JANUARY 2021 | VOL. 9 I PAGE 8

आओ बातें करें

मानवभारती स्कूल देहरादून की पहल

वाह क्या शानदार नजारा है: मानव भारती स्कूल के कक्षा 10 के छात्र सार्थक पांडेय आपके लिए सूर्यास्त के इस अद्भुत दृश्य को लेकर आए हैं।

राष्ट्रीय बालिका दिवस 24 जनवरी 2021 पर विशेष कवरेज

बडेरना गांव की इन बेटियों की मुहिम को सलाम

राष्ट्रीय बालिका दिवस पर हम बडेरना खुर्द गांव में थे। बडेरना खुर्द देहरादून जिला के रायपुर ब्लाक के अंतर्गत पर्वतीय गांव है। इस गांव की बेटियां अपने शिक्षक की प्रेरणा से बुजुर्गों को अक्षर ज्ञान करा रही हैं। वो चाहती हैं कि किसी परिस्थितिवश पढ़ाई लिखाई नहीं कर पाने वालीं मम्मी, ताई और दादी-दादा अक्षर ज्ञान करें।

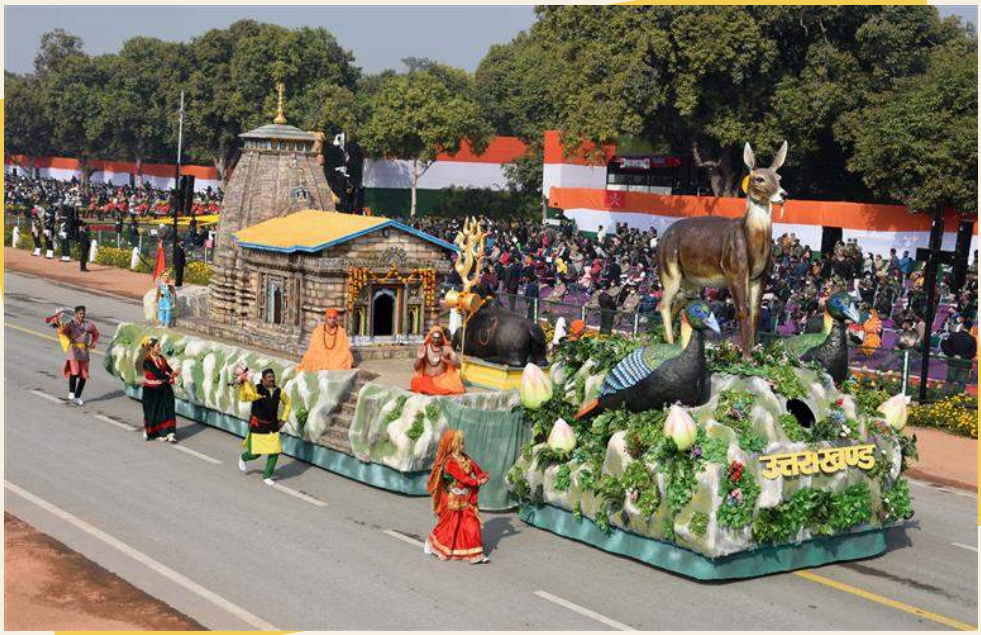
हमने बडेरना गांव की कक्षा आठ की छात्रा मुस्कान, कक्षा दस की छात्राओं निकिता और निशा खत्री से मुलाकात की। इन बेटियों का कहना है कि शिक्षा सबके लिए आवश्यक है। पढ़ाई और कुछ सीखने के लिए उम्र बाधा नहीं होती। हमारे परिवार के बड़ों ने हमारी बेहतर शिक्षा के लिए बहुत मेहनत की है। क्या हम उनको अक्षरों की पहचान, कुछ पढ़ना लिखना नहीं सीखा सकते। उनके प्रति हमारा भी तो कोई कर्तव्य है।

बिटिया मुस्कान घर के कार्यों में अपनी मम्मी का हाथ बंटाती हैं। मुस्कान ने मम्मी सरिता देवी को अक्षर ज्ञान कराया और अब सरिता जी अपना नाम लिख लेती हैं। मुस्कान बताती हैं कि मम्मी को शब्द लिखने, वाक्य पढ़ने का अभ्यास करा रही हैं। उनके शिक्षक संदीप सोलंकी जी ने लॉक डाउन के समय बुजुर्गों को पढ़ाने के लिए प्रेरित किया था। मां सरिता जी का कहना है कि बहुत खुशी हुई, जब बेटी ने कहा, मां मैं आपको लिखना-पढ़ना सिखाऊंगी।

बडेरना निवासी निकिता और निशा खत्री दोनों बहनें हैं और धारकोट इंटर कालेज में कक्षा दस की छात्राएं हैं। दोनों बेटियों ने अपनी ताई जी सुमित्रा देवी जी को अक्षर ज्ञान कराया और अब सुमित्रा जी अपना नाम लिख लेती हैं। नाम लिखने के साथ ही उनको शब्द बनाने, पढ़ने और वाक्य लिखने व पढ़ने का अभ्यास कराने का लक्ष्य है। सुमित्रा देवी जी कहती हैं कि दोनों बेटियों ने बहुत मेहनत की। शुरु शुरु में तो मुझे अक्षर पहचानने और कॉपी पर लिखने में बहुत दिक्कत हो रही थी। आखिर इन बच्चियों ने मुझे लिखना सीखा ही दिया। अब बहुत अच्छा लगता है।

मुस्कान शिक्षिका बनना चाहती हैं। कहती हैं कि मैं चाहती हूं कि सब लोग पढ़ें और जीवन में तरक्की करें। निकिता पुलिस फोर्स में शामिल होना चाहती हैं और निशा का कहना है कि उन्हें तो फौज में भर्ती होना है। ये बेटियां शिक्षित होकर सपनों को पूरा करना चाहती हैं। सभी बेटियों को मानवभारती की ओर से उज्ज्वल भविष्य के लिए बहुत सारी शुभकामनाएं।

गणतंत्र दिवस की शुभकामनाएं



72वें गणतंत्र दिवस के अवसर पर नई दिल्ली राजपथ पर निकली झांकियों में उत्तराखंड की ओर से प्रदर्शित "केदारखंड झांकी" को तृतीय स्थान प्राप्त हुआ।- फोटो साभार- पीआईबी

हरिद्वार की सृष्टि गोस्वामी उत्तराखंड की एक दिवसीय सीएम

हरिद्वार की छात्रा सृष्टि गोस्वामी राष्ट्रीय बालिका दिवस पर एक दिन के लिए उत्तराखंड की मुख्यमंत्री बनीं। वह बीएससी एग्रीकल्चर की छात्रा हैं, हरिद्वार के रुड़की में दौलतपुर गाँव में रहती हैं।
सृष्टि 2018 में बाल उत्तराखंड विधानसभा में बाल विधायक भी चुनी जा चुकी हैं। वर्ष 2019 में सृष्टि गर्ल्स इंटरनेशनल लीडरशिप के लिए थाईलैंड में भारत का प्रतिनिधित्व भी कर चुकी हैं। सृष्टि पिछले दो साल से 'आरंभ' नामक योजना चला रही हैं। इसमें क्षेत्र के गरीब बच्चों को पढ़ाई के लिए प्रेरित करने के साथ मुफ्त में किताबें भी मुहैया कराती हैं। सृष्टि के माता-पिता को उन पर गर्व है। उनकी मां सुधा का कहना है कि बेटियां किसी भी क्षेत्र में बेटों से पीछे नहीं हैं। बेटियों को आगे बढ़ाने के लिए माता-पिता का सहयोग और प्रेरणा जरूरी है। सृष्टि ने जो मुकाम हासिल किया है उससे सभी माता-पिता अपनी बेटियों को जीवन में आगे बढ़ाने के लिए प्रेरित होंगे।

मसालों की रानी छोटी इलायची

मसालों की रानी, छोटी इलायची अपनी मनमोहक सुगंध और स्वाद के कारण दुनिया भर में मशहूर है। देश में केरल देश छोटी इलायची का सबसे बड़ा उत्पादक राज्य है। इसके अलावा तमिलनाडु और कर्नाटक अन्य प्रमुख उत्पादक राज्य हैं। वित्त वर्ष 2020-21 की पहली छमाही के दौरान छोटी इलायची के निर्यात में बढ़ोतरी दिखी है। इस दौरान 56.52 करोड़ रुपये मूल्य की 1900 मीट्रिक टन इलायची का निर्यात किया गया। इस अवधि में मूल्य के लिहाज से 483 फीसदी की बढ़ोतरी दर्ज की गई और मात्रा के आधार पर 369 फीसदी की बढ़ोतरी हुई है। छोटी इलायची उत्पादक क्षेत्रों को प्राकृतिक आपदाओं और अन्य कारकों के कारण उत्पादन और निर्यात दोनों मोर्चों पर चुनौतियों का सामना करना पड़ता है।

23 जनवरी को हर साल "पराक्रम दिवस" मनेगा

भारत सरकार ने नेताजी सुभाष चंद्र बोस की 125 वीं जयंती वर्ष को राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर मनाने का निर्णय लिया है, जो 23 जनवरी, 2021 से शुरू होगा। कार्यक्रमों को तय करने और स्मरणोत्सव के निरीक्षण और मार्गदर्शन के लिए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की अध्यक्षता में एक उच्च स्तरीय समिति का गठन किया गया है। राष्ट्र के प्रति नेताजी की अदम्य भावना और निस्वार्थ सेवा को सम्मान देने और स्मरण करने के लिए, भारत सरकार ने उनके जन्मदिन 23 जनवरी को हर साल "पराक्रम दिवस" के रूप में मनाने का निर्णय लिया है, ताकि देशवासियों को, विशेष रूप से युवाओं को प्रेरित किया जा सके, विपत्ति में धैर्य के साथ काम करने, जैसा नेताजी ने किया था, की प्रेरणा दी जा सके और देशभक्ति की भावना का संचार किया जा सके। 23 जनवरी को "पराक्रमदिवस" के रूप में घोषित करने संबंधी राजपत्र अधिसूचना प्रकाशित की गई है।

09 जनवरी

प्रवासी भारतीय दिवस

9 जनवरी, 2021 को प्रवासी भारतीय दिवस मनाया गया। इस अवसर पर राष्ट्रपति श्री रामनाथ कोविंद ने वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से 16वें प्रवासी भारतीय दिवस सम्मेलन के समापन सत्र में कहा कि वर्ष 1915 में आज ही के दिन सबसे महान प्रवासी भारतीय महात्मा गांधी भारत लौटे थे। उन्होंने हमारे सामाजिक सुधारों और स्वतंत्रता आंदोलन को बहुत व्यापक आधार दिया और अगले तीन दशकों के दौरान उन्होंने भारत को कई मूलभूत प्रकारों से बदल दिया। इससे पूर्व, दो दशकों के अपने विदेश प्रवास के दौरान बापू ने उस दृष्टिकोण में अंतर्निहित मूल सिद्धांतों की पहचान कर ली थी, जिसका अनुसरण भारत को अपनी प्रगति एवं विकास के लिए करना चाहिए। राष्ट्रपति ने कहा कि प्रवासी भारतीय दिवस व्यक्तिगत और सामूहिक जीवन के लिए गांधीजी के आदर्शों को स्मरण करने का भी एक अवसर है। प्रवासी भारतीय दिवस समारोह 2003 में शुरू हुआ, तब अटल बिहारी वाजपेयी जी भारत के प्रधानमंत्री थे। भारत के पास लगभग 30 मिलियन की सबसे बड़ी प्रवासी भारतीय आबादी है, जो आज विश्व के हर कोने में रह रही है।

चूल्हे पर सेंकी रोटियों का स्वाद

बचपन की बातें-08

पहले आज की तरह गैस से भरे सिलेंडर नहीं होते थे। उस समय ईंधन के लिए लकड़ियां, गौसे (गाय-भैंस के गोबर से बने उपले), कैरोसिन ऑयल ही थे। मिट्टी के चूल्हे, कैरोसिन ऑयल से जलने वाले बर्नर व बत्तियों वाले स्टोव इस्तेमाल किए जाते थे। स्टोव का खर्चा झेलना हर किसी के वश में नहीं था। मेरे घर के तीन में से एक कमरे में रसोई और स्टोर बनाया गया था। इसमें मिट्टी का चूल्हा था, जिसके लिए बाकायदा चिमनी बनाई गई थी, जिससे होकर धुआं बाहर निकल जाता था। घर के बाहर भी एक चूल्हा रखा हुआ था, जिसको तशले में बनाया हुआ था, यानी इसको आप कहीं भी ले जा सकते हैं। मिट्टी से बना यह चूल्हा नहाने या अन्य कार्यों के लिए पानी गरम करने के लिए रखा हुआ था।

सर्दियों में मुझ में और बड़े भाई में इस बात को लेकर होड़ मचती थी कि चूल्हे के पास कौन बैठेगा। कई बार हम दोनों को मां की डांट भी पड़ जाती थी। धुआं उगलने वाला यह चूल्हा हमें सर्दियों में बहुत पसंद था। चूल्हा जलाने के लिए लकड़ियों के गठ्ठर बिकते थे। कुछ लोग जंगल जाकर सूखी लकड़ियां इकट्ठा करके बेचते थे। उनकी आमदनी का यही जरिया था। दस-बीस रूपये में एक गठ्ठर बिक जाता था। मुझे अच्छी तरह से याद है, मेरे पड़ोस में रहने वाले एक लड़के को कॉपी खरीदने के लिए पैसे चाहिए थे, उसने जंगल से लकड़ियां लाकर बेची थीं।

चूल्हे पर धीमी आंच से पकने वाले खाने का स्वाद कुछ और था। मां चूल्हे पर रखे तवे पर रोटी सेंकती और फिर रोटी को चूल्हे के हवाले करके फुलाया जाता था। रोटी पर थोड़ी बहुत राख लग जाती थी। राख हटाकर रोटी को थोड़ा सा देशी घी लगाकर परोसा जाता था। चूल्हे की बनी रोटी का स्वाद कोई कैसा भुला सकता है भाई। ये तो गेहूं के आटे की रोटी की बात है, मां ने हमें मक्का की बनीं रोटियां भी घी लगाकर तब तक परोसी हैं, जब तक हम ना न कह दें। मां का प्यार ही ऐसा है कि बच्चों को उनकी पसंद की चीज भरपेट नहीं खिला दें, तब तक उनको चैन ही नहीं आता। आज भी मेरी मां मेरी थाली में कुछ ज्यादा ही परोस देती हैं, वो आज भी मुझे उसी तरह, उतना ही खिलाना-पिलाना चाहती हैं, जितना बचपन में, युवावस्था में खाता पीता था। खैर, यह तो थी मां और बच्चों के बीच स्नेह की बात।

कुछ दिन पहले मैं अपने एक मित्र के साथ रोटी पर चर्चा कर रहा था कि आखिर यह कहां से आई और इसके कितने रूप हैं। सबसे पहले रोटी किसने बनाई होगी। हमने इंटरनेट पर सर्च किया तो बहुत सारी जानकारियां मिलीं।

यह बात तो सही है कि भारत में रोटी प्राचीन काल से ही हमारे खाने में शामिल है। मोहनजोदाड़ो की खुदाई में भी 5000 वर्ष पुराने कार्बन युक्त गेहूं मिले हैं। इससे पता चलता है कि इस समय भी उसका उपयोग होता होगा। प्राचीन ग्रंथों का हवाला देते हुए बताया जाता है कि हड़प्पा संस्कृति में भी भारत में चपाती या रोटी का अस्तित्व था, जहाँ कृषि एक प्रमुख व्यवसाय था और लोग जानते थे कि गेहूँ, बाजरा और सब्जियाँ कैसे उगाई जाएँ।

रोटी शब्द संस्कृत के रोटिका से बना है। रोटिका यानी अनाज के आटे से तवे पर सेंकी गईं गोल-गोल पतली, चपटी टिकिया।

कहा जाता है कि रोटी का जन्म लगभग पांच हजार साल पहले सिंधु घाटी सभ्यता में हुआ था। यह इसलिए कहा गया, क्योंकि गेहूं की खेती के साक्ष्य सबसे पहले सिंधु, मिस्र, और मेसोपोटामिया सभ्यताओं में ही मिलते हैं। गेहूं का एक पेस्ट बनाकर उसको गर्म पत्थर पर पकाकर रोटी बनाई जाती थी।

एक और जानकारी मिली है, जिसमें कहा गया है कि रोटी का सबसे प्राचीन प्रमाण मिस्र देश में मिलता है। मिस्र में एक महिला की 3500 वर्ष पुरानी कब्र में एक टोकरी मिली थी। इस टोकरी में गेहूं के आटे की गोल ,चौकोर , पशु पक्षियों के आकार की और गेंद जैसी कई तरह की रोटियां रखी हुई थीं। बताया जाता है कि मिस्त्र में प्राचीन समय में रोटी का वही स्थान था, जो आजकल सिक्कों का है। उस समय राज्य में वेतन के रूप में रोटियां दी जाती थीं। उस समय आज की तरह रोटी बनाने की कला विकसित नहीं हुई थी। गेहूं को भिगोकर पीसा जाता था और फिर उस पीठी से अलग- अलग आकार की रोटियां बनाई जाती थीं। बाद में आटे की रोटियां भी बनाई जाने लगीं।

क्या आप जानते हैं कि चपाती शब्द कहां से आया। संस्कृत के शब्द चर्पट, जिसका मतलब होता है- चपेड़ व थप्पड़। आपको बता दें कि चर्पट से ही बने चर्पटी शब्द का अर्थ होता है चपाती। यहां ध्यान देने वाली बात है कि चपाती बनाने के लिए आटे की लोई को हथेली पर थाप-थाप कर रोटी बनाई जाती है और इसको चपाती नाम दिया गया है, क्योंकि आटे की लोई को चपत लगाकर चपटा बनाया गया है। संस्कृत से ही यह शब्द फारसी में चला गया, वहां चपत को चपात कहा जाने लगा, जिसका मतलब थप्पड़ से है। अभी के लिए इतना ही...।

अभी के लिए बस इतना ही...अगली बार आपसे और भी बहुत सारी बातें करेंगे। हमें इंतजार रहेगा, आपके सुझावों का।
हमारा व्हाट्सएप नंबर-9760097344

आपके मम्मी, पापा जी, दादा जी, दादी जी, भी अपने बचपन का कोई अनुभव हमारे साथ साझा कर सकते हैं। हमें व्हाट्सएप कर सकते हैं- 9760097344 पर। हां, अपना नाम लिखना न भूलिएगा।

कहानी 1

किसी भी निर्णय में जल्दबाजी सही नहीं

एक महिला ने घर में नेवला पाला हुआ था। महिला को नेवले पर बहुत विश्वास था और वह उससे बहुत स्नेह करती थी। एक दिन महिला अपने छह माह के बच्चे को घर में सोता छोड़कर पड़ोस में ही किसी काम से गई थी। जब वह वापस लौटी तो घर के बाहर उसने नेवले को बेहोश पड़ा देखा। उसके मुंह पर रक्त लगा था।यह नजारा देखकर महिला सदमे में आ गई।

उसने मौके के हालात देखते हुए सोचा कि नेवले ने उसके बच्चे को मार दिया है। उसने बदला लेने के लिए पास ही रखा बड़ा पत्थर उठाया और बेहोश पड़े नेवले पर वार कर दिया। पत्थर के वार से नेवला वहीं ढेर हो गया। अब महिला ने तेजी से कमरे में प्रवेश किया तो वहां का दृश्य देखकर उसको राहत तो मिली पर गुस्से में की गई घटना पर उसे बहुत दुख हुआ।

उसका बच्चा बिस्तर पर लेटे हुए खेल रहा था। महिला ने आगे बढ़कर देखा तो वहां फर्श पर रक्त पड़ा था। नजदीक ही एक काला सांप मृत पड़ा था। महिला को समझते देर नहीं लगी कि जिस नेवले को उसने मौत के घाट उतारा है, उसने तो उसके पुत्र की रक्षा करने के लिए सांप को मारा था, इसीलिए उसके मुंह पर रक्त लगा था।

महिला को नेवले को मार देने का काफी दुख हुआ। वह पश्चाताप करते हुए कह रही थी कि अगर मैंने गुस्से पर काबू पाकर पहले घटना के बारे में जान लिया होता तो पुत्र की जान बचाने वाले जीव को नहीं मारती। इसलिए किसी भी घटना से दुखी होकर अपना होश खो देने की जरूरत नहीं होती।

25 जनवरी

राष्ट्रीय मतदाता दिवस

भारत निर्वाचन आयोग के स्थापना दिवस(25 जनवरी 1950) पर 2011 से हर साल 25 जनवरी को पूरे देश में राष्ट्रीय मतदाता दिवस मनाया जाता है।

राष्ट्रीय मतदाता दिवस समारोह का मुख्य उद्देश्य विशेषकर नए मतदाताओं को प्रोत्साहित करना, सुविधा देना और मतदाता सूची में अधिकतम नामांकन करना है।

देश के मतदाताओं को समर्पित इस दिवस का उपयोग मतदाताओं के बीच जागरूकता फैलाने और चुनावी प्रक्रिया में भागीदारी को बढ़ावा देने के लिए किया जाता है।

कहानी 2

समझदार बकरी

दो बकरियां थीं। वो एक पुल के पास रहती थीं। पुल बहुत संकरा था। पुल से एक समय में एक ही बकरी पार हो सकती थी। दोनों बकरियां पुल से नदी पार करती रहती थीं। एक दिन दोनों एक ही समय में पुल पार करने के लिए पहुंचीं। पुल पर दोनों आमने सामने थीं। पुल इतना चौड़ा नहीं था कि दोनों एक बार में पार हो सकें।एक बकरी ने दूसरी से कहा, तुम पीछे चली जाओ। मुझे उस पार जाना है। दूसरी बकरी बोली, मैं क्यों पीछे जाऊं, तुम क्यों नहीं पीछे हो जाती। कुछ समझ में नहीं आ रहा है क्या। पहली बकरी ने कहा, मैं तुम्हारा कहना क्यों मानूं। बेहतर होगा कि तुम पीछे हो जाओ, जब मैं पुल पार कर लूं, तुम चली जाना।

दूसरी बकरी ने कहा, तुम कुछ देर इंतजार नहीं कर सकती क्या।पहली बकरी ने कहा, मुझे क्यों वापस जाना चाहिए। दूसरी बकरी ने जवाब दिया, मैं तुमसे ज्यादा ताकतवर हूं, इसलिए पीछे हट जाओ। पहली बकरी ने कहा- तुम नहीं, मैं ज्यादा ताकतवर हूं। अपने सींगों को आगे करते हुए उसने कहा, तुम नहीं मानोगी, चलो तैयार हो जाओ लड़ने के लिए। जो जीतेगा, वही पहले पुल पार करेगा।

इस पर दूसरी बकरी ने कहा, मैं तुमसे ज्यादा ताकतवर हूं दिमागी तौर पर। मैं तुमसे ज्यादा बुद्धिमान हूं। मैं पुल पर लेट जाती हूं, तुम मेरे ऊपर से होकर पुल पार कर लो। पहली बकरी को अपनी गलती का अहसास हुआ तो वह बोली, मैं लेट जाती हूं, तुम मेरे ऊपर से होते हुए पुल पार कर लो। इस तरह दोनों की सहमति बन गई और दोनों को पुल पार करने में सफलता मिल गई।

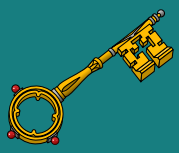
ताला है घर का रखवाला

मुझको कहते तुम सब ताला
पर मैं हूं घर का रखवाला

मेरे भरोसे पर अपना घर
छोड़ तुम कहीं जाते हो

जब तुम वापस आते हो
मुझे घर पर ही पाते हो

चाबी मेरी साथी है
साथ तुम्हारे जाती है



तुम सब कहते मुझको ताला
पर मैं तो हूं घर का रखवाला

बच्चों, आप भी अपने शिक्षकों के माध्यम से हमें मौलिक रचनाएं भेज सकते हैं।

विश्व ब्रेल दिवस: 4 जनवरी

वर्ष 2019 से हर साल 4 जनवरी को विश्व ब्रेल दिवस मनाया जाता है। यह दिन दृष्टि बाधित और दृष्टि-विहीन लोगों के लिए मानवाधिकार हासिल करने में संचार के साधन के रूप में ब्रेल के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए मनाया जाता है। यह दिन दृष्टि बाधित लोगों के लिए ब्रेल लिपि विकसित करने वाले लुई ब्रेल की जयंती को चिन्हित करने के लिए मनाया जाता है, जिनका जन्म उत्तरी फ्रांस के कूपवरे (Coupvray) शहर में 4 जनवरी 1809 को हुआ था।

जापान 2023 तक लॉन्च करेगा लकड़ी से बना पहला उपग्रह

जापान की सुमितोमो फॉरेस्ट्री कंपनी और क्योटो यूनिवर्सिटी ने अंतरिक्ष में कचरे की समस्या से निपटने के लिए 2023 तक दुनिया का पहला लकड़ी से बना अंतरिक्ष उपग्रह लॉन्च करने की घोषणा की है। वर्तमान में, यह प्रक्रिया अपने शुरुआती चरण में है क्योंकि अंतरिक्ष मिशन के लिए एक उपयुक्त साधन खोजने के लिए अनुसंधान टीम द्वारा कई लकड़ी सामग्री का परीक्षण किया जा रहा है। साथ ही टीम तापमान में बदलाव और धूप के प्रति बेहद प्रतिरोधी लकड़ी की सामग्रियों को विकसित करने की दिशा में भी काम कर रही है।

यूरोपीय अंतरिक्ष एजेंसी (ESA) सांख्यिकीय मॉडल के अनुसार, अंतरिक्ष में मानव द्वारा की गई गतिविधियों के कारण अवशेषों के 130 मिलियन से अधिक टुकड़े हैं - जो हमारे ग्रह के चारों ओर चक्कर काट रहे हैं। इनमें से कई तो एक मिलीमीटर से छोटे हैं। यह अवशेष अथवा मलबे के टुकड़े 22,300 मील प्रति घंटे से अधिक की गति से यात्रा कर सकते हैं, जो अन्य उपग्रहों को क्षति पहुंचा सकते हैं।

डिजिटल वोटर आईडी कार्ड "e-EPIC" की शुरुआत

चुनाव आयोग ने मतदाताओं के फोटो पहचान पत्र e-EPIC का इलेक्ट्रॉनिक संस्करण शुरु किया है, जिसे मोबाइल फोन और व्यक्तिगत कंप्यूटर पर संग्रहीत और डाउनलोड किया जा सकता है। कार्ड को प्रिंट करने और मतदाताओं तक पहुंचने में समय लगता है, ऐसे में इस नई शुरुआत की मदद से दस्तावेज को तेजी से और आसानी से पहुंचाने का विचार है। e-EPIC, EPIC का एक सुरक्षित पोर्टेबल डॉक्यूमेंट फॉर्मेट (PDF) संस्करण है, जिसे मोबाइल पर डाउनलोड या कंप्यूटर पर सेल्फ-प्रिंटेबल रूप में रखा जा सकता है। मतदाता इस कार्ड को अपने मोबाइल पर संग्रहीत कर सकते हैं, इसे डिजी लॉकर पर पीडीएफ के रूप में अपलोड कर सकते हैं या इसे प्रिंट कर लेमनेट कर सकते हैं। ई-इलेक्टर फोटो पहचान पत्र निर्वाचक फोटो पहचान पत्र का एक गैर-संपादन योग्य डिजिटल संस्करण है और इसे डिजिटल लॉकर जैसी सुविधाओं में सेव किया जा सकता है। साथ ही, पीडीएफ प्रारूप में मुद्रित किया जा सकता है।

अपने वाहन के रूप में ततैया को चुनते हैं कीट

पेड़-पौधे विभिन्न प्रजातियों के कीट-पतंगों का घर होते हैं। पेड़-पौधों और कीटों-पतंगों की विविध प्रजातियों के बीच प्रायः एक अनूठा पारस्परिक संबंध देखने को मिलता है। अंजीर के पेड़ पर रहने वाले कीटों और अंजीर-ततैया के बीच परस्पर संबंध इसका एक उदाहरण है। लाखों वर्षों से कीटों और अंजीर-ततैया के बीच यह संबंध चला आ रहा है। हालांकि, ये कीड़े, जिन्हें सूत्रकृमि के रूप में जाना जाता है, कैसे अंजीर-ततैया का चयन अपने वाहन के रूप में करते हैं, यह वैज्ञानिकों के लिए एक जटिल पहेली रही है। बेंगलुरु स्थित भारतीय विज्ञान संस्थान के वैज्ञानिकों के ताजा अध्ययन में ऐसे तथ्यों का पता चला है, जो इस पहेली को हल करने में सहायक हो सकते हैं।

इस अध्ययन से पता चला है कि सूत्रकृमि आमतौर पर ऐसे ततैया का चयन करते हैं, जिनकी आंतों में अन्य कीड़ों की भीड़-भाड़ न हो। इसके साथ-साथ सूत्रकृमि ऐसी आंतों में सवारी करना पसंद करते हैं, जिसमें पहले से ही उनकी प्रजाति के कीड़े मौजूद हों। शोधकर्ताओं का मानना है कि जिन ततैया की आंतों में कम कीड़े होते हैं, उनके सुरक्षित रूप से गंतव्य तक पहुँचने की अधिक संभावना होती है। यह अध्ययन शोध पत्रिका जर्नल ऑफ इकोलॉजी में प्रकाशित किया गया है। साभारः इंडिया साइंस वायर, फोटो- निखिल मोरे

अंजीर के पेड़ पर रहने वाले कीट एक पेड़ से दूसरे पेड़ तक सवारी करने के लिए अंजीर-ततैया को वाहन के रूप में उपयोग करते हैं। ये छोटे-छोटे कीट ततैया को नुकसान पहुँचाए बिना उसकी आंतों में प्रवेश कर जाते हैं, और उसका उपयोग एक पेड़ से दूसरे पेड़ तक जाने के लिए करते हैं।

ऑस्ट्रेलिया ने अपने राष्ट्रगान में एक शब्द को बदला

ऑस्ट्रेलिया ने अपने राष्ट्रगान में एक शब्द को बदला है। ऑस्ट्रेलियाई सरकार ने देश की स्वदेशी आबादी के सम्मान में यह शब्द बदला है। देश के राष्ट्रीय गीत को उसके पूर्व-औपनिवेशिक इतिहास का बेहतर रूप से प्रतिनिधित्व करने के लिए एक शब्द से बदल दिया गया है। प्रधानमंत्री मॉरिसन ने नव वर्ष की पूर्व संध्या पर राष्ट्रगान 'एडवांस ऑस्ट्रेलिया फेयर' की दूसरी पंक्ति 'फॉर वी आर यंग एंड फ्री' (हम युवा एवं स्वतंत्र हैं) को बदलकर 'फॉर वी आर वन एंड फ्री' (हम एक एवं स्वतंत्र हैं) करने की घोषणा की।

हावड़ा कालका मेल का नाम बदलकर अब 'नेताजी एक्सप्रेस'

नेताजी सुभाष चंद्र बोस की 125वीं जयंती पर भारतीय रेलवे ने कोलकाता के हावड़ा से दिल्ली होकर कालका तक जाने वाली कालका मेल एक्सप्रेस का नाम बदलकर अब 'नेताजी एक्सप्रेस' कर दिया गया है। एक जनवरी 1866 को कालका मेल पहली बार चली थी। उस वक्त इस ट्रेन का नाम 63 अप हावड़ा पेशावर एक्सप्रेस था।

प्रथम विश्व हिंदी दिवस 10 जनवरी, 1975 को

प्रथम विश्व हिंदी दिवस 10 जनवरी, 1975 को महाराष्ट्र के नागपुर में मनाया गया था। इस सम्मेलन में 30 देशों के 122 प्रतिनिधि शामिल हुए थे। इस सम्मेलन का उद्घाटन साल 1975 में तत्कालीन प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी ने किया था। 2006 के बाद से हर साल 10 जनवरी को विश्वभर में 'विश्व हिंदी दिवस' मनाया जाने लगा। विश्व हिंदी दिवस का उद्देश्य विश्व भर में हिंदी के प्रचार-प्रसार के लिए अनुकूल माहौल बनाना और हिंदी को विश्व की प्रचलित भाषा के रूप में प्रस्तुत करना है। हिंदी दिवस 14 सितंबर तथा 'विश्व हिंदी दिवस' 10 जनवरी को मनाया जाता है।

केरल राज्य में वन स्कूल वन IAS योजना

वन स्कूल, वन IAS योजना केरल राज्य ने शुरू की है। केरल के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान ने इस योजना का उद्घाटन किया है। इसे वैदिक इरुडेइट फाउंडेशन्स स्कॉलरशिप प्रोग्राम के तहत शुरू किया गया है। केरल के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान ने राज्य के 10 हजार प्रतिभाशाली, लेकिन आर्थिक रूप से कमजोर बच्चों को मुफ्त में प्रशासनिक सेवा एवं अन्य प्रतियोगी परीक्षाओं की कोचिंग देने की योजना की शुरुआत की।

हिंद महासागर में तेजी से कम हो रही शार्क

हिंद महासागर में, शार्क और शंकुश मछलियों की आबादी में भारी गिरावट हो रही है। एक ताजा अध्ययन में हिंद महासागर क्षेत्र में वर्ष 1970 के बाद शार्क एवं शंकुश मछलियों की आबादी में 84.7 प्रतिशत तक गिरावट आने का पता चला है। दुनियाभर के प्रमुख शोध संस्थानों के संयुक्त अध्ययन में यह बात उभरकर आई है। इस अध्ययन से प्राप्त आंकड़े हैरान करते हैं, जिसमें कहा गया है कि पिछले करीब 50 वर्षों के दौरान दुनियाभर में शार्क और शंकुश मछलियों की संख्या में 71 फीसदी की गिरावट हुई है। इसका सीधा असर समुद्री पारिस्थितिक तंत्र पर पड़ रहा है, और महासागरों में रहने वाले जीव विलुप्ति की कगार पर बढ़ रहे हैं। शार्क और शंकुश मछलियों की 31 में से 24 प्रजातियां अब संकटग्रस्त प्रजातियों की सूची में आ गई हैं। समुद्र में पायी जाने वाली ओसेनिक वाइटटिप और ग्रेट हैमरहेड शार्क पर भी संकट गहराता जा रहा है। साभारः इंडिया साइंस वायर

वर्ष 2021 फल व सब्ज़ियों का अन्तरराष्ट्रीय वर्ष

जानिएगा फल एवं सब्जियां खाने के फायदे

संयुक्त राष्ट्र ने, मानव स्वास्थ्य में पोषण और खाद्य सुरक्षा में, फल व सब्ज़ियों की बहुत अहम भूमिका के बारे में जानकारी बढ़ाने के इरादे से, वर्ष 2021 को फल व सब्ज़ियों का अन्तरराष्ट्रीय वर्ष घोषित किया है। इस अवसर पर टिकाऊ खाद्य उत्पादन बढ़ाने और खाद्य पदार्थों को कूड़े-कचरे में तब्दील होने से रोकने के लिये और ज़्यादा प्रयास करने का भी आह्वान किया गया है।

फल और सब्ज़ियाँ, मानव स्वास्थ्य के लिए भरपूर मात्रा में पोषक तत्व मुहैया कराते हैं, उनकी रोग प्रतिरोधी क्षमता मज़बूत करते हैं और अनेक बीमारियों का ख़तरा कम करने में भी मदद करते हैं।"

फल व सब्ज़ियों का भरपूर मात्रा में उपभोग करने से कई तरह के स्वास्थ्य और पोषण फ़ायदे होते हैं। फल व सब्ज़ियाँ फ़ाइबर, विटामिन और ऐसे खनिज पदार्थों से भरपूर होते हैं, जो बच्चों की बढ़त और विकास के लिए बहुत महत्वपूर्ण होते हैं।

साथ ही, ये उनकी रोग प्रतिरोधी क्षमता भी मज़बूत करते हैं। फल व सब्ज़ियाँ खाने से डिप्रेशन यानी अवसाद और चिन्ता, मोटापे और ग़ैर-संचारी बीमारियों का भी बहुत कम जोखिम होता है। इन्हें खाने से पेट अच्छा रहता है और बारीक पोषक तत्वों की कमी होने से बचने में मदद मिलती है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार, एक स्वस्थ ख़ुराक के रूप में, लोगों को हर दिन, कम से कम 400 ग्राम फल व सब्ज़ियाँ ज़रूर खानी चाहिए। यूएन महासभा ने, मानव पोषण, खाद्य सुरक्षा और स्वास्थ्य के साथ-साथ टिकाऊ विकास लक्ष्य हासिल करने में फलों व सब्ज़ियों की अहम भूमिका के बारे में जागरूकता बढ़ाने के मक़सद से, वर्ष 2021 को फल व सब्ज़ियों का अन्तरराष्ट्रीय वर्ष, 2019 में घोषित किया है।

जानिए अपने उत्तराखंड राज्य को

उत्तराखंड राज्य की स्थापना, 9 नवम्बर 2000 को भारत के राज्य के रूप में हुई। इससे पहले यह उत्तर प्रदेश राज्य का हिस्सा था। अपनी अंतर्राष्ट्रीय सीमाओं, उत्तर में चीन और पूर्व में नेपाल सहित, हिमालय पर्वत श्रृंखला की तलहटी में स्थित यह मुख्य रूप से पर्वतीय राज्य है। इसके उत्तर पश्चिम में हिमाचल प्रदेश और दक्षिण में उत्तर प्रदेश है।

उत्तराखंड अपनी भौगोलिक स्थिति, जलवायु, नैसर्गिक, प्राकृतिक दृश्यों एवं संसाधनों की प्रचुरता के कारण देश में प्रमुख स्थान रखता है। श्री बद्रीनाथ, श्री केदारनाथ, श्री गंगोत्री और श्री यमुनोत्री धाम भी इन्ही पर्वत श्रंखलाओं में स्थित हैं। सिखों के तीर्थस्थल श्री हेमकुण्ड साहिब भी विशेष रूप से महत्वपूर्ण हैं। उत्तराखण्ड को देव भूमि के नाम से भी जाना जाता है। भारत की दो सबसे महत्वपूर्ण नदियाँ गंगा और यमुना इसी राज्य में जन्म लेतीं हैं, और मैदानी क्षेत्रों तक पहुँचते पहुँचते मार्ग में बहुत से तालाबों, झीलों, हिमनदियों की पिघली बर्फ़ से जल ग्रहण करती हैं। देहरादून उत्तराखंड की अस्थाई राजधानी है। गैरसैंण उत्तराखंड की ग्रीष्मकालीन राजधानी है। यह खूबसूरत जगह अपने प्राकृतिक परिवेश के लिए जानी जाती है।

यह जैव विविधता के साथ साथ ही 175 दुर्लभ प्रजाति के सुगंधित और औषधीय पौधों से भी समृद्ध हैं। यहाँ पर लगभग सभी प्रमुख जलवायु क्षेत्र हैं, जिस कारण यह बागवानी, फूलों की खेती और कृषि जैसे व्यावसायिक अवसरों के लिए उपयुक्त है। पर्यटन उत्तराखंड की अर्थव्यस्था में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। यह राज्य चूना पत्थर, संगमरमर, राक फास्फेट, डोलोमाइट, मैग्नेसाइट, तांबा, जिप्सम, जैसी खनिज संपदा से समृद्ध है। राज्य की बारहमासी नदियाँ जलविद्युत का महत्वपूर्ण स्रोत हैं।

स्रोतः https://uk.gov.in/pages/view/93-state-profile

आओ करें अंतरिक्ष की सैर

वैज्ञानिकों को चांद ने बताई थी सूरज की उम्र

हमारे सौर मंडल का सूर्य- एक पीला बौना तारा है, जो चमकती गैसों की एक गर्म गेंद है। सूर्य की ऊर्जा के बिना, पृथ्वी पर जीवन नहीं हो सकता। सूर्य का कोर लगभग 27 मिलियन डिग्री फ़ारेनहाइट (15 मिलियन डिग्री सेल्सियस) है। हमारा सूर्य साढ़े चार अरब वर्ष का है।

हम यह कैसे जानते हैं कि सूरज कितना पुराना है? हम पूरे सौर मंडल की आयु को देखते हैं, क्योंकि यह सभी एक ही समय में एक साथ आए थे। सूरज की आयु को जानने के लिए वैज्ञानिकों ने चंद्रमा की चट्टानों का अध्ययन किया, जो वो चंद्रमा से लेकर आए थे। इससे पता चला कि सूर्य कितना पुराना है।

हमारे सौर मंडल में सूर्य सबसे बड़ा है, जो सौर मंडल के कुल द्रव्यमान का लगभग 99.86% है। सूर्य हमारे सौर मंडल के केंद्र में स्थित है और पृथ्वी उससे 93 मिलियन मील दूर है। हालांकि बड़े पैमाने पर, सूर्य अभी भी अन्य प्रकार के सितारों की तरह बड़ा नहीं है। इसे पीले बौने तारे के रूप में वर्गीकृत किया गया है। सूर्य का चुंबकीय क्षेत्र पूरे सौर मंडल में सौर हवा के माध्यम से फैलता है।

भूमध्य रेखा पर, सूर्य हर 25 दिनों में एक बार घूमता है, लेकिन इसके ध्रुवों पर सूर्य हर 35 पृथ्वी दिनों में अपनी धुरी पर एक बार घूमता है। एक तारे के रूप में, सूर्य गैस (92.1 प्रतिशत हाइड्रोजन और 7.8 प्रतिशत हीलियम) की एक गेंद है, जो अपने स्वयं के गुरुत्वाकर्षण द्वारा एक साथ है। ऊर्जा का यह शक्तिशाली भंडार मुख्य रूप से हाइड्रोजन और हीलियम गैसों का एक विशाल गोला है। सूर्य अपने केंद्र में ऊर्जा पैदा करता है। सूर्य से निकली ऊर्जा का छोटा सा भाग ही पृथ्वी पर पहुँचता है जिसमें से 15 प्रतिशत अंतरिक्ष में परावर्तित हो जाता है, 30 प्रतिशत पानी को भाप बनाने में काम आता है और बहुत सी ऊर्जा पेड़-पौधे, समुद्र सोख लेते हैं। इसकी मजबूत गुरुत्वाकर्षण शक्ति विभिन्न कक्षाओं में घूमते हुए पृथ्वी और अन्य ग्रहों को इसकी तरफ खींच कर रखती है।

वैज्ञानिकों का मत है कि कोई साढ़े चार से पाँच अरब साल पहले जब हमारा सौर मंडल बना, तभी पृथ्वी का जन्म हुआ था और इसका अंत भी उसी से जुड़ा है. जब तक सूर्य है तब तक ये सारे ग्रह उसके चारों ओर घूमते रहेंगे. सूर्य के गर्भ में जो नाभिकीय क्रियाएं चल रही हैं उसी से ऊर्जा पैदा होती है. जब तक यह नाभिकीय ईंधन है तब तक सूर्य चलता रहेगा. जब यह समाप्त हो जाएगा तो सूर्य का विस्तार होगा और वह रेड जायन्ट बन जाएगा। इतना विशाल कि वह पृथ्वी की कक्षा को भी घेर लेगा. ग्रह मंडल में भारी हलचल मचेगी और पृथ्वी का अंत हो जाएगा, लेकिन वैज्ञानिकों का अंदाज़ा है कि सूर्य अभी पाँच अरब साल तक और जलता रहेगा।

साभार- https://spaceplace.nasa.gov/sun-age/en/
https://www.bbc.com/hindi/news/story/2007/09/070915_askus_earth_age
https://hi.wikipedia.org/wiki/**सूर्य**

मानव भारती इंडिया इंटरनेशनल स्कूल
डी- ब्लाक, नेहरू कॉलोनी, देहरादून, पिन- 248001 उत्तराखंड
ईमेल:- hr@mbs.ac.in, वेबसाइट:- www.mbs.ac.in
फोन- 0135-2669306, 8171465265
संपादक- राजेश पांडेय , डिजाइन- विशाल लोधा