epaper.dehatsandesh.com

3 उत्तर भारत की पहली महिला रेलवे स्टेशन टीम ने लखनऊ शहर में सशक्तिकरण की राह तैयार की

5 मलाइका अरोड़ा ने उड़ाया गर्दा, 3 मिनट के लिए वसूले इतने करोड़

8 मशरूम की खेती

मौसम जम्मू — न्यूनतम 19 — अधिकतम 26

E-mail: dehatsandesh@gmail.com

देहात संदेश

जम्मू-कश्मीर का एकमात्र ग्रामीण दैनिक

वर्ष-22, जम्मू तवी, अंक-259 | जम्मू तवी, बुधवार 22 अक्तूबर, 2025 | मूल्य-2 रूपये- (लेह)4 रूपये | पृष्ठ -8

उपराज्यपाल ने पुलिस स्मृति दिवस के अवसर पर पुलिस कर्मियों को भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की

श्रीनगर, 21 अक्टूबर । जम्मू-कश्मीर के उपराज्यपाल मनोज सिन्हा ने पुलिस स्मृति दिवस के अवसर पर पुलिस कर्मियों को भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की।

एक्स पर एक पोस्ट में उपराज्यपाल ने कहा कि पुलिस स्मृति दिवस पर हम सभी पुलिस शहीदों की स्मृति में अपना शीश झुकाते हैं और उन बहादुर पुलिस कर्मियों को कृतज्ञतापूर्वक याद करते हैं जो राष्ट्र की अखंडता और उसके नागरिकों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए निस्वार्थ भाव से सेवा कर रहे हैं।

उन्होंने कहा कि जम्मू-कश्मीर में शांति बनाए रखने और कानून का पालन करने में पुलिस बलों के अटूट समर्पण और बलिदान को दर्शाया गया है।

मुख्यमंत्री उमर अब्दुल्ला ने ज़ेवान में पुलिस शहीदों को स्मृति दिवस पर श्रद्धांजलि अर्पित की

श्रीनगर, 21 अक्टूबर। मुख्यमंत्री उमर अब्दुल्ला ने आज ज़ेवान स्थित पुलिस शहीद स्मारक पर एक भव्य समारोह का नेतृत्व किया और पुलिस स्मृति दिवस के अवसर पर कर्तव्य निर्वहन के दौरान अपने प्राणों की आहुति देने वाले पुलिसकर्मियों को श्रद्धांजलि अर्पित की।

इस समारोह को उपराज्यपाल मनोज सिन्हा ने संबोधित किया, जो मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थे। मुख्यमंत्री के सलाहकार नासिर असलम वानी के साथ मंत्रिपरिषद सदस्य सकीना इटू और जाविद अहमद डार के साथ, मुख्यमंत्री ने शहीदों के साहस और सर्वोच्च बलिदान के सम्मान में स्मारक पर पुष्पांजलि अर्पित की। इस स्मृति समारोह में विधानसभा के कई सदस्य भी शामिल हुए, जिन्होंने शहीदों के सम्मान में पुष्पांजलि अर्पित की। मुख्य सचिव अटल डुल्लू, जम्मू-कश्मीर के पुलिस महानिदेशक नलिन प्रभात, अतिरिक्त पुलिस महानिदेशक (सशस्त्र) आनंद जैन और गृह विभाग के प्रमुख सचिव सहित वरिष्ठ सरकारी अधिकारी औ र पुलिस अधिकारी भी उपस्थित थे। पुष्पांजलि समारोह के बाद, मुख्यमंत्री, जो मुख्य अतिथि भी थे, ने स्मृति दिवस के अवसर पर आयोजित रक्तदान शिविर का दौरा किया। उन्होंने स्वयंसेवकों से बातचीत की और उनकी मानवीय भावना की सराहना की तथा सामुदायिक कल्याण के प्रति उनकी निस्वार्थ सेवा की सराहना की।

प्रधानमंत्री ने दीपावली पर अपने संदेश में स्वदेशी, स्वच्छता, स्वास्थ्य, राममंदिर का किया जिक्र

नई दिल्ली, 21 अक्टूबर । प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने दीपावली के अवसर पर सभी देशवासियों को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि हम समाज और आस-पास सद्भाव, सहयोग और सकारात्मकता का दीप जलाएं।

उन्होंने कहा, दीपावली हमें यह भी सिखाती है कि जब एक दीपक दूसरे दीपक को जलाता है, तो उसका प्रकाश कम नहीं होता, बल्कि और बढ़ता है।

प्रधानमंत्री ने दीपावली पर देशवासियों के नाम लिखे एक पत्र अयोध्या में राम मंदिर, ऑपरेशन सिंदूर, नक्सलवाद के खात्मे, जीएसटी उत्सव और स्वदेशी अपनाने का जिक्र किया है। उन्होंने कहा कि हम सभी भाषाओं का सम्मान करें। हम स्वच्छता बनाए रखें। हम अपने स्वास्थ्य को प्राथमिकता दें। हम अपने भोजन में तेल का उपयोग 10 प्रतिशत कम करें और योग को अपनाएं। ये सभी प्रयास हमें तेज़ी से विकसित भारत की ओर ले जाएंगे।

प्रधानमंत्री ने कहा कि अयोध्या में राम मंदिर के भव्य निर्माण के बाद यह दूसरी दीपावली है। भगवान श्रीराम हमें धर्म की शिक्षा देते हैं और अन्याय से लड़ने का साहस भी देते हैं। इसका जीता जागता उदाहरण हमने कुछ महीने पहले ऑपरेशन सिंदूर के दौरान देखा था। ऑपरेशन सिंदूर के दौरान, भारत ने न केवल धर्म की रक्षा की, बल्कि अन्याय का बदला भी लिया।

नक्सलवाद के खात्मे की ओर बढ़ने का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि इस दीपावली में पहली बार देशभर के दूरदराज कई जिलों में दीप जलाए जाएंगे। इन जिलों में नक्सलवादी आतंकवाद का जड़ से सफाया हो चुका है। हाल के दिनों में कई लोग हिंसा का रास्ता छोड़ विकास की मुख्यधारा में शामिल हुए हैं। यह देश के लिए एक बड़ी उपलब्धि है।

जीएसटी बचत उत्सव पर प्रधानमंत्री ने कहा कि संकटों से जूझ रहे विश्व में भारत स्थिरता और संवेदनशीलता दोनों का प्रतीक बनकर उभरा है। देश ने हाल के दिनों में अगली पीढ़ी के सुधारों की भी शुरुआत की है। नवरात्रि के पहले दिन जीएसटी की कम दरें लागू की गईं। इस बचत उत्सव के दौरान नागरिक हज़ारों करोड़ रुपये बचा रहे हैं।

स्वदेशी अपनाने पर जोर देते हुए प्रधानमंत्री ने कहा कि विकसित और आत्मनिर्भर भारत की यात्रा में नागरिक के तौर पर हमारी प्राथमिक ज़िम्मेदारी राष्ट्र के प्रति अपने कर्तव्यों का पालन होनी चाहिए। उन्होंने कहा, आइए हम 'स्वदेशी' (स्थानीय उत्पाद) अपनाएं और गर्व से कहें 'यह स्वदेशी है!'। आइए हम 'एक भारत, श्रेष्ठ भारत' की भावना को बढ़ावा दें।

खबर संक्षेप

शोपियां जिले में मिली आईईडी को सुरक्षित रूप से नष्ट किया गया

शोपियां 21 अक्टूबर । सुरक्षाबलों ने दक्षिण कश्मीर के शोपियां जिले के हेफ इलाके में एक इम्प्रोवाइज्ड एक्सप्लोसिव डिवाइस (आईईडी) का पता लगाकर उसे सुरक्षित रूप से नष्ट कर दिया।

अधिकारियों ने बताया कि इलाके में नियमित सुरक्षा अभियान के दौरान गश्त कर रहे सुरक्षाकर्मियों ने आईईडी का पता लगाया। इस खोज के बाद एहतियात के तौर पर पास की सड़क पर यातायात तुरंत रोक दिया गया और बम निरोधक दस्ते को घटनास्थल पर बुलाया गया। मानक सुरक्षा प्रोटोकॉल का पालन करते हुए, दस्ते ने नियंत्रित विस्फोट में विस्फोटक उपकरण को सफलतापूर्वक नष्ट कर दिया, जिससे कोई नुकसान या किसी को भी चोट नहीं पहुंची।पुलिस और सुरक्षा बलों द्वारा संयुक्त रूप से चलाया गया यह अभियान इलाके की पूरी तरह से सफाई के बाद समाप्त हुआ। इसके तुरंत बाद सामान्य वाहनों की आवाजाही बहाल कर दी गई। पुलिस ने घटना के संबंध में एक मामला दर्ज किया है और विस्फोटक लगाने की कोशिश के पीछे किसका हाथ था, इसका पता लगाने के लिए जांच शुरू कर दी है।

उपराष्ट्रपति से मिले पीयूष गोयल, अपने मंत्रालय के कामकाज की जानकारी दी

नई दिल्ली, 21 अक्टूबर (हि.स)। केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल मंगलवार को नव निर्वाचित उप-राष्ट्रपति सीपी राधाकृष्णन से मिले। उन्होंने अपने विभागों के काम-काज और मुख्य पहलों की जानकारी दी।

सेना प्रमुख ने अग्रिम चौकियों का दौरा कर तैयारियों का जायजा लिया

नयी दिल्ली 19 अक्टूबर। सेना प्रमुख जनरल उपेंद्र द्विवेदी ने सामरिक रूप से महत्वपूर्ण भूभागों में आम लोगों के साथ सेनाओं के तालमेल को बेहतर बनाने, सैन्य अभियानों की स्थिति का आकलन करने और सैनिकों को प्रेरित करने के लिए रविवार को मध्य क्षेत्र की अग्रिम चौकियों का दौरा किया।

सेना प्रमुख ने पिथौरागढ़ के अत्यधिक ऊंचाई वाले क्षेत्रों और आस-पास की अग्रिम चौकियों पर तैनात संरचनाओं की समीक्षा की। उन्होंने उन्नत निगरानी प्रणालियों, विशेषज्ञ गतिशीलता प्लेटफार्मों, अगली पीढ़ी की तकनीकों के एकीकरण, टोही संपत्तियों के अनुकूलन और संबद्ध सुरक्षा एजेंसियों के साथ समन्वय सहित क्षमता बढाये जाने पर जानकारी हासिल की।

उन्होंने चुनौतीपूर्ण भूभागों में पेशेवर कौशल , अनुशासन, सामरिक चपलता और नए उपकरणों के अभिनव उपयोग की सराहना की।

सुदूर क्षेत्रों में तैनात कर्मियों के साथ बातचीत करते हुए जनरल द्विवेदी ने विषम जलवायु परिस्थितियों और उबड़-खाबड़ इलाकों में उनके लचीलेपन, साहस और कर्तव्य के प्रति अटूट समर्पण की प्रशंसा की। उन्होंने स्वयं से पहले सेना卐 के मूल सिद्धांत का आह्वान करते हुए, उभरती सुरक्षा चुनौतियों का मुकाबला करने के लिए भारतीय सेना की पूरी तैयारी की पुष्टि की। सेना प्रमुख ने पूर्व सैनिकों और स्थानीय समुदायों के साथ भी बातचीत की, उनके बलिदानों को स्वीकार किया और सभी रैंकों और उनके परिवारों को दिवाली की हार्दिक शुभकामनाएं दीं।

कुमाऊं क्षेत्र के सामरिक महत्व पर ज़ोर देते हुए, विशेष रूप से नेपाल और चीन से लगे सीमावर्ती क्षेत्रों के प्रवेश द्वार के रूप में, सेना प्रमुख ने स्थानीय लोगों की देशभक्ति और लचीलेपन की सराहना की। उन्होंने कुमाऊं रेजिमेंट की गौरवशाली विरासत का स्मरण किया और ऑपरेशन सद्भावना और वाइब्रेंट विलेज कार्यक्रम के तहत की गई पहलों की समीक्षा की, जिनमें गर्ब्यांग और कालापानी में टेंट-आधारित होमस्टे, सड़क अवसंरचना, हाइब्रिड पावर सिस्टम, चिकित्सा शिविर और पॉलीहाउस के माध्यम से कृषि सहायता शामिल हैं। उन्होंने इस बात पर ज़ोर दिया कि कुमाऊं में भारतीय सेना करुणा के साथ शक्ति का प्रतीक है, जो सीमावर्ती समुदायों को सशक्त बनाते हुए सीमाओं की रक्षा करती है।

दौरे का समापन करते हुए जनरल द्विवेदी ने परिचालन उत्कृष्टता बनाए रखने, नागरिक-सैन्य सद्भाव को बढ़ाने और राष्ट्र के प्रति कर्तव्य, सम्मान और सेवा की सर्वोच्च परंपराओं को बनाए रखने के भारतीय सेना के अटूट संकल्प की पुष्टि की।

देश से नक्सलवाद की समस्या अगले साल मार्च तक समाप्त हो जाएगी : राजनाथ

नई दिल्ली, 21 अक्टूबर । लद्दाख के हॉट स्प्रिंग्स में आज ही के दिन चीनी सैनिकों के हमले में 10 बहादुर पुलिसकर्मियों की शहादत की याद में पुलिस स्मृति दिवस मनाया जा रहा है। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने राष्ट्रीय पुलिस स्मारक पर पुष्पांजलि अर्पित करके बलिदानियों को याद किया। उन्होंने कहा कि सेना भारत की भौगोलिक अखंडता की रक्षा करती है, तो पुलिस भारत की सामाजिक अखंडता की रक्षा करती है। उन्होंने विश्वास व्यक्त कि या कि देश से नक्सलवाद की समस्या अगले साल मार्च तक समाप्त हो जाएगी।राष्ट्र के प्रति उनकी सेवा के लिए पुलिस और अर्धसैनिक बलों को भावभीनी श्रद्धांजलि देते हुए उन्होंने कहा कि आज पुलिस को न केवल अपराध से, बल्कि धारणा से भी लड़ना है। यह अच्छी बात है कि हमारी पुलिस अपने आधिकारिक कर्तव्य के साथ-साथ अपने नैतिक कर्तव्य का भी बखूबी निर्वहन कर रही है। आज देश के नागरिकों को विश्वास है कि अगर कु छ गलत होता है, तो पुलिस उनके साथ खड़ी रहेगी।

दिवाली के बाद दिल्ली की हवा हुई खतरनाक, डॉक्टरों ने बच्चों-बुजुर्गों को लेकर दी गंभीर चेतावनी

नई दिल्ली, 21 अक्टूबर । दिवाली के बाद राष्ट्रीय राजधानी में बिगड़ती वायु गुणवत्ता के बीच, स्वास्थ्य विशेषज्ञों ने बढ़ते वायु गुणवत्ता सूचकांक और कमजोर समूहों, खासकर बच्चों, बुजुर्गों और सांस की बीमारियों से पीड़ित लोगों पर इसके प्रभाव को लेकर चिंता जताई है। त्योहारों के मौसम, मौसमी मौसम में बदलाव और पड़ोसी राज्यों में पराली जलाने की बढ़ती घटनाओं ने प्रदूषण के स्तर को और बढ़ा दिया है, जिससे निव ारक उपायों की मांग उठ रही है। सर्वोच्च न्यायालय ने राष्ट्रीय राजधानी में आतिशबाजी पर अपने पूर्व के पूर्ण प्रतिबंध में ढील दी थी और कुछ शर्तों के साथ हरित आतिशबाजी की बिक्री और उपयोग की अनुमति दी थी।

शोपियां पुलिस ने 24 घंटे के भीतर चोरी का मामला सुलझाया; दो आरोपी गिरफ्तार

शोपियां, 21 अक्टूबर। शोपियां पुलिस ने रिपोर्ट दर्ज होने के 24 घंटे के भीतर चोरी का मामला सुलझा लिया। अपराध में शामिल दो लोगों को गिरफ्तार कर लिया और उनके कब्जे से चोरी की गई संपत्ति बरामद कर ली। एक पुलिस प्रवक्ता ने कहा कि डीके पोरा निवासी नज़ीर अहमद गनई की लिखित शिकायत पर पुलिस स्टेशन इमाम साहब में संबंधित धाराओं के तहत एफआईआर संख्या 31/2025 दर्ज की गई है। शिकायत में कहा गया है कि रात के समय कुछ अज्ञात चोरों ने उनके परिसर से सेब की कई पेटियाँ चुरा लीं। उन्होंने आगे बताया कि शिकायत पर तुरंत कार्रवाई करते हुए एक विशेष टीम का गठन किया गया। गहन जाँच और तकनीकी विश्लेषण के माध्यम से टीम चोरी में शामिल दो आरोपियों, मोहम्मद अल्ताफ बख्शी पुत्र मोहम्मद अफजल बख्शी, निवासी रामबीरपोरा, केहरीबल मट्टन, अनंतनाग और आदिल गुलज़ार गनी, पुत्र गुलज़ार अहमद गनी, निवासी ची, अनंतनाग की पहचान करने और उन्हें गिरफ्तार करने में सफल रही। प्रवक्ता ने आगे बताया कि जाँच के दौरान चोरी की गई सेब की पेटियाँ और अपराध में प्रयुक्त ऑटो लोड कैरियर उनके कब्जे से बरामद कर लिया गया। शोपियाँ पुलिस जिले में शांति, सुरक्षा और अपराध मुक्त वातावरण सुनिश्चित करने के लिए अपराधियों और असामाजिक तत्वों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई करने के अपने दृढ़ संकल्प को दोहराती है।

पंजाब में आतंकी हमले की साजिश नाकाम, रॉकेट प्रोपेल्ड ग्रेनेड के साथ दो गिरफ्तार

चंडीगढ़, 21 अक्टूबर । पंजाब पुलिस ने अमृतसर में बड़ी अपराधिक वारदात की योजना को विफल बनाते हुए दो युवकों को गिरफ्तार करके उनके कब्जे में एक रॉकेट प्रोपेल्ड ग्रेनेड (आरपीजी) बरामद किया है।

पुलिस महानिदेशक गौरव यादव ने मंगलवार को बताया कि केंद्रीय एजेंसियों के साथ मिलकर खुफिया कार्रवाई में दो संदिग्ध आतंकियों महकदीप सिंह उर्फ महक और आदित्य उर्फ आधी को अमृतसर से गिरफ्तार किया गया है। डीजीपी ने बताया कि प्रारंभिक जांच में खुलासा हुआ है कि ये दोनों पाकिस्तान की खुफिया एजेंसी आईएसआई के एक ऑपरेटिव के संपर्क में थे, जिसने इन्हें यह खतरनाक हथियार मुहैया कराया था। इसके अलावा इनका संपर्क फिरोजपुर जेल में बंद हरप्रीत सिंह उर्फ विक्की से भी था।

बाथ टब में नहाओ

जब बच्चे बाथ टब में नहाते हैं तो सभी को अच्छा लगता है। आप भी अपने बच्चो को बाथ टब में नहलाइये फिर देखिए कितना आनंद आता है।

बच्चों को अगर पानी मिल जाए तो बात ही क्या है। ऐसा कोई बच्चा नहीं होता जिसे पानी में छई-छप-छई करना अच्छा नहीं लगता। समय के अभाव में हम सभी को रोज-रोज बच्चों को वॉटर पार्क ले जाने का भी समय नहीं निकलता। ऐसे में बच्चों के फेवरेट कार्टून कैरेक्टर में अगर पानी के बड़े-बड़े टब मिल जाएं तो क्या कहने। इससे खेलने का खेलना भी हो जाता है और बाहर भी नहीं निकलना पड़ता। यह बाथिंग टब आपको कहीं भी मिल जाएंगे। इन दिनों बच्चों के रंगीन बाथिंग टब को आप सड़क किनारे कहीं भी देख सकते हैं। इन रंगीन टब को देखते ही बच्चों के चेहरे खिल जाते हैं।

बाथ टब के फायदे

बाथ टब में नहाने से एक तो बच्चों को पानी में छपा-छई करने का मौका मिलता है वहीं दूसरी ओर अपने फेवरेट कार्टून केरेक्टर के साथ खेलने का भी। एक तरह से यह मिनी स्विमिंग पुल होता है। बाथ टब में नहाकर छोटे बच्चे घर में ही वॉटरपार्क का लुत्फ उठा सकते हैं। बाजार में आपको बाथ टब 400 रुपए के शुरुआती दाम से 1500 रुपए तक की कीमत में आसानी से मिल जाएगा। घर में यह टब होने से आपके बच्चे मनभर कर पानी खेल सकते हैं। इन टब को आप अपने घर के स्पेस के अनुसार खरीद सकते हैं। साथ ही फोल्डेबल होने पर इन्हें आप उठा कर रख भी सकते हैं।

क्या आप जानते हैं?

मधुमक्खी के एक छत्ते में 20,000 से 80,000 तक मधुमक्खियां हो सकती हैं।

चंदबरदाई को हिन्दी का पहला कवि और उनकी रचना पृथ्वीराज रासो को हिन्दी की पहली रचना होने का गौरव प्राप्त है।

दुनिया में चीनी का वार्षिक उत्पादन 13.4 मीट्रिक टन होता है जब कि नमक का 21 करोड़ टन, यानी चीनी से डेढ़ गुना ज्यादा।

नील नदी की लंबाई (650 किलोमीटर) पृथ्वी की त्रिज्या (6400 किलोमीटर) से भी अधिक है। अभी नए अनुसंधानों से पता लगा है कि आमेजन इससे भी ज्यादा लंबी नदी है।

भारतीय मसालों के लोकप्रिय निर्माता और निर्यातक प्रतिष्ठान एमडीएच का पूरा नाम महाशियां दी हट्टी है।

संयुक्त अरब अमीरात की जनसंख्या में प्रवासी नागरिकों का प्रतिशत 85 है, जिनमें 40 प्रतिशत लोग भारतीय हैं।

कर्नाटक के हरिहर नगर स्थित हरिहरेश्वर मंदिर की प्रतिमा आधी विष्णु और आधी शिव के रूप में हैं।

इन बातों का रखो ध्यान

तुम किसी के भी घर जाते हो तो सबसे पहले वहां के लोग तुम्हारी एक्टिविटीज से तुम्हारे बेसिक मैनर्स को समझ जाते हैं। तभी तो कई लोगों को तुमने कहते सुना होगा कि वह बच्चा कितना समझदार है, उसके पेरेंट्स ने उसे कितने अच्छे मैनर्स सिखाएं हैं। इसलिए यह जरूरी है कि तुम्हें भी सभी बेसिक मैनर्स आएं, जिससे सब तुम्हारी और तुम्हारे मम्मी-पापा की तारीफ करें। तो कहीं भी जाओ, इन बातों का ध्यान रखो-

अगर किसी के कमरे का दरवाजा बंद है तो पहले दरवाजे पर नॉक करो और जवाब आने का इंतजार करो, फिर ही कमरे में घुसो।

अगर तुम्हें किसी से कुछ लेना है तो पहले सामने वाले से पूछो। खुद से उस वस्तु को मत उठा लो। हां, उसे वह चीज वापस करने का वादा भी करो। इस बात का भी ध्यान रखना कि टाइम पर चीज को वापस कर दो।

किसी की परमिशन के बिना उसकी पर्सनल चीजों को मत छेड़ो या खोलकर देखो। ये बहुत ही बुरी आदत मानी जाती है।

किसी की डायरी या खत मत पढ़ो।

घर की बातों को घर में ही रखो। अगर मम्मी-पापा के बीच किसी बात को लेकर कहासुनी हो गई है या घर का बिजनेस ठीक नहीं चल रहा है या आपका भाई पढ़ने में अच्छा नहीं है, इस तरह की बातों को दूसरे के सामने मत बोलो।

सबसे जरूरी है कि अपना काम खुद ही करो। बाथरूम, टॉयलेट, किचन और टीवी रूम से निकलने से पहले उसे पहले की तरह साफ करके निकलो। पूरे घर में जूठे बर्तन मत फैलाओ। अपनी भीगी तौलिया खुद धूप में डालो।

पब्लिक प्लेस पर किसी का मजाक मत उड़ाओ। इससे सामने वाले को बहुत दुख होता है। मजाक उड़ाने से पहले ये जरूर सोचो कि अगर कोई तुम्हारा मजाक बनाएगा तो तुम्हें कैसा लगेगा।

तेनाली राम के किस्से

जासूस सेवक

राजा कृष्णदेव की सेना ने कई राज्यों को अपने अधीन कर लिया था। उनके वर्चस्व से घबराकर बीजापुर के सुल्तान ने अपने एक सेवक को जासूस बनाकर विजयनगर भेजा। उस जासूस की योजना थी कि राजमहल में ही राजा की हत्या कर दी जाए। इसके लिए ब्राह्मण का भेष धरा। राजमहल में दरबार लगा था। तिलकधारी ब्राह्मण धारा-प्रवाह संस्कृत के श्लोकों से सभी को प्रभावित कर रहा था। कृष्णदेव तो इतने प्रभावित हुए कि उन्होंने ब्राह्मण को अपने महल में ही ठहरने का स्थान दे दिया। तेनाली को यह सब उचित नहीं लगा। वे उस समय तो कुछ नहीं बोला मगर उस ब्राह्मण पर नजर रखने लगा। कुछ ही दिनों में तेनाली को ऐसा संकेत मिल गया कि वह ब्राह्मण राजा के विषय में व्यक्तिगत जानकारियां ले रहा है। तेनाली ने राजा को सचेत किया। एक बार ब्राह्मण की अनुपस्थिति में उसके कमरे की सफाई करते समय तेनाली भी वहां मौजूद था। उसने देखा और पूरा विश्वास हो गया कि यह ब्राह्मण के भेष में कोई जासूस है। तेनाली ने राजा से कहा-महाराज! ब्राह्मण, ब्राह्मण नहीं है।' राजा ने पूछा-'क्या मतलब?' 'यही कि महाराज यह कोई अन्य धर्म का मानने वाला है। यह आपसे छल कर रहा है,' तेनाली बोला। 'यदि तुम यह सिद्ध कर दो तो तुम्हें पुरस्कार मिलेगा', राजा ने कहा। उसी दिन तेनाली और राजा ने रात के समय उस ब्राह्मण के कमरे में प्रवेश किया। एक सैनिक भी उनके साथ था जिसके हाथ में गरम पानी की बाल्टी थी। तेनाली के आदेश पर सैनिक ने गरम पानी की बाल्टी को ब्राह्मण पर उड़ेल दिया। वह लगा उछलने और 'अल्लाह-अल्लाह' चिल्लाने लगा। राजा समझ गए यह बीजापुर के सुल्तान का जासूस है जो भेष बदलकर यहां छिपा हुआ था। राजा को देखते ही जासूस ने उन पर वार किया जिसे राजा के सैनिक ने अपनी तलवार पर रोक लिया। राजा ने एक ही वार से जासूस का वध कर दिया। अगली प्रातः पूरे नगर में चर्चा थी कि तेनाली के कारण राजा की जान बच गयी।

मिक्की और डोनाल्ड सिखाएंगे अंग्रेजी

डिजनी के फेमस कार्टून कैरेक्टर मिक्की माउस और डोनाल्ड डक अब सिर्फ बच्चों का मनोरंजन ही नहीं करेंगे, बल्कि उन्हें शिक्षा भी देंगे। मिक्की माउस और डोनाल्ड डक को चीन के बच्चों को अंग्रेजी सीखाने की जिम्मेदारी सौंपी गई है। फेवरेट कार्टून कैरेक्टर के जरिए हर साल तकरीबन डेढ़ लाख बच्चों को अंग्रेजी सिखाने का लक्ष्य रखा गया है। डिजनी पब्लिशिंग वर्ल्डवाइड के रसेल हैम्पटन ने बताया कि कार्टून कैरेक्टर से अंग्रेजी सिखाने का फंडा काफी लाभदायक साबित हो रहा है। दुनिया भर में चीन में सबसे अधिक अंग्रेजी शिक्षण के प्राइवेट सेक्टर खुल रहे हैं। इसलिए प्रारंभिक तौर पर चीन के बच्चों को कार्टून कैरेक्टर के माध्यम से अंग्रेजी सिखाने का प्रोजक्ट शुरू किया गया है। अंग्रेजी के बढ़ते चलन के कारण बच्चों को इसका ज्ञान देना पैरेंट्स के लिए जरूरी हो गया। आमतौर पर अंग्रेजी के ट्यूशन पर काफी खर्चा आता है और इसके साथ ही बच्चों को घर से बाहर भी जाना पड़ता है, लेकिन अब कार्टून कैरेक्टर के जरिए बच्चे बिना किसी खर्च के घर बैठे अंग्रेजी सीख पाएंगे। इससे बच्चों और उनके पैरेंट्स दोनों को काफी सहूलियत होगी।

कृत्रिम पत्ती बनाएगी बिजली

मैसाचुसेट्स इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी के वैज्ञानिकों के दल ने सिलिकॉन, इलेक्ट्रॉनिक्स, निकल और कोबाल्ट जैसे विभिन्न उत्प्रेरकों की सहायता से एक ऐसी कृत्रिम पत्ती का निर्माण किया है, जो सूरज की रोशनी और पानी से ऊर्जा पैदा करती है।

दरअसल, यह पत्ती सूरज की रोशनी का इस्तेमाल करके पानी को उसके घटकों हाइड्रोजन और ऑक्सीजन में तोड़ देती है, जिनका इस्तेमाल बिजली पैदा करने में किया जा सकता है। इन पत्तियों की सहायता से भारत जैसे विकासशील देश में एक घर की प्राथमिकता जरूरत भर की बिजली पैदा की जा सकती है।

जरूरत की बिजली

इस दल का लक्ष्य अब कम से कम कीमत वाला एक ऐसा उपकरण बनाने का है, जिसे कोई भी अपने घर की छत पर या आसपास लगाकर प्राथमिक जरूरत की बिजली प्राप्त कर सके। जापान में सुनामी आने के बाद जिस तरह परमाणु विकिरण फैला, उससे सभी देशों में परमाणु संयंत्रों के खतरे को लेकर चीख पुकार मची हुई है और जर्मनी जैसे देशों ने तो परमाणु संयंत्रों की स्थापना को लेकर अपने कान पकड़ लिए है। इस पृष्ठभूमि में नई खोज एक वरदान की तरह सामने आई है।

खतरा भी ज्यादा

कोयले के भंडारों के कम होने और जल विद्युत के उत्पादन से होने वाले नुकसान, बल्कि पर्यावरणीय खतरे को ध्यान में रखते हुए दुनिया परमाणु ऊर्जा के विकल्प की ओर गई है, जो अपेक्षा स्वच्छ मानी जाती है, लेकिन इसका खतरा सभी तरह से ऊर्जा के मुकाबले कहीं ज्यादा है। ऐसे में सौर ऊर्जा ओर पवन ऊर्जा जैसे वैकल्पिक स्त्रोतों पर दुनिया भर में ध्यान दिया जा रहा है।

बदल जाएगी किस्मत

कृत्रिम पत्ती के जरिए इस तरह वैकल्पिक ऊर्जा तैयार करने से दुनिया की किस्मत बदल जाएगी और तेज गति से आर्थिक विकास कर रहे भारत और चीन को तो सुदूर बसे अपने गांवों को आत्मनिर्भर बनाने की दृष्टि से खास फायदा होगा। तब गांव-कस्बे के हर घर का अपना पावर-हाउस होगा। आकाश में बिजली के तड़कने से ही इतनी बिजली पैदा होती है कि दुनिया को उसका संरक्षण करना आ जाए तो वर्षों तक बिजली की कमी नहीं रहेगी।

स्वामी, प्रकाशक एवं मुंद्रक – नीलम सिंह गिल द्वारा देहात संदेश, गुरूद्वारा सुंदर सिंह रोड़, जम्मू से प्रकाशित एवं नार्थलाईनस पबलिशर्स, 18-बी, फेस-2, इंडस्ट्रियल इस्टेट, गंग्याल, जम्मू से मुद्रित। संपादक– नीलम सिंह गिल। फोन नंबर : (95) 191-2574109, 2548103 RNI Regd. No: JKBIL/2004/13144 Email: dehatsandesh@gmail.com, dehatsandesh@yahoo.com, dehatsandesh@rediffmail.com

दरबार साहिब में बंदी छोड़ दिवस तो दुर्गियाणा मंदिर में दीपावली की धूम, उमड़े श्रद्धालु

चंडीगढ़, 21 अक्टूबर (हि.स.)। अमास्या तिथि के उदय को लेकर चल रहे संशय के बीच अमृतसर स्थित हरिमंदिर साहिब में मंगलवार को बंदी छोड़ दिवस का आयोजन किया जा रहा है। पंजाब में कई स्थानों पर दीपावली का पर्व सोमवार को मनाया जा चुका है जबकि कई जिलों में बंदी छोड़ दिवस तथा दीपावली एक ही दिन मनाए जाने की परंपरा के चलते मंगलवार को आयोजन किया जा रहा है। दरबार साहिब में आज सुबह से देश-विदेश से श्रद्धालु पहुंच रहे हैं। आज यहां सामान्य दिनों के मुकाबले डेढ़ से दो लाख संगत के आने की संभावना जताई जा रही है। स्वर्ण मंदिर में आज शाम एक लाख घी के दीपक जलाए जाएंगे और रंग-बिरंगी आतिशबाजी के साथ रोशनी की जगमगाहट होगी। वहीं, दुर्गियाणा मंदिर में श्रद्धालु भगवान श्रीराम के 14 वर्षों बाद अयोध्या लौटने की खुशी में दिवाली पर्व मनाएंगे। इस दौरान 3 लाख श्रद्धालुओं के आने का अनुमान है।

श्री हरिमंदिर साहिब के हेड ग्रंथी ज्ञानी रघुबीर सिंह ने बताया कि बंदी छोड़ दिवस रोशनी के साथ-साथ आजादी और न्याय का प्रतीक है। गुरु हरगोबिंद साहिब जी ने ग्वालियर किले में कैद 52 राजाओं को मुक्त कराया और अमृतसर लौटे थे। उनकी वापसी पर संगतों ने घी के दीपक जलाकर, दीयों की मालाएं सजाकर दीपमाला और आतिशबाजी के साथ खुशियां मनाई थी। तब से यह दिन हर साल बंदी छोड़ दिवस के रूप में मनाया जाता है। ज्ञानी रघुबीर सिंह ने कहा कि बंदी छोड़ वही है, जो दूसरों को भी मुक्त करे। यह दिन आत्मिक आजादी, मानव अधिकारों की जीत और अन्याय के खिलाफ संघर्ष का प्रतीक है। हर साल की तरह इस बार भी श्री हरिमंदिर साहिब दीपों से जगमगाएगा और दुनिया भर में बसे सिख संगत इस दिन को गुरु हरगोबिंद साहिब जी की याद में आजादी की मिसाल के रूप में मनाएंगे।

उत्तर भारत की पहली महिला रेलवे स्टेशन टीम ने लखनऊ शहर में सशक्तिकरण की राह तैयार की

नई दिल्ली, 21 अक्टूबर (हि.स.)। नारी शक्ति को केंद्र में रखते हुए एक अभूतपूर्व कदम उठाते हुए लखनऊ शहर रेलवे स्टेशन को उत्तर भारत का पहला पूर्ण महिला-कर्मचारी स्टेशन बना दिया गया है।

रेलवे ने इसे प्रगति, गौरव और नारी शक्ति की अजेय शक्ति का एक जीवंत प्रतीक बताया है। इस साहसिक परिवर्तन के साथ यह स्टेशन न केवल शहरों को जोड़ता रहेगा, बल्कि अब पूरे देश को समानता, अवसर और सम्मान के दृष्टिकोण से भी जोड़ेगा।

एक विज्ञप्ति में कहा गया है कि नियंत्रण कक्ष से लेकर टिकट खिड़की तक, सुरक्षा गश्ती दल से लेकर सिग्नल केबिन तक, इस व्यस्त स्टेशन का हर काम अब 34 सदस्यों वाली महिला टीम के हाथों में है।

पूर्वोत्तर रेलवे द्वारा घोषित, यह पहल दर्शाती है कि नारी शक्ति अपने कार्य में कैसी दिखती है - सक्षम, प्रतिबद्ध और प्रेरक। इससे सुरक्षित, समावेशी और प्रेरक स्थानों के निर्माण में मदद मिलेगी। विज्ञप्ति में कहा गया है कि पूरे भारत से आई यह विविध टीम, कार्यबल में महिलाओं की एकता और शक्ति को दर्शाती है।

मुख्यमंत्री योगी ने पंजाब के बाढ़ प्रभावित किसानों के लिए 1000 कुंतल गेहूं बीज सहायता वाहनों को किया रवाना

लखनऊ, 21 अक्टूबर (हि.स.)। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने मंगलवार को अपने सरकारी आवास से पंजाब के बाढ़ प्रभावित किसानों की सहायता हेतु 1000 कुंतल गेहूं के बीज सहायता वाहनों को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि दीपावली का पर्व पूरे उत्साह, उमंग और शांतिपूर्वक वातावरण में मनाया जा रहा है। दीपावली का पर्व पूरे उत्साह, उमंग और शांतिपूर्वक वातावरण में मनाया जा रहा है। उत्सव का वास्तविक आनंद तभी है, जब हम किसी पीड़ित को जोड़कर उसकी सहायता के लिए खड़े हों। इसी भावना के साथ आज इस कठिन समय में उत्तर प्रदेश सरकार पंजाब के अन्नदाता किसानों के साथ खड़ी है। मुख्यमंत्री योगी ने कहा कि आपदा का सामना पंजाब के किसान अकेले नहीं करेंगे। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में डबल इंजन की सरकार (भारत सरकार और उत्तर प्रदेश सरकार) हर आपदा-पीड़ित नागरिक के साथ खड़ी है। चाहे वह राहत सामग्री के रूप में सहायता

हो, आर्थिक सहयोग हो या पुनर्वास का प्रयास। उन्होंने कहा कि हम सब मिलकर किसानों को सशक्त, आत्मनिर्भर और समृद्ध बनाएंगे।हर जरूरतमंद के साथ है उत्तर प्रदेश सरकार मुख्यमंत्री ने अपने सम्बोधन में कहा कि पंजाब हमारे देश का एक प्रमुख राज्य है। पंजाब स्वतंत्र भारत में कृषि आत्मनिर्भरता के लक्ष्य को प्राप्त करने में ऐतिहासिक भूमिका निभाई है। इस वर्ष वहां हुई अतिवृष्टि (अति वर्षा) के कारण जनजीवन बुरी तरह प्रभावित हुआ है। यहां तक कि किसानों द्वारा सुरक्षित रखे गए बीज भंडार भी बाढ़ की चपेट में आने से नष्ट हो गए, जिससे आगामी फसलों पर गंभीर प्रभाव पड़ने की सम्भावना है। इसी भावना के साथ आज कृषि विभाग एवं उत्तर प्रदेश बीज एवं विकास निगम की ओर से ढाई हजार बोरे यानी 1000 कुंतल गेहूं का बीज पंजाब भेजा जा रहा है। मुख्यमंत्री ने याद दिलाया कि जब पंजाब, हिमाचल और उत्तराखंड में बाढ़ आई थी, तब उत्तर प्रदेश सरकार ने इन राज्यों के लिए राहत सामग्री भेजी थी और साथ ही मुख्यमंत्री राहत कोष से धनराशि भी उपलब्ध कराई थी।

विजयपुर में तीन दिवसीय सोपाम कैंप आयोजित, 6 स्कूलों के बच्चों ने भाग लिया

जम्मू,, 21 अक्टूबर (हि.स.)। जम्मू-कश्मीर भारत स्काउट्स एंड गाइड्स द्वारा अरविंद घोष स्कूल में तृतीय सोपाम कम एवं द्वितीय सोपाम कैंप तीन दिनों के लिए आयोजित किया गया। इस कैंप में क्षेत्र के 6 अलग-अलग स्कूलों के बच्चों ने भाग लिया।

आरपी कोतवाल, स्टेट कमिश्नर, और जिला सचिव गुरदीप सिंह ने बताया कि इस कैंप का उद्देश्य बच्चों को आत्मनिर्भर बनाना है। इसके तहत बच्चों को खाना पकाने, जंगलों में टेंट लगाने, आपदा में अपनी और दूसरों की जान बचाने जैसी ट्रेनिंग दी गई। इसके अलावा स्टेज पर डांस और एंकरिंग की भी ट्रेनिंग प्रदान की गई। उन्होंने बताया कि इस कैंप के बाद बच्चों को राष्ट्रपति अवॉर्ड के लिए प्रशिक्षण और परीक्षण दिया जाएगा।

जिला ऑर्गनाइज़र यश पॉल ने कहा कि ऐसे कैंप आगे भी नियमित रूप से आयोजित किए जाएंगे। तीन दिवसीय कैंप आज शांति और सफलता के साथ सम्पन्न हुआ।

संगमरमर की चादरें गिरने से एक मजदूर की मौत, एक अन्य घायल

तंगमर्ग, 21 अक्टूबर (हि.स.)। तंगमर्ग के दीवान बाग इलाके में मंगलवार को एक ट्रक से सामान उतारते समय भारी संगमरमर की चादरें गिरने से एक मजदूर की मौत हो गई और एक अन्य घायल हो गया।

पुलिस ने मृतक की पहचान तंगधार निवासी आसिफ अहमद के रूप में की है। घायल फैसल अहमद लोन को इलाज के लिए तंगमर्ग उप-जिला अस्पताल में भर्ती कराया गया। पुलिस ने बताया कि मामला दर्ज कर लिया गया है और दुर्घटना के कारणों का पता लगाने के लिए जाँच जारी है।

मंत्री सकीना इटू ने पट्टन अस्पताल का औचक निरीक्षण किया

पट्टन, 21 अक्टूबर हि.स.। शिक्षा एवं स्वास्थ्य मंत्री सकीना इटू ने मंगलवार को पट्टन उप-जिला अस्पताल का औचक निरीक्षण किया। उनके साथ पट्टन के विधायक और बारामूला के सीएमओ भी थे। इस दौरान उन्होंने अस्पताल के कामकाज का जायजा लिया।

निरीक्षण के दौरान मंत्री ने कई कर्मचारियों को ड्यूटी से अनुपस्थित पाया और तुरंत कार्रवाई करते हुए स्वास्थ्य सेवा निदेशक से आवश्यक अनुशासनात्मक कार्रवाई करने के लिए संपर्क किया। इटू ने अस्पताल में दवाओं और आवश्यक सुविधाओं की कमी पर चिंता व्यक्त की और आश्वासन दिया कि सरकार जल्द ही सभी आवश्यकताओं को पूरा करेगी। उन्होंने अधिकारियों को नियमित उपस्थिति निगरानी सुनिश्चित करने दवाओं और उपकरणों की उपलब्धता में सुधार करने और अस्पताल में समग्र रोगी अनुभव को बेहतर बनाने का भी निर्देश दिया। मंत्री ने इस बात पर ज़ोर दिया कि स्वास्थ्य सेवाओं में जवाबदेही और दक्षता जम्मू-कश्मीर में रोगी देखभाल में सुधार के लिए महत्वपूर्ण हैं।

पुंछ में मनाया गया राष्ट्रीय पुलिस दिवस

पुंछ, 21 अक्टूबर (हि.स.)। देश भर की ही तरह आज पुंछ में भी राष्ट्रीय पुलिस दिवस बड़े ही श्रद्धा और सम्मान के साथ मनाया गया। इस दौरान जिला पुलिस द्वारा पुलिस लाइन में एक कार्यक्रम आयोजित किया गया जिसमें बड़ी संख्या में शहीदों के परिजनों, पुलिस और प्रशासनिक अधिकारियों एवं गन्यामान्य नागरिकों ने भाग लिया।

अभिनेता असरानी के निधन पर प्रधानमंत्री, गृहमंत्री समेत कई लोगों ने दी श्रद्धांजलि

नई दिल्ली, 21 अक्टूबर (हि.स.)। प्रसिद्ध हास्य अभिनेता गोवर्धन असरानी का सोमवार शाम को निधन हो गया। उन्होंने 84 साल की उम्र में आखिरी सांस ली। इस पर प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी, गृहमंत्री अमित शाह, लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी, दिल्ली भाजपा अध्यक्ष वीरेंद्र सचदेवा, राजस्थान के पूर्व मुख्यमंत्री अशोक गहलोत और फिल्म जगत की कई हस्तियों ने अभिनेता को भावपूर्ण श्रद्धांजलि अर्पित की है।

प्रधानमंत्री ने सोशल मीडिया एक्स पर लिखा कि गोवर्धन असरानी के निधन से अत्यंत दुःखी हूं। एक प्रतिभाशाली मनोरंजनकर्ता और वास्तव में बहुमुखी कलाकार, जिन्होंने विभिन्न पीढ़ियों के दर्शकों का मनोरंजन किया। भारतीय सिनेमा में उनके योगदान को सदैव याद रखा जाएगा। उनके परिवार और प्रशंसकों के प्रति मेरी संवेदनाएं।

गृहमंत्री अमित शाह ने एक्स पर लिखा कि अभिनेता असरानी का निधन अत्यंत दुःखद है। उन्होंने जीवन भर भारतीय सिनेमा में योगदान दिया और लोगों को हंसाकर लाखों लोगों के दिलों में जगह बनाई। भगवान उन्हें शांति दे और परिवार वालों को दुख सहने की शक्ति।

रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने उनके परिवार के प्रति संवेदना व्यक्त करते हुए एक्स पर लिखा कि प्रसिद्ध चरित्र कलाकार असरानी के निधन पर दुख हुआ। एक निपुण अभिनेता और कॉमेडी के उस्ताद, उनकी टाइमिंग, बहुमुखी प्रतिभा और आकर्षण ने पीढ़ियों को खुशी दी।

लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी ने अभिनेता के निधन पर दुख व्यक्त किया है। उन्होंने एक्स पर लिखा कि भारतीय सिनेमा के दिग्गज अभिनेता गोवर्धन असरानी के निधन का समाचार अत्यंत दुखद है। उनकी अदाकारी ने दशकों तक लोगों के चेहरों पर मुस्कान बिखेरी है। पूर्व मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने कहा कि शोले में अपने किरदार से पहचान बनाने वाले फिल्म अभिनेता एवं जयपुर के रहने वाले गोवर्धन असरानी के निधन का समाचार दुखद है। फिल्म करियर में उनके द्वारा निभाए गए अनेक किरदारों को हमेशा याद रखा जाएगा। ईश्वर से दिवंगत आत्मा को शांति एवं परिजनों को हिम्मत देने की प्रार्थना करता हूं। दिल्ली की मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने एक्स पोस्ट में लिखा कि असरानी के निधन का समाचार अत्यंत दुखद है। पांच दशकों के अपने शानदार करियर में उन्होंने बेजोड़ हास्य और सहज अभिनय से लाखों दर्शकों को हंसाया।

मुहूर्त ट्रेडिंग में शेयर बाजार को मामूली बढ़त

नई दिल्ली, 21 अक्टूबर (हि.स.)। दिवाली के दिन होने वाली परंपरागत मुहूर्त ट्रेडिंग में घरेलू शेयर बाजार लगातार आठवें साल बढ़त के साथ बंद होने में सफल रहा। आज शेयर बाजार ने मजबूती के साथ कारोबार की शुरुआत की थी।

हालांकि कारोबार शुरू करने के कुछ देर बाद ही मुनाफा वसूली शुरू हो जाने के कारण सेंसेक्स और निफ्टी कुछ समय के लिए लाल निशान में भी गिर गए। इसके बाद आखिरी वक्त में हुई खरीदारी के कारण सेंसेक्स और निफ्टी बढ़त हासिल करके बंद होने में सफल रहे। मुहूर्त ट्रेडिंग के कारोबार के बाद सेंसेक्स 0.07 प्रतिशत और निफ्टी 0.10 प्रतिशत की मजबूती के साथ बंद हुए। आपको बता दें कि 2018 से ही मुहूर्त ट्रेडिंग के दौरान शेयर बाजार लगातार मजबूती के साथ बंद होता रहा है।

मुहूर्त ट्रेडिंग के दौरान बैंकिंग और कंज्यूमर ड्यूरेबल सेक्टर को छोड़ कर शेष सभी सेक्टोरल इंडेक्स मजबूती के साथ हरे निशान में बंद हुए। मेटल, मीडिया, पावर, टेलीकॉम और हेल्थकेयर सेक्टर के शेयरों में आज लगातार खरीदारी होती रही।

इसी तरह आईटी, ऑटोमोबाइल, कैपिटल गुड्स, एफएमसीजी, ऑयल एंड गैस, पब्लिक सेक्टर एंटरप्राइज और टेक इंडेक्स भी बढ़त के साथ बंद हुए। दूसरी ओर, बैंकिंग और कंज्यूमर ड्यूरेबल इंडेक्स मामूली गिरावट के साथ बंद हुए।

दोस्त से विवाद में 12वीं के छात्र ने खाया विषाक्त, मौत

झांसी, 21 अक्टूबर (हि.स.)। उत्तर प्रदेश के झांसी स्थित मोंठ थाना क्षेत्र में 12वीं के छात्र ने आत्महत्या कर ली। मृतक के चाचा ने बताया कि फोन पर दोस्त से भतीजे का विवाद हो गया था। इसलिए उसने दीपावली के दिन विषाक्त खा लिया। इलाज के दौरान आज मंगलवार को उसकी मौत हो गई। वह अपने माता-पिता का इकलौता बेटा था। पुलिस ने शव कब्जे में लेकर मामले की जांच शुरू कर दी है। चाचा ने बताया कि अंतिम संस्कार के बाद तहरीर देंगे।मोंठ के रेब गांव निवासी प्रमोद कुमार खेती करते हैं। उनका इकलौता बेटा संस्कार (16) मोंठ के सरस्वती विद्या मंदिर में 12वीं क्लास में पढ़ता था। उसके चाचा संजय कुमार ने बताया कि संस्कार का अपने दोस्त से विवाद हो गया था। फोन पर दोनों के बीच कहासुनी हो गई। शाम को परिवार के लोग धार्मिक स्थानों पर दीपावली का पूजन करने गए थे। डिप्रेशन में आकर संस्कार ने जहर खा लिया।

अगले पांच साल में एक करोड़ युवाओं को देंगे रोजगार : नीतीश कुमार

पटना/मुजफ्फरपुर, 21 अक्टूबर (हि.स.)। बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने मंगलवार को विधानसभा चुनाव अभियान की औपचारिक शुरुआत मुजफ्फरपुर जिले के मीनापुर और कांटी से की। इस मौके पर आयोजित जनसभा को सम्बोधित करते हुए उन्होंने अगले पांच वर्षों में राज्य के एक करोड़ युवाओं को रोजगार और नौकरी के अवसर मुहैया कराने का वादा किया।मुजफ्फरपुर जिले के मीनापुर उच्च विद्यालय के मैदान और कांटी उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में आयोजित राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन (राजग) की जनसभा में उन्होंने जनता दल यूनाइटेड (जदयू) के उम्मीदवार अजय कुशवाहा, अजीत कुमार, राज कुमार राजू, मदन चौधरी और भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के उम्मीदवार रमा निषाद के समर्थन में जनता से वोट की अपील की। मुजफ्फरपुर की जनता से अपील करते हुए नीतीश कुमार ने कहा कि बिहार में व्कास का दौर रुपने नहीं देना है। विकास के काम को याद रखिए, अफवाहों में मत आइए। 24 नवम्बर 2005 को जब हमारी सरकार बनी थी, तब बिहार की हालत बेहद खराब थी। शाम होते ही लोग घरों से निकलने से डरते थे, समाज में तनाव था। हमने कानून-व्यवस्था सुधारी, सड़कों, बिजली और शिक्षा के क्षेत्र में उल्लेखनीय सुधार किया। आज बिहार विकास के रास्ते पर मजबूती से आगे बढ़ रहा है।जनसभा के दौरान एक रोचक पल भी देखने को मिला। जब मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने भाजपा उम्मीदवार रमा निषाद को माला पहनाने के लिए हाथ बढ़ाया, तो पास खड़े राज्यसभा सदस्य संजय झा ने उनका हाथ पकड़ लिया।

दीपावली पर पहली बार 12 हजार दीयों से जगमगाया बदरीनाथ धाम

देहरादून, 21 अक्टूबर (हि.स.)। भगवान बदरीनाथ व केदारनाथ में परंपरा और पूरे उत्साह के साथ दीपावली मनाई गई। पहली बार बदरीनाथ धाम 12 हजार दीपकों से रोशन किया गया। इस मौके पर 56 भोग भी माता लक्ष्मकी को अर्पित किए गये। श्री बदरीनाथ-केदारनाथ मंदिर समिति (बीकेटीसी) के अध्यक्ष हेमंत द्विवेदी ने बताया श्री बदरीनाथ धाम व श्री केदारनाथ में दीपावली के अवसर पर भव्य दीपोत्सव कार्यक्रम आयोजित किया गया। मंदिरों को भव्य रूप से फूलों से सजाया गया। श्री बदरीनाथ एवं केदारनाथ धाम में बीकेटीसी तीर्थ पुरोहितों व हक-हकूकधारियों के सहयोग से दीपोत्सव कार्यक्रम आयोजित किया। बदरीनाथ होटल एसोसिएशन के सहयोग से दीपोत्सव 23 अक्टूबर तक आयोजित होगा। श्री बदरीनाथ धाम में श्री डिमरी धार्मिक केंद्रीय पंचायत मेहता, भंडारी कमदी हक हकूकधारियों के साथ 12 हजार दीप प्रज्वलित किए और श्री लक्ष्मी माता मंदिर में 56 भोग चढाये ।इसी तरह श्री केदारनाथ धाम में तीर्थ पुरोहितों के साथ समन्वय कर दीपोत्सव कार्यक्रम आयोजित हुआ।

बीकेटीसी अध्यक्ष हेमंत द्विवेदी ने बताया कि मंदिर परिसर एवं मार्गों को दीपों से सजाया, वहीं बीकेटीसी श्रद्धालु दानीदाताओं के सहयोग से दीपावली व श्री केदारनाथ धाम के कपाट बंद होने के अवसर हेतु मंदिर को 12 क्विंटल फूलों से श्रृंगार कर रही है। श्री केदारनाथ धाम के कपाट इस यात्रा वर्ष 23 अक्टूबर को बंद हो रहे हैं।

सांबा पुलिस ने राष्ट्रीय पुलिस दिवस पर शहीदों को दी श्रद्धांजलि

सांबा, 21 अक्टूबर, हि स। आज सांबा पुलिस द्वारा जिला पुलिस लाइन सांबा में राष्ट्रीय पुलिस दिवस मनाया गया जिसमें संप्रभुता की रक्षा करते हुए अपने प्राणों का सर्वोच्च बलिदान देने वाले शहीदों की स्मृति में पुलिस स्मृति दिवस परेड का आयोजन किया गया।

सांबा के वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक वीरेंद्र सिंह मन्हास, जेकेपीएस ने शहीदों के नाम पढ़े और राष्ट्र की सेवा में शहीद हुए शहीदों के सम्मान में स्मृति दिवस परेड की सलामी ली। इसके बाद एसएसपी सांबा ने शहीदों के रिश्तेदारों, सिविल प्रशासन के अधिकारियों के साथ स्मृति दिवस परेड की सलामी ली। इस अवसर पर उपस्थित पुलिस/सुरक्षा बलों, सेवानिवृत्त पुलिस अधिकारियों और गणमान्य नागरिकों ने डीपीएल सांबा स्थित शहीद स्मारक पर पुलिस शहीदों को पुष्पांजलि अर्पित की।

बाद में एसएसपी सांबा ने शहीदों के परिजनों से बातचीत की और उन्हें सांबा पुलिस की ओर से हर संभव सहायता का आश्वासन दिया।

कमांडर्स कॉन्फ्रेंस 22-24 अक्टूबर को, नौसेना की युद्धक तैयारियों पर होगा फोकस

नई दिल्ली, 21 अक्टूबर (हि.स.)। ऑपरेशन सिंदूर के बाद भारतीय नौसेना की द्विवार्षिक कमांडर्स कॉन्फ्रेंस का दूसरा संस्करण 22 से 24 अक्टूबर तक नई दिल्ली में होगा। यह सम्मेलन नौसेना की युद्धक तैयारियों की पृष्ठभूमि के लिहाज से महत्वपूर्ण है, क्योंकि भारतीय सेना, वायु सेना और भारतीय तटरक्षक बल के साथ युद्ध क्षमताओं, अंतर-संचालन क्षमता और संयुक्त अभियानों को बढ़ाने पर केंद्रित होगा।

नौसेना के कैप्टन विवेक मधवाल ने बताया कि सम्मेलन के दौरान रक्षा मंत्री और कैबिनेट सचिव नौसेना कमांडरों को संबोधित करेंगे। उनके संबोधनों में व्यापक राष्ट्रीय हितों तथा विकसित भारत 2047 के दृष्टिकोण पर फोकस होगा। यह सम्मेलन राष्ट्रीय नेतृत्व और नौकरशाहों के साथ घनिष्ठ संवाद के लिए एक मंच प्रदान करेगा और वर्तमान भू-रणनीतिक परिवेश में बहुआयामी चुनौतियों के समाधान के लिए नौसेना के दृष्टिकोण को सुदृढ़ करेगा। सम्मेलन में चीफ ऑफ डिफेंस स्टाफ और चीफ ऑफ एयर स्टाफ के संबोधन और वरिष्ठ नौसेना नेतृत्व के साथ गहन चर्चाएं भी शामिल होंगी। संवाद का उद्देश्य संयुक्त योजना एवं संचालन के क्रियान्वयन में तालमेल और क्षमता वृद्धि के लिए संसाधनों का उपयोग करना होगा।

नौसेना प्रमुख एडमिरल दिनेश के त्रिपाठी कमांडर-इन-चीफ के साथ हिंद महासागर क्षेत्र? में समग्र सुरक्षा स्थिति से संबंधित योजनाओं की समीक्षा और मूल्यांकन करेंगे। वर्तमान परिदृश्य में विभिन्न ऑपरेशन कार्यों के लिए नौसेना संचालन, प्रशिक्षण और संसाधन? उपलब्धता से संबंधित ?मुद्दों पर भी चर्चा होगी। कमांडर भविष्य की संभावनाओं के लिए नौसेना के रोडमैप पर भी गहन विचार-विमर्श करेंगे, जिसमें प्रमुख प्रवर्तक, बेहतर ऑपरेशन लॉजिस्टिक्स और डिजिटलीकरण शामिल हैं।

दीपावली पर देशभर में रिकॉर्ड 6.05 लाख करोड़ रुपये का हुआ कारोबार

नई दिल्ली, 21 अक्टूबर (हि.स)। दीपावली पर इस वर्ष देशभर में रिकॉर्ड 6.05 लाख करोड़ रुपये का करोबार हुआ है, जिसमें 5.40 लाख करोड़ रुपये उत्पादों की बिक्री हुई। कारोबारी संगठन कन्?फेडरेशन ऑफ ऑल इंडिया ट्रेडर्स (कैट) ने मंगलवार को दावा किया कि माल एवं सेवा कर (जीएसटी) दरों में कटौती और मजबूत उपभोक्ता विश्वास के कारण इस साल दिवाली पर रिकॉर्ड बिक्री दर्ज की गई है।

कैट की रिसर्च शाखा कैट रिसर्च एंड ट्रेड डेवलपमेंट सोसाइटी ने देशभर के 60 प्रमुख वितरण केंद्रों के आधार पर विस्तृत दिवाली त्योहार की बिक्री 2025 पर रिसर्च रिपोर्ट जारी की है। इस रिपोर्ट के मुताबिक इस वर्ष दिवाली पर देशभर में कुल बिक्री 6.05 लाख करोड़ रुपये तक पहुंची, जिसमें 5.40 लाख करोड़ रुपये का वस्तु व्यापार और 65 हजार करोड़ रुपये का सेवा व्यापार शामिल है। यह अब तक का देश के व्यापार इतिहास का सबसे बड़ा त्योहारी कारोबार है।

भारत की विविधता में एकता का उत्सव मनाते हुए सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन

अनंतनाग, 21 अक्टूबर। चल रहे दीपावली उत्सव के एक भाग के रूप में, राजकीय डिग्री कॉलेज (महिला), अनंतनाग ने मीडिया छात्र संघ हरियाणा के सहयोग से आज कॉलेज सभागार में विविधता भारत को एकजुट करती है- संस्कृतियों के माध्यम से एक यात्रा विषय पर एक दिवसीय सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया।इस कार्यक्रम का उद्देश्य छात्राओं को अपनी कलात्मक प्रतिभा प्रदर्शित करने के लिए एक मंच प्रदान करना और विभिन्न क्षेत्रों के लोगों को एक साथ लाकर सांस्कृतिक जागरूकता और राष्ट्रीय एकता को मज़बूत करना था।कॉलेज के प्राचार्य, प्रो. (डॉ.) मसूद अहमद मलिक, वाद-विवाद एवं संगोष्ठी समिति के प्रमुख, कॉलेज के संकाय एवं गैर-शिक्षण कर्मचारी, मीडिया छात्र संघ हरियाणा के अध्यक्ष एवं सदस्य, छात्राओं और स्थानीय कलाकारों ने इस कार्यक्रम में भाग लिया। कॉलेज के प्राचार्य ने अपने उद्घाटन भाषण में दर्शकों को कार्यक्रम के विषय से अवगत कराया और देश में पनप रही विविध संस्कृतियों के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने ऐतिहासिक, सांस्कृतिक और बहुलतावादी मूल्यों पर भी प्रकाश डाला, जिन्होंने सदियों से राष्ट्र को एकजुट रखा है।

इस आयोजन के महत्व पर प्रकाश डालते हुए, वाद-विवाद एवं संगोष्ठी समिति के प्रमुख ने भारत भर में मनाए जाने वाले समृद्ध सांस्कृतिक विविधता और विविध त्योहारों का गहन विवरण प्रस्तुत किया।

संपादकीय

आवारा कुत्तों का आतंक

आवारा कुत्तों के मुद्दे पर सुप्रीम कोर्ट के हालिया फैसले के साथ, जिसका दायरा अब दिल्ली से पूरे देश तक फैला हुआ है, इस व्यापक खतरे से निपटने के लिए कुछ दिशानिर्देश दिए गए हैं। इसके निहितार्थ सर्वविदित हैं—भयभीत भय से लेकर, अगर कुत्ता रेबीज से संक्रमित हो जाए तो घातक परिणाम तक। दुर्भाग्य से, भारत में ऐसी समस्या से निपटने के लिए, खासकर बड़े पैमाने पर, कोई भी नया तंत्र विकसित करने और लागू करने में वर्षों, और कभी-कभी दशकों भी लग जाते हैं। जब तक ऐसा कोई समाधान नहीं निकलता, नागरिकों को इस भयावह अनिश्चितता का दंश झेलना पड़ता है।

केंद्र शासित प्रदेश के किसी भी जिले का उदाहरण लें, आवारा कुत्तों के आतंक ने अंततः जम्मू-कश्मीर की सड़कों को निवासियों, खासकर बच्चों और बुजुर्गों के लिए खतरे के क्षेत्र में बदल दिया है। निवासी और आगंतुक, खासकर देर रात के समय, जानवरों के काटने का शिकार होने के निरंतर भय में जी रहे हैं।

लोगों का ध्यान खींचने वाला ताज़ा मामला पुंछ के सुरनकोट कस्बे का है, जहाँ बाज़ार क्षेत्र में एक आवारा कुत्ते के हमले में कम से कम 12 लोग घायल हो गए। यह तो बस एक दिन की घटना है, लेकिन पूरे केंद्र शासित प्रदेश की स्थिति का अंदाज़ा लगाया जा सकता है, जहाँ इन आवारा कुत्तों का झुंड, खासकर रात के समय, अपने इलाकों में मंडराता रहता है।

सुरनकोट से आ रही रिपोर्टों में कहा गया है कि पुलिस और सुरनकोट नगर निगम ने मामले का संज्ञान लिया है, लेकिन समस्या विकराल होने के कारण केंद्र शासित प्रदेश स्तर पर कुछ नए कदम उठाने की ज़रूरत है क्योंकि आवारा कुत्तों के काटने के कई मामले दर्ज नहीं हो पाते क्योंकि लोगों को उम्मीद नहीं रह गई है कि अधिकारी इस पुरानी समस्या पर लगाम लगाने के लिए कोई कदम उठाएँगे। जम्मू संभाग और घाटी के संबंधित नगर निकाय, केंद्र शासित प्रदेश की सड़कों पर खुलेआम घूम रहे इन अप्रत्याशित जीवों की लगातार बढ़ती आबादी से उत्पन्न खतरे को रोकने में पूरी तरह विफल रहे हैं। एक तरफ सरकार रेबीज की रोकथाम के लिए जागरूकता बढ़ा रही है, लेकिन दूसरी तरफ, वह आवारा कुत्तों की आबादी पर लगाम लगाने में नाकाम रही है, जो हर गुजरते दिन के साथ बढ़ रही है और उन लोगों के लिए मुश्किलें खड़ी कर रही है जिन्हें रात में अपने पेशेवर कामों या किसी और काम से बाहर निकलना पड़ता है। इन कुत्तों की आबादी को सीमित करने के लिए उनका बधियाकरण एक नया विचार था, लेकिन इसे पूरे मन से लागू नहीं किया गया, जिससे यह धरती पर मनुष्य के इन सबसे पुराने साथियों से छुटकारा पाने की एक और निरर्थक कोशिश साबित हुई

इस साल अगस्त में प्रकाशित एक रिपोर्ट के अनुसार, जम्मू-कश्मीर प्रति 1,000 लोगों पर 23 आवारा कुत्तों के अनुपात के साथ भारत में दूसरे स्थान पर है, जिससे यह स्पष्ट होता है कि सरकार को आवारा कुत्तों की आबादी को नियंत्रित करने के लिए कड़े कदम उठाने होंगे, अन्यथा हालात बेकाबू हो सकते हैं। इसलिए, केंद्र शासित प्रदेश सरकार को बिना किसी और मानवीय नुकसान के, सर्वोच्च न्यायालय के दिशानिर्देशों के अनुरूप तेजी से कदम उठाने चाहिए।

बदलते समय में भाई दूज- कैसे बना रहे प्रेम और अपनापन

भाई दूज का पर्व केवल बहन की पूजा नहीं, बल्कि उस भावनात्मक संतुलन का प्रतीक भी है, जिसमें भाई सुरक्षा देता है और बहन संवेदना। दोनों एक-दूसरे की जरूरत बनकर रिश्तों के समाज का ढांचा खड़ा करते हैं। लेकिन आज की पीढ़ी में यह रिश्ता धीरे-धीरे औपचारिक होता जा रहा है। शहरों में बढ़ती व्यस्तता, प्रवास, और आत्मनिर्भर जीवनशैली ने भाई-बहन के रिश्तों को एक 'मौके की मुलाकात' बना दिया है। जहाँ पहले भाई अपनी बहन के घर जाकर दिनभर का समय उसके परिवार के साथ बिताता था, अब वह मुलाकात कुछ मिनटों या वीडियो कॉल तक सीमित रह जाती है।

-डॉ. प्रियंका सौरभ

दिवाली के बाद का शांत उजाला जब धीरे-धीरे घरों में उतरता है, तब आती है भाई दूज की सुबह- मिठास और ममता से भरी। बहनें अपने भाइयों के माथे पर तिलक लगाती हैं, आरती करती हैं और मन ही मन यह कामना करती हैं कि उनका भाई सदा सुखी रहे। बदले में भाई, बहन को उपहार देता है और यह वादा कि जीवनभर उसका साथ निभाएगा। यह दृश्य जितना सरल लगता है, उतना ही गहरा भी है। क्योंकि यह सिर्फ एक तिलक नहीं, रिश्तों में भरोसे, सुरक्षा और प्रेम की लकीर खींचने का संस्कार है।

आज जब समय बदल रहा है, रिश्तों की परिभाषाएँ बदल रही हैं, तब यह सवाल उठता है कि क्या भाई दूज का वही अपनापन और स्नेह अब भी पहले जैसा है? क्या भाई-बहन का रिश्ता अब भी उतना ही सहज, निर्भीक और भावनाओं से भरा है, जैसा कभी गाँव की मिट्टी और आँगन की धूप में होता था? कभी भाई दूज सिर्फ एक त्योहार नहीं, बल्कि जीवन का उत्सव हुआ करता था। बहनें सवेरे से तैयार होकर भाई की प्रतीक्षा करती थीं, घरों में पकवानों की खुशबू फैल जाती थी। भाई दूर-दूर से बहन के घर पहुँचते थे, क्योंकि यह दिन मिलन का होता था। न कोई दिखावा, न औपचारिकता- बस भावनाओं का सच्चा प्रवाह। उस समय रिश्तों में दूरी नहीं, दिलों की गर्माहट थी।

आज भी भाई दूज मनाया जाता है, पर उसकी आत्मा कहीं धुंधली पड़ने लगी है। अब भाई दूज का तिलक कई बार व्हाट्सएप पर भेजे गए इमोजी से लग जाता है, राखी और तिलक दोनों ऑनलाइन ग्रीटिंग्स में सिमट गए हैं। भाई दूज मुबारक का संदेश सोशल मीडिया पर चमकता है, पर उसके पीछे की नज़रों में अब वो अपनापन नहीं दिखता जो किसी बहन की आँखों में तब झलकता था जब वह अपने भाई का चेहरा देखती थी। यह बदलाव केवल तकनीक का नहीं, संवेदना का भी है। समय ने हमें जोड़ा जरूर है, पर जोड़े हुए रिश्ते अब दिलों से ज़्यादा डिवाइसों में रहने लगे हैं। भाई दूज जैसे पर्व जो निकटता, स्नेह और संवाद के प्रतीक थे, अब स्टेटस अपडेट बनते जा रहे हैं। इस बदलाव की जड़ें आधुनिक जीवन की भागदौड़, व्यावसायिकता और आत्मकेंद्रित सोच में हैं, जिसने हमें अपनों से दूर कर दिया है।

भाई दूज का पर्व केवल बहन की पूजा नहीं, बल्कि उस भावनात्मक संतुलन का प्रतीक भी है, जिसमें भाई सुरक्षा देता है और बहन संवेदना। दोनों एक-दूसरे की जरूरत बनकर रिश्तों के समाज का ढांचा खड़ा करते हैं। लेकिन आज की पीढ़ी में यह रिश्ता धीरे-धीरे औपचारिक होता जा रहा है। शहरों में बढ़ती व्यस्तता, प्रवास, और आत्मनिर्भर जीवनशैली ने भाई-बहन के रिश्तों को एक 'मौके की मुलाकात' बना दिया है। जहाँ पहले भाई अपनी बहन के घर जाकर दिनभर का समय उसके परिवार के साथ बिताता था, अब वह मुलाकात कुछ मिनटों या वीडियो कॉल तक सीमित रह जाती है। बहनें भी अब आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर हैं, भावनात्मक रूप से मज़बूत हैं और जीवन के हर फैसले खुद लेती हैं। यह बदलाव सकारात्मक भी है, क्योंकि अब बहनें सुरक्षा की मोहताज नहीं, बल्कि बराबरी के आत्मसम्मान की प्रतीक हैं। मगर इस बराबरी के दौर में भी रिश्तों की गर्माहट बनी रहना जरूरी है।

त्योहारों का उद्देश्य ही यही होता है- रिश्तों को दोबारा गढ़ना, दूरी मिटाना। भाई दूज हमें हर साल यह याद दिलाती है कि रिश्तों का पोषण केवल खून से नहीं, व्यवहार से होता है। लेकिन आधुनिकता की रफ्तार ने हमें इतना व्यस्त कर दिया है कि हम भावनाओं को भी समय-सारिणी में बाँधने लगे हैं। कभी-कभी लगता है कि रिश्ते अब कैलेंडर पर टिके कुछ त्योहारी दिनों के मेहमान बन गए हैं।

आज की बहनें केवल उपहार नहीं, भावनात्मक साझेदारी चाहती हैं। उन्हें यह नहीं चाहिए कि भाई बस त्योहार पर पैसे या गिफ्ट दे दे; वे चाहती हैं कि भाई उन्हें समझे, उनका सम्मान करे, उनके निर्णयों में साथ खड़ा रहे। और भाई भी चाहते हैं कि बहन सिर्फ स्नेह की मूर्ति नहीं, बल्कि सहयोग और संवेदना की साझेदार बने। यही रिश्ते का नया रूप है- बराबरी और आत्मीयता का संतुलन। भाई दूज अब केवल बहन की सुरक्षा का प्रतीक नहीं, बल्कि आपसी सम्मान और संवाद का भी प्रतीक बनना चाहिए। यह पर्व हमें याद दिलाता है कि भाई-बहन का रिश्ता सिर्फ बचपन का नहीं होता, वह उम्रभर का साथ है। भले जीवन के रास्ते अलग हों, पर दिलों के रास्ते जुड़े रहने चाहिए।

आज का समाज रिश्तों को प्रोडक्टिविटी और प्रोफेशनलिज़्म की कसौटी पर तौलने लगा है। हम दोस्ती में भी फायदे ढूँढ़ते हैं, तो पारिवारिक रिश्ते भी कभी-कभी बोझ लगने लगते हैं। भाई दूज ऐसे ही समय में हमें झकझोरती है- कि प्रेम का कोई विकल्प नहीं होता। तकनीक रिश्ते बना सकती है, पर आत्मीयता केवल स्पर्श, मुस्कान और अपनेपन से आती है। यह सही है कि समय बदल रहा है और रिश्तों की शैली भी बदलनी चाहिए। लेकिन हर बदलाव में भावनाओं का बीज बचा रहना जरूरी है। भाई दूज के पर्व को नया अर्थ देना होगा- जहाँ भाई और बहन दोनों एक-दूसरे की भावनाओं, संघर्षों और स्वतंत्रता का सम्मान करें। त्योहार तभी जीवित रहते हैं जब वे समय के साथ अपनी आत्मा को बचाए रखते हैं।

भाई दूज का असली अर्थ यही है कि रिश्तों की दीवारों पर समय की धूल जम जाने के बावजूद उनका रंग न फीका पड़े। यह पर्व हमें सिखाता है कि प्रेम का रिश्ता कभी पुराना नहीं होता, बस हमें उसे झाड़-पोंछकर चमकाना आना चाहिए। भाईदूज का संदेश बहुत सीधा है- रिश्तों को निभाने के लिए कोई बड़ी रस्म नहीं चाहिए, बस छोटी-छोटी संवेदनाएँ चाहिए। कभी एक फोन कॉल, कभी एक पत्र, कभी बिना कारण किया गया धन्यवाद- यही वो छोटे तिलक हैं जो भाई-बहन के रिश्ते को जीवित रखते हैं। समय बदलेगा, त्योहार भी रूप बदलेंगे, पर प्रेम और अपनापन अगर मन में बसा रहा, तो रिश्ते कभी टूटेंगे नहीं। भाई दूज हमें यह याद दिलाने आया है कि जीवन चाहे जितना तेज़ हो जाए, एक दिन रुककर किसी प्रिय को तिलक लगाना, उसकी आँखों में अपनेपन की रोशनी देखना- यही सच्चा त्योहार है।

इसलिए इस बार जब तिलक लगाएँ, तो साथ यह वचन भी लें कि रिश्तों की डोर कभी ढीली नहीं पड़ने देंगे। भाई दूज की यह रौशनी सिर्फ दीयों में नहीं, दिलों में भी जले। प्रेम और अपनापन केवल तस्वीरों में नहीं, व्यवहार में बहे। तभी इस पर्व का सार बचा रहेगा, और हम कह सकेंगे—बदलते समय में भी, भाई दूज से प्रेम और अपनापन बना हुआ है।

(लेखिका, स्वतंत्र टिप्पणीकार हैं।)

केंद्रीय विद्यालय में अवकाश की दरिद्रता

- डॉ. मयंक चतुर्वेदी

दरिद्रता और समृद्धि ये दोनों शब्द सदा 'मां लक्ष्मी' से जुड़े रहे हैं। जहाँ लक्ष्मी का वास होता है, वहाँ दरिद्रता का अस्तित्व नहीं टिक सकता।

भारतीय संस्कृति में दीपावली का पर्व धार्मिक अनुष्ठान होने के साथ ही सामाजिक, आर्थिक और आध्यात्मिक प्रकाश का उत्सव है। इस दिन भारत के हर कोने में दीपक जलते हैं, जो यह प्रतीक बनते हैं कि अंधकार कितना भी गहरा हो, प्रकाश अंततः विजय पाता है। परंतु यही दीपोत्सव जब भारत के केंद्रीय विद्यालयों तक पहुँचता है, तो उस प्रकाश के स्थान पर एक अजीब-सी प्रशासनिक दरिद्रता दिखाई देती है।

देशभर में जहाँ दीपावली पाँच दिनों तक उल्लासपूर्वक मनाई जाती है, वहीं केंद्रीय विद्यालय संगठन (केवीएस) में इसका अवकाश मात्र एक दिन तक सीमित है।

यह प्रश्न उठना स्वाभाविक है कि जब दीपावली भारत के हर घर, बाजार और संस्थान में उत्सव का कारण बनती है, तब शिक्षा मंत्रालय की यह उदासीनता क्यों क्या यह तर्कसंगत है कि बच्चे और शिक्षक रातभर पूजा-पाठ, रिश्तेदारों के आगमन और उत्सव की थकान के बाद अगले दिन प्रातः विद्यालय में उपस्थित हों नियम बनानेवाले ये कैसे भूल सकते हैं कि शिक्षा व्यवस्था केवल परीक्षा और पाठ्यक्रम का ढांचा नहीं होती, वह तो समाज की धड़कन से जुड़ी व्यवस्था है। जब वही व्यवस्था अपने विद्यार्थियों और शिक्षकों की सांस्कृतिक संवेदनाओं से कट जाए, तब शिक्षा मानव निर्माण के बजाय यांत्रिक प्रक्रिया बन जाती है।

अर्थव्यवस्था की गति- दीपावली का प्रभाव

दीपावली का प्रभाव केवल धार्मिक नहीं, आर्थिक रूप से भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। दीपावली सीजन में भारत में उपभोक्ता व्यय पांच लाख करोड़ तक पहुँचता है, जिससे करीब 32 लाख करोड़ की जीडीपी सक्रियता उत्पन्न होती है। ई-कॉमर्स, खुदरा, परिवहन और पर्यटन क्षेत्र में इस दौरान 25-30 प्रतिशत तक वृद्धि दर्ज होती है। अर्थात जब घर-घर में दीप जलते हैं, तब बाजार और रोजगार दोनों चमक उठते हैं। ऐसे में यह आश्चर्यजनक है कि देश की अर्थव्यवस्था का सबसे बड़ा पर्व, जिसे विश्व अब स्न्द्गह्यह्लद्ब1ड्डह्य श्द्ध क्क्-श्ह्यश्चद्गह्लद्बह्ल4 कहने लगा है, उसी देश के केंद्रीय विद्यालयों के लिए साधारण दिन जैसा बना हुआ है

कहना होगा कि ये केंद्रीय विद्यालयों का एक-दिनीय अवकाश केवल प्रशासनिक निर्णय नहीं, वस्तुतः उस मानसिकता का प्रतीक है जो शिक्षा और संस्कृति को दो विपरीत दिशाओं में देखती है। जब विद्यालय संस्कृति से कट जाते हैं, तो शिक्षा का उद्देश्य अधूरा रह जाता है। शिक्षा विशेषज्ञ भी इस बात को मानते हैं कि तीन से पाँच दिन का दीपावली अवकाश छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य, परिवारिक जुड़ाव और सांस्कृतिक चेतना के लिए आवश्यक है। अध्ययन बताते हैं कि विश्राम और पारिवारिक समय बिताने के बाद छात्र अधिक केंद्रित, सृजनशील और ऊर्जावान होकर लौटते हैं। इसीलिए अवकाश को पढ़ाई का नुकसान नहीं, बल्कि शिक्षा में निवेश कहा गया है।

धर्मेंद्र प्रधान और अभाविप की सांस्कृतिक सोच

यहाँ सबसे बड़ा प्रश्न केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान से जुड़ा है। यदि वे भी भारतीय संस्कृति के तत्वों और ऊर्जा केंद्रों का ध्यान नहीं रखेंगे तो उम्मीद किससे की जाएगी क्योंकि उनका जीवन तो छात्र शक्ति से राष्ट्र शक्ति तक का सतत प्रवाह है।

एक ऐसा संगठन जिसने हमेशा भारतीय संस्कृति और शिक्षा के समन्वय का पक्ष लिया है। अभाविप का मूल विचार ही रहा है कि भारतीय शिक्षा भारतीयता के भाव से परिपूर्ण हो।

अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद् में रहकर भारत के लिए जीने का व्रत उन्होंने लिया, तभी तो वे आज मोदी सरकार में अहम जिम्मेदारी पर हैं, यदि वे ही अपनी संस्कृति के लिए सजग नहीं रहेंगे तब सवाल यह है कि फिर इस बात के लिए कहां गुहार लगाई जाए धर्मेंद्र प्रधान ने अपने राजनीतिक जीवन में कई बार कहा है कि शिक्षा केवल किताबों तक सीमित नहीं होनी चाहिए; उसे भारत की सांस्कृतिक आत्मा से जुड़ा होना चाहिए।

केंद्रीय विद्यालय में दीपोत्सव के अवसर पर कम से कम तीन से पांच दिवस का निरंतरता में अवकाश रखा जाना चाहिए।

दीपावली केवल घरों में प्रकाश नहीं फैलाती, बल्कि मन, समाज और राष्ट्र की चेतना को भी आलोकित करती है। इस पर्व का उत्सव बच्चों के भीतर वह संस्कार जगाता है जो उन्हें परिश्रमी, कृतज्ञ और संयमी बनाता है। यदि शिक्षा मंत्रालय इसे मात्र एक दिन का औपचारिक अवकाश मानकर चलता रहेगा, तो आने वाली पीढ़ियाँ उस सांस्कृतिक शिक्षा से वंचित रह जाएँगी, जो किसी पाठ्य-पुस्तक में नहीं मिलती।

गोवर्धन पूजा: गौ पूजा का त्योहार

गो के प्रति श्रद्धा प्रकट करने के लिए ही कार्तिक शुक्ल पक्ष प्रतिपदा के दिन गोर्वधन की पूजा की जाती है और इसके प्रतीक के रूप में गाय की। वेदों में इस दिन वरुण, इन्द्र, अग्नि आदि देवताओं की पूजा का विधान है। इसी दिन बलि पूजा, गोवर्धन पूजा होती हैं। इस दिन गाय-बैल आदि पशुओं को स्नान कराकर, फूल माला, धूप, चंदन आदि से उनका पूजन किया जाता है। गायों को मिठाई खिलाकर उनकी आरती उतारी जाती है। यह ब्रजवासियों का मुख्य त्योहार है। अन्नकूट या गोवर्धन पूजा भगवान कृष्ण के अवतार के बाद द्वापर युग से प्रारम्भ हुई।

गोवर्धन पूजा एक प्रमुख त्योहार है। लोग इसे अन्नकूट के नाम से भी जानते हैं। इस पर्व की अपनी मान्यता और लोककथा है।

इस त्योहार का भारतीय लोकजीवन में काफी महत्व है। इस पर्व में प्रकृति के साथ मानव का सीधा सम्बन्ध दिखाई देता है। भगवान श्रीकृष्ण ने आज ही के दिन इन्द्र का मानमर्दन कर गिरिराज पूजन किया था। कबीर दास जी कहते हैं-

कबीर गोवर्धन कृष्ण जी उठाया, द्रोणागिरि हनुमंत। शेष नाग सब सृष्टि उठाई, इनमें को भगवंत।।

इस दिन मन्दिरों में अन्नकूट किया जाता है। अन्नकूट एक प्रकार से सामूहिक भोज का आयोजन है जिसमें पूरा परिवार एक जगह बनाई गई रसोई से भोजन करता है। इस दिन चावल, बाजरा, कढ़ी, साबुत मूंग सभी सब्जियां एक जगह मिलाकर बनाई जाती हैं। मंदिरों में भी अन्नकूट बनाकर प्रसाद के रूप में बांटा जाता है। सायंकाल गोबर के गोवर्धन बनाकर पूजा की जाती है।

अन्नकूट में चंद्र-दर्शन अशुभ माना जाता है। यदि प्रतिपदा में द्वितीया हो तो अन्नकूट अमावस्या को मनाया जाता है। इस दिन सन्ध्या के समय दैत्यराज बलि का पूजन भी किया जाता है।

गोवर्धन गिरि भगवान के रूप में माने जाते हैं और इस दिन उनकी पूजा अपने घर में करने से धन, धान्य, संतान और गोरस की वृद्धि होती है। आज का दिन तीन उत्सवों का संगम होता है। इस दिन दस्तकार और कल-कारखानों में कार्य करने वाले कारीगर भगवान विश्वकर्मा की पूजा भी करते हैं। इस दिन सभी कल-कारखाने तो पूर्णतः बंद रहते हैं। घर पर कुटीर उद्योग चलाने वाले कारीगर भी काम नहीं करते। भगवान विश्वकर्मा और मशीनों का दोपहर के समय पूजन किया जाता है।

गोवर्धन पूजा में गोधन यानी गायों की पूजा की जाती है। शास्त्रों में बताया गया है कि गाय उसी प्रकार पवित्र होती जैसे नदियों में गंगा। गाय को देवी लक्ष्मी का स्वरूप भी कहा गया है। देवी लक्ष्मी जिस प्रकार सुख-समृद्धि प्रदान करती हैं उसी प्रकार गो माता भी अपने दूध से स्वास्थ्य रूपी धन प्रदान करती हैं। इनका बछड़ा खेतों में हल जोतकर अनाज उगाता है। इस तरह गो सम्पूर्ण मानव जाति के लिए पूजनीय और आदरणीय है।

गो के प्रति श्रद्धा प्रकट करने के लिए ही कार्तिक शुक्ल पक्ष प्रतिपदा के दिन गोर्वधन की पूजा की जाती है और इसके प्रतीक के रूप में गाय की।

वेदों में इस दिन वरुण, इन्द्र, अग्नि आदि देवताओं की पूजा का विधान है। इसी दिन बलि पूजा, गोवर्धन पूजा होती हैं। इस दिन गाय-बैल आदि पशुओं को स्नान कराकर, फूल माला, धूप, चंदन आदि से उनका पूजन किया जाता है। गायों को मिठाई खिलाकर उनकी आरती उतारी जाती है। यह ब्रजवासियों का मुख्य त्योहार है। अन्नकूट या गोवर्धन पूजा भगवान कृष्ण के अवतार के बाद द्वापर युग से प्रारम्भ हुई। उस समय लोग इन्द्र भगवान की पूजा करते थे तथा छप्पन प्रकार के भोजन बनाकर तरह-तरह के पकवान व मिठाइयों का भोग लगाया जाता था।

दीपावली के दूसरे दिन सायंकाल गोवर्धन पूजा का विशेष आयोजन होता

है। इस दिन प्रातः गाय के गोबर से लेटे हुए पुरुष के रूप में गोवर्धन बनाया जाता है।

अनेक स्थानों पर इसके मनुष्याकार बनाकर पुष्पों, लताओं आदि से सजाया जाता है। इनकी नाभि के स्थान पर एक कटोरी या मिट्टी का दीपक रख दिया जाता है। फिर इसमें दूध, दही, गंगाजल, शहद, बताशे आदि पूजा करते समय डाल दिए जाते हैं और बाद में इसे प्रसाद के रूप में बांट देते हैं।

शाम को गोवर्धन की पूजा की जाती है। पूजा में धूप, दीप, नैवेद्य, जल, फल, फूल, खील, बताशे आदि का प्रयोग किया जाता है। पूजा के बाद गोवर्धनजी की जय बोलते हुए उनकी सात परिक्रमाएं लगाई जाती हैं। परिक्रमा के समय एक व्यक्ति हाथ में जल का लोटा व अन्य जौ लेकर चलते हैं। जल के लोटे वाला व्यक्ति पानी की धारा गिराता हुआ तथा अन्य जौ बोते हुए परिक्रमा पूरी करते हैं।

महाराष्ट्र में यह दिन बलि प्रतिपदा या बलि पड़वा के रूप में मनाया जाता है। भगवान विष्णु के एक अवतार वामनकी राजा बलि पर विजय और बाद में राजाबलि को पाताल लोक भेजने के कारण इस दिन उनका पुण्य स्मरण किया जाता है। माना जाता है कि भगवान वामन द्वारा दिए गए वरदान के कारण असुर राजा बलि इस दिन पातल लोक से पृथ्वी लोक आता है। अधिकतर गोवर्धन पूजा का दिन गुजराती नव वर्ष के दिन के साथ मिल जाता है जो कि कार्तिक माह की शुक्ल पक्ष के दौरान मनाया जाता है। गोवर्धन पूजा उत्सव गुजराती नव वर्ष के एक दिन पहले मनाया जा सकता है और यह प्रतिपदा तिथि के प्रारम्भ होने के समय पर निर्भर करता है।

गोवर्धन पूजा के सम्बन्ध में एक लोकगाथा प्रचलित है कि देवराज इन्द्र का अभिमान चूर करने हेतु भगवान श्री कृष्ण ने एक लीला रची। एक दिन उन्होंने देखा के सभी बृजवासी उत्तम पकवान बना रहे हैं और किसी पूजा की तैयारी में जुटे। श्री कृष्ण ने यशोदा मैया से प्रश्न किया कि आप लोग किन की पूजा की तैयारी कर रहे हैं ।

कृष्ण की बातें सुनकर यशोदा मैया बोली हम देवराज इन्द्र की पूजा के लिए अन्नकूट की तैयारी कर रहे हैं। मैया के ऐसा कहने पर श्री कृष्ण बोले मैया हम इन्द्र की पूजा क्यों करते हैं? यशोदा ने कहा वह वर्षा करते हैं जिससे अन्न की पैदावार होती है। उनसे हमारी गायों को चारा मिलता है। भगवान श्री कृष्ण बोले हमें तो गोर्वधन पर्वत की पूजा करनी चाहिए क्योंकि हमारी गाये तो वहीं चरती हैं।

इस दृष्टि से गोर्वधन पर्वत ही पूजनीय है और इन्द्र तो कभी दर्शन भी नहीं देते व पूजा न करने पर क्रोधित भी होते हैं। अतः ऐसे अहंकारी की पूजा नहीं करनी चाहिए।

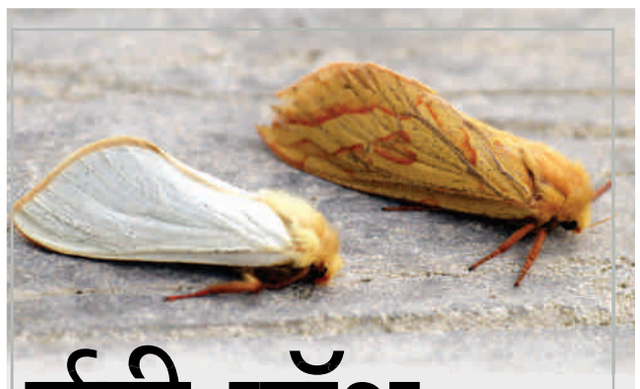
श्री कृष्ण के कहने पर सभी ने इन्द्र के बदले गोवर्धन पर्वत की पूजा की। देवराज इन्द्र ने इसे अपना अपमान समझा और मूसलाधार वर्षा शुरू कर दी। तब श्री कृष्ण ने अपनी कनिष्ठा उंगली पर पूरा गोवर्धन पर्वत उठा लिया और सभी बृजवासियों को उसमें अपने गाय और बछड़े समेत शरण लेने के लिए बुलाया। इन्द्र कृष्ण की यह लीला देखकर और क्रोधित हुए फलतः वर्षा और तेज हो गयी। इन्द्र का मान मर्दन के लिए तब श्री कृष्ण ने सुदर्शन चक्र से कहा कि आप पर्वत के ऊपर रहकर वर्षा की गति को नियन्त्रित करें और शेषनाग से कहा आप मेड़ बनाकर पानी को पर्वत की ओर आने से रोकें।

इन्द्र लगातार सात दिन तक मूसलाधार वर्षा करते रहे तब उन्हें एहसास हुआ कि उनका मुकाबला करने वाला कोई आम मनुष्य नहीं हो सकता। अतः वे ब्रह्मा जी के पास पहुंचे और सब वृतान्त कह सुनाया। ब्रह्मा जी ने इन्द्र से कहा कि आप जिस कृष्ण की बात कर रहे हैं वह भगवान विष्णु के साक्षात अंश हैं। ब्रह्मा जी के मुख से यह सुनकर इन्द्र अत्यंत लज्जित हुए और श्री कृष्ण से कहा कि प्रभु मैं आपको पहचान न सका। इसलिए अहंकारवश भूल कर बैठा। आप दयालु हैं और कृपालु भी इसलिए मेरी भूल क्षमा करें। इसके पश्चात देवराज इन्द्र ने श्री कृष्ण की पूजा कर उन्हें भोग लगाया।

सातवें दिन श्रीकृष्ण ने गोवर्धन को नीचे रखा और ब्रजवासियों से कहा अब तुम प्रतिवर्ष गोवर्धन पूजा कर अन्नकूट का पर्व मनाया करो। तभी से यह पर्व अन्नकूट के नाम से मनाया जाने लगा। इस पौराणिक घटना के बाद से ही गोवर्धन पूजा की जाने लगी। इस दिन देश के बहुत से प्रदेशों में लोग गोवर्धन पर्वत की पूजा करते हैं। गाय बैल को इस दिन स्नान कराकर उन्हें रंग लगाया जाता है। उनके गले में नई रस्सी डाली जाती है। गाय और बैलों को गुड़ और चावल मिलाकर खिलाया जाता है।

(लेखक, हिन्दुस्थान समाचार से संबद्ध हैं।)

साभार : अशोक कुमार मुनडेतिया



ईरी मॉथ : यह है दुनिया का सबसे बड़ा पतंगा

ब्राजील में पाए जाने वाले इस पतंगे को दुनिया में सबसे बड़े कीट का दर्जा प्राप्त है। इसे ईरी मॉथ, ग्रेट ऑवलेट माथ, घोस्ट मॉथ, वाइट व्हिच, ग्रेट ग्रे विच जैसे विभिन्न नामों से जाना जाता है। पतंगों की दुनिया में इसके पंख सबसे लंबे होते हैं, जिनक आकार 30 सेंटीमीटर तक होता है। हालांकि हरक्यूलिस माथ और एटलस माथ के पंखों का क्षेत्रफल ज्यादा होता है।

जीवन सिर्फ दो हफ्तों का

इसके पंखों पर बने विशिष्ट आकार के पैटर्न इसे ट्रॉपिकल जंगलों में पेड़ों के बीच छिपने में मदद करते हैं। यह इतना बड़ा पतंगा भी शिकारियों की नजर से बचा रहता है। इसके इसी छद्मावरण के कारण इसे देखना बड़ा मुश्किल होता है। पंखों का रंग क्रीमी वाइट या हल्का भूरा होता है, जिन पर कई बादामी और काली धारियां जिगजैग पैटर्न बनाती हैं। नर में ये पैटर्न ज्यादा स्पष्ट होते हैं। उनका जीवन काल एक-दो सप्ताह तक ही होता है।

पेड़ों की पत्तियों पर देती है अंडे

इनकी मादाएं रबर के पेड़ और केसिया जैसे पेड़ों की पत्तियों पर अपने अंडे देती हैं, जिनसे निकलने वाले लार्वा इन्हीं की पत्तियों को खाकर बड़े होते हैं। ये युवा बन प्यूपा बनाते हैं। ये पतंगे ऊरग्वे से लेकर मेक्सिको और कभी-कभी टैक्सास तक पहुंच जाते हैं।

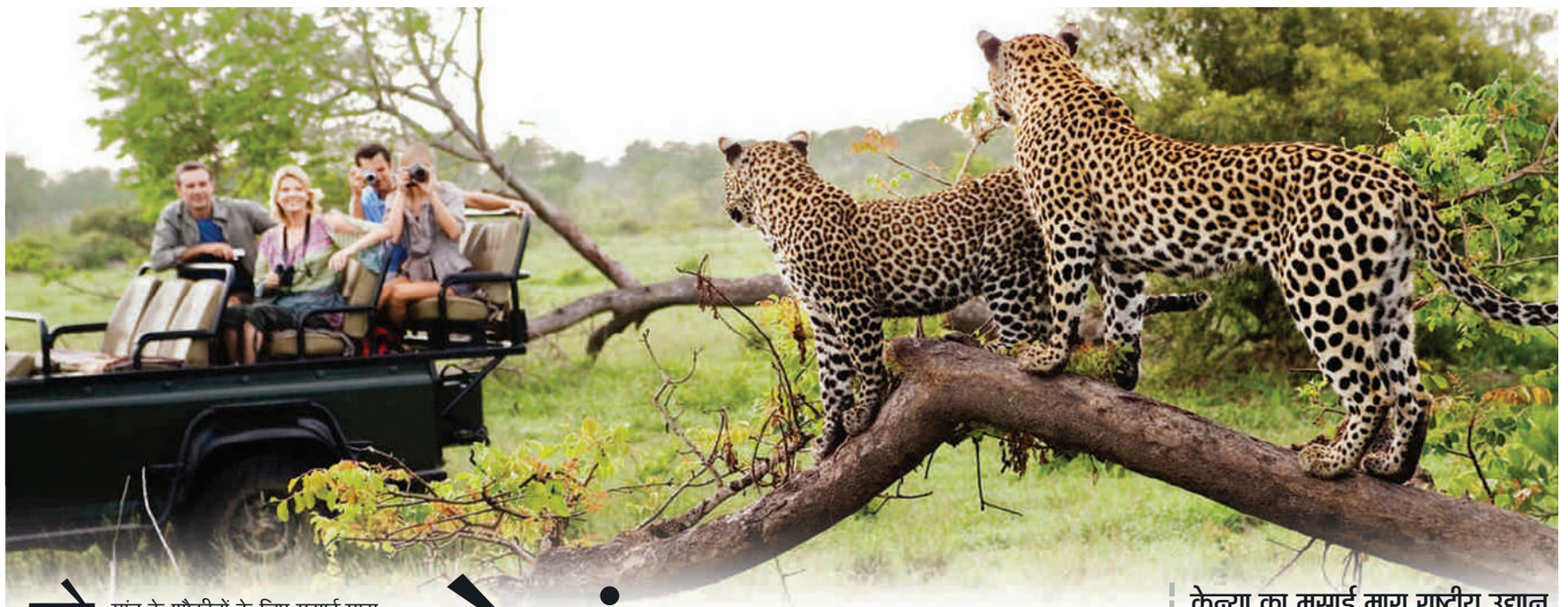
सांस्कृतिक मान्यताएं

दक्षिण अमेरिका की कई संस्कृतियों में यह मान्यता है कि यह पतंगे छिपी हुई अदृश्य दुनिया के संदेशवाहक हैं। वहां के लोगों का मानना है कि मृत लोगों की आत्माओं को ये अपने विशाल पंखों पर धारण करती है।

जमीन पर रेंग कर चलने वाली पर्च मछली

'मछली जल की रानी है, जीवन उसका पानी है,हाथ लगाओ डर जाएगी, बाहर निकालो मर जाएगी' मछलियों के बारे में भले ही आपने बचपन से ही ये बातें सुनी हों अर्थात यह कहा जाता रहा है कि बिना जल के मछली के जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती लेकिन 'पर्च' नामक मछली की एक प्रजाति ऐसी भी है, जो न सिर्फ पानी से बाहर भी 12 घंटे तक जीवित रह सकती है बल्कि जमीन पर रेंग कर चल भी सकती है। अन्य प्रकार की मछलियों को पक्षी भले ही न छोड़ें पर पर्च मछली को पक्षी नहीं खाते।

कारण है पर्च में पाए जाने वाले कांटे। आपको यह जानकर भी बड़ी हैरानी होगी कि इस मछली को सबसे पहले किसी जलस्रोत में नहीं बल्कि खजूर के एक पेड़ पर देखा गया था, यही वजह है कि इसे 'आरोही' मछली भी कहा जाता है। पूरे भारतीय प्रायद्वीप में पाई जाने वाली पर्च मछली ताजे पानी की मछली है जो हमेशा एक बेहतर घर की तलाश में रहती है। इसके शरीर में एक विशेष अंग होता है जिसके जरिए यह पानी के बाहर भी सांस ले पाती है। इसके गलफड़े अच्छी तरह विकसित नहीं होते। यही वजह है कि इसे सांस लेने के लिए बार-बार पानी की सतह पर आना पड़ता है। यदि पानी स्थिर हो जाए या फिर ज्यादा दूषित हो जाए तो यह पानी से बाहर आकर नए घर की तलाश शुरू कर देती है। पानी से बाहर यह करीब 12 घंटे तक जीवित रह सकती है, बशर्ते कि इसके गलफड़े तब तक गीले रहें। पानी से बाहर सांस लेने की अपनी अद्भुत क्षमता के कारण ही यह मछली वापस अपना रास्ता खोज लेती है।



रोमांच का दूसरा नाम मसाई मारा

रोमांच के शौकीनों के लिए मसाई मारा किसी स्वर्ग से कम नहीं है। सुबह सूरज की पहली किरणों के साथ अफ्रीका के कुछ सर्वाधिक खूबसूरत नजारे मसाई मारा में नजर आने लगते हैं। पर्यटन केन्या की आय का एक महत्वपूर्ण स्रोत है जिसके बाद फूलों, कॉफी तथा चाय के निर्यात से होने वाली आय है। इकेन्या में पर्यटन उद्योग हाल के दिनों में एक बार फिर अपने पैरों पर खड़ा होने लगा है, जब 2008 में केन्या में मची उथल-पुथल तथा खून-खराबे ने यहां सफारी पर्यटन को भारी नुक्सान पहुंचाया था।

पहली बार मसाई मारा आने वाले लोग इसके अनोखेपन से अभिभूत हुए बिना नहीं रह पाते हैं। करीब स्थित तंजानिया के सैरेंगेटी से बेशक ग्नू (हिरण की प्रजाति के जानवर) के झुंड इन दिनों यहां नहीं पहुंच रहे हों, फिर भी यह राष्ट्रीय उद्यान अनेक जानवरों की तस्वीरों से भरी किसी सुंदर पुस्तक जैसा प्रतीत होता है। जो लोग यहां करीब 30 साल पहले आ चुके हैं, वे याद कर सकते हैं कि तब यहां पहुंचने के लिए राजधानी नैरोबी से कार में 250 किलोमीटर का सफर तय करके पहुंचना पड़ता था परंतु अब सीधे हवाई जहाज में यहां पहुंचा जा सकता है।

पहले की तुलना में वे यहां कई अंतर देख सकते हैं। मसाई मारा तक जाने वाले रास्ते के दोनों तरफ अब बाड़ों में घिरे गेहूं के खेत तथा पालतु पशुओं के झुंड दिखाई देते हैं। अब यहां पहले की तुलना में जानवर भी कहीं कम हैं। केन्या में बढ़ती जनसंख्या का दबाव अब जंगलों तक पहुंच चुका है। 1980 से अब तक केन्या की जनसंख्या 150 प्रतिशत बढ़ कर 4 करोड़ 10 लाख तक पहुंच चुकी है। लोगों को रहने के लिए स्थान भी चाहिए और भोजन भी, जिसका विपरीत असर जंगलों और उनमें रहने वाले जीवों पर साफ नजर आता है। केन्या के जंगलों में खूब सारे जानवर हैं तो कुछ शिकारी भी हैं परंतु अभी यहां जानवरों का शिकार नियंत्रण में है। वैसे भी मसाई लड़ाके (मूल निवासी या यहां रहने वाले आदिवासी) प्राचीन काल से भाले से शेर का शिकार करके अपनी मर्दानगी साबित करते आए हैं। केन्या की जैव विविधता पर नजर रखने वाले कुछ विशेषज्ञों का कहना है कि मसाई मारा राष्ट्रीय उद्यान में गैर-कानूनी रूप से चरने वाले पशुओं की संख्या में लगातार इजाफा हुआ है। 1977 से अब तक यह संख्या 10 गुणा बढ़ चुकी है। दूसरी तरफ वन्य जीवों की संख्या में दो-तिहाई कमी आई है। इस संबंध में जारी पहले दीर्घकालीन अध्ययन के नतीजों पर कई लोगों ने आपत्ति भी जाहिर की है परंतु जानकारों का कहना है कि नतीजों में दिख रहे नकारात्मक रुझानों को नजरअंदाज नहीं किया जा सकता है और पिछले 35 सालों के दौरान सम्पूर्ण मसाई क्षेत्र में जंगली जानवरों की संख्या में 80 प्रतिशत तक कमी आई है। काफी सारा जंगली इलाका किसानों को पशु चराने तथा खेती के लिए सौंप दिया गया है। वे जंगल जिनमें मूल मसाई लोग खेती किया करते थे तथा जो उनके संरक्षण में रहते थे, अब तेजी से काटे जा रहे हैं। केन्या के जंगलों के समक्ष इन चुनौतियों तथा चिंताओं के बावजूद भी मसाई मारा की यात्रा एक अविस्मरणीय अनुभव बन जाती है। जंगल में रात गुजारने के लिए अनेक बंदोबस्त हैं परंतु उनमें से अधिकतर काफी महंगे हैं। वहां लॉज तथा तम्बू भी मिल जाते हैं और वे भी विभिन्न तरह के। यहां पर्यटकों के लिए कई कैम्प लगे रहते हैं। ऐसे ही एक मारा बुश कैम्प में हर तम्बू में एक काऊबैल लगाई गई है ताकि किसी जानवर के करीब आने पर अलार्म बज जाए क्योंकि इस कैम्प के चारों ओर कोई बाड़ नहीं लगी है। इससे पहले कि आप यहां किसी रेस्तरां या कैम्प फायर तक जाने के लिए निकलें, अपने साथ भाले से लैस किसी स्थानीय मसाई लड़ाके को ले जाना न भूलें।

केन्या का मसाई मारा राष्ट्रीय उद्यान जैव विविधता तथा तरह-तरह के जीव-जंतुओं के लिए दुनिया भर में मशहूर है। रोमांचक अनुभवों का शौक रखने वाले पर्यटक यहां तम्बुओं में रात बिताते हैं। रात में करीब ही लक्कड़बग्घों के गुर्राने की आवाजें सुनाई पड़ती हैं तो दरियाई घोड़े तम्बुओं को सूंघ कर आगे बढ़ जाते हैं। कहीं न कहीं से रह-रह कर शेर की दहाड़ भी कानों में पड़ती रहती है। इस जंगल में हाथियों, जंगली भैंसों तथा चीतों की भी कोई कमी नहीं है।

हवाओं का सबसे खतरनाक स्वरूप हरीकेन या टायफून

किसी न्यूज चैनल पर या मूवी में जब हवाओं का एक स्पिन करता हुआ गोला तेजी से पेड़, कार, जानवरों सबको खाते हुए दिखता है तो लगता है जैसे प्रकृति गुस्से से लाल-पीली नहीं बल्कि काली और भूरी हो रही है। हवा और पानी के रौद्र रूप का ये भी एक उदाहरण है। ये वो तूफान हैं जो अपने रास्ते में आने वाली हर चीज को तोड़-मरोड़ कर खत्म कर देते हैं। इन तूफानों के समय हवा की रफ्तार 150 मील प्रति घंटा और इससे कहीं ज्यादा तक हो सकती है। जानो इन खास तूफानी रूपों के बारे में और समझो इनके पीछे का विज्ञान।

किसी चैनल पर या मूवी तुमने भी हवाओं का एक स्पिन करता हुआ गोला तेजी से पेड़, कार, जानवरों सबको खाते हुए देखा होगा। इन्हें तुमने कई बार डिस्कवरी चैनल पर या किसी हॉलीवुड मूवी में भी देखा होगा। जमीन के साथ-साथ ये तूफानी बादलों की सतह से भी जुड़े हुए मालूम होते हैं। टॉरनेडो के अलावा इसे सायक्लोन या ट्विस्टर भी कहा जाता है। ये सारी चीजों को ट्विस्ट करता हुआ जो उठता है। दूर से देखो तो ऐसा लगता है मानो बादल से किसी ने एक बड़े से कपड़े को जमीन पर खड़े किसी हाथ में में पकड़ा दिया हो और बादल और जमीन दोनों मिलकर उस कपड़े को निचोड़ रहे हों। वहीं सायक्लोन नाम का उपयोग मेटरोलॉजी यानी मौसम विज्ञान में ज्यादा बड़े तूफान के मामले में किया जाता है। हिंदी में ये चक्रवात या बवंडर कहलाते हैं। यूं टॉरनेडो नाम स्पेनिश शब्द 'ट्रोनाडा'' से बना है जिसका मतलब है 'थंडरस्ट्रॉम।'' टॉरनेडो अलग-अलग साइज के हो सकते हैं पर इनका आकार तुम्हारी कैमेस्ट्री लैब में मौजूद फनल के जैसा होता है। जमीन की तरफ से संकरा और आसमान की ओर खुला हुआ। ये धूल का बड़ा सा गुबार होते हैं। सायक्लोन उन जगहों पर ज्यादा पैदा होते हैं जो जगहें इक्वेटर से पास हैं और ध्रुवों की तरफ यानी इक्वेटर से दूर जगहों पर ये कम पाए जाते हैं।

हमारे देश में ये बंगाल की खाड़ी के पास वाले इलाकों में ज्यादा दिखाई देते हैं। वैसे अंटार्कटिका के अलावा ये लगभग हर कॉन्टिनेंट में मिलते हैं। इनकी सबसे ज्यादा संख्या पाई जाती है अमेरिका के 'टॉरनेडो ऐली'' रीजन में। वैसे उत्तरी अमेरिका में इनका होना बहुत आम है। इनके आने का पता लगाने के लिए 'पल्स डॉप्लर राडार'' की मदद ली जाती है और इन्हें नापने के लिए कई तरह की फ्यूजिटा या टॉरो जैसी स्केल्स का उपयोग किया जाता है।

सामान्यतः किसी एक तूफान से एक से ज्यादा टॉरनेडो भी पैदा हो सकते हैं। ऐसे में इन्हें टॉरनेडो फैमेली भी कहा जाता है। यही नहीं जिस जगह टॉरनेडो बन रहे हैं उस जगह के नेचर के हिसाब से इनका रंग भी अलग-अलग हो सकता है। जैसे पानी के ऊपर उठने वाले टॉरनेडो सफेद या नीले हो सकते हैं तो कभी मिट्टी पर उठने के कारण ये लाल रंग के भी हो सकते हैं। है यह भी चक्रवात या सायक्लोन का ही एक रूप लेकिन इसका रिजल्ट भारी बारिश और बाढ़ वाले तूफान के रूप में दिखाई देता है। यानी ये पानी का खतरनाक रूप हैं। इन्हें भी तुमने कई हॉलीवुड मूवीज में देखा होगा। ये ट्रॉपिकल सायक्लोन कहलाते हैं जो कि मैक्सिको की खाड़ी, कैरेबियन सी, पूर्वी प्रशांत महासागर यानी ईस्टर्न पेसिफिक ओशियन तथा दक्षिणी अटलांटिक ओशियन जैसी जगहों पर जन्म लेते हैं। समुद्र की सतह पर मौजूद भाप से ये एनर्जी पाते हैं। इससे ही फिर भयानक बारिश वाले बादल आकार लेते हैं। इन्हें हरीकेन और टायफून के अलावा ट्रॉपिकल स्टॉर्म, ट्रॉपिकल डिप्रेशन आदि नामों से भी जाना जाता है। खास बात यह कि जमीन पर आने के बाद ये कमजोर पड़ जाते हैं क्योंकि उस समय ये अपने एनर्जी के सोर्स से यानी समुद्र की सतह से अलग होने लगते हैं। इनके बनते समय हवा पानी की सतह से ऊपर उठने की बजाय पानी के भीतर जाकर गोल, घुमावदार रूप ले लेती है।

इससे पानी पर एक खाली जगह बन जाती है जिसे 'आई'' यानी आंख कहा जाता है। दुनियाभर में ये तूफान आमतौर पर गरमी के मौसम के विदा लेते समय पैदा होते हैं जब समुद्र की सतह का तापमान सबसे ज्यादा होता है और भाप तेजी से बनती है। हालांकि, इसके अलावा भी अलग-अलग जगह इनका अलग सीजन हो सकता है। जमीन पर मौजूद डॉप्लर वेदर राडार के अलावा वेदर सैटेलाइट के जरिए भी इनके आने की सूचना मिल सकती है।

इनका टायफून नाम अरबी भाषा के 'तूफान'' शब्द से लिया गया है जिसे हिंदी और उर्दू में भी उपयोग में लाया जाता है। तूफान शब्द असल में ग्रीक मायथोलॉजी में तूफान के एक राक्षस 'टायफोन'' से भी जुड़ता है। वहीं हरीकेन शब्द स्पेनिश भाषा से आया है और तूफानों के देवता 'हुराकान'' को दर्शाता है। सबसे मजेदार बात यह है कि इन तूफानों की पहचान के लिए इनको बकायदा नाम दिए जाते हैं।

साभार : अशोक कुमार मुनडेतिया

आयुर्वेद से भगाएं ऑस्टियोआर्थराइटिस

इस हालत में किसी भी गतिविधि के बाद या आराम की लंबी अवधि के बाद जोड़ों का लचीलापन कम हो जाता है और वो सख्त हो जाते हैं और दर्ददायक बनते हैं।

ऑस्टियोआर्थराइटिस के लिए एलोपैथिक उपचार के अलावा, कुछ आयुर्वेदिक इलाज भी उपलब्ध हैं। आयुर्वेद कहता है कि शरीर में तीन जीव-ऊर्जा या दोष होते हैं, जो हमारे शरीर के विभिन्न कार्यों को नियंत्रित करते हैं। वात, कफ और पित्त यह उनके नाम हैं। जब एक व्यक्ति किसी भी प्रकार की बीमारी से ग्रस्त होता है, तब यह इन दोषों में असंतुलन की वजह से होता है।

ऑस्टियोआर्थराइटिस वात दोष में एक असंतुलन के कारण होता है और इसलिए ऑस्टियोआर्थराइटिस के लिए आयुर्वेदिक इलाज में इस दोष को संतुलित करने पर ध्यान केंद्रित किया जाता है, जिससे व्यक्ति को दर्द से राहत मिलने में आसानी होती है।

आयुर्वेद में ऑस्टियोआर्थराइटिस को संधिवात के रूप में जाना जाता है, जो जोड़ों का विकार है। इसका मतलब है कि हमारे शरीर के निचले हिस्से की हड्डियों को सपोर्ट देने वाले सुरक्षात्मक कार्टिलेज और कोमल ऊतकों का किसी कारणवश टूटना शुरू होना है।

ये हैं जड़ीबूटी

- **गुग्गुल** : ऊतकों को मजबूत बनाता है।
- **त्रिफला** : विषैले तत्वों को शरीर से साफ करना।
- **अश्वगंधा** : शरीर और मन को आराम और तंत्रिका तंत्र को उत्तेजना देना।
- **कॅस्टर (एरंडी)** : इस तेल को दर्द होने वाले क्षेत्र में लगाने के साथ ही इसका सेवन भी लिया जा सकता है, क्योंकि यह एक प्रभावी औषधि है।
- **बाला** : शरीर में रक्त परिसंचरण को बढ़ाने के लिए, दर्द को कम करने के लिए, नसों को ठीक करता है एवं शरीर में ऊतकों का विकास होता है।
- **शालाकी** : अपने सूजन विरोधी गुणों के लिए और शरीर की हड्डियों के करीब के ऊतकों की मरम्मत करने में सक्षम होने के गुण के लिए उपयोगी है।

रोजाना खाएं अदरक मिलेंगे अनगिनत फायदे

अदरक में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेटस, आयरन, कैल्शियम जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं, जो हमारे शरीर को स्वस्थ रखने का काम करते हैं। अदरक खाने से कई फायदे होते हैं।

अदरक एक भारतीय मसाला है जो हर घर में रोजाना इस्तेमाल होता है। अदरक में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेटस, आयरन, कैल्शियम जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं, जो हमारे शरीर को स्वस्थ रखने का काम करते हैं। अदरक खाने से कई फायदे होते हैं। आज हम उन्हीं फायदों के बारे में बताएंगे। चलिए जानते है एक टुकड़ा अदरक रोजाना खाने से शरीर को किस प्रकार फायदा मिलता है।

जी मिचलाना

जी मिचलना और उल्टी की समस्या को रोकने के लिए अदरक औषधि की तरह का काम करता है। 1 **चम्मच अदरक के जूस में 1 चम्मच नींबू का रस** मिलाएं। इसको हर दो घंटे बाद पीएं। जल्द ही राहत मिलेगी।

गठिया दर्द में राहत

अदरक में एंटी-इन्फ्लॉमेट्री प्रॉपर्टीज होती है जो जोड़ों के दर्द को खत्म करने में सहायक है। अदरक को खाने से या इसका लेप लगाने से भी दर्द खत्म होता है। इसका लेप बनाने के लिए अदरक को अच्छे से पीस लें। उसमें हल्दी मिला लें। इस पेस्ट को दिन में दो बार लगाएं। कुछ ही दिनों में फर्क दिखाई देने लगेगा।

मासिक धर्म में फायदेमंद

कुछ महिलाओं को मासिक धर्म के दौरान बहुत दर्द होती है। ऐसे में अदरक की चाय काफी फायदा पहुंचाती है। इसलिए दिन में 2 बार अदरक की चाय पीएं। इससे दर्द कम होगा।

सर्दी- जुकाम और फ्लू

सर्दी-जुकाम और फ्लू जैसी समस्या से बचने के लिए नियमित रूप से अदरक का सेवन करें। यह शरीर को गर्म रखता है जिससे पसीना अधिक आता है और शरीर गर्म बना रहता है।

माइग्रेन का इलाज

जिन लोगों को माइग्रेन की समस्या है उनके लिए अदरक रामबाण है। जब भी माइग्रेन का अटैक आए, तब अदरक की चाय बना कर पीएं। इसको पीने से माइग्रेन में होने वाले दर्द और उल्टी से काफी हद तक राहत मिलेगी।

दिल को रखता है स्वस्थ

अदरक कोलेस्ट्रॉल लेवल को कम करने, ब्लड प्रेशर को ठीक रखने, खून को जमने से रोकने का काम करता है। इससे दिल संबंधित बीमारियां भी नहीं होती है। इसलिए अपनी डाइट में अदरक को शामिल करें।

पाचन तंत्र मजबूत

अदरक पेट फूलने, कब्ज, गैस, एसीडिटी जैसी समस्याओं को ठीक रखने में भी सहायक है। जिन लोगों को पेट से संबंधित समस्याएं रहती है वह रोजान सुबह खाली पेट अदरक का सेवन करें।

मोर्निंग सिकनेस

मोर्निंग सिकनेस की समस्या अधिकतर गर्भवती महिलाओं को होती है। रोजाना सुबह अदरक के 1 टुकड़े को चबा कर खाएं। कुछ दिनों तक अदरक खाने से मोर्निंग सिकनेस की समस्या दूर हो जाएगी।

ऊर्जा करें प्रदान

अदरक खाने से शरीर गर्म तो रहता ही है साथ ही उसे एनर्जी भी मिलती है। रोजाना सुबह अदरक वाली चाय पीने से शरीर में चुस्ती- फुर्ती बनी रहेगी।

अनुलोम विलोम से स्वच्छ व निरोग रहती हैं नाड़ियां

अनुलोम का अर्थ होता है सीधा और विलोम का अर्थ है उल्टा। यहां पर सीधा का अर्थ है नासिका या नाक का दाहिना छिद्र और उल्टा का अर्थ है- नाक का बायां छिद्र। अर्थात अनुलोम-विलोम प्राणायाम में नाक के दाएं छिद्र से सांस खींचते हैं, तो बायीं नाक के छिद्र से सांस बाहर निकालते है।

यदि नाक के बाएं छिद्र से सांस खींचते हैं, तो नाक के दाहिने छिद्र से सांस को बाहर निकालते हैं। अनुलोम-विलोम प्राणायाम को कुछ योगीगण 'नाड़ी शोधक प्राणायाम' भी कहते हैं। उनके अनुसार इसके नियमित अभ्यास से शरीर की समस्त नाड़ियों का शोधन होता है यानी वे स्वच्छ व निरोग बनी रहती हैं। इस प्राणायाम के अभ्यासी को वृद्धावस्था में भी गठिया, जोड़ों का दर्द व सूजन आदि शिकायतें नहीं होतीं।

प्राणायाम की विधि

- अपनी सुविधानुसार पद्मासन, सिद्धासन, स्वस्तिकासन अथवा सुखासन में बैठ जाएं। दाहिने हाथ के अंगूठे से नासिका के दाएं छिद्र को बंद कर लें और नासिका के बाएं छिद्र से 4 तक की गिनती में सांस को भरें और फिर बायीं नासिका को अंगूठे के बगल वाली दो अंगुलियों से बंद कर दें। तत्पश्चात दाहिनी नासिका से अंगूठे को हटा दें और दायीं नासिका से सांस को बाहर निकालें।
- अब दायीं नासिका से ही सांस को 4 की गिनती तक भरे और दायीं नाक को बंद करके बायीं नासिका खोलकर सांस को 8 की गिनती में बाहर निकालें।
- इस प्राणायाम को 5 से 15 मिनट तक कर सकते हैं।

सावधानियां

- कमजोर और एनीमिया से पीड़ित रोगी इस प्राणायाम के दौरान सांस भरने और सांस निकालने (रेचक) की गिनती को क्रमश: चार-चार ही रखें। अर्थात चार गिनती में सांस का भरना तो चार गिनती में ही सांस को बाहर निकालना है।
- स्वस्थ रोगी धीरे-धीरे यथाशक्ति पूरक-रेचक की संख्या बढ़ा सकते हैं।
- कुछ लोग समयाभाव के कारण सांस भरने और सांस निकालने का अनुपात 1-2 नहीं रखते। वे बहुत तेजी से और जल्दी-जल्दी सांस भरते और निकालते हैं। इससे वातावरण में व्याप्त धूल, धुआं, जीवाणु और वायरस, सांस नली में पहुंचकर अनेक प्रकार के संक्रमण को पैदा कर सकते हैं।
- अनुलोम-विलोम प्राणायाम करते समय यदि नासिका के सामने आटे जैसी महीन वस्तु रख दी जाए, तो पूरक व रेचक करते समय वह न अंदर जाए और न अपने स्थान से उड़े। अर्थात सांस की गति इतनी सहज होना चाहिए कि इस प्राणायाम को करते समय स्वयं को भी आवाज न सुनाई पड़े।

लाभ

- फेफड़े शक्तिशाली होते हैं।
- सर्दी, जुकाम व दमा की शिकायतों से काफी हद तक बचाव होता है।
- हृदय बलवान होता है। इससे हार्ट अटैक नहीं होता।

एम्ब्लायोपिया स्थाई रूप से धुंधली हो सकती है दृष्टि

जिन बच्चों की आंखों की अश्रु नलिकाएं बचपन से ही अवरुद्ध होती हैं। उनकी दृष्टि धुंधली हो सकती है। यदि जन्म के बाद शुरुआती छह से 10 साल के अंदर इसका इलाज न कराया जाए तो दृष्टि स्थाई रूप से धुंधली हो सकती है। इस बीमारी को एम्ब्लायोपिया या लेजी आई कहते हैं।

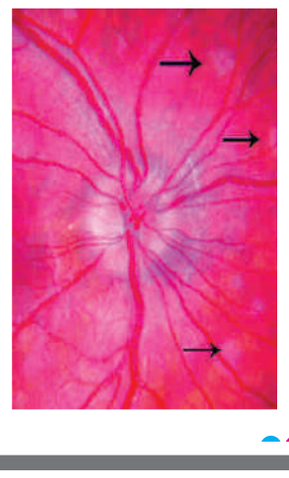
तीन साल से कम उम्र के ऐसे बच्चे जिनमें अश्रु नलिकाएं (नैसोलेक्रिमल डक्ट ऑब्सट्रक्शन-एनएलडीओ) अवरुद्ध होती हैं। उनमें एम्ब्लायोपिया बीमारी होने का खतरा बढ़ जाता है। इनमें से छह प्रतिशत मरीज ऐसे होते हैं, जिनमें जन्म से ही यह परेशानी होती है।

रखें सावधानी

पेंसिलवेनिया के लैनकास्टर के फैमेली आई ग्रुप के अध्ययनकर्ता नोएल एस. मैटा व डेविड आई. सिलबर्ट का कहना है कि अध्ययन में शामिल 375 बच्चों में से 22 प्रतिशत बच्चों में एम्ब्लायोपिया के खतरे के कारक थे। सामान्य आबादी में इस बीमारी की आठ गुना की दर से वृद्धि हो रही है।

जन्मजात बीमारी

मैटा का कहना है, हमने एनएलडीओ की जन्मजात परेशानी वाले सभी बच्चों की जांच की बात कही। हमने सावधानीपूर्वक उनमें एम्ब्लायोपिया के खतरे के कारकों की मौजूदगी का अध्ययन किया।



रात के समय कार्बोहाइड्रेड चीजें खाने से बचें

स्वास्थ्य सही है तो शरीर सही है। शरीर सही है तो मन सही है। इसलिए अपने स्वास्थ्य पर ज्यादा ध्यान देना चाहिए। हम आपको बताते हैं, हेल्थ के क्या लेना चाहिए और क्या नहीं।

शाम के पांच बजे के बाद कार्बोहाइड्रेट लेना चाहिए या नहीं? यदि वजन पर नियंत्रण रखना चाहते हैं तो पांच नहीं सात बजे के बाद ऐसी चीजें खाने से बचें, जिनमें कार्बोहाइड्रेड होता है। रात के समय हमेशा ऐसी चीजें ही खाएं, जो आसानी से पच जाएं।

- केला और सेब लौह तत्वों से भरपूर हैं। इसलिए वह कटने के बाद भूरे हो जाते हैं। यह गलतफहमी है। भूरा होने की वजह आयरन नहीं एंजाइम हैं। रंग गहराने के पीछे फलों में मौजूद फिनॉलिक कंपाउंड का ऑक्सीडेशन हैं, ये कंपाउंड हवा में तैरती ऑक्सीजन के संपर्क में आने से रंग बदलते हैं।

लो फैट का दूध लें

- दूध और उससे बने उत्पाद बचपन बीत जाने के बाद उपयोगी नहीं। दूध और दूध से बने उत्पादों में केवल प्रोटीन ही नहीं आवश्यक एमिनो एसिड, फैटी एसिड तथा कैल्शियम के साथ विटामिन ए, डी तथा मैग्नीशियम, फास्फोरस व पोटेशियम भी होता है। दूध अवश्य लें भले ही वह लो फैट हो।
- खाने में डाले गए नमक से ज्यादा नुकसानदेह है, ऊपर से नमक डालना? नमक तैयार खाने में पहले से डाला गया हो या ऊपर से मिलाया गया, उसमें मौजूद सोडियम एक समान होता है।
- आयरन का बेहतर स्रोत होने के कारण पालक ही रक्त की कमी से बचाता है। बहुत सी पत्तेदार सब्जियों में भरपूर आयरन होता है जैसे, ब्रॉक्ली में 40 मि.ग्रा., चौलाई-20 मि.ग्रा., सरसों में 16-3 मि.ग्रा., गाजर की पत्तियों में 18 मि.ग्रा. आयरन होता है, जबकि पालक में 1.1 मि.ग्रा. होता है।
- सूजी अनाज नहीं है? सूजी मैदा का दानेदार रूप है। इसमें पोषक तत्वों की मात्रा पॉलिश चावल और मैदे के समान होती है।

एक अंडा ही रोज खाएं

- शुगर फ्री उत्पाद हेल्दी होते हैं। आमतौर पर लोग अकसर शुगर फ्री उत्पादों को लो कैलोरी मान डायबिटीज और वजन नियंत्रण के लिए उपयोगी समझते हैं, परंतु ये शुगर फ्री उत्पाद अनेक अनदेखे शुगर स्रोतों से युक्त होते हैं। इनका अधिक सेवन स्वास्थ्य पर विपरीत प्रभाव डालता है।
- अंडों में कोलेस्ट्रॉल अधिक होता है, इसलिए इसे नहीं खाना चाहिए। एक अंडे में 215 मि.ग्रा. कोलेस्ट्रॉल होता है, अकेले एक अंडे की जर्दी में 300 मि.ग्रा. कोलेस्ट्रॉल होता है, लेकिन अंडे में अन्य पौष्टिक तत्वों की बहुलता है। हाल ही में हुई रिसर्च से पता चला कि जो लोग एक अंडा प्रतिदिन खाते हैं, उन्हें अंडा न खाने वालों की तुलना में हृदय रोग का खतरा कम होता है।
- उपवास रखने से शरीर के टॉक्सिन बाहर निकलते हैं। उपवास संतुलित भोजन और अधिक कैलोरीज पर नियंत्रण रखता है, लेकिन इस दौरान रिच डाइट, फल, जूस, अधिक मेवे आदि लेने से इसका उलटा भी हो सकता है।

चीनी ज्यादा न खाएं

- चीनी खाने से डायबिटीज होती है। यह सोच कर चीनी न खाने पर डायबिटीज नहीं होगी, गलत है। स्टार्च, फैट, प्रोटीन और चीनी जैसे अधिक कैलोरी वाले खाद्य शरीर में इंसुलिन की मात्रा बढ़ाकर डायबिटीज को जन्म देते हैं। जब शरीर कार्बोहाइड्रेट को पचाने में अक्षम हो, तभी डायबिटीज होती है।
- शहद जैसे प्राकृतिक पदार्थ शुगर का विकल्प हैं। बहुत से लोग सोचते हैं कि ये शुगर फ्री तथा कम कैलोरी वाले प्राकृतिक स्रोत हैं तथा इन्हें रिफाइन भी नहीं किया जाता, इसलिए ये नुकसानदेह नहीं। लेकिन 1 चम्मच शहद में 65 कैलोरी तथा एक चम्मच शुगर में 46 कैलोरी होती है। ग्लाइस्मिक इंडेक्स भी शहद में 87 तथा शुगर में 59 होता है।
- बिना नमक का खाना तेजी से वजन कम करता है। याद रखें कि पहले तो सोडियम के न रहने पर पानी कम होता है न कि फैट। नर्वस सिस्टम सही ढंग से काम करे, इसके लिए भी सोडियम जरूरी होता है। इसका लेवल डिप्रेशन, स्वभाव परिवर्तन और कमजोरी का कारण होता है।
- शुगर मूड को प्रभावित करती है। इंसानी दिमाग ऊर्जा के लिए पूरे तौर पर ब्लड शुगर (ग्लूकोज) पर निर्भर रहता है। इसकी कमी से हाइपोग्लीमिया का दौरा तथा कमजोरी, डिप्रेशन, दिमागी गड़बड़ियां हो सकती हैं।

केला-दूध फायदेमंद

- रात में मेटाबॉलिज्म सिस्टम धीमा होता है। इसलिए भारी नाश्ता करना चाहिए। सुबह का नाश्ता दिन भर की ऊर्जा के लिए बेहद जरूरी है, लेकिन इसके लिए भारी की जरूरत नहीं। आप केले या दूध से भी काम चला सकती हैं।
- मछली खाने के बाद दूध नहीं पीना चाहिए। ऐसा हमेशा नहीं होता। लेकिन कुछ स्थितियों में इसे मान लेना बेहतर होता है।
- बिना शुगर के फलों के जूस प्राकृतिक व शुगर फ्री होते हैं। ये लो कैलोरी जरूर होते हैं, लेकिन इसमें फ्रूकटोस होने के कारण शुगर फ्री नहीं होते।

बंदूक के लाइसेंस के लिए

संगीता बिजलानी

ने किया अप्लाई, बोलीं: डरा हुआ महसूस कर रही...

एक्ट्रेस संगीता बिजलानी ने पावना के अपने फार्म हाउस में हुई चोरी के बाद सुरक्षा संबंधी बढ़ती चिंताओं और पुलिस जांच की धीमी गति का हवाला देते हुए बंदूक लाइसेंस के लिए आवेदन किया है. संगीता ने हाल ही में पुणे ग्रामीण के पुलिस अधीक्षक संदीप सिंह गिल से मिलकर चोरी के मामले की ताज़ा जानकारी ली. उन्होंने बताया कि घटना को लगभग साढ़े तीन महीने बीत जाने के बावजूद, कोई खास सफलता नहीं मिली है.इस घटना के बारे में बताते हुए संगीता बिजलानी ने कहा, मैं पिछले 20 सालों से वहां रह रही हूं. पावना मेरे लिए एक घर रहा है, और मेरे फार्महाउस में चोरी की भयावह घटना को साढ़े तीन महीने हो गए हैं, लेकिन अभी तक कोई सुराग नहीं मिला है.

फार्म हाउस में चोरी के बाद उठाया कदम

उन्होंने बताया कि एसपी गिल ने उन्हें आश्वासन दिया है कि पुलिस मामले की तह तक जाएगी और दोषियों को पकड़ेगी. शिकायत के अनुसार, जुलाई में अज्ञात बदमाशों ने उनके घर में घुसकर फ्रिज, टीवी और फर्नीचर जैसे घरेलू सामान तोड़ दिए. उन्होंने दीवारों पर अश्लील चित्र भी बनाए और 50,000 रुपये नकद और 7,000 रुपये मूल्य का एक टीवी लूटकर फरार हो गए.इस घटना को बेहद विचलित करने वाला बताते हुए संगीता बिजलानी ने कहा, वहां चोरी और सेंधमारी हुई थी. यह डरावना था. शुक्र है कि मैं वहां नहीं थी. घर के अंदर दीवार पर अश्लील चीज़ें और भित्तिचित्र लिखे हुए थे. उन्होंने ज़ोर देकर कहा कि इस चोरी ने न सिर्फ उन्हें, बल्कि पावना के पूरे समुदाय को झकझोर कर रख दिया है. पावना में कई निवासी रहते हैं, जिनमें वरिष्ठ नागरिक और परिवार भी शामिल हैं. सुरक्षा बेहद ज़रूरी है. हाल ही में इन घटनाओं की वजह से पावना इलाके के निवासी असुरक्षित महसूस कर रहे हैं.

डरा हुआ महसूस कर रही हूं - संगीता

बंदूक का लाइसेंस लेने के अपने फैसले के बारे में बताते हुए एक्ट्रेस संगीता ने कहा, इस घटना के बाद, मैंने पुणे ग्रामीण पुलिस से बंदूक का लाइसेंस मांगा है. एक महिला होने के नाते अगर मैं घर में अकेली जाती हूं, तो मुझे लगता है कि किसी तरह की सुरक्षा तो होनी ही चाहिए. मुझे कभी बंदूक का लाइसेंस लेने की ज़रूरत महसूस नहीं हुई, लेकिन पहली बार मैं असुरक्षित महसूस कर रही हूं. मुझे बंदूक की ज़रूरत है और पहली बार मैं असुरक्षित और थोड़ा डरा हुआ महसूस कर रही हूं.

पवन सिंह से पत्नी ज्योति ने मांगी 30 करोड़ की एलिमनी, वकील बोले- कौन उन्हें साथ में रखेगा

भोजपुरी स्टार पवन सिंह अपनी पर्सनल लाइफ को लेकर इन दिनों कुछ ज्यादा ही सुर्खियों में रहे हैं. बात इतनी बढ़ गई थी कि पवन सिंह को अपने मामले में प्रेस कॉन्फ्रेंस तक करनी पड़ गई. लेकिन, अब इस मामले में पवन सिंह के वकील का बयान भी सामने आया है, जिसमें उन्होंने पवन सिंह की पत्नी ज्योति सिंह के डिमांड किए गए एलिमनी के बारे में बताया है. हालांकि, पवन सिंह ने भी कई बार इस पर बात करते हुए कहा है कि उनका तलाक का केस चल रहा है.साल 2018 में पवन सिंह ने ज्योति सिंह से शादी की थी, एक्टर की ये दूसरी शादी है. हालांकि, उनकी ये शादी ज्यादा दिनों तक सही नहीं चली और दोनों में मनमुटाव होने लगा. जिसके बाद से उन्होंने अलग होने का फैसला कर लिया. हालांकि, पिछले कुछ वक्त में सोशल मीडिया पर ज्योति की तरफ से इस मामले पर पोस्ट शेयर हुए हैं. लेकिन, इधर बीच ये मामला ज्यादा बढ़ गया और पवन सिंह और ज्योति अपने मामले को लेकर हेडलाइन बन गए.

ज्योति ने कितनी मांगी है एलिमनी

अब इस मामले में पावर स्टार के वकील ने अपनी बात रखी है. उन्होंने बताया है कि ज्योति सिंह ने पवन सिंह से 30 करोड़ रुपए एलिमनी के तौर पर डिमांड किया है. कुछ वक्त पहले ज्योति ने पवन सिंह के घर जाकर हंगामा किया था और उस दौरान वो सोल मीडिया पर लाइव भी आई थीं. हालांकि, उनके वीडियो में ये क्लियर हो गया कि ज्योति की तरफ से कोर्ट में मेंटेनेंस का केस चल रहा है. वकील ने कहा है कि जब तक इस मामले में कोर्ट की तरफ से कुछ नहीं कहा जाएगा, तब तक ज्योति के कहने से कुछ भी नहीं होगा.

साथ बैठकर बात करनी चाहिए

इतना ही नहीं उन्होंने ये भी कहा कि मीडिया में इस तरह से प्रचार करना गलत है. दोनों को आराम से बैठकर इस मामले पर बात करनी चाहिए. वकील ने आगे कहा कि इतनी बेइज्जती के बाद कौन उन्हें साथ में रखेगा. एलिमनी के बारे में बात करते हुए उन्होंने कहा, ज्योति कितनी भी रकम एलिमनी में मांग लें, उससे कुछ नहीं होगा. कोर्ट में पवन सिंह की कमाई को देखने के बाद ही इस चीज का फैसला किया जाएगा. कोर्ट का फैसला ही आखिरी होगा.

ये तो सोचा ही न था! तुलसी के बाद अब 'पार्वती' भी करेंगी वापसी, इस 'महासंगम' से फैंस हुए एक्साइटेड

स्टार प्लस के शो क्योंकि सास भी कभी बहू थी ने जब से टीवी पर वापसी की है, तभी से ये शो टीआरपी रेटिंग में आगे चल रहा है. शो में इस वक्त परी का ट्रैक देखा जा रहा है, जहां तुलसी और मिहिर में गलतफहमियां देखी जा सकती है. अब आने वाले एपिसोड में कहानी घर-घर की की पार्वती यानी साक्षी तंवर को भी शो में देखा जाएगा.

हिंदी टेलिविजन शोज की दुनिया पर एक वक्त में दो बहूओं ने राज किया है. ये दो नाम हैं तुलसी और पार्वती के. तुलसी यानी स्मृति ईरानी और पार्वती यानी की साक्षी तंवर ने फैंस को खूब हंसाया भी है और जी भर के रुलाया भी है. वक्त बदला, दौर बदला और टीवी भी बदलता चला गया. 2025 का साल आया और तुलसी ने टीवी पर एक बार फिर से वापसी कर ली. एकता कपूर के सबसे फेमस शोज में से एक 'क्योंकि सास भी कभी बहू थी' ने एक बार फिर छोटे पर्दे पर अपना पुराना दबदबा हासिल कर लिया है.क्योंकि सास भी कभी बहू थी 2 इस वक्त रेटिंग्स के मामले में अनुपमा को कड़ी टक्कर दे रहा है. इसी बीच अब एक महासंगम एपिसोड भी शूट किया जा रहा है जहां टीवी की एक और बहुत खास जोड़ी यानी 'कहानी घर-घर की' के ओम और पार्वती भी छोटे पर्दे पर वापसी करने जा रहे हैं.

तुलसी-मिहिर की मिटेंगी दूरियां

खबरों के मुताबिक, ओम और पार्वती यानी किरन करमारकर और साक्षी तंवर 'क्योंकिज' के एक महासंगम एपिसोड के लिए तुलसी और मिहिर यानी स्मृति ईरानी और अमर उपाध्याय के साथ खास शूट करने वाले हैं. ये एपिसोड दोनों के कमबैक की तरह होने वाला है. शो का एक छोटा सा प्रोमो भी सामने आया है. दरअसल, 'क्योंकि सास भी कभी बहू थी' के लेटेस्ट ट्रैक में दिखाया जा रहा है कि तुलसी की बेटी परी मिहिर और तुलसी के बीच गलतफहमियां पैदा कर चुकी है, वहीं मिहिर की दोस्त नोएना भी मिहिर को पाने की कोशिश कर रही हैं, जिससे मिहिर तुलसी में काफी दूरियां आ गई हैं.

महासंगम एपिसोड में दिखेंगे पार्वती-ओम

जानकारी के मुताबिक, आने वाले इस महासंगम एपिसोड में दिखाया जाएगा कि कैसे पार्वती और ओम, मिहिर और तुलसी के बीच की गलतफहमियों को मिटाने की कोशिश करते नजर आएंगे. इस एपिसोड में किसी प्रोपर्टी के खरीददार बनकर पार्वती और ओम अग्रवाल, वीरानी हाउस आएंगे और फिर दोनों तुलसी और मिहिर की दूरियां कम करवाते दिखाई देंगे. शो के इस एपिसोड के लिए फैंस काफी एक्साइटेड हैं. ये एपिसोड जल्द ही ऑन एयर होगा.

Thamma के जिस गाने 'पॉइजन बेबी' में

मलाइका अरोड़ा

ने उड़ाया गर्दा, उस 3 मिनट के लिए वसूले इतने करोड़

इस वक्त बॉक्स ऑफिस पर जिस फिल्म की आंधी चल रही है, वो है- ऋषभ शेट्टी की 'कांतारा चैप्टर 1'. हालांकि, कुछ ही दिनों में एक और बड़ी फिल्म आ रही है. दिवाली पर आयुष्मान खुराना और रश्मिका मंदाना की पिक्चर 'थामा' सिनेमाघरों में दस्तक देने वाली है. जिसे लेकर तगड़ा माहौल भी बना हुआ है.

इस वक्त फिल्म का एक गाना लगातार छाया हुआ है, जो बीते दिनों ही रिलीज किया गया है. गाने में आयुष्मान और रश्मिका के साथ ही मलाइका अरोड़ा ने भी खूब गर्दा उड़ाया. 3 मिनट 2 सेकंड के गाने के लिए एक्ट्रेस ने कितनी फीस ली है ? जान लीजिए.दरअसल फिल्मों में स्पेशल गाना रखने का ट्रेंड चल पड़ा है. हर फिल्म में मेकर्स किसी एक्ट्रेस के साथ डांस नंबर रखने की प्लानिंग करते हैं. जो पिक्चर में कुछ एक्स्ट्रा भी जोड़ता है. जैसे 'स्त्री 2' में तमन्ना भाटिया के आज की रात को जबरदस्त रिस्पॉन्स मिला था. इस बार पॉइजन बेबी के साथ मैडॉक हॉरर कॉमेडी यूनिवर्स वालों ने एक बड़ा दांव खेला है. साथ ही मलाइका अरोड़ा ने अपने डांस मूव्स से हर किसी के होश उड़ा दिए.

'पॉइजन बेबी' के लिए मलाइका ने कितनी फीस ली ?

मलाइका अरोड़ा ने पहले ही अपनी फिटनेस से हर किसी को इम्प्रेस कर रखा है. 51 साल की एक्ट्रेस को देखकर उम्र का अंदाजा नहीं लगाया जा सकता है. हालांकि, अब मैडॉक की फिल्म में उन्हें बड़ा मौका मिला है. Poison Baby गाने में मलाइका अरोड़ा ने अपने डांस मूव्स से गर्दा उड़ाया है. एक्ट्रेस ने कांच के गिलास के साथ जबरदस्त डांस किया. हाल ही में एक रिपोर्ट सामने आई. जिससे पता लगा कि उन्होंने गाने के लिए 2 करोड़ की तगड़ी रकम वसूली है.

जो कि 3 मिनट के लिए बहुत ज्यादा है, क्योंकि पूरी फिल्म के लिए ही कई स्टार्स को महज 1 करोड़ मिलते हैं.हालांकि, इस आइटम सॉन्ग में आखिरी के कुछ सीन्स धमाकेदार है. जब मलाइका अरोड़ा और रश्मिका मंदाना का फेस ऑफ होता है. दोनों साथ में डांस करती नजर आती हैं. दरअसल इस पिक्चर में पहले ही कई गाने हैं, जिन्हें रिलीज कर दिया गया है. अब मलाइका अरोड़ा के डांस नंबर पर 3 मिलियन व्यूज मिल चुके हैं. वहीं, 12 घंटे में 1 लाख से ज्यादा लाइक्स भी आ गए हैं.

मशरूम की खेती

मशरूम की खेती में छह चरण होते हैं, और हालांकि विभाजन कुछ हद तक मनमाना है, ये चरण यह पहचानते हैं कि उत्पादन प्रणाली बनाने के लिए क्या आवश्यक है।

छह चरण हैं

चरण I खाद बनाना, चरण II खाद बनाना, स्पॉनिंग, केसिंग, पिनिंग और क्रॉपिंग। इन चरणों का वर्णन उनके स्वाभाविक रूप से होने वाले अनुक्रम में किया गया है, जिसमें प्रत्येक चरण के भीतर मुख्य विशेषताओं पर जोर दिया गया है।

खाद मशरूम को उगाने के लिए आवश्यक पोषक तत्व प्रदान करती है। मशरूम खाद आम तौर पर, सबसे अधिक इस्तेमाल की जाने वाली और सबसे कम खर्चीली सामग्री, गेहूँ के भूसे से बनी है। सिंथेटिक खाद आमतौर पर घास और गेहूँ के भूसे से बनाई जाती है, हालाँकि यह शब्द अक्सर किसी भी मशरूम खाद को संदर्भित करता है जहाँ मुख्य घटक घोड़े की खाद नहीं है। खाद में नाइट्रोजन की खुराक और एक कंडीशनिंग एजेंट, जिप्सम को शामिल करने की आवश्यकता होती है।

खाद की तैयारी दो चरणों में होती है जिन्हें चरण ढ्ढ और चरण II खाद कहा जाता है। खाद की तैयारी और मशरूम उत्पादन की चर्चा चरण I खाद से शुरू होती है।

1. चरण I मशरूम खाद बनाना

चरण ढ्ढ खाद बनाने की शुरुआत सामग्री को मिलाकर और गीला करके की जाती है क्योंकि उन्हें एक आयताकार ढेर में रखा जाता है जिसमें किनारे सख्त और बीच ढीला होता है। आम तौर पर, थोक सामग्री को खाद बनाने वाले टर्नर के माध्यम से डाला जाता है। सिंथेटिक खाद पर पानी का छिड़काव किया जाता है क्योंकि ये सामग्री टर्नर के माध्यम से आगे बढ़ती है। नाइट्रोजन सप्लीमेंट और जिप्सम को थोक सामग्री के ऊपर फैलाया जाता है और टर्नर द्वारा अच्छी तरह मिलाया जाता है। एक बार जब ढेर गीला हो जाता है और बन जाता है, तो सूक्ष्मजीवों की वृद्धि और प्रजनन के परिणामस्वरूप एरोबिक किण्वन (खाद बनाना) शुरू होता है, जो थोक सामग्री में स्वाभाविक रूप से होता है। इस

प्रक्रिया के दौरान गर्मी, अमोनिया और कार्बन डाइऑक्साइड को उप-उत्पादों के रूप में छोड़ा जाता है।

मजबूर वातन का उपयोग, जहां खाद को कंक्रीट के फर्श पर या सुरंगों या बंकरों में रखा जाता है और फर्श में स्थित प्लेनम, नोजल या स्पिगोट के माध्यम से हवा के जबरन मार्ग से वातित किया जाता है, मशरूम उद्योग में लगभग सार्वभौमिक हो गया है।

मशरूम खाद तब बनती है जब कच्चे माल की रासायनिक प्रकृति सूक्ष्मजीवों की गतिविधि, गर्मी और कुछ गर्मी-मुक्त करने वाली रासायनिक प्रतिक्रियाओं द्वारा परिवर्तित हो जाती है। इन घटनाओं के परिणामस्वरूप मशरूम के विकास के लिए सबसे उपयुक्त खाद्य स्रोत बनता है जिसमें अन्य कवक और बैक्टीरिया शामिल नहीं होते। पूरी प्रक्रिया के दौरान पर्याप्त नमी, ऑक्सीजन, नाइट्रोजन और कार्बोहाइड्रेट मौजूद होना चाहिए, अन्यथा प्रक्रिया रुक जाएगी। यही कारण है कि समय-समय पर पानी और पूरक मिलाए जाते हैं, और टर्नर के माध्यम से आगे बढ़ने पर खाद के ढेर को हवादार किया जाता है।

मशरूम खाद बनाने के लिए इस्तेमाल किए जाने वाले कच्चे माल की गुणवत्ता अत्यधिक परिवर्तनशील होती है और स्पॉन रन और मशरूम उपज के मामले में खाद के प्रदर्शन को प्रभावित करने के लिए जानी जाती है। गेहूं के भूसे का भौगोलिक स्रोत, किस्म और नाइट्रोजन उर्वरक, पौधों की वृद्धि नियामकों और कवकनाशी का उपयोग खाद की उत्पादकता को प्रभावित कर सकता है। खाद बनाने के लिए इसके उपयोग से पहले अवांछित और संभावित रूप से हानिकारक कवक और बैक्टीरिया के विकास को कम करने के लिए गेहूं के भूसे को ढककर रखना चाहिए।

खाद में आमतौर पर होने वाली चिकनाई को कम करने के लिए जिप्सम मिलाया जाता है। जिप्सम खाद में कुछ रसायनों के फ्लोक्यूलेशन को बढ़ाता है, और वे पुआल या घास से चिपक जाते हैं, बजाय पुआल के बीच के छिद्रों (छिद्रों) को भरने के। इस घटना का एक अतिरिक्त लाभ यह है कि हवा ढेर में अधिक आसानी से प्रवेश कर सकती है, और खाद बनाने की प्रक्रिया के लिए हवा आवश्यक है। हवा के बहिष्कार के परिणामस्वरूप वायुहीन (अवायवीय) वातावरण बनता है जिसमें हानिकारक रासायनिक यौगिक बनते हैं जो मशरूम उगाने के लिए मशरूम खाद की चयनात्मकता को कम करते हैं। जिप्सम को खाद बनाने की शुरुआत में 40 पाउंड प्रति टन सूखी सामग्री के हिसाब से मिलाया जाता है।

आज सामान्य रूप से उपयोग में आने वाले नाइट्रोजन सप्लीमेंट में मकई डिस्टिलर का अनाज, सोयाबीन, मूंगफली या कपास के बीज का भोजन और चिकन खाद आदि शामिल हैं। इन सप्लीमेंट का उद्देश्य घोड़े की खाद के लिए नाइट्रोजन की मात्रा को 1.5 प्रतिशत या सिंथेटिक के लिए 1.7 प्रतिशत तक बढ़ाना है, दोनों की गणना सूखे वजन के आधार पर की जाती है। सिंथेटिक खाद को खाद बनाने की शुरुआत में अमोनियम नाइट्रेट या यूरिया मिलाने की आवश्यकता होती है ताकि खाद के माइक्रोफ्लोरा को उनके विकास और प्रजनन के लिए नाइट्रोजन का आसानी से उपलब्ध रूप मिल सके।

प्रारंभिक खाद का ढेर 5 से 6 फीट चौड़ा, 5 से 6 फीट ऊंचा और जितना आवश्यक हो उतना लंबा होना चाहिए। ढेर (रिक) बनाने के लिए एक दो-तरफा बॉक्स का उपयोग किया जा सकता है, हालांकि कुछ टर्नर रिकर से सुसज्जित होते हैं, इसलिए बॉक्स की आवश्यकता नहीं होती है। ढेर के किनारे दृढ़ और घने होने चाहिए, फिर भी चरण I खाद बनाने के दौरान केंद्र ढीला रहना चाहिए। जैसे-जैसे खाद बनाने के दौरान पुआल या घास नरम होती जाती है, सामग्री कम कठोर होती जाती है और संघनन आसानी से हो सकता है। यदि पारंपरिक चरण I प्रक्रिया में सामग्री बहुत सघन हो जाती है, तो हवा ढेर के माध्यम से नहीं जा सकती है और एक अवायवीय वातावरण विकसित होगा। खाद में अवायवीय केंद्र कोर की समस्या को बलपूर्वक वातन का उपयोग करके काफी हद तक दूर किया गया है।

पलटना और पानी देना लगभग 2-3 दिन के अंतराल पर किया जाता है, लेकिन तब तक नहीं जब तक ढेर गर्म न हो (145ए से 170एF)। पलटने से पानी देने, हवा देने और सामग्री को मिलाने का अवसर मिलता है, साथ ही पुआल या घास को कूलर से ढेर में गर्म जगह पर, बाहर की बजाय अंदर की जगह पर स्थानांतरित करने का अवसर मिलता है। खाद पलटने पर पूरक भी डाले जाते हैं, लेकिन उन्हें खाद बनाने की प्रक्रिया में जल्दी ही मिलाना चाहिए। पलटने की संख्या और पलटने के बीच का समय शुरुआती सामग्री की स्थिति और खाद को 145एF से अधिक तापमान तक गर्म होने के लिए आवश्यक समय पर निर्भर करता है।

पानी मिलाना बहुत ज़रूरी है क्योंकि बहुत ज़्यादा पानी छिद्रों की जगह घेरकर ऑक्सीजन को बाहर निकाल देगा और बहुत कम पानी बैक्टीरिया और फफूंद की वृद्धि को सीमित कर सकता है। एक सामान्य नियम के रूप में, ढेर बनने पर और पहली बार पलटने के समय पानी को निक्षालन के बिंदु तक डाला जाता है और उसके बाद खाद बनाने की अवधि के दौरान या तो बिल्कुल नहीं या बहुत कम पानी डाला जाता है।

चरण II खाद बनाने से पहले आखिरी बार पलटने पर, पानी उदारता से डाला जा सकता है ताकि जब खाद को कसकर निचोड़ा जाए, तो उसमें से पानी टपकने लगे। पानी, पोषक मूल्य, सूक्ष्मजीव गतिविधि और तापमान के बीच एक संबंध है और क्योंकि यह एक श्रृंखला है, जब एक स्थिति एक कारक के लिए सीमित होती है, तो पूरी श्रृंखला काम करना बंद कर देगी।

चरण I खाद बनाने की अवधि 6 से 14 दिनों तक होती है, जो कि शुरुआत में सामग्री की प्रकृति और प्रत्येक मोड़ पर इसकी विशेषताओं पर निर्भर करता है। खाद बनाने के साथ एक मजबूत अमोनिया गंध जुड़ी होती है, जो आमतौर पर एक मीठी, फफूंदयुक्त गंध से पूरित होती है। जब खाद का तापमान 155एस और उससे अधिक होता है, और अमोनिया मौजूद होता है, तो रासायनिक परिवर्तन होते हैं, जिसके परिणामस्वरूप मशरूम द्वारा विशेष रूप से उपयोग किया जाने वाला भोजन बन जाता है। रासायनिक परिवर्तनों के उप-उत्पाद के रूप में, गर्मी निकलती है और खाद का तापमान बढ़ जाता है। खाद में तापमान दूसरे और तीसरे मोड़ के दौरान 170ए से 180एF तक पहुँच सकता है जब जैविक और रासायनिक गतिविधि का एक वांछनीय स्तर हो रहा होता है।

चरण 1 के अंत में खाद को- I) चॉकलेट ब्राउन रंग का होना चाहिए; b) नरम, लचीले स्ट्रॉ होने चाहिए,) इसमें 68 से 74 प्रतिशत तक नमी की मात्रा होनी चाहिए; और स) इसमें अमोनिया की एक मजबूत गंध होनी चाहिए। जब वर्णित नमी, तापमान, रंग और गंध पहुँच जाती है, तो चरण I खाद बनाना पूरा हो जाता है।

2. चरण II- खाद तैयार करना

चरण II खाद बनाने के दो मुख्य उद्देश्य हैं। खाद में मौजूद किसी भी कीट, नेमाटोड, कीट कवक या अन्य कीटों को मारने के लिए पाश्चराइजेशन आवश्यक है। और दूसरा, खाद को कंडीशन करना और चरण I खाद बनाने के दौरान बनने वाले अमोनिया को हटाना आवश्यक है।

चरण II के अंत में 0.07 प्रतिशत से अधिक सांद्रता में अमोनिया अक्सर मशरूम स्पॉन विकास को बाधित करता है, इसलिए इसे हटाया जाना चाहिए; आम तौर पर, एक व्यक्ति अमोनिया की गंध तब महसूस कर सकता है जब सांद्रता 0.10 प्रतिशत से अधिक हो।

चरण II तीन स्थानों में से एक में होता है, जो इस्तेमाल की गई उत्पादन प्रणाली के प्रकार पर निर्भर करता है। उगाने की ज़ोन वाली प्रणाली के लिए, खाद को लकड़ी की ट्रे में पैक किया जाता है, ट्रे को छह से आठ ऊँचा रखा जाता है, और पर्यावरण नियंत्रित चरण II कमरे में ले जाया जाता है। इसके बाद, ट्रे को विशेष कमरों में ले जाया जाता है, जिनमें से प्रत्येक को मशरूम उगाने की प्रक्रिया के प्रत्येक चरण के लिए इष्टतम वातावरण प्रदान करने के लिए डिज़ाइन किया गया है।

बेड या शेल्फ सिस्टम के साथ, खाद को सीधे बेड में रखा जाता है, जो फसल संस्कृति के सभी चरणों के लिए उपयोग किए जाने वाले कमरे में होते हैं। सबसे हाल ही में शुरू की गई प्रणाली, बल्क सिस्टम, वह है जिसमें खाद को एक छिद्रित फर्श और कंप्यूटर नियंत्रित वातन के साथ एक इन्सुलेटेड सुरंग में रखा जाता है; यह एक कमरा है जिसे विशेष रूप से चरण II खाद बनाने के लिए डिज़ाइन किया गया है।

खाद को चाहे बेड, ट्रे या बल्क में रखा जाए, गहराई और घनत्व या संपीड़न में समान रूप से भरा जाना चाहिए। खाद का घनत्व गैस विनिमय के लिए अनुकूल होना चाहिए, क्योंकि अमोनिया और कार्बन डाइऑक्साइड को बाहरी हवा द्वारा प्रतिस्थापित किया जाएगा।

चरण II खाद को नियंत्रित, तापमान पर निर्भर, पारिस्थितिक प्रक्रिया के रूप में देखा जा सकता है, जिसमें हवा का उपयोग करके खाद को सूक्ष्मजीवों के बढ़ने और प्रजनन के लिए सबसे उपयुक्त तापमान सीमा में बनाए रखा जाता है। इन थर्मोफिलिक (गर्मी पसंद करने वाले) जीवों की वृद्धि उपयोगी कार्बोहाइड्रेट और नाइट्रोजन की उपलब्धता पर निर्भर करती है, जिसमें से कुछ नाइट्रोजन अमोनिया के रूप में होती है। ये सूक्ष्मजीव पोषक तत्व पैदा करते हैं या खाद में पोषक तत्वों के रूप में काम करते हैं, जिस पर मशरूम माइसीलियम पनपता है और अन्य जीव नहीं।

हाल के वर्षों में सुरंगों में चरण II को पूरा करना अधिक लोकप्रिय हो गया है। सुरंग खाद बनाने का लाभ यह है कि अधिक महंगे उत्पादन कक्षों की तुलना में प्रति फीट 2 में अधिक खाद का उपचार किया जाता है। जब बल्क स्पॉन रन के साथ जोड़ा जाता है, तो सुरंग खाद बनाने से अधिक एकरूपता और मशीनीकरण के अधिक उपयोग का लाभ मिलता है। हालाँकि, पाश्चुरीकरण सुरंग से बल्क स्पॉन रन सुरंग में तैयार खाद को स्थानांतरित करने से उसी कमरे में रहने वाली खाद की तुलना में अवांछित रोगजनकों और कीटों के संक्रमण का खतरा बढ़ सकता है। इस प्रकार, इन-रूम खाद बनाने की तुलना में सुरंग खाद बनाने के साथ स्वच्छता के उच्च स्तर की आवश्यकता हो सकती है।

चरण II के उद्देश्यों को याद रखना महत्वपूर्ण है जब उचित प्रक्रिया और अनुक्रम निर्धारित करने का प्रयास किया जाता है। एक उद्देश्य अवांछित अमोनिया को हटाना है। इस उद्देश्य के लिए 125ए से 130एस तक का तापमान सबसे कुशल है क्योंकि इस तापमान सीमा में डी-अमोनीफाइंग जीव अच्छी तरह से विकसित होते हैं। चरण ढ्ढ का दूसरा उद्देश्य पाश्चुरीकरण अनुक्रम का उपयोग करके खाद में मौजूद किसी भी कीट को हटाना है।

चरण II के अंत में स्पॉनिंग (रोपण) शुरू होने से पहले खाद का तापमान लगभग 75ए से 80एस तक कम किया जाना चाहिए। खाद में नाइट्रोजन की मात्रा 2.0 से 2.4 प्रतिशत और नमी की मात्रा 68 से 72 प्रतिशत के बीच होनी चाहिए। इसके अलावा, चरण II के अंत में लाभदायक मशरूम की पैदावार प्राप्त करने के लिए बिस्तर या ट्रे की सतह के प्रति वर्ग फुट 6 से 8 पाउंड सूखी खाद होना वांछनीय है। चरण II प्रक्रिया के दौरान खाद और खाद के तापमान दोनों का एक समान होना महत्वपूर्ण है क्योंकि जितना संभव हो सके उतनी समरूप सामग्री प्राप्त करना वांछनीय है।

3. स्पॉनिंग

जैसे-जैसे मशरूम परिपक्व होता है, यह मशरूम कैप के नीचे की तरफ स्थित मशरूम गिल्स पर लाखों सूक्ष्म बीजाणु पैदा करता है। ये बीजाणु मोटे तौर पर उच्च पौधे के बीजों के समान कार्य करते हैं। हालाँकि, उत्पादक मशरूम के बीजाणुओं का उपयोग मशरूम खाद के बीज के लिए नहीं करते हैं क्योंकि वे अप्रत्याशित रूप से अंकुरित होते हैं और इसलिए, विश्वसनीय नहीं होते हैं। सौभाग्य से, माइसेलियम (पतली, धागे जैसी कोशिकाएँ) को अंकुरित बीजाणुओं से वानस्पतिक रूप से प्रचारित किया जा सकता है, जिससे स्पॉन निर्माताओं को स्पॉन उत्पादन के लिए संस्कृति को गुणा करने की अनुमति मिलती है। माइसेलियम को प्रचारित करने के लिए विशेष सुविधाओं की आवश्यकता होती है, ताकि मशरूम माइसेलियम शुद्ध रहे। विभिन्न अनाजों या अगरों पर वानस्पतिक रूप से प्रचारित माइसेलियम को स्पॉन के रूप में जाना जाता है, और वाणिज्यिक मशरूम किसान इसके निर्माण में विशेषज्ञता वाली कंपनियों से स्पॉन खरीदते हैं।

स्पॉन बनाने वाले बाजरे के दाने और पानी और चाक के मिश्रण को जीवाणुरहित करके स्पॉन बनाने की प्रक्रिया शुरू करते हैं; बाजरे की जगह राई, गेहूं और दूसरे छोटे अनाज का इस्तेमाल किया जा सकता है। ब्लॉकों में बने जीवाणुरहित घोड़े की खाद का इस्तेमाल लगभग 1940 तक स्पॉन के लिए विकास माध्यम के रूप में किया जाता था, और इसे ब्लॉक या ईंट स्पॉन या खाद स्पॉन कहा जाता था; आज ऐसे स्पॉन का इस्तेमाल नहीं किया जाता है। एक बार जब जीवाणुरहित अनाज में थोड़ा माइसीलियम मिला दिया जाता है, तो अनाज और माइसीलियम को सक्रिय माइसीलियल विकास की 14-दिन की अवधि में 4-दिन के अंतराल पर 3 बार हिलाया जाता है। एक बार जब अनाज माइसीलियम द्वारा उपनिवेशित हो जाता है, तो उत्पाद को स्पॉन कहा जाता है। स्पॉन को कुछ महीनों के लिए रेफ्रिजरेट किया जा सकता है, इसलिए स्पॉन को स्पॉन के लिए आर्मर के ऑर्डर से पहले ही बना लिया जाता है।

स्पॉन को कम्पोस्ट पर वितरित किया जाता है और फिर कम्पोस्ट में अच्छी तरह मिला दिया जाता है। सालों से यह काम हाथ से किया जाता था, स्पॉन को कम्पोस्ट की सतह पर बिखेर दिया जाता था और एक छोटे रेक जैसे उपकरण से इसे हिलाया जाता था। हाल के वर्षों में, हालांकि, बेड सिस्टम के लिए, स्पॉन को एक विशेष स्पॉनिंग मशीन द्वारा कम्पोस्ट में मिलाया जाता है जो कम्पोस्ट और स्पॉन को टाइन या छोटे उंगली जैसे उपकरणों के साथ मिलाती है। एक ट्रे या बैच सिस्टम में, स्पॉन को कम्पोस्ट में तब मिलाया जाता है जब वह एक कन्वेयर बेल्ट के साथ आगे बढ़ता है या एक कन्वेयर से ट्रे में गिरता है। स्पॉनिंग दर को बेड सतह के प्रति इतने वर्ग फीट में एक इकाई या क्वार्ट के रूप में व्यक्त किया जाता है; 5 फीट 2 प्रति 1 इकाई वांछनीय है। दर को कभी-कभी स्पॉन वजन बनाम सूखी खाद के वजन के आधार पर व्यक्त किया जाता

3.1 स्पॉनिंग के समय अनुपूरण

1960 के दशक की शुरुआत में, जब स्पॉनिंग, केसिंग और बाद में खाद में प्रोटीन और/या लिपिड-समृद्ध सामग्री डाली गई, तो उपज में वृद्धि देखी गई। स्पॉनिंग के समय खाद में प्रोटीन सप्लीमेंट की थोड़ी मात्रा डालने पर उपज में 10ब तक की वृद्धि प्राप्त हुई। खाद में अत्यधिक गर्मी और प्रतिस्पर्धी मोल्डों की उत्तेजना ने सप्लीमेंट की मात्रा और उससे मिलने वाले लाभ को काफी हद तक सीमित कर दिया। मशरूम की खेती के लिए विलंबित रिलीज सप्लीमेंट के आविष्कार से ये सीमाएँ दूर हो गईं। स्पॉनिंग के समय मशरूम खाद में गैर-कम्पोस्टेड पोषक तत्वों के सप्लीमेंट से जुड़े नुकसान को फॉर्मेल्डिहाइड से विकृत प्रोटीन कोट के भीतर वनस्पति तेल की सूक्ष्म बूंदों को समाहित करके काफी हद तक दूर किया गया। 60% तक की वृद्धि प्राप्त हुई। आज, कई वाणिज्यिक सप्लीमेंट उपलब्ध हैं जिनका उपयोग मशरूम की उपज को बढ़ाने के लिए स्पॉनिंग या केसिंग के समय किया जा सकता है।

माइक्रोमैक्स0 के साथ मशरूम सब्सट्रेट में संशोधन उत्पादकों के लिए अपने चरण IIखाद की उपज क्षमता में सुधार करने का एक और संभावित अवसर है। माइक्रोमैक्स0 में नौ सूक्ष्म पोषक तत्वों का मिश्रण होता है (प्रतिशत शुष्क वजन के आधार पर)

एक बार जब स्पॉन और सप्लीमेंट को कंपोस्ट में मिला दिया जाता है और कंपोस्ट को इस तरह से काम किया जाता है कि सतह समतल हो जाए, तो कंपोस्ट का तापमान 75ए-80एस पर बनाए रखा जाता है और कंपोस्ट की सतह या स्पॉन के सूखने को कम करने के लिए सापेक्ष आर्द्रता को उच्च रखा जाता है। इन परिस्थितियों में स्पॉन बढ़ेगा - कंपोस्ट में माइसीलियम का एक धागे जैसा नेटवर्क तैयार करेगा। स्पॉन ग्रेन से माइसीलियम सभी दिशाओं में बढ़ता है, और अंततः विभिन्न स्पॉन ग्रेन से माइसीलियम एक साथ मिलकर कंपोस्ट के स्पॉन बेड को एक जैविक इकाई बनाता है। संलयन होने के बाद स्पॉन कंपोस्ट में सफ़ेद से नीले-सफ़ेद द्रव्यमान के रूप में दिखाई देता है। जैसे-जैसे स्पॉन बढ़ता है, यह गर्मी पैदा करता है, और अगर कंपोस्ट का तापमान 80ए से 85एस से ऊपर बढ़ जाता है, तो यह किस्म पर निर्भर करता है, गर्मी माइसीलियम को मार सकती है या नुकसान पहुंचा सकती है और अधिकतम फसल उत्पादकता और/या मशरूम की गुणवत्ता की संभावना को खत्म कर सकती है। 74एF से कम तापमान पर, स्पॉन की वृद्धि धीमी हो जाती है और स्पॉनिंग और कटाई के बीच का समय अंतराल बढ़ जाता है।

3.2 चरण III और चरण IV खाद

चरण III खाद चरण II खाद का वह भाग है जो सुरंग में बड़ी मात्रा में चलाया जाता है, और सुरंग से निकालने तथा उत्पादक को देने पर आवरण के लिए तैयार होता है। यदि चरण III खाद को आवरण में रखा जाता है तथा स्पॉन को उगाने वाली इकाई में भेजने या उत्पादकों को देने से पहले आवरण परत में बसने दिया जाता है, तो इसे चरण IV खाद कहा जाता है। चरण III तथा चरण IV खाद की सफलताएँ, बहुत हद तक, चरण I तथा चरण II खाद की गुणवत्ता पर निर्भर करती हैं। चरण III खाद का उपयोग मशरूम की गुणवत्ता में भी सुधार कर सकता है, क्योंकि उपनिवेशित खाद के विखंडन से आरंभिक रंग तथा मशरूम की शेल्फ लाइफ में सुधार होता है। हाल के वर्षों में, चरण III खाद के बल्क उपयोग की लोकप्रियता में वृद्धि हुई है, क्योंकि यह उत्पादक को अपने उत्पादन कक्षों से अपेक्षित फसलों की संख्या में वृद्धि करने की अनुमति देता है।

3.3 मशरूम की किस्में

संयुक्त राज्य अमेरिका में, मशरूम उत्पादक तीन प्रमुख मशरूम किस्मों का उपयोग करते हैं-) चिकनी सफेद संकर - टोपी चिकनी, टोपी और डंठल सफेद;) ऑफ-व्हाइट संकर - डंठल और टोपी सफेद के साथ टोपी स्केली; और C) भूरा - टोपी चिकनी, टोपी चॉकलेट भूरे रंग की और डंठल सफेद। तीन प्रमुख समूहों में से प्रत्येक के भीतर, विभिन्न आइसोलेट्स हैं, इसलिए एक उत्पादक के पास प्रत्येक किस्म के भीतर आठ उपभेदों का विकल्प हो सकता है। आम तौर पर, सफेद और ऑफ-व्हाइट हाइब्रिड किस्मों का उपयोग सूप और सॉस जैसे प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों के लिए किया जाता है, लेकिन सभी आइसोलेट्स ताजे मशरूम के रूप में खाने के लिए अच्छे होते हैं। हाल के वर्षों में, भूरे रंग की किस्मों ने उपभोक्ताओं के बीच बाजार में हिस्सेदारी हासिल की है। क्रिमिनी किस्म दिखने में सफेद मशरूम के समान है, सिवाय इसके कि यह भूरे रंग की होती है और इसका स्वाद अधिक समृद्ध और मिट्टी जैसा होता है। पोर्टोबेलो किस्म एक बड़ा, खुला, भूरे रंग का मशरूम है जिसमें 6 इंच व्यास तक की टोपी हो सकती है। पोर्टोबेलो एक समृद्ध स्वाद और मांसल बनावट प्रदान करता है।

कम्पोस्ट में स्पॉन के बसने के लिए आवश्यक समय स्पॉनिंग दर और उसके वितरण, कम्पोस्ट की नमी और तापमान, कम्पोस्ट पूरकता और कम्पोस्ट की प्रकृति या गुणवत्ता पर निर्भर करता है। पूर्ण स्पॉन रन में आमतौर पर 13 से 20 दिन लगते हैं। एक बार जब कम्पोस्ट स्पॉन के साथ पूरी तरह से विकसित हो जाता है, तो उत्पादन का अगला चरण हाथ में होता है।

4. आवरण

केसिंग एक टॉप ड्रेसिंग है जिसे स्पॉन-रन कम्पोस्ट पर लगाया जाता है जिस पर मशरूम अंततः बनते हैं। पीट मॉस और ग्राउंड लाइमस्टोन का मिश्रण केसिंग के रूप में इस्तेमाल किया जा सकता है। केसिंग को पोषक तत्वों की आवश्यकता नहीं होती है क्योंकि केसिंग पानी के भंडार और राइजोमॉर्फ बनने की जगह के रूप में कार्य करता है। राइजोमॉर्फ मोटे धागे की तरह दिखते हैं और तब बनते हैं जब बहुत महीन माइसेलियम आपस में जुड़ते हैं। मशरूम के शुरुआती भाग, प्रिमोर्डिया या पिन राइजोमॉर्फ पर बनते हैं, इसलिए राइजोमॉर्फ के बिना मशरूम नहीं होंगे। केसिंग में नमी को बनाए रखने की क्षमता होनी चाहिए क्योंकि नमी एक मजबूत मशरूम के विकास के लिए आवश्यक है। केसिंग परत के सबसे महत्वपूर्ण कार्य माइसेलियम को विकास और वृद्धि के लिए पानी की आपूर्ति करना, खाद को सूखने से बचाना, विकासशील मशरूम को सहारा देना और बार-बार पानी देने के बाद संरचनात्मक टूटने का प्रतिरोध करना है। अंतर्निहित खाद में रिसाव किए बिना जितना संभव हो सके केसिंग को जितना संभव हो उतना पानी देना सबसे अधिक उपज क्षमता प्रदान करता है।

स्फाग्नम पीट मॉस आवरण के लिए सबसे अधिक इस्तेमाल की जाने वाली सामग्री है। स्फाग्नम भूरे (युवा, कम विघटित, ढीली बनावट, सतही पीट) से लेकर काले (कॉम्पैक्ट, अधिक विघटित, गहराई से खोदा हुआ) तक हो सकता है और इसे कटाई स्थल पर अलग-अलग तरीके से संसाधित किया जा सकता है। मिल्ड पीट को पैकेजिंग और परिवहन से पहले आंशिक रूप से सुखाया जाता है जबकि गीले-खोदे पीट को संतृप्त रूप में ले जाया जाता है। कुछ उत्पादक गीले-खोदे पीट को पसंद करते हैं क्योंकि मिल्ड पीट की तुलना में इसमें पानी धारण करने की क्षमता अधिक होती है।

पीट मॉस-आधारित आवरण को पास्चुरीकरण की आवश्यकता नहीं होती है क्योंकि यह सामग्री रोगजनकों, खरपतवार के सांचों और नेमाटोड से मुक्त होती है जो मशरूम की उपज को कम कर सकते हैं। एक 6-फुट 3 संपीड़ित गठरी जब पानी और 40 पाउंड चूना पत्थर के साथ मिश्रित होती है, तो लगभग 2 इंच की गहराई पर लगभग 125 फीट 2 खाद की सतह को कवर करेगी ।

4.1 केसिंग इनोकुलम (सीआई)

केसिंग इनोकुलम पीट, वर्मीक्यूलाइट और गेहूं के चोकर का एक निष्फल मिश्रण है जिसे मशरूम माइसीलियम द्वारा उपनिवेशित किया गया है। इसे फसल चक्र समय को कम करने, बिस्तर पर मशरूम वितरण की एकरूपता में सुधार करने और मशरूम की सफाई में सुधार करने के लिए आवरण के साथ मिलाया जाता है। सीआई से माइसीलियम आवरण परत को उपनिवेशित करता है जबकि यह खाद के अंतर्निहित माइसीलियम के साथ जुड़ता है। यह प्रति फसल अधिक ब्रेक या प्रति वर्ष अधिक फसल की अनुमति देता है।

4.2 आवरण में अनुपूरण

केसिंग में पोषक तत्वों को जोड़ने की पहली कोशिश 1960 के दशक की शुरुआत में की गई थी। परिणामों से पता चला कि केसिंग में स्पॉनिंग की तुलना में बहुत अधिक मात्रा में पोषक तत्व जोड़े जा सकते हैं और उपज में वृद्धि लगभग जोड़ी गई मात्रा के समानुपातिक थी। हालाँकि उपज में 100% तक की वृद्धि हो सकती है, लेकिन केसिंग में पूरकता के लिए कुछ संभावित समस्याएँ और सीमाएँ मौजूद हैं। केसिंग में पूरकता करते समय खाद में खरपतवार के फफूंद, नेमाटोड और रोगजनक मौजूद नहीं होने चाहिए। पूरकता से पहले जब खाद को खंडित किया जाता है तो ये जीव पूरे खाद में फैल जाते हैं और मशरूम माइसेलियम के अपने विकास को पुनः प्राप्त करने से पहले बहुत तेज़ी से गुणा कर सकते हैं।

केसिंग के बाद फसल का प्रबंधन करने के लिए यह आवश्यक है कि कम्पोस्ट का तापमान केसिंग के बाद 5 दिनों तक लगभग 75एस पर रखा जाए, और सापेक्ष आर्द्रता अधिक होनी चाहिए।

उसके बाद, कम्पोस्ट का तापमान हर दिन लगभग 2एF कम किया जाना चाहिए जब तक कि छोटे मशरूम के शुरुआती भाग (पिन) न बन जाएं। केसिंग के बाद की अवधि के दौरान, मशरूम के पिन बनने से पहले नमी के स्तर को खेत की क्षमता तक बढ़ाने के लिए रुक-रुक कर पानी डालना चाहिए।