रुपापुर

पालिका की नियमित सफाई से ज्यादा दिक्कत तो नहीं हुई लेकिन नगर पालिका के विस्तारित क्षेत्र सिवायाम कालोनी, जोगापुर, रुपापुर

## सर्पदंश से चार वर्षीय किशोर की हुई मौत

झाड़-फूंक में समय बर्बाद करने से नहीं मिल सका किशोरी को इलाज

अखंड भारत संदेश

पट्टी, प्रतापगढ़। घर के अंदर सामान लेने गए एक किशोरी को जहरीला सांप ने डस लिया जिसके बाद परिवार परेशान हो गये, परंजन उस इलाज के लिए अस्पताल ना ले जाकर के झाड़-फूंक करने वाले के पास ले गए जहां पर कानी समय व्यतीत हो जाने के बाद जब उसे राहत नहीं पाए तो उसे अस्पताल ले जाया गया जहां पर डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया। जिसके बाद परिजनों में कोहराम मच गया।

पट्टी को रहने वाले छोटेलाल की बड़ी पुरी सोनाली दो भाईयों और एक बहनों में सबसे बड़ी थी। बुधवार की देर शाम वह घर में कोई सांप ढूँढ़ रही थी तभी किसी जहरीले सर्प ने उसके हाथ की उंगली में डस लिया। घर से बाहर निकल कर उसने यह बात अपने परिजनों को बताई है तो परिजन परेशान हो गए।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक के लिए दे गए जहां पर लोपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक के लिए दे गए जहां पर लोपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।

परेशान हो गए। उसे बाइक की सहायता से पड़ासी गांव पूरे दलपत शाहपुर में झाड़-फूंक करने की वाही नहीं हो गई।



## इन 5 समस्याओं में नहीं करना चाहिए नाशपाती का सेवन, सेहत के लिए है नुकसानदाक



किन लोगों को नाशपाती नहीं खानी चाहिए

वजन कंट्रोल करने से लेकर दिल को स्वस्थ रखने तक नाशपाती खाने के अनेक स्वास्थ्य लाभ हैं। पोषक तत्वों से भरपूर नाशपाती सिर्फ़ खाने में ही स्वादिष्ट होती, बल्कि कई गंभीर रोगों को दूर रखने में भी मदद करती है। इसमें विटामिन्स, विनरल्स और फाइबर के साथ ही एंटी-इफ्लेमेटरी और एंटी-कैंसर गुण भी होते हैं। इसलिए नाशपाती को कैंसर से लड़ने के लिए भी बहुत फायदेमंद माना जाता है। लेकिन क्या नाशपाती का सेवन सभी के लिए फायदेमंद होता है? कल्पितकल न्यूशिप्रिनिस्ट, डाइशियन और सर्टिफाइड डायरिटी एजेंट करिमा गोयल की माने तो कुछ समस्याओं में नाशपाती का सेवन नहीं करना चाहिए, क्योंकि इससे आपकी मौजूदा स्थिति खराब हो सकती है। इसे लेख में हम ऐसी 5 स्वास्थ्य समस्याओं के बारे में बता रहे हैं, जिनमें नाशपाती का सेवन नहीं करना चाहिए।

### 1. सर्दी लगाने पर न खाएं नाशपाती

नाशपाती की तासीर ठंडी होती है। अगर कोई व्यक्ति सर्दी-जुकाम, बुखार, गले में दर्द आदि में नाशपाती का सेवन करता है, तो इससे उसकी समस्याएं बढ़ सकती हैं। ऐसे में आपको नाशपाती खाने से बचना चाहिए।

### 2. पेट संबंधी समस्याएं होने पर न खाएं

अगर आप पहले पाचन संबंधी समस्याओं से जुँझ रहे हैं, तो नाशपाती खाने से बचें। नाशपाती की तासीर ठंडी होती है, जो आपकी पाचन अग्नि को कम करती है। पेट संबंधी समस्याएं होने पर आपको सुबह और रात के समय नाशपाती खाने से सख्त पहले करना चाहिए। पाचन खराब होने पर आपके पाचन तंत्र को इन्हें पचाने में अधिक महंत करनी पड़ती है। नीतीजन ऐट में पेट में इंठन, गैस, ब्लोटिंग, दस्त जैसी समस्याएं होती हैं।

### 3. अगर आपको नाशपाती से एलर्जी है

अगर आपको नाशपाती से एलर्जी है, तो भूलकर भी इसका सेवन नहीं करना चाहिए। क्योंकि इससे शरीर में कई अन्य समस्याएं हो सकती हैं। चेहरे, गले और जीभ पर सूखन इसके कुछ आम लक्षण हैं। नाशपाती के सेवन से आपको त्वचा में खुजली, साइनस के साथ ही उल्टी-दस्त जैसी समस्याएं भी हो सकती हैं।

### 4. वजन कम करने वाले लोग

वैसे तो नाशपाती में कैलोरी की मात्रा कम होती है, जिससे यह वजन घटाने में फायदेमंद है। लेकिन अगर आप ज्यादा मात्रा में नाशपाती खाते हैं, तो यह आपको नियमित कैलोरी की खपत को बढ़ा सकती है। इसलिए वजन घटाने वाले लोग कायदे के चक्र में नाशपाती का सेवन अधिक न करें।

### 5. हाई ब्लड प्रेशर वाले लोग

नाशपाती को ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने के लिए बहुत फायदेमंद माना जाता है। यहां भी आपको इस बात का ध्यान रखने की जरूरत है कि आपको सिर्फ़ सीमित मात्रा में ही इसका सेवन करना चाहिए। हाई ब्लड प्रेशर में अगर आप नाशपाती का ज्यादा सेवन करते हैं, तो इससे कई समस्याएं हो सकती हैं, जैसे हार्टरेट बढ़ना, चक्र आना, बेहोशी, सांस संबंधी समस्याएं आदि।

पशुपालन स्वाभाविक रूप से कृषि का ही एक सहायक व अधिक पेशा बना रहा है। ग्रामीण रोजगार प्रदान करने और परिवारों की आय के मामले में पशुधन का विशेष योगदान रहा है। गाय- भैंसों की नई विकसित नस्लों और नई तकनीकों की बढ़ावालत हरियाणा, पंजाब व अन्य प्रदेशों ने दूध उत्पादन में भारी वृद्धि की। उत्पादन की दृष्टि से प्रति व्यक्ति दूध की औंसत उपलब्धता हरियाणा और पंजाब में अब एक लीटर से अधिक बैठती है।

ग्रामीण अर्थव्यवस्था में छोटे, मझोले काशकार किसानों के अलावा भूमिहीन तबका और खेत मजदूर भी भी जुरारे के लिए पशुपालन पर निर्भर हैं। पशुपालन और दूध उत्पादन में सभी समुदायों की ग्रामीण महिलाओं की विशेष भूमिका है यद्यपि निर्यात लेने के मामले में काफी हद तक उनकी उपेक्षा होती आई है। फसलों की लागत बढ़ने के अनुरूप आय का न बढ़ाना और प्राकृतिक आपदा से बार-बार फसल खराब होने आदि कारणों से भी हाल के दशकों में पशुपालन की ओर किसानों का झुकाव बढ़ा है। पर पशुपालक के समक्ष जो संकट खड़ा हो रहा है उसकी मुख्य वजह हरियाणा और पंजाब में होती है। एंजेंडा को ही छोड़ देना है। ग्रामीणों का एक हिस्सा संकट के कारण पशु पालन को छोड़ने पर भी मजबूर है।

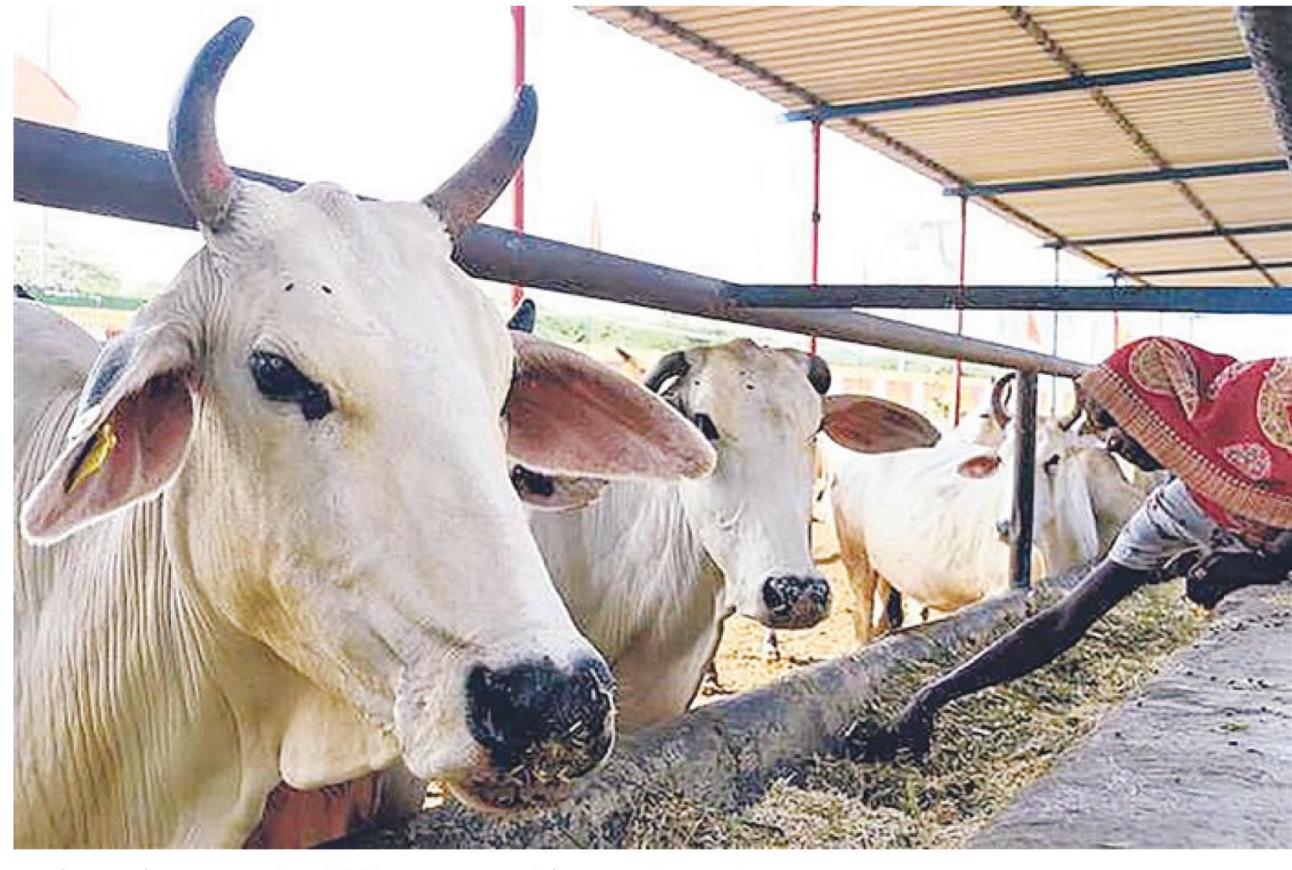
उदारीकरण के परिणाम स्वरूप आज भारत व हरियाणा का डेयरी क्षेत्र अंधेरे संकट से ग्रस्त है। इस संकट को कृषि के अभूतपूर्व संकट के साथ ही जोड़ कर देखना चाहिए। जिसकी परिणामता किसान आंदोलन के रूप में हुई है। कार्पोरेट हिंदूओं के अनुरूप स्थिति डेयरी क्षेत्र की भी बनाई जा ही है।

सन् २०१० में डॉ. वर्गीज कूरियन द्वारा चलाए 'आपरेशन फ्लटड' के नाम से लोकप्रिय मॉडल ने जो चमकारिक परिणाम दिए वह सहकारिता पर ही आधारित था। उत्पादन-मैन्युफैक्चर-मैकेटिंग की प्रणाली से दुर्घट उत्पादन क्षेत्र को पशु पालकों की समावेशी हिस्सेदारी से ही विकसित होना था। सतर के दशक के बाद हरियाणा व पंजाब में भी कोऑपरेटिव सेक्टर में चिलिंग सेंटर और मिल्क प्लांट आदि खोले गए, परंतु ये यन्यत नहीं सके। यदि सहकारिता प्रणाली को प्रोत्साहित किया जाता तो उत्पादक और उपभोक्ता दोनों के हित संरक्षित होते।

ग्रामीण परिवेश के सशक्तिकरण का स्वावलंबन और आत्मनिर्भरता बाला रास्ता त्यागकर सासक वर्ग ने ९० के दशक की कम शुआत में नव उदारीकरण की नीतियों की शुआत करते हुए अपनी जनकरण अधिकारी भूमिका से हाथ रखीं चली गयी। सब्सिडियों में भारी कटौती कर दी। समय के साथ कई मिल्क प्लांट बंद कर दिए गए, जो बचे उनका विस्तार नहीं किया। ऐसे में देशी-विदेशी निजी कंपनियां इस क्षेत्र में अपनी पैठ जमाने आ गई।

ग्रामीण परिवेश के सशक्तिकरण का स्वावलंबन और आत्मनिर्भरता वाला रास्ता त्यागकर सासक वर्ग ने ९० के दशक की कम शुआत में नव उदारीकरण की नीतियों की शुआत करते हुए अपनी जनकरण अधिकारी भूमिका से हाथ रखीं चली गयी। सब्सिडियों में भारी कटौती कर दी। समय के साथ कई मिल्क प्लांट बंद कर दिए गए, जो बचे उनका विस्तार नहीं किया। ऐसे में देशी-विदेशी निजी कंपनियां इस क्षेत्र में अपनी पैठ जमाने आ गई।

## पशुपालक-उपभोक्ता संगठित हो करे मुकाबला



गौचरान और शामलात भूमि गांवों में बहुत कम रह गई है। जगह की कमी के चलते भूमिहीन परिवारों के लिए तो पशु खेलना और भी मुश्किल हो गया है। पशुओं को पालने व दूध उत्पादन के लागत खर्चों में हाल में भारी वृद्धि हुई है जबकि इसके अनुरूप दूध के भाव नहीं बढ़े हैं। वहीं उपभोक्ताओं को सस्ता दूध उपलब्ध हो रहा हो ऐसा भी नहीं है। विचारणीय है कि गाय के मुकाबले दूध मर्दांग होने पर भी मुर्मू भैंस की बेहतर नस्ल के बावजूद भैंसों की संख्या हरियाणा में घट रही है। हरियाणा में २०१२ में हुई गणना में भैंसों की कुल संख्या ५७.६४ लाख थी जो कि २०१९ में ४३.७६ लाख पर आ गई। जबकि गायों की संख्या इसी दौरान कुछ बढ़ कर १८ लाख से ३९.२३ लाख हो गई। भैंस पालन गाय की तुलना में महंगा होना भी कारण हो सकता है।

कृषि में बैल का प्रयोग तो लगभग समाप्त है। परंतु अनुपयोगी गाय व सांडों की संख्या बेतहाशा बढ़ रही है। आवारा पशु बढ़ रहे हैं जो फसलों की बावजूदी और दुर्घटनाओं के चलते समस्या बने हुए हैं। अवार्धीय पशुओं के प्रजनन पर नियंत्रण की तरफ़ीकरण की जरूरत है। वहीं कुछ नये बनाये कानूनों से पशुओं का व्यापार चैपैट हो जाता है।

## सम्पादकीय

### संयम का वक्त

मामला है और यह कभी राशीय सरोकारों व मानवता के हनन से ऊपर नहीं हो सकता। इसमें दो राय नहीं कि पिछले कुछ वर्षों में देश में सांप्रदायिक धर्वीकरण की तामाज कोशियों की किया-प्रतिक्रिया हमारे समाने आती रही है। सबाल सत्ताधीशों के धर्म की परिधि की लक्षण रेखा लांबने पर उत्तरे रहे हैं। निस्संदेह, सांप्रदायिकता चाहे बहुसंख्यक वर्ग की हो या अल्पसंख्यक वर्ग की उसका खिमियाज समाज व देश को भुगतन पड़ता है। कह सकते हैं कि उसकी कीमत निर्दोष लोगों को चुकानी पड़ती है। हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि किसी भी समाज में असुक्षाकोश अल्पसंख्यक वर्ग की मूलभूत प्रवृत्ति होती है और उसकी प्रतिक्रिया भी तल्ख होती है। ऐसे कानून सम्मत समाज के लिये दोनों संप्रदायों में संयम के बावजूद नहीं हो सकता। पाकिस्तान के धातक में अन्तर्राष्ट्रीय आंतकवादी संगठनों ने भी नुपुर प्रकरण के बाद हरियाणा की अंजाम देने में विदेशी हाथ होने की आशंका से भी इनकार नहीं किया जा सकता। पाकिस्तान के धातक में मंसूबे किसी से छिपे नहीं हैं। कुछ अंतर्राष्ट्रीय आंतकवादी संगठनों ने भी नुपुर प्रकरण के बाद हरियाणा की बर्खारी बोले करने की चेतावनी दी। हाल ही में अफगानिस्तान में एक प्राचीन गुरुद्वारे पर किये गये फिदायीन हमले को भी आईएस के एक धड़े ने नुपुर विवाद को जारी करने की जरूरत है। तभी कई समाज स्वाभाविक विकास कर सकता है। डेयरी सेक



# विदेश संदेश

इस्लामी राजदूत बोले- हमारी दिलचरणी में  
इन इंडिया में, साझा करेंगे टेक्नोलॉजी

येस्त्वालनम् भारत-इस्लाम में मुक्त व्यापार समझौते को लेकर जारी चार्ट के बीच भारत में इस्लामी राजदूत को 'मेक इंडिया' कार्यक्रम की सफलता के लिए प्रौद्योगिकी साझा करने की इच्छा जताई है। हालांकि इसके साथ ही उन्हें बौद्धिक संपदा नियमों के उल्लंघन को लेकर चिंता भी जताई है। इस्लाम के विदेश मंत्रालय द्वारा आयोजित एक कार्यक्रम में भारत में इस्लामी राजदूत नाओर गिलन ने कहा कि 'मेक इन इंडिया' में हम सबकी दिलचस्पी है और भारत के साथ सहयोग की अनंत संभावाएं भी हैं। हालांकि भारत में इस्लामी कंपनियों की ओर से उन्हें आईपी समस्या से जुड़ी तीन गंभीर शिकायतें मिली हैं। गिलन ने कहा, हम प्रौद्योगिकी साझा करने को तैयार हैं लेकिन उन्होंने स्पष्ट किया कि आईपी संबंधी समस्या है।



'मेक इन इंडिया' में दिलचस्पी

गिलन ने कहा, इस्लाम और भारत की प्रौद्योगिकी का मेल, आपने निर्माण क्षमता, दुनिया भर में कई और देशों में बिक्री करने की क्षमता, विशेषकर देशों में अपाक व्यापक राजनीयक संपर्कों की वजह से अपार सभावनाएं हैं। इस्लाम को 'मेक इन इंडिया' में बहुत दिलचस्पी है।

## तालिबान बोला- धार्मिक सभा के दौरान महिलाओं का प्रतिनिधित्व पुरुष करेंगे

काबुल। उप प्रधानमंत्री मावली अब्दुल सलाम हनफी ने एलान किया कि काबुल में धार्मिक विद्वानों की सभा (जिरा) महिलाओं का भागीदारी के बिना ही बुलाई जाएगी। जब उनसे पूछा गया कि क्या महिलाएं संसद का हिस्सा बन सकती हैं तो उन्होंने कहा, उनकी तरफ से पुरुष प्रतिनिधि बोलेंगे। खास प्रेस ने बताया कि 3,000 से ज्यादा धार्मिक विद्वान, आदिवासी बुजुर्ग, बुजुर्जीवी, प्रभावशाली हास्तरान और राष्ट्रीय व्यापारी का बाबुल के लोया हॉल में महिला भागीदारी के बिना ही शामिल होंगे। हानपी ने कहा, महिलाएं हमारी भी हैं। बहुत होते हैं, हम उनका बहुत सम्मान करते हैं। जब उनके बेटे सभा में होते हैं तो वह दर्शाता है कि वे भी एक तरह से सभा में शामिल हैं। यह सभा बृहस्पतिवार देर शाम उड़ेमा के अनुरोध पर बुलाई गई। इसका आयोजन तालिबान ने किया ताकि वे इस्लामी शासन जैसे विषयों पर बात कर सकें।

तालिबान बोले की निंदा

महिलाओं की ऐयैजूदी में सभा बुलाने के तालिबान के फैसले की अफगानिस्तान के नागरिक समाजों ने कड़ी निंदा की है। खास प्रेस ने बताया कि अभी यह स्पष्ट नहीं है कि सभा के एजेंडे में किन मुद्दों पर चर्चा होगी। लेकिन महिलाओं के बिना यदि उनके मुद्दे पर विचार होता है तो यह नाजायज होगा।

## चीन के मानवरहित यान ने खींची मंगल के हर छोर की अद्भुत तस्वीरें

बीजिंग। चीन के एक अंतरिक्ष यान ने मंगल ग्रह के हर छोर की तस्वीरें ली हैं। तियानवेन-1 नाम का यह मानवरहित यान पिछले वर्ष फरवरी में मंगल की कार्रा में पहुंचा था और तब से वहाँ की तस्वीरें भेज रहा है। इसी के साथ चीन के अंतरिक्ष यान के ऑर्बिटर और रोवर ने लाल ग्रह पर अपनी बैजिंगिक खोजों को पूरा कर दिया है। तियानवेन-1 ने मंगल की अद्भुत धूर स्थिति द्वारा यान के अंतरिक्ष यान ने एक रोबोटिक रोवर को मंगल की सहारे पर लॉन्च किया था। वह अंतरिक्ष यान फरवरी 2021 में लाल ग्रह पर खोज के लिए पहुंचा था। तब इसने एक रोबोटिक रोवर को मंगल की सहारे पर तैनात किया था, जबकि ऑर्बिटर अंतरिक्ष से लाल ग्रह पर चक्र लगाता रहा।



## नेपाल में सक्रिय चीनी अपराधी, तीन गिरपतार

काठमांडू। चीन अपने पड़ोसी देशों पर जहां प्रभुत्व की कोई कोशिश पैदे नहीं ढोड़ता, वहाँ अब चीन के अग्राधी भी पड़ोसी देशों में सक्रिय हो रहे हैं। नेपाल में इकाई सक्रियता बढ़ती देख रखने पुलिस ने विशेष अधियान शुरू किया है। नेपाली पुलिस ने एक चीनी

सॉफ्टवेयर कंपनी पर छापा मारकर साइबर अपराध का संगठित गिरोह चलाने वाले तीन चीनी नागरिकों को गिरफ्तार किया है।

दरअसल, चीन के नागरिक नेपाल को साइबर अपराध का केंद्र बना रहे हैं। वहाँ लगातार 46 लाख नेपाली रुपयों के साथ तीन चीनी

लगाने की कोशिश कर रही है। एक साल में चीन के 122 नागरिकों को साइबर अपराधों के सिलसिले में गिरफ्तार भी किया गया है। गुरुवार को नेपाल पुलिस ने कास्की जिले के एक चोड़े पर बैठे हैं। बिटेन के प्रधानमंत्री बोरिस जॉनसन ने मजाक की शुरुआत की।

नागरिकों व एक नेपाली नागरिकों को गिरफ्तार किया। मुख्य पुलिस अधीक्षक रेसेशन वाला किंवदं वह बताया कि जिला पुलिस कार्यालय कास्की की एक टीम ने गुरुवार को साइबर अपराध से संबंधित गतिविधियों के सदैह में एक चीनी सॉफ्टवेयर कंपनी पर छापा मारा।

## पाकिस्तान में भीषण बिजली संकट, मोबाइल-इंटरनेट बंद होने का खतरा

इस्लामाबाद। पाकिस्तान में भीषण बिजली संकट की स्थिति बन गयी है। इस कारण मोबाइल व इंटरनेट सेवाएं बंद होने का खतरा भी मंडरा रहा है। पाकिस्तान के दूरसंचार सेवा प्रदाताओं ने इस आशय की चेतावनी भी दी है। पाकिस्तान में बिजली उत्पादन तरलीकृत प्रौद्योगिक गैस (एलएनजी) पर सर्वाधिक निभर है। पिछले कुछ महीनों से एलएनजी की उपलब्धता कम होने के कारण बिजली उत्पादन प्रभावित हो रहा है। स्वयं पाकिस्तानी प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ ने जुलाई में और अधिक बिजली कटौती की संभावना जताई है। उन्होंने साफ कहा है कि एलएनजी की आपूर्ति आवश्यकता के अनुरूप न हो सकने के कारण बिजली संकट बढ़ा है। जून में पाकिस्तान का मासिक इंधन तेल आयत चार साल के उच्च स्तर पर पहुंच गया है। इस भीषण बिजली संकट का असर पाकिस्तान की मोबाइल व इंटरनेट सेवाओं पर पड़ने की संभावना पैदा हो गयी है। पाकिस्तान के

कारण बिजली संकट बढ़ा है। जून में पाकिस्तान का मासिक इंधन तेल आयत चार साल के उच्च स्तर पर पहुंच गया है। पाकिस्तान के राष्ट्रीय सुचना प्रौद्योगिकी बोर्ड (एनआईबीटी) ने इस संबंध में टीवीट कर जानकारी दी है कि पाकिस्तान के दूरसंचार सेवाएं भर में लंबे समय तक बिजली गुल रहने के कारण मोबाइल और इंटरनेट सेवाओं को बंद करने की चेतावनी दी है। उन्होंने साफ कहा है कि बिजली आपूर्ति में भारी कमी मोबाइल व इंटरनेट सेवाओं के संचालन में समस्या और बाधा पैदा कर रही है।

विजली गुल रहने के कारण मोबाइल और इंटरनेट सेवाओं को बंद करने की चेतावनी दी है। उन्होंने साफ कहा है कि बिजली आपूर्ति में भारी कमी मोबाइल व इंटरनेट सेवाओं के संचालन में समस्या और बाधा पैदा कर रही है।

पाकिस्तान के नेपाली देश में समस्या पैदा हो गयी है। पाकिस्तान के

The Telecom Industry has warned of "LOADSHEDDING" of phone calls, like power outages across the country.



## यूक्रेन की अहम जीत, रूस को खाली करना संकेत द्वारा

दो भारतवंशियों ने अमेरिकी बुजुर्गों को

'रोबोकॉल' के जरिये बनाया निशाना, स्वीकार की 9.5 करोड़ की धोखाधड़ी

वाली बैठक जम्मू-कश्मीर में कराने की खबरों पर बौखलाया चीन, भारत को पढ़ाने लगा कानून का पाठ

बीजिंग। चीन ने जी20 के नेताओं की अगले साल होने वाली

बैठक जम्मू-कश्मीर में आयोजित करने की भारत की योजनाओं की

खबरों पर विचार करता था। और उन्होंने इसे चुनावी शिशूफ

कामेन्ट प्रैसिंट करते थे।

बैठक जेनाल ट्रम राष्ट्रियता थे

और उन्होंने इसे चुनावी शिशूफ

कामेन्ट प्रैसिंट करते थे।

बैठक जेनाल ट्रम राष्ट्रियता थे।