

भारत का कड़ा लख

गुरुवार को भारत ने एक बार फिर अपने पुणे स्टैंड को दाहराया कि पाकिस्तान से कोई भी संपर्क द्विपक्षीय ही होगा और आतंकवाद से स्थायी रूप से नाता समाप्त किए जाने के बाद ही यह संपर्क हो सकता है। भारतीय विदेश मंत्रालय के प्रबलता रणधीर जायसवाल ने अपनी नियमित प्रेस ब्रीफिंग में स्पष्ट रूप से कहा कि किसी को भी इस मुगालत में नहीं रहना चाहिए कि भारत अपने स्टैंड से जरा भी पीछे हटेगा। उन्होंने साफ किया कि बातचीत और आतंक एकसाथ नहीं चल सकते। पाकिस्तान के साथ तभी बातचीत संभव हो सकती है जब पाक भारत द्वारा साँपी गई आतंकियों की सूची के अनुसार आतंकियों को भारत को साँपे दें। जहां तक बात कशमीर की है, जम्मू कश्मीर पर कोई नहीं होगी और जब कभी भारत हांगी तो कश्मीर के उस भाग पर होगी जिस पर जबवाल तरीके से पाक ने कब्जा किया हुआ है। जल संधि पर भी उन्होंने भारत के नजरिये को लिया ठहराया। जल संधि को लेकर उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के उस कथन को दोहराया जिसमें उन्होंने कहा कि जल्द और रक्त एकसाथ नहीं बह सकते। हालांकि गुरुवार को भी पीएम मोदी ने राजस्थान के बिकानेर जिले के दौरे पर सरकार के नजरिये को साफ किया और कहा कि पाकिस्तान के साथ न ट्रेड होगा और न टाल्क। अगर बात होगी तो पाकिस्तान ऑक्युपाइड कश्मीर यानि पीओके पर होगी। उन्होंने यह भी कहा कि पाकिस्तान को भारत के हिस्से का पानी नहीं मिलेगा। दुनिया की कोई ताकत इस संकल्प को नहीं गिरा सकती। जायसवाल ने तुकीय और चीन को भी न सीहत दी और कहा कि आतंकवाद के समर्थन में खड़ा होना पूरी मानवता के खिलाफ खड़ा होने जैसा है और इससे भारत के साथ उनके संबंधों को चोट पहुंचेगा। जायसवाल का कहना था कि भारत उम्मीद करता है कि तुकी दृढ़ता से पाकिस्तान से सीमापार आतंकवाद के खिलाफ तुकीय समर्थन करने और दशकों से पनाहगाह रहे आतंकवादी परास्थितिकों तंत्र के खिलाफ विश्वसनीय और सत्यापन योग्य कार्रवाई करने का आग्रह करेगा। उनके कहने का मतलब साफ कि कोई तंत्र के संबंध एक दूसरे को चित्तों के प्रति संबंधनशीलता के आधार पर बना जाते हैं। इसमें कोई दोग्रय नहीं कि भारत-पाक तनाव के बीच जिस तरह का आचरण तुकीए व चीन की तरफ से देखने में आया वह जरा भी तरक्किंगत नहीं कहा जा सकता, बल्कि इससे साफ हो जाता है कि ये दोनों देश आतंकवाद को लेकर गंभीर नहीं हैं। आतंकवाद किसी एक देश की समस्या नहीं है। इसलिए इससे पार पाने के लिए सभी को अपनी जिम्मेदारी समझनी होगी। यह मसला केवल पक्ष विपक्ष में जाने का भी नहीं है, क्योंकि आतंकवाद से किसी का भला नहीं होने वाला। भारत ने जिस तरह पहलगाम में हुए नरसंहार को लेकर पाक पर स्ट्राइक की, जिसमें सो से अधिक आतंकी मारे गए, बताता है कि भारत की लड़ाई केवल आतंकवाद से है। किसी देश या नागरिक से नहीं। भारत ने साफ भी किया कि सर्विंगल स्ट्राइक में पाक सेना या वहां के नागरिकों को कोई नुकसान नहीं हुआ है।

ਉਦੋਗ ਸੀਏਸਆਰ ਕੋ਷ ਕੋ ਕ੃ਧਿ ਮੌਲਿਕ ਲਗਾਏ

उद्योग सीएसआर कोष को कृषि में लगाएं विकसित भारत का मार्ग किसानों से होकर जुरजाहा है, अर्थव्यवस्था को सहभागिता बढ़ाई जानी चाहिए, उद्योग को अपने सीएसआर कोष को कृषि में लगाना चाहिए, इस काष का प्रयोग कृषि संबंधी अनुसंधान में किया जाना चाहिए और किसानों को इसमें शामिल किया जाना चाहिए, किसान की सहभागिता स्थापित करनी चाहिए, उनका जो फंड होता है, सीएसआर फंड को ग्रामीण विकास के महत्वपूर्ण पुढ़ों में लगाना चाहिए तभी जाकर बढ़ाव दलात आएगा, विकसित भारत बनने का रास्ता किसान के खेतों और गांव से निकलता है।

-जगदीप धनखड़
उपराष्ट्रपति

कैरियर का अभिज्ञ हिस्सा है खुद को पेश करने की कला

ज्ञा न के साथ-साथ खुद को पेश करने की कला यानी सेल्फ प्रेंटेंटर्स भी सफल कैरियर का अभिन्न हिस्सा बन गया है। समय-समय पर हारे सर्वेक्षणों के आंकड़े भी इस और इशारा करते हैं कि बेहतर नौकरी पाने के लिए तकनीकी कुशलता का महज 15 फोटोसीधी योगदान होता है जबकि बचा हुआ 85 फोटोसीधी सामाजिक और व्यावसायिक सलोकी के से होता है। यही वजह है कि हमें डिप्लियो या तकनीकी कुशलता की ही व्यावहारिक ज्ञान पर विशेषताएँ पर फोकस करना चाहिए। इसके अलावा खुद को पेश करने की तरफ कला भी प्राप्ति देता देता।

व्यवितरण का कर्दे विकास

यूं तो आज बाजार में बेहतर से बेहतर अवसरों के विकल्प मौजूद हैं। नौकरी पाने वालों के लिए यह भी और नौकरी देने वालों के लिए भी। शायद नौकरी देने वालों के लिए विकल्प बड़ी तात्परा में उपरान्त हैं और नौकरी करने वालों के सामने विकल्प संघर्ष का विषय है। सचाल हैं ऐसे में क्या किया जाए? यहां भी जबाब है कि खुद को पेश करने की कला में स्मार्ट हुआ जाए। ताकि हम पहली ही मुलाकात में अपने व्यक्तित्व के मामले में आकर्षक और अपनी ओर ध्यान खींचने वाले सावित हों सकें। नौकरी हासिल करने के संघर्ष के दौरान अपने गुड लुकिंग, स्पार्टन और ऊर्जावान होने के साथ-साथ हम शिष्याचार, विद्यार्थी और अपनी नौकरी के लिए यह विकल्प बड़ी तात्परा में उपरान्त हैं।

जट के तिक्कस्थित करने वालों को

खुद न पकासत कर गुणा का
जब तक हम ज्ञान और जरूरी जानकारियाँ हासिल नहीं कर लेते
तब तक तीव्रिया नहीं दिखाएगी। आत्मतिष्ठपा दर्शी अस्त-

A professional woman with short brown hair, wearing a black blazer over a white shirt, stands in the foreground with her arms crossed, smiling at the camera. In the background, three other professionals are visible in an office setting: a woman in a black blazer, a man in a dark suit holding a tablet, and another man in a dark suit standing with his hands in his pockets.

है, जब हम ज्ञान से लबरेज हों। भविष्य बनाने के लिए जानना बहुत ज़रूरी है कि स्कूल, समाज, पार्टी और फिर व्यावसायिक व्यवस्था में कैसे व्यवहार करना चाहिए? आत्मविश्वास, शिक्षाचार, सज्जा -शुगार, टेबल मैनेजर, बांडी लैंगेज में सुधार, बातचीत का सलीका, उच्चरण का प्रशिक्षण, क्रीड़ा प्रबंधन, साथियों का दबाव, स्ट्रेस मैनेजमेंट, डाइनिंग पार्टिकेस्स, सोशल मैनेजर, आत्मसम्मान में वृद्धि, भावनात्मक जागरूकता। आदि यहाँ परे विषयों में जो ज्ञान जीव व्यवस्था में कामयापन करना है,

आज्ञविश्वास की इगर

अगर आप सफलता के लिए प्रयासरत हैं तो शुभआती दिनों में आपके आइडियाज पर लाग होंगे, उनका मजाक बनाएंगे, नकार देंगे। इसका मतलब यह नहीं है कि आप असफल हैं। असल में आपमें वो कार्बिलित्य है, जिसे लाग उभरने नहीं देना चाहते। लाग आपके आइडिया पर हस रहे हैं तो उसे अमल-प्रयोग करें।

जामा पहना दा
खट की तार्किंवा

कहते हैं कि आजकल पैसा कमाना सबसे

लोगों की कमी नहीं है जो यह कहते हैं कि अब पैसा कमाने सबसे मुश्किल है। दोनों ही बातें सही हैं। अगर आप खुद को प्रेजेंट नहीं कर सकते तो जाहिर है आप पैसा नहीं कमा सकते। दरअसल खुद को मार्केट करना सबसे ज़रूरी है।

व्यवितत्व का करें विकास

माना जाता है जो प्रोडक्ट विज्ञापन की दुनिया से बाहर हो जाता है, उसकी विक्री में खासी कमी आ जाती है। ठीक यही रूल अपने सफल जीवन के लिए भी अत्म है। खुद को पेश करना एक कला है। इस कला में पारंपरां होना बहुत जरूरी है। लेकिन इसके लिए यह न सोचें कि फार्स्ट इम्प्रेशन इज लास्ट इम्प्रेशन। इस तरह के नियमों पर विश्वास न करें। बाजार में ऐसे लोगों की कमी नहीं है जो धारे-धारे दूसरों के सामने अपनी परत-दर-परत खोलते हैं। बहराहाल असली मुद्दा यह है कि आप खुद को जैसे पेश करेंगे, वैसी ही सफलता आपकी राह ताक रही होगी। खुद को पेश करना सीख गए तो समझें कैरियर में पार्सिंग ट्रॉक या लार्ज ट्रॉक है।

**गोंद कत्तीरा से बनाएं यह टेस्टी
ट्रिक, गर्भियों ने रहेंगे कूल**

गर्भियों के मौसम में गोद कलीरा का सेवन स्वास्थ्य के लिए लाभकारी माना जाता है। तेज और चिरता, चलाती धूप और लु से

यह हमारा बचाव करती है। इसमें मोरुड़ नेचुरल क्लॉइंग प्रॉपर्टीज़ हमारे शरीर का तापमान बैलेंट्स में रखता है। इस मौसम में गोंद कतीरा खाने से पाचन संबंधी समस्याएँ दूर होती हैं और शरीर को भी एन्जी मिलती है। वहाँ मिर्चियों में वह डिहाइड्रेशन से भी बचाव करता है। इसका तासीर टड़ी होती है और वार्षियों में इसका सेवन रामबाण माना जाता है। साथ ही यह हड्डियों को मजबूत बनाने में भी सहयोग करता है। ऐसे में समर सीजन में आप खुद को सेहतमंद रखता चाहते हैं, तो आपको गोंद कतीरे का सेवन करना चाहिए। आपको गोंद कतीरा स्मूटी, ड्रिंक्स और अन्य कई डिशेज में मिक्स करके सकती हैं। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको गोंद कतीरा से बाली टेस्टी ड्रिंक्स की रेसिपी के बारे में जानने जा रहे हैं। इनमें वाली गर्मियों के मौसम में एक बार इस ड्रिंक को जलर टाई करना चाहिए।

पुरीना-नींवी शिकंजी गोंद कतीरा शिकंजी रेसिपी

इस रेसिपी को बनाने के लिए एक बर्वन में गोंद कतीरा को भिगो दें। अब एक मिक्सर जार में नींवी, पुरीना, काला नमक, जीरा और चीनी डालकर पीस लें। फिर इस पेस्ट को एक बर्वन में निकाल लें। एक गिलास में भींगा हुआ गोंद कतीरा डाले और फिर वह पेस्ट डालें। इसके बाद ऊपर से ठंडा पानी और जलजीरा डालकर मिक्स करें। बर्फ के टुकड़े ऊपर से डालकर गर्म करें।

