



साफ सुनाई देने लगा है कलरव

कंकड़बाग में रहने वाले पक्षी प्रेमी व संरक्षक संजय कुमार ने बताया कि इस समय पहले से ज्यादा संख्या में पक्षी पहुंच रहे हैं। उन्होंने बताया की सुबह के समय पक्षियों को खाना देते हुए तोते भी पहुंचने लगे हैं। गौरैया तो पहले भी आती थी। इनके साथ केसरिया पट्टे वाली मैना व पंडुक भी घर की छतों पर सुबह और शाम के समय आने लगे हैं।



बालकनी में आने लगी हैं गौरैया

जेसी रोड के रहने वाले अरनव ने बताया कि पहले उनके बालकनी व गैलरी में पक्षी नहीं आते थे। लेकिन, अब सुबह-सुबह कई पक्षी आने लगे हैं। इनमें सबसे ज्यादा संख्या गौरैया और तोते की होती है। वह बताते हैं कि सुबह आसपास लगे पेड़ से कोयल की भी आवाज सुनाई देने लगी हैं।

लॉकडाउन से बदला माहौल

मैने की चीं-चीं... ने भरा जिंदगी में रंग व उमंग

अंबर पटना

कोरोना बचाव को लेकर किये गये लॉकडाउन का साफ असर पर्यावरण पर भी दिखने लगा है। इससे शहर में प्रदूषण काफी कम हो गया है और साथ ही हवा व पानी की भी गुणवत्ता में सुधार आया है। गाड़ियों व फैक्ट्रियों बंद होने से ध्वनि प्रदूषण भी अब शहर में नहीं है। इसका सुखद असर विलुप्त होती पक्षियों पर पड़ा है। अब अहले सुबह व शाम के वक्त गंगा के किनारे सखिल कोर्ट परिसर, महेंद्र घाट, एनआइटी घाट व आसपास के इलाकों में लोगों के घरों की छत व बालकनियों में चिड़ियों और मैनों की

चहचहाहट साफ सुनाई देने लगी है। ईंडियन बर्ड कंजर्वेशन नेटवर्क के स्टेट को-ऑर्डिनेटर अरविंद मिश्रा बताते हैं कि लॉकडाउन की वजह से प्रदूषण में कमी होने के कारण गौरैया के साथ वाइट आइड, सनबर्ड व टेलरबर्ड शहर में नहीं दिखती थीं, मगर अब आसानी से दिख रही हैं। उन्होंने बताया कि लॉकडाउन ने पक्षियों को संरक्षण दिया है। सबसे ज्यादा तोते के बच्चों को घोंसले से उतारा जाता था, जो अब रुका है। अब जब घर पर चिड़ियां आने लगी हैं, तो उसे हमेशा अपने आसपास रखने के लिए लोग घरों की छतों व बालकनी में दाना और पानी की व्यवस्था करें।



23 अप्रैल : विजय दिवस पर विशेष

आपसी मिल्लत की मिसाल व महान योद्धा थे वीर कुंवर सिंह

मुरली गनोहर श्रीवास्तव

इतिहास में तथ्यों को आधार मानकर बीते कल को बयां किया जाता है। घटना के साक्षी कई पात्र होते हैं और घटनाओं के साथ-साथ कई घटनाएं चलती रहती हैं। 1857 का विद्रोह आजादी की लड़ाई के लिए एक रास्ता दिया और उन कमियों की ओर भी इंगित किया जिसके आधार पर आगे रणनीति बन सकी। इन महानायकों ने कम समय के विद्रोहकाल में भी अपने नायकत्व को अपने बलिदान से, अपने समर्पणसे इस कदर लोगों के दिलों में जगह बनायी कि आज भी वो अमर हैं। वीर कुंवर सिंह की वीरता जगजाहिर है मगर उनकी प्रेमकथा से लोग अनभिज्ञ हैं। उनके अनछुए पहलुओं में प्रेमकथा अपने आप में मिसाल है। जहां लोग जाति-धर्म, ऊंच-नीच के पचड़े में पड़े हुए हैं, उससे ऊपर उठ कर वे एक मुस्लिम नर्तकी की कला के इतने मुरीद हुए कि आगे चल कर उसे अपना हमसफर बना लिये। बाबू साहब के जिंदगी में धरमन आती है और एक राजा के पूरे जीवन चरित्र को दूसरी धारा देती है, जो आगे चल कर 1857 के गदर के महानायक के रूप में उभर कर सामने आये, वो कोई और नहीं बल्कि वो थे रणबांकुरे वीर कुंवर सिंह। 1857 का युद्ध पहला मौका प्रतीत होता है जहां हिंदू व मुसलमान कंधा से कंधा मिलाकर अंग्रेजी हुकूमत के खिलाफ अपनी आवाज को बुलंद करते हैं। यह दौर शोषक बनाम शोषित था।



■ वीर कुंवर सिंह की वीरता जगजाहिर है मगर उनकी प्रेमकथा से अनभिज्ञ हैं लोग

छावनी के सिपाही व भोजपुरी ग्रामीण जवानों ने कुंवर सिंह के साथ मिल कर आरा नगर पर कब्जा जमा लिया। यानी अंग्रेजों की पूंछ पर पैर रख दिया। अंग्रेजों की लाख कोशिशों के बाद भी भोजपुर लंबे समय तक स्वतंत्र रहा। बाबू कुंवर सिंह रामगढ़ के बहादुर सिपाहियों के साथ बांदा, रीवा, आजमगढ़, बनारस, बलिया, गाजीपुर व गोरखपुर में विलवले के नगाड़े बजाते हुए जीत का परचम लहराते हुए आगे बढ़ रहे थे। ब्रिटिश इतिहासकार होम्स ने उनके बारे में लिखा है, 'उस बड़े राजपूत ने ब्रिटिश सत्ता के विरुद्ध अद्भुत वीरता व आन-बान के साथ लड़ाई लड़ी। कुंवर सिंह के साथ युद्ध में उनकी प्रेयसी धरमन बीबी, करमन बीबी व बाबू साहब के पोते की रणनीति ने ऐसी रार मचायी की 9 माह के युद्ध में 15 युद्धों में कभी पराजय का मुंह नहीं देखने को मिला।

उन्हें कुछ यादें सता रही थीं। वो चाहते थे कि कैसे हम अपनी मिट्टी को एक बार फिर से चूम लें। 23 अप्रैल, 1858 को लौटने लगे, गंगा घाट करते वक्त गुप्तचर की सूचना पर अंग्रेजों ने हमला कर दिया जिसमें बाबू साहब घायल हो गये। फिर क्या उस वीर योद्धा ने अपने ही तलवार से अपनी बांह को काट कर गंगा मझा को सुपुर्द कर दिया। जगदीशपुर रियासत और आरा को जीत तो लिया मगर कंटे हाथ में जहर बहुत ज्यादा फैलने की वजह से 26 अप्रैल को बाबू साहब हमेशा-हमेशा के लिए सो गये...रह गयी तो उनकी कीर्तियां, उनकी मोहब्बत... जिसने समाज में आपसी मिल्लत की मिसाल कायम की।



पहले कोरोना अब नेट ने रोकी पढ़ाई की रफ्तार, बच्चे नहीं कर पा रहे हैं ढंग से पढ़ाई

कोरोना वायरस के खतरे के बीच बढ़ते लॉकडाउन के साथ-साथ ऑनलाइन पढ़ाई भी खानापूर्ति के साथ आगे बढ़ने लगी है। ऑनलाइन क्लास के लिए शहर के तमाम शिक्षण संस्थाओं की ओर से अलग-अलग प्लेटफॉर्म का इस्तेमाल किया जा रहा है, लेकिन सभी स्टूडेंट्स तक इसका फायदा नहीं पहुंच रहा है। केवल 20-30 प्रतिशत छात्र ही इसका सही उपयोग कर पा रहे हैं, जिससे अभिभावकों की चिंता भी बढ़ती जा रही है। इसमें अभिभावकों का मानना है कि ऑनलाइन

क्लास रूम को फिजिकल क्लास रूम से रिप्लेस नहीं किया जा सकता है। क्योंकि इसमें कई खामियां धीरे-धीरे निकल कर सामने आ रही हैं। इसमें नुकसान बच्चों की पढ़ाई का ही हो रहा है। ऑनलाइन पढ़ाई की जमीनी स्थिति की पड़ताल के लिए जब प्रभात खबर ने शहर के स्कूलों, विद्यार्थियों व उनके अभिभावकों से बातचीत की तो कई बातें सामने आयीं। अभिभावकों का एक टुक में कहना था- लॉकडाउन में सेलेज बनती जा रही ऑनलाइन पढ़ाई।

लॉकडाउन में चैलेंज बन रही ऑनलाइन पढ़ाई

लाइफ रिपोर्टर पटना

शहर के कई अभिभावकों ने बताया कि कई स्कूल वाट्सएप, जूम एप, फेसबुक जैसे सोशल प्लेटफॉर्म का उपयोग पढ़ाई के लिए किया जा रहा है, लेकिन ऑनलाइन पढ़ाई में उलझन ज्यादा है। बच्चे चीजों को अच्छी तरह से समझ नहीं पाते। इसमें स्कूल के टीचर की ओर से एकतरफा संवाद होता है। बच्चों को टास्क तो भेज दिया जा रहा है, लेकिन समाधान के तरीके बताने की कोई व्यवस्था नहीं है। इतना ही नहीं कई अभिभावक ने तो बताया कि ऑनलाइन क्लास करने से बच्चों पर बड़ें ज्यादा बढ़ रहा है। कनेक्ट नहीं हो पाते हैं कई छात्र ऑनलाइन पढ़ाई के लिए इन दिनों जूम एप का सबसे अधिक इस्तेमाल किया जा रहा है। इस एप के बारे में पहले ही सरकार कह चुकी है कि यह एप सुरक्षित नहीं है, लेकिन बच्चों को ऑनलाइन क्लास से जुड़ने के लिए अधिकतर स्कूल वाले इसका इस्तेमाल कर रहे हैं। जिसमें डेटा तो अधिक खर्च तो हो ही रहा है, वहीं मोबाइल पर घंटों क्लास होने के कारण फोन भी हैंग होने लग रहा है।



इंटरनेट की स्पीड हुई सुस्त

समुना मोड के पास रहने वाले संतोष कुमार कहते हैं कि ऑनलाइन क्लास में बच्चे को कनेक्ट होने में काफी परेशानी होती है। नेटवर्क प्रॉब्लम होने के कारण टीचर ऑनलाइन पढ़ाई के दौरान क्या कह रहे होते हैं, बच्चे उसे समझ नहीं पाते। कई बार वीडियो रुक जाता है तो कई बार आवाज क्लियर नहीं आती। ऐसे में बच्चे उब जाते हैं। ऐसी कंडीशन में वह अपने सवालों को भी नहीं पूछ पाते। संतोष का कहना है कि उनके दो बच्चे हैं। एक को मोबाइल और एक को लैपटॉप देता हूं तो दोनों लड़ पड़ते हैं कि मुझे लैपटॉप चाहिए, ऐसी स्थिति में भी परेशानी होती है। किसी तरह यदि दोनों मान भी गये तो ऑनलाइन क्लास करने में परेशानी आती है।

बच्चों को पढ़ाने से ज्यादा मिल रहा होमवर्क

राजीव नगर गली नंबर-6 में रहने वाले महेश उपाध्याय कहते हैं कि स्कूल में आठ पीरियड की पढ़ाई होती है, जबकि ऑनलाइन क्लास में केवल दो-तीन सत्रों पर ही पढ़ाया जा रहा है, फिर भी प्रोपर पढ़ाई नहीं होती। इसके अलावा एक परेशानी यह भी आ रही है कि ऑनलाइन पढ़ाई से ज्यादा बच्चों को होमवर्क दे दिया जा रहा है। वह भी बच्चों को ठीक से समझ में नहीं आता। ऐसे में मेरा यही अनुभव कहता है कि बच्चों को ऑनलाइन पढ़ाई में काफी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। कई बार तो नेट की स्पीड बिल्कुल ही कम होने लगती है, ऐसे में न तो बच्चों की आवाज टीचर्स तक पहुंचती है और न ही टीचर्स की आवाज बच्चों तक।



ऑनलाइन पढ़ाई में सबसे बड़ी बाधा इंटरनेट की स्पीड का है। नेटवर्क के लिए हमें छत पर चढ़ना पड़ता है। अगर वहीं पर नेटवर्क आ भी जाता है तो सीमित डाटा में सभी कक्षाएं पूरी नहीं की जा सकती हैं। इससे बच्चे काफी परेशान हो जाते हैं।

- चंचल पिंटू पंडित, कुम्हारटोली



लॉकडाउन में ऑनलाइन पढ़ाई को लेकर शहर के कई निजी स्कूल काफी आगे हैं। पर जिसके पास सीमित संसाधन हैं उन्हें काफी परेशानी हो रही है।

- संतोष कुमार, समुनामोड़



ऑनलाइन पढ़ाई के दौरान विषय के अनुसार क्लास नहीं लिया जा रहा है। बच्चों के पास बुक्स और कॉपी नहीं होने से भी परेशानी बढ़ रही है। ऑनलाइन पढ़ाई में बच्चों पर ध्यान नहीं दिया जा रहा है। वहीं नेटवर्क नहीं रहने के कारण भी बच्चों को काफी परेशानी होती है।

- सारिका खेतान, एनजीबिशन रोड



ऑनलाइन पढ़ाई में बच्चे नेटवर्क की समस्या से जूझते हैं। नेटवर्क की धीमी रफ्तार और नेटवर्क न आना बच्चों की पढ़ाई में रोज़ा डाल रहा है। बच्चे कुछ समझ भी नहीं पाते। यह पूरी तरह से कारगर नहीं है।

- दीप्ति, हनुमान नगर

कंटेंट तैयार करने के लिए टीचर्स कर रहे दोगुनी मेहनत

लॉकडाउन के कारण जहां एक ओर स्कूल व अन्य शैक्षणिक संस्थाएं बंद हैं, वहीं उससे जुड़े टीचर्स का काम दोगुना हो गया है। पहले तो उन्हें विषय के अनुसार चैप्टर वाइज नोट्स तैयार करने होते हैं, फिर ऑनलाइन बच्चों को लेकर देना होता है। शहर में रहने वाले बच्चों के पास इंटरनेट की सुविधा है तो उन्हें ऑनलाइन नोट्स मिल जा रही हैं, लेकिन जो बच्चे दूर-दराज गांवों में रह रहे हैं और जिनकी आर्थिक स्थिति ठीक नहीं है उन बच्चों तक पढ़ाई की सुविधा बहुत कम उपलब्ध हो पा रही है। ऑनलाइन क्लासेज, ऑडियो और वीडियो कंटेंट तैयार करने में डाटा का खर्च ज्यादा आ रहा है।



स्कूलों की ओर से बच्चों को वीडियो, फोन कॉल, जूम व वाट्सएप के जरिये नोट्स भेजा जा रहा है। कोशिश की जा रही है कि बच्चों का समय पर सारा

सिलेबस पूरा हो। एक दिवकत यह भी आ रही है कि जो बच्चे गांव में हैं वे इस सुविधा से वंचित रह जा रहे हैं।

- शमायल अहमद, प्राइवेट स्कूल एंड विज्डन वेयरफर एसोसिएशन, राष्ट्रीय अख्यक्ष

स्कूलों की ओर से बच्चों को नेट से मिलने वाले नोट्स के साथ टीचर्स की ओर बनाये गये नोट्स दिये जा रहे हैं। चैप्टर वाइज वीडियो बनाकर पहले बच्चों को भेज दिया जाता है, फिर ऑनलाइन क्लास लिया जाता है। बच्चों की पढ़ाई बाधित न हो इसके लिए हमने एक ब्रॉडकास्टिंग सिस्टम के जरिये पढ़ाने का प्लान तैयार किया है।

- सीबी सिंह, एसोसिएशन ऑफ़ इंडीपेंडेंट स्कूल्स,

विवि और कॉलेज के स्टूडेंट्स इ-कंटेंट से कर रहे पढ़ाई

पटना विश्वविद्यालय समेत राजधानी के अन्य विश्वविद्यालय और कॉलेजों में पूरी तरह तो नहीं, लेकिन आंशिक तौर पर ऑनलाइन पढ़ाई विभिन्न एप की मदद से शुरू हो गयी है। कई विभागों ने तो बाकायदा रूटीन तय कर दिये हैं कि किस दिन और किस टाइम किस टीचर को क्लास लेना है। वहीं कुछ जगह शिक्षक और छात्र मिलकर भी समय तय कर पढ़ाई कर रहे हैं। इ-कंटेंट भी वेबसाइट पर जारी किये गये हैं। वहीं कुछ कॉलेज और विभाग अभी भी पीछे चल रहे हैं।



पटना यूनिवर्सिटी ने बढ़िया कदम उठाया है, चाहे वह यू-ट्यूब पर पढ़ाना हो या इ-कंटेंट के द्वारा, लेकिन ये सभी पीजी के विद्यार्थियों के लिए किया जा रहा है। यूजी विद्यार्थियों के लिए भी ऑनलाइन क्लासेज की सुविधा दी जानी चाहिए, ताकि हमारा कोर्स भी कंप्लीट हो।

- रोशन, साईंस कॉलेज



अलग-अलग वाट्सएप ग्रुप के जरिये स्टूडेंट्स को सरल भाषा में सभी तरह का इ-कंटेंट उपलब्ध कराया जा रहा है। रिसर्व स्कॉलर के लिए भी एक अलग वाट्सएप ग्रुप बनाया गया है।

- डॉ. आकांक्षा, फैक्टरी, पीजी डिपार्टमेंट ऑफ़ फिजिओलॉजी, पटना यूनिवर्सिटी



हमारे कोर्स का तो ऑनलाइन क्लासेस चल रहा है, लेकिन अभी सभी विषयों का ऑनलाइन क्लास शुरू नहीं हुआ है। कम से कम फालतू बैठने से तो अच्छे है कि उस कोर्स का ही पढ़ाई कर ले।

- सौम्या, एमएसडब्ल्यू, मगध महिला कॉलेज

अनजान चिंता से पेट की बीमारी का सीधा संबंध: डॉ विजय प्रकाश



डा (प्रो) विजय प्रकाश

पटना. विश्वव्यापी महामारी को लेकर लोकडाउन में पूरी तरह से जीवन का तरीका बदल गया है. आवागमन की समस्या को लेकर मरीज गांव से शहर नहीं जा रहे हैं. ऐसे समय में पेट संबंधी अधिक समस्या बढ़ गयी है. मरीजों की इसी समस्या को निजात दिलाने के लिए प्रभात खबर द्वारा टेली काउंसेलिंग द्वारा मरीजों की पीड़ा दूर करने का प्रयास किया गया है. मरीजों को प्रभात खबर के माध्यम से पटना मेडिकल कॉलेज अस्पताल के गैस्ट्रो इंटेरोलॉजी विभागाध्यक्ष डा (प्रो) विजय प्रकाश ने मुफ्त चिकित्सीय सलाह दी. उन्होंने बताया कि कोरोना संक्रमण और आवागमन बाधित होने से लोगों

में अनजान चिंता छा गयी है. किसी भी प्रकार की चिंता का सीधा संबंध पेट की बीमारियों से है. लोगों का जीवन बैठकर गुजारना पड़ रहा है. खाना-पीना अधिक हो गया है और शारीरिक श्रम कम हो गया है. इस समय आवश्यक है कि लोग अपने जीवन शैली में बदलाव करें. अपने छत पर टहलें और खाने में तेल-घी का कम उपयोग करें. **प्रस्तुत है डा (प्रो) विजय प्रकाश द्वारा दिये गये परामर्श के कुछ अंश.**

- सर्दी, खांसी है. अभी खाना खाने के बाद बार-बार शौच जाना पड़ रहा है. **(चंदन कुमार-पटना)** —इस तरह की समस्या आती है. इसके लिए आप दवा ओ-2 की गोली सुबह-शाम और एरिस्टोजाइम सिरप दो-दो चम्मच खाने के बाद सेवन करें.
- पेट भारी रहता है. खाने के बाद डकार आता है. पेट साफ नहीं रहता. **(राकेश शर्मा- गया)** —इसके लिए तत्काल दो दवा 10 दिनों तक लें. पहली दवा डोमेपेन सुबह शाम और डिजीपेन की दो-दो गोली सुबह-शाम साफ खाने के बाद सेवन करें.
- तीन माह से पेट भारी रहता है. पेट में गुड़गुड़ी रहती है. **(सत्येंद्र सिंह-मुजफ्फरपुर)** —इसके लिए जांच कराना चाहिए. साथ ही आप रनटेक दवा सुबह-शाम 15 दिनों तक लें और यूनिजाइम दो-दो गोली सुबह-शाम 15 दिनों तक सेवन करें.

- हाथ में दर्द है. उम्र 48 वर्ष है. इसके लिए क्या करें. **(सुनील कुमार-भागलपुर)** —आपको शुगर की जांच करा लेनी चाहिए. इसके लिए हड्डी के डाक्टर से मिलकर सही परामर्श लें.
- पेट साफ नहीं रहता है. कब्ज रहता है. **(शिवपूजन साह-मुजफ्फरपुर)** —टहलना शुरू करें. इसके साथ जेनाटोन टोटल की एक-एक गोली 15 दिनों तक लें.
- पैर में ठंडूना के नीचे दर्द रहता है. तेल मालिस पर ठीक हो जाता है. **(अरुण सिंह-डिहरी)** —उम्र 65 वर्ष है तो हो सकता है कि आपको अर्थराइटिस की शिकायत हो. इसके लिए शुगर की जांच करा लें. किसी हड्डी रोग विशेषज्ञ से मिलें. दर्द के लिए पारासिटामोल की दवा लें.
- दो साल से पेट में गैस की शिकायत है. शौच साफ नहीं होता. **(चंदन कुमार- गया)**

- आप तत्काल ओरिनी की गोली का सेवन करें.
- दो दिन से सर्दी है. गैस की शिकायत है. कभी शौच कड़ा तो कभी लूज होता है. सीने में दर्द होता है. **(गोपाल सिंह सम्राट-बक्सर)** —इसके लिए एल-सिन 500 मिग्रा की दवा एक-एक गोली सात दिनों तक लें. गैस के लिए पेन-डी एक-एक गोली 15 दिनों तक लें. सीने में दर्द है तो हर्ट की जांच करा लें.
- गैस नहीं निकल रही है. इससे तकलीफ रहती है. **(सुभाष सिंह-बिहटा)** —आपको एक अल्ट्रासाउंड जांच करा लें. तत्काल आप रैबिलॉक प्लस की एक गोली खाली पेट लें. साथ ही लिफ्ट सिरप दो-दो चम्मच 15 दिन सेवन करें.
- मेरी उम्र 22 वर्ष है. कब्ज और गैस की शिकायत रहती है.

- (सुमित राज-भागलपुर)** —कम उम्र में इस प्रकार की शिकायत के लिए दवा की जरूरत नहीं है. व्यायाम करें, हरी सब्जी का सेवन करें और सबगोल की भूसी का सेवन करें.
- पेट में गैस बनता है. दवा खाने पर ठीक हो जाता है. छोड़ने पर परेशानी होती है. **(विजय सिन्हा-मुजफ्फरपुर)** —अल्ट्रासाउंड जांच करा लें.
- फिलहाल आराम के लिए पेनोटीसिड-एल की एक गोली प्रतिदिन 15 दिनों तक खाएं.
- पेट में गैस रहती है. दर्द भी रहता है. **(रंजीत कुमार-गया)** —पेट का अल्ट्रासाउंड करा लें. साथ ही एक काँड़ा की दवा जेंटिल 400 एमजी एक डोज ले लें.
- मुझको 15 दिनों से पतला पैखाना हो रहा है. **(नंद किशोर-पटना)**

- तत्काल आप रेफागट-400 मिग्रा की दवा सुबह-शाम 10 दिनों तक खाएं.
- सुबह में ठंडी हवा लगती है. नाक से पानी निकलता है. कफ की शिकायत है. **(अमरेश पांडेय-समस्तीपुर)** —आपको एलर्जी हो सकती है. धूल और घुआं से बचें. मोनटेक एल-सी की एक गोली एक माह तक रात में लें.

इन्होंने भी ली सलाह

इसके अलावा पटना से रामप्रवेश पासवान, गया से विनोद कुमार,कररा से पिंकी कुमारी, भागलपुर से मुकेश कुमार, मसीढ़ी से आशु कुमार, भागलपुर से लाल बहादुर सिंह, औरंगाबाद से राहुल कुमार सिन्हा साहित अन्‍य ने मुफ्त परामर्श लिया.

कोरोना में बचाव ही सबसे सुरक्षित : राहुल कुमार

पटना. अंशुल होम्स के मैनेजिंग डायरेक्टर राहुल कुमार ने बताया



कि कोरोना महामारी में बचाव ही सबसे सुरक्षित तरीका है. ऐसे में घर पर रहकर अपने को बचाना है. पटना में मरीजों की संख्या बढ़ी है. राजधानीवासियों को जो भी छूट दी गयी है उसका दुरुपयोग नहीं करें. नाहक बाहर नहीं निकलें. सरकार के कदम में सहयोग करें. घर के अलावा बहुत जरूरी है, तो भी बाहर निकलें. जब तक सुरक्षित माहौल न बने, तब तक बाहर नहीं निकलें. उन्होंने कहा कि जनता आयुष मंत्रालय के 25बूथों का पालन करें. इसमें चयनप्राप्त, दूध में हल्दी व गुड़ और गर्म पानी का सेवन करें. लौंग और आंवला का सेवन करें.



लॉकडाउनन में जीवन

सामने कलम है, किताब भी पर न लिखने का मन कर रहा न पढ़ने का सा

मने कलम है और किताब भी पर न लिखने का मन कर रहा है न पढ़ने का. जब से लॉकडाउन हुआ है, केवल सोचने का मन करता है. मन किसी चीज पर स्थिर नहीं रहता, तरह-तरह की बातें आती हैं. व्यक्तिगत स्तर पर देखें तो मुझे किसी चीज की असुविधा नहीं है. जैसे देश के अन्य करोड़ों लोग लॉकडाउन का पालन कर रहे हैं, मैं भी कर रही हूँ, लेकिन अंतरमन में कहीं दहशत है जो चित्त को स्थिर नहीं होने देती. समाचार में हर रोज जिस तरह देश और दुनिया की खबरें आती हैं, वे विचलित करने वाली होती हैं. कहीं डॉक्टर और नर्स कोरोना से प्रभावित हो गये तो कहीं पुलिसकर्मी के मरने की सूचना मिलती है. माहौल ऐसा हो गया है कि कोई हमारे दरवाजे पर मदद मांगने के लिए भी आता है तो हमें डर लगता है. कोई चीज उसे देते भी है तो काफी दूर से, क्या पता कहीं संक्रमित न हो. घर से बाहर हमलोग पहले भी बहुत आते-जाते नहीं थे. कोई कार्यक्रम ऐसा होता था जिसमें लोगुलाते थे या आ कर ले जाते थे तब ही आना-जाना होता था. अब तो वह भी बंद हो गया है. ऑनलाइन बातचीत जरूर एक नये विकल्प के रूप में उभरा है. लॉकडाउन के बाद हमलोग भी इसका अधिक इस्तेमाल करने लगे हैं. हालांकि मैं खुद इस नयी टेक्नोलॉजी के बारे में अधिक नहीं जानती, लेकिन दूसरे से पूछ कर और मदद ले कर ही धीरे-धीरे इससे जुड़ती जा रही हूँ. मुझे लगता है कि जीवन के अन्य क्षेत्रों की तरह ही इस लंबे लॉकडाउन का साहित्य पर भी एक बड़ा असर पड़ने वाला है. इसका रूप अब कागजी की जगह डिजिटल हो जायेगा. मुद्रित पुस्तकों की संख्या सिमट कर बहुत कम रह जायेगी और लोगों का ध्यान साहित्य के ऑनलाइन वर्जन की ओर स्थानांतरित हो जायेगा.



धर्म-कर्म

अक्षय तृतीया के दिन दान का फल हमेशा के लिए हो जाता है अक्षय

देवी लक्ष्मी के आह्वान का पर्व अक्षय तृतीया इस बार फीका रहेगा . लॉकडाउन के चलते आप्रभूत बाजार बंद रहेगे. लोग घरों में ही लक्ष्मी पूजन कर धन-धान्य की कामना करेंगे और अपनी क्षमता के अनुसार दान करेंगे.



शुभ मुहूर्त में करें पूजा

- 26 अप्रैल** : अक्षय तृतीया पूजा मुहूर्त –05 :48 से 11 :13 मिनट तक
- 25 अप्रैल** : शनिवार को दिन में तृतीया तिथि प्रारंभ-दिन में 11 :17 मिनट से
- 26 अप्रैल** : रविवार के दिन में चतुर्थी तिथि समाप्त-दिन में 11 :13 मिनट तक

पूजा की विधि

- अक्षय तृतीया के दिन घर के सभी स्वर्ण आभूषणों को कच्चे दूध और गंगाजल से धोएं
- फिर उन्हें लाल कपड़े पर रखकर फैयर, कुमकुम से पूजन करें. पूजन करते समय उन पर लाल फूल भी चढ़ाएं.
- महालक्ष्मी मंत्र ‘ॐ श्रीं ह्रीं श्रीं कमले कमलालये प्रसीद श्रीं ह्रीं श्रीं ॐ महालक्ष्मयै नमः’ का पाठ करें

अक्षय तृतीया के दिन मनेगी परशुराम जयंती

पटना. परशुराम सेवा संस्थान के प्रदेश अध्यक्ष जितेंद्र मिश्रा ने बताया कि परशुराम जयंती 26 अप्रैल को अक्षय तृतीया के दिन मनायी जायेगी. उन्होंने सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करते हुए ब्राह्मण परिवार व संगठनों से पूजा अर्चना व परशुराम

चालीसा पढ़ने की अपील की है. पांच मिनट फेसबुक लाइव और शाम आठ बजे महाआरती कर 11 दीया जलाये जाने का आह्वान किया . अक्षय तृतीया को सरकारी अवकाश व राजकीय समारोह घोषित करने की मांग की .

दिगांबर जैन समाज ने किया पाठ

पटना. कोरोना वायरस से भारत एवं पूरे विश्व की रक्षा के लिये पटना जैन समाज ने एक अनोखी पहल की . समाज से जुड़े सैकड़ों परिवारों ने वाट्स एप के जरिये बारह घंटे तक अखंड पाठ किया. इस बारे में जैन समाज के पंचम पी जैन ने बताया कि णमोकार मंत्र को जैन धर्मावलंबियों का परम पवित्र और अनादि मूल मंत्र माना जाता है और ऐसे विश्वास है कि इस णमोकार मंत्र के पाठ से सभी तरह के संकट समाप्त हो जाते हैं . इस महामंत्र

को जैन धर्म में सबसे प्रभावशाली माना जाता है. ये पांच परमेष्ठी हैं. पवित्र आत्माओं को शुद्ध भावपूर्वक किया जाता है. मंत्र पाठ में ममता छबड़ा, सविता राविका, अर्चना छबड़ा, मंजू पाटनी, चन्दा काला, बबिता गंगवाल, सकुन्तला कासलीवाल, संतोष बडजात्या, नीलम पाटनी, मंजू बडजात्या, मौना कासलीवाल सहित दर्जनों परिवारों ने सक्रिय भाग लिया .

लाइफ रिपोर्टर@पटना

कोविड-19 के कहर ने ज़िंदगी की रफ्तार धीमी कर दी है. सरकार की ओर से 20 अप्रैल से ऑनलाइन शॉपिंग शुरू करने के प्लान से हालांकि कुछ लोगों को राहत मिली है, लेकिन दिल्ली के एक डिलिवरी ब्र्यांज को कोरोना होने की खबर ने सबको चिंतित भी कर दिया है. लॉकडाउन के दूसरे पेज में अगर आप भी ऑनलाइन शॉपिंग के माध्यम से राशन, दवाई या कुछ और मंगाने की सोच रहे हैं तो आपको भी कुछ सावधानियां बरतनी होंगी. कोरोना संक्रमण को फैलाने से बचाने के लिए सोशल डिस्टेंसिंग, पर्सनल हाइजीन, बार-बार होथ धोने पर जोर दिया जा रहा है. फिर भी आपको सतर्क और सचेत रहना बेहद जरूरी है. फल-सब्जियां या जरूरी सामान खरीदते समय, बाहर से सामान घर लाने या ऑनलाइन मंगवाने पर सावधान रहें. कोरोना वायरस से बचने के लिए कुछ भी छुएं या काम करें तो उसके बाद हाथों को सही धूपें. अगर बाहर सामान लेने जाना जरूरी हो तो बाहर जाने से पहले मास्क लगाएं और ग्लस जरूर पहनें.



- अगर कार से जा रहे हैं तो दो से ज्यादा आदमी न जायें. एक गाड़ी चलाये दूसरा पिछली सीट पर बैठें. बाजार में दूसरे व्यक्ति से कम से कम 3 मीटर की दूरी रखें.
- कोशिश करें कि दुकान या स्टोर के दरवाजे या कुंडी को सीधे हाथ न लगाएं. ग्लस का उपयोग करें . जो सामान लेना है, उसे तुरंत उठाएं.
- डबल बैग या डबल पैक की थ्योरी को अपनएं. हमेशा अपना थैला लेकर जाएं. दुकानदार की ओर से दिये गये सामान के बैग अपने थैले में रख कर लाएं. घर आकर बैग से सामान निकाल कर दुकानदार का पैकेट किसी ढक्कन वाले कुड़ेदान में फेंक दें .
- ऑनलाइन शॉपिंग का सामान मंगा रहे हैं तो डिलीवरी के बाद संभव हो तो सामान 3-4 घंटे के लिए घर से बाहर ही रखें . इससे वायरस बाहर ही मर जायेगा . या फिर पानी से धोकर और सैनिटाइजर करके अंदर लाएं .

- खाने-पीने की चीजें ऑनलाइन मंगायी हो तो बाहर ही पैकिंग हटाकर निकाल लें . पैकिंग को पॉलिथीन में बंद करके कुड़ेदान में डालें . पैकेजिंग को खोलने के बाद साबुन से अपने हाथों को धुनें तो लें .

लॉकडाउन से मगध महिला कॉलेज का काम हुआ धीमा



पटना. मगध महिला कॉलेज में नये सत्र को लेकर कई सारी तैयारियां अधूरी रह गयी है. कोरोना वायरस के कारण हुए लॉकडाउन का असर इस साल शिक्षा के क्षेत्र में देखने को मिलेगा. हालांकि सभी कॉलेजों के टीचर्स ऑनलाइन क्लास और नोट्स कॉलेज के वेबसाइट पर अपलोड कर रहे हैं. फिर भी कुछ कार्य लॉकडाउन के कारण बाधित हो रहा है. कॉलेज की प्राचार्या डॉ शशि शर्मा ने बताया कि कई अपकॉमिंग प्रोजेक्ट होल्डर पर चले गये हैं. नये सत्र को लेकर प्रोस्पेक्टस, एनुअल रिपोर्ट आदि का कार्य अटक गया है. इसके अलावा 26 जुलाई को कॉलेज का 75 साल पूरा होगा जिसे लेकर कई सारे प्लान किये गये थे. जैसे इस साल नये सत्र में एडमिशन लेने वाली छात्राओं को जुबली इयर आइकार्ड देने के लिए प्लानिंग थी जिसकी रूपरेखा तैयार करनी थी, पूरे साल इस दिवस के मनाने के लिए एंकेडमिक कैलेंडर तैयार करना था और अगले साल इसका समापन होना था.



पटना. निगम ने लॉकडाउन में स्लम बस्ती में रहने वाले गरीब व कमजोर लोगों के लिए रेफरल सेवा शुरू की है. इसके तहत वी केयर रथ सेवा के माध्यम से गर्भवती महिलाओं व बुजुर्गों को एंबुलेंस सेवा उपलब्ध नहीं होने पर रेफरल सेवा के रूप में सहयोग किया जाता है. वी केयर रथ सेवा से अजीमाबाद अंचल के वार्ड संख्या 58 में स्लम में रहने वाली गरीब गर्भवती महिला को पहले सर अस्पताल पहुंचाया गया. बाद में उसे पीएमसीएच रेफर किया गया. निगम ने यूएनएफपीए के सहयोग से यह सेवा शुरू की है.

ना करें धरती पर अत्याचार, यही है सबके जीवन का आधार



पटना. एएन कॉलेज में बुधवार को डिजिटल प्रक्रिया अपनाने हुए पृथ्वी दिवस मनाया गया. पृथ्वी दिवस कार्यक्रम का आयोजन पयावरण विभाग ने किया. इस अवसर पर एप के माध्यम से शिक्षक और छात्र वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग से जुड़कर अपने विचार व्यक्त किये. सभा की अध्यक्षता करते हुए कॉलेज के प्राचार्य प्रो एसपी शाही ने कहा कि मानव समुदाय के लिए पृथ्वी पर सामान्य जलवायु बनाये रखना एक बहुत बड़ी चुनौती है. अनचाहे ही सही परंतु लॉकडाउन की वजह से जलवायु में हो रहे साकारात्मक बदलाव हमारे सामने हैं. इससे स्पष्ट होता है कि हम अपनी सुविधा के लिए वातावरण को कितना नुकसान पहुंचा चुके हैं. पृथ्वी बची रहेगी तभी मानव समुदाय का अस्तित्व बचा रहेगा. इसे अच्छे तरह से विश्व समुदाय को समझना होगा.

हुनर बच्चे घर पर रोजाना नयी-नयी चीजें सीख रहे हैं बनाना

लॉकडाउन में निखर रही बच्चों की क्रिएटिविटी

जूही सिन्हा@पटना

लॉकडाउन चल रहा है, तो स्कूल के बच्चे घर से बाहर नहीं जा पा रहे हैं. पहले तो स्कूल की परीक्षाएं पूरी होते ही वे नानी के घर चले जाते थे या फिर मम्मी-पापा के साथ कहीं बाहर घूमने का प्लान होता था या फिर कोई क्लास ज्वाइन कर वे अपनी हॉबी को निखारते थे, लेकिन इस बार कोरोना वायरस के बढ़ते संक्रमण के कारण ह घर के बाहर नहीं निकल रहे हैं, ऐसे में पैंरेस्ट्रस के मोटिवेट करने पर ये बच्चे अपनी रूचि के अनुसार घर पर मौजूद वेस्ट प्रोडक्ट का इस्तेमाल कर क्रिएटिव चीजें बना रहे हैं.



बाइपास की रहने वाली नीशु कुमारी कक्षा छठी की छात्रा है . स्कूल बंद है ऐसे में पढ़ाई अलावा वह घर पर आर्ट पंड ड्राफ्ट से जुड़ी चीजें तैयार कर रही हैं . वे बताती हैं कि घर पर उसे कई सारी रसियायां पड़ी मिली जो किसी काम की नहीं थीं .

कार्डबोर्ड के इस्तेमाल से बनाया गिटार



लोहानीपुर के रहने वाले विशाल बताते हैं कि शुरुआत से ही उन्हें क्रिएटिव चीजें बनाना पसंद हैं. घर पर मौजूद सामान का इस्तेमाल कर वे कई सारी चीजें लॉकडाउन के दौरान बना चुके हैं. गिटार के साथ पेन स्टैंड उन्होंने पहली बार बनाया है.

बबली ने न्यूजपेपर से बनाया पेन स्टैंड



पटना सिटी की रहनेवाली बबली कुमारी बताती हैं कि लॉकडाउन के कारण से बाहर जाने पर मनाही हैं. घर पर न्यूजपेपर काफी सारे जमा हो गये थे ऐसे में उन्हें लगा कि कुछ ऐसा बनाया जाये जिससे वह बेकार पड़ा न्यूज पेपर फिर से इस्तेमाल में आ जाये.

पुराने पड़े शर्ट बटन से बनाया ज्वेलरी



राजेंद्र नगर के रहने वाले निखिल बताते हैं कि लॉकडाउन में उसके कई फ्रेंड्स क्रिएटिव चीजें बना रहे हैं. घर पर जब उसने इस बात की चर्चा की तो उनकी मां ने भी उसे घर पर पड़े चीजों से कुछ बनाने को कहा . वह घर पर पुराने कपड़ों के बटन मिले जिसका इस्तेमाल कर नेकलेस बनाया.

साड़ी से बनाया पायदान



खेमनीचक की रहने वाली प्रभा बताती हैं कि उन्हें आर्ट एंड क्राफ्ट से बहुत लगाव है . लॉकडाउन में उसे अपनी दादी की एक फटी साड़ी मिली. उसने सोचा इसे फेकने से अच्छा इसका इस्तेमाल किया जाये . उन्होंने कई कपड़ों को मिलाकर एक खूबसूरत पायदान तैयार कर लिया.