



ओम बिरला ने चौथे लेखा परीक्षा दिवस के अवसर पर दिल्ली रिथॉट सीएनजी कार्यालय में आयोजित कार्यक्रम को संबोधित किया।

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

# एकशन इंडिया

DL(N) /145/2021-23

वर्ष: 18 अंक: 317 पृष्ठ: 12

RNI : DELHIN/2006/19302



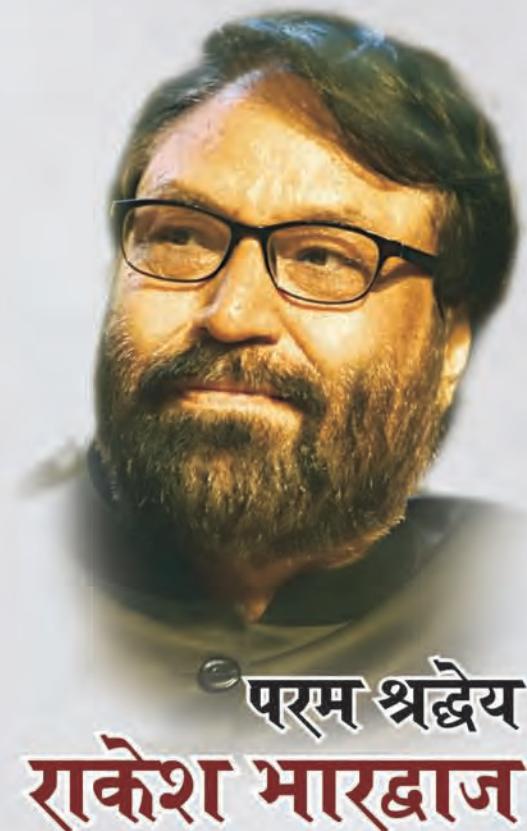
actionindianews@gmail.com

राष्ट्रीय संस्करण

दिल्ली - हरियाणा - हिमाचल प्रदेश - उत्तराखण्ड


**RKB**  
GROUP


**RAVI BHARDWAJ**  
Group Editor  
ACTION INDIA MEDIA HOUSE



## एकशन इंडिया

### MEDIA GROUP

proudly announce the

# GRAND OPENING

of our production house

## ACTION INDIA PRODUCTIONS

Sunday, 17 November 2024

### FRAGRANCE TOWER

IIIrd Floor, Main Road, Near Rakesh Bhardwaj Chowk, Delhi - 110033

#### ASSOCIATE PARTNERS



Suneet Garg  
DIRECTOR, THINK GRAPHICS



Dev Prakash Tiwari  
EXECUTIVE PRODUCER,  
TV9 BHARATVARSH  
EX. INDIA TV, EX NEWS 24



Ashish Shukla  
NEWS DIRECTOR BT MEDIA  
EX INDIA TV  
EX. NEWS 18 INDIA



Dinesh Chandra Pathak  
PRODUCER, ZEE NEWS  
EX. NEWS 24







# आम आदमी की आवाज पहुंचाने का कार्य करता है मीडिया : शुभम

राष्ट्रीय प्रैस दिवस के मौके पर कार्यक्रम का किया गया आयोजन



कहा कि लोगों को शहर की, देश की, प्रदेश की और विदेश की गतिविधियों की जानकारी मीडिया के माध्यम से ही मिलती है। इसके साथ-साथ बीते लोगों सभा चुनाव और विधानसभा चुनाव में भी पल-पल की जानकारी मीडिया के

► हमें उन तकनीक के साथ जुटकर उन्हें एक अवसर की तरह लेना है और आगे बढ़ना है

पहुंच जाती है। उन्होंने कहा कि इस बदलाव के दौर में हमारी भी जिम्मेदारी बढ़ जाती है। हमें खबरों को विश्वसनीयता के साथ प्रस्तुत करना चाहिए। उन्होंने विषय में एक साथ आगे बढ़कर विकासशाल भारत के विकासित बनाने का संकेत दिया। आज सोशल मीडिया के आ जाने से विश्व के एक कोने में यह घटना हो रही है तो दूसरे कोने में तकाल जानकारी

&lt;/div



## संपादकीय

## पृथ्वी के सभी घटकों का संरक्षण राष्ट्रीय कर्तव्य

वायु प्रदूषण से ग्राउंट्रीय राजधानी दिल्ली व राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र के लोग हल्कान हैं। दिल्ली के आसपास सांस लेना कठिन है। हवा विषाक्त हो गई है। एक और अपने उच्चतम स्तर पर है। जहरीली वायु उत्तर प्रेशर के बड़े दिस्तें में प्रभाव डाल रही है। अजनकेजन की राजधानी बाक़ में पर्यावरण को लेकर सीओपी 29 सम्मेलन चल रहा है। वहाँ पर्यावरणविदों ने दिल्ली के वायु पुणवता सूचकांक पर गंभीर चर्चा की है। सरकार ने भी नए नियमां रोके, गैर बीएस6 डीजल बसों पर रोक जैसे कठोर कदम उठाए हैं। लिंकन आगे की राह कठिन है। ऐसी और जैसे नियमों की आवश्यकता है। हम सब पृथ्वी पुरुष हैं। पृथ्वी ही पालता है। यहाँ पोषण जैसी है। पर्यावरण से पृथ्वी का अस्तित्व संकट में है। वायु प्राण है। प्राण नहीं तो जीवन भी नहीं। सारी दुनिया का ताप बढ़ रहा है। रामकथा के अनुसार श्रीराम का जन्म पृथ्वी को निश्चिर विहीन और पृथ्वी का का कट दूँ करने के लिए हुआ था। रामचरितमानस में तुलसीदास ने लिखा है, अंतिशय देख धरम की हानि परम सभी धरा अकुलानी-धर्म की जलानी है। उसने देख कर पृथ्वी भयवित हुई और देवताओं के पास या पाया है। उसने दुख सुनाया-निज संताप सुनाया रोइ-पूर्णी ने रोते हुए अपना कट बताता था। शंकर जी ने पार्वती जी को बताया कि वहाँ बहुत देवता थे। मैं भी उनसे से एक था-तोह मासाज गिराया मैं रहें। रामचरितमानस के अनुसार आकाशवाणी हुई, है धरती धैर्य रखी। मैं स्वर्व सूर्य वंश में अजंगा और तुमको भार मुक करूँगा। पृथ्वी भारीती रपरा में माता है। हम सबका अधिकार है। पृथ्वी को भार मुक करने के लिए परम सत्ता मनुष्य बनती है। पर्यावरण संरक्षण वैज्ञानिकों के सम्में भी चुनती है। कहा जा रहा है कि पृथ्वी के प्राकृतिक घटक अव्यवस्थित हो गए हैं। अंतरराष्ट्रीय पृथ्वी दिवस हर साल आता है। इस महत्वपूर्ण दिवस पर कई संकल्प लिए गए। हिन्दुत्व की जीवन शैली में पर्यावरण संरक्षण अन्तर्निहित है। भारत के प्राचीन काल में ही पृथ्वी के प्रति संवेदनशील प्रतीत और श्रद्धा थी। वैदिक पूर्वजों ने जल को माताएं जाह्नवी है। छ्रवेद में जल को बहवन रूप से जाह्नवी है। बूतानी दाशकून थेलस ने जल को आदि तत्त्व बताया है। प्रकृति के 5 महाभूतों में जल एक महत्वपूर्ण महाभूत है। वायु प्रतिष्ठित देवता है। हीरूजों ने वायु को अनेकशः नमस्कार किया है। वायु को शुद्ध बनाए रखना बहुत है। वायु मूल्य शरीर में प्रवाहित है। वैदिक साहित्य में जल को अतिरिक्त अदार दिया जाता रहा है। वैदिक समाज में जल वृक्ष के कई देवता हैं। छ्रवेद (1.14) में कहते हैं, ह्यासकमों से सम्पूर्ण का जल ऊपर रहा। वाणी जल को कंपन देती है। पञ्ज्य वर्षा लाते हैं। भूमि आनंद मण मोती है। वर्षों मुख्य बात है कि सत्कर्म के कारण समुद्र का जल ऊपर जाता है। सत्कर्मों से ही वायु शुद्ध रहती है। ऋषि वायु से सुरुति करते हैं कि ह्यापा सुखद आशीर्वद देते हुए प्रवाहमान रहें। सत्कर्म महत्वपूर्ण हैं। ऐसे कर्म सास्कृतक रक्तव्य हैं। वर्षा पर्यावरण की कृपा है। पर्यावरण देव पृथ्वी, जल, वायु, नदी, वनस्पतियों और सभी प्राणियों के संरक्षण से प्रसन्न होते हैं। वैदिक देवता प्रकृति की महत्वपूर्ण शक्तियाँ हैं।



“ नाश्त में काजू बादाम और पिस्ता जैसे सूखे मेरे दें, जो पौष्टिक होते हैं। बच्चों को रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए रात में रोजाना शहद देना चाहिए। ठंड से पहले नाश्त करने से शरीर को गर्म रखने के लिए अतिरिक्त कैलोरी मिलती है। ”

7. बच्चों को नियमित रूप से व्यायाम करने के लिए प्रोत्साहित करें:

बच्चों की मौसम में ज्यादातर परिवारों को ठंड के मौसम में भौज-मस्ती करने का मौका मिलता है। ठंड का मतलब वह नहीं है कि आपको हर समय घर पर ही रहना है। हालांकि, बाहर जाने से पहले सावधानियाँ बरतनी चाहिए, खासकर बच्चों के लिए। अब जबकि सर्वी आरही है, तापमान में काफी गिरावट आएगी और बहुत ठंड हो जाएगी। मौसम के इस बदलाव का ज्यादातर लोग स्वास्थ करते हैं, लेकिन इससे कई स्वास्थ योग्य ही होते हैं, खास तौर पर हर बच्चे के लिए।

”

7. बच्चों को नियमित रूप से व्यायाम करने के लिए प्रोत्साहित करें:

बच्चों की प्रतिरक्षा प्रणाली को मौसम में सर्दी अपने चाहे और उन्हें बढ़ावा देने के लिए अतिरिक्त कैलोरी मिलती है।

मजबूत करने और उन्हें सर्दी और अच्युती के लिए अतिरिक्त कैलोरी मिलती है।











