

त्यों न हों जवाबदेह वे गैर सरकारी संगठनों?

सर्वोच्च न्यायालय द्वारा गैर सरकारी संगठनों (एनजीओ) को जवाबदेही के दायरे में लाने के लिए उनके खातों का 31 मार्च तक ऑडिट कराने के निर्देश का स्वागत है। वार्षिक लेखाजोखा न देने वाले गैर सरकारी संगठनों को सिर्फ काली सूची में डालने को अपर्याप्त बताते हुए सुप्रीम कोर्ट ने केंद्र सरकार को ऐसे एनजीओ के खिलाफ दीवानी और आपराधिक कार्रवाई करने का भी निर्देश दिया है। साथ ही शीर्ष अदालत ने सरकार से पूछा कि आखिर गैर सरकारी संगठनों एवं समितियों के कोष और उनके उपयोग की निगरानी के लिए अब तक कोई नियामक व्यवस्था क्यों नहीं है? किस्म-किस्म के गैर सरकारी संगठन कहाँ से कितना धन हासिल करते हैं और उसे किस तरह खर्च करते हैं, यह सब सुनिश्चित करने वाली व्यवस्था का निर्माण तो बहुत पहले कर दिया जाना था यानि अब हर एनजीओ के खाता के पैसों का हिसाब देना होगा। देशभर में लगभग 32 लाख एनजीओ हैं, जिनमें से केवल तीन लाख ही अपनी बैलेंस शीट फाइल करते हैं। उन पर निगरानी रखने के लिए कोई समुचित विकसित तंत्र भी नहीं है। प्रधान न्यायाधीश जेएस खेहर, न्यायमूर्ति एनवी रमण और न्यायमूर्ति धनंजय चन्द्रचूड़ की बैंच ने एक याचिका की सुनवाई करते हुए गबन करने वाले एनजीओ के खिलाफ फौजदारी मुकदमा चलाने का भी निर्देश दिया। हाल में केंद्रीय गृह मंत्रालय ने करीब 20 हजार गैर सरकारी संगठनों के विदेश से पैसा लेने के लाइसेंस को इस्तिफा रद्द किया था, क्योंकि वे विदेशी चन्दा नियमन कानून के विभिन्न प्रावधानों का उल्लंघन कर रहे थे। क्या इस बारे में सुनिश्चित हुआ जा सकता है कि जो गैर सरकारी संगठन विदेश से पैसा नहीं ले रहे हैं वे अपना काम सही तरह कर रहे हैं? यह सवाल इसलिए, क्योंकि सुप्रीम कोर्ट ने पाया कि ऐसे संगठनों के खातों का कोई ऑडिट नहीं होता। यह तो एक तरह की अंधेरी दीवार है कि देश में करीब 30 लाख गैर सरकारी संगठन हैं लेकिन इनमें से मुश्किल से तीन लाख ही अपने आय-व्यय का विवरण देते हैं। लेकिन जनता के पैसों के साथ धोखाधड़ी करने वाले एनजीओ का यह एक पक्ष है। यानि सिर्फ एनजीओ ही इसके लिए अकेले जिम्मेदार नहीं हैं। इसमें चार तरह के गठजोड़ शामिल हैं, जो मिलजुल कर हेराफेरी और गबन करते हैं। मसलन, केंद्रीय सामाजिक कल्याण बोर्ड, कपार्ट और जिला ब्लॉक स्तर पर कार्यरत सरकारी संस्थाएं जिन्हें दाता (डोनर एजेंसी) संस्था कहा जाता है। दूसरे एनजीओ के कामकाज को मॉनिटर करने वाले, तीसरे ऑडिटर व सीए व चौथा खुद एनजीओ। सबसे गंभीर बात यह है कि कई गैर सरकारी संगठन पर्यावरण और मानवाधिकारों की रक्षा के बहाने विकास विरोधी एजेंडे को आगे बढ़ाते हैं। आमतौर पर संदिग्ध किस्म के गैर सरकारी संगठनों के खिलाफ कोई कार्रवाई इसलिए नहीं हो पाती क्योंकि स्पष्ट नियम-कानूनों का अभाव है।

बीएसएफ जवान सीमा पर भूखे रहने को मजबूर

सीमा पर अपनी जान की बाजी लगा रहे हमारे बहादुर जवानों को पेट भर खाना भी नसीब नहीं हो रहा है। जम्मू-कश्मीर में बीएसएफ के एक जवान ने अपने अफसरों पर गम्भीर आरोप लगाए हैं। 29वीं बटालियन के जवान तेज बहादुर यादव ने रविवार को फेसबुक पर एक के बाद एक 4 वीडियो पोस्ट किए। फेसबुक पर यादव के 4 वीडियो एक दिन में 65 लाख बार देखे गए। इसमें तेज बहादुर यादव ने जवानों को खराब खाने की शिकायत करते हुए कहा कि सरहद पर जवान 11 घंटे की ड्यूटी करने के बाद भी भूखे सोने को मजबूर हैं। क्योंकि अधिकारी राशन बेच देते हैं। पहले वीडियो में यादव ने बताया कि हम सुबह 6 से 5 बजे तक बर्फ में खड़े होकर ड्यूटी देते हैं। हमारी स्थिति न मीडिया दिखाता है, न मिनिस्टर सुनता है। कोई भी सरकार आए, हमारे हालात वही हैं। हम सरकार पर आरोप नहीं लगाता चाहते। सरकार हर सामान देती है पर अन्य अधिकारी बेचकर खा जाते हैं। हमें कुछ भी नहीं मिलता। कई बार जवान भूखे पेट सोते हैं। मैं प्रधानमंत्री से कहना चाहता



हूँ कि वे इसकी जांच कराएं। दोस्तो यह वीडियो डालने के बाद शायद मैं रहूँ या न रहूँ। अधिकारियों के हाथ बहुत बड़े हैं। वे मेरे साथ कुछ भी कर सकते हैं। वीडियो 2 और 3 में दिखाया गया है कि किस तरह की दाल जवानों को परोसी जाती है। यह है बीएसएफ की दाल। सिर्फ हल्दी और नमक। न इसमें प्याज है, न लहसुन, अदरक। तड़का लगाने के लिए जीरा तक नहीं है। जवानों को दस दिन से यही दाल-रोटी मिल रही है। आप ही बताइए यह खाकर क्या कोई जवान दस घंटे ड्यूटी कर सकता है? अधिकारी सारा सामान बाजार

में बेच देते हैं। चौथे वीडियो में दिखाया गया है नाश्ते का। सुबह के नाश्ते में एक जला हुआ पराठा और चाय का गिलास ही मिलता है। इसके साथ न जैम, न जेली और न अचार व दही। कुछ भी नहीं मिलता है। हम यह नहीं कह सकते कि यह आरोप कितने सत्य हैं पर अगर हैं तो यह अत्यन्त गंभीर हैं। अपनी जान की बाजी लगाने वाले हमारे बहादुर जवानों को पेट भर खाना न मिले लानत है। इससे बेहतर खाना तो तिहाड़ जेल में बंद खूनियों, दरिन्दों को मिलता है। बीएसएफ अधिकारी अपनी खाल बचाने के लिए उल्टे-सीधे बहाने व आरोप तेज

बहादुर यादव पर लगा रहे हैं। कहा जा रहा है कि उसे काउंसिलिंग की जरूरत रही है। शराबखोरी, अफसरों से दुर्व्यवहार और अनुशासन तोड़ना उसकी आदत है। इस कारण ज्यादातर समय उसे हेडक्वार्टर में ही रखा गया। जो वीडियो तेज बहादुर ने पोस्ट किया उसमें तो वह बर्फ में ड्यूटी देता दिखाई दे रहा है। अग्रेजी में कहावत है डेन्ट शूट द मैसेंजर। यानी तेज बहादुर कैसा है प्रश्न यह नहीं, सवाल तो यह है कि जो वह दिखा रहा है वह सही है या नहीं। मामले की जांच कर कसूरवार अधिकारियों को कड़ी सजा मिलनी चाहिए।

लातों के भूत बातों से नहीं मानते,

पाक बाज आने वाला नहीं

पठानकोट की तरह एक बार फिर साल के शुरू में ही जम्मू-कश्मीर में आतंकी हमला हुआ। जम्मू-कश्मीर के अखनूर सेक्टर में रविवार रात एक बजे आतंकीयों ने जनरल रिजर्व इंजीनियरिंग फोर्स के शिविर पर हमला करके शिविर में काम करने वाले तीन मजदूरों को मौत के घाट उतार दिया। शिविर पर पहले हथगोले फेंके, फिर अंधाधुंध गोलियां चलाई, वहां रखे वाहनों और दफ्तरी दस्तावेजों में आग लगाई और अंधेरे तथा कोहरे का फायदा उठाकर भागने में सफल रहे। उस वक्त शिविर में 10 कर्मचारी और 10 मजदूर मौजूद थे। आतंकी हमले में तीन मजदूर मारे गए। इससे पहले, आतंकीयों ने जम्मू के ही नगरोटा क्षेत्र में सेना के एक शिविर पर हमला बोला था, जिसमें दो अधिकारी समेत सात जवानों की जान गई थी। उसी दिन सांबा जिले में सीमा सुरक्षा बल के एक शिविर पर भी आतंकी हमला हुआ था। इन दहशतवादी ने 40 दिन बाद फिर हमला बोलकर यह जता दिया कि उनकी सक्रियता न सिर्फ बनी हुई है, बल्कि शायद और बढ़ गई है। आतंकीयों ने जिस तरह धावा बोला उससे इसी अंश में सेना को बल मिलता है कि इन आतंकीयों के लिए भारतीय सीमा को भेदना अभी भी आसान बना हुआ है। इससे आंतरिक सुरक्षा व्यवस्था के मुकम्मल होने पर एक बार फिर सवाल उठते हैं। दूसरे, नोटबंदी से आतंकवाद की कमर टूट जाने के सरकार के दावे पर भी सवालिया निशान लगता है। यह समझना कठिन है कि

सारे रिकार्ड तोड़ती आमिर की दंगल

आमिर खान की फिल्म दंगल ने बॉक्स ऑफिस के सारे रिकार्ड तोड़ दिए हैं। यह फिल्म भारतीय सिनेमा की अब तक की सबसे अधिक कमाई करने वाली बन गई है। यह फिल्म हर भारतीय विशेषकर महिलाओं और युवाओं के दिलों को छू जाती है। यह फिल्म लड़कियों के प्रति हमारे समाज के कुछ लोगों के नजरिये पर भी चोट करती है जो लड़कियों को लड्डूकों से हर दृष्टि से कम आंकते हैं। फिल्म हरियाणा के पहलवान महावीर सिंह फोगाट और उनकी बेटियों गीता व बबीता की जीवनी पर आधारित है। चूंकि यह उनके संघर्ष की सच्ची कहानी है इसलिए भी लोगों को इतनी पसंद आई है। दंगल ने आमिर खान की ही फिल्म पीके और सलमान खान की बजरंगी भाईजान और सुल्तान के भी रिकार्ड तोड़ दिए हैं। इस फिल्म के निर्माता के मुताबिक दंगल ने तीसरे

सप्ताह भी 30.5 करोड़ रुपए का कारोबार किया। ऐसा रहा तो यह फिल्म सिनेमाघरों से हटने तक 400 करोड़ रुपए का कारोबार कर लेगी। इससे भी ज्यादा हो सकता है। इससे पहले पीके ने 340 करोड़ का कुल कारोबार किया था, जिसे दंगल तीसरे हफ्ते में ही पार कर चुकी है। अब सबसे ज्यादा कमाई के मामले में नम्बर एक और दो पर आमिर की ही फिल्म हैं। इसके बाद आती है सलमान की सुल्तान जिसने 300 करोड़ रुपए का कारोबार किया। मिस्टर परफेक्शनिस्ट (आमिर खान) ने अपनी फिल्म गजनी से 114 करोड़ रुपए का कारोबार कर 100 करोड़ क्लब की शुरुआत की थी। इसके बाद उनकी फिल्म श्री इंडियट्स ने 202 करोड़ रुपए कमाकर इस क्लब को दोगुना कर दिया। इतना ही नहीं, तीन सौ करोड़ क्लब की शुरुआत भी आमिर ने ही अपनी फिल्म पीके से की थी। अब लगता है कि 400 करोड़ क्लब

की शुरुआत भी आमिर करेंगे। आमिर ने फिल्म की सफलता पर एक बयान में कहालूपक आर्टिस्ट के लिए इससे बड़ी हौसला अफजाई नहीं हो सकती। बहुत-बहुत शुक्रिया। और नीलेश सर आपका बहुत-बहुत शुक्रिया, धन्यवाद। हरियाणा के पहलवान महावीर सिंह फोगाट के संघर्षपूर्ण जीवन और अपनी छोरियों को पहलवान बनाने की धुन से प्रभावित नीलेश तिवारी ने इस फिल्म का निर्देशन किया है। इस फिल्म में दिखाया गया है कि चार बेटियों के पिता महावीर ने किस तरह अपने जुनून के बूते गीता और बबीता को पहलवान बनाया और इन लड़कियों ने साबित कर दिया कि किसी भी मायने में वे छोरों से कम नहीं हैं। गीता फोगाट ने राष्ट्रमंडल खेलों में स्वर्ण पदक जीतकर इतिहास रचा था। उनकी राह पर चलती हुई बबीता ने भी कई पदक जीतकर हरियाणा की दंगल परंपरा की धमक जमाई। हालांकि फिल्म को लेकर कुछ विवाद भी उठा।

आज रात सुकून की नींद सोना है तो ये तरीका आपकी मदद करेगा

जिन्हें नींद नहीं आती, 30 सेकेंड में सोने की ये तकनीक

वो लोग बहुत खुशकिस्मत होते हैं जिन्हें बिस्तर पर लेटते ही नींद आ जाती है क्योंकि इन दिनों लोगों में नींद न आने की समस्या बढ़ती जा रही है। लोग रात 1-2 बजे तक नींद का इंतजार ही करते रह जाते हैं। कुछ लोग तो पूरी-पूरी रात गुन रहे हैं। देर रात तक जागने के बाद जब अगली सुबह ऑफिस या कॉलेज जाना होता है तो समस्या और बढ़ जाती है। नींद पूरी नहीं होती, तो शरीर पर बुरा असर पड़ता है। नींद न आने पर कुछ लोग नींद की गोलियों का सहारा लेते हैं, लेकिन ये आपको बहुत नुकसान पहुंचा सकती है। तो फिर क्या करें? हम आपको एक आसान और नैचुरल तरीका बता रहे हैं जिससे आपको सिर्फ 30 सेकेंड यानी आधे मिनट में नींद आने लगेगी। नींद लाने वाली इस टेकनीक को आप अपने आराम के अनुसार कभी भी और कहीं भी कर सकते हैं। इसके लिए आपको किसी उपकरण की भी आवश्यकता नहीं है। **स्टेप 1** सबसे पहले वृश्च आवाज करते हुए मुंह से सांस छोड़ें। **स्टेप 2** अब मुंह बंद करके नाक से धीरे धीरे सांस लें। अपनी सांसों को सात गिनने तक रोके। **स्टेप 3** अब आठ गिनने तक मुंह से सांस छोड़ते रहें। फिर से सांस लें। चार सांसों के लिए इस चक्र को तीन बार दोहरायें। यह एक्सरसाइज करते हुए आपको सिर्फ इतना ध्यान रखना है कि सांस लेने का अनुपात सही हो। गहरी सांस लें, और धीरे-धीरे छोड़ें। इससे आपका दिमाग शांत होगा, नींद आने लगेगी।



खाना-खजाना

- जन्म दिन मतलब केक का होना जरूरी है और आज कल तो बच्चों से लेकर बड़ों की सभी प्रोग्राम में केक होता ही है। वैसे तो केक के सभी फ्लेवर टेस्टी होते हैं पर खास कर पाइनएप्पल केक का फ्लेवर ज्यादा तर पसंद किया जाता है और ये केक मार्केट में बहुत महंगे मिलते हैं हम हर बार यही सोचते हैं कि काश हमें केक घर पर ही मिल पाता । तो आपकी परेशानी का हल लेके आये हैं तो आज हम सीखेंगे घर पर ही पाइनएप्पल केक कैसे बनाया जाता है।
- ### आवश्यक सामग्री
- 1) आटा 2/3 कप
 - 2) दानेदार चीनी 1 कप
 - 3) अंडे 2
 - 4) बेकिंग पाउडर
 - 5) 1/8 छोटा चम्मच दालचीनी पाउडर
 - 6) 1 छोटा चम्मच नमक
 - 7) 8 चुटकी बटर
 - 8) एक बड़ा चम्मच पाइनएप्पल,
 - 9) बारीक टुकड़ों में कटे हुए 1.5 कप
 - 10) वनिला एसेंस
 - 11) छोटा चम्मच निम्बू का छिलका
 - 12) छोटा चम्मच फेटि हुई मलाई 1 कप (वैकल्पिक)
 - 13) पिसा हुआ पाइनएप्पल 3 चम्मच (वैकल्पिक)

पाइनएप्पल केक

ओवन को 350 एफ पर गर्म

करो। 9 इंच की कढ़ाई ले और उसे अलग रख दे। न चिपकने वाली कढ़ाई में धीमी आंच पर 2 चम्मच बटर को पिघलने दे। अब उसमें कटे हुए पाइनएप्पल डालें। अब उसे 10-15 मिनट पकने दे। अब एक छोटे भणोने में छना हुआ आटा, बेकिंग पाउडर, दालचीनी पाउडर और नमक मिलाया। अब एक बड़े भणोने में अन्धे को तोड़े और अन्दर के क्रीम को अच्छी तरह फेंके। अब उसमें बटर, चीनी, निम्बू का छिलका और वनिला एसेंस डालें। डालने के बाद तकरीबन 5 मिनट तक मिश्रण को फेंके। अब आटे, नमक, बेकिंग पाउडर और दालचीनी पाउडर को चम्मच से अच्छी तरह मिलाये जबतक की आटा मुलायम न बन जाये। अब पकाये हुए पाइनएप्पल को अच्छी तरह फेंके और बटर मिलाकर मिश्रण तैयार करो। अब बनाये हुए मिश्रण को केक के सांचे में डालें और ओवन में कम से कम 25-30 मिनटों तक पकने दे। अब केक बनने के बाद उसे फेटी हुई मलाई और पिसे हुए पाइनएप्पल से सजाकर परोसे।



शब्द सामर्थ्य

शब्द सामर्थ्य -097(Rns) (भागवत साहू)

बाएं से दाएं
 1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान प्राप्त करना, शिक्षा लेना 7. विवश, लाचार 8. अत्यधिक ठंडा, सुस्त 9. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, नाखुश 16. खिंचाव, आकर्षण शक्ति (उ.) 18. एक रंग, आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, आवभगत 23. सर्प, सांप, लकड़ी आदि की मूर्ति बनाना।
ऊपर से नीचे
 1. हृदय, उर 2. शिष्टता, भद्रता, विवेक (उ.) 3. अंततः, अंततोगत्वा 4. अच्छी शिक्षा, नेक सलाह 5. आवागमन, गमनागमन 7. पुरुष 8. छोड़े की तेज चाल, तेज गति की दौड़ 10. लुपटा, डकैती 12. बबादी, तबाही 14. नासिका, श्वसनइंद्रिय 17. आखेटक, अरेही 19. योग्य, काबिल 20. कामदेव की पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।

पिछले अंक का हल

चु	स्त	मु	सं	स्था	न
ग	म	र्दा	न	गी	त
ली	प	ना		त	न
ना	ना				ज
मा	ह	रा		सा	ज
न	स	ह	दे	व	म
व	म		व	न	ज
ता	क	त	व	र	मी
ल	ल	क		क	र

सू-दोकू

सू- दोकू क्र.097(Rns)

6	3	8	1	4
8		3	4	7
4			5	8
3	8		1	4
1		4	9	7
1	4		2	1
8		3	4	8
9		1	2	5

पिछले अंक का हल

नियम
 1. कुल 81 वर्ग हैं, जिसमें 9वर्गों का एक खंड बनाया है।
 2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक भर सकते हैं।
 3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम, कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते हैं।

6	7	9	2	4	5	3	1	8
2	1	8	3	7	6	9	5	4
7	6	4	5	2	8	1	3	9
3	8	1	6	9	7	2	4	5
9	2	5	4	1	3	8	6	7
8	3	7	9	6	4	5	2	1
5	4	2	8	3	1	7	9	6
1	9	6	7	5	2	4	8	3
4	5	3	1	8	9	6	7	2

राशिफल

मेघ- स्वास्थ्य से संबंधी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है, आपको अपनी सेहत का ध्यान रखने की आवश्यकता है।
 वृषभ- आपको अपने करीबी दोस्तों से धोखा मिल सकता है, धन संग्रह एवं बचत के लिए समय अनुकूल नहीं है।
 मिथुन- आपको अपने दोस्तों से सवधान रहना होगा, इस समय दोस्त भी दुश्मन में बदल सकते हैं, मानसिक द्रष्ट के कारण आपकी निर्णय क्षमता प्रभावित।
 कर्क- यह समय व्यापारियों और उद्यमियों के लिए चुनौतीपूर्ण होगा, व्यावसायिक विकास के लिए खर्च किया गया धन भविष्य में अच्छे परिणाम देगा।
 सिंह- व्यापार में नई योजनाओं का शुभारंभ होगा, दिन पैसे और पित संबंधी मामलों में अच्छा रहेगा, आर्थिक लाभ की उम्मीद कर सकते हैं।
 कन्या- साझेदारी और सहयोग के कार्य अच्छी तरह से करेंगे, नौकरी में किए गए कार्य फलीभूत होंगे।
 तुला- आप ठंडी हवा तथा सर्दी से अपना ध्यान रखें, संक्रमण से बचाव के लिए समय पर दवाई लें। पिता से मन्मुटाव हो सकता है।
 वृश्चिक- तरक्की की नयी राह खुल सकती है, आपका कुछ धन स्वास्थ्य और दवाई पर खर्च हो सकता है, सामाजिक कार्यों से सुयश मिलेगा।
 धनु- आपको विदेश अथवा किसी दूर स्थान पर रुके हुए धन की प्राप्ति हो सकती है, आर्थिक निवेश लाभदायक रहेगा, धार्मिक आस्था बढ़ेगी।
 मकर- दिन पैसे के संबंध में उत्तर-युवाव वाला और अप्रत्याशित रूप लिए साबित हो सकता है, कुछ व्यवधान आएंगे लेकिन आप उनसे पार पा लेंगे।
 कुंभ- विद्यार्थियों को अच्छी खबर सुनने को मिल सकती है, बुद्धिगामी से स्थिति सुदृढ़ बना सकेगे। संतान उज्वल भविष्य की ओर अग्रसर होगी।
 मीन- बदलते मौसम से सेहत खराब हो सकता है। माता-पिता से अनबन होने की संभावना है, अनवश्यक क्रोध न करें। मानसिक दृढ़ता से निर्णय लें।