एजुकेशन

एक्सपर्ट्स बोले, बच्चों के लिए खतरनाक हैं इतने ज्यादा नंबर, इस अंधी होड़ में न भागें

मंगलवार को CBSE के 10वीं बोर्ड के नतीजे आए। इनमें 1,31,493 स्टूडेंट्स को 90% से ज्यादा तो 27,476 स्टूडेंट्स को 95 प्रतिशत से ज्यादा मार्क्स आए हैं। वहीं,

रिजल्ट के तुरंत बाद उम्मीद से कम नंबर आने पर तीन बच्चों ने सुसाइड कर लिया। आखिर सीबीएसई की एग्जाम में स्टूडेंट्स को इतने नंबर क्यों मिल रहे हैं? और नंबरों की इस अंधी दौड़ ने क्या बच्चों और पैरेंट्स पर एक्स्ट्रा प्रेशर नहीं डाल दिया? नंबरों की इस मार-काट वाली प्रतिस्पर्धा ने हमारे पूरे एजुकेशन सिस्टम पर ही सवाल खड़े कर दिए हैं।

नंबर्स की बाढ़ से बढ़ेंगी ये 3 प्रॉब्लम -

1.अनावश्यक प्रेशर बढ़ेगा -सीबीएसई के पूर्व चेयरमैन अशोक गांगुली कहते हैं कि नंबरों की यह दौड़ चिंताजनक है। बच्चों पर प्रीमियम परफॉर्मेंस के लिए जोर दिया जा रहा है। इससे न केवल बच्चों और पैरेंट्स पर प्रेशर बढ़ेगा, बल्कि जिन बच्चों के ज्यादा नंबर नहीं आएंगे या 70-75 फीसदी मार्क्स लाने वाले बच्चे अपने फ्यूचर को लेकर दुविधा में आ जाएंगे।

2.बढ़ेगा फ्रस्टेशन - एनसीईआरटी के पूर्व डायरेक्टर और शिक्षाविद्‌जेएस राजपूत एक उदाहरण देते हुए कहते हैं कि रिजल्ट डिक्लेयर होते ही एक बच्चा उनके पास आया। उसके 95 फीसदी मार्क्स थे। वह बहुत खुश था। लेकिन जब वह स्कूल गया तो वहां स्कूल मैनेजमेंट ने एक लिस्ट लगा रखी थी जिसमें उसका 47वां नंबर था। वह यह देखकर वह फ्रस्टेट हो गया। वे कहते हैं कि कम नंबर्स लाने वाले बच्चे तो फ्रस्टेट होंगे ही, जिन बच्चों के अधिक नंबर आए हैं, उन्हें भी भविष्य में दिक्कत हो सकती है। अब उनसे हमेशा बेहतर परफॉर्म करने की उम्मीद रहेगी। अगर वे फ्यूचर में अच्छा परफॉर्म नहीं करते हैं तो उनमें और ज्यादा फ्रस्टेशन आएगा। मनोवैज्ञानिक रूप से ऐसे बच्चे ज्यादा परेशान होंगे।

3. इमेजिनेशन के लिए जगह ही नहीं होगी- शिक्षा पर काम करने वाले बड़े एनजीओ में से एकलव्य के एक्स डायरेक्टर सुब्बू सी.एन. कहते हैं कि सीबीएसई की वैल्यूएशन की मौजूदा पूरी पद्धति ही ऑब्जेक्टिव टाइप है। सीबीएसई के इस सिस्टम में इमेजिनेशन और सोच-विचार के लिए जगह ही नहीं बचेगी। बिल्कुल टाइप्ड टैलेंट निकलकर आएगा जिसके पास इनोवेशन करने के लिए कुछ नहीं होगा।

अगर 12वीं में आए 50 फीसदी से कम मार्क्स, तब भी यहां हैं भरपूर मौके

ऐसे कई स्टूडेंट्स होते हैं जो आईआईटी पास नहीं हो पाते। कई स्टूडेंट्स बारहवीं में भी 50-60 परसेंट से ज्यादा मार्क्स नहीं ला पाते हैं। लेकिन इसका मतलब यह कतई नहीं है कि

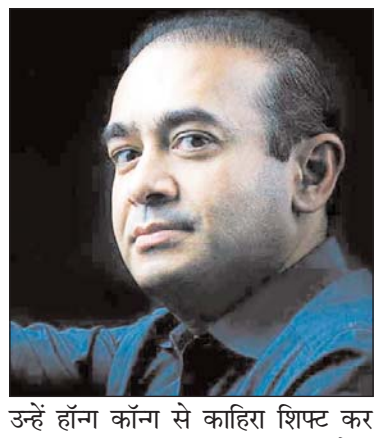
50 फीसदी वाले इंजीनियर नहीं बन सकते। इंजीनियर बनने के लिए नंबर्स नहीं, स्किल काम आती है और यही स्किल पैदा करती है एलपी जो भारतीय शिक्षा क्षेत्र में बड़ी तेजी से उभरा है। यहां इंजीनियरिंग डिग्री पाने के लिए बहुत विकल्प हैं और इसकी मान्यता किसी भी तरह से आईआईटी डिग्री से कम नहीं है। आइए जानते हैं कि क्यों एलपीयू न केवल इंजीनियरिंग के लिए बल्कि बाकी कोर्सों के लिए भी बेस्ट च्वॉइस है।

प्लेसमेंट- एलपीयू की सबसे बड़ी ताकत है प्लेसमेंट्स। एलपीयू ने पिछले तीन वर्षों से उत्तर भारत में सबसे अधिक प्लेसमेंट्स का रिकॉर्ड स्थापित किया है। गूगल, एमेजॉन जैसी सभी बड़ी कंपनियों में एलपीयू के विद्यार्थी उच्च पदवियों पर कार्यरत हैं। अकेले कॉगनीजेंट जैसी कंपनी, जो कि विश्व की तीसरे नंबर की आईटी कंपनी है, ने ही एलपीयू से 1900 विद्यार्थियों को नियुक्त किया। विश्व के हर कोने में एलपीयू के विद्यार्थी अच्छी-अच्छी कंपनियों में नियुक्त हुए हैं। टॉप कंपनियों जैसे कि एमेजॉन, हिंदुस्तान लीवर, कैपजैमिनी, एचपी जैसी 80 और कंपनियां हैं जो आईआईटी से रिक्रूट करने के साथ-साथ एलपीयू से भी रिक्रूट करती हैं।

एलपीयू का इन्फ्रॉस्ट्रक्चर- 600 एकड़ से अधिक में फैला हुआ एलपीयू का कैंपस एक शहर से कम नहीं है। जहां एक तरफ एलपीयू में आधुनिक लैब, देश का सबसे बड़ा ऑडिटोरियम और लाइब्रेरी है, वहीं दूसरी ओर कैंपस में ही शॉपिंग मॉल, अस्पताल, पोस्ट ऑफिस और यहां तक कि यूनिवर्सिटी का एक अपना होटल भी है। यहां का अस्पताल विद्यार्थियों के स्वास्थ्य की देखभाल के लिए चौबीसों खुला रहता है और अस्पताल के परिसर में ही फॉर्मेसी केंद्र भी है।

रिसर्च एंड डेवलपमेंट - एलपीयू में रिसर्च व डेवलपमेंट की ओर बहुत अधिक ध्यान दिया जाता है और विगत वर्षों में विद्यार्थियों ने रिसर्च के क्षेत्र में अनेकों उपलब्धियां प्राप्त की हैं। इस संदर्भ में कैंपस में ही अलग से रिसर्च एंड डेवलपमेंट के लिए बहुमंजिला बलॉक निर्धारित है जहां विद्यार्थी अपनी विशिष्ट रिसर्च को सकारात्मक रूप देते हैं।

'बैंकिंग घोटाले के बाद नीरव मोदी ने सभी डमी डायरेक्टर्स को हॉन्ग कॉन्ग से काहिरा भेजा'



मुंबई (आरएनएस)। हीरा कारोबारी और करीब 13000 करोड़ रुपये के बैंकिंग घोटाले के आरोपी नीरव मोदी से जुड़ी एक नई जानकारी सामने आई है। घोटाला उजागर होने और सीबीआई द्वारा केज दर्ज करने के तुरंत बाद हीरा कारोबारी ने हॉन्ग कॉन्ग स्थित अपनी 6 कंपनियों के डमी डायरेक्टर्स को काहिरा शिफ्ट कर दिया। हॉन्ग कॉन्ग स्थित एक डमी कंपनी अनुरागन के डायरेक्टर दिव्येश गांधी ने दावा किया है कि वह इन सभी 6 फर्जी कंपनियों का अकाउंट देख रहे थे। दिव्येश ने कहा कि घोटाला उजागर होने के बाद अमेरिका में रहने वाले नीरव मोदी के सौतेले भाई नेहल मोदी ने सभी डमी डायरेक्टर्स के मोबाइल फोनों को तोड़ दिया। इसके बाद

उन्हें हॉन्ग कॉन्ग से काहिरा शिफ्ट कर दिया गया। दिव्येश इस मामले में आरोपी नहीं हैं। उन्हें जांच एजेंसी ने गवाह बनाया हुआ है। दिव्येश ने यह भी कहा कि नीरव ने शेल कंपनियों के कर्मचारियों को स्वतः समाप्त होने वाली ईमेल सर्विस के माध्यम से संदिग्ध लेन-देन को लेकर भी निर्देश दिया। ये ईमेल एक तय समय के बाद खुद से ही डिलीट हो जाते हैं और अपने पीछे कोई सबूत नहीं छोड़ते। गवाह बने दिव्येश ने बताया कि इन शेल कंपनियों और नीरव के अंकल मेहुल चौकसी की डमी कंपनियों के बीच वित्तीय लेन-देन भी हुए थे। दिव्येश ने कहा कि हालांकि हॉन्ग कॉन्ग की इन 6 कंपनियों के पते अलग-अलग थे लेकिन बैंकिंग, सेल-पर्चेज और आयात-निर्यात से संबंधित दस्तावेज एक जगह ही बनाए जाते थे। गवाह का यह बयान ईडी की चार्जशीट का हिस्सा है जो बैंकिंग घोटाले और मनी लॉन्ड्रिंग के इस मामले में विशेष अदालत में दाखिल की गई है।

लगातार दूसरे दिन फार्मा शेयर्स में खरीदारी, आइडिया का शेयर 5 फीसद से ज्यादा टूटा

नई दिल्ली (आरएनएस)। भारतीय शेयर बाजार में बढ़त जारी है। करीब 12 बजे बम्बई स्टॉक एक्सचेंज (बीएसई) का इंडेक्स सेंसेक्स 107 अंक की तेजी के साथ 35800 के स्तर पर और नेशनल स्टॉक एक्सचेंज (एनएसई) का इंडेक्स निफ्टी 30 अंक की तेजी के साथ 10872 के स्तर पर कारोबार कर रहा है। आज लगातार दूसरे दिन फार्मा शेयर्स में जमकर खरीदारी देखने को मिल रही है। इस दौरान पेज इंडस्ट्रीज के शेयर में करीब 4.42 फीसद की तेजी है। वहीं, बीएसई टेलिकॉम की बात करें तो इसमें 9.22 फीसद तक की गिरावट है। आइडिया के शेयर में बिकवाली के चलते इसमें 5 फीसद से ज्यादा की गिरावट देखने को मिल रही है।

शुरुआती मिनटों में बुधवार को भारतीय शेयर बाजार की मजबूत शुरुआत हुई है। बम्बई स्टॉक एक्सचेंज (बीएसई) का इंडेक्स सेंसेक्स सुबह जहां 142.92 अंकों की तेजी के साथ 35,835,44 पर खुला जबकि नेशनल स्टॉक एक्सचेंज (एनएसई) का इंडेक्स निफ्टी 44.65 अंकों की बढ़त के साथ 10, 887.50 पर खुला।

जीएसटी के विशेष रिफंड पखवाड़े की अवधि 16 जून तक बढ़ी

नई दिल्ली (आरएनएस)। सेंट्रल बोर्ड ऑफइनडायरेक्ट टैक्सेज एंड कस्टम्स (सीबीआईसी) ने विशेष रिफंड पखवाड़े की अवधि को दो दिन के लिए बढ़ा दिया है। अब निर्यातकों के लंबित रिफंड का निपटारा 16 जून 2018 तक होगा। गौरतलब

है कि सीबीआईसी रिफंड के लंबित मामलों के तेज निपटारे के लिए 31 मई से 'विशेष रिफंड पखवाड़े' का आयोजन कर रहा है। सीबीईसी 31 मई 2018 से अब तक 7,500 करोड़ के रिफंड को क्लियर कर चुका है। वित्त मंत्रालय की ओर से जारी बयान में कहा गया, निर्यातकों और लंबित दावों से जबरदस्त प्रतिक्रिया के संदर्भ में, विशेष रिफंड पखवाड़े की अवधि दो और दिनों तक के लिए बढ़ाई जा रही है, यानी 16 जून 2018 तक के लिए। अलग-अलग स्तर की खामियों के चलते निर्यातकों का करीब 14,000 करोड़ का रिफंड काफी समय से अटका पड़ा था। सीबीआईसी ने इसीलिए इस मामले को तेजी से ट्रैक करने के लिए पखवाड़े के दूसरे चरण का आयोजिन किया था।

रेल यात्रियों के लिए राहत की खबर, सरकार ने दिए फ्लेक्सी फेयर को खत्म करने के संकेत

नई दिल्ली (आरएनएस)। रेल यात्रियों को जल्द ही बड़ी राहत मिल सकती है। रेल मंत्रालय राजधानी एक्सप्रेस, दुरंतो और शताब्दी एक्सप्रेस की टिकट बुकिंग में डायनैमिक फेयर या फ्लेक्सी फेयर सिस्टम को समाप्त करने की योजना पर विचार कर रहा है। मोदी सरकार के चार साल के कार्यकाल के दौरान भारतीय रेलवे की उपलब्धियां बताते हुए रेल मंत्री पीयूष गोयल ने फ्लेक्सी फेयर सिस्टम को खत्म करने के संकेत दिए।

गोयल ने कहा, सरकार ने कुछ ट्रेनों के लिए फ्लेक्सी फेयर सिस्टम की शुरुआत की थी, जिसे अब खत्म करने पर विचार किया जा रहा है। हालांकि इस पर अंतिम फैसला समिति की सिफारिशों के आधार पर ही लिया जाएगा। फिलहाल कमिटी की ओर से दिए गये सुझावों पर मंथन किया जा रहा है। भारतीय रेलवे की तरफसे लागू की गई फ्लेक्सी फेयर सिस्टम में टिकटों के दाम में उतार-चढ़ाव होते रहता है।

सामान्य ज्ञान प्रतियोगी परीक्षाओं हेतु General Knowledge

-चन्द्रगुप्त दो के बार दरबार में रहने वाला आयुर्वेदाचार्य धनवंतरी थे.

- आर्य भट्ट ने आरे भट्टियां एवं सूर्य सिद्धांत नामक ग्रंथ लिखे इसी ने स्वर प्रथम बताया कि पृथ्वी सूर्य के चारों और घूमती है.

- चन्द्रगुप्त दो के दरबार में रहने वाले प्रमुख विद्वान वराहमिहिर धनवंतरी ब्रह्मगुप्त आदि थे.

- पुराणों की वर्तमान रूप में रचना गुप्त काल में हुई इसमें ऐतिहासिक परंपराओं का उल्लेख है.

- संस्कृत गुप्त राजाओं के शासकीय भाषा थी.

- गुप्तकाल में चांदी के सिक्कों को रुपया कहा जाता था.

- यादव व लक्ष्य नारद कात्यायन एवं बृहस्पति स्मृतियों की रचना गुप्त काल में ही हुई.

- मंदिर बनाने की कला का जन्म गुप्तकाल में ही हुआ त्रिमूर्ति की अवधारणा का विकास गुप्त काल में ही हुआ.

- गुप्तकाल लौकिक साहित्य की सर्जना के लिए स्मरणीय हैं भास के तेरह नाटक इसी काल के हैं सुधारक का लिखा नाटक मृच्छकटिकम या माटी की खिलौना गाड़ी जिसमें निर्धन ब्राह्मण के साथ वेश्या का प्रेम वर्णित है प्राचीन नाटकों में सर्वोत्कृष्ट माना जाता है.

- कालीदास की कृति अभिज्ञान शाकुंतलम प्रथम भारतीय रचना है जिसका अनुवाद यूरोपीय भाषाओं में हुआ ऐसी दूसरी रचना है भगवद गीता.

- सांस्कृतिक उपलब्धियों के कारण गुप्त काल को भारतीय इतिहास का स्वर्ण युग कहा जाता है.

- गुप्त वंश के पतन के बाद जिन नए राजवंशों का उद्भव हुआ उनमें मैत्रक, मौखरी, पुष्यभूति, परवर्ती गुप्त और गौड़ प्रमुख. इन राजवंशों में पुष्य भूति वंश के शासकों ने सबसे विशाल साम्राज्य स्थापित किया.

- उससे भूति वंश के संस्थापक पुष्य भूति था इनकी राजधानी थानेश्वर जिले में स्थित वर्तमान थानेश्वर नामक थे.

- प्रभाकर वर्धन इस वंश की स्वतंत्रता का जन्मदाता था तथा प्रथम प्रभावशाली शासक था जिसने परमभट्टारक और महाराजाधिराज जैसी सम्मानजनक उपलब्धियां धारण की.

- प्रभाकर वर्धन की पत्नी या सहमति से दो पुत्र राज्यवर्धन और हर्षवर्धन तथा एक कन्या राज्यश्री उत्पन्न हुई राज्यश्री का विवाह कन्नौज के मौखरी राजा ग्रह वर्मा के साथ हुआ.

- मालवा के शासक देव गुप्त ने ग्रह वर्मा की हत्या कर दी और राजश्री को बंदी बनाकर कारागार में डाल दिया.

- राज्यवर्धन ने देव गुप्त को मार डाला परन्तु देव गुप्त के मित्र गौड़ नरेश सशांक ने धोखा देकर राज्यवर्धन की हत्या कर दी.

-राज्यवर्धन के मृत्यु के बाद 606 ई. है इसी में सोलह वर्ष की अवस्था में हर संवर्धन थानेश्वर की गद्दी पर बैठा हर्ष को शिलादित्य के नाम से भी जाना जाता था. इसने परम भट्टारक नरेश की उपाधि धारण की थी.

- हर्ष ने शशांक को पराजित करके कन्नौज पर अधिकार कर लिया तथा उसे अपनी राजधानी बनाया

हेल्थ

तोंद घटाने का नया फॉर्म्युला, कार्बन डाइऑक्साइड इंजेक्शन

पेट पर जमी चर्बी घटाने की कोशिशों में जुटे लोगों के लिए अच्छी खबर है। वैज्ञानिकों ने एक नई खोज की है जिसके तहत कार्बन डाइऑक्साइडगैस से भरे हुए फैट पॉकेट

काइंजेक्शन लगाने से पेट पर जमा चर्बी कम हो सकती है। नॉर्थवेस्टर्न यूनिवर्सिटी के मुराद आलम ने कहा, कार्बोक्सिथेरपी सशक्त रूप से फैट में कटौती करने का एक नया और असरदार तरीका है। हालांकि इसे और ज्यादा अनुकूल बनाने की जरूरत है और इसलिए यह लंबे समय तक चलने वाला है। कार्बन डाइऑक्साइड सुरक्षित और सस्ती गैस है

जर्नल ऑफ द अमेरिकन अकेडमी ऑफ डर्मेटॉल्जी में प्रकाशित इस स्टडी के लीड ऑथर मुराद आलम ने कहा, इस नई तकनीक का फायदा यह है कि यह एक सुरक्षित और सस्ती गैस है और इसे शरीर के फैट पॉकेट में इंजेक्ट करना उन मरीजों को पसंद आ सकता है जो नैचरल ट्रीटमेंट को वरियता देते हैं। किस तरह से कार्बोक्सिथेरपी काम करता है इसे अब तक सही तरीके से समझा नहीं गया है। ऐसा माना जाता है कि कार्बन डाइऑक्साइड का इंजेक्शन शरीर में माइक्रोसर्क्युलेशन में बदलाव लाता है और फैट सेल्स को नुकसान पहुंचाता है।

5 हफ्तों बाद सतही फैट में आयी कमी

इस स्टडी में 16 वयस्कों को शामिल किया गया ता जो ओवरवेट नहीं थे और जिन्हें बेतरतीब ढंग से चुना गया था ताकि वे अपने पेट के एक तरफ हर सप्ताह कार्बन डाइऑक्साइड का इंजेक्शन ले सकें और पेट के दूसरी तरफ हर हफ्ते एक दिखावटी ट्रीटमेंट। 5 सप्ताह बाद किए गए हाई-रेजॉल्यूशन अल्ट्रासाउंड में यह बात सामने आयी कि इन लोगों के शरीर में सतही (superficial) फैट में कमी आयी है। हालांकि इस स्टडी के दौरान इन लोगों के बॉडी वेट में कोई बदलाव नहीं हुआ।

फाइबर और प्रोटीन से भरपूर है ग्रीन बीन्स

हरी सब्जियां पौष्ठिकता से भरपूर केवल खाने में स्वादिष्ट ही

नहीं सेहत के लिए भी काफी फायदेमंद होती है। इनमें से ग्रीन बीन्स एक ऐसी सब्जी है जिसे खाने से शरीर को एनर्जी खूब मिलती है और यह शरीर को कई रोगों से भी बचा कर रखती है। ग्रीन बीन्स में प्रोटीन, फाइबर, जिंक, आयरन विटामिन ए, सी, के और बी 6 आदि पोषक तत्व भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। यह प्रोटीन और एनर्जी का बहुत अच्छा स्त्रोत है। 100 ग्राम बीन्स के सेवन करने से शरीर को 300 कैलोरी मिलती है। आइए जानिए हरी बीन्स अपनी डाइट में शामिल करने से क्या-क्या फायदे मिलते है?

1. कैंसर से बचाए

बीन्स में फ्लेवोनॉयड्स के साथ केंफ्फेरॉल होता है जो शरीर में कैंसर कोशिकाओं को बनने से रोकता है। रिसर्च के अनुसार महिलाएं सप्ताह में 3 से 4 बार बीन्स का सेवन करने से कैंसर की समस्या से बच सकती है।

2. हार्ट प्रॉब्लम से बचाए

ग्रीन बीन्स में मौजूद फाइबर शरीर में कोलेस्टेरोल कम करने में मदद करता है। यह ब्लड प्रेशर और सूजन कम करता है जो हार्ट को हेल्दी रखने के लिए बहुत जरूरी है। साथ ही में यह खून का थक्का भी नहीं जमने देते।

3. बढ़ती उम्र से बचाए

ग्रीन बीन्स की सब्जी अपनी डाइट में शामिल करने से आप लंबे समय जवां बने रह सकते हैं क्योंकि इसे खाने से शरीर को सभी जरूरी पोषक तत्व मिलते हैं। इसे खाने से आपको बहुत जल्दी फर्क नजर आने लगेगा।

4. डायबिटीज

जिस तरह अन्य सब्जियों को खाने से ब्लड शुगर का स्तर बढ़ जाता है लेकिन हरी फलियां खाने से यह समस्या नहीं होती। ग्रीन बीन्स में मौजूद फाइबर ब्लड शुगर कंट्रोल करने में मदद करते हैं।

5. कब्ज की समस्या से मिलें राहत

भोजन को सही तरह पचाने के लिए फाइबर की पर्याप्त मात्रा होनी बहुत जरूरी है। इससे भोजन पाचन संबंधी समस्याओं का खतरा नहीं होता क्योंकि यह फाइबर का बहुत अच्छा स्त्रोत है।

6. मासिक धर्म में फायदेमंद

ग्रीन बीन्स की सब्जी खाने से महिलाओं को पीरियड्स के दौरान होने वाली समस्या में काफी आराम मिलता है क्योंकि इसमें फैट्स और कोलेस्ट्रॉल कम होता है और यह फाइबर व प्रोटीन का बहुत बढ़िया स्त्रोत है।