

राजस्थान

डाक पंजीयन संख्या: RJ/JPC/D19/2024-25
दैनिक राज्य तथा केंद्र द्वारा मान्यता प्राप्त

RNI. No. RAJHIND/2011/40950

“सत्य को हजार तरीकों से बताया जा सकता है, फिर भी हर एक सत्य ही होगा।”
● स्वामी विवेकानंद

विज्ञापन के लिए : 93145 05000

अजमेर, सीकर, झुंझुनू, सवाईमाधोपुर, चितोड़गढ़, बैंटी, घौलपुर, हिंडौन, भरतपुर, झालावाड़, जोधपुर, बीकानेर से प्रसारित

पेज @3 क्षमा से होती है आत्मा की शुद्धि, जैन धर्म में वैदिक शास्ति-सद्बाव का सदैश : मुख्यमंत्री...

पेज @4 अजमेर के विकास में कोई बाधा नहीं आएगी : देवनानी...

पेज @8 जिला करौली में एक दिवसीय जिला स्तरीय अधिवक्ताओं का...

क्षमा से होती है आत्मा की शुद्धि, जैन धर्म में वैश्विक शास्ति-सद्बाव का संदेश : मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा



चमकता राजस्थान



जयपुर, 22 सितंबर। मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा ने कहा कि गलती होना स्वामार्थिक है लेकिन उस गलती को स्वीकार करते हुए क्षमा मांग लेना बहुत बड़ा मानवीय गुण है और सामने वाले को क्षमा करना उससे भी बड़ी बात है। उन्होंने कहा कि क्षमा मांगने से कटुता और द्वेष-भाव समाप्त हो जाता है जिससे समाज में शांति एवं सद्बाव

का मार्ग प्रशस्त होता है। शर्मा रविवार को जयपुर में महावीर पब्लिक स्कूल में राजस्थान जैन सभा द्वारा आयोजित 'सामाहिक क्षमापन पर्व समारोह' को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि वह दिन हमारे आत्मिक शुद्धिकरण का पाप होने के साथ-साथ समाज के प्रति हमारी जिम्मेदारियों का समरण भी करवाता है। जैन धर्म में क्षमा याचना का बहुत महत्व है। क्षमा याचना से आत्म-

शुद्धि होती है जिससे संबंधों में सुधार होता है और मानसिक शांति तथा आधारिक विकास होता है। मुख्यमंत्री शर्मा ने क्षमा को सबसे महत्वपूर्ण बताया और जनेन्द्रनान में हुई गलतियों के लिए क्षमा मांगी। उन्होंने कहा कि जैन धर्म ने पूरे विशेष को शांति और सद्बाव का संदेश दिया है। क्षमा ही सबसे शाश्वत सद्बाव का बड़ा आधारण है। इस अवसर पर श्री शर्मा ने सौलहकारण ग्रन्त के 32 एवं

16 उपवास, दशलक्षण पर्व के 10 उपवास करने वाले त्यागीवृत्तियों का सम्मान भी किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि जैन समाज धार्मिक, सामाजिक और लोक कल्याण के कार्यों में विशेष पहचान रखता है। शिक्षा-स्वास्थ्य क्षेत्र में अभूतपूर्व कार्य तथा गरीब-जरूरतदादों की सहायता में जैन समाज सदैव अग्रणी रहा है। जैन समाज के अनेक द्रष्टव्य और संगठन प्रदेश के

विभिन्न अंचलों में अस्पताल, स्कूल और धर्मशालाओं का संचालन कर हर वर्ष के कल्याण में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने समाज की मांग पर जैन आत्रावास के लिए जीमीन आवंटन करने का सकारात्मक अश्वासन भी दिया। साथ ही, उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री निवास पर संतों-मुनियों का सदैव स्वागत है।

दशलक्षण पर्व शांति की नींव

शर्मा ने कहा कि जैन धर्म का दशलक्षण पर्व मानवता के लिए प्रेरणाप्रद है। यह पर्व न केवल आधारिक उन्नति का मार्ग दिखाता है, बल्कि सामाजिक समर्थन और शांति की भी नींव रखता है। उन्होंने कहा कि इन मुनियों का अनुकरण कर हम न केवल अपने जीवन को शुद्ध कर सकते हैं, बल्कि समाज को भी सुखी और समृद्ध बना सकते हैं। उन्होंने कहा कि जैन धर्म की सत्य, अहिंसा, अपरिग्रह, ब्रह्मचर्य और अस्तर्य की शिक्षाएं आज के युग में भी प्रसारित हैं। अहिंसा का सिद्धांत शारीरिक, मानसिक और वाचिक हिंसा से दूर रहने की प्रेरणा देता है।

ऋषि-गुनि समाज के पथ-ग्रन्थर्क

मुख्यमंत्री ने कहा कि संतों और ऋषि-मुनियों ने देश की गैरवशाली संस्कृति एवं परम्पराओं को संक्षिप्त रखने का महती कार्य किया है। मुनियों ने समाज को रास्ता दिखाया और देश की प्रगति में उनका योगदान अप्रतिम है। शर्मा ने कहा कि जैन समाज के मुनि देश भर में भ्रमण कर समाज को आधारिक रूप से मजबूत कर रहे हैं।

हनारे मुख्यमंत्री हैं सेवाभावी

मुनि शाशक सागर, पावन सागर एवं समत्व सागर महायज ने अपने उद्घोषन में मुख्यमंत्री शर्मा के व्यक्तिकृत करते हुए उनकी सादी-सहदयता की सराहना की। साथ ही, उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री सेवाभावी हैं, ये नाम और काम दोनों से झलकता है। इस अवसर पर मुनि सुभद्रा सागर, अर्चित सागर, शील सागर एवं संदेश सागर भी उपरित्थित हैं। समारोह में जयपुर संसार श्रीमती मंजू शर्मा, मालवीय नगर विधायक कालीचंपा सराफ, जयपुर ग्रेटर नगर निगम उप महापाल पुनीत कर्णवट, राजस्थान जैन सभा के अध्यक्ष सुपाल छंद जैन सहित बड़ी संख्या में जैन समाज के लोग शामिल हुए।

न्यूज अफेट

जयपुर ने युवक की मौत पर हंगामा, लोगों ने थाने का धेराव किया: शराबी कार चालक पर आरोप

जयपुर/एजेंसी। ज्ञालाना बासापास पर हुए एक दुखद हादसे के बाद रविवार को लोगों ने एक डिंपल थाना (ईस्ट) का धेराव किया, जहां मृतक के परिजनों और स्थानीय लोगों ने पुलिस पर गंभीर आरोप लगाए। घटना में बाइक सवार अजय कुमार शर्मा की कार की टक्कर से मौत हो गई थी, जबकि उसका रिश्तेदार रोशन धायल हो गया। हादसे के बाद आक्रेश भीड़ ने थाने पर इका होकर न्याय की मांग की और पुलिसके स्थितानक नारेबाजी की। बुधवार रात को ज्ञालाना बाइपास पर करने ने पुलिस ताजा जाकर बाइक को टक्कर मार दी, जिसमें 29 वर्षीय अजय कुमार शर्मा की मौत पर ही मौत हो गई और उसके रिश्तेदार रोशन धायल हो गया। धायलों को प्राथमिक उपचार के बाद छुट्टी दी गई, लेकिन अजय की मौत से नाराज लोगों ने आरोपी कर चालक महेंद्र कुमार रुदला पर शराब के नशे में वाहन चलाने का आरोप लगाया।

कानपुर ने एक बार फिर ट्रेन को पलटाने की साजिश, रेलवे ट्रैक पर मिला छोटा गैस सिलेंडर

कानपुर/एजेंसी। उत्तर प्रदेश के कानपुर में एक बार फिर ट्रेन को उड़ाने की साजिश सामने आई है। कानपुर देहत जिले में रेलवे ट्रैक पर गैस सिलेंडर मला है, जिससे टक्करने के बाद कोई भी बड़ा हादसा हो सकता था। बता दें हाल में ही कानपुर में कालिंदी एस्प्रेस को पलटाने की साजिश रखी गई थी। इसके लिए रेलवे ट्रैक पर एलपीजी सिलेंडर रखा गया था। इसके अलावा रेलवे लाइन के पास पेट्रोल और बालू भी बरामद किया गया था।

जानकारी के मुताबिक, नार्थेन सेंट्रल रेलवे के प्रयागराज डिवीजन के पेम्बूर रेलवे स्टेशन के पास रेलवे ट्रैक पर एलपीजी का छोटा सिलेंडर मिला था। यहां से मालगाड़ी गुजरने वाली ही थी कि लोको पायलट ने उससे पहले ही मालगाड़ी की रोक किया, जिसकी वजह से एक बड़ा हादसा टल गया। जिस जगह रेलवे ट्रैक पर गैस सिलेंडर मिला है, वो कानपुर देहत जिले में पड़ता है। रेलवे सुरक्षा बल के एस्पी ने बताया कि रेलवे ट्रैक पर पांच क्षमता वाला एलपीजी का खाली सिलेंडर रखा हुआ पाया गया है। उन्होंने बताया कि ट्रेन की स्पीड काफी थी थी। लोको पायलट ने जब सिलेंडर को रेलवे ट्रैक पर लाया तो इमरजेंसी ब्रेक लगाई और उसके बाद अधिकारियों को इसकी सूचना दी।

कानपुर/एजेंसी। उत्तर प्रदेश के कानपुर में एक बार फिर ट्रेन को उड़ाने की साजिश सामने आई है। कानपुर देहत जिले में रेलवे ट्रैक पर एलपीजी का छोटा सिलेंडर मिला है, जिससे टक्करने के बाद कोई भी बड़ा हादसा हो सकता था। बता दें हाल में ही कानपुर में कालिंदी एस्प्रेस को पलटाने की साजिश रखी गई थी। इसके लिए रेलवे ट्रैक पर एलपीजी सिलेंडर रखा गया था। इसके अलावा रेलवे लाइन के पास पेट्रोल और बालू भी बरामद किया गया था।

जानकारी के मुताबिक, नार्थेन सेंट्रल रेलवे के प्रयागराज डिवीजन के पेम्बूर रेलवे स्टेशन के पास रेलवे ट्रैक पर एलपीजी का छोटा सिलेंडर मिला था। यहां से मालगाड़ी गुजरने वाली ही थी कि लोको पायलट ने उससे पहले ही मालगाड़ी की रोक किया, जिसकी वजह से एक बड़ा हादसा टल गया। जिस जगह रेलवे ट्रैक पर गैस सिलेंडर मिला है, वो कानपुर देहत जिले में पड़ता है। रेलवे सुरक्षा बल के एस्पी ने बताया कि रेलवे ट्रैक पर पांच क्षमता वाला एलपीजी का खाली सिलेंडर रखा हुआ पाया गया है। उन्होंने बताया कि ट्रेन की स्पीड काफी थी थी। लोको पायलट ने जब सिलेंडर को रेलवे ट्रैक पर लाया तो इमरजेंसी ब्रेक लगाई और उसके बाद अधिकारियों को इसकी सूचना दी।

तिरुपति लड़ केस: पूर्व सीएम रेडी के खिलाफ

हैदराबाद में शिकायत दर्ज, लगाए गए गंभीर आरोप

हैदराबाद/एजेंसी



पवन कल्याण ने 11 दिन की प्रायोगिक दीक्षा शुरू की

पवन कल्याण ने 11 दिन की द

दवाएं भी देसकती हैं दगा

दवाएं उतनी ही मात्रा में लेना चाहिए जितनी चिकित्सक ने लियी हो। इससे कम या अधिक नुकसानादायक हो सकती है। अब तक ऐसी कोई औषधि नहीं है, जिसके कोई साइड इफेक्ट्स न हों। अतः अपने मन से खाइ गई गई कोई दवा, जहर भी ही हो सकती है।

जीवन की रक्षा करने वाली दवाओं हमें सुरक्षित नहीं होती है। यदि आप चिकित्सक की सलाह के बिना इन्हें मनमाने तरीके से ले रहे हों तो ये खतरनाक भी हो सकती हैं।

कोर्स और डोज पर दें ध्यान

कई मरीजों के परिजन अस्पताल के आईसीयू में यह कहते हुए सुनाई पड़ते हैं कि हमारे मरीज को रक्तचाप की शिकायत अर्से से है और वे नियमित दवा खाते हैं। इसके बाद दवाओं की खुराक बिना रक्तचाप को सकती है। दमा के तेज अटेक से तुरंत राहत के लिए चिकित्सक ओरल स्टीरायड्स मरीज को देते हैं, लेकिन देखा गया कि करीब 5 से 10 प्रतिशत मरीज उन पर्सों को सभालकर रख लेते हैं ताकि जब दोबारा अटेक आए

विटामिन डी की कमी आपकी धमनियों को कठोर बना सकती है। एक नए अध्ययन के मुताबिक लोगों के शरीर में विटामिन डी की कमी धमनियों को सख्त बना सकती है।

विटामिन डी की कमी से रक्त वाहिनियों को कठोर बना सकती है। इससे रक्तचाप (बीपी) बढ़ सकता है और दिल की बीमारियां हो सकती हैं। अध्ययन में शामिल जिन प्रतिभागियों ने विटामिन डी की उच मात्रा ली, उनकी रक्तचापिनियों के स्वास्थ्य में सुधार देखा गया और उनका रक्तचाप भी कम हो गया था। अध्ययन में संस्थान के करीब 550 कर्मचारी शामिल हुए थे।



डॉक्टरों का मानना है कि चिकन पॉक्स को समझने में मरीज देरी कर देते हैं, जिससे अक्सर इलाज मुश्किल बन जाता है। इसलिए सबसे पहले चिकन पॉक्स के लक्षण जानने जरूरी है। विशेषज्ञ बताते हैं कि सबसे खास लक्षण है शरीर में पानी युक्त लाल दानों का उभरना। इसके बाद मरीज को जुकाम व बुखार की शिकायत शुरू हो जाती है।

सावधानियां जरूर बरतें

एक बार आपको ये लक्षण दिख जाए तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। दूसरे लोगों को इससे सुरक्षित रखने का प्रयास भी करें। यदि रखें कि हवा और खांसी के माध्यम से संक्रमण एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति के शरीर तक पहुंच जाता है। बच्चों को विशेष रूप से चिकन पॉक्स के रोगी से दूर रखें। चिकन पॉक्स के रोगी घर से कम से कम



टीकाकरण ही एकमात्र बचाव

चिकन पॉक्स से बचाव के लिए सी-एक्सरी वैक्सीनेशन एकमात्र विकल्प है। गर्भवती महिला को डोज दी जाती है, जिससे बच्चा सुरक्षित रहे। अगर गर्भवती महिला को दवा नहीं दी गई है तो जन्म के 14 हप्ते के भीतर बच्चों को चिकन पॉक्स की तीन डोज दी जाना चाहिए। निजी निर्सिंह होम में टीका 1350 रुपए में उपलब्ध है।



लिए एस्सीन, ब्लूफेन व अन्य दर्द निवारक दवाएं बिना निदान के 3 अपने आप कई वर्षों तक लगातार तोते रहते हैं। ये दवाओं की कुछ समय के लिए सिर्फ दर्द को दबाती है।

कारण को ठीक नहीं करती। इन दवाओं से पेट में अल्सर, एनिमिया, गुर्द खराब होना इत्यादि परेशानियां आ सकती हैं। कई लोग कमजोरी के लिए विटामिन्स क्वाते रहते हैं। वी-कॉम्प्लेक्स व विटामिन-सी यदि ज्यादा ले भी लिए तो मूरके के साथ निकल जाते हैं। लेकिन कुछ बुलनशील विटामिन्स जैसे विटामिन डी ज्यादा खुराक के कारण शरीर की प्राकृतिक प्रक्रिया में व्यवहार भी उत्पन्न कर सकते हैं।

एंटीबायोटिक्स से बचें

एंटीबायोटिक्स आपने मन से न लें। कई बार उनकी जरूरत नहीं होती है। कई मरीज इन्हीं के साथ आते हैं कि पिछली बार जैसे लक्षण थे, इसलिए हमने आपका पिछला पर्स दिखाकर दवा ले ली, लेकिन इस बार फायदा नहीं हुआ। एक ही एंटीबायोटिक को बार-बार लेने से उससे शरीर में रोग-प्रतिरोधक शक्ति कम हो जाती है। ऐसी स्थिति में हल्ली एंटीबायोटिक असर नहीं करती। अब केवल ताकतवर एंटीबायोटिक देने पर भी फायदा होता है।

अधिक समय तक एंटीबायोटिक खाने से बीमारी बढ़ती रहती है और कई बार उसके साथ इंफेक्शन हो सकते हैं। इसलिए कोई सी भी एलाइपेथिक दवाओं के विक्रित्सक के प्रारम्भ के बौरे न लें। खासकर वे लोग जो पहले ही से दवाओं लेते रहते हैं, उन्हें विशेष ख्याल रखना चाहिए, वर्तोंके उनकी पहली की दवाओं नई दवाओं से मिल कर उनके लिए नई परेशानियां खड़ी कर सकती हैं।

तो वही दवा

फिर से खा लें। कई मरीज जो चिकित्सक को बिना बताए हप्तों और यह तक कि महीने भी अपने मन से स्टेरायड्स खाते रहते हैं। इसी तरह लड़ प्रेशर की दवाओं की खुराक बिना रक्तचाप नापे ज्यादा या कम नहीं करना चाहिए।

कहाँ ऐसा तो नहीं करते

कई मरीजों के परिजन अस्पताल के आईसीयू में यह कहते हुए पड़ते हैं कि हमारे मरीज को रक्तचाप की शिकायत अर्से से है और वे नियमित दवा खाते हैं। अब सिरदर्द की शिकायत होने पर भी तरह लगता है। इसलिए एक बार उसके साथ एलाइपेथिक दवाओं के विक्रित्सक के प्रारम्भ के बौरे न लें। खासकर वे लोग जो पहले ही से दवाओं लेते रहते हैं, उन्हें विशेष ख्याल रखना चाहिए, वर्तोंके उनकी पहली दवाओं नई दवाओं से मिल कर उनके लिए नई परेशानियां खड़ी कर सकती हैं।

विटामिन डी की कमी धातक



निकलें। इससे एक परिवार का संक्रमण दूसरे परिवार तक पहुंचने से रुकेगा। रोगी के पास खुब सफाई रखें, जिससे संक्रमण बढ़ने न पाए।

दोबारा चिकन पॉक्स, दोगुनी सावधानी

जिन लोगों को दोबारा चिकन पॉक्स हो रहा है, उन्हें संवेद रहने की ज्यादा जरूरत नहीं है, जबकि यदि दिस साल की उम्र के बीच बच्चों को दोबारे से अधिक बार हो तो ल्यूकोमिया बीमारी हो सकती है। ये खुन से संबंधित बीमारी है, जिससे रक्त में पाई जाने वाली लाल रक्त रक्त कणिकाएं तेजी से क्षितिग्रस्त होती है।

चिकन पॉक्स धबराएं नहीं

साफ - सफाई का रखें ख्याल

कई लोगों को भ्रम है कि चिकन पॉक्स के रोगी को नहलाना नहीं चाहिए, जबकि सच यह है कि चिकन पॉक्स के मरीज को अतिरिक्त साफ - सफाई की जरूरत होती है। मरीज को रोज नीम के पानी से नहलाना चाहिए। साफ कपड़े पहनने चाहिए। उसके बर्तन वगैरह भी अलग रखने चाहिए, ताकि उसका संक्रमण दूसरों तक न पहुंचे।

कब धातक होता है चिकन पॉक्स? यों तो चिकन पॉक्स पूरी तरह से इलाज वाली बीमारी है और सही इलाज मिलने पर जल्दी ठीक हो जाती है।

संक्रमण भी एक हप्ते से दो हप्ते के बीच में खत्म हो जाता है। लेकिन अगर चिकन पॉक्स हो गया तो दवाएं लगाने चाहिए। साफ - अगर ये नियमित नहीं होते हैं।

दर्द को न करें नजरअंदाज

अपने शरीर में होने वाले दर्द को हम अवश्य नजरअंदाज कर देते हैं, लेकिन कई बार ये दर्द किसी बीमारी का संकेत भी हो सकते हैं। ऐसे में इन्हें अनदेखा करने की बजाय तुरंत इनका इलाज करवाकर बड़ी बीमारी को टाला जा सकता है...

पेट दर्द

पेट दर्द होना एक सामान्य सी बात है, लेकिन महानगरों के लोगों का खाने-पीने का कोई बदल नहीं होता है। जहाँ तक यह खाने भी यांत्रिक हो जाए, तो उन्हें एक दर्द युक्त विटामिन्स खाना भी योग्य होता है। इससे एक बार दर्द युक्त विटामिन्स की गांठ बढ़ने से बदल जाता है। अल्ट्रासाउंड और एस्सीन टेस्ट के बाद यह खाना भी योग्य होता है।

कमर दर्द

कमर दर्द से भी तमाम लोग परेशान रहते हैं। इनमध्ये कांपूटर के साथ नेटवर्क रहने से यह समस्या आयी और भी बढ़ जाती है। इमर दर्द और नेटवर्क के बीच तो तरह होता है। कई बार दर्द के साथ - साथ पेट में गड़बड़ी भी हो सकती है। ये जैसे कांपूटर के बालों का बदल जाता है। इसके बाद दर्द युक्त विटामिन्स खाना भी योग्य होता है।

जबड़े का दर्द

जबड़े का दर्द अक्सर जबड़ों के जॉइंट्स के बीच ज्यादा काम करने की वजह से होता है। इह समय के साथ सही भी हो जाता है, लेकिन न मूँह खोलने और दर्द करने वाले जबड़े के बीच ज्यादा जाऊं जाऊं जाते हैं। इसके बाद दर्द युक्त विटामिन्स की चोट की वजह से भी हो सकता है। इसकी जाव एक्स-रे और अल्ट्रासाउंड के बीच जाऊं जाऊं जाती है।

जोड़ों का दर्द

यह दर्द ज्यादातर मामलों में पास साल की उम्र के बाद शुरू होता है। इसकी शुरुआत पुनर्जन्म में होकर दर्द के साथ होती है। धीरे-धीरे यह दर्द हाथों की अंगुलियों के जोड़ों में भी आ जाता है। यह दर्द हिलने-हिलने से बढ़ता जाता है। दर्द के बाद जनने पर तुर

