RNI 70280/91 | हरियाणा का अग्रणी दैनिक
Email :dailypathakpaksh@yahoo.in (website : www.pathakpaksh.com)

# पाठकपक्ष

वर्ष : 37 | अंक : 16
हिसार | वीरवार, 18 अप्रैल, 2024
फोन : 98964-72584, 92552-73410
मूल्य : 2.00 रूपए पृष्ठ ६

पोस्टर ही पोस्टर
हर तरह की कलर व ब्लैक एंड वाइट प्रिंटिंग कराने के लिए सम्पर्क करें।
इश्तिहार, बिल बुक व लैटर हैड आदि उचित रेट पर छपवाएं
सूचना प्रिन्टर्स O/o दैनिक पाठकपक्ष
नजदीक माडल टाउन मार्केट, हिसार
E-mail : soochnaprinter@gmail.com
98964-72584, 92552-73410

# चुनाव प्रक्रिया में पवित्रता होनी चाहिए, वीवीपीएटी वेरिफिकेशन मामले में चुनाव आयोग से सुप्रीम कोर्ट ने कही बड़ी बात

## ईवीएम से छेड़छाड़ संभव नहीं : चुनाव आयोग

**पाठकपक्ष न्यूज**

**नई दिल्ली, 18 अप्रैल :** सुप्रीम कोर्ट ने गुरुवार को भारत के चुनाव आयोग (ईसीआई) से वकील प्रशांत भूषण के उस आरोप पर गौर करने को कहा कि केरल के कासरगोड में एक मॉक पोल के दौरान चार इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीनों (ईवीएम) ने भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के लिए एक अतिरिक्त वोट दर्ज किया था। सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि चुनावी प्रक्रिया में पवित्रता होनी चाहिए और किसी को भी यह आशंका नहीं होनी चाहिए कि जो कुछ अपेक्षित है वह नहीं किया जा रहा है। ईसीआई के एक अधिकारी न्यायमूर्ति संजीव खन्ना और न्यायमूर्ति दीपांकर दत्ता की एससी पीठ के समक्ष उपस्थित थे, जिसने ईवीएम और वीवीपीएटी के कामकाज को समझाते हुए वोटर वेरिफिएबल पेपर ऑडिट ट्रेल के साथ डाले गए वोटों के क्रॉस-सत्यापन की मांग करने वाली याचिकाओं पर सुनवाई की। वीवीपीएटी एक ऐसी प्रणाली है जो मतदाताओं को यह सत्यापित करने की अनुमति देती है कि उनका वोट सही ढंग से डाला गया है और उस उम्मीदवार के लिए गिना गया है जिसे वे समर्थन देना चाहते हैं। वीवीपीएटी एक पेपर स्लिप तैयार करता है जिसे सुरक्षित रूप से संग्रहीत किया जाता है और किसी भी विवाद या विसंगतियों के मामले में इसका उपयोग किया जा सकता है। ईवीएम को लेकर विपक्ष द्वारा उठाई गई चिंताओं और संदेहों के मद्देनजर, डाले गए प्रत्येक वोट के क्रॉस-सत्यापन की मांग करते हुए याचिकाएं दायर की गईं। चुनाव आयोग ने मंगलवार को कहा था कि अधिकारियों की एक टीम द्वारा एक ईवीएम के वीवीपैट पेपर ट्रेल के नमूना सत्यापन में लगभग एक घंटा लगता है। अगर नायडू जो चाहते हैं 50 प्रतिशत ईवीएम के वीवीपीएटी पेपर ट्रेल का सत्यापन है, तो चुनाव परिणाम की घोषणा में 5-6 दिनों की देरी हो सकती है।

# भाजपा ने ओबीसी वर्ग के उत्थान के लिए लागू की अनेक योजनाएं : रणजीत सिंह

### *भाजपा उम्मीदवार ने शहर के कई क्षेत्रों में जनसंपर्क चलाकर की वोटों की अपील*

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** हिसार लोकसभा क्षेत्र से भाजपा उम्मीदवार रणजीत सिंह चौटाला ने कहा है कि केन्द्र व प्रदेश की भाजपा सरकार ने ओबीसी वर्ग के उत्थान के लिए अनेक कल्याणकारी योजनाएं लागू की है। इन योजनाओं का लाभ ओबीसी वर्ग को मिल रहा है। रणजीत सिंह चौटाला शहर क्षेत्र के बागड़ी चौक में ओबीसी मोर्चा की ओर से आयोजित कार्यक्रम को संबोधित करते हुए वोटों की अपील कर रहे थे। उन्होंने कहा कि केवल भाजपा ही ऐसी पार्टी है जो ओबीसी सहित सभी वर्गों को समान रूप से आगे बढ़ाने के लिए काम करती है। ऐसे में हमारा मकसद है कि जनसुविधाएं जारी रखने व हर वर्ग के हित में कल्याणकारी योजनाओं के लिए केन्द्र में तीसरी बार मोदी सरकार बनाने में अपना योगदान दें। कैबिनेट मंत्री डॉ. कमल गुप्ता ने इस अवसर पर केन्द्र व प्रदेश सरकार द्वारा करवाए गए विकास कार्यों का ब्यौरा दिया। उन्होंने क्षेत्रवासियों से आह्वान किया कि हिसार लोकसभा क्षेत्र के तहत आने वाले हिसार विधानसभा में भाजपा उम्मीदवार की जीत अन्य हलकों से बड़ी होनी चाहिए। भाजपा लोकसभा मीडिया प्रभारी राजेन्द्र सपड़ा ने बताया कि ओबीसी मोर्चा के प्रदेश सदस्य सुरेन्द्र सिंह सैनी की ओर से आयोजित इस कार्यक्रम में पार्टी नेता नेता महावीर प्रसाद महिपाल, जिला उपाध्यक्ष संजीव रेवड़ी, मीडिया प्रभारी राजेंद्र सपरा, प्रवीण पोपली, ओबीसी मोर्चा जिला अध्यक्ष गोल्डी सैनी, रामचंद्र गुप्ता, उमेद खन्ना, धीरज सोनी, संजीव जैन, राज सलूजा, मंडल अध्यक्ष लोकेश असीजा, विकास जैन के अलावा अनेक पदाधिकारी एवं नागरिक उपस्थित थे। इस दौरान भाजपा नेता सुरेंद्र सिंह सैनी के बागड़ी चौक स्थित आवास पर कैबिनेट मंत्री डॉ. कमल गुप्ता व भाजपा प्रत्याशी रणजीत सिंह जलपान ग्रहण करने भी पहुंचे।

# दुष्यंत की वजह से हरियाणा के किसानों को ट्राली पर नहीं गुजारनी पड़ती रात : अजय सिंह चौटाला

### *जजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष ने ली हिसार लोकसभा पदाधिकारियों की बैठक*

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** जननायक जनता पार्टी के सभी पदाधिकारी बूथ लेवल पर जाकर कार्यकर्ताओं में जोश भरने का काम करें। पार्टी के सभी कार्यकर्ता व पदाधिकारी लोकसभा की जनता को बताएं की दुष्यंत के साढ़े चार साल सरकार में साथ होने के कारण ही किसानों की भलाई के काम हो पाए हैं। किसानों को अपनी फसल बेचने के लिए अब मंडियों में चक्कर नहीं काटने पड़ते और न ही ट्रालियों में रात गुजारनी पड़ती है। अब किसान मोबाइल पर खुद अपनी फसल बेचने का समय निर्धारित करता है। यह बात जननायक जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. अजय सिंह चौटाला ने हिसार लोकसभा के पदाधिकारियों व हलका प्रधानों की बैठक लेते हुए कही। डॉ. अजय सिंह ने कहा कि दुष्यंत चौटाला की वजह से ही फसल बिक्री के 48 घंटों में सीधा किसानों के खातों में भुगतान होता है। यह जजपा के संघर्ष का ही परिणाम है कि पूरे भारतवर्ष में केवल हरियाणा राज्य में 14 फसलें एमएसपी पर खरीदी जा रही हैं। किसानों को कांग्रेस राज का वो समय भी याद है जब फसल खराबे के नाम पर 2-2 रुपये के चैकों का भुगतान कर उनके साथ भद्दा मजाक किया जाता था। जबकि दुष्यंत ने गठबंधन सरकार में रहते खराब हुई फसलों के लिए करोड़ो रूपये मंजूर करवा कर किसानों को हर बार सम्मानजनक मुआवजा दिलवाया। डॉ. अजय सिंह ने कहा कि किसानों के अलावा युवाओं, महिलाओं, बुजुर्गों, कमेरे, मजदूर और गरीब वर्ग की भलाई के लिए योजनाओं व नीतियों को लागू करने की भी लड़ाई जेजेपी ने लड़ी और अधिकतर में सफलता भी हासिल की। ये सब बातें जब हम मतदाताओं और आमजन तक पहुंचा देंगे तो पार्टी प्रत्याशियों की रिकॉर्ड तोड़ मतों से जीत को कोई रोक नहीं पाएगा। हर बूथ पर बूथ-योद्धा व बूथ सखी को मतदान के दिन की जिम्मेवारी व उससे पहले लिस्टों की जांच आदि के बारे में विस्तार से समझाया जाए ताकि मतदान की प्रक्रिया निर्बाध रूप से संपन्न हो। बैठक में जजपा जिलाध्यक्ष अमित बूरा, जिला प्रभारी मा. ताराचंद, करण सिंह देपल, सत्यवान बिछपड़ी, डॉ. अजीत ओडीएम, वीरेंद्र चौधरी भोजराज, मुंशीराम बैनिवाल, सत्यवान कोहाड़, राजेश झाझड़िया, अनिल बालकिया, सिल्क पूनिया, तरुण गोयल, रमेश बैनिवाल, शिव कुलाना, जयपाल बांडाहेड़ी, रणधीर बल्हारा, जेपी बुड़ानिया, दलबीर पानू आदि मौजूद थे।

## एक अनुकरणीय विवाह

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल (देवेन्द्र उप्पल):** वरिष्ठ कांग्रेसी नेता अनिल मान के बेटे और कामरेड सुरेन्द्र मान के भतीजे आदित्य मान के विवाह में गत दिवस सभी छोटी बड़ी रस्में व धार्मिक औपचारिकताएं केवल एक रूपए की राशि से की गई। राजगढ़ रोड पर स्थित चौधरी रिसोर्ट में आयोजित विवाह समारोह में बड़ी संख्या में परिचितों व परिजनों ने भाग लिया और सभी ने इस आदर्श विवाह की प्रशंसा की।

# एक बार फिर उठी हरियाणा की अलग राजधानी बनाए जाने की मांग

**पाठकपक्ष न्यूज**

**चंडीगढ़, 18 अप्रैल :** हरियाणा की अलग राजधानी बनाए जाने की एक बार फिर से मांग उठाई गई। रिटायर्ड जस्टिस नवाब सिंह, हरियाणा सरकार के पूर्व चीफ सेक्ट्री एससी चौधरी और केंद्र सरकार से रिटायर्ड डिप्टी सेक्ट्री एम.एस. चोपड़ा व पंजाब हरियाणा हाईकोर्ट बार काउंसिल के पूर्व चेयरमैन रणधीर सिंह सहित कई अधिकारियों ने चंडीगढ़ में प्रेस कांफ्रेंस कर हरियाणा की अलग राजधानी बनाए जाने की एक बार फिर से मांग उठाई तो वहीं इस मौके पर अलग हाई कोर्ट बनाएं जाने की भी मांग रख कहा गया की हरियाणा के जजों की प्रमोशन 5 साल लेट हो पाती है। पंजाब और हरियाणा के एक ही तारीख की ज्वाइनिंग करने वाले जजों में से पंजाब के जजों की प्रमोशन पहले हो जाती है। प्रेस कांफ्रेंस में एमएस चोपड़ा ने कहा कि हरियाणा के लिए इंडिपेंड्ट राजधानी बनाई जानी चाहिए, चाहे वह किसी भी शहर/जिले को राजधानी बना दिया जाए। वहीं उन्होंने इस बारे में जानता/राजनीतिक पार्टियों की भी राय जानने की भी बात कही गई।

# मनीष सिसोदिया को नहीं मिली राहत, कोर्ट ने 26 अप्रैल तक बढ़ाई न्यायिक हिरासत

**पाठकपक्ष न्यूज**

**नई दिल्ली, 18 अप्रैल :** दिल्ली की एक अदालत ने कथित उत्पाद शुल्क नीति घोटाले से संबंधित मनी लॉन्ड्रिंग मामले में गुरुवार को आप नेता और पूर्व उपमुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया की न्यायिक हिरासत 26 अप्रैल तक बढ़ा दी। सिसौदिया को उनकी पहले बढ़ाई गई न्यायिक हिरासत की अवधि समाप्त होने पर राउज एवेन्यू कोर्ट के विशेष न्यायाधीश कावेरी बावेजा के समक्ष पेश किया गया था। सोमवार को कोर्ट ने कहा कि वह आप नेता की जमानत अर्जी पर 20 अप्रैल को सुनवाई जारी रखेगी। न्यायाधीश बवेजा ने सिसौदिया के वकील और केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) और प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) की ओर से पेश वकील की दलीलें सुनी थीं। इससे पहले, ईडी ने सिसौदिया और अन्य आरोपी व्यक्तियों पर मामले की सुनवाई में देरी करने का आरोप लगाया था।

# क्या आवारा कुत्तों की 'फैमिली प्लानिंग' की जाए?

### आवारा कुत्तों से निपटने के लिए जनता से सुझाव आमांत्रित किए

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** गली-गली, गांव-गांव, शहर-शहर आवारा कुत्तों का आतंक दिन-प्रतिदिन बढ़ता जा रहा है। कुत्तों द्वारा काटे जाने की घटनाएं बढ़ रही हैं और अस्पतालों में ऐसे केस भी बढ़ रहे हैं। इस समस्या के समाधान के लिए वेटर्नरी यूनिवर्सिटी ने आवारा कुत्तों की फैमिली प्लानिंग शुरू की थी परंतु वह स्कीम कामयाब नहीं हुई। हम अपने दर्शकों व पाठकों से इस समस्या से निपटने के लिए सुझाव लेना चाहेंगे। क्या इनकी फैमिली प्लानिंग फिर से शुरू की जाए या डॉग हाउस स्थापित किए जाएं? आवारा कुत्तों के निर्यात यानि एक्सपोर्ट की संभावना भी कम दिखाई देती है। सरकार इस दिशा में कोई कदम नहीं उठा रही है। इसलिए आपके सुझाव आमंत्रित हैं। सुझाव ऐसे होने चाहिए जिससे पशु के प्रति क्रूरता का व्यवहार न हो सके। पशु के प्रति क्रूरता अपराध की श्रेणी में आता है।

# सम्पादकीय..........

## लोकसभा चुनाव 2024 : पहले चरण का प्रचार थमा...

*अठारहवीं लोकसभा चुनाव में मतदान के प्रथम चरण वाले क्षेत्रों में चुनाव प्रचार थम गया है और 19 अप्रैल को 102 लोकसभा सीटों पर मतदान के साथ ही देश में 18 प्रतिशत मतदान या चुनाव संपन्न हो जाएगा। इतनी ज्यादा सीटों वाला यह सबसे बड़ा चुनावी चरण है और इसमें 10 छोटे-बड़े राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में मतदान पूरी तरह संपन्न हो जाएगा। शुक्रवार को तमिलनाडु की सभी लोकसभा सीटों पर मतदान होना है। तमिलनाडु में विपक्षी गठबंधन मजबूत है, जबकि भाजपा पहली बार सशक्त स्थानीय प्रत्याशियों के दम पर दो-दो हाथ कर रही है। तमिल मतदाता राज्य में सत्तारूढ़ द्रमुक के नेतृत्व वाले गठबंधन को ज्यादा पसंद करते हैं या अन्नाद्रमुक के पक्ष में जाते हैं, इससे ज्यादा महत्वपूर्ण यह है कि यहां से भाजपा को कितनी सीटें मिलेंगी? यहां भाजपा के पक्ष में हवा बनाने की कोशिश करने वाले तमिलनाडु भाजपा प्रमुख के अन्नामलाई (कोयंबटूर) का भाग्य भी कल इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन में बंद हो जाएगा। देश में लोकसभा चुनाव के साथ ही अरुणाचल प्रदेश, आंध्र प्रदेश, ओडिशा और सिक्किम में विधानसभा के लिए भी चुनाव हो रहे हैं। शुक्रवार को पहले चरण में सिक्किम और अरुणाचल प्रदेश की अपनी-अपनी विधानसभाओं के लिए मतदान संपन्न हो जाएगा। उत्तराखंड की सभी पांच सीटों- टिहरी- गढ़वाल, गढ़वाल, अल्मोड़ा, नैनीताल-उधमसिंह नगर और हरिद्वार पर भी प्रचार समाप्त हो चुका है। उत्तर प्रदेश में भी खास आठ सीटों- पीलीभीत, सहारनपुर, कैराना, मुजफ्फरनगर, बिजनौर, नगीना, मुरादाबाद, रामपुर में प्रत्याशियों का भाग्य ईवीएम में कैद हो जाएगा। इनमें से ज्यादातर सीटों पर मुकाबला बहुकोणीय है, जहां दो से ज्यादा प्रत्याशी पूरी मजबूती से जीत का दावा कर रहे हैं। इनमें से ज्यादातर सीटों पर भाजपा की मजबूती का इतिहास है, इसलिए विपक्षी दलों को पुरजोर प्रयास करना पड़ रहा है। बिहार में भी औरंगाबाद, गया, जमुई, नवादा में चुनाव प्रचार थम गया है। राजस्थान में भी पहले चरण में 12 सीटों पर मतदान होने वाला है। लगभग इन सभी क्षेत्रों में पिछली बार कमल खिला था, पर इस बार देखना है कि मतदान किस ओर जाता है? मणिपुर, पश्चिम बंगाल और जम्मू-कश्मीर में ज्यादा सावधानी की जरूरत है। छत्तीसगढ़ में भी सुरक्षा बलों को मुस्तैद रहना होगा, क्योंकि 29 नक्सली मारे गए हैं और बस्तर सीट पर मतदान है। बहरहाल, पहले चरण में जिन नेताओं के भाग्य का फैसला हो जाएगा, उसमें सबसे प्रमुख नाम केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी का है। गडकरी का नाम ऐसे मंत्रियों में शुमार रहा है, जिनका काम साफ तौर पर दिखता है। गडकरी के अलावा केंद्रीय मंत्री किरेन रिजिजू, जीतेंद्र सिंह, कांग्रेस नेता गौरव गोगोई जैसे कद्दावरों के भी भाग्य का फैसला 19 अप्रैल को हो जाएगा। बहरहाल, चुनाव खर्च की सीमा की वजह से चुनाव प्रचार विशेष रूप से बड़े शहरों में उतना नहीं दिख रहा है, जितना छोटे शहरों, कस्बों और गांवों में, पर चुनाव लड़ने वाले बहुत सक्रिय हैं और बड़े पैमाने पर धन भी खर्च हो रहा है। चुनाव आयोग बेहिसाब धन की बरामदगी कर रहा है, मतलब, एक चुनाव हमारी आंखों के सामने है और उसका एक स्याह पहलू परदे के पीछे जमीन-आसमान एक किए हुए है। बेशक, यह जागरूकता के साथ अपने भविष्य को देखने का समय है। ऐसे प्रत्याशियों का ही चयन होना चाहिए, जो प्रतिनिधि अपना कर्तव्य निभाने में कोई कसर न छोड़ते हों।*

# स्वामी सत्यानंद महाराज के प्रवचन कल से देवी भवन के नए भवन में

**पाठकपक्ष न्यूज**
**हिसार, 18 अप्रैल** : अखिल भारतीय सोस्हम महामंडल शाखा हिसार के तत्वाधान में स्वामी सत्यानंद महाराज के प्रवचन 19 अप्रैल से 25 तक स्थानीय देवी भवन में स्थित नए भवन में होगें। कार्यक्रम की विस्तृत जानकारी में संस्था के प्रमुख कार्यकर्ता राकेश गर्ग ने बताया कि,परम् पूज्य अनन्त श्री विभूषित महामंडलेश्वर श्री स्वामी विवेकानंद जी महाराज वृन्दावन वालों की सत्यप्रेरणा व उन्ही के कृप्यापात्र सोस्हम पीठाधीश्वर श्री सत्यानंद महाराज की अध्यक्षता में आयोजन किया जा रहा है। साथ में अन्य संतों के मुखारबिंद से सत्संग सुनने का अवसर प्राप्त होगा। कार्यकर्ता राकेश गर्ग ने बताया कि 19 अप्रैल से 25 तक प्रतिदिन सायं 3 से 4 महिला संकीर्तन होगा इसके अलावा सायं 4 से 6 बजे तक संतो के प्रवचनों का कार्यक्रम रहेगा। इसके अलावा सम्मेलन में आए संतों के लिए प्रतिदिन शुद्ध भंडारे का आयोजन भी रहेगा। इस मौके पर संस्था के सभी सदस्य उपस्थित रह कर अपनी सेवाएं देंगे।

# जीवन में सुख और शांति के लिए रामचरित मानस की इस बात का रखें ध्यान

**अध्यात्म**

हम देखते हैं कि सभी मनुष्यों में बुद्धि का स्तर अलग-अलग होता है। उनकी निर्णय लेने की क्षमता में भी भिन्नता पाई जाती है। कुछ लोग बुद्धिमान होते हैं और उन्हें समय पर सफलता मिलती है तो कुछ अन्य सही समय पर उपयुक्त फैसला न कर पाने के कारण हर क्षेत्र में असफल हो जाते हैं। गीता में भगवान ने बुद्धि के आधार पर मनुष्यों की तीन श्रेणियां बताई हैं। उत्तम श्रेणी के सात्विक बुद्धि वाले मनुष्य कर्तव्य-अकर्तव्य, बंधन-मोक्ष, भय-अभय, प्रवृत्ति मार्ग-निवृत्ति मार्ग आदि को ठीक प्रकार से जानते हैं। ऐसे संतुलित व्यक्तित्व वाले मनुष्यों का जीवन बहुत व्यवस्थित होता है। निश्चयात्मक बुद्धि का होने के कारण उनकी निर्णय लेने की क्षमता लक्ष्य प्राप्ति में सहायक भूमिका निभाती है। उनके सामने कोई बाधा आए तो वे उसका धैर्यपूर्वक सामना करते हैं, उससे घबराकर पलायन नहीं कर जाते। वे हमेशा वर्तमान में किए जाने वाले कार्यों पर ही अपना पूरा ध्यान केंद्रित रखते हैं। अतीत की घटनाओं का बार-बार चिंतन और उनका दूसरों के सामने वर्णन करके अपना और दूसरों का समय नहीं व्यर्थ करते और न ही भविष्य की घटनाओं को लेकर चिंतित रहते हैं। वे जानते हैं कि जिसने अपना वर्तमान सुधार लिया, उसका भविष्य भी ठीक ही रहेगा।

मध्यम श्रेणी के राजसी बुद्धि वाले मनुष्य कर्तव्य और अकर्तव्य, धर्म और अधर्म आदि को वास्तविक रूप में नहीं जानते। ऐसे लोग अपने फायदे के लिए कर्म में प्रवृत्त होते हैं। इससे उनमें स्वार्थ बुद्धि एवं लोभ की प्रवृत्ति बढ़ती जाती है और वे अपने स्वार्थ की पूर्ति के लिए किसी न किसी कार्य में लगे रहते हैं। अंदर ही अंदर अशांत रहने लगते हैं। भोग और संग्रह में आसक्ति के कारण ऐसे लोगों की बुद्धि निश्चयात्मक न होकर अनंत शाखाओं वाली हो जाती है। स्वाभाविक ही वे अनेक लक्ष्यों को एक साथ प्राप्त करना चाहते हैं। ऐसी स्थिति में उनकी बुद्धि में एकाग्रता नहीं रह पाती। उनका जीवन अव्यवस्थित होने लग जाता है। उनके व्यवहार में विषमता, पक्षपात, राग-द्वेष जैसे दोष आ जाते हैं। जैसे जल में मिट्टी घुल जाने से उसमें स्वच्छता और निर्मलता नहीं रहती, वैसे ही राजसी बुद्धि वाले मनुष्यों की बुद्धि भी दूषित हो जाती है जिससे वे उचित निर्णय नहीं ले पाते।

तीसरी श्रेणी के तामसी बुद्धि वाले मनुष्य अधर्म को भी धर्म मानते हैं। इसी प्रकार वे अन्य तमाम वस्तुओं को भी विपरीत मान लेते हैं। जो कर्म नहीं करने चाहिए, जिनका शास्त्रों में निषेध किया गया है, उनको वे पूरी तत्परता से करते हैं और जो करने योग्य शास्त्र विहित कर्म हैं, उनको नहीं करते। अज्ञान के कारण सब कुछ शास्त्रों के विपरीत ही करते हैं। परिमामस्वरूप अपने जीवन में तरह-तरह के दुख प्राप्त करते हैं। उनका व्यवहार बुद्धिमान व्यक्तियों के ठीक विपरीत होता है। उनके द्वारा स्वयं के साथ-साथ समाज का भी अहित होता है।

# साधनों का अपव्यय कहीं न कहीं दूसरों को वंचित करने का हेतु बनता है

**-पाठकपक्ष डेस्क-**

जीवन में सब कुछ आपस में इतना जुड़ा है कि उसके विभिन्न पहलुओं को अलग-अलग कर देख पाना संभव नहीं है। जैसे उत्पादन उपभोग से जुड़ा है, उत्पादन नहीं करेंगे तो उपभोग कैसे करेंगे, उपभोग करेंगे तो बचत और संचय कैसे करेंगे, अपव्यय कैसे इन सब को प्रभावित करता है,यह सब केवल अर्थशास्त्र की पेचीदा शब्दावली नहीं है, आम व्यक्ति के जीवन को छूती रोज़ की समस्याएं हैं। अक्सर मैंने यह देखा और पाया है कि जो जीवन को समग्रता से देखता है, उसे जीने की कोशिश करता है,वह ही इन सब के अंतर्संबंधों को जान पाता है और विरोधाभासों को समझ सकता है। ऐसी पैनी नजर वाला व्यक्ति ही कुछ कर गुजरने की क्षमता रखता है, वह केवल अपने लिए नहीं, सबके हितों के बारे में सोचता है,सब का मतलब किसी के लिए केवल अपना परिवार हो सकता है, किसी के लिए अपना समाज, किसी के लिए अपना राज्य, किसी के लिए अपना देश तो फिर किसी के लिए इस 'सब' में संपूर्ण विश्व भी हो सकता है। एक मारवाड़ी सेठ महात्मा गांधी से भेंट के लिए आए, उन्होंने बड़ी सी पगड़ी बांधी थी और मारवाड़ी वेशभूषा में थे। बातचीत के दौरान उस सेठ ने गांधी जी से पूछा, 'गांधी जी! आपके नाम पर लोग देश भर में गांधी टोपी पहनते हैं और आप इसका इस्तेमाल नहीं करते, ऐसा क्यों?' गांधी जी मुस्कुराते हुए बोले, 'आपका कथन बिल्कुल ठीक है, पर आप अपनी पगड़ी उतार कर देखिए, इससे कम से कम बीस टोपियां बन सकती है, जब आप जैसे धनी व्यक्ति, बीस टोपियों के बराबर कपड़ा अपनी पगड़ी में लगा सकते हैं तो बेचारे उन्नीस आदमियों को नंगे सिर रहना ही पड़ेगा। उन्हीं उन्नीस व्यक्तियों में से एक मैं भी हूं' गांधी जी का उत्तर सुनकर उस सेठ से कुछ कहते नहीं बना, और वो चुप हो गये। गांधी जी ने अपनी बात जारी रखते हुए कहा, 'अपव्यय और संचय की वृत्ति अन्य व्यक्तियों को अपने हिस्से से वंचित कर देती है,तब मुझ जैसे अनेक व्यक्तियों को टोपी से वंचित रह कर,उस संचय की पूर्ति करनी पड़ती है।' कुछ इसी तरह की ही बात हुई जब ब्रिटेन के महान लेखक जार्ज बर्नार्ड शॉ और अमेरिका के जाने-माने विद्वान लेखक जोनसन आपस में मिले, उन्होंने बर्नार्ड शॉ के दुबले-पतले शरीर को देखकर कहा कि आपको देखकर लगता है कि इंग्लैंड में अकाल पड़ा हुआ है, बर्नार्ड शॉ ने उनके मोटे थुलथुल शरीर को देखकर तपाक से कहा, 'आपको देखकर इंग्लैंड में पड़े हुए अकाल के कारणों का पता चलता है' मतलब जहां कहीं भी विषमता होती है तो उसके कारण भी कहीं न कहीं वही मौजूद होते हैं।

**-डॉ. कमलेश कली**

# भाभड़ा बिरादरी गुरुद्वारा में बैसाखी समागम 19 से, कीर्तन दरबार लगेगा 21 को

**पाठकपक्ष न्यूज**
**हिसार, 18 अप्रैल** : भाभड़ा सेवा ट्रस्ट की ओर से 19 से 21 अप्रैल तक डोगरान मौहल्ला स्थित भाभड़ा बिरादरी के गुरुद्वारा में बैसाखी समागम का आयोजन किया जाएगा। यह जानकारी देते हुए गुरुद्वारा सभा के प्रधान गोबिंद बेदी ने बताया कि समागम के पहले दिन प्रातः 8:00 बजे श्री अखंड पाठ साहब का शुभारंभ किया जाएगा। 21 अप्रैल को प्रातः 10 बजे बीबी जसप्रीत कौर, पटियाला वाले शब्द कीर्तन करेंगे। पाठ का भोग डाला जाएगा। कीर्तन दरबार में पूर्व पार्षद पंकज दीवान की अध्यक्षता में हिसार लोकसभा क्षेत्र से चुनाव लड़ रहे भाजपा प्रत्याशी चौ. रणजीत सिंह चौटाला, केबिनेट मंत्री डॉ. कमल गुप्ता, पूर्व मंत्री सावित्री जिंदल, निवर्तमान मेयर गौतम सरदाना मुख्य अतिथि के रुप में भाग लेंगे। गुरुद्वारा सभा की ओर से सभी अतिथियों को सिरोपा भेंट कर सम्मानित किया जाएगा। कार्यक्रम की समाप्ति पर अरदास के साथ लंगर चलाया जाएगा।

# सुण मौल्लड़ की

कुरूक्षेत्र में आप पार्टी के प्रत्याशी सुशील गुप्ता ने खेत में गेहूं काटी तो भाजपा उम्मीदवार नवीन जिंदल ने गेहूं की बोरी ढोई।

**सेवा, ड्रामा और प्रचार गेल गेल।**

# कैसा रहेगा आपका कल

**मेष :** ज्ञान में वृद्धि होगी। बुद्धि व योग्यता के बल पर सफलता हासिल करेंगे। मित्रों के साथ संबंध मधुर रहेंगे।

**वृषभ :** विवाद के चलते मन अशांत रहेगा। कार्यस्थल पर विरोधी हावी रहेंगे। अपमान का भय रहेगा। भगवान विष्णु जी की पूजा करें।

**मिथुन :** व्यापार में सफलता प्राप्त होगी। शत्रु परास्त होंगे। पुराने रोगों से छुटकारा मिलेगा।

**कर्क :** खान-पान में सावधानी रखें पेट संबंधी समस्या उत्पन्न हो सकती हैं। आय में बढ़ौतरी संभव है। महत्वपूर्ण समाचार प्राप्त होंगे।

**सिंह :** मन भावुक बना रहेगा। कला के क्षेत्र से जुड़े लोगों को लाभ होगा। दिल की जगह दिमाग से काम लें।

**कन्या :** शरीर में थकावट व मन में चिड़चिड़ापन बना रहेगा। लोगों के विरोध का सामना करना पड़ेगा। व्यय की अधिकता से परेशानी बढ़ेगी। भगवान शिव जी की पूजा करें।

**तुला :** आर्थिक स्थिति मजबूत होगी। प्यार के मामले में सफलता मिलेगी। बड़े भाई बहनों का सहयोग प्राप्त होगा।

**वृश्चिक :** प्रत्येक कार्य में सफलता प्राप्त होगी। लोगों द्वारा प्रशंसा प्राप्त करेंगे। कार्यक्षेत्र में अनुभव का लाभ मिलेगा।

**धनु :** लोक कल्याण के कार्यों में रूचि बढ़ेगी। परिचितों की मदद कर प्रसन्नता होगी। उच्चवर्गीय लोगों का साथ प्राप्त होगा।

**मकर :** मन में तनाव बना रहेगा। आत्मविश्वास में कमी आएगी। माता के स्वास्थ्य का ध्यान रखें। भगवान हनुमान जी की पूजा करें।

**कुंभ :** मन में उत्साह बना रहेगा। भौतिक सुखों में वृद्धि होगी। घूमने का कार्यक्रम बनेगा।

**मीन :** उधार के लेन-देन से बचें। शत्रु प्रबल होंगे। सावधानीपूर्वक कार्य करें, चोट लगने की आशंका। दुर्गा माता की पूजा करें।

**ज्योतिषी मोहित वशिष्ठ**
नक्षत्र एस्ट्रोलोजी, प्रथम तल 12-एन, माडल टाउन मार्केट, हिसार (मो. : 94666-69799)

# कर्म का मर्म

## जब ईश्वर की परीक्षा लेने चला यह व्यक्ति

किसी गांव में एक संत आए। रात में कुछ ग्रामीण उनके निकट सत्संग लाभ लेने के लिए इकट्ठा हुए। महात्मा ने सत्संग में कहा कि भगवान सबके रक्षक हैं। वही सबका भरण-पोषण करते हैं। एक श्रोता के मन में सवाल उठा, 'भगवान सबको कैसे दाना पानी देते हैं? क्या वह आकर खिलाएंगे?' महात्मा के कथन की सत्यता परखने के लिए वह जंगल चला गया। वहां एक पेड़ की डाली पर चढ़कर बैठ गया। वहां से कुछ बाराती गुजर रहे थे। उन्होंने उस पेड़ के नीचे बैठकर खाने की सोची। इतने में जंगल में शेर की दहाड़ सुनाई पड़ी। उन्होंने खाना वहीं छोड़ दिया और वे भाग गए। वह ऊपर से भोजन को देखता रहा। उसकी प्रतिज्ञा थी कि खिलाने वाला जबरन खिलाएगा तब भी नहीं खाऊंगा। रात हो गई। कुछ चोर उस रास्ते से गुजर रहे थे। उन्होंने भोजन पड़ा देखा तो अपने भाग्य को सराहा। वे खाना शुरू करने वाले थे कि उनमें से एक ने कहा, 'इस निर्जन वन में भोजन का पड़ा होना शंका का विषय है। कहीं कोई छिपा न हो और इसमें विष न मिला रखा हो।' उन्होंने टॉर्च की रोशनी से ऊपर देखा तो वह आदमी बैठा दिख गया। उसे उन्होंने नीचे उतारा। चोरों ने तय किया कि पहले खाना उसे ही खिलाया जाए। विष होगा तो वही मरेगा। वह तैयार नहीं हुआ तो चोरों ने उसके मुंह में पूड़ियां घुसेड़नी शुरू कर दी। उसका मन मान गया कि भगवान चाहे तो जबरन भी खिला सकता है। संतों के उपदेशों की सत्यता प्रमाणित हो गई। वह पूर्ण ईश्वर भक्त बन गया। अपने देह-गेह की परवाह छोड़कर भक्ति-पूजन में मग्न रहने लगा। उच्च भक्ति-भावना से उसका जीवन धन्य हो गया। वह व्यक्ति 'मलूकदास' के नाम से विख्यात हुआ, जिन्होंने अपने पदों में गाया, 'अजगर करे न चाकरी, पंछी करै न काम। दास मलूका कह गए, सब के दाता राम।'

# स्वास्थ्य दर्पण : गुर्दे की पथरी (किडनी स्टोन)

**-पाठकपक्ष डेस्क-**

शरीर में किडनी बहुत ही महत्वपूर्ण अंग होता है, जिसके कई बेहद आवश्यक कार्य होते हैं। यह शरीर से वेस्ट पदार्थ बाहर निकालती है। यूरिन का निर्माण करती है। किडनी को स्वस्थ रखने के लिए स्वस्थ आहार और पानी पर्याप्त मात्रा में पीने की जरूरत होती है। यदि किडनी में कोई समस्या होती है, तो दूसरे अंग भी प्रभावित हो सकते हैं। किडनी इन्फेक्शन, किडनी कैंसर, किडनी फेलियर के अलावा, आज लोग किडनी में स्टोन (गुर्दे की पथरी) से सबसे ज्यादा परेशान हैं। जब शरीर में अधिक मात्रा में कैल्शियम बन जाता है, सोडियम, दूसरे मिनरल्स एकसाथ संपर्क में आते हैं, तो गुर्दे में पथरी का निर्माण होने लगता है। गुर्दे में पथरी की समस्या से देश में अधिकतर लोग ग्रस्त हैं। कई बार पथरी इतनी छोटी होती है कि जल्दी पता नहीं चलता है। पथरी होने पर दर्द भी असहनीय हो जाता है।

**गुर्दे की पथरी के लक्षण**

- गुर्दे में पथरी होने से पेट और कमर में तेज दर्द हो सकता है,
- बार-बार उल्टी, जी मिचलाने की समस्या होना,
- पेशाब करते समय खून आना,
- यूरिन इन्फेक्शन, यूरिन में जलन होना ,
- बुखार रहना,
- अचानक पसीना आना,
- भूख ना लगना आदि।

डॉक्टर से कब परामर्श करें?

गुर्दे में पथरी का पता चलते ही किसी अच्छे चिकित्सक से सलाह लेना और इलाज करवाना बहुत ज़रूरी है। इलाज के साथ निम्न घरेलु उपचार अति लाभकारी रहने चाहिए।

**पथरी से छुटकारा पाने के लिए घरेलू नुस्खे-**

**पत्थरचट्टा का पौधा :** पत्थरचट्टा का पौधा आसानी से कही पर भी मिल जाता है। जिसका सेवन करके आप आसानी से किडनी के स्टोन से निजात पा सकते हैं। इसके लिए पत्थरचट्टा का एक पत्ता लें और उसमें मिश्री के कुछ दाने के साथ पीस लें। इसके बाद इसका सेवन कर लें।

**पत्थरचट्टा का पौधा कैसे लगाएं :** पत्थरचट्टा का पौध लगाने के लिए किसी बीज की आवश्यकता नहीं होती है। यह पौधा सिर्फ पत्तों से ही उगाया जा सकता है। पत्थरचट्टा के पौधे को छोटे गमलों में भी लगाया जा सकता है। पत्थरचट्टे के पौधों को गमले में भरी मिट्टी में डालना होगा। मिट्टी में डालने के कुछ दिनों बाद ही पत्थरचट्टा का पौधा उग आता है। इस पौधे की खूबी यह है कि मिट्टी में इसके पत्तों की किनारी डालने पर भी यह उग आता है।

**आंवला :** विटामिन सी से भरपूर आंवला भी किडनी के स्टोन से निजात दिलाने में कारगर है। इसके लिए रोजाना सुबह और शाम एक-एक चम्मच आंवला का पाउडर खाएं।

**ख़रबूज़े के बीज :** खरबूज के बीज की गिरी भी किडनी के स्टोन से निजात दिलाने में कारगर हो सकती है। इसके लिए एक गिलास पानी में 3-4 बड़ी इलायची के दाने, थोड़े ख़रबूज़े के बीज की गिरी, 1 चम्मच मिश्री को उबाल लें। ठंडा होने के बाद सुबह-शाम इसका सेवन करें। कुछ दिन लगातार इसका सेवन करें।

**तुलसी :** तुलसी में औषधीय गुणों का भंडार हैं। इसमें में एसिडिक एसिड के साथ कई ऐसे तत्व पाए जाते हैं जो पथरी को छोटे-छोटे टुकड़ों में तोड़कर यूरीन के रास्ते बाहर निकाल देते है। इसके लिए रोजाना 5-7 तुलसी की पत्तियों को चबा चबाकर खाएं।

**बेलपत्र :** बेलपत्र का सेवन करके करीब दो सप्ताह में किडनी से स्टोन बाहर कर देगा। इसके लिए 3-4 बेलपत्र को पानी के साथ पीसकर उसमें एक चुटकी काली मिर्च डालकर इसका सेवन कर लें।

**पानी :** पानी न केवल शरीर के लिए ही औषधि है बल्कि बीमारियों में भी बहुत कारगर है। जो व्यक्ति ज्यादा से ज्यादा पानी पीता है उसका शरीर हाइड्रेट रहता है, इसके अलावा पानी डाइजेस्टिव सिस्टम को भी ठीक रखने मे मदद करता है, क्योंकि आप जितना पानी पीएंगे यूरिन के द्वारा शरीर से बेकार टॉक्सिन पदार्थ उतने ही ज्यादा बाहर निकलेंगे, इसके अलावा किडनी का स्टोन जब छोटा होता है तो वो खुद ही पेशाब के जरिए बाहर निकल जाता है लेकिन इसके लिए ज्यादा से ज्यादा पानी पीना जरूरी है। किसी भी सामान्य व्यक्ति को दिन में कम से कम 7 से 8 बड़े गिलास पानी जरूर पीना चाहिए।

**सेब का सिरका :** सेब के रस और सिरका में सिट्रिक एसिड पाया जाता है जो किडनी स्टोन को छोटे-छोटे कणों में काटने का काम करता है जब ये छोटे छोटे कणों में विभाजन हो जाते हैं तब ये पेशाब के रास्ते बाहर निकल आते हैं जिससे किडनी स्टोन जड़ से खत्म हो जाता है। किडनी स्टोन में सेब के सिरके को रोजाना दो छोटे चम्मच गर्म पानी के साथ ले सकते हैं।

**-डॉ. विजय सारस्वत**
**संचालक : सारस्वत हस्पताल**
**नजदीक पंजाब नेशनल बैंक, डाबड़ा चौक, हिसार**
**मो. +91 94164 89299**


जापानी चौखट व जंगले ऑर्डर पर तैयार किए जाते हैं
हमारे यहां JSW की PREPAINTED 1.5 MM (16 GAUGE) Sheet का प्रयोग किया जाता है, जो निर्माता द्वारा उच्च तकनीक से बनाई जाती है व जंगरोधक होती है।
गुणवत्ता से कोई समझौता नहीं 94670-50404
JBS ENTERPRISES
सिद्धार्थ इंटरनेशनल स्कूल के पास, गुरु कृपा धर्मकांटा के पीछे, तोशाम रोड, हिसार

muse a designer's commune
STOCK CLEARANCE
UPTO 80%OFF
DESIGNER BRANDS IN BOUTIQUE PRICES
Add. Muse Multi Designers Store N121 1st Floor Model Town Gurudwara Road(above Lovely Salon) phone No 8222035555

# गरीबी खत्म करने के लिए कांग्रेस ने दी है 10 गारंटियां : कुमारी सैलजा

## महिलाओं, दलितों, आदिवासियों को घर और व्यवसाय निर्माण के लिए दिए जाएंगे बड़े लोन

-पाठकपक्ष न्यूज-

**चंडीगढ़, 18 अप्रैल :** अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी की महासचिव, हरियाणा कांग्रेस की पूर्व प्रदेशाध्यक्ष, उत्तराखंड की प्रभारी, पूर्व केंद्रीय मंत्री एवं कांग्रेस कार्यसमिति की सदस्य कुमारी सैलजा ने कहा कि भाजपा गरीबी खत्म करने का दावा तो कर रही पर हालात पहले से ज्यादा खराब है। भाजपा अपने संकल्प पत्र में गरीब की सेवा की बात तो करती है पर गरीबी खत्म करने के मुद्दे पर चुप्पी साधे हुए हैं। उन्होंने कहा कि कांग्रेस ने अपने घोषणा पत्र में गरीबी खत्म करने की 10 गारंटियां दी है। जब तक गरीबों का उत्थान नहीं होगा देश तरक्की नहीं करेगा।

मीडिया को जारी बयान में कुमारी सैलजा ने कहा है कि महालक्ष्मी योजना के तहत हर गरीब घर की एक महिला के खाते में सीधे 8,500 रुपये हर महीने डाले जाएंगे, मजदूरी दोगुनी करते हुए मनरेगा सहित दैनिक न्यूनतम मजदूरी को बढ़ाकर 400 रुपये किया जाएगा, सभी के लिए 25 लाख तक की मुफ्त स्वास्थ्य सेवा, जिसमें जांच, दवाइयां, सर्जरी और निजी अस्पताल भी शामिल हैं। मजदूरों की रक्षा के लिए कदम उठाए जाएंगे जिसके तहत असंगठित और मजदूरों के लिए पेंशन, दुर्घटना और जीवन बीमा सहित व्यापक सामाजिक सुरक्षा प्रदान की जाएगी। उन्होंने कहा कि मुफ्त शिक्षा का विस्तार करते हुए मिड डे मील के साथ मुफ्त सार्वजनिक स्कूली शिक्षा को कक्षा 12 तक बढ़ाया जाएगा। युवाओं के लिए रोजगार निर्माण किए जाएंगे जिसके तहत 30 लाख केंद्र सरकार की नौकरियां दी जाएंगी। उन्होंने कहा है कि कांग्रेस ने किसानों की सुरक्षित आजीविका के लिए भी बात कही है जिसके तहत किसानों के लिए एमएसपी की कानूनी गारंटी और कृषि ऋण माफी के लिए एक स्थायी आयोग का गठन किया जाएगा। शहरों में काम मिलने की गारंटी दी गई है जिसके तहत शहरी रोजगार गारंटी देते हुए शहरी गरीबों को काम प्रदान किया जाएगा। राष्ट्रव्यापी सामाजिक-आर्थिक जातिगत गिनती यह सुनिश्चित करेगी कि कल्याणकारी योजनाएं उन लोगों तक पहुंचे जिन्हें इसकी सबसे ज़्यादा ज़रूरत है। वंचित समुदायों का सशक्तिकरण की दिशा में कदम उठाया जाएगा जिसके तहत महिलाओं, दलितों, आदिवासियों को घर और व्यवसाय निर्माण के लिए बड़े लोन प्रदान किया जाएगा।

## स्वास्थ्य मंत्री डॉ. कमल गुप्ता ने रंजीत चौटाला संग देखी आर्टिकल 370 फ़िल्म

# पाक अधिकृत जम्मू- कश्मीर का वह हिस्सा जो हमसे धोखे से छीन लिया गया था, उसे लेंगे वापिस : डॉ. गुप्ता

-पाठकपक्ष न्यूज-

**हिसार, 18 अप्रैल :** आर्टिकल 370 फिल्म बहुत ही शानदार फ़िल्म है। फिल्म देख कर कोई भी दर्शक भाव- विभोर हुए बगैर नहीं रह सकता। फ़िल्म में दिखाया गया है की धारा 370 के रहते आंतकवाद अपनी चरम सीमा पर पहुंच गया था। अलगाववाद की भावना ने प्रदेश में अमन- चैन को पूरी तरह छीन लिया था। यह बात कैबिनेट मंत्री डॉ. गुप्ता ने पार्टी के लगभग 250 कार्यकर्ताओं व भाजपा के लोकसभा उम्मीदवार चोधरी रणजीत सिंह चौटाला के साथ सनसिटी सिनेमा हॉल में आर्टिकल 370 फ़िल्म देखने के बाद कही। स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि फ़िल्म दो संविधान, दो प्रधान व दो निशान के खिलाप भावना को प्रदर्शित करने वाली है। उन्होंने कहा कि राष्ट्र की भावना शुरू से ही इस अलगाव वादी सोच के विरुद्ध रही है। परन्तु इस बात का तो कोई यकीन भी नहीं कर रहा था कि यह धारा कभी समाप्त भी होगी। परंतु यह मोदी सरकार की दृढ़ इच्छा शक्ति का ही परिणाम था कि धारा 370 को हटाने के लिये जिस गोपनीयता और योजनाबद्ध तरिके से काम किया व अद्भुत है। फ़िल्म में 370 हटने से पहले और बाद के घटनाक्रम को हटाने की आवश्यकता को प्रदर्शित किया गया है। धारा 370 हटने के बाद कानून व्यवस्था में तेजी से सुधार हुआ है। प्रदेश का ऐसा कोई भी क्षेत्र नही है, जहां विकास को गति न मिली हो। सरकार का लक्ष्य शांति और समृधि सुनिशचित करके सर्वांगीण प्रगति को सुविधाजनक बनाना है। डॉ. गुप्ता ने कहा कि पाक अधिकृत जम्मू- कश्मीर का वह हिस्सा जो हमसे धोखे से छीन लिया गया था, उसे वापिस प्राप्त करने के लिए भाजपा सरकार कृतसंकल्पित है और हम उसे वापिस लेकर रहेंगे। मीडिया प्रभारी सुरेश गोयल धूप वाला ने बताया कि इस अवसर पर पार्टी के अनेको पदाधिकारी, जन प्रतिनिधि व शहर के अनेको नागरिक उपस्थित रहे।

# भाजपा सरकार ने बेरोजगारी फैलाकर युवाओं को पहुंचाया सबसे अधिक नुकसान : मनोज कोहली

## कांग्रेस का न्याय पत्र दिलाएगा देश की जनता को न्याय : अरुणा महाजन

-पाठकपक्ष न्यूज-

**हिसार, 18 अप्रैल :** कांग्रेस की ओर से जारी किए गए 5 न्याय 25 गारंटी न्याय पत्र के प्रति लोगों को जागरुक करने व जन-जन तक कांग्रेस के न्यायपत्र को पहुंचाने के लिए कांग्रेस के बरवाला युवा हलका अध्यक्ष मनोज कोहली ने गांव बहबलपुर में एक जनसभा का आयोजन किया। यह जनसभा अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी की राष्ट्रीय सचिव एवं हरियाणा कांग्रेस की सह प्रभारी अरुणा महाजन की अध्यक्षता में आयोजित की गई। अरुणा महाजन ने कहा कि भाजपा सरकार ने देश की जनता के साथ बेरोजगारी, गरीबी, भ्रष्टाचार, झूठ-फरेब व नफरत फैलाकर जो अन्याय किया है उसके खिलाफ कांग्रेस का न्याय पत्र देश की जनता को न्याय दिलाने का काम करेगा। इसलिए देश की जनता कांग्रेस को सत्ता में लाकर सच व न्याय का साथ दे। इस अवसर पर बरवाला युवा हलका अध्यक्ष मनोज कोहली ने कहा कि भाजपा ने यदि किसी को सबसे अधिक नुकसान पहुंचाया है तो वह देश का युवा वर्ग है क्योंकि भाजपा सरकार में हरियाणा बेरोजगारी के मामले में पूरे देश में नंबर 1 पर है और यही हाल पूरे देश का है। करोड़ों रोजगार देने का वायदा करने वाली भाजपा सरकार में युवा रोजगार के दर-दर की ठोकरें खा रहे हैं। भाजपा सरकार से देश-प्रदेश का युवा वर्ग बेहद निराश व नाराज है। कांग्रेस की 5 न्याय 25 गारंटी न्याय पत्र से हम युवाओं व प्रदेश की जनता में जागरुकता लाएंगे और कांग्रेस के न्याय पत्र व उसकी घोषणाओं को जन-जन तक पहुंचाएंगे। उन्होंने सभी युवा साथी कार्यकर्ताओं से अभियान में पूरे जोश के साथ जुट जाने का आह्वान किया और इसके लिए दिशा-निर्देश दिए। इसके बाद उन्होंने गांव में डोर-टू-डोर कैंपेन चलाकर कांग्रेस न्याय पत्र के बारे में लोगों को जानकारी दी। उन्होंने बताया कि कांग्रेस पार्टी ने सदैव शिक्षा, रोजगार, किसान, गरीब व मजदूर के लिए कार्य किए हैं। जहां कहीं भी कांग्रेस की सरकार है वहां पर जो भी घोषणाएं की गई थी उन्हें लागू किया गया है। हरियाणा में भी जैसे ही कांग्रेस की सरकार बनेगी न्याय पत्र में शामिल घोषणाओं को लागू किया जाएगा। उन्होंने बताया कि न्याय पत्र में 300 युनिट बिजली फ्री, 2 लाख खाली सरकारी पदों पर योग्य हरियाणवी युवाओं की समयबद्ध भर्ती, सफाई कर्मचारी, ग्रामीण चौकीदार व मनरेगा मेट को पक्का किया जाएगा। जनविरोधी पोर्टलों से मुक्ति विश्वस्तरीय शिक्षा व स्वास्थ्य सेवाएं मुफ्त, गरीब परिवार को 100 गज के मुफ्त प्लॉट व रुपये 3.5 लाख की लागत से 2 कमरे का मकान, बीसी क्रीमती लेयर आय सीमा 6 लाख से बढ़ाकर 10 लाख रुपये करेंगे। हर गरीब को पीला राशन कार्ड, 500 रुपये में रसोई गैस सिलेंडर, किसानों को एमएसपी व सर्वाधिक भाव की गारंटी, नशा मुक्त व अपराध मुक्त हरियाणा फिर से बनाएंगे, 'पदक लाओ, पद पाओ' नीति दोबारा होगी लागू होगी। पुरानी पेंशन योजना (ओपीएस) लागू की जाएगी। विकास और निवेश में फिर हरियाणा बनेगा नं.1, बुढ़ापा पेंशन 6000 रुपये महीना होगी आदि शामिल हैं। इस अवसर पर मुख्य रूप से युवा प्रदेश उपाध्यक्ष कृष्ण सातरोड़, जगमाल नंबरदार, पूर्व सरपंच निहाल सिंह, धर्मपाल सरपंच, राधेश्याम नंबरदार, सुरेंद्र कोहली पूर्व सरपंच तलवंडी राणा, समीर वर्मा बहबलपुर युवा नेता, राहुल कोहली, कृष्ण नंबरदार विक्की जागलान प्रमुख रूप से मौजूद रहे।

# चौटाला ने दिया आश्वासन, नियमित रूप से खुलेंगे निजी स्कूल

## विशेष कैंप लगाकर की जाएगी स्कूल बसों की पासिंग

-पाठकपक्ष न्यूज-

**हिसार, 18 अप्रैल :** स्कूल बसों की गलत ढंग से चैकिंग व इंपाउंड करने के विरोध में उतरे स्कूल संचालकों ने भाजपा हिसार लोकसभा प्रत्याशी रणजीत चौटाला के आश्वासन के बाद अपना आंदोलन वापस ले लिया है। चौटाला ने स्कूल प्रतिनिधिमंडल को आश्वस्त किया कि वे इस मामले में मुख्यमंत्री से बात कर स्कूल संचालकों की समस्याओं का समाधान कराएंगे और किसी भी स्कूल संचालक को बिना वजह परेशान नहीं किया जाएगा। हरियाणा प्राइवेट स्कूल संघ के प्रदेशाध्यक्ष सत्यवान कुंडू ने कहा कि उनके इस आश्वासन के बाद स्कूल आज से नियमित तौर पर खुलेंगे।

विदित रहे कि महेंद्रगढ स्कूल बस हादसे के बाद प्रदेश सरकार ने प्राइवेट स्कूल बसों की चैकिंग के लिए प्रदेश स्तरीय अभियान चैकिंग अभियान शुरू किया था। इसके तहत स्कूल बसों को रास्ते में रोककर चैकिंग की जा रही थी और नियमों के छोटी खामी पर भी बसों के चालान व इंपाउंड की जा रही थी। इससे न केवल बच्चों को परेशानी का सामना करना पड़ रहा था, साथ ही स्कूल संचालकों में भी दहशत का माहौल बना हुआ था। इसके विरोध में स्कूल संगठनों ने दो दिन के लिए प्रदेश स्तरीय हड़ताल का आहवान किया था। इसी बीच संघ के प्रतिनिधिमंडल ने हिसार लोकसभा प्रत्याशी व बिजली मंत्री रणजीत चौटाला से मुलाकात की और उनके समक्ष अपनी मांगों का रखा और विशेष तौर पर इस मामले का उठाया गया कि स्कूल बसों को रास्ते में रोककर चैकिंग न की जाए। संघ के प्रदेशाध्यक्ष सत्यवान कुंडू ने बताया कि सरकार ने अब स्कूल बसों के कागजात पूरे करने के लिए दस दिनों का समय दिया है। इसी कड़ी में हिसार में भी परिवहन विभाग की ओर से भी सेक्टर 27-28 के पासिंग ग्राउंड में 17, 18, 20, 21, 25, 27 व 28 अप्रैल को स्कूल बसों के लिए विशेष पासिंग कैंप लगाने के निर्देश दिए हैं ताकि जल्द से जल्द सभी स्कूल बसों की पासिंग की जा सके। उन्होंने कहा कि स्कूल संचालक खुद महेंद्रगढ स्कूल हादसे के बाद संवेदनशील है और बच्चों की सुरक्षा के प्रति गंभीर है। उन्होंने कहा कि अगर पहले भी स्कूल बसों की नियमित चैकिंग होती तो इस तरह की घटना नहीं होती। उन्होंने स्कूल संचालकों से भी आह्वान किया कि वे अपने सभी कागजात पूरे कराएं और बच्चों की सुरक्षा सुनिश्चित करें ताकि इस तरह की घटना की पुनरावर्ती न हो।

# मजदूरों के कल्याण के लिए स्पष्ट नीति बनाए सरकार : दलबीर किरमारा

## मनरेगा मजदूर की दुर्घटना में मौत पर जताया शोक, घायलों से मिले

-पाठकपक्ष न्यूज-

**हिसार, 18 अप्रैल :** आम आदमी पार्टी के जिला अध्यक्ष दलबीर किरमारा ने दिल्ली रोड पर महाराणा प्रताप चौक के पास हुई दुर्घटना में एक मनरेगा मजदूर की मौत पर दुख जताया है। हादसे में घायल हुए नौ मजदूरों का हालचाल जानने नागरिक अस्पताल पहुंचे आप नेता ने उनके शीघ्र स्वस्थ होने की कामना की। नागरिक अस्पताल में घायलों का हालचाल जानने के बाद बातचीत में दलबीर किरमारा ने कहा कि हादसे में एक मजदूर की मौत व आठ महिलाओं सहित नौ मजदूरों के घायल होने की घटना गंभीर व दुखद है। सरकार को चाहिए कि वह मृतक मजदूर के आश्रितों को 25 लाख रुपये और घायलों को पांच-पांच लाख रुपये मुआवजा दें। उन्होंने कहा कि मजदूर वर्ग ऐसा तबका है जो हर रोज मजदूरी पर जाकर जब कुछ पैसा लाता है तो उनके घर का चूल्हा जलता है। ऐसे में यदि किसी के घर से कमान वाला ही चला जाए तो उस परिवार की हालत का अंदाजा सहज ही लगाया जा सकता है। यही नहीं, जो महिला व पुरूष मजदूर घायल हुए हैं, उनके घर का कामकाज भी रूक गया है और जब तक वे पूर्ण रूप से स्वस्थ होकर काम पर नहीं जाएंगे, तब उनके परिवार के सामने जहां रोजी-रोटी का संकट है वहीं वे शारीरिक रूप से कमजोर भी हो गए हैं। ऐसे में सरकार को मृतक व घायल मजदूरों के लिए तुरंत प्रभाव से मुआवजे की घोषणा करनी चाहिए। उन्होंने सरकार से मांग की कि मजदूरों के लिए ऐसी नीति बनाई जाए कि यदि इस तरह के हादसे में किसी की जान चली जाए या शारीरिक रूप से अक्षम हो जाए तो उसको उचित मुआवजा दिया जाना चाहिए।

## जजपा प्रत्याशी नैना चौटाला ने हिसार में डोर-टू-डोर से किया प्रचार अभियान का जोरदार शुभारम्भ

# देश में जजपा एकमात्र पार्टी है जो महिलाओं को उनका हक व सम्मान दिलवाने के लिए धरातल पर ठोस काम कर रही है : नैना चौटाला

-पाठकपक्ष न्यूज-

**हिसार, 18 अप्रैल :** हिसार लोकसभा क्षेत्र से जजपा प्रत्याशी घोषित होने के बाद रामनवमी पर श्रीमती नैना चौटाला ने हिसार शहर में डोर-टू-डोर कर जोरदार तरीके से अपने प्रचार अभियान का शुभारम्भ किया। हिसार शहर के ऋषिनगर, देवी भवन रोड, अग्रसेन कॉलोनी, मॉडल टाउन, सेक्टर 13, आजाद नगर के क्षेत्रों में जजपा प्रत्याशी नैना चौटाला ने दल-बल सहित डोर-टू-डोर कर मतदाताओं से वोट की अपील की। इस दौरान महिलाओं ने जगह-जगह लोकगीत गाकर व नाच कर नैना चौटाला का गर्मजोशी से स्वागत किया और उन्हें लोकसभा प्रत्याशी बनाए जाने पर हार्दिक बधाई भी दी। महिलाओं ने कहा की हिसार लोकसभा से पहली बार कोई महिला चुनाव मैदान में उतरी है, इसलिए हिसार की पूरी महिलाशक्ति उन्हें रिकॉर्ड मतों से जितवाने के लिए जी-जान लगा देगी। प्रचार अभियान के दौरान रामवतार सिहाग, शमशेर ढुल, कृष्ण भट्टी, हरमिंद्र कादयान, सतपाल पानू आदि ने अपने घरों पर श्रीमती नैना चौटाला व उनकी टीम का जोरदार स्वागत व अभिनंदन किया।

हिसार लोकसभा की जजपा प्रत्याशी नैना चौटाला ने प्रचार अभियान के दौरान कहा कि जननायक जनता पार्टी ने दुष्यंत चौटाला के नेतृत्व में महिलाओं को राजनितिक, सामाजिक व आर्थिक मजबूती देने के लिए लड़ाई लड़ी है। इसी के परिणामस्वरूप पंचायती राज संस्थाओं में 50 प्रतिशत आरक्षण, राशन डिपो में 33 प्रतिशत आरक्षण सहित अन्य महिला सशक्तिकरण की योजनाएं लागू हो पाई हैं। देश में जजपा एकमात्र पार्टी है जो महिलाओं को उनका हक व सम्मान दिलवाने के लिए धरातल पर ठोस काम कर रही है।

जजपा प्रत्याशी नैना चौटाला ने कहा कि आने वाली 25 मई को चाबी के निशान पर पड़ने वाला आपका एक-एक कीमती वोट दुष्यंत चौटाला के संसदीय स्वर्णिम कार्यकाल को दोबारा हिसार में स्थापित करने की नींव रखेगा। मेरी रिकॉर्ड मतों से जीत हरियाणा की हर महिला को प्रेरणा, ताकत और नई दिशा देने का काम करेगी, इसलिए हिसार लोकसभा क्षेत्र की हर महिला खुद को नैना चौटाला समझ कर आज से ही घर-घर जाकर प्रचार अभियान में जुट जाए। नैना चौटाला ने कहा कि पिछले पांच सालों से हिसार की जनता के कान संसद में लोकसभा की समस्याओं व हकों की आवाज सुनने को तरस गए है। सिर्फ जजपा कि चाबी ही हिसार लोकसभा के बंद विकास और किस्मत को खोलने वाली चाबी बनेगी।

प्रचार अभियान के दौरान नैना चौटाला के साथ मुख्य रूप से जजपा जिलाध्यक्ष अमित बूरा, जिला प्रभारी मा. ताराचंद, डॉ. अजीत ओडीएम, सुनील मुंड, नलवा के पूर्व प्रत्याशी वीरेंद्र चौधरी भोजराज, राजेश झाझड़िया पार्षद प्रतिनिधि अनिल शर्मा, कृष्ण गंगवा, सतपाल पालू, तरुण गोयल, राजेंद्र चुटानी, हिसार महिला जिलाध्यक्ष सुमित्रा मंगाली, नलवा हल्काध्यक्ष मोनिका भर्री, चित्रा डाबड़ा, गुलाब सिंह खेदड़, विपिन गोयल, भरत सिंह बैनिवाल, संदीप जेवरा पार्षद, कमल कायत पार्षद, पवन गंगवा, सतबीर कस्वां आदि मौजूद थे।

# इनेलो की सरकार बनते ही पहली कलम से छात्र संघ बहाली व बेरोजगारी भत्ता 21 हजार किया जाएगा : सुनैना चौटाला

## जाट धर्मशाला में आईएसओ द्वारा विशाल छात्र युवा मिलन समारोह का आयोजन

-पाठकपक्ष न्यूज-

**हिसार, 18 अप्रैल :** इनेलो के छात्र संगठन आईएसओ हिसार की ओर से इनेलो महिला प्रधान महासचिव सुनैना चौटाला के नेतृत्व में जाट धर्मशाला हिसार में आईएसओ जिला उपाध्यक्ष सूखी मंगाली, जिला संगठन सचिवचेतन शर्मा, जिला प्रधान महासचिव सौरव कांगडा की अध्यक्षता में भव्य छात्र युवा मिलन समारोह का अयोजन किया गया। इस सम्मेलन में सैंकड़ों युवाओं और छात्रों ने अपनी उपस्थिति दर्ज कराई। इस अवसर पर सुनैना चौटाला ने अपने संबोधन में कहा कि जहां बीजेपी, जेजेपी, कांग्रेस ने युवाओं और छात्रों के भविष्य से केवल खिलवाड़ किया है, वहीं इंडियन नेशनल लोकदल ही एकमात्र ऐसी पार्टी है जो छात्रों और युवाओं के हितों व उनकी हर लड़ाई के लिए तैयार व तत्पर रहती है। सम्मेलन को संबोधित करते हुए सुनैना चौटाला ने कहा कि आईएसओ प्रदेश का इकलौता ऐसा संगठन है जिसने छात्रों की हर संघर्ष में जीत कराई है। हरियाणा के युवाओं का भविष्य आईएसओ व इनेलो में ही सुरक्षित है। सुनैना चौटाला ने कहा कि इनेलो कि सरकार बनते ही पहली कलम से छात्र संघ चुनाव बहाल करने का काम करेगें, हर युवा को नौकरी देंगे और जो युवा नौकरी से वंचित रह जाएगा उसे सम्मान के तौर पर 21000 रुपए बेरोजगारी भत्ता देंगे। सम्मेलन में इनेलो जिला अध्यक्ष सतबीर सिंह सिसाय, हिसार हल्का अध्यक्ष सत्यवान पानू, लीगल सेल जिला अध्यक्ष प्रदीप सिंह बाजिया, इनेलो वरिष्ठ नेता जितेंद्र श्योराण, आईएसओ जिला अध्यक्ष साहिलदीप कसवां, आईएसओ जिला उपाध्यक्ष सूखी मंगाली, आईएसओ जिला संगठन सचिव चेतन शर्मा, आईएसओ जिला प्रधान महासचिव सौरव कांगडा, आईएसओ जिला प्रवक्ता सचिन कांगड़ा, आईएसओ जिला महासचिव सचिन बिश्नोई, आईएसओ हिसार हल्का अध्यक्ष राहुल पांचाल, आईएसओ उकलाना हल्का अध्यक्ष बच्ची हसनगढ़, आईएसओ हांसी हल्का अध्यक्ष ध्रुव जांगड़ा, आईएसओ बरवाला हल्का अध्यक्ष कृष्ण सहरावत, युवा प्रदेश महासचिव राजेश भाकर, युवा इनेलो उकलाना हल्का अध्यक्ष मनीष किरमारा, इनेलो नेता सुभाष किरमारा, युवा प्रदेश सचिव गौरव बेनिवाल, आईएसओ आईटी सेल प्रभारी सुमित जांगड़ा, आईएसओ सीनियर नेता नमन शर्मा, आईएसओ जिला सचिव छोटा भैणी, आईएसओ नेता रमीन पूनिया, आईएसओ नेता हनी पूनिया, शिवम पंघाल, अंकित बूरा, बिल्ला कुलेरी, सौरव गोयत, रणदीप, शुभम, सुनील, सुमित बिश्नोई, अंकित बिश्नोई, राहुल, अंकित सहित सैंकड़ों युवा और छात्र मौजूद रहे।

# क्या आप भी हैं आंखों की समस्या से परेशान? तो बस अपनाएं ये 6 फूड्स...

-पाठकपक्ष डेस्क-

आज के समय में ज्यादातर लोगों की लाइफस्टाइल में दिनभर कंप्यूटर या लैपटॉप पर काम करना जरुरी सा हो गया है। वहीं, कुछ लोग अपना ज्यादा से ज्यादा समय फोन का इस्तेमाल करने में भी बिता देते हैं। ऐसे में आंखों की संबंधित समस्या होना आम बात है। फोन, लैपटॉप या अन्य तरह की टेक्नोलॉजी जिनसे आंखों पर जोर पड़े वो हानिकारक साबित हो सकते हैं।

विशेषज्ञों के अनुसार लगातार स्क्रीन देखने से आंखों की सेहत बिगड़ती है, साथ ही नजर कमजोर होती है। इसके अलावा खानपान में की गई लापरवाही भी आंखों की कमजोरी का कारण हो सकती है। इसलिए जरूरी है कि समय रहते हमें अपनी आंखों की देखभाल कर लेनी चाहिए। आज हम आपको आंखों को सेहतमंद बनाएं रखने के लिए कुछ टिप्स के साथ 6 ऐसे फूड्स के बारे में बताने जा रहे हैं जिन्हें अपनाकर आप अपनी आंखों को सेहतमंद बनाएं रख सकते हैं...

**आंखों को होने वाले नुकसान से बचाएंगे ये टिप्स**

- अगर आपका काम दिनभर कंप्यूटर या लैपटॉप पर ही रहता है तो ऐसे में अपनी पलकों को बीच-बीच में झपकाते रहें। लगातार स्क्रीन को देखना आंखों के लिए नुकसानदायक हो सकता है।
- आंखों की एक्सरसाइज जरूर करें।
- दो से तीन घंटे में अपनी आंखों को कुछ मिनट के लिए जरूर बंद करके उन्हें आराम दें।
- सोने से करीब दो घंटे पहले फोन, कंप्यूटर या लैपटॉप का इस्तेमाल न करें।
- आंखों को रोजाना ठंडे पानी से जरूर धोएं
- अपनी उंगलियों की मदद से आंखों की हल्के-हल्के मालिश करें।

- ये 6 फूड्स बढ़ाएंगे आपकी आंखों की रोशनी

**सौंफ**

सौंफ न सिर्फ हमारी त्वचा के लिए लाभदायक है बल्कि इससे हमारी आंखों की सेहत भी अच्छी होती हैं। सौंफ का इस्तेमाल जड़ी बूटियों में भी किया जाता है, जो हमारे स्वास्थ के लिए अच्छा होता है। इतना ही नहीं, सौंफ के सेवन से मोतियाबिंद को धीमा किया जा सकता है। साथ ही आंखों की सेहत को भी अच्छा बनाया जा सकता है। इसके लिए थोड़ी सी सौंफ, 1 कप बदाम और 1 चम्मच चीनी को मिक्सी में पीसकर पेस्ट तैयार कर लें। इसके बाद एक गिलास दूध में इस पेस्ट को मिलाकर सेवन कर सकते हैं।

**सोयाबीन**

हेल्थ एक्सपर्ट्स कहते हैं कि सोयाबीन के सेवन करने से कई स्वास्थ्य लाभ होते हैं। इसमें मौजूद प्रोटीन हमारे आंखों के लिए भी बेहद लाभकारी साबित हो सकता है। जो व्यक्ति अपनी आंखों की समस्या से परेशान रहता है, उसे सोयाबीन का सेवन जरूर करना चाहिए। इससे आंखों की संबंधित समस्या कम हो सकती है, साथ ही आंखों की रोशनी भी बढ़ती है। इसका सेवन पानी में भिगोने के बाद ही करें। आप इसके स्नैक्स या सब्जी भी बनाकर सेवन कर सकते हैं।

**बादाम का दूध**

हेल्थ एक्सपर्ट्स कहते हैं कि बादाम का दूध सेहत के लिए काफी अच्छा होता है। इससे आंखों की संबंधित समस्या को दूर किया जाता है। इसके सेवन से आंखों की रोशनी को बढ़ाया जा सकता है। इसके लिए आप हफ्ते में 3 से 4 बार बादाम का दूध पी सकते हैं। इसमें विटामिन ई, ओमेगा 3 फैटी और एंटीऑक्सिडेंट मौजूद होता है।

**हरी सब्जियां**

विशेषज्ञों के अनुसार आंखों की रोशनी बढ़ाने के लिए हरी सब्जियों का सेवन करना भी काफी अच्छा साबित होता है। इसमें काफी मात्रा में आयरन पाया जाता है, जो आंखों के लिए अच्छा साबित होता है। इसका सेवन करने से सेहत को भी लाभ हो सकता है। आप हरी सब्जियों को सलाद या व्यंजन बनाकर भी सेवन कर सकते हैं।

**गाजर**

गाजर के सेवन से हमें कई तरह के लाभ होते हैं। ये आंखों से संबंधित हर समस्या को दूर करता है। इसके अलावा आंखों की रोशनी भी बढ़ाता है। गाजर का सेवन कई तरह से किया जा सकता है। आप इसे कच्चा या सब्जी के तौर पर भी सेवन कर सकते हैं। इसके अलावा आप गाजर का जूस भी पी सकते हैं। अगर आप रोजाना गाजर का सेवन करेंगे तो आप आंखों की समस्या से छुटकारा पा सकते हैं।

**आंवला**

आंवला का सेवन करने से बाल, त्वचा व अन्य तरह की समस्याओं से छुटकारा पाया जा सकता है। ये आंखों को सेहतमंद बनाएं रखने में भी मददगार साबित होता है। आंवला में मौजूद विटामिन सी आंखों के रेटिना कोशिकाओं के कामकाज को सुधारता है, साथ ही स्वस्थ कोशिकाओं को बढ़ता है। इतना ही नहीं आंवला के सेवन से इम्यूनिटी सिस्टम को भी मजबूत बनाया जा सकता है। आंवला का लाभ पाने के लिए आधे कप पानी में कुछ चम्मच आंवले के रस के मिलाकर सेवन करें। आप दिन में 2 बार इसका सेवन कर सकते हैं।

# पार्टी में करना है मेहमानों को इंप्रेस तो झटपट बनाएं रेस्त्रां स्टाइल चिली पनीर

-पाठकपक्ष डेस्क-

घर में कोई पार्टी है या फिर नाश्ते में कुछ चटपटा खाने का मन कर रहा हो तो चिली पनीर आपके लिए बेस्ट ऑप्शन हो सकता है। चिली पनीर एक स्वादिष्ट इन्डियन-चायनीज व्यंजन है जो स्टार्टर या नाश्ते में परोसा जाता है। तो आइए जान लेते हैं कैसे बनाई जाती है रेस्त्रां स्टाइल चिली पनीर रेसिपी।

**चिली पनीर बनाने के लिए सामग्री-**

-250 ग्राम पनीर
-1 कटा हुआ प्याज
-4 कटी हुई हरी मिर्च
-1 कटी हुई शिमला मिर्च
-2 कटी हुई हरी प्याज
-1 टी-स्पून बारीक कटा अदरक लहसुन
-2 टी-स्पून अदरक लहसुन पेस्ट
-50 ग्राम मैदा
-2 चम्मच मक्के का आटा
-1 चम्मच चिली सॉस
-1 चम्मच टोमेटो सॉस
-1 चम्मच सोया सॉस
-1/2 चम्मच काली मिर्च पाउडर
-50 ग्राम तेल
-स्वाद अनुसार नमक
-1/2 चम्मच हल्दी
-1 चम्मच गरम मसाला

**चिली पनीर बनाने का तरीका-**

चिली पनीर बनाने के लिए सबसे पहले एक कटोरे में मैदा, मक्के का आटा लेकर उसमें मिर्च और नमक स्वाद अनुसार डालकर मिलाएं। अब इसमें थोड़ा सा तेल पानी डाल कर इसका गाढ़ा पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट में पनीर को चौकोर टुकड़ों में काटकर डालने के बाद उन्हें कुछ देर ऐसे ही छोड़ दें। अब एक पैन लेकर उसमें थोड़ा सा तेल डालकर पेस्ट में लिपटे पनीर को फ्राई करने के बाद पनीर के टुकड़ों को एक अलग बर्तन में निकाल लें।

अब उस तेल में बारीक कटा अदरक, लहसुन, प्याज, मिर्च शिमला मिर्च डालकर थोड़ी देर भून लें। इन्हें भुनने के बाद इसमें सोया सॉस, टोमेटो सॉस, ग्रीन चिल्ली सॉस, मिर्ची पाउडर, अदरक लहसुन का पेस्ट डालकर भून लें। इसमें थोड़ा सा पानी डालकर ग्रेवी को थोड़ी देर पकाएं। अब इसमें फ्राई किए हुए पनीर के टुकड़े डालकर मिक्स कर लें।

# घर बैठे-बैठे घटा सकते हैं कई किलो वजन, बस दबाने होंगे शरीर के ये खास बिंदु

-पाठकपक्ष डेस्क-

बढ़ते वजन से छुटकारा पाने के लिए अगर आप योगा, एक्सरसाइज, वॉक और जॉगिंग जैसे सभी विकल्प अपनाकर थक चुके हैं तो अब एक्यूप्रेशर की मदद लेकर देखिए। मोटापा घटाने और बढ़ते वजन को कम करने में एक्यूप्रेशर बेहद कमाल की भूमिका निभाता है। दरअसल, व्यक्ति के शरीर में कुछ खास बिंदु होते हैं जिन्हें दबाने से बड़ी आसानी से कई किलो वजन कम किया जा सकता है। आइए जानते हैं कौन से हैं वो खास बिंदु।

**नाभि के नीचे बिंदु-**

नाभि के 1 इंच नीचे एक बिंदु होता है। इस बिंदु को दो अंगुलियों से 2 मिनट के लिए दबाएं या मालिश करें। ऐसा करने से न केवल गैस दूर होती है बल्कि पाचन शक्ति बेहतर होती है।

**कोहनी के पास स्थित बिंदु-**

कोहनी के पास स्थित बिंदु को अगर दबाया जाए तो न सिर्फ शरीर का तापमान नियंत्रित होता है बल्कि यह मोटापे को कम करने में भी मदद करता है। रोजाना 1 मिनट तक नियमित रूप से इस बिंदु को दबाने से शरीर की गर्मी और जरूरत से ज्यादा पानी निकालने में भी मदद मिलती है।

**नाक और होंठ के बीच में बना बिंदु-**

नाक और होंठ के बीच में स्थित बिंदु को दबाने से ना सिर्फ तनाव दूर होता है बल्कि इससे मोटापे की समस्या भी दूर होती है। इस बिंदु को दबाने से तनाव संबंधित हॉर्मोन भी संतुलित रहते हैं।

**कान के बीच में स्थित बिंदु-**

कान के बीच में स्थित बिंदु को एक्यूप्रेशर में केंद्र बिंदु भी कहा जाता है। इस बिंदु को अपनी अंगुली की मदद से 1 या 2 मिनट तक दबाने से आप अपने बढ़ते वजन को कम कर सकते हैं। इस बिंदु पर जब दबाव पड़ता है तो व्यक्ति की भूख भी नियंत्रित होती है।

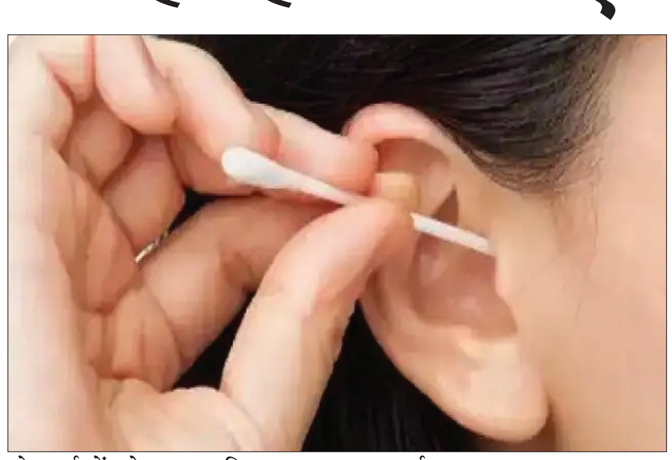
# ईयरबड से करते हैं कान साफ तो रहें सावधान! कहीं हो न जाए ये प्रॉब्लम

-पाठकपक्ष डेस्क-

अक्सर कान में खुजली, असहजता या फिर मैल साफ करने के लिए लोग कान में ईयरबड्स का इस्तेमाल करते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं ऐसा करना आपकी कान की सेहत के लिए कितना बड़ा खतरा साबित हो सकता है। विशेषज्ञों की मानें तो ईयरबड्स में रुई लगे होने की वजह से उसे कान साफ करने के लिए बेहद सुरक्षित विकल्प माना जाता है। लेकिन इसका बार-बार उपयोग आपके कान को नुकसान पहुंचाकर आपकी सुनने की क्षमता पर भी बुरा असर डाल सकता है। आइए जानते हैं आखिर कैसे ईयरबड के इस्तेमाल से आपके कान को क्यों और किस तरह का नुकसान होता है।

अमेरिका के नेशनवाइड चिल्ड्रन अस्पताल के ईएनटी डॉक्टर क्रिस ने कहा, लोगों को दो सबसे बड़ी गलत फहमी होती हैं । पहली, कान को घर में ही साफ करना चाहिए और दूसरी, कान साफ करने के लिए ईयरबड्स का इस्तेमाल किया जाना चाहिए।

कान में जमा मैल निकालने के लिए ईयरबड्स का इस्तेमाल कान की मैल बाहर निकलने की जगह उसे कान के और भीतर धकेल देता है। ऐसा होने से कान के अंदर गंभीर चोटे आने के साथ-साथ कान संबंधी बीमारियां भी हो सकती है।



शोधकर्ताओं ने पाया कि 73 प्रतिशत कान के अंदर चोट कॉटन बड्स के इस्तेमाल करने के कारण होती है।

**ईयरबड यूज करने के नुकसान-**

-ईयरबड यूज करने से कई बार कान की मैल बाहर आने की जगह अंदर की चली जाती है। यदि ये मैल कान के पर्दे तक पहुंच जाए तो उससे सुनने की क्षमता पर असर पड़ता है।

-ईयरबड पर लगी रुई भले ही कोमल होती है, लेकिन इसका बार-बार इस्तेमाल कान की नसों को काफी नुकसान पहुंचाता है।

-कान का पर्दा काफी नाजुक होता है। रुई से बना ईयरबड भी यदि इस पर लगे तो उससे पर्दा फटने का खतरा रहता है. ये आपको बहरा बना सकता है।

-ईयरबड का बार-बार उपयोग करने से कान का छेद चौड़ा हो जाता है। इससे कान में धूल-मिट्टी आसानी से चली जाती है।

-कान शरीर का सबसे नाजुक अंग होता है। इसकी बनावट अंग्रेजी के एस अक्षर जैसी होती है। ईयरबड को कान में डालने से वह सीधा इयर ड्रम (टिम्पैनिक झिल्ली) जिसे कान का परदा भी कहते हैं, को टच करता है, यह बहुत नाजुक झिल्ली होती है, जरा से प्रेशर से फट भी सकती है और आपको बहरा तक बना सकती है।

-कभी-कभी सस्ते किस्म के ईयरबड की रुई वैक्स में चिपक कर अंदर ही रह जाती है, जिससे फंगस इंफेक्शन होने की संभावना रहती है।

**ऐसे करें कान की सफाई-**

कान की सफाई को लेकर मुंबई की ऑडियोलोगिस्ट सुश्री सना ज़ेब का कहना है कि, यह सच है कि बाहर की धूल-मिट्टी और हवा जब कानों के भीतर निर्मित वैक्स के संपर्क में आती हैं, तो वह गंदगी बनकर इकट्ठी होने लगती है, जिससे कानों में असहजता अथवा खुजली होती है। ऐसी स्थिति में लोगों को यही सुझाव दूंगी कि वे कान साफ करने के लिए ईयरबड, माचिस की तीली जैसी चीजों से कान साफ करने का प्रयास न करें। दरअसल सफाई के लिए आपके कान का अपना नेचुरल तरीका होता है। आप जब शॉवर लेते हैं तो आपके कान साफ होते रहते हैं। नहाते समय जो पानी और साबुन आपके कानों में प्रवेश करते हैं वो कान की मैल को ढीला करते हैं। ढीला मैल कान से अपने आप बाहर निकल जाता है। कान साफ करने के लिए आप चाहे तो नहाने के बाद किसी पतले कॉटन के टुकड़े को छोटी उंगली में लपेटकर कान के अंदरूनी हिस्से को आराम से रगड़कर कान की मैल छुड़ा सते हैं। रोजाना ऐसा करने से आपके कान में मैल कभी नहीं जमेगा। लेकिन अगर आप खुद यह काम नहीं कर पा रहे या फिर कानों में वैक्स ज्यादा जमा हो गया है तो अपने डॉटर से परामर्श लें। डॉक्टर इस मैल को साफ़ करने के लिए आपको उचित सलाह देंगे।

# मंडियों में लगभग 32.5 लाख एमटी गेहूं आने के बावजूद गेंहू का उठान ना होने से किसान व आढ़तियों में सरकार के प्रति बड़ी भारी नराजगी : बजरंग गर्ग

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** हरियाणा प्रदेश व्यापार मंडल के प्रांतीय अध्यक्ष व हरियाणा कांन्फैड के पूर्व चेयरमैन बजरंग गर्ग ने अपने अग्रोहा व अन्य अनाज मंडियों के दौरे पर आढ़ती व किसानों से बातचीत करने के उपरांत कहा कि सरकारी अधिकारी व अनाज उठान के ठेकेदारों की लापरवाही के कारण मंडियां पूरी तरह गेहूं व सरसों से भरी हुई है और मंडियों के बाहर लंबी-लंबी लाईन अनाज से भरी हुई गाड़ियों की लगी हुई है। बरसात का मौसम होने के कारण पहले भी किसान की लाखों टन गेहूं व सरसों खराब हो गई है और मौसम विभाग के अनुसार आगे भी बारिश आने की संभावना जताई गई है। मंडियों में लगभग 32.5 लाख एमटी टन गेहूं आ चुकी है। गेहूं का उठान ना होने से किसान व आढ़तियों में सरकार के प्रति बड़ी भारी नराजगी है। बजरंग गर्ग ने कहा कि अनाज उठान के ठेकेदार पैसे लेने के चक्कर में जानबूझकर गेहूं का उठान करने में देरी कर रहे हैं। जिसके कारण किसान, आढ़तियों को बड़ी भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। बजरंग गर्ग ने कहा कि सरकार को तुरंत प्रभाव से गेहूं की खरीद व उठान करके किसानों को गेहूं खरीद का भुगतान करना चाहिए जबकि सरकार के अनाज खरीद, उठान व भुगतान 72 घंटे में करने के सभी दावे फेल सिद्ध हुए हैं।

**-पाठकपक्ष न्यूज-** कुरुक्षेत्र से लोकसभा के उम्मीदवार नवीन जिंदल की गेहूं की बोरी ढोते हुए की यह फोटो बहुत वायरल हो रही है। जन सेवा के लिए वोट मिलना भी जरूरी है।

# भीख नहीं किताब दो संस्था के छात्रावास में श्रीगुरु ग्रंथ साहिब स्थापित

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** भीख नहीं किताब दो संस्था की देखरेख में तलवंडी राणा में चल रहे स्वाभिमान अध्ययन केंद्र एवं छात्रावास में रामनवमी के अवसर पर श्रीगुरु ग्रंथ साहिब की स्थापना की गई है। इस मौके पर संस्था की अध्यक्षा अनु चिनिया ने बताया कि संस्था से जुड़े सहयोगियों की मदद से यह अवसर आया है।संस्था सचिव सुरेश पूनिया ने बताया कि बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए आध्यात्मिक शिक्षा भी जरूरी है, इसीलिए नवनिर्मित छात्रावास भवन में श्रीगुरु ग्रंथ साहिब की स्थापना की गई है। इस अवसर पर निरंजन आश्रम, जींद के अध्यक्ष स्वामी राघवानंद महाराज, अवधूत बाड़ा आश्रम, ऋषिकेश के स्वामी महिमानंद महाराज, ईश्वर सिंह पूनिया, लाल बहादुर खोवाल एडवोकेट, शैलेश वर्मा, गुलशन ढींगड़ा, कुलभूषण जांगड़ा, रोहतास भ्यान, डॉक्टर पवन कुमार, विकास लाम्बा, सरपंच दयाल सिंह, रामपाल वर्मा, कोहली परिवार, नरेश पूनिया, अंकुर, गरिमा, सौरव, कमलेश भ्यान, पुनीत, नेहा, दीप्ति, वेदान्श, रवीना, के अलावा संस्था की टीम के सभी सदस्य भी उपस्थित रहे।

# HiDM ने तनाव और उसकी प्रबंधन रणनीतियों पर सेमिनार आयोजित किया

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** मानसिक स्वास्थ्य को लेकर बढ़ती चिंताओं को दूर करने के लिए, हिसार इंस्टीट्यूट ऑफ डिजिटल मार्केटिंग द्वारा 'तनाव और उसके प्रबंधन' पर एक सेमिनार आयोजित किया गया। सेमिनार की मुख्य वक्ता क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट और माइंडक्रेस्ट की निदेशक डॉ. अर्चना शर्मा थीं। इस ज्ञानवर्धक सेमिनार का उद्देश्य छात्रों को अपने दैनिक जीवन में तनाव को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने के लिए रणनीतियाँ सिखाना था। HiDM के निदेशक मनमोहन सिंगला ने सभी प्रतिभागियों का गर्मजोशी से स्वागत किया और सम्मानित मुख्य वक्ता का परिचय दिया। अपने संबोधन के दौरान, डॉ. अर्चना शर्मा ने किशोरों के सामने आने वाले विभिन्न प्रकार के तनावों के बारे में बताया। वक्ता द्वारा तनाव प्रबंधन रणनीतियों के महत्व और तनाव को सकारात्मक या नकारात्मक के रूप में देखने की क्षमता के बारे में बताया गया। तनाव को ठीक से संभालने के लिए, उन्होंने भावनाओं को बाहर निकालने और मदद मांगने के महत्व पर जोर दिया। सत्र में, प्रतिभागियों ने प्रश्न भी पूछे जिसका जवाब डॉ. अर्चना शर्मा ने बड़े ही शानदार तरीके से दिया। मनमोहन सिंगला ने कहा, इस सेमिनार ने छात्रों को तनाव की व्यापक समझ प्रदान की और इसे प्रभावी ढंग से कैसे प्रबंधित किया जाए, यह भी सिखाया है। सुश्री अर्चना शर्मा द्वारा साझा की गई विशेषज्ञ अंतर्दृष्टि से सीखकर, बच्चो ने प्रभावी तनाव प्रबंधन तकनीकों के बारे में बहुमूल्य ज्ञान प्राप्त किया। HiDM एक प्रमुख संस्थान है जो छात्रों को डिजिटल मार्केटिंग में प्रशिक्षित करता है और अपने छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य को प्राथमिकता देता है।

*हरियाणा ओड सभा ने अभिषेक नापा के सिविल सर्विसेज में चयनित होने पर दी बधाई*

# अभिषेक नापा ने किया है समाज का नाम रोशन, हरियाणा ओड सभा व एससी समाज करेंगे सम्मानित : राजेश मुंडाई

हरियाणा ओड सभा के प्रदेश उपाध्यक्ष राजेश मुंडाई अभिषेक नापा को उनके आवास पर मिठाई खिलाकर मुंह मीठा करवाते हुए।

**-पाठकपक्ष न्यूज-**

**हिसार, 18 अप्रैल :** हिसार के ग्लोबल स्पेस निवासी ओमप्रकाश नापा व कृष्णा नापा के सुपुत्र अभिषेक नापा के संघ लोक सेवा आयोग यूपीएससी में चयनित होने पर आज हरियाणा ओड सभा की ओर से सभा के प्रदेश उपाध्यक्ष राजेश मुंडाई ने उनके आवास पर जाकर उन्हें बधाई दी व मिठाई खिलाकर उनका मुंह मीठा करवाया। इस अवसर पर राजेश मुंडाई ने कहा कि अभिषेक नापा ने यह मुकाम हासिल करके पूरे समाज का नाम रोशन किया है तथा सिर ऊंचा किया है। इससे एससी समाज में खुशी की लहर है। एससी समाज व हरियाणा ओड सभा जल्द ही अभिषेक नापा को सम्मानित भी करेगी। राजेश मुंडाई ने कहा कि इस उपलब्धि के लिए उनकी जितनी प्रशंसा की जाए कम है। उन्होंने अभिषेक व पूरे परिवार को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की करते हुए कहा कि अभिषेक से समाज के अन्य युवाओं को भी प्रेरणा मिलेगी। मूलतः रतिया के गांव जल्लोपुर निवासी व वर्तमान में हिसार के ग्लोबल स्पेस में रह रहे अभिषेक नापा स्व. वसु नापा के पौत्र हैं जिन्होंने पहले ही अटैम्पट में यूपीएससी की परीक्षा पास कर 1004वां रैंक हासिल किया है।

# दिव्य देव स्थानम, सरसौद का वार्षिक महोत्सव धूमधाम से मनाया

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** राम नवमी, दुर्गा नवमी एवं दिव्य देव स्थानम् सरसौद का द्वितीय वार्षिक स्थापना दिवस महोत्सव के रुप में बड़ी धूमधाम से मनाया गया। मनोहर लाल ज्ञानी देवी जन कल्याण सोसायटी के प्रधान मदनलाल गोयल ने बताया कि मन्दिर में नवरात्रि महोत्सव के उपलक्ष्य पर नो दिनों तक सुबह-शाम भक्तों का तांता लगा रहा। नवमी पर पूजा-अर्चना, कंजक पूजन एवं भंडारा चलाया गया। शाम को गांव की मुख्य गलियों में ध्वजा यात्रा एवं कलश यात्रा निकाली गई, मंदिर में संकीर्तन किया गया। समाप्ति पर आरती के साथ प्रशाद वितरण किया गया।

*मेरी झोपड़ी के भाग आज खुल जाएंगे, राम आएंगे .. ..*

# गीता भवन में राम कथा का समापन

**-पाठकपक्ष न्यूज-**

**हिसार, 18 अप्रैल :** रामपुरा मौहल्ला स्थित गीता भवन में चैत्र नवरात्रों के उपलक्ष में चल रहे रामचरितमानस-प्रवचन व संकीर्तन के नौवें व अंतिम दिन रामायण पाठ का भोग डाला गया। भजन व सत्संग का आयोजन किया गया। दोपहर 12 बजे भगवान श्रीराम का जन्मोत्सव धूमधाम से मनाया गया। राम नवमी पर्व के उपलक्ष्य में भजन गायक सुमित मित्तल, जितेश लक्की व शुभम अरोड़ा ने भजनों की वर्षा की। गाये गये भजनों में मेरी झोपड़ी के भाग आज खुल जाएंगे, राम आएंगे.. .. आदि प्रमुख रहे। कार्यक्रम की समाप्ति पर रामायण पाठ का भोग डाला गया व प्रसाद वितरित किया गया। आज की सत्संग सभा में सभा की प्रधान उषा बक्शी, महामंत्री दयानंद बंसल, संरक्षक प्रेमलता बक्शी, गंगाधर पाल, पं. सत्यवान शर्मा, नंदलाल धमीजा, कृष्ण मेहता, बलवंत मदान, गिरधर मेहता, कृष्ण नागपाल, रामशरण भुटानी, शामलाल नागपाल, धर्मचंद मेहता, सुरेश नागपाल, राज रानी गुप्ता, स्नेह बंसल, संध्या अरोड़ा, पुष्पा अरोड़ा, सत्या बंसल, प्रेम गोयल सहित अनेक श्रद्धालु भी उपस्थित रहे। संस्था की प्रधान उषा बख्शी ने राम कथा के सफलतापूर्वक सम्पन्न होने पर सभी वक्ताओं, भजन गायकारों व श्रद्धालुओं का आभार व्यक्त किया है।

# हिसार रोडीज द साइकलिंग क्लब की नवरात्रि राइड का हुआ समापन

**-पाठकपक्ष न्यूज-**

**हिसार, 18 अप्रैल :** हिसार रोडीज द साइकलिंग क्लब के 9 दिन की नवरात्रि राइड रामनवमी के दिन बुधवार को पूरी हो गई। 9 दिनों के अंदर कल्ब के सदस्यों ने सुबह-सुबह साइकलिंग करते हुए अलग-अलग मंदिरों के दर्शन किए और नवरात्र के पावन अवसर पर भगवान से आशीर्वाद प्राप्त किया। ये एक बहुत ही शानदार यात्रा रही और इस दौरान एक अलग तरह का अनुभव हुआ। साइकिलिंग करके जहां स्वस्थ जीवन शैली का संदेश दिया गया वहीं मंदिरों के दर्शन करके सनातन धर्म और देश की संस्कृति को बढ़ावा देने का काम किया गया। इस 9 दिन की नवरात्रि राइड का समापन बुधवार को सिरसा रोड पर लान्धरी टोल के पास स्थित तिरुपति बालाजी मंदिर के दर्शन के साथ हुआ। इन 9 दिनों में क्लब के सदस्य डॉक्टर अरुण अग्रवाल, मनोज गुप्ता, तुषार गुप्ता, अंकित जैन, डॉ नीरव जैन, रमन चौधरी, पवन मीणा, गौरव शर्मा, सुभाष वर्मा, मनन जैन, गुरदीप, हितेश बंसल, पुनीत शेखावत, वैभव डूडेजा, मनजीत, माहिर गुप्ता, मनीष, दिनेश यादव व वैभव सपरा ने साइकलिंग करके नवरात्रि राइड पूरी की। मंदिरों के दर्शन के अलावा इन 9 दिनों में शहर की अलग-अलग मिठाइयों की दुकान पर जाकर प्रसाद के लिए मिठाइयां खरीदी गई और इस प्रकार नौ दिनों में साइकिलिंग के साथ-साथ शहर की अलग-अलग जगह पर घूमने का अनुभव भी क्लब के सदस्यों ने प्राप्त किया। क्लब की तरफ से डॉक्टर अरुण कुमार अग्रवाल ने बताया कि इन 9 दिनों में सनातन धर्म हनुमान मंदिर नागौर गेट, देवी भवन, हनुमान मंदिर गांधी चौक, प्राचीन श्याम बाबा मंदिर, बागड़ी मंदिर भगत सिंह चौक, काली देवी मंदिर हांसी, बुधला संत हनुमान मंदिर ऋषि नगर, श्याम बाबा मंदिर सेक्टर 16-17 और लान्धरी टोल के पास सिरसा रोड पर तिरुपति बालाजी मंदिर में दर्शन किए गए। अष्टमी के दिन मनोज गुप्ता के द्वारा शीश महल वाली गली में भंडारा भी आयोजित किया गया। इन नौ दिनों के दौरान सदस्यों ने लगभग 350 से 400 किलोमीटर के करीब साइकिलिंग भी की। क्लब की इस पहल को लोगों ने काफी सराहा है।

# राजकीय महाविद्यालय हिसार में इंग्लिश लिटरेरी सोसायटी द्वारा व्याख्यान का आयोजन

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** राजगढ़ रोड़ स्थित राजकीय महाविद्यालय हिसार में इंग्लिश लिटरेरी सोसायटी के द्वारा एक विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। मुख्य वक्ता के रूप में हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय हिसार की भाषा व हरियाणवी संस्कृति विभाग के सहायक प्रोफेसर देवेंद्र सिंह ने शिरकत की। उन्होंने अंग्रेजी विभाग के छात्र छात्रों को साहित्य में अंग्रेजी भाषा में लिखें उपन्यासों की विभिन्न श्रेणियों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ दीपमाला लोहान ने विस्तार व्याख्यान के सफल आयोजन पर अंग्रेजी विभाग के प्राध्यापकों व विद्यार्थियों को बधाई ज्ञापित की।

## Name Change

I, Anju Rani Chawla W/o Sh. Rajender Kumar Chawla R/o H. No. 02, Varinda Beauty Parlor, Hari Nagar, Hisar declare that in several documents my name is written as Anju Rani. The above Anju Rani and Anju Rani Chawla both are the same person. In future I will be known as Anju Rani Chawla for all purpose.

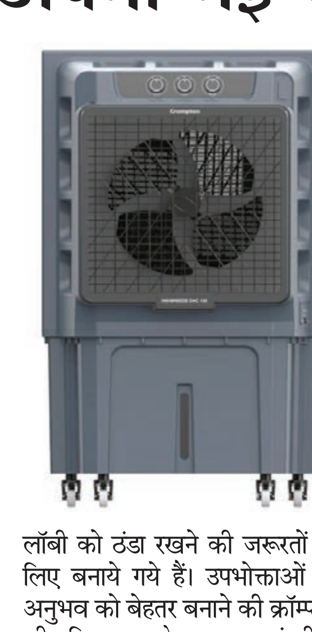
- Deponent

## Name Change

I, Rajender Kumar Chawla S/o Sh. Jawahar Lal R/o H. No. 02, Varinda Beauty Parlor, Hari Nagar, Hisar declare that in several documents my name is written as Rajender Kumar. The above Rajender Kumar and Rajender Kumar Chawla both are the same person. In future I will be known as Rajender Kumar Chawla for all purpose.

- Deponent

# क्रॉम्प्टन ने इंडीब्रीज़ इंडस्ट्रियल एयर कूलर्स की अपनी नई रेंज लॉन्च की



**-पाठकपक्ष न्यूज-**

**हिसार, 18 अप्रैल :** क्रॉम्प्टन ग्रीव्स कंज्यूमर इलेक्ट्रिकल्स लिमिटेड, उपकरणों में अपनी गुणवत्ता और नए-नए आविष्कारों को लेकर अपनी प्रतिबद्धता के लिए मशहूर कंपनी, ने बेहद खूबसूरती और बेमिसाल स्टाइल से आपके लिविंग स्पेसेस को लगातार नए सिरे से परिभाषित किया है। इसे एक नए लेवल पर ले जाते हुए, क्रॉम्पटन ने अपनी इंडीब्रीज़ इंडस्ट्रियल कूलर की रेंज लॉन्च कर एक बार फिर अपने कूलिंग सोल्यूशंस में बदलाव किया है। 95 लीटर और 135 लीटर की क्षमताओं में उपलब्ध ये इंडस्ट्रियल ग्रेड कूलर्स विशेष तौर पर बड़ी और खुली जगहों, जैसे फैक्ट्री, गोदाम, खुले किचन वाले रेस्तरां और बड़ी लॉबी को ठंडा रखने की जरूरतों के लिए बनाये गये हैं। उपभोक्ताओं के अनुभव को बेहतर बनाने की क्रॉम्प्टन की प्रतिबदद्धता के अनुरूप, कंपनी ने इंडस्ट्रियल एयर कूलर्स की नई रेंज - इंडीब्रीज़ सीरीज को पेश किया है, जो गर्मी के इस मौसम में 'जल्दी कूलिंग' देने के लिहाज से डिजाइन किये गये हैं। क्रॉम्प्टन ग्रीव्स कंज्यूमर इलेक्ट्रिकल्स लिमिटेड में बड़े घरेलू उपकरणों के विभाग के बिजनेस हेड श्री मल्हार वाडके ने कहा इंडीब्रीज़ इंडस्ट्रियल कूलर रेंज की पेशकश उपभोक्ताओं की लगातार उभरती नई-नई जरूरतों को पूरा करने के लिए क्रॉम्प्टन के समर्पण की झलक देती है। हमारे घर या कमरों की परिभाषा अब बदल गई है। ये अब केवल हमारी रहने की जगह नहीं है, बल्कि ये हमें ऊर्जा से भरपूर माहौल प्रदान करते हैं, जहां अलग अलग काम करने के लिए आराम और सुविधा एक महत्वपूर्ण फैक्टर बन गया है।

## Name Change

I, Davinder S/o Balbir Singh R/o H. No. 1970, Mohalla Rampura, Hisar, Haryana 125001 declare that I have changed my name from Davinder to DEVENDER for future purpose.

- Deponent

डॉ. बलबीर सैनी
B.A.M.S. M.D. Uni. (Rohtak)
चर्म, एलर्जी, सैक्स व गुप्त रोग विशेषज्ञ
बलबीर हस्पताल
पता : पुरानी सब्जी मण्डी चौक, बड़वाली ढाणी, निकट हनुमान मंदिर, हिसार
✆ 92156-88573

# पर्यावरण संरक्षक की मिसाल बनेगा राजकीय महिला कॉलेज

## राजकीय महिला कॉलेज हिसार व राह ग्रुप फाउंडेशन के मध्य हुआ एमओयू साइन

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** राजकीय महिला कॉलेज हिसार व राह ग्रुप फाउंडेशन ने पर्यावरण संरक्षण, हरियाणवीं संस्कृति को बढ़ावा देने एवं विभिन्न खेलों के खिलाड़ियों को बेहत्तर मंच प्रदान करने के लिए मेमोरेंडम ऑफ अंडरस्टैंडिंग (एमओयू) पर हस्ताक्षर किए है। इस संबंध में राह ग्रुप फाउंडेशन के नेशनल चेयरमैन नरेश सेलपाड़ व राजकीय महिला कॉलेज हिसार के प्राचार्य डा. रमेश आर्य ने इस संबंध में आज एमओयू पर हस्ताक्षर किए। इस दौरान तय हुआ कि ग्रीन ड्रीम फाउंडेशन की प्रोजक्ट रिपोर्ट के आधार पर कॉलेज की कुल 28 एकड़ जमीन 12 से अधिक सामाजिक संस्थाओं एवं समाजसेवियों के सहयोग से पौधारोपण किया जाएगा। जिसमें कॉलेज की एक छात्रा को एक पौधे की देखरेख की जिम्मेवारी प्रदान की जाएगी। तीन वर्ष पौधों की देख-रेख करने वाली प्रत्येक छात्रा को राह ग्रुप फाउंडेशन द्वारा सम्मानित किया जाएगा। यह जानकारी देते हुए राह ग्रुप फाउंडेशन के नेशनल वाइस चेयरमैन सुरेश गोयल क्रांतिकारी ने बताया कि दोनों संस्थाओं के तत्वाधान में ग्रीन ड्रीम फाउंडेशन की प्रोजक्ट रिपोर्ट के आधार पर कॉलेज प्रांगण में 2200 से अधिक अलग-अलग किस्मों के फुलदार, छायादार, फलदार, औषधीय पौधे लगाए जाएंगे। जिसमें हिसार शहर की दो दर्जन से अधिक सामाजिक संस्थाएं व समाजसेवी भी अपना-अपना सहयोग करेंगे। इसके अलावा हरियाणवीं संस्कृति को बढ़ावा देने के लिए राजकीय महिला कॉलेज में हरियाणवी फैशन शो का आयोजन किया जाएगा। इसके अलावा सामाजिक संस्था राह ग्रुप फाउंडेशन के तत्वावधान में 'हरियाणा को जानो' नामक पुस्तक कॉलेज की सभी छात्राओं को निःशुल्क उपलब्ध करवाई जाएगी।

# खरड़ अलीपुर में विद्यार्थियों के लिए निशुल्क होटल मैनेजमेंट कोर्स शुरू

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** युवाओं को रोजगार की दिशा में अग्रसर करने के उद्देश्य से खरड़ अलीपुर में होटल मैनेजमेंट का निशुल्क कोर्स शुरू किया गया है। भारत सरकार के उपक्रम पर्यटन मंत्रालय द्वारा चलाए जा रहे कौशल सेंटर द्वारा खरड़ अलीपुर के स्वामी दीप्तानंद अवधूत आश्रम में यह कोर्स तीन महीने तक करवाया जाएगा। हुनर से रोजगार तक के नाम से संचालित किए जा रहे इस कोर्स के दौरान 300 विद्यार्थियों के लिए आवास व भोजन की व्यवस्था भी निशुल्क रहेगी। इस कोर्स को सफलतापूर्वक करने वाले विद्यार्थियों को फ्री ट्रेनिंग, प्रोत्साहन राशि व भारत सरकार द्वारा जारी प्रमाण पत्र भी दिया जाएगा। इसके साथ-साथ रोजगार की भी समुचित व्यवस्था फ्री की जाएगी। निशुल्क होटल मैनेजमेंट कोर्स का शुभारंभ स्वामी दीप्तानंद अवधूत आश्रम के संचालक स्वामी जितेंद्रानंद जी ने रिबन काटकर किया। इस अवसर पर मां चण्डके देवी सेवा समिति के प्रधान जगदीश तायल, कोर्स संचालक बलवंत सोनी, लोहा मंडी प्रधान सुरेश मय्यड़, निरंजन गोयल व्यापार संगठन महामंत्री, ताराचंद तायल सहयोगी अपना घर आश्रम, अतुल बडेसरा, रजनीश यादव, रेणु बाला रास्ता फाउंडेशन व रामफल राणा सहित काफी गणमान्य लोग उपस्थित रहे। इस अवसर पर कोर्स संचालक बलवंत सोनी व प्रधान जगदीश तायल ने बताया कि गांव के बच्चों के लिए यह सराहनीय पहल है। यहां तीन महीने निशुल्क कोर्स करने के उपरांत विद्यार्थी फाइव स्टार होटल में रोजगार पाने योग्य हो जाएंगे।

# श्री रिसाल सिंह धर्मार्थ ट्रस्ट ने गांव मतलोडा में किया फ्री मेडिकल कैंप का आयोजन, सैकड़ों लोगों ने उठाया लाभ

**पाठकपक्ष न्यूज**

**बरवाला, 18 अप्रैल :** श्री रिसाल सिंह धर्मार्थ ट्रस्ट बरवाला द्वारा अपने सामाजिक दायित्व कार्यक्रम के तहत वीरवार को गांव मतलोडा में स्व. चौधरी रिसाल सिंह की पुण्यतिथि पर विशाल फ्री मेडिकल कैंप तथा आंखों के ऑपरेशन एवं चेकअप कैंप का आयोजन किया गया। कैंप के शुभारंभ अवसर पर ग्रामीणों ने स्व. रिसाल सिंह को श्रद्धासुमन अर्पित किए। कैंप के संयोजक पूर्व चेयरमैन रणधीर सिंह धीरू ने बताया कि ट्रस्ट द्वारा समय-समय पर इस प्रकार के कैंपों का आयोजन किया जाता है। उन्होंने बताया कि ट्रस्ट द्वारा अधिकतर मेडिकल कैंप ग्रामीण क्षेत्रों में लगाए जाते हैं। इन कैंपों से हजारों जरूरतमंद लोगों को लाभ मिला है। उन्होंने बताया कि कैंप में दोपहर तक करीब 176 ओपीडी हुई हैं। उन्होंने बताया कि कैंप में डा. अमन बरवाला, डा. रिपन कामरा, डा. ज्योति, डा. रमन, लैब टेक्नीशियन डॉ. शिव कुमार कौशिक आदि ने अपनी सेवाएं दी। उन्होंने बताया कि कैंप में आंखों की भी जांच की गई और जिनकी आंखों का ऑप्रेशन हो सकता है उनका ऑप्रेशन भी ट्रस्ट द्वारा करवाया जाएगा। इस अवसर पर सरपंच प्रतिनिधि जगबीर फौजी, पूर्व चेयरमैन ईश्वर सिंह पुनिया, प्रहलाद सिंह, अतर सिंह, ईश्वर सिंह, जिले सिंह, रामकेश केशी पुनिया, महेन्द्र सिंह, प्रेम शर्मा, रघुबीर शर्मा, मंगल सिंह, रणजीत सिंह व मास्टर ईश्वर सिंह सहित अनेक गणमान्य उपस्थित रहे।

# रामलला के जन्मोत्सव पर लगाया भंडारा

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** कर्म कल्याणी संगठन ने भगवान राम के जन्म उत्सव पर खीर का भंडारा लगाकर लोगों में राम जन्म की खुशियां बांटी। संस्था की संस्थापिका कोमल, मौसमी एवं सीमा भुटानी ने बताया कि संस्था समय-समय पर धार्मिक एवं सामाजिक कार्य करती रहती है। रामनवमी पर भगवान राम का जन्म हुआ था। राम भक्त बेसब्री से इस दिन का इंतजार करते हैं। मीनाक्षी व संगीता ने बताया कि यह त्योहार 9 दिवसीय चैत्र नवरात्रि के समापन का प्रतीक है और विभिन्न समुदायों के बीच एकता और सद्भाव को बढ़ावा देता है। सीमा सुरेन, संजना महत्ता ने बताया कि महानवमी के दिन देवी दुर्गा ने राक्षस महिषासुर का अंत किया था। यह बुराई पर अच्छाई की जीत का प्रतीक है। इस अवसर पर गीतू बांगा सविता, सुमन सुखीजा, नीता संगीता, शशि, दिव्या, अंजू, मंजू आदि महिलाएं भी उपस्थित रही।

# जिन्दल अस्पताल में मॉक ड्रिल का आयोजन, आग लगने पर खुद सुरक्षा बारे किया जागरुक

**पाठकपक्ष न्यूज**

**हिसार, 18 अप्रैल :** आग आपदा सुरक्षा सप्ताह के तहत आपदा प्रबंधन विभाग ने स्थानीय जिन्दल अस्पताल में कार्यशाला का आयोजन कर अस्पताल के स्टाफ एवं लोगों को विभिन्न आग आपदा से निपटने के बारे में जागरूक किया। इस अवसर पर अग्निशामक यंत्रों के बारे में जानकारी दी गई और अग्निशामक यंत्र को संचालित करने के तरीके के साथ स्वयं को सुरक्षित रखते हुए आग पर काबू पाने की तकनीक समझाई गई। इसके साथ ही परिसर में मॉक ड्रिल कर आग से बचने व इससे निपटने के तौर तरीके भी बताए। प्रशिक्षण के दौरान सभी को बताया गया कि आग की घटना होने पर तुरंत फायर सेफ्टी के नियमों के अनुसार ही अग्निशामक यंत्र का उपयोग पूरी सावधानी के साथ करें। इस दौरान जिला आपदा प्रबंधन अधिकारी दीपांशु अहलावत, सुमित ढांढा व टीम, फायर विभाग के सदस्य, अस्पताल प्रशासन सहित स्टाफ आदि उपस्थित रहे।

प्रकाशक, मुद्रक, स्वामी चन्द्रबाला द्वारा 33–एस माडल टाउन, हिसार से प्रकाशित एवं सूचना प्रिंटर्स 33–एस, माडल टाउन, हिसार से मुद्रित।
सम्पादक : आशीष मलिक
उप–सम्पादक : मनोज कुमार
विजय कुमार : 98964–72584
श्याम नागपाल : 92552–73410
संचित मलिक रिपोर्टर हांसी 98960–38818
Email : dailypathakpaksh@yahoo.in
कानूनी सलाहकार- प्रवीर आर्य (9996055500)
किसी भी विवाद का न्याय क्षेत्र हिसार होगा।

MALIK TOYOTA

HISAR :
14.5 Mile Stone, NH-65, Chandigarh Road, Hisar.
Ph.:- 99967 88826, 99967 88829, 99967 88832

SIRSA :
Near Maharaja Palace, Dabwali Road, Sirsa.
Ph.:- 85728 88801, 85728 88880, 85728 88881

FATEHABAD:
Bhuna Mor, NH-10, Hisar-Sirsa Road, Fatehabad.
Ph.:- 85728 88830

*Terms & conditions apply on all schemes & offers. Offer valid till 30 April 2024. Scheme inclusive of Exchange and Corporate/Government/Exclusive Community benefits. Scheme applicable on select stocks & variants. Finance at the sole discretion of Financier. Exchange Benefits applicable at U Trust locations only. **Fuel efficiency as certified by Test Agency under rule 115 of CMVR, 1989 under standard Test Conditions. Actual Mileage on road may vary. #Ex-showroom Price. ***Complimentary 3 years /1 00 000 km Manufacturer Warranty + 2 years Extended Warranty. ^Applicable on G & V Neo drive variants. Accessories shown may not be part of standard equipment.