

केरल में भाजपा की ईसाई-पहुंच योजना को लगा झटका

विचार

“ भाजपा सरकार देश में अल्पसंख्यकों को संविधान द्वारा दी गयी गारंटी और सुरक्षा को कमज़ोर कर रही है। चर्च द्वारा संचालित दीपिका ने संपादकीय में कहा कि हालांकि आरएसएस ने लेख वापस ले लिए हैं, लेकिन ऑर्गनाइजर ने अभी तक यह स्वीकार नहीं किया है कि उसके द्वारा प्रकाशित जानकारी गलत है। यह केवल उन लेखों के बारे में नहीं है जिन्हें आरएसएस ने वापस ले लिया है या अस्वीकार कर दिया है। यह जिन विवारों को आगे बढ़ाता है और जो कार्य करता रहता है, वे देश में अल्पसंख्यकों, जिनमें ईसाई भी शामिल हैं, की समान नागरिकता की भावना के लिए हानिकारक हैं। लेख में उत्तरी भारत में ईसाइयों पर चल रहे हमलों को भी उजागर किया।

पी. श्रीकृष्णार्थ
ईसाई परिवार अब इस बात से नाराज हैं कि भाजपा और केंद्र सरकार ने उन्हें धोखा दिया है मानो यह काफी नहीं था, आरएसएस ने अपने मुख्यपत्र ऑर्गनाइजर में ईसाई समुदाय और चर्च को निशाना बनाते हुए लगातार दो लेख प्रकाशित करके आग में घी डालने का काम किया। संक्षिप्त हीमून खबर हो गया और भाजपा-आरएसएस गठबंधन की राजनीतिक चालाकी ने ईसाई समुदाय के गुरुसे को फिर से भड़का दिया केरल में भाजपा के बहुचर्चित ईसाई-पुनर्चकार्यक्रम को राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (आरएसएस) द्वारा किये गये आत्मघाती गोलके के कारण गहरा झटका लगा है, यद्यपि संसद द्वारा वक्फ (संशोधन) विधेयक पारित किये जाने के बाद, भाजपा को केरल में ईसाई समुदाय में सेंध लगाने में थोड़ी सफलता मिली थी। वास्तव में, भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष राजीव चंद्रशेखर का एनकुलम जिले के मुनंबम में ईसाई समुदाय के एक वर्ग द्वारा गर्म जोशों से स्वागत किया गया भाजपा और केंद्रीय मंत्री किरणरिजू ने मुनंबम में 600 से अधिक ईसाई परिवारों के बीच उमीद जगायी थी, जो केरल वक्फ बोर्ड (केडब्ल्यूबी) के साथ कानूनी लड़ाई में उलझे हुए हैं। बोर्ड ने इस आधार पर उनकी संपत्ति पदावा किया है कि यह संपत्ति उसकी है। केंद्रीय मंत्री ने ईसाई परिवारों का पक्ष लेने के लिए मुनंबम का दौरा भी किया। भाजपा ने शुरू में यह दावा करके उनकी उमीदें जगायी थीं कि विधेयक के कानून बन जाने पर ईसका पूर्वव्यापी प्रभाव पड़ेगा और इससे उन्हें लाभ होगा। वास्तव में, भाजपा केरल कैथोलिक बिशप कार्डिनल (केसीबीसी) को इसी आधार पर वक्फ (संशोधन) विधेयक का समर्थन करने के लिए राजी करने में सफल रही थी। लेकिन मुनंबम के ईसाईयों को, हालांकि थोड़ी देर से ही सही, यह एहसास हो गया है कि कानून से उन्हें कोई लाभ नहीं होगा। रिजिजू ने खुद स्पष्ट रूप से स्वीकार किया कि कानून से मुनंबम के निवासियों को केडब्ल्यूबी के साथ उनकी कानूनी लड़ाई में मदद मिलेगी। ईसाई परिवार अब इस बात से नाराज हैं कि भाजपा और केंद्र सरकार ने उन्हें धोखा दिया है। मानो यह काफी कानूनी लड़ाई में मदद मिलेगी।



नहीं था, आरएसएस ने अपने मुख्य पत्र ऑग्नेनाईजर में इसाई समुदाय और चच को निशाना बनाते हुए लगातार दो लेख प्रकाशित करके आमं धी डालने का काम किया। संक्षिप्त हनीमून खत्म हो गया और भाजपा-आरएसएस गठबंधन की राजनीतिक चालाकी ने इसाई समुदाय के गुरुसे को फिर से भड़का दिया। संसद में वक्फ (संशोधन) विधेयक पारित होने के तुरंत बाद, लेखों के प्रकाशन का समर्पण महत्वपूर्ण है, जिसे उनके द्वारा किये गये हांगमे के बाद वापस ले लिया गया है। लेकिन नुकसान हो चुका है। कोई सीबीसी के आधिकारिक प्रवक्तव्य फादर थॉमस थारायिल ने स्वीकार किया कि लेख के प्रकाशन का समय निश्चित रूप से चिंता का विषय है। लेख में दावा किया गया था कि भारत में कैथोलिक चर्च के स्वामित्व वाली भूमि देश में वक्फ संपत्तियों से कहीं अधिक है। लेख में यह भी कहा गया था कि ब्रिटिश शासकों ने चर्च को लगभग सात करोड़ हेक्टेयर भूमि पट्टे पर दर्थी, और बताया कि 1965 का एक नियम अर्थात् तक लागू नहीं हुआ है, जो औपनिवेशिक सुरक्षा

के चार्टर, वसीयत, पट्टे और किराये के समझौते को निर्धारक बनाता है। संसद द्वारा पारित विधेयक केंद्र सरकार को शैक्षणिक और धर्मात्मक उद्देश्य के लिए मुस्लिम धार्मिक बंदोबस्तु विनियमित करने का अधिकार देता है। बेशक सर्वोच्च न्यायालय के हस्तक्षेप ने सरकार कानून के तत्काल कार्यान्वयन के साथ अवधारने से रोक दिया है। सुप्रीम कोर्ट 5 मई इस मुद्दे पर सुनवाई फिर से शुरू करेगा। विपक्ष दलों ने चर्च की संपत्तियों पर नियंत्रण करने केंद्र सरकार के कदम की कड़ी निंदा की उनका कहना है कि मुसलमानों के बाद, मेरे सरकार अब अपने अल्पसंख्यक विरोधी एजेंसी के तहत ईसाइयों को निशाना बना रही है। केंद्र के मुख्यमंत्री पिनाराइविजयन, लोकसभा विपक्ष के नेता राहुल गांधी, केरल में विपक्ष नेता वीडीसीशन और केरल प्रदेश कांग्रेस कमेटी (के पीसीसी) ने कहा कि लेख भाजपा आरएसएस के असली इरादों को उजागर कर रहे हैं, और वह है अल्पसंख्यकों को पेरेशान करना। विजयन ने अल्पसंख्यक समूहों को एक-एक

करके निशाना बनाने और उन्हें चरणबद्ध त से नष्ट करने की एक बड़ी योजना देखी। भारत सरकार देश में अल्पसंख्यकों को संविधान दी गयी गारंटी और सुरक्षा को कमज़ोर करती है। चर्च द्वारा संचालित दीपिका ने संपादन में कहा कि हालांकि आरएसएस ने लेख व ले लिए हैं, लेकिन ऑर्गनाइज़र ने अभी यह स्वीकार नहीं किया है कि उसके प्रकाशित जानकारी गलत है। यह केवल लेखों के बारे में नहीं है जिन्हें आरएसएस वापस ले लिया है या अस्वीकार कर दिया यह जिन विचारों को आगे बढ़ाता है और कार्य करता रहता है, वे देश में अल्पसंख्या जिनमें ईसाई भी शामिल हैं, की सानागरिकता की भावना के लिए हानिकारक लेख में उत्तरी भारत में ईसाइयों पर चलाये हमलों को भी उजागर किया गया है, साथ केंद्र सरकार की चुप्पी की भी आलोचना गयी है, जो ईसाई समुदाय के खिलाफ़ करने वालों को बढ़ावा दे रही है। इन अलावा, इंडिया करंट्स, जो उत्तरी भारत

क्रिस्ट ज्योति प्रांत के केंद्रुचिन्स के संरक्षण में प्रकाशित एक प्रकाशन है, और जो एक धार्थार्थिक मण्डली तथा चर्च के बढ़ते डर को प्रतिव्यवहारित करती है, के संपादकीय में कहा गया कि कई समूह, वहाँ तक कि कुछजिन्हें ऐसा नहीं करना चाहिए, इसे जीत के रूप में मना रहे हैं। लेकिन क्या यह वास्तव में जीत है, या केवल एक दुःखपूर्ण की प्रयोगात्मक शुरूआत है। इस सबका एक संचयी प्रभाव यह हुआ है कि राज्य में इसाई वोट बैंक में अधिक से अधिक पैठ बनाने के भाजपा के श्रमसाध्य प्रयासों को बड़ी वादाओं का सामना करना पड़ा है। फिर इसमें आश्वर्य की बात नहीं कि सीपीआई (एम) के नेतृत्व वाले वाम लोकतांत्रिक मोर्चे (एलटीएफ) और कांग्रेस के नेतृत्व वाली यूनाइटेड डेमोक्रेटिक फॉर्म्ट (यूडीएफ) इस मुद्दे पर भाजपा की तीव्र बेचैनी से खुश हैं। दोनों को यकीन है कि इसाइयों का वह वर्ग जो भाजपा के जल में फंस गया था, अब अपने कदम पीछे खींच लेगा, क्योंकि भगवा पार्टी की धोखाधड़ी उजागर हो गयी है।

जाति जनगणना के लिए मजबूर हुई मोदी सरकार!

शहीदों का अपमान

पहलगाम आतका हनल आए उसन जान गवान वाला क परिजनों का दुख समूहा देश महसूस कर रहा है और आतंकियों के खिलाफ सबमें आक्रोश है। सभी यही चाहते हैं कि आतंकवादियों और उन्हें संरक्षण देने वालों के विरुद्ध सख्त से सख्त कार्रवाई हो। मगर व्यापक स्तर पर ऐसी भावनाएं अगर अनियंत्रित होने लगें और उसकी मार ऐसे लोगों पर पड़ने लगे, जिनका आतंकवाद से कोई लेना-देना न हो, तो वाजिब दुख और आक्रोश की दिशा भटक जाना स्वाभाविक है। पहलगाम आतंकी हमले के बाद आक्रोश के नीतियों में एक अफसोसनाक प्रतिक्रिया यह देखी गई कि कई जगहों पर बिना किसी वजह के मुसलिम पहचान वाले लोगों को उनका नाम पूछ कर निशाना बनाया गया, उनके साथ मार-पीट गई या उनके व्यवसाय को नुकसान पहुंचाया गया। यह न केवल भावुकता के दिशाहीन हो जाने का सबूत, बल्कि देश की कानून-व्यवस्था के सामने एक गंभीर घुनौती भी है। सवाल है कि क्या इस तरह की प्रतिक्रिया देश की लोकतांत्रिक परंपरा के सामने घुनौती नहीं खड़ी कर रही है। पहलगाम हमले में जान गंवाने वाले लेपिटनेट विनय नरवाल की पत्नी ने अपने पति के लिए न्याय और आतंकियों के लिए सजा सुनिश्चित करने की मांग जरूर की है, लेकिन उन्होंने सिर्फ आक्रोश की वजह से निर्दीष लोगों को निशाना बनाने और नफरत भे बयान देने की प्रवृत्ति पर अपनी आपति जाहिर की। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में लोगों से सांप्रदायिक सौहार्द बनाए रखने व मुसलमानों या करमीयों को निशाना न बनाने तथा सिर्फ शांति की अपील की। अपने ऊपर दुख का पहाड़ टूटने के बावजूद उन्होंने जिस तरह अपनी संवेदना और अपने धैर्य को संतुलित बनाए रखा, वह मानवीय मूल्यों के प्रति उनकी आस्था को दर्शाती है। जम्मू-करमीर में पिछले कई दशक से आतंकवादियों ने जो किया है, उसका मुक़म्मल और ठोस हल निकालने की जरूरत है, चाहे इसके लिए कानूनी दायरे में हर स्तर पर सख्ती बरतनी पड़े। मगर आतंकियों की हरकतों की प्रतिक्रिया में अगर कुछ लोग उत्तेजना में निर्दीष नागरिकों के खिलाफ अराजक होने लगें, तो यह न केवल मानवीय संवेदनाओं और मूल्यों के विपरीत होगा! ऐसे लोग शहीदों का अपमान कर रहे हैं।

मुकुल सरल

इत्तमाल निया ह। आश्वाना वर्षाव जा आरप विक्ष पलगा रहे हैं, बास्तव में वह अब उन्हीं पर लग रहे हैं, क्योंकि इस पूरी कवायद को बिहार चुनाव से जोड़कर देखा जा रहा है, जो इसी साल नवंबर-दिसंबर में होने हैं। लेकिन यहां भी एक पेच है बिहार में नीतीश सरकार जाति जनगणना कहें या जाति सर्वे करा चुकी है और वहां इससे आगे की मांग यानी जाति के आंकड़ों के अनुसार नई विकास योजनाओं और आश्वाना की सीमा 65 प्रीसेट तक बढ़ाने की मांग की जा रही है -- यानी वहां अब केवल जाति जनगणना मुद्दा नहीं है, बल्कि इससे आगे के क्रियान्वयन का मुद्दा है। इसलिए इससे बिहार में बीजेपी या नीतीश की गठबंधन सरकार को क्या फ़ायदा मिलेगा यह भी एक सवाल है। बिहार की राजनीति के जानकारों का भी यही कहना है कि लगता है कि इस दाव से बीजेपी नीतीश बाबू की बची-खुची ज़मीन भी खिसकने के कोशिश कर रही है, क्योंकि यहां जाति गणना कराने के श्रेय नीतीश कुमार और तेजस्वी यादव की महागठबंधन सरकार को है। बिहार में जाति आधारित सर्वेक्षण 2023 में कराया गया था। इस दौरान बिहार में महागठबंधन यानी नीतीश कुमार के नेतृत्व में जनता दल (यूनाइटेड) राष्ट्रीय जनता दल, कांग्रेस और वाम दलों की गठबंधन सरकार सत्ता में थी। बिहार में यह ऐसा मुद्दा था कि बीजेपी को न चाहते हुए भी मजबूरी में समर्थन करना पड़ा था। इसलिए माना जा रहा है कि अब इसके जरिये यह दिखाने की कोशिश की जा रही है कि हम पूरे देश में जाति जनगणना कराने जा रहे हैं यानी पिछड़ों के सामाजिक आधार में बीजेपी की संघ लगाने को यह एक ओर कोशिश है और इसके जरिये नीतीश बाबू को अगले चुनाव में सियासी तौर पर 'निपटाने' की भी कोशिश है। कब होगा यह जनगणना: हमारे देश में हर दस साल में आम जनगणना का नियम है। आखिरी जनगणना 2011 में हुई थी। इस हिसाब से अगली जनगणना 2021 में पूरी हो जानी थी। लेकिन कोविड-19 5 महामारी के नाम पर इसे स्थगित कर दिया गया और इतना टाला गया कि अभी 2025 में भी इसका काम शुरू नहीं हो पाया है। अब सरकार ने इसमें जाति जनगणना भी जोड़ी है, तो लगता है कि इसमें और देर होगी, क्योंकि जनगणना फॉर्म को शायद अपडेट करना होगा। सरकार ने कहा कि वह जनगणना जल्द शुरू करने की तैयारी में है, लेकिन सटीक समय सीमा की घोषणा अभी नहीं की गई है। लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष और कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने यही सवाल उठाया है और एक समय सीमा तय करते हुए इससे आगे का भी रोड मैप मांगा है। सरकार की घोषणा के बाद राहुल गांधी ने एक प्रेस कॉन्फ्रेंस की, जिसमें कहा कि यह हमारा विजन था। जिसे सरकार ने एडाप्ट किया है, हम इसका स्वागत और समर्थन करते हैं। लेकिन साथ ही उन्होंने कहा कि यह पहला कृदम है। अपनी प्रेस कॉन्फ्रेंस से राहुल ने जाति जनगणना के तेलंगाना मॉडल का भी ज़रूरीकिया और सरकार से उसे अपनाने की मांग की। दरअसल तेलंगाना में दिसंबर 2023 में चुनाव में जीत के बाद कांग्रेस की सरकार बनी और सत्ता में आने के तुरंत बाद मुख्यमंत्री

पारंपरिक खाद्य पदार्थों को बढ़ावा देने की जरूरत



कर सकते हैं। लार्जी द्वाया माल भारत ग्रन्ट कम की ओर से जारी आर्थिक सार्वेधारा

2024-25 के अनुसार भारत में चीनी, नमक और असंतुप्त वसा से भरपूर और पोषक तत्वों की कमी वाले अल्ट्रा-प्रोसेस्ट खाद्य पदार्थों (यूपीएफ) की बढ़ती खपत कई पुरानी वीमारियों और यहाँ तक कि मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं को जन्म दे रही है। भारतीय परिषेक्ष्य को देखें तो भी स्वस्थ भारत की कल्पना तभी साकार हो सकती है जब हम अपने खानपान की प्राथमिकताओं को पुनः परिभाषित करें और स्वाद से अधिक स्वास्थ्य को महत्व दें। आज की शाम-दौरे भी जीवनशैली

ने हमारे खानपान की आदतों को पूरी तरह बदल दिया है। पहले जहां घर का बना पौष्टिक भोजन हमारी प्राथमिकता हुआ करती थी, वहीं अब केक, कूकीज और आइसक्रीम जैसे अल्ट्रा-प्रोसेस्ट फूट ने हमारी थाली में स्थायी जगह बना ली है। झटपट बनने वाले, स्वादिष्ट और आसानी से उपलब्ध ये खाद्य पदार्थ आधुनिक जीवन का हिस्सा बन चुके हैं, लेकिन यह सुविधा हमारे स्वास्थ्य के लिए धीरे-धीरे जहर बनती जा रही है। भारत जैसे युवा और कृषि प्रशासन देशों में यह प्रवर्ति भौमि

ह कि इनके बिना दिन का शुरुआत अंत ही अधूरा लगता है। स्वा-सुविधा के इस जाल में फंसवा पारंपरिक, पौष्टिक और स्वदेशी भोजन दूर होते जा रहे हैं। ऐसे में समय वैद्यनीकीय है कि सरकारें अल्ट्रा-प्रोसेस्ट प्रोडक्ट्स के विवरणों में नियंत्रण के लिए ठोस नीति मिलेट्स और पारंपरिक खाद्य पदार्थों को बढ़ावा देने के लिए जागरूकता अन्वेषण चलाए जाएं। स्कूलों, कॉलेजों, कार्यस्थलों पर हेल्पर्स फूट को प्रोत्तिष्ठित किया जाए। साथ ही, चरणबद्ध तरीके से खाद्य पदार्थों के उत्योग को नियंत्रित की जाएगा।

भा चिताजनक ह। खास तर शुवावा के बीच इन फूड्स को लेकर क्रेज इस कदर है कि इनके बिना दिन की शुरुआत और अंत ही अधूरा लगता है। स्वाद और सुविधा के इस जाल में फंसकर हम पारंपरिक, पौष्टिक और स्वदेशी भोजन से दूर होते जा रहे हैं। ऐसे में समय की मांग है कि सरकारें अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड पर नियंत्रण के लिए ठोस नीति बनाएं। मिलेट्स और पारंपरिक खाद्य पदार्थों को बढ़ावा देने के लिए जागरूकता अभियान चलाए जाएं। स्कूलों, कॉलेजों और कार्यस्थलों पर हेल्दी फूड को प्रोत्साहित किया जाए। साथ ही, चराणबद्ध तरीके से ऐसे खाद्य पदार्थों के उत्पादन को सीमित करने की विधा में कार्य हो।



बोर्ड की परीक्षा के आखिरी दिनों में रिवीजन के लिए अपनाएं ये टिप्पणी

सीबीएसई की 10वीं और 12वीं परीक्षा 2022 का शेड्यूल जारी हो गया है और 26 अप्रैल से परीक्षाएं शुरू होंगी। परीक्षा के लिए छात्रों के पास एक महीने से भी तैयारी करने का समय बचता है और छात्रों ने तैयारी को सम-अप कर लिया है। चाहे कितनी भी तैयारी हो छात्र अवसर टेस्टोन में आवश्यक है और उनकी तैयारी में गड़बड़ हो ली जाती है। इसके लिए आवश्यक है बेहतर रिवीजन टिप्पणी और स्ट्रेटेजी की। आइए जानते हैं कि छात्र किन टिप्पणी की मदद से आखिरी समय में छात्र रिवीजन कर सकते हैं जिससे उन्हें बेहतर अंक प्राप्त होंगे।

सभी विषयों को समय दें

रिवीजन करने समय प्रत्येक विषय के लिए समय निकालने का अर्थ है कि आप सभी विषयों पर ध्यान दें रहे हैं। छात्र इस दिन हर विषय के लिए एक शैटर या एक दिन में एक विषय के सभी शैटर को रिवाइज करके समय को विभाजित कर सकते हैं। हर विषय का एक शैटर रोज रिवाइज करना बेहतर हो सकता है क्योंकि यह आपको बोर्ड नहीं होने देगा। आप उन विषयों के साथ भी तैयारी बनाएं और छात्रों से पहले से ही अच्छे हैं। यह आपके आत्मविश्वास को बढ़ाने में मदद करेगा और आपको अन्य विषयों के लिए बेहतर तैयारी करने में भी मदद करेगा।

महत्वपूर्ण विषयों को अच्छी तरह से रिवाइज करें

हालांकि आपको पूरी सिलेबस को रिवाइज नहीं होगा लेकिन महत्वपूर्ण विषयों को बार-बार रिवाइज करना बेहद ज़रूरी है।

महत्वपूर्ण विषयों में वे भाग शामिल हैं जिनमें अंकों का घेटेज ज्यादा है।

पुराने पेपर और सैंपैल पेपर की प्रैविटस करें

सब कुछ जानना और परीक्षा में निखल पाना एक आम समय है जिसका सामान कई छात्रों को जानना पड़ता है। लेकिन इस तरह करने के लिए छात्र हर घण्टे कुछ पुराने प्रश्न पत्र या सैंपैल पेपर को हल करना शुरू कर सकते हैं। जब आप परीक्षा के दिन उत्सुक होते हैं तो यह आपको टाइम मैनेजमेंट करने में भी मदद करता है।

पढ़ाई के दौरान छोटे-छोटे ब्रेक लें

जब परीक्षा नहीं होती है तो छात्र घंटों पढ़ाई करते हैं और ब्रेक लेना भूल जाते हैं। जिसके कारण छात्रों के बीच टेंशन और विचिह्नित जन्म ले लेता है। पढ़ाई ज़रूरी है लेकिन बीच-बीच में ब्रेक लेना भी उतना ही ज़रूरी है। लंबा या डिनर करते समय आप कुछ सिटकॉफ का एक छोटा एपिसोड देख सकते हैं। कभी-कभी बीच में ब्रेकों के लिए से भी आप ऊर्जावान महसूस कर सकते हैं और अपने दिमाग को तोतेजा कर सकते हैं।

इन टिप्पणी की मदद से बलीयर कर पाएंगे एनडीए एजाम

भारतीय सेना में भर्ती होने के लिए सूचीएसी नेशनल डिफेंस

एनडीए की परीक्षा आयोजित करने वाली है। परीक्षा में दो सेक्युरिटी यानी मैथ्स और जनरल टेस्ट से प्रश्न पूछे जाएंगे और एटी

में 150 प्रश्न हैं, जिनमें अंग्रेजी के लिए 50 प्रश्न और सामान्य विज्ञान भूमोल, इंजिनियरिंग और जनजीवी से संबंधित सामान्य ज्ञान के लिए 100 प्रश्न शामिल हैं। परीक्षार्थी इस बात का ध्यान रखें कि परीक्षा में नोटेटिव मार्किंग का प्रावधान किया गया है। हर साल लाखों छात्र इस परीक्षा में उपरिकृत होते हैं लेकिन वास्तव उनको मिलता है जिनकी तैयारी बेहतर होती है। आइए इस लेख के माध्यम से जानत हैं कि किन टिप्पणी की मदद से छात्र इस परीक्षा को विलयर कर सकते हैं।

11वीं और 12वीं की मैथ्स की बेहतर प्रैविटस करने के पार से करें तैयारी

एनडीए में हर साल 30 से 40 प्रतिशत प्रश्न एनडीएआरटी सिलेबस पर प्रतिवित किये जाते हैं। इसलिए, इसकी बेहतर तैयारी से परीक्षार्थी अच्छे अंक प्राप्त कर सकते हैं। 11वीं और 12वीं की मैथ्स की मैथ्स की अच्छे से पढ़िए और उनके उत्तर बहुत बाद उसका रियाज भी करें। ऐसा करने से आप अपनी कमज़ोरियों पर काम भी कर पाएंगे।

मॉक टेस्ट और पिछले साल के पेपर से करें तैयारी

पिछले वर्षों के प्रश्न पाठों और मॉक टेस्ट के माध्यम से तैयारी करने पर परीक्षार्थी को अच्छे अंक प्राप्त किया जाता है। पिछले वर्ष के प्रश्न पत्रों की मैथ्स से नोटिव तैयारी अच्छी होती है वहाँ परीक्षार्थी को परीक्षाके बारे में जानकी भी प्राप्त होती है। इसके साथ ही अच्छे मॉक टेस्ट देने से आप परीक्षा हाँस के अनुरूप तैयारी कर सकते हैं। मॉक टेस्ट और पिछले उत्तर बहुत बाद उसका रियाज भी करें।

मैथ्स और जीएटी के लिए रेफरेंस किताबों का इस्तेमाल करें

जब एकटटू से तैयारी हो जाए गए तो रिवीजन के लिए संदर्भ यादी रेफरेंस पुस्तकों का इस्तेमाल करें। इन किताबों की मदद से आप कम समय में बेहतर रिवीजन कर पाएंगे। मैथ्स के शॉट्ट ट्रिक्स में दक्षता हासिल करने के लिए हर दिन कुछ नया पढ़ें।

हाइड्रेट रहें

परीक्षा की तैयारी करते समय स्वास्थ्य का ख्याल रखना बेहद ज़रूरी है। टेशन छोड़ दें और स्वास्थ्य का ख्याल रखें। ठीक प्रकार से भोजन करें और खुद को हाइड्रेट रखें और तैयारी में ध्यान लगाएं।

टाइम मैनेजमेंट का ध्यान रखें

परीक्षा की तैयारी करना अलग बात है और परीक्षा में सारे प्रश्न अटेम्प्ट करना अलग। किन्तु भी तैयारी वर्षों ना हो अगर सारे प्रश्न का उत्तर नहीं लिख पाते तो सारी मेहनत बेकार है। ऐसे में जरूरी है कि टाइम मैनेजमेंट का भूपूर ध्यान रखा जाए और टाइम मैनेजमेंट के लिए ज़रूरी है कि ज्यादा से ज्यादा प्रैविटस की जाए।



प्रोफेशन के तौर पर काम आरंभ कर सकते हैं मार्केट रिसर्च

योजनावाले बाजार का लाख जानना किसी नी व्यवसाय की प्रगति के लिए बेहतर आवश्यक है। बाजार के ट्रेंड के इतर कोई विकास नहीं कर सकता। यही कारण है कि खाद्य पदार्थ, सीटियल और जूते की कंपनी से लेकर सरकारी योजनाओं तक मार्केट रिसर्च की जाती है। यह आपको आवश्यक जानने के लिए एक उत्पादों का प्रवार आदि भी मार्केट रिसर्च के आधार पर ही रिसर्च की जाती है कि ग्राहकों को क्या पसंद करते हैं। चूंकि आज ग्राहकों की पसंद काफ़ी बदल गई है और बाजार में कंपनी अपने संबंधित फैसले लेती हैं और कंपनी अपने उत्पादों का प्रवार आदि भी मार्केट रिसर्च के आधार पर ही करता है। कई बार तो इस बात के लिए भी रिसर्च की जाती है कि ग्राहकों को क्या पसंद करते हैं।

रिसर्च के लिए हर तरह के उत्पादों का लागू करने से पहले अंकुर और जूता जाना जाता है। जगनीनी जूता जाने में ही नहीं, बल्कि बाजारी योजनाओं को लागू करने से पहले अंकुर और जूता जाना है। जगनीनी जूता जाने में ही नहीं, बल्कि बाजारी योजनाओं को लागू करने से पहले अंकुर और जूता जाना है। जगनीनी जूता जाने में ही नहीं, बल्कि बाजारी योजनाओं को लागू करने से पहले अंकुर और जूता जाना है। जगनीनी जूता जाने में ही नहीं, बल्कि बाजारी योजनाओं को लागू करने से पहले अंकुर और जूता जाना है।

कितनी तरह की रिसर्च

हर तरह की कंपनियां यह रिसर्च करती हैं। इसके अलावा सरकारी एजेंसियां, राजनीतिज्ञ, सेवा प्रदाता कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

इसके अलावा अन्य कंपनियां भी रिसर्च करती हैं। इसका क्षेत्र काफ़ी बुद्धि है।

उत्तराखण्ड को देवभूमि
भी कहा जाता है,

के पांछे देखा जा सकता है। किसी समय यह स्थान बेरो के जंगलों के कारण बद्री वन नाम से प्रसिद्ध था। मंदिर के सामने, अलकनन्दा के किनारे एक गर्म पानी का स्रोत तस कुण्ड नाम से जाना जाता है। स्त्रियों के लिए एक अलग कुण्ड की व्यवस्था है।

किलोमीटर की दूरी पर रामबाड़ा नाम का स्थान है यहां यहां
यात्री चाहें तो रात्रि विश्राम की व्यवस्था उपलब्ध हो सकती है।
केदारनाथ का रास्ता तय करने के लिए यहां घोड़े और खच्चे
भी उपलब्ध हैं।

लोलाओं को साक्षी रही यह नदी ब्रज संस्कृति को सवाहक है। भारतवासियों के लिए यह सिर्फ एक नदी नहीं है, भारतीय संस्कृति में इसे माँ का दर्जा दिया गया है।

यमुना नदी का उद्धम हिमालय के पश्चिमी गढ़वाल क्षेत्र में स्थित यमनोत्री से हुआ है। हिन्दू धर्म के चार धार्मों में यमनोत्री का भी स्थान है। यमुना नदी की तीर्थस्थली यमनोत्री हिमालय की खूबसूरत वादियों में स्थित है। यमुना नदी का उद्धम कालिंद नामक पर्वत से हुआ है। हिमालय में पश्चिम गढ़वाल के बर्फ से ढँके श्रांग बंदरगुच्छ जो कि जमीन से 20,731 फुट ऊँचा है, के उत्तर-पश्चिम में कालिंद पर्वत है। इसी पर्वत से यमुना नदी का उद्धम हुआ है। कालिंद पर्वत से नदी का उद्धम होने की वजह से ही लोग इसे कालिंदी भी कहते हैं।

यमुना नदी का वास्तविक स्रोत कलिंद पर्वत के ऊपर बर्फ की एक जमी हुई झील और हिमनद चंपासर ग्लेशियर है। यह ग्लेशियर समुद्र तल से 4421 मीटर की ऊँचाई पर स्थित है। इसी ग्लेशियर से यमुना नदी निकलती है और ऊँचे-नीचे, पथरीले गास्तों पर इडलाती, बलखाती हुई पर्वत से नीचे उतरती है। यहाँ चावल की छोटी छोटी पोटली को गरम पानी के कुण्ड में पकाया जाता है और प्रसाद के तौर भोग लगाया जाता है।

गंगोत्री



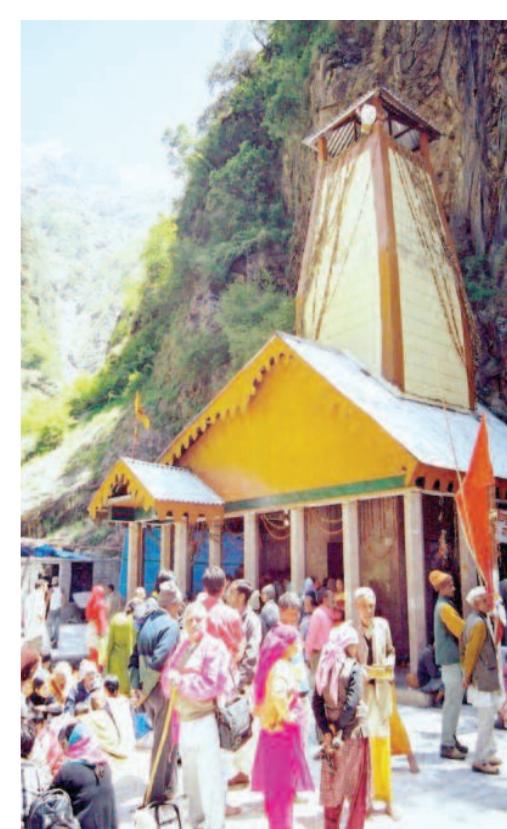
केदारनाथ



उत्तराखण्ड में लगभग 400 शिव मंदिरों में से सबसे महत्वपूर्ण केदारनाथ को माना जाता है। पूर्व कथाओं के अनुसार, कुरुक्षेत्र में कौरवों पर विजय पाने के उपरान्त, पांडवों का मन अपने की लोगों की हत्या के कारण ग्लानी से भर गया, और यहाँ भगवान शिव के आशीर्वाद उन्हें मोक्ष की प्राप्ति की। भीम द्वारा भगवान शिव का पीछा किया जाने पर, वो धरती में विलीन हो गए, शिव के अन्य चार अंग, चार अन्य स्थानों पर उभर आये, जहाँ उन्हें अलग-2 नाम से पूजा जाता है। केदारनाथ एवं इन चार अन्य मंदिरों को एक साथ पञ्च

गंगोत्री को पवित्र नदी गंगा का उदगम (गौमुख हिमनद गंगोत्री से 18 किलोमीटर पैदल) एवं देवगंगा की स्थली मान गया है। उदगम स्थल से नदी को भागीरथी कहा जाता है, एवं देवप्रयाग में अलकनंदा से संगम के बाद, इसे गंगा नाम से जाना जाता है। हिन्दू आस्था के अनुसार, गंगा स्वर्ग की पुत्री हैं, जिन्होंने नदी के रूप में अवतार लेकर राजा भागीरथ वे पुरुखों के पापों को दूर किया। गंगोत्री मंदिर से लगभग 100 गज दूर केदार गंगा बहती है।

यमनोऽती



भारत की सर्वाधिक प्राचीन और पवित्र नदियों में गंगा वे समकक्ष ही यमुना की गणना की जाती है। भगवान् कृष्ण का

स्वांस की बीमारी से पीड़ितों एवं हृदय रोगियों को पैदल जाने का दुस्साहस नहीं करना चाहिए, चढ़ाई में परेशानी हो सकती है तथा ऑक्सीजन की कमी भी परेशान कर सकती है, ऐसे लोगों को गैरीकुंड से छोटे ऑक्सीजन के सिलेंडर खरीद कर साथ रखने चाहिये जो वंहा 250 -300 रुपये में आसानी से उपलब्ध होते हैं, कुछ लोग कपूर भी साथ रखते हैं जिसे सूंधने से कुछ राहत मिलती है हूँ पैदल जाने वाले यात्रियों को सुविधा के लिए गैरीकुंड से ही छड़ियाँ (स्टिक्स) ले लेनी चाहिए चढ़ाई वाले मार्ग में यह चढ़ने एवं उतरने में सहायक होती है, जून से अगस्त में यंहा बरसात होती रहती है जो परेशानी का कारण बन सकती है इसके लिए हल्के रैन कोट्स साथ रखने चाहियें जिन्हें आवश्यकता पड़ने पर उपयोग में लिया जा सकता है वैसे मार्ग में भी ऐसे हल्के बरसाती गाउन उपलब्ध हो जाते हैं। किसी भी तरह की बीमारी से ग्रसित लोगों को अपनी दिवाइयां अवश्य साथ रखनी चाहिए क्योंकि आप जो दिवा लेते हैं वह आवश्यक नहीं कि वंहा के मेडिकल स्टोर्स में उपलब्ध हो जाये। डायबिटीज़ के रोगियों को भी अपनी दिवा के अतिरिक्त खाने पीने की अन्य आवश्यक सामग्री अपने साथ अवश्य रखनी चाहिए। इस मार्ग में सुविधा जनक वस्त्र पहनने से किसी संभावित परेशानी से बचा जा सकता है। पांव में भी सुविधाजनक शूज या सेंडल ही पहनने चाहियें जो पांव को काटे नहीं, महिलाओं को ऊँची हील की चप्पल या सेंडल भूल कर भी नहीं पहननी चाहिए, पांव फिसलने या मुड़ने की संभावना रहती है। अपने साथ कम से कम वजन रखने से आपको थकान कम होगी, वैसे वजनदार सामान के लिए कंडी (पिंड) हायर कर लेना आपके लिए सुविधाजनक होगा। यद्यपि पालकी या कंडी वाले मजदूर ईमानदार होते हैं फिर भी मूल्यवान वस्तुओं के प्रति सावधानी रखनी चाहिए।

गौसम

केदारनाथ में अप्रैल से जून तक मौसम दिन में सुहाना एवं रात्रि में हल्की ठंडक रहती है, इसलिए पहनने के लिए हल्के गरम कपड़े साथ लेने चाहिए, जून से सितम्बर बरसात रहती है, पहाड़ों से चट्टानें टूट कर गिरने की भी संभावना रहती है जिससे मार्ग अवरुद्ध हो सकते हैं अतः सावधानी आवश्यक है, सितम्बर से नवम्बर में मंदिर के पट बंद होने तक तेज़ सर्दी रहती है, भारी गरम कपड़े साथ रखना आवश्यक है। दीपावली पर कपट बंद होने के बाद अप्रैल में वापस खुलने तक पूरा क्षेत्र बर्फ से ढक जाता है, मार्ग भी बर्फ से बंद हो जाते हैं, इस अवधि में यह कोई नहीं रहता, दुकानों एवं मकानों की एक से दो मर्जिल तक बर्फ में दब जाती हैं।

'अदाएं तेरी' में

नौया फटेही

और ईशान खट्टर ने मचाया धमाल! दर्शक
उनकी ऑन-स्ट्रीन अदाओं के हुए

दीवाने



रोमांटिक कॉमेडी सीरीज, द रॉयल्स ने अभी-अभी अपना शानदार ट्रैक 'अदाएं तेरी' रिलीज किया है और यह इंटरनेट पर धूम मचा रहा है। ग्लोबल स्टार नोरा फतेही और हर दिल अंतीज ईशान खट्टर के साथ यह शानदार गाना रोमांस, रिदम और शाही आकर्षण का एक बेहतरीन मिश्रण है। एक भव्य महल की पृष्ठभूमि पर, फिल्मयार गया यह वीडियो एक विज़ुअल ट्रॉट है, जो फिल्म की थीम की भव्यता से मेल खाता है। नोरा फतेही ने लाल रंग की बोल्ड ड्रेस में स्क्रीन पर ग्लैमर का तड़का लगाया है और उन्होंने इसे इतनी खूबसूरती से कैरी किया है कि हर कदम, हर मोड़ एक राजसी पल जैसा लगता है। ईशान खट्टर के साथ उनकी केमिस्ट्री और बेहतरीन तालेले 'अदाएं तेरी' को एक अविसरणीय अनुभव बना दिया है।

गाने को लेकर दर्शकों की प्रतिक्रियाएं जबरदस्त हैं। सोशल मीडिया पर लोग इस जोड़ी की तारीफ करते नहीं थक रहे, जो इस जोड़ी और उनकी शानदार केमिस्ट्री से मोहित हैं। एक यूज़र ने लिखा: 'ओपेमजी ये जोड़ी तो लाजवाब है ईशान और नोरा साथ में कमाल लग रहे हैं, ये पूरा रॉयल फैल दे रहा है।'

दूसरे ने कहा: 'नोरा ने तो आग लगा दी।' कोरियोग्राफी और लुक्स दोनों टॉप ब्लास्ट हैं। अब तो द रॉयल्स देखने का इंतजार नहीं हो रहा। एक फैन ने तो उन्हें ताज भी पढ़नाया: 'नोरा इस म्यूजिक वीडियो में इतनी रॉयल और खूबसूरत लग रही है कि सच में यूनिवर्स की कीन लगती है।'

द रॉयल्स वहाँ से ही अपने हाई-स्ट्रेक ड्रामा और शानदार कहानी के लिए चर्चा बटोर रहा है, और 'अदाएं तेरी' इस चर्चा को और तेज कर देता है। यह गाना न केवल अंतीजों को सुकूप देता है, बल्कि यह भी दिलाता है कि नोरा फतेही इंटरनेशनल एंटरटेनमेंट इंडस्ट्री में लातार ऊंचाइयों को छू रही है। नोरा फतेही लगातार बाधाओं को तोड़ रही है। हाल ही में बिलबोड में रेपर किंग और टैलेंट मोगुल अंजुला आचार्य के साथ दिखाई दी, वह जेसन डेल्टो के साथ अपने अंतर्राष्ट्रीय हिट स्लेक से भी धूम मचा रही हैं, जो बीबीसी एशियन म्यूजिक चार्ट पर स3 पर चढ़ूँच गया। अधिनय के क्षेत्र में, नोरा ने बी हैपी में अपने भावनात्मक प्रदर्शन के लिए प्रशंसा अर्जित की, और अब कंचना 4 में अधिनय करने के लिए तैयार हैं। हर प्रोजेक्ट के साथ नोरा फतेही यह साक्षित कर रही हैं कि वह सिर्फ एक परफॉर्मर नहीं — एक ताकत है। और 'अदाएं तेरी' उनके चमकते ताज में एक और नायाब हीरा है।

दीपिका पादुकोण

को करण जौहर ने किया ग्लोबल सुपरस्टार ऑफ ब्यूटी के नाम से संबोधित

मुंबई के जियो वर्ल्ड कॉर्नेशन सेंटर में आयोजित 2025 WAVES समिट में 2025 के फहले WAVES समिट में, करण जौहर ने शाहरुख खान और दीपिका पादुकोण ने शिरकत की। इस खास मौके पर करण जौहर ने उन्हें ग्लोबल सुपरस्टार कहकर मंच पर आमंत्रित किया। समिट की शुरुआत खुद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने की थी, और इसमें दीपिका व एंटरटेनमेंट इंडस्ट्री की

कई बड़ी हस्तियों ने भाग लिया। शाहरुख खान

के साथ दीपिका पादुकोण ने इस इवेंट में हिस्सा लिया, जो इंडियन एंटरटेनमेंट इंडस्ट्री और उनके ग्लोबल इंपैक्ट पर केंद्रित था।

उनका ऐनल, जिसका नाम था द जर्नी-फॉम आउटसाइडर दू रूलर, एक ऐतिहासिक पत

बन गया, क्योंकि बॉलीवुड ये जबरदस्त जोड़ी

यानी शाहरुख खान और दीपिका पादुकोण ने

पर्दे पर और पर्दे के बाहर अपनी यात्रा और अनुभवों को साझा किया।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।



दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंपरिक बेज सलवार सूट पहना था, वो बहुत ही

सुंदर था, जिसमें ट्राउजर्स पर कटी हुई डिजाइन थी और एक हल्का दुपट्टा

था। हालांकि, पैनल डिस्केशन के दौरान उन्होंने एक और स्टाइलिश काले

रंग का आउटफिट पहना था।

दीपिका ने इस इवेंट में जो पारंप