E-mail:-adhuniksamachar2014@gmail.com website:www.adhuniksamachar.com

आधुनिक समाचार

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

प्रयागराज से प्रकाशित हिन्दी दैनिक

12th ANNIVERSARY

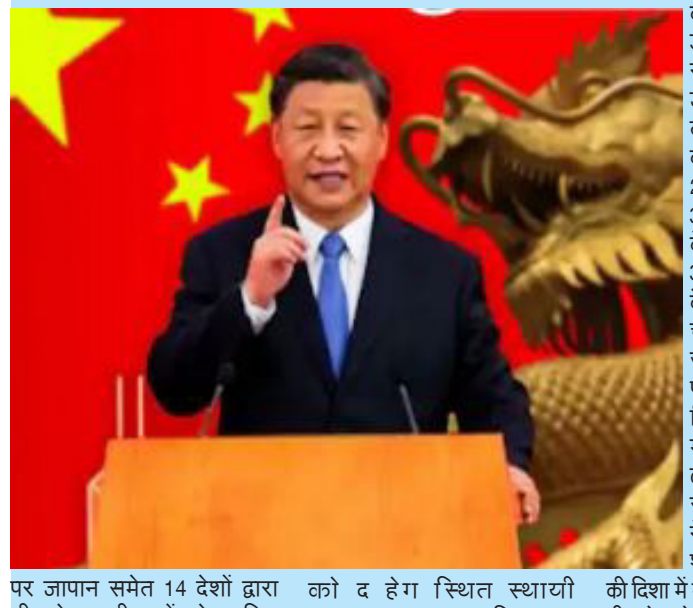
वर्ष -12 अंक - 113 | प्रयागराज, मंगलवार 14 जुलाई, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

नए वोटर को देना होगा माता-पिता के एसआईआर का ब्योरा,चुनाव आयोग बोला- इससे पहचान-रिकॉर्ड मिलाना आसान होगा

नाइड दिल्ली। चुनाव आयोग ने मतदाता सूची में नाम जुड़वाने वाले नए आवेदकों के लिए भी नया नियम लागू किया है। अब फॉर्म-6 भरकर वोटर लिस्ट में नाम शामिल कराने वाले हर नए वोटर को अपने माता-पिता के स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन का ब्योरा भी देना होगा। चुनाव आयोग के अधिकारियों के अनुसार, यह नियम केवल पुराने मतदाताओं तक सीमित नहीं है, बल्कि पहली बार वोटर बनने वाले आवेदकों पर भी लागू होगा। चुनाव आयोग ने यह नियम क्यों बनाया? नए मतदाताओं की पहचान और रिकॉर्ड का मिलान करना आसान होगा। आवेदकों को कम दस्तावेज जमा करने पड़ेंगे। डुप्लीकेट, मर चुके, ट्रांसफर हो चुके और विदेशी वोटर्स पहचानने में मदद मिलेगी। ऑनलाइन फॉर्म-6 भरने वाले आवेदक भी यह घोषणा भरे बिना आवेदन आगे नहीं बढ़ा सकते।फॉर्म-6 के साथ देना होगा घोषणा पत्रः-ईसी अधिकारियों ने बताया कि बिहार में जून 2025 में शुरू किए गए एसआईआर अभियान के दौरान फॉर्म-6 के साथ यह घोषणा पत्र जोड़ा गया था। नए मतदाताओं को आवेदन के साथ यह घोषणा भी भरनी होती थी। हालांकि आयोग ने स्पष्ट किया कि फॉर्म-6 में कोई औपचारिक संशोधन नहीं किया गया है, बल्कि निर्देश जारी कर इस घोषणा को अनिवार्य बनाया गया है। संयुक्त राष्ट्र की आपत्तियों पर ईसी का जवाबः-चुनाव आयोग ने संयुक्त राष्ट्र के विशेष रैपोर्टयर्स द्वारा एसआईआर की पारदर्शिता पर उठाए गए सवालों को खारिज किया है। आयोग का कहना है कि एसआईआर पूरी तरह संवैधानिक और पारदर्शी प्रक्रिया है। इसका उद्देश्य सभी पात्र भारतीय नागरिकों को मतदाता सूची में शामिल करना और अपात्र नाम हटाना है। किसी भी समुदाय के साथ भेदभाव नहीं किया जा रहा है और यदि किसी का नाम हटता है, तो उसे चुनौती देने का अवसर दिया जाता है। एसआईआर से जुड़ा अपडेटः-चुनाव आयोग ने स्पेशल इंटेंसिव रिवीजन यानी एसआईआर को तीन चरणों में लागू किया है। पहला फेज, सबसे पहले एसआईआर बिहार में लागू हुआ। फाइनल वोटर लिस्ट जारी हो चुकी है और यह मामला सुप्रीम कोर्ट तक गया था। दूसरा फेजः उत्तर प्रदेश, पश्चिम बंगाल, गुजरात, मध्य प्रदेश, राजस्थान, छत्तीसगढ़, तमिलनाडु, केरल, गोवा, पुडुचेरी, अंडमान निकोबार, लक्षद्वीप में दूसरे चरण का एसआईआर हुआ। तीसरा फेजः आयोग ने 16 राज्यों और 3 केंद्रशासित प्रदेशों में एसआईआर शुरू किया है। इनमें आंध्र प्रदेश, अरुणाचल प्रदेश, हरियाणा, झारखंड, कर्नाटक, महाराष्ट्र, मणिपुर, मेघालय, मिजोरम, नगालैंड, ओडिशा, पंजाब, सिक्किम, तेलंगाना, त्रिपुरा, उत्तराखंड, दिल्ली, जम्मू-कश्मीर और चंडीगढ़ शामिल हैं। एसआईआरः भारत में 21 साल बाद हो रहा वोटर लिस्ट का रिविजनः-एसआईआर चुनाव आयोग की वह प्रक्रिया है, जिसमें वोटर लिस्ट की पूरी तरह से जांच और अपडेट किया जाता है। इसका मकसद यह सुनिश्चित करना होता है कि वोटर लिस्ट में सिर्फ पात्र और सही मतदाताओं के नाम हों। भारत में एसआईआर करीब 21 साल बाद हो रहा है। चुनाव आयोग के मुताबिक, इससे पहले देशभर में ऐसा बड़ा अभियान 2002 से 2004 के बीच चला था। चुनाव आयोग ने बताया था कि देश में एसआईआर की प्रक्रिया आठवीं बार हो रही है।

दक्षिण चीन सागर को लेकर 14 देशों के बयान पर भड़का चीन, जापानी राजनयिक को भी किया तलब

बीजिंग। दक्षिण चीन सागर पर 2016 के अंतरराष्ट्रीय मध्यस्थता फैसले की 10वीं वर्षगांठ पर जापान समेत 14 देशों द्वारा चीन के समुद्री दावों को खारिज किए जाने के बाद बीजिंग ने कड़ी प्रतिक्रिया दी है। चीन ने रविवार को बीजिंग स्थित जापानी दूतावास के वरिष्ठ अधिकारी को तलब कर औपचारिक विरोध दर्ज कराया और कहा कि दक्षिण चीन सागर पर उसकी संप्रभुता कभी नहीं बदली है। अमेरिका, जापान, ऑस्ट्रेलिया, ब्रिटेन, फिलीपींस, कनाडा, जर्मनी, इटली, न्यूजीलैंड समेत कुल 14 देशों ने संयुक्त बयान जारी कर 12 जुलाई 2016 को द हेग स्थित स्थायी मध्यस्थता न्यायाधिकरण (पीसीए) के फैसले को अंतिम और कानूनी रूप से बाध्यकारी बताया। बयान में कहा गया कि चीन के 'नाइन-डैश लाइन' दावों का संयुक्त राष्ट्र समुद्री कानून (अनक्लोस) के तहत कोई कानूनी आधार नहीं है। चीन के विदेश मंत्रालय ने जापान पर क्षेत्रीय मामलों में हस्तक्षेप और दक्षिण चीन सागर में शांति व स्थिरता को नुकसान पहुंचाने का आरोप लगाया। साथ ही कहा कि जापान इस विवाद का पक्षकार नहीं है और उसे इस मामले में दखल नहीं देना चाहिए। जापान के विदेश मंत्री तोशिमित्सु मोतेगी ने कहा कि चीन द्वारा 2016 के फैसले को अस्वीकार करना विवादों के शांतिपूर्ण समाधान और अंतरराष्ट्रीय कानून के शासन के विपरीत है। चीन ने इस टिप्पणी को खारिज करते हुए जापान पर ऐतिहासिक विस्तारवाद की मानसिकता का भी आरोप लगाया। इस बीच, 27 सदस्यीय यूरोपीय संघ ने भी 2016 के फैसले को शांतिपूर्ण विवाद समाधान की दिशा में महत्वपूर्ण निर्णय बताया। चीन ने यूरोपीय संघ की टिप्पणी पर भी आपत्ति जताई। चीन लगातार 2016 के मध्यस्थता फैसले को 'अवैध, अमान्य और गैर-बाध्यकारी' बताता रहा है। उसका कहना है कि न्यायाधिकरण को इस मामले में अधिकार क्षेत्र प्राप्त नहीं था और दक्षिण चीन सागर पर उसके ऐतिहासिक अधिकार बरकरार हैं।



पेरिस के सिनेगॉग के बाहर 'मिलिट्री-ग्रेड' हथियार मिलने से हड़कंप- 300 लोगों को निकाला

पेरिस। फ्रांस की राजधानी पेरिस में एक सिनेगॉग के पास संदिग्ध वाहन से असॉल्ट राइफल और पिस्तौल मिलने के बाद सुरक्षा एजेंसियां अलर्ट पर हैं। पुलिस ने एहतियातन करीब 300 लोगों को आसपास के इलाके से सुरक्षित निकाला और राष्ट्रीय आतंकवाद-रोधी अभियोजन कार्यालय (ईँऊ) ने मामले की जांच शुरू कर दी है। पुलिस के मुताबिक, शनिवार शाम एक चोरी का वाहन संदिग्ध अवस्था में मिला। तलाशी के दौरान उसमें से एक असॉल्ट राइफल और एक पिस्तौल बरामद हुई। बम निरोधक दस्ते की जांच में कोई विस्फोटक नहीं मिला। गृह मंत्री लॉरां नुनेज ने बरामद असॉल्ट राइफल को 'मिलिट्री-ग्रेड' हथियार बताया।मामले की गंभीरता को देखते हुए पुलिस ने पूरे इलाके की घेराबंदी कर दी। सिनेमा, रेस्तरां और अन्य इमारतों से लगभग 300 लोगों को सुरक्षित बाहर निकाला गया। अभी तक किसी संदिग्ध की गिरफ्तारी नहीं हुई है और हमले के संभावित उद्देश्य की जांच जारी है। गाजा युद्ध शुरू होने के बाद से फ्रांस में यहूदी विरोधी घटनाओं में लगातार वृद्धि दर्ज की गई है। गृह मंत्री के अनुसार, इस वर्ष यहूदी समुदाय को निशाना बनाने वाली तीन साजिशों को पहले ही विफल किया जा चुका है। पिछले वर्ष देश में 1,320 यहूदी विरोधी घटनाएं दर्ज हुई थीं।

वियतनाम में 15 भारतीयों की मौत के बाद बोट-कैप्टन गिरफ्तार,कंपनी की रिवॉर्ड ट्रिप पर गए थे,परिवारों को टीवी से मिली खबर

हनोई। वियतनाम में शनिवार को भारतीय पर्यटकों से भरी स्पीडबोट पलटने से 15 भारतीयों की मौत के बाद स्पीडबोट कैप्टन को गिरफ्तार कर लिया गया है। उस पर केस दर्ज किया गया है। वहीं मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, यह भारतीय टूरिस्ट 'लावा मोबाइल' के चैनल पार्टनर और कर्मचारी थे। सभी कंपनी के टॉप परफॉर्मिंग डिस्ट्रीब्यूटर्स के लिए आयोजित रिवॉर्ड ट्रिप पर वियतनाम गए थे। कई पीड़ित परिवारों ने बताया कि उन्हें हादसे की पहली जानकारी टीवी चैनलों या दोस्तों के फोन से मिली। इसके बाद भारतीय दूतावास और स्थानीय प्रशासन ने उनसे संपर्क किया। कई परिवार अब भी अपने परिजन के पार्थिव शरीर के भारत पहुंचने का इंतजार कर रहे हैं। शुरुआती जांच में स्थानीय अधिकारियों का कहना है कि मौसम अचानक खराब होने और ऊंची लहरों की वजह से यह हादसा हुआ। हालांकि, पूरे मामले की जांच जारी है। पलटी बोट के नीचे फंस गए थे पर्यटकः-भारतीय दूतावास के मुताबिक बोट में कुल 36 लोग सवार थे। इनमें 32 भारतीय पर्यटक और चार वियतनामी क्रू मेंबर थे। बोट माय रुट द्वीप से दूसरे द्वीप की ओर जा रही थी। तभी अचानक मौसम बदला और तेज लहरों के बीच बोट कुछ ही सेकेंड में पलट गई। बचे हुए यात्रियों ने बताया कि हादसा इतना तेजी से हुआ कि किसी को संभलने का मौका नहीं मिला। जो लोग बोट के आगे बैठे थे वे समुद्र में कूदकर बाहर निकल गए लेकिन अंदर बैठे कई यात्री उलटी हुई बोट के नीचे फंस गए और बाहर नहीं निकल सके। स्थानीय नाविक हा वान लोक ने बताया कि उन्होंने समुद्र में पलटी हुई बोट देखी, जिस पर कई लोग चिपके हुए थे। कुछ लोग बिना लाइफ जैकेट के समुद्र में बह रहे थे। उनकी टीम ने रस्सी फेंककर लोगों को बाहर निकाला और तुरंत दूसरी रेस्क्यू टीमों को सूचना दी। बाद में जेट स्की की मदद से घायलों को किनारे पहुंचाया गया। सर्वाइवर बोले- समय पर इलाज मिलता तो और जानें बच सकती थींः-हादसे में बचे भारतीय पर्यटक निर्मल कुमार ने बताया कि स्थानीय रेस्क्यू टीम जल्दी पहुंच गई थी, लेकिन पास के द्वीप पर पर्याप्त मेडिकल उपकरण और जरूरी दवाइयां नहीं थीं। निर्मल कुमार के मुताबिक उनके साथ मौजूद एक डॉक्टर ने भी कहा कि अगर जरूरी दवाएं और मेडिकल सुविधाएं होतीं तो कुछ और लोगों की जान बचाई जा सकती थी। उन्होंने बताया कि करीब दो-तीन घंटे बाद वियतनाम एयर फोर्स पहुंची और घायलों का इलाज शुरू कराया। आंध्र प्रदेश के एक अन्य जीवित बचे यात्री ने पीटीआई को बताया कि बोट द्वीप से केवल 300-400 मीटर ही आगे बढ़ी थी। सभी लोग तस्वीरें ले रहे थे, तभी अचानक बोट पलट गई। उन्होंने कहा, 'हम सभी मदद के लिए चिल्ला रहे थे, लेकिन कुछ ही पलों में सब कुछ खत्म हो गया।' पार्थिव शरीरों को जल्द भारत लाने की तैयारीः-तमिलनाडु बीजेपी के पूर्व प्रदेश अध्यक्ष के. अन्नामलाई ने हादसे पर दुख जताया है। उन्होंने केंद्र और तमिलनाडु सरकार से अपील की कि तमिलनाडु के 10 मृतकों के शव जल्द राज्य लाए जाएं।साथ ही घायलों के बेहतर इलाज की भी मांग की। भारतीय दूतावास ने बताया कि सभी 15 मृतकों के पार्थिव शरीर 'हो ची मिन्ह सिटी' पहुंच चुके हैं।

	नाम	राज्य
1	सेंथिल कुमार जयवेल	तमिलनाडु
2	मुरुंगा प्रभु अरुमुगम	तमिलनाडु
3	श्रीधर सुंदररजान	तमिलनाडु
4	शेख अब्दुल्ला अब्दुल मजिद	तमिलनाडु
5	बालाजी नटेसन	तमिलनाडु
6	विनय कुमार चिचापुरम भास्कर	तमिलनाडु
7	रविशंकर सुगुमरत	तमिलनाडु
8	संतोष कुमार शांतिलालजैन	तमिलनाडु
9	बाबू कुप्पुस्वामी	तमिलनाडु
10	अलागुराजन शिवसामी	तमिलनाडु
11	नल्लापेटा आदिशेषैया रवितेजा	आंध्र प्रदेश
12	श्रीधरमुदियम	आंध्र प्रदेश
13	जया लक्ष्मी गेल्ली	आंध्र प्रदेश
14	अविकोट चेरियन थॉमस	केरल
15	लोवेनी थॉमस	केरल

रूस-ईरान ने क्रिप्टो में रु9.92 लाख करोड़ का व्यापार किया, ड्रोन, तेल और हथियार खरीदे

तेहरान/मॉस्को। रूस, ईरान और उत्तर कोरिया ने दुनिया की बैंकिंग व्यवस्था से अलग क्रिप्टो के जरिए एक समानांतर भुगतान सिस्टम खड़ा कर लिया है। क्रिप्टो लेनदेन पर नजर रखने वाली संस्था चेनालिसिस के मुताबिक, 2025 में इन्होंने क्रिप्टो के जरिए रु9.92 लाख करोड़ का लेनदेन किया है। यह 2024 के मुकाबले 8 गुना ज्यादा है। ये देश इस रकम का इस्तेमाल सिर्फ ट्रेड या बचत के लिए नहीं, बल्कि ड्रोन, हथियारों के पुर्जे, सैन्य तकनीक व तेल के भुगतान में कर रहे हैं। रूस ने रूबल से जुड़ा ए75 टोकन तैयार किया। इसमें रूस में रूबल देकर विदेश में क्रिप्टो से बदला जा सकता है। मई तक इसमें 11.4 लाख करोड़ के लेनदेन हो चुके हैं। नेटवर्क में 41 हजार से ज्यादा खाते व 2.5 लाख ट्रांसफर दर्ज हुए। ईरान ने घरेलू एक्सचेंजों को तेल बिक्री और विदेशी भुगतान की वैकल्पिक पाइपलाइन बना लिया। रिवोल्यूशनरी गार्ड क्रिप्टो से तेल का पैसा लेते हैं और उसे डिजिटल वॉलेट में दूसरे देशों में भेजते हैं। विशेषज्ञ क्रिप्टो को रूस-ईरान के लिए प्रतिबंधों के समानांतर चलने वाली स्थायी वित्तीय व्यवस्था बता रहे हैं। उत्तर कोरियाः क्रिप्टो चोरी से रु20 हजार करोड़ जुटा हथियार खरीदेः-उत्तर कोरिया ने क्रिप्टो चोरी को कमाई और हथियार कार्यक्रम का जरिया बना लिया है। 2025 में उसके हैकरों ने 20 हजार करोड़ चुराए। सबसे बड़ी वारदात 21 फरवरी को हुई, जब लाजारस समूह ने बायबिट से 14,310 करोड़ उड़ाए। एफबीआई ने इसे 'ट्रेडरेटर' नेटवर्क से जोड़ा। 2016 से उ. कोरिया 263 घटनाओं में 6.75 अरब डॉलर की क्रिप्टो चुरा चुका है। इसे वह मिसाइल व सैन्य उपकरण खरीदने में लगा रहा है। ईरानः सबसे बड़े क्रिप्टो एक्सचेंज का सुप्रीम लीडर के घराने से संबंधः-ईरान का सबसे बड़ा क्रिप्टो एक्सचेंज नोबाइटेक्स। देश के करीब 70फीसदी डिजिटल मुद्रा लेनदेन संभालता है और इसके 1.1 करोड़

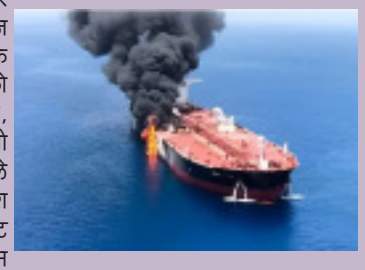
यूरोप की सिलिकॉन वैली बना विलनियस, स्टार्टअप के मामले में दुनिया में 13वें नंबर पर

विलनियस। सुबह के करीब दस बजे हैं। लिथुआनिया की राजधानी विलनियस की साइबर सिटी में कांच की ऊंची इमारतों के बीच तेज कदमों से युवा प्रोफेशनल्स गुजर रहे हैं। एक तरफ नॉर्ड सिक्योरिटी जैसे दुनियाभर में मशहूर यूनिकॉर्न का दफ्तर है, तो कुछ ही कदम पर हॉस्टिंगर का। हॉस्टिंगर यानी एक ऐसा स्टार्टअप जिसके यूजर 150 से ज्यादा देशों में हैं। विलनियस को अब यूरोप की 'सिलिकॉन वैली' भी कहा जाने लगा है। यूरोप के इस छोटे से देश लिथुआनिया की आबादी मात्र 29 लाख के करीब है, लेकिन यहां हजारों स्टार्टअप काम कर रहे हैं। आकार और आबादी में भले ही यह देश छोटा है, लेकिन सोच बड़ी और ग्लोबल है। आबादी यानी प्रति व्यक्ति के हिसाब से लिथुआनिया दुनिया के सबसे अधिक यूनिकॉर्न स्टार्टअप वाले देशों में है। यहां विंटेड, नॉर्ड सिक्योरिटी, बीसीजी, फ्लो, कास्ट एआई और ऑक्सीलैब्स, छह यूनिकॉर्न कंपनियां हैं। विंटेड ने यूनिकॉर्न बिल्ड करने का एक अलग मॉडल पेश किया है। उसने पुराने कपड़े खरीदने और बेचने का ऑनलाइन मॉडल शुरू किया और वो यहां की पहली यूनिकॉर्न बनी। इन्वेस्ट लिथुआनिया की स्ट्रैटजिस्ट डायना गिरडेनाइट कहती हैं कि बढ़ती स्किल्ड वर्कफोर्स, फाइनेंशियल इन्सेंटिव और सरकार की नीतियां जैसे प्रमुख कारण हैं, जिनके कारण लिथुआनिया स्टार्टअप पावरहाउस बन रहा है। सीखने-सिखाने का कल्चर, भारत इनका बड़ा बाजारः-2017 में औसत सैलरी करीब 2.7 लाख रु. थी, करीब 2 गुना बढ़कर करीब 5 लाख रु. हो गई है। वहीं 2017 में 4500 कर्मचारी स्टार्टअप बिजनेस में थे, जो अब बढ़कर 19200 से ज्यादा हो गए हैं।

लिथुआनिया कैसे बना रहा स्टार्टअप पावरहाउसः-1. तेजी से बढ़ा स्टार्टअप इकोसिस्टम-देश में 300 से ज्यादा फिनटेक कंपनियां काम कर रही हैं। 2020 से 2025 के बीच स्टार्टअप इकोसिस्टम का मूल्य 5.9 गुना बढ़कर करीब 1.56 लाख करोड़ रु. हो गया। 2025 में स्टार्टअप्स ने करीब 2400 करोड़ रु. की वेंचर कैपिटल जुटाई। 2. वैश्विक निवेशकों का भरोसा बढ़ाः- एक्सेल, जनरल कैटलिस्ट, इनसाइट पार्टनर जैसी विश्व की प्रमुख निवेशक कंपनियां, जिन्होंने फेसबुक, स्पॉटिफाई, एयर बीएनबी जैसी कंपनियों में निवेश किया है, वे भी लिथुआनिया के स्टार्टअप्स में निवेश कर रही हैं। सार्वजनिक वाई-फाई स्पीड में लिथुआनिया पहले स्थान पर व साइबर सुरक्षा सूचकांक में छठे स्थान पर है। 3. एआई प्रतिभा से बनी मजबूत नींवः-देश में 77,600 से अधिक आईसीटी (सूचना और संचार तकनीक) विशेषज्ञ कार्यरत हैं। सरकार ने एआई विकास के लिए करीब 457 करोड़ रु. से अधिक का निवेश किया और 2018 में ही राष्ट्रीय एआई रणनीति लागू कर दी। 13 हजार छात्र आईसीटी की पढ़ाई कर रहे हैं। बड़े पैमाने पर रीस्किलिंग कार्यक्रम चलाए जा रहे हैं। 4. कंपनी शुरू करना आसानः-यहां नई कंपनी का रजिस्ट्रेशन कुछ ही दिनों में हो जाता है। सरकारी प्रक्रियाएं सरल और ऑनलाइन होने से उद्यमियों का समय और लागत दोनों बचते हैं। कॉर्पोरेट प्रॉफिट टैक्स 0-16फीसदी के बीच, फ्री इकोनॉमिक जोन में पहले 10 वर्षों तक 0फीसदी टैक्स, आर-नाड-डी प्रोत्साहन, पेटेंट बॉक्स, तेज लाइसेंसिंग प्रक्रिया।

ओमान के पास जहाज पर हमला, 11 भारतीय सवार थे जिनमे 10 सुरक्षित एक लापता, भारत ने हमले की निंदा की

तेहरान/वॉशिंगटन डीसी। ओमान तट के पास एक व्यापारी जहाज 'जीएफएस गैलेक्सी' पर हमला हुआ। भारत के विदेश मंत्रालय (एमईए) ने रविवार को बताया कि इस जहाज पर 11 भारतीय नागरिक सवार थे। इनमें से 10 को सुरक्षित बचा लिया गया है, जबकि एक भारतीय अब भी लापता है। भारत ने हमले की कड़ी निंदा की है। विदेश मंत्रालय ने कहा कि मस्कट में भारतीय दूतावास ओमान सरकार के साथ मिलकर लापता भारतीय की तलाश और बचाव अभियान पर लगातार नजर रखे हुए है। भारत ने इस अभियान में सहयोग के लिए ओमानी अधिकारियों का धन्यवाद भी दिया। भारत ने कहा कि क्षेत्र में व्यापारी जहाजों और नागरिक बुनियादी ढांचे को निशाना बनाना तुरंत बंद होना चाहिए। साथ ही तनाव कम करने और बातचीत के जरिए समाधान निकालने की अपील की। विदेश मंत्रालय ने कहा कि अंतरराष्ट्रीय समुद्री मार्गों पर बिना किसी बाधा के जहाजों की आवाजाही जल्द बहाल होनी चाहिए। पिछले 24 घंटे के 4 बड़े अपडेटसः-ईरान के नए सुप्रीम लीडर बोले- पिता की मौत का बदला लेंगेः अली खामेनेई के निधन के बाद पहली बार नए सुप्रीम लीडर मुजतबा खामेनेई का बयान सामने आया। उन्होंने कहा कि अपने पिता और युद्ध में मारे गए लोगों के खून का बदला लिया जाएगा। सीएनएन का दावा- ईरान ने परमाणु ठिकानों को दोबारा बनाना शुरू कियाः सीएनएन ने सैटेलाइट तस्वीरों के आधार पर दावा किया कि ईरान पारचिन समेत कुछ न्यूक्लियर साइट्स की मरम्मत और दोबारा निर्माण कर रहा है। रिपोर्ट में इसे अमेरिका-ईरान एमओयू का संभावित उल्लंघन बताया गया। ईरानी विदेश मंत्री बोले- अमेरिका समझौता तोड़ रहाः विदेश मंत्री अब्बास अराघची ने कहा कि अमेरिका खुद एमओयू का उल्लंघन कर रहा है। उन्होंने कहा कि समझौता तभी चलेगा, जब दोनों पक्ष उसका पालन करें। ट्रम्प की ईरान को सबसे बड़े हमले की चेतावनीः डोनाल्ड ट्रम्प ने कहा कि अगर ईरान ने उनकी हत्या की कोशिश की, तो अमेरिका हजारों मिसाइलों से जवाब देगा। उन्होंने दावा किया कि जवाबी कार्रवाई के आदेश पहले ही दिए जा चुके हैं।



पाकिस्तान में पेट्रोल 13.18 और डीजल 13.80 रुपया महंगा, नई कीमतें 11 जुलाई से लागू

इस्लामाबाद। पाकिस्तान सरकार ने पेट्रोल के दाम में 13.18 रुपया (पाकिस्तानी रुपया) प्रति लीटर और हाई-स्पीड डीजल में 13.80 रुपया प्रति लीटर की बढ़ोतरी की है। इस बढ़ोतरी के बाद पाकिस्तान में एक लीटर पेट्रोल की कीमत 310.71 रुपया और हाई-स्पीड डीजल की कीमत 323.30 रुपया लीटर हो गई है। नई कीमतें 11 जुलाई से लागू हो गई हैं।हालिया बढ़ोतरी के बावजूद दोनों ईंधन अपनी रिकॉर्ड ऊंचाई (पीक लेवल) से नीचे बने हुए हैं। 3 अप्रैल को डीजल की कीमत 520.35 रुपया प्रति लीटर के ऑल-टाइम हाई स्तर पर पहुंच गई थी। ईंधन की कीमतों में यह तेजी 28 फरवरी को अमेरिका-ईरान युद्ध शुरू होने के बाद देखने को मिली थी, जब डीजल 281 रुपया प्रति लीटर के स्तर पर था। वहीं दूसरी ओर, पेट्रोल की कीमत भी 3 अप्रैल को 458.41 रुपया के उच्चतम स्तर पर पहुंच गई थी,

42वीं वाहिनी पीएसी नैनी, प्रयागराज में ''एक पेड़ माँ के नाम'' अभियान के तहत वृहद वृक्षारोपण कार्यक्रम आयोजित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। रविवार को शासन

द्वारा संचालित वृक्षारोपण महायज्ञ-2026 के अंतर्गत

निर्धारित ''35 करोड़ पौधरोपण'' के लक्ष्य की शत-प्रतिशत प्राप्ति

सुनिश्चित करने के क्रम में आज दिनांक 12.07.2026 को 42वीं

वाहिनी पीएसी नैनी, प्रयागराज में सेनानायक श्री राजेश कुमार श्रीवास्तव (आई0पी0एस0) की गरिमामयी उपस्थिति एवं कुशल निर्देशन में एक पेड़ माँ के नाम'' अभियान के अंतर्गत वृहद वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ वाहिनी ''ब्रास बैंड'' के मधुर वादन के साथ उत्साहपूर्ण एवं गरिमामय वातावरण में हुआ। कार्यक्रम के दौरान सेनानायक द्वारा पर्यावरण संरक्षण एवं वृक्षारोपण के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा गया कि ''एक पेड़ माँ के नाम'' अभियान हमारी जन्मदात्री माँ एवं धरती माँ, दोनों के प्रति सम्मान, कृतज्ञता और उत्तरदायित्व का प्रतीक है। उन्होंने कहा कि हमारा दायित्व केवल पौधारोपण करना ही नहीं, बल्कि लगाए गए प्रत्येक पौधे का संरक्षण एवं संवर्धन कर उसे एक सशक्त वृक्ष के रूप में विकसित करना भी है। अभियान के अंतर्गत वाहिनी परिसर में श्री मयंक यादव (पार्षद, वार्ड नं0-81, चक भटाही, नैनी), श्रीमती पूजा पवन यादव (प्रतिनिधि, माननीय पार्षद, वार्ड नं0-40, चक अली इमाम, नैनी दादरी), श्री ऋषि शंकर द्विवेदी (प्रत्याशी मंत्री, बार काउंसिल, हाईकोर्ट इलाहाबाद), पंडित श्री मितुल कुमार शर्मा (अधिवक्ता), श्री विवेक यादव तथा श्री संदीप द्विवेदी सहित अन्य सम्मानित जनप्रतिनिधियों एवं गणमान्य नागरिकों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता करते हुए विभिन्न प्रजातियों के छायादार एवं फलदार पौधों का रोपण किया। इस अवसर पर उपस्थित सभी जनप्रतिनिधियों, अधिकारियों, कर्मचारियों एवं जवानों ने पर्यावरण संरक्षण, अधिकाधिक वृक्षारोपण तथा रोपित पौधों के संरक्षण एवं संवर्धन का सामूहिक संकल्प लिया तथा समाज में हरित वातावरण के निर्माण हेतु जनभागीदारी बढ़ाने का संदेश दिया। कार्यक्रम में सहायक सेनानायक श्री देव नारायण यादव, शिविरपाल श्री अरविंद कुमार सिंह, आशुलिपिक श्री संजीव सिंह यादव, दलनायक श्री मिथलेश कुमार राय, सुबेदार मेजर श्री हरदास सहित वाहिनी के अन्य अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।

अमर सेनानी राना की जन्मस्थली शंकरपुर में आज तय होगी 222वीं जयंती की रूपरेखा

स्मारक समिति की बैठक में ऐतिहासिक आयोजन की रणनीति और जिम्मेदारियों का होगा निर्धारण,राना बेनी माधव सिंह की विरासत को नई पीढ़ी तक पहुंचाने पर रहेगा विशेष जोर

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। 1857 के प्रथम स्वतंत्रता संग्राम के महानायक अमर सेनानी राना बेनी माधव सिंह की जन्मस्थली शंकरपुर शनिवार को एक महत्वपूर्ण निर्णय का साक्षी बनेगी। यहां राना बेनी माधव सिंह स्मारक समिति की बैठक में उनकी 222वीं जयंती को ऐतिहासिक और जनभागीदारी वाला आयोजन बनाने की रणनीति पर अंतिम मंथन होगा।

बैठक दोपहर एक बजे राना बेनी माधव सिंह स्मारक इंटर कॉलेज, शंकरपुर के सभागार में आयोजित होगी। कॉलेज के प्रबंधक एवं राना समिति शंकरपुर के संस्थापक हरिचंद्र बहादुर सिंह ने बताया कि बैठक में जयंती समारोह की अंतिम रूपरेखा को मंजूरी देने के साथ कार्यक्रमों की विस्तृत कार्ययोजना पर चर्चा होगी। आयोजन को प्रभावी और सुव्यवस्थित बनाने के लिए विभिन्न समितियों का गठन, जिम्मेदारियों का निर्धारण तथा कार्यों का विभाजन भी किया जाएगा, ताकि समारोह को व्यापक और गरिमामय स्वरूप दिया जा सके। समिति के वरिष्ठ उपाध्यक्ष राम अकबाल बहादुर सिंह ने बताया कि इस वर्ष जयंती समारोह को केवल औपचारिक

आयोजन तक सीमित न रखकर राना बेनी माधव सिंह के शौर्य, राष्ट्रभक्ति और बलिदान की विरासत को नई पीढ़ी तक पहुंचाने का प्रयास किया जाएगा। इसी उद्देश्य से बैठक में कार्यक्रमों के स्वरूप, जनसहभागिता और व्यवस्थाओं से जुड़े सभी पहलुओं पर विस्तार से विचार-विमर्श कर अंतिम निर्णय लिया जाएगा। शंकरपुर समिति ने सभी पदाधिकारियों, सदस्यों, क्षेत्रीय नागरिकों और राना बेनी माधव सिंह के आदर्शों में आस्था रखने वाले लोगों से बैठक में समय पर उपस्थित होकर आयोजन को भव्य एवं ऐतिहासिक बनाने में सक्रिय भूमिका निभाने की अपील की है। समिति के मीडिया प्रभारी मनीष श्रीवास्तव एडवोकेट ने बताया कि राना बेनी माधव सिंह स्मारक शंकरपुर समिति जन्मस्थली शंकरपुर से निकलने वाला यह आयोजन अमर सेनानी के अद्वितीय योगदान को नई पीढ़ी तक पहुंचाने का सशक्त माध्यम बनेगा।

एक पेड़ मां के नाम

जगापट्टी ग्राम पंचायत में लगाये गये आठ सौ फलदार पौधे,वृक्षों की रक्षा अपने अपनी संतान की तरह करना चाहिये- राजेश सिंह

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) हरहुआ /वाराणसी। रामेश्वर

पर्यावरण संरक्षण और प्रधानमंत्री के एक पेड़ मां के नाम अभियान के तहत रविवार को महा वृक्षारोपण अभियान 2026 के तहत आदर्श मांडल ब्लाक सेवापुरी के आदर्श रूप में विकसित हो रहे ग्राम पंचायत जगापट्टी में रविवार को सुबह

पौधे लगाए देश बचाएं

खण्ड विकास अधिकारी सेवापुरी राजेश कुमार सिंह व मुख्यमंत्री पंचायत प्रोत्साहन पुरस्कार से सम्मानित ग्राम प्रधान घनश्याम सिंह यादव के नेतृत्व में वृहद वृक्षारोपण कार्यक्रम किया गया। जिसमें मौके पर आठ सौ पचास फलदार एवं अन्य पौधे लगाये गये। इस अभियान में ग्रामीण क्षेत्र की काफी संख्या में महिलाओं व पुरुषों ने उत्साहपूर्वक हिस्सा लिया। इस अवसर पर खण्ड विकास अधिकारी राजेश कुमार सिंह ने कहा कि वृक्षों की रक्षा अपने संतान की तरह करना चाहिये। हर व्यक्ति को अपने जीवन में कम से कम एक वृक्ष अवश्य लगानी चाहिये। उन्होंने कहा कि यह अभियान तभी सफल होगा जब हम इन पौधों को वृक्ष बनते देखेंगे। ग्राम प्रधान घनश्याम सिंह यादव ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के सपनों को साकार करते हुए पौधरोपण कार्यक्रम में ग्रामीण क्षेत्र की काफी संख्या में महिलाओं व पुरुषों ने उत्साह पूर्वक हिस्सा लेने के साथ साथ पौधों के रक्षा के लिए लोगों को शपथ दिलाई गई। इसके बाद बनवासी बस्ती के लोगों को पौधे वितरित किये गये। ग्राम प्रधान श्री यादव ने कहा कि मुख्यमंत्री के आदेश पर वृक्ष लगाने का जो लक्ष्य शासन से मिला है। उसके तहत ब्लॉक में पचास हजार वृक्ष लगाया जाएगा। ग्राम प्रधान के नेतृत्व में आज आठ सौ चालीस फलदार वृक्ष ग्रामीणों के बीच वितरित किया गया। इस मौके पर ग्राम विकास अधिकारी श्याम नारायण,रोजगार सेवक प्रतिनिधि दिनेश कुमार यादव,मनोज कन्नौजिया, सुनील कुमार पाल, अंकित माली , राजा माली ,घनश्याम सिंह माली,मुहम्मद असलम ,राहुल त्रिपाठी, अमित कुमार सरोज, सतीश कुमार सरोज, गायत्री देवी ,राहुल गोंड, दल्लू, शकुंतला,रेखा,साधु इत्यादि लोग उपस्थित रहे।

विभिन्न प्रस्तावों को पारित करने के साथ सम्पन्न हुई भारतीय बौद्ध महासभा की दो दिवसीय साधारण सभा की बैठक

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) गौरीगंज /लखनऊ। भारतीय बौद्ध महासभा उ0 प्र0 की धर्मोदय बुद्ध विहार पुरनिया लखनऊ में आयोजित दो दिवसीय साधारण सभा की प्रांतीय बैठक विभिन्न प्रस्तावों को पारित करने के साथ सम्पन्न हुई। दूसरे दिन के कार्यक्रम की शुरुआत स्थानीय बुद्ध विहार में बुद्ध पूजा वंदना के साथ हुई। इसके बाद बैठक हाल में बी डी बी आर ए सांस्कृतिक एवं शैक्षिक संस्थान खुर्जा तथा महासभा के हित में तमाम प्रस्ताव पारित किये गये। पारित प्रस्तावों में बी डी बी आर ए संस्थान खुर्जा के संचालन के लिए महासभा की ओर से मासिक आर्थिक सहयोग प्रदान करना, डॉ अम्बेडकर सामान्य ज्ञान प्रतियोगिता का आयोजन करना, प्रबुद्ध डायरी व कलेंडर का प्रकाशन, महासभा के संविधान का आंशिक संशोधन करना, महासभा के इतिहास की पुस्तक का प्रकाशन करना, महासभा की शाखाओं द्वारा नियमित मासिक सहयोग राशि प्रदान करने जैसे कुछ अन्य

प्रस्तावों को चर्चा के बाद उन्हें पारित किया गया। दूसरे दिन रिसालदार पार्क के पास स्थित भदंत बोधानंद बुद्ध विहार के बौद्ध धर्म गुरु भंते ज्ञानालोक की भी शिरकत हुई। दूसरे दिन बैठक में उपस्थित रहे प्रमुख पदाधिकारियों में महासभा के प्रांतीय अध्यक्ष मानसिंह गौतम एडवोकेट, प्रांतीय महामंत्री डॉ अरविन्द कुमार गौतम, दूसरे प्रांतीय महामंत्री साहब सिंह बौद्ध, प्रांतीय संयुक्त मंत्री महेंद्र सिंह दिनकर, अरुणेन्दु कुमार गौतम युवा एवं बाल विकास समिति के अध्यक्ष, पूर्व मंत्री धर्म वीर सिंह अशोक, गोपीचंद निमेष, भीम प्रकाश गौतम,लखनऊ मंडल अध्यक्ष हरिशंकर बौद्ध, संघप्रिय गौतम, सुखवीर सिंह बौद्ध, बी डी संगम, डी के सिंह बौद्ध, ए के सिंह संभल, प्रशांत कुमार, दिनेश चौधरी, चंद्र शेषर पटेल , बुद्ध प्रिय गौतम, राधेश्याम प्रदेश उपाध्यक्ष, कैलाश चंद गौतम, डी के सिंह डॉ प्रेम कुमार प्रेम जिलाध्यक्ष जनपद सुल्तानपुर शाखा, सत्य प्रकाश भास्कर जिलाध्यक्ष प्रतापगढ़ जनपद, डॉ सुनील दत्त जिलाध्यक्ष रायबरेली जनपद, के पी सविता बौद्ध महामंत्री शाखा जनपद अमेठी, सुशीला गौतम, आशा गौतम, बलवीर सिंह सोबरन सिंह, रमेश कुमार गौतम, जया बौद्ध, जगरोशनी बौद्ध, धर्म नंदिनी बौद्ध, जगमोहन मौर्य, शिवदत्त भारती, उदयवीर सिंह, इं नाहर सिंह बाबूलाल, राकेश बाबू बौद्ध, श्रीराम बौद्ध, आदि रहे। गौरीशंकर बौद्ध जिलाध्यक्ष शाखा जनपद अमेठी कुछ आवश्यक कार्योंवश पहले दिन रह कर वापस चले आये थे।विभिन्न लोगों को पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

कवि ने अपने प्रबंध काव्य बुद्ध चरित मानस की संशोधित प्रति अपने बौद्ध धर्म गुरु को भेंट किया

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) गौरीगंज, अमेठी। गौरीगंज निवासी

कवि के0 पी0 सविता बौद्ध ने स्वरचित प्रबंध काव्य बुद्ध चरित मानस की संशोधित प्रति अपने बौद्ध धर्म गुरु भंते दीपांकर विहाराध्यक्ष बुद्ध विहार साधना केंद्र जूही बबुरहिया को कानपुर जाकर भेंट किया। इस अवसर पर वहाँ रह रहे दूसरे भंते खेमानंद को भी एक प्रति बुद्ध चरित मानस (प्रबंध काव्य) भेंट किया गया। ज्ञातव्य है कि गत वर्ष इस पुस्तक के जन्म संस्करण का प्रकाशन अषाढी पूर्णिमा के दिन हुआ था। जिसमें कुछ संशोधन नहीं हो पाये थे। भगवान बुद्ध के जीवन चरित पर आधारित दोहा चौपाई शैली में रचित इस प्रबंध काव्य में बुद्ध के सिद्धार्थ के रूप में जन्म लेने से लेकर उनके महापरिनिर्वाण तक की प्रमुख घटनाओं का उल्लेख किया गया है। संशोधन के साथ ही अब इस काव्य में परिवर्धन भी कर दिया गया है। पहले 57 सर्ग थे और अब 62 सर्ग हो गये हैं। बुद्ध के जीवन चरित पर आधारित वर्णन के साथ उनके प्रमुख शिष्यों से संबंधित कथाओं का समावेश किया गया है। दोहा चौपाई के अतिरिक्त इस ग्रंथ में सोरठा, गीतिका, हरिगीतिका, सवैया आदि छंदों का प्रयोग यत्र-तत्र मिलता है। इस प्रबंध काव्य के परिवर्धित संस्करण के प्रकाशन का काम किया जायेगा। चार सौ से अधिक पेज हैं इस बुद्ध चरित मानस प्रबंध काव्य में। काव्य के अंत में बुद्ध चरित मानस की आरती का भी समावेश किया गया है। अखंड पारायण की दृष्टि से भी यह पुस्तक बौद्ध जगत के लिए उपयुक्त सिद्ध होने की संभावना है।

प्रयागराज प्रेस क्लब की मुहिम लायी रंग, पत्रकारों को मिलेगा आशियाना

पीडीए वीसी ने 2 बीएचके फ्लैट के लिए मांगा डिमांड फार्म, जुलाई के अंत तक ई-लाटरी निकालने का दिया आश्वासन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। भूमाफियाओं से खाली करायी गयी जमीनों पर पत्रकारों

को आवास आवण्टन के लिए प्रयागराज प्रेस क्लब की ओर से चलायी जा रही मुहिम रंग लायी है। सोमवार को क्लब के अध्यक्ष आलोक कुमार सिंह के नेतृत्व में पत्रकारों के प्रतिनिधिमंडल ने प्रयागराज विकास प्राधिकरण के उपाध्यक्ष ऋषि राज से मुलाकात करके ज्ञापन सौंपा। पत्रकारों ने कहा कि उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ महाराज द्वारा प्रयागराज में की गयी जनसभाओं में भूमाफियाओं से खाली करायी गयी जमीनों पर पत्रकारों को भी आवास देने की घोषणा की गई थी। इसके क्रम में प्रयागराज में भूमाफियाओं से खाली करायी गयी जमीनों पर बनने वालों आवासों में जनपद के पत्रकारों को भी वरीयता देते हुए भूखण्ड/ फ्लैटों का आवंटन करने की मांग की। इससे पहले प्रयागराज प्रेस क्लब के पदाधिकारियों ने मंडलायुक्त श्रीमती सौम्या अग्रवाल और जिलाधिकारी मनीष कुमार वर्मा को ज्ञापन सौंपकर पत्रकारों की आवासीय समस्याओं को दूर करने की मांग की थी। पीडीए उपाध्यक्ष ऋषि राज ने बताया कि मुख्यमंत्री की मंशा के अनुरूप हम लोग पत्रकारों के आशियाने के सपने को साकार करने के लिए तैयार हैं। आप लोग अगले तीन दिनों में 50 रुपए शुल्क के साथ फार्म भरकर अपना मांगपत्र पीडीए कार्यालय में जमा करा दें। मांग के अनुरूप पीडीए इलाहाबाद पश्चिम क्षेत्र में हाईकोर्ट से महज 10 मिनट की दूरी पर आवासीय योजना तैयार करने जा रहा है। पीडीए वीसी ने बताया कि 2 बीएचके के 659 फ्लैट बनाए जायेंगे और मांग के अनुरूप प्राथमिकता के आधार पर पत्रकारों को आवास दिये जायेंगे। रेरा से अनुमति मिलने के बाद जुलाई माह के अंत तक ई-लाटरी निकाली जाएगी। ज्ञापन सौंपने वालों में क्लब के सचिव अचिन्त्य रंजन मिश्र, संयुक्त सचिव नवीन सारस्वत, आनंद राज, गगन जैन, विजेन्द्र आदि पत्रकार और छायाकार मौजूद रहे।

एक पेड़ मां के नाम थीम पर वृक्षारोपण कार्यक्रम

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। राजकीय आईटीआई गोराबाजार रायबरेली में एक पेड़ मां के नाम थीम पर वृक्षारोपण कार्यक्रम करते हुए संस्थान के वरिष्ठ कार्यादेशक राजकुमार मौर्य,नरेंद्र बहादुर सिंह,शिव कुमार सुरक्षाधिकारी सहित संस्थान के अनुदेशकगण अविनाश कुमार शुक्ला,उपनेश कुमार,राहुल, राकेश कुमार,शुशांत वर्मा,रवि, संतोष पांडेय,चंद्रकांत पांडेय,अभय कुमार श्रीवास्तव, प्रमोद कुमार राकेश कुमार यादव,सत्येंद्र सिंह, नवीन सिंह,राजीब सिंह प्रबन्धक कौशल विकास मिशन प्रशिक्षार्थी सहित संस्थान में उपस्थित रहे।

लायंस इंटरनेशनल (डिस्ट्रिक्ट 321 ई) की वर्ष 2026-27 की प्रथम कैबिनेट सभा का आयोजन प्रयागराज स्थित 'होटल रमांशा इन' में हुआ

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। सभा की अध्यक्षता

मंडलाध्यक्ष उदय चांदनी जी ने की। उन्होंने सेवा कार्यों की महत्ता पर जोर देते हुए बताया

कि इस वर्ष संस्था द्वारा शहर के दरागंज इलाके में एक वृद्धाश्रम तथा अन्य स्थान पर एक विद्यालय का शिलान्यास किया जाएगा। साथ ही निर्धन कन्याओं के विवाह व दिव्यांगों को सहायक उपकरण का वितरण भी कैंप लगाकर किया जाएगा। उल्लेखनीय है कि संस्था के ग्लोबल कॉज जिन पर संस्था पूरे विश्व में कार्य कर उसका उन्मूलन कर रही है, वे हैं- अंधत्व, चाइल्डहुड कैंसर, डायबिटीज, पर्यावरण, नारी व युवा सशक्तिकरण। इस कार्यक्रम में सम्माननीय अतिथि के रूप में लायन जगदीश गुलाटी जी - चेयरमैन, यूनाइटेड ग्रुप उपस्थित थे। यह कार्यक्रम प्रयागराज रीजन के जोन चेयरपर्सन तथा राजमान्य लायन बंधुओं के सहयोग से आयोजित हुआ। जिसमें - उमेश कक्कड़, हिमांशु गुप्ता, सतीश टण्डन, लाला भैया, बृजेंद्र बाजपेयी, बालाजी, जगमोहन अग्रवाल, शालू, शिव, डॉ राकेश सिंह ,अंजना, मीना, आरती, पवन, नाज़िम, सुशील, अनिल, बीरेन्द्र, मनोज, अजय रोहित, अनूप सिंह, कमल क्रांति, गौरव गुप्ता, आर के आदि अग्रणी थे।

सपा नोएडा महानगर में गौरव कुमार यादव को मीडिया प्रभारी के साथ उपाध्यक्ष की भी महत्वपूर्ण जिम्मेदारी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा समाजवादी पार्टी नोएडा महानगर संगठन ने आगामी विधानसभा चुनाव की तैयारियों को गति देते हुए संगठन को और अधिक मजबूत बनाने के उद्देश्य से महत्वपूर्ण संगठनात्मक निर्णय लिया है। पार्टी के सक्रिय, संघर्षशील एवं कर्मठ नेता गौरव कुमार यादव को उनके वर्तमान महानगर मीडिया प्रभारी के दायित्व के साथ-साथ महानगर उपाध्यक्ष के पद की जिम्मेदारी भी सौंपी गई है। गौरव कुमार यादव पिछले लगभग पाँच वर्षों से समाजवादी पार्टी नोएडा महानगर के मीडिया प्रभारी के रूप में निरंतर सक्रिय भूमिका निभा रहे हैं। उन्होंने पार्टी की नीतियों एवं जनहित के मुद्दों को प्रभावी ढंग से जनता तक पहुँचाने, आमजन की आवाज़ को बुलंद करने, जन आंदोलनों में अग्रिम पंक्ति में रहकर संघर्ष करने तथा सामाजिक कार्यों में बढ़-चढ़कर सहभागिता निभाकर संगठन को नई पहचान दिलाने का कार्य किया है। उनकी निष्ठा, ईमानदारी, संगठन के प्रति समर्पण और कार्यक्षमता को देखते हुए महानगर नेतृत्व ने उन्हें उपाध्यक्ष की अतिरिक्त जिम्मेदारी सौंपी है। मूल रूप से बिहार-पूर्वांचल से संबंध रखने वाले गौरव कुमार यादव को उपाध्यक्ष बनाए जाने से बिहार-पूर्वांचल समाज एवं समाजवादी कार्यकर्ताओं में उत्साह का माहौल है। पार्टी नेताओं का मानना है कि उनकी नियुक्ति से बिहार-पूर्वांचल सहित सभी वर्गों के लोगों का समाजवादी पार्टी के प्रति विश्वास और अधिक मजबूत होगा तथा संगठन को नई ऊर्जा और मजबूती मिलेगी। इस अवसर पर महानगर अध्यक्ष डॉ. आश्रय गुप्ता ने कहा कि 'गौरव कुमार यादव ने वर्षों से संगठन के लिए पूरी निष्ठा और समर्पण के साथ कार्य किया है।

उनकी कार्यशैली, संघर्षशीलता और जनसरोकारों के प्रति प्रतिबद्धता उन्हें इस दायित्व के योग्य बनाती है। हमें विश्वास है कि उनके नेतृत्व में संगठन और अधिक मजबूत होगा तथा आगामी विधानसभा चुनाव में समाजवादी पार्टी को ऐतिहासिक सफलता मिलेगी।' महानगर महासचिव विकास यादव ने कहा कि 'गौरव कुमार यादव की नियुक्ति संगठन के लिए मील का पत्थर साबित होगी। वे पार्टी के समर्पित सिपाही हैं और उनकी सक्रियता से संगठन को बूथ स्तर तक नई मजबूती मिलेगी।' अपनी नियुक्ति पर गौरव कुमार यादव ने समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष माननीय अखिलेश यादव जी, प्रदेश अध्यक्ष श्याम लाल पाल, महानगर अध्यक्ष डॉ. आश्रय गुप्ता, महानगर महासचिव विकास यादव तथा सभी समाजवादी साथियों का हृदय से आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा, 'पार्टी ने जो विश्वास मुझ पर जताया है, उस पर पूरी निष्ठा और ईमानदारी से खरा उतरने का प्रयास करूंगा। समाजवादी विचारधारा को जन-जन तक पहुँचाना, संगठन को बूथ स्तर तक मजबूत करना और आगामी विधानसभा चुनाव में समाजवादी पार्टी की ऐतिहासिक विजय सुनिश्चित करना मेरी सर्वोच्च प्राथमिकता होगी।' उन्होंने कहा कि समाजवादी पार्टी ही सामाजिक न्याय, समानता, भाईचारे और विकास की सच्ची आवाज़ है तथा वे पूरी ताकत के साथ जनता के बीच रहकर पार्टी की नीतियों और कार्यक्रमों को घर-घर तक पहुँचाने का कार्य करेंगे।

आईएमएस लॉ कॉलेज में पांच दिवसीय एफडीपी का शुभारंभ

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। आईएमएस लॉ कॉलेज, नोएडा में 13 से 17 जुलाई 2026 तक वर्चुअल माध्यम से फैकल्टी डेवलपमेंट प्रोग्राम का आयोजन किया जा रहा है। इस कार्यक्रम का विषय विधि शिक्षा एवं अधिगम में उभरते शिक्षण-प्रवृत्तियां तथा कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) संचालित उपकरणों का उपयोग है। इस एफडीपी का उद्देश्य विधि शिक्षा में कृत्रिम बुद्धिमत्ता आधारित नवाचारों, आधुनिक शिक्षण पद्धतियों तथा शोध एवं विधिक अभ्यास में उभरती तकनीकों से शिक्षकों, शोधार्थियों और विधि विशेषज्ञों को परिचित कराना है।इस 5 दिवसीय कार्यक्रम में देश-विदेश के प्रतिष्ठित शिक्षाविद् एवं विधि विशेषज्ञ समकालीन विषयों पर अपने विचार एवं अनुभव साझा करेंगे। सोमवार को कार्यक्रम के पहले दिन सीए (डॉ.) अनुज कुमार गोयल ने कृत्रिम बुद्धिमत्ता एवं कॉरपोरेट गवर्नेंसः विधि शिक्षा, अनुसंधान एवं विधिक अभ्यास पर प्रभाव विषय पर व्याख्यान दिया। वहीं कार्यक्रम के दौरान आएमएस के सलाहकार प्रोफेसर (डॉ.) जेके शर्मा, डीन सीआरसी एवं मैनेजमेंट डॉ. वर्तिका चतुर्वेदी विभागाध्यक्ष डॉ. अंजुम हसन के साथ उच्च शिक्षण संस्थानों ने फैकल्टी ने हिस्सा लिया। कार्यक्रम के दौरान मुख्य वक्ता सीए (डॉ.) अनुज कुमार गोयल ने अपना विचार प्रकट करते हुए कहा कि कृत्रिम बुद्धिमत्ता आज केवल तकनीकी नवाचार नहीं, बल्कि कॉर्पोरेट गवर्नेंस का अभिन्न हिस्सा बन चुकी है। ऐसे नैतिक एवं नियामक पहलुओं की गहन समझ विकसित करें। भविष्य का विधिक पेशा तकनीकी दक्षता और मानवीय विवेक के संतुलन पर आधारित होगा। प्रोफेसर (डॉ.) जे.के.शर्मा ने कहा कि नई शिक्षा व्यवस्था में तकनीक और विधि का समन्वय समय की आवश्यकता है। इस प्रकार के फैकल्टी डेवलपमेंट प्रोग्राम शिक्षकों को वैश्विक दृष्टिकोण, नवीन शिक्षण पद्धतियों तथा कृत्रिम बुद्धिमत्ता आधारित उपकरणों से परिचित कराते हैं, जिससे विधि शिक्षा को अधिक प्रभावी, समकालीन और शोधोन्मुख बनाया जा सकता है। वहीं डॉ. अंजुम हसन ने बताया कि आईएमएस लॉ कॉलेज द्वारा आयोजित इस 5 दिवसीय एफडीपी में प्रतिभागियों को एआई के लाभों के साथ-साथ उससे जुड़े जोखिमों, जैसे ऑटोमेशन बायस तथा मॉडल ड्रिफ्ट पर विस्तृत जानकारी प्रदान की जाएगी। साथ ही, भारतीय कंपनी अधिनियम, 2013 की धारा 166 के अंतर्गत निदेशकों के दायित्वों, डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन अधिनियम, इलेक्ट्रॉनिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी मंत्रालय के एआई गवर्नेंस दिशा-निर्देश, भारतीय रिजर्व बैंक के नियामकीय ढांचे तथा यूरोपीय संघ के एआई अधिनियम जैसे राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय नियामकीय प्रावधानों का भी विश्लेषण किया जाएगा।

पॉकेट 7 सेक्टर 82 में आरडब्ल्यूए द्वारा किया गया पौधारोपण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। ईडब्ल्यूएस पॉकेट 7 सेक्टर 82 में रविवार के दिन आरडब्ल्यूए द्वारा पौधारोपण अभियान चलाया गया। पार्कों में नीम , अमरूद , बेल , आंवला के पौधे लगाए गए। इस दौरान करीब 100 पौधे लगाए गए।इस अवसर पर आरडब्ल्यूए अध्यक्ष राघवेंद्र दुबे ने कहा प्रकृति हमें जीवन देती है और निरोग भी रखती है। प्रकृति का संरक्षण करना हम सभी का परम दायित्व है। शहरों में पेड़ों को काटकर कंक्रीट के जंगल खड़े हो गए हैं इसलिए प्रदूषण लगातार बढ़ रहा है। प्रदूषण को रोकने, निरोग रहने का एक मात्र उपाय है कि हम सभी अपने आसपास पौधे जरूर लगाएं। पौधरोपण के साथ ही उनके संरक्षण की भी जिम्मेदारी अवश्य लें। इस अवसर पर सुशील पाल , उत्तम चंद्रा, पप्पू सिंह, दीपक तिवारी , गुड्डू चौधरी , विष्णु शर्मा , रमेश वर्मा , वी के मिश्रा सहित तमाम आरडब्ल्यूए पदाधिकारी मौजूद रहे।

देश में जनतंत्र पर बढ़ते हमलों के खिलाफ कम्युनिस्ट कार्यकर्ताओं ने किया कलेक्ट्रेट पर प्रदर्शन

कलेक्ट्रेट में धरना प्रदर्शन के लिए कलेक्ट्रेट के पीछले दरवाजे पर नहीं बल्कि कलेक्ट्रेट परिसर स्थित गांधी उद्यान में धरना प्रदर्शन स्थल सुनिश्चित किया जाए; वामदल

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। सोमवार को भाकपा, माकपा और भाकपा (माले) के संयुक्त तत्वावधान में अपने राष्ट्रव्यापी आह्वान के तहत देश में जनतंत्र पर बढ़ते हमलों के खिलाफ जिलाधिकारी कार्यालय में प्रदर्शन कर महामहिम राष्ट्रपति महोदया को संबोधित ज्ञापन जिलाधिकारी के माध्यम से से भेजा। जहां कम्युनिस्ट पार्टी के नेताओं ने कहा कि देश में लोकतांत्रिक अधिकारों पर लगातार हमले हो रहे हैं। गैर-कानूनी बुलडोजर राज, फर्जी मुकदमों में आरोपी बनाने, राजनीतिक अधिकारों का प्रयोग न करने देने और जन आंदोलनों व प्रदर्शनों से पहले नेताओं को नजरबंद करने की घटनाएं हो रही हैं। उत्तर प्रदेश में योगी सरकार द्वारा सुप्रीम कोर्ट के आदेशों का उल्लंघन करते हुए अल्पसंख्यक, दलित-आदिवासी विरोधी बुलडोजर अभियान यथावत चल रहा है। भाजपा से असहमति रखने वाले, सोशल मीडिया पर पोस्ट करने वाले सामाजिक कार्यकर्ताओं व बुद्धिजीवियों का दमन करके फर्जी मुकदमे लगाकर जेल भेजा जा रहा है। अपने हक-अधिकार के लिए संघर्ष करने वाले मजदूरों को जेलों में कैद कर दिया गया है। किसी भी लोकतांत्रिक कार्यक्रम को संचालित करने की अनुमति नहीं है। धरना-प्रदर्शन करने की अनुमति की प्रक्रिया पूरी करने के बाद भी अनुमति नहीं प्रदान करने की घटनाएं भी बढ़ी हैं। लोकतांत्रिक प्रदर्शन के पूर्व नेताओं व कार्यकर्ताओं को अवैध हाउस अरेस्ट करना आम नियम बना दिया गया है। महिलाओं व दलितों के खिलाफ हिंसा की एक से बढ़कर एक घटनाएं हो रही हैं। अपराधियों को सत्ता का वरदहस्त प्राप्त है। गैर-कानूनी एनकाउंटर को खुली छूट है। जिससे जन-मानस में भय का माहौल है। वक्ताओं ने कहा कि डबल इंजन वाली सरकार में देश में ऐसा माहौल बनाया जा रहा है कि आपातकाल जैसी स्थिति हो। इन्हीं सब सवालों को लेकर वामदलों द्वारा धरना प्रदर्शन किया जा रहा है। और कहा कि आज इस आंदोलन के माध्यम से वामदलों की मांग है कि-जन-आंदोलनों से ठीक पहले नेताओं-कार्यकर्ताओं को हाउस अरेस्ट करने, नजरबंद करने और गैरकानूनी हिरासत में रखने की कार्रवाइयों पर कड़ाई से रोक लगाने, धरना-प्रदर्शन व ज्ञापन की अनुमति सुनिश्चित करने, विपक्षी दलों के नेताओं व कार्यकर्ताओं के विरुद्ध ईडी, सीबीआई आदि संस्थाओं के दुरुपयोग पर रोक लगाने, मेरठ की दलित छात्रा ललिता गौतम के हत्याकांड में न्याय की मांग करने वाले परिजनों व प्रदर्शनकारियों से बर्बर, मनुवादी, हिंसक व गैर-संवैधानिक व्यवहार करने वाले एसएसपी अविनाश पांडेय को तत्काल निलंबित कर कड़ी सजा देने, गैर-कानूनी और मनमाने बुलडोजर राज पर रोक लगाने, फर्जी एनकाउंटरों पर रोक लगाने, नोएडा सहित अन्य जगहों पर हुए मजदूर आंदोलनों में गिरफ्तार सभी मजदूरों, सामाजिक कार्यकर्ताओं व समर्थक बुद्धिजीवियों को रिहा करने और फर्जी मुकदमे हटाने तथा दलित, महिला, अल्पसंख्यक उत्पीड़न पर रोक लगाने और लापरवाही बरतने वाले जिम्मेदार अधिकारियों पर कार्रवाई करने की मांग है। इस दौरान धरना प्रदर्शन को संबोधित करते हुए कम्युनिस्ट नेताओं ने सोनभद्र जिला प्रशासन की भर्त्सना करते हुए कहा कि जनपद मे शासन ने कलेक्ट्रेट परिसर में परिसर के पीछले दरवाजे के पास एक धरनास्थल निर्धारित कर दिया है। वहां पूर्व सूचना होने पर भी कोई सक्षम अधिकारी ज्ञापन लेने अथवा प्रदर्शनकारियों से बात करने नहीं आता। धरनास्थल पर कोई शेड नहीं है। ऐसे में गर्मी और बारिश के मौसम में लगभग 4-5 महीने वहां प्रदर्शन करना व्यावहारिक रूप से संभव नहीं है। इसके अलावा वहां शौचालय और पीने के पानी की भी समुचित व्यवस्था नहीं है। उन्होंने धरना-प्रदर्शन के लिए धरनास्थल कलेक्ट्रेट परिसर स्थित गांधी उद्यान में सुनिश्चित कराने की आवाज उठाई। प्रदर्शन में भाकपा जिला सचिव कामरेड आर के शर्मा, माकपा जिला सचिव कामरेड नन्द लाल आर्य , भाकपा (माले) जिला सचिव कामरेड सुरेश कोल, बसावन गुप्ता, चन्दन प्रसाद, मोहम्मद कलीम, प्रेम नाथ, नागेन्द्र प्रसाद, महेंद्र सिंह, राजबली, हनुमान प्रसाद, नन्द लाल यादव, ईश्वर दयाल, श्याम नारायण सिंह, गीता देवी, परमेश्वरी देवी आदि नेताओं के साथ दर्जनों की संख्या कम्युनिस्ट कार्यकर्ता मौजूद रहे।

वर्ष 2027 विधानसभा चुनाव को लेकर जिला कांग्रेस कार्यालय पर दिग्गज नेताओं की अहम बैठक; आदिवासियों के विस्थापन, अवैध खनन और खाद की किल्लत के खिलाफ महामहिम राज्यपाल को ज्ञापन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। आज जिला कांग्रेस कमेटी कार्यालय पर जिलाध्यक्ष रामराज सिंह गोंड की अध्यक्षता में जिला पदाधिकारियों, ब्लॉक अध्यक्षों और नगर अध्यक्षों की एक अत्यंत महत्वपूर्ण संगठनात्मक बैठक संपन्न हुई। इस बैठक का मुख्य एजेंडा वर्ष 2027 में होने वाले आगामी उत्तर प्रदेश विधानसभा चुनाव को लेकर रणनीति तैयार करना और संगठन को बूथ स्तर तक मजबूत बनाना रहा। बैठक के बाद कांग्रेस के वरिष्ठ नेताओं और पदाधिकारियों के एक बड़े प्रतिनिधिमंडल ने जनपद के आदिवासियों, किसानों और अवैध खनन से जुड़ी ज्वलंत समस्याओं को लेकर महामहिम राज्यपाल (उत्तर प्रदेश) को संबोधित एक विस्तृत ज्ञापन जिलाधिकारी सोनभद्र के माध्यम से सौंपा। विज्ञप्ति के मुख्य बिंदु निम्नलिखित हैं:-
2027 विधानसभा चुनाव की तैयारियां: जिला कांग्रेस कार्यालय पर आयोजित बैठक में सभी ब्लॉक और नगर अध्यक्षों को निर्देश दिया गया कि वे अपने-अपने क्षेत्रों में संगठन को और अधिक सक्रिय करें। वर्ष 2027 के विधानसभा चुनाव के मद्देनजर जनता की बुनियादी समस्याओं को मुखरता से उठाने और कांग्रेस की नीतियों को जन-जन तक पहुंचाने का संकल्प लिया गया। लाखों हरे-भरे पेड़ों की कटाई और पर्यावरण संकट: राबर्ट्सगंज तहसील के नगवां ब्लाक के बैजनाथ, पनौरा और चिरहुली गांव के वन क्षेत्रों में ग्रीनको सोलर प्रोजेक्ट, अडानी पावर प्रोजेक्ट और अवाडा पावर प्रोजेक्ट लगाने की योजना चल रही है। इसके लिए ब्रह्ममोरी के जंगल से लेकर वसुहारी के जंगल-पहाड़ तक लगभग 35 किलोमीटर के क्षेत्र में महुआ, पियार, तेन्दू, साखू आदि के लाखों हरे-भरे पेड़ों को काटने के लिए चिन्हित कर लिया गया है। इससे सोनभद्र की जलवायु पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ेगा और आदिवासियों को भारी वायु, ध्वनि तथा जल प्रदूषण झेलना पड़ेगा। आदिवासियों की जीविका पर सीधा प्रहार: पेड़ और वन आदिवासियों के जीवन का प्रमुख अंग हैं। वे महुआ बीनकर, तेन्दू पत्ते से बीड़ी बनाकर और पियार से चिरौंजी तैयार करके अपनी जीविकोपार्जन (रोजी-रोटी) चलाते हैं। कांग्रेस ने साफ किया कि 'जल, जंगल, जमीन' के अस्तित्व को समाप्त करके केवल उद्योगपतियों का विकास करना क्षेत्र के लोगों को कतई मंजूर नहीं है। इस योजना को लेकर स्थानीय आदिवासियों में भारी आक्रोश है, जिससे कांग्रेस प्रतिनिधिमंडल ने खुद मौके पर जाकर बातचीत की है। डीएपी और यूरिया खाद की भारी किल्लत: जनपद में किसानों को प्रति किसान मात्र पांच बोरी डीएपी खाद ही मिल रही है, जबकि मानक के अनुसार प्रति बीघा एक बोरी डीएपी खाद की आवश्यकता होती है। इसके अलावा यूरिया की भी भारी किल्लत बनी हुई है। यदि इस गलत नीति से खेती चौपट हुई, तो कांग्रेस पार्टी किसानों के साथ मिलकर उग्र संघर्ष के लिए बाध्य होगी। ओबरा तहसील में खदानों का जानलेवा संकट: ओबरा तहसील के अंतर्गत डाला से ओबरा के बीच अवैध खनन के कारण लगभग 600 फीट लंबी, 300 फीट चौड़ी और 150 फीट गहरी करीब आधा दर्जन खदानें (गड्ढे) बन चुकी हैं, जिनमें 100 फीट गहरा पानी भरा है। इन गड्ढों में पैर फिसलने के कारण कई चरवाहों और स्थानीय लोगों सहित अब तक लगभग 50 लोग अपनी जान गंवा चुके हैं। वर्ष 2012 में शारदा मंदिर के पीछे हुई खदान दुर्घटना इसका बड़ा उदाहरण है। इन सुनसान खदानों के पास लगातार अपराधिक गतिविधियां और हत्याएं भी हो रही हैं। आबादी के पास ब्लास्टिंग का खतरा: मैसर्स डीएपी माइनिंग की अवैध खदान घनी आबादी से बिल्कुल सटी हुई है। इसकी ब्लास्टिंग के समय पत्थरों के टुकड़े सीधे लोगों के मकानों पर गिरते हैं, जिससे कभी भी कोई बड़ी जनहानि हो सकती है।और अपने-अपने क्षेत्रों की रिपोर्ट साझा की। कांग्रेस कमेटी की प्रमुख मांगें:-आदिवासियों के जीवन और पर्यावरण को बचाने के लिए उक्त चिन्हित वन क्षेत्रों में फैक्ट्रियां व पावर प्रोजेक्ट कतई न लगाए जाएं। किसानों को मानक के अनुसार पर्याप्त मात्रा में डीएपी और यूरिया खाद की उपलब्धता सुनिश्चित कराई जाए। ओबरा क्षेत्र के खतरनाक और गहरे खदानों के गड्ढों को शासन द्वारा शीघ्र भरवाया (पटवाया) जाए और वहां पेड़ लगवाए जाएं। आबादी के पास संचालित खतरनाक अवैध खदानों पर तत्काल पूरी तरह पाबंदी लगाई जाए।इसके साथ ही आरटीआई जिला अध्यक्ष श्रीकांत मिश्रा, जिला सचिव मंजू देवी, जिला सचिव आशीष सिंह (कंट्रोल प्रभारी), जिला सचिव शीतला पटेल, जिला सचिव ऋषि राज पासवान, पूर्व जिला सचिव गणेश विश्वकर्मा, जिला सचिव राजेन्द्र भारतीय, जिला सचिव मिक्कू, जिला सचिव अहमद हुसैन, जिला सचिव संजय राम और विजय चौहान ने भी बैठक में भाग लिया।ब्लॉक व नगर अध्यक्षों की सक्रिय भागीदारी:-संगठन को मजबूती देने के लिए ब्लॉक अध्यक्ष अमरेश देव पांडे, ब्लॉक अध्यक्ष लल्लू राम पांडे, ब्लॉक अध्यक्ष सुनील मिश्रा, ब्लॉक अध्यक्ष विनोद विश्वकर्मा, ब्लॉक अध्यक्ष अर्जुन खरवार, पूर्व ब्लॉक अध्यक्ष वंशी धर देव पांडे, नगर अध्यक्ष सिद्धार्थ प्रजापति और नगर अध्यक्ष सरबुद्दीन पूरी मुस्तैदी के साथ बैठक में उपस्थित रहे।

जिला आबकारी अधिकारी ने पदोन्नत हुए उपनिरीक्षक एवं प्रधान आरक्षको दी शुभकामनाएं

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) शहडोल। मध्यप्रदेश शासन के आबकारी विभागा द्वारा जारी आदेश के अनुसार जिला पद पर पदोन्नत हुए श्री प्रकाष मरावी को प्रतीक स्वरूप स्टार एवं फीता लगाकर उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दी। इस अवसर पर सहायक जिला आबकारी श्री हनुमान सिंह, आबकारी उप निरीक्षक रजनीश कुमार तिवारी सहित अन्य लोगो ने भी पदोन्नत हुए प्रधान आरक्षको एवं उप निरीक्षक को बधाई एवं शुभकामनाएं दी।

आबकारी अधिकारी सुश्री सावित्री भगत ने आरक्षक श्री सहेज सिंह, श्री गोपाल सिंह, श्रीमती शोभारानी, श्री गजेंद्र सिंह को प्रधान आरक्षक के पद पर पदोन्नत एवं प्रधान आरक्षक से उप निरीक्षक आबकारी के

देवसीपुर में पांच नए स्वयं सहायता समूह बने, महिलाओं को स्वरोजगार से जोड़ने पर जोर

वालिदपुर मऊ। विकास खंड मुहम्मदाबाद गोहना की ग्राम पंचायत देवसीपुर में सोमवार को राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन (एनआरएलएम) के अंतर्गत विशेष सदस्यता अभियान चलाकर पात्र गृहस्थी एवं अंत्योदय राशन कार्डधारक महिलाओं को स्वयं सहायता समूहों से जोड़ा गया। पंचायत भवन में आयोजित शिविर में सुबह से शाम तक बड़ी संख्या में महिलाओं ने भाग लेकर समूहों की सदस्यता ग्रहण की। अभियान के दौरान महिलाओं के आधार कार्ड, बैंक पासबुक, मोबाइल नंबर और फोटो सहित आवश्यक दस्तावेजों का सत्यापन कर पंजीकरण किया गया। इस दौरान पांच नए स्वयं सहायता समूहों का गठन कर उनकी सभी आवश्यक औपचारिकताएं पूरी की गईं। शिविर में विकासखंड मिशन प्रबंधक रामअवध यादव, ग्राम सचिव संजय सहाय, ग्राम प्रधान बीरेंद्र कुमार राजभर, समूह सखी उमा देवी, खुशबू भारती, यूनियन बैंक करहां की बैंक सखी शशिकला देवी, सुषमा यादव, सीआरपी कुसुम शर्मा, पंचायत सहायक आरती राजभर, रोजगार सेवक जनार्दन राजभर तथा राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन की टीम मौजूद रही। विकासखंड मिशन प्रबंधक रामअवध यादव ने बताया कि शासन के निर्देशानुसार प्रत्येक पात्र गृहस्थी और अंत्योदय राशन कार्डधारक परिवार की महिलाओं को स्वयं सहायता समूहों से जोड़ने का अभियान चलाया जा रहा है। समूहों के माध्यम से महिलाओं को बैंक ऋण, प्रशिक्षण और विभिन्न सरकारी योजनाओं का लाभ मिलेगा। उन्होंने बताया कि महिलाएं बकरी पालन, सूअर पालन, किराना दुकान, ब्यूटी पार्लर, कुटीर उद्योग सहित विभिन्न स्वरोजगार अपनाकर अपनी आय बढ़ा सकती हैं। अभियान का उद्देश्य ग्रामीण महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाकर उनके परिवार की आर्थिक स्थिति को मजबूत करना है।

आदिवासी भाई बहनों का एक भी घर उजाड़ने नहीं दिया जायेगा-संदीप मिश्र

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। नगवा ब्लॉक के पपड़हवा ग्राम पन्चायत में पेड़ है तो प्राण है अभियान के तहत

सभी परिवारि जनो को फलदार पौधे वितरित किए गये किसान नौजवान संघर्ष मोर्चा के संयोजक संदीप मिश्रा के नेतृत्व में आज पल्हारी के लोगों के साथ मिलकर जल जंगल जमीन को बचाने को लेकर जोरदार प्रदर्शन किया गया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए संदीप मिश्रा ने कहा कि आज ये सरकार जो सोनभद्र की सासो का सौदा अपने सहयोगी सेठो के साथ मिलकर प्लांट क्यों नहीं लगाया जाता जहां किसी को विस्थापित नहीं करना पड़ेगा न कोई पेड़ काटना पडेगा सरकारे जन सहयोगी होती हैं इस तरह का जन उत्पीड़न का रवैया हम बर्दाश्त नहीं करेन्गे।वही ग्राम प्रधान सुदामा चेरो ने कहा की एक भी कम्पनी नहीं लगने दिया जायेगा। बीडीसी विन्दू अगरिया ने कहा कि जान चली जायेगी पर हम अपने जंगल को कटने नहीं देन्गे।वही ग्रामीण राम बहाल खरवार ने कहा कि कोरोना में हमारे औषधीय पौधों के कारण एक मरीज इस पूरे एरिया में नहीं हुए ऐसे औषधीय जंगल को हम कटने नहीं देन्गे केवल कागजों पर ही स्वर्णिम काल है इतनी खराब व्यवस्था हमने नहीं देखा अब तक आज के कार्यक्रम में राम बहाल खरवार विन्दू अगरिया गुलाब चेरो मुनिया खरवार प्रमिला खरवार सत्रुधन बिन्द आकाश चौहान दिनेश चेरो व सुरेस मौर्य व सैकड़ों ग्रामीण उपस्थित रहे। करना चाहती है उसे किसी भी किमत पर नहीं करने दिया जायेगा एक भी अपने आदिवासी परिवारि जनो का घर उजाड़ने नहीं दिया जायेगा आज जब जनपद में यही विन्ध्य पर्वत माला के पहाड़ व सोन नदी से इतनी दूरी होने के बावजूद हमारे आदिवासी परिवारि जनो को उजाड़ कर विकास क्यों वहाँ

खाद सोसायटी बंद होने पर सपा कार्यकर्ताओं का प्रदर्शन,किसानों को खाद नहीं मिलने पर आंदोलन तेज करने की चेतावनी

सोनभद्र। सोनभद्र के रॉबर्ट्सगंज स्थित सहकारी खाद सोसायटी रविवार को बंद मिलने पर किसानों और समाजवादी पार्टी (सपा) कार्यकर्ताओं ने विरोध प्रदर्शन किया। खाद लेने पहुंचे किसानों को सोसायटी बंद मिली, जिसके बाद सपा कार्यकर्ता मौके पर पहुंचे और लगभग एक घंटे तक धरना-प्रदर्शन कर प्रशासन के खिलाफ नारेबाजी की। सपा जिला सचिव प्रमोद यादव ने आरोप लगाया कि भाजपा सरकार में किसान खाद के लिए भटकने को मजबूर हैं। उन्होंने कहा कि क्षेत्र में खाद की भारी किल्लत है और कालाबाजारी की भी आशंका है। यादव ने चेतावनी दी कि यदि किसानों को जल्द खाद उपलब्ध नहीं कराई गई, तो समाजवादी पार्टी किसानों के हित में सड़क पर उतरकर आंदोलन करेगी, जिसकी पूरी जिम्मेदारी शासन और प्रशासन की होगी। किसान भगवान दास यादव ने बताया कि वह और कई अन्य किसान पिछले कई दिनों से प्रतिदिन सुबह खाद लेने के लिए केंद्र पर आ रहे हैं। हालांकि, मशीन खराब होने के कारण खाद का वितरण नहीं हो पा रहा है। उनका कहना है कि केंद्र पर खाद उपलब्ध होने के बावजूद तकनीकी खराबी के कारण किसानों को खाली हाथ लौटना पड़ रहा है। किसानों के अनुसार, केंद्र के कर्मचारियों ने उन्हें बताया है कि मशीन को ठीक कराने के लिए भेजा गया है और उसके चालू होते ही खाद वितरण शुरू कर दिया जाएगा। लेकिन कई दिनों से यही स्थिति बनी हुई है, जिससे किसानों को रोजाना चक्कर लगाने पड़ रहे हैं और उनकी खेती के कार्य बुरी तरह प्रभावित हो रहे हैं। सपा नेताओं ने जिला प्रशासन से तत्काल खाद वितरण व्यवस्था को सुचारु करने और किसानों को पर्याप्त मात्रा में खाद उपलब्ध कराने की मांग की। उन्होंने बताया कि किसान घंटों लाइन में खड़े रहने के बावजूद खाद नहीं पा पा रहे हैं, जिससे उनमें भारी नाराजगी है। प्रदर्शन के दौरान बचोले पटेल, गोपाल गुप्ता, सुरेश अग्रहरी, सरोज पटेल, सुभाष भारती, छोटन भारती, जुनैद अंसारी, मनीष केडिया, शौर्य त्रिपाठी, संदीप कुमार सहित कई कार्यकर्ता मौजूद रहे।

वृक्षा रोपण महायज्ञ अभियान के तहत जनपद में वृहद स्तर पर किया गया पौध रोपण

सोनभद्र की छह बंजर पहाड़ियां अब होंगी हरियाली से आच्छादित, वृक्षारोपण महायज्ञ पर अंबेडकर पहाड़ी में हुआ वृहद पौधरोपण,राज्यमंत्री संजीव कुमार गोंड व जिलाधिकारी चर्चित गौड़ ने पौधा रोप प्रकृति संरक्षण का दिया संदेश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। प्रदेश के मुख्यमंत्री श्री योगी आदित्यनाथ जी ने प्रदेश सरकार द्वारा पर्यावरण संरक्षण के लिए रविवार को वृक्षारोपण महायज्ञ-2026 के तहत रविवार को प्रदेश में 35 करोड़ पौधे लगाने का महाअभियान चलाया गया। इसी अभियान के तहत जनपद सोनभद्र में प्रदेश में सबसे अधिक 1 करोड़ 67 लाख से अधिक पौधे रोपे जाने का लक्ष्य निर्धारित किया गया। इस अभियान के तहत जनपद में मा0 मुख्यमंत्री जी के निर्देश के क्रम में जिलाधिकारी श्री चर्चित गौड़ ने एक अनोखी मुहिम चलाते हुए छह बजंर पहाड़ियों को हरियाली से आच्छादित करने के लिए वृहद पौधारोपण अभियान में शामिल किया गया। इन पहाड़ियों पर अब छाएगी हरियाली वृक्षारोपण महायज्ञ के तहत जनपद में हरित आवरण बढ़ाने के साथ-साथ प्राकृतिक सौन्दर्यता बढ़ाने के उद्देश्य से छह बंजर पहाड़ियों पर वृहद स्तर पर पौधरोपण किया जा रहा है, जिलाधिकारी चर्चित गौड़ ने बताया कि सोनभद्र में इस अभियान के तहत अबकी बार जुगैल की अंबेडकर पहाड़ी के साथ-साथ चोपन के पनारी में स्थित जुड़वानी पहाड़ी, घटिहटा स्थित गड़ई पहाड़ी, म्योरपुर के रासपहरी में स्थित रासपहाड़ व गंभीरपुर में स्थित सरहद पहाड़ी तथा दुद्धी के नगवा में स्थित भवरहवा पहाड़ी में वृहद स्तर पर पौधरोपण सुनिश्चित किया गया है। आने वाले समय में यह पहाड़ियां जब हरित आवरण से आच्छादित होंगी तो सोनभद्र की प्राकृतिक छटा देखने लायक होगी।इस अवसर पर प्रदेश सरकार में समाज कल्याण राज्य मंत्री संजीव कुमार गोंड व जिलाधिकारी श्री चर्चित गौड़ व मुख्य विकास अधिकारी जागृति अवस्थी ने चोपन ब्लॉक के ग्राम जुगैल में अंबेडकर पहाड़ी में 10 बीघा भूमि पर पौधरोपण कर प्रकृति की रक्षा का संदेश दिया। इस अवसर पर सैकड़ों की संख्या में मौजूद आमजन को संबोधित करते हुए राज्यमंत्री ने कहा कि बढ़ती जनसंख्या और घटते पेड़-पौधे मानव जीवन के लिए चिंता का विषय है। पेड़-पौधे ही हमें मुफ्त में आक्सीजन देते हैं इसलिए पर्यावरण संतुलन बनाए रखने के लिए वृक्षों का होना बहुत जरूरी है। जिलाधिकारी चर्चित गौड़ ने कहा कि पर्यावरण को संतुलित बनाए रखने के लिए हमें अधिक से अधिक पौधों का रोपण करना होगा। पौधे हमें न सिर्फ आक्सीजन देते हैं, बल्कि फूल, फल, औषधि व इमारती लकड़ियां भी देते हैं। सरकार प्रकृति की रक्षा के लिए वृहद पौधरोपण अभियान चलाती है लेकिन हम पर्यावरण की रक्षा के अपने मकसद में तभी कामयाब हो पाएंगे जब जन-जन में पौधरोपण एवं उनकी रक्षा को लेकर जागरूकता आएगी। आमजन को पर्यावरण की रक्षा को लेकर जागरूक करने के उद्देश्य से इस अवसर पर पेड़-पौधों की बारात भी निकाली गई तथा आमजन को फलदार पौधे भी वितरित किए गए ताकि वे अपने-अपने घरों के पास उनका रोपण कर उनकी रक्षा करें। मंडलायुक्त राजेश प्रकाश ने म्योरपुर आश्रम मोड़ के पास आयोजित पौधरोपण कार्यक्रम में प्रतिभाग कर पौधरोपण किया। उनके साथ भाजपा के जिलाध्यक्ष नंद लाल गुप्ता मौजूद रहे। इसी तरह सदर विधायक भूपेश चौबे ने चुर्क व रामगढ़ में पौधरोपण किया। घोरावल विधायक डॉ. अनिल कुमार मौर्य ने घोरावल रेंज के बेरदिया में स्थापित ग्राम वन वाटिका में एक हजार चिरौंजी के पौधों का रोपण किया। इस अवसर पर आमजन को पर्यावरण का संरक्षण के प्रति जागरुक करने के लिए पौधों की बारात भी निकाली गई व आम व अन्य फलदार पौधों का वितरण भी किया गया। वृहद स्तर पर पौधरोपण सुनिश्चित करने के लिए सभी विकासखंडों व ग्राम सभाओं में पौधरोपण कार्यक्रम का आयोजन करने के साथ ही आमजन को प्रकृति की रक्षा की शपथ भी दिलाई गई। इस मौके जिला विकास अधिकारी श्री हेमन्त कुमार सिंह, डी0सी0 मनरेगा श्री रविन्द्र वीर सिंह, जिला पंचायत राज अधिकारी नमिता शरण, जिला बेसिक शिक्षा अधिकारी, जिला विद्यालय निरीक्षक, अपर जिला सूचना अधिकारी श्री विनय कुमार सिंह, ग्राम प्रधान जुगैल सहित जनप्रतिनिधिगण उपस्थित रहें।

हरियाली आंदोलन के माध्यम से पर्यावरण संरक्षण का संदेश दे रहे डॉ. बृजेश महादेव

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। पर्यावरण संरक्षण एवं वृक्षारोपण को जन-आंदोलन का स्वरूप देने के उद्देश्य से हरियाली आंदोलन के संयोजक एवं पर्यावरण प्रेमी शिक्षक डॉ. बृजेश महादेव लगातार जन-जागरूकता अभियान चला रहे हैं। उनके नेतृत्व में पीएम श्री कंपोजिट विद्यालय, पल्हारी (नगवां) में विद्यार्थियों ने वृक्षारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संकल्प लिया। डॉ. महादेव ने बताया कि उनका अभियान केवल पौधारोपण तक सीमित नहीं है, बल्कि वनों के संरक्षण, वृक्षों की सुरक्षा तथा वर्षा ऋतु में विभिन्न प्रजातियों के बीजों की बुवाई कर प्राकृतिक वन संपदा का विस्तार करना भी इसका प्रमुख उद्देश्य है। उन्होंने कहा कि वर्षों पूर्व लगाए गए अनेक पौधे आज विशाल वृक्ष बन चुके हैं, जो इस अभियान की सफलता का प्रमाण हैं। उन्होंने कहा कि 'एक वृक्ष पंद्रह पुत्रों से भी अधिक उपयोगी होता है।' वृक्ष मानव जीवन के लिए ऑक्सीजन, फल, फूल, औषधियाँ, ईंधन, लकड़ी तथा अन्य प्राकृतिक संसाधनों का आधार हैं। इसलिए प्रत्येक व्यक्ति को अपने जीवन में कम-से-कम एक वृक्ष लगाकर उसके संरक्षण का संकल्प लेना चाहिए। डॉ. बृजेश महादेव ने बताया कि दार्जिलिंग की प्राकृतिक हरियाली से प्रेरित होकर उन्होंने अपने पैतृक गाँव भरहरी तथा कर्मभूमि पल्हारी से हरियाली आंदोलन की शुरुआत की थी। आज इस अभियान के माध्यम से हजारों लोगों को पौधे एवं बीज वितरित किए जा चुके हैं तथा उन्हें वृक्षारोपण और पौधों के संरक्षण के लिए प्रेरित किया गया है। उन्होंने बताया कि उनके घर आने वाले प्रत्येक अतिथि को विदाई के समय एक पौधा उपहार स्वरूप दिया जाता है तथा उससे पौधे के संरक्षण का संकल्प भी कराया जाता है। विद्यालय में भी विद्यार्थियों को प्रकृति संरक्षण के संस्कार दिए जा रहे हैं, ताकि वे अपने परिवार और समाज को पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रेरित कर सकें। डॉ. महादेव ने लोगों से अधिक से अधिक वृक्ष लगाने, उनका संरक्षण करने तथा हरियाली आंदोलन से जुड़कर पर्यावरण संरक्षण में अपनी सक्रिय भागीदारी निभाने की अपील की। उन्होंने कहा कि 'जहाँ है हरियाली, वहाँ है खुशहाली।'

INDIAN SECURITY AND MANPOWER SERVICE

ADDRESS- Naini,Prayagraj U.P-211008. PAN No. ABJPA1540R,Reg.No.03-0068604

Regd. Under Additional Director General of Police U.P. vide Reg. No. 2453
+91-7985619757,+91-7007472337

We Are Providing Security & Manpower Services in School/ University/Institute/ Hospital/Office Premises

INDIAN SECURITY AND MANPOWER SERVICES:-
takes great pleasure in Providing Security arrangement and Office Staff for your Organization premises. We have with us talented and well trained Disciplined persons, each having exposure to industrial/commercial security and intelligence knowledge in their field. Our personnel's are physically fit, courageous disciplined and well trained in their field. They are bold but polite, peace loving but not coward, friendly but shrews while duty, sharp in act but very claim and affable where presence of mind is lost by the common man, ailing but smelling the red hounds, work in the common climate but vigilant and faithfully to the organization. It is on account of the above trait that our services are engaged by reputed organization which consists of Schools, University, Banks, Government, industrial Concern, Hotels, Hospitals, Educational Institutes, Housing Societies/Bungalows, Semi Government and Government Organization.

INDIAN SECURITY AND MANPOWER SERVICES is registered by:-
Additional Director General of Police, (Law & Order), Deputy Labour Commissioner, Employees Provident Fund Organization, Employees State Insurance Corporation, Goods & Services Tax, MSME Registration..(Govt. of India)

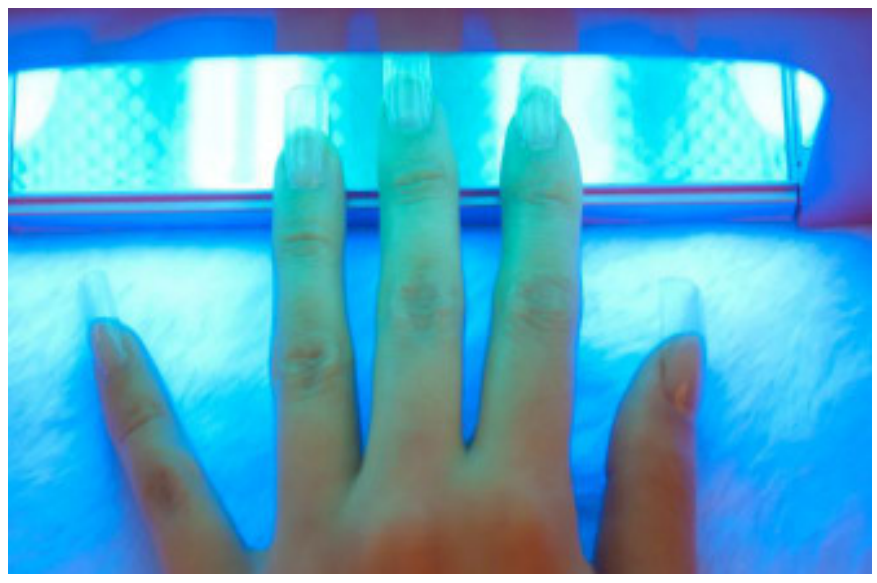
FOR JOB CONTACT:- 9569430885

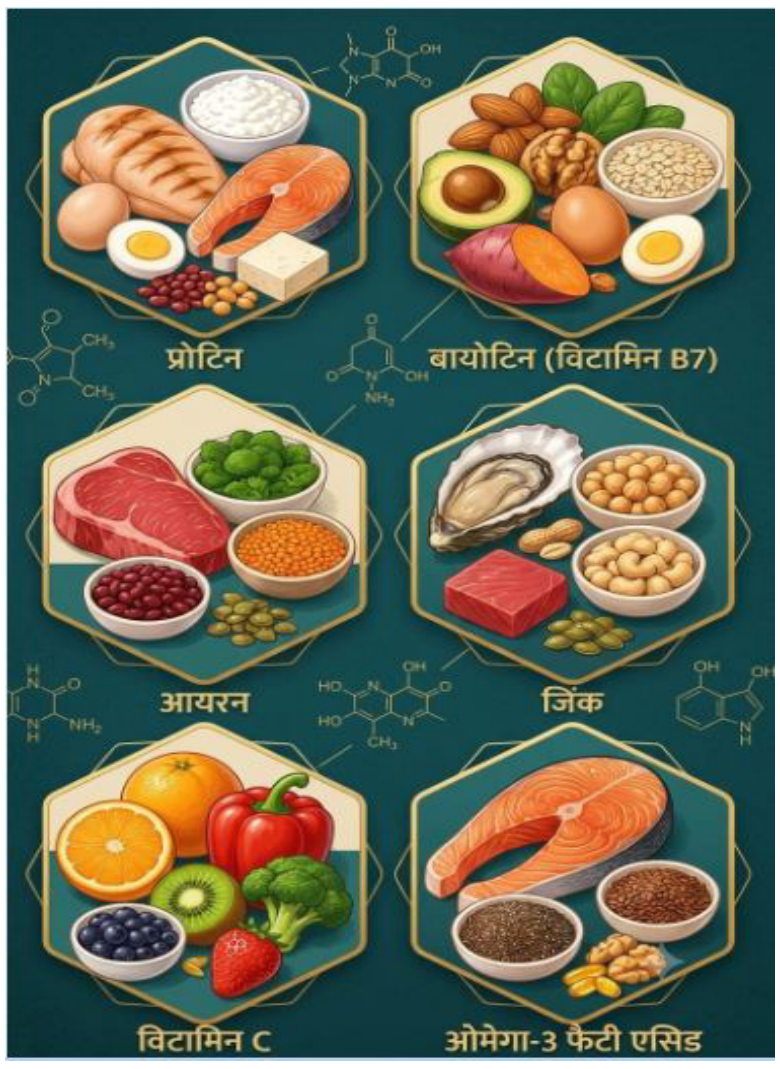
INDIAN SECURITY AND MANPOWER SERVICES Manpower Category:-
Assignment Manager, Housekeeping Manager, Assignment Supervisor, Housekeeping Supervisor, Accountant, Driver, Computer Operator, Electrician, Data Entry operator, Carpenter, Clerk, Office Boy, M.T.S, Sweeper, Peon, Gardner, Computer Teacher, Agriculture Labour, TGT & PGT Teacher, Quality/Technical Manpower as per your requirement

जैल मेनीक्योर से कैंसर का खतरा,नेल्स हो सकते हैं डैमेज, 8 सावधानियां जरूरी, जानें नाखूनों को कैसे रखें हेल्दी

नयी दिल्ली। किसी शादी, पार्टी या खास मौके पर खूबसूरत और चमकदार नाखून हर लड़की की चाहत होती है। यही वजह है कि पिछले कुछ साल में जैल मेनीक्योर काफी पॉपुलर हुआ है। जैल मेनीक्योर एक ब्यूटी ट्रीटमेंट है। इसमें नाखूनों पर खास जैल पॉलिश की कई लेयर्स लगाई जाती हैं। ये परफेक्ट फिनिश के साथ टिकाऊ भी होता है। इसकी चमक के पीछे कुछ ऐसे हेल्थ रिस्क भी हो सकते हैं। जैल मेनीक्योर प्रोसिजर के दौरान इस्तेमाल होने वाली यूवी (यूवी) लाइट और कुछ केमिकल्स नाखूनों और स्किन को डैमेज कर सकते हैं। साल 2023, में 'यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया' के रिसर्चर्स की एक स्टडी जर्नल 'नेचर कम्युनिकेशन' में पब्लिश हुई। इसमें पाया गया कि 'यूवी नेल लैम्प' के संपर्क में आने से ह्यूमन सेल्स को नुकसान पहुंच सकता है। इससे कैंसर का रिस्क भी बढ़ सकता है। इसलिए 'जरूरत की खबर' में बात करेंगे जैल मेनीक्योर की। साथ ही जानेंगे कि- यह नाखूनों को कैसे नुकसान पहुंचाता है? किन लोगों को जैल मेनीक्योर कराने से बचना चाहिए? विषय को समझेंगे एक्सपर्ट- डॉ. संदीप अरोड़ा, सीनियर कंसल्टेंट, डर्मेटोलॉजी, अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, दिल्ली जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- जैल मेनीक्योर क्या होता है? जवाब- जैल मेनीक्योर में नेल्स पर खास जैल पॉलिश को कई लेयर लगाई जाती हैं। हर लेयर को यूवी (अल्ट्रावायलेट) या एलईडी (लाइट एमिटिंग डायोड) लाइट की मदद से सख्त किया जाता है। इस प्रोसेस से पॉलिश जल्दी सूख जाती है और हाई-ग्लॉस फिनिश मिलती है। खास बात यह है कि यह आमतौर पर 2-3 हफ्ते तक खराब नहीं होता है। सवाल- जैल पॉलिश और स्टैंडर्ड नेल पॉलिश में क्या फर्क है? जवाब- देखने में दोनों लगभग एक जैसे लगते हैं। लेकिन स्टैंडर्ड नेल पॉलिश को सूखने के लिए 20-30 मिनट या उससे ज्यादा समय लग सकता है। वहीं, जैल पॉलिश को यूवी या एलईडी लैंप के नीचे 60-90 सेकेंड में क्योर किया जाता है। सवाल- जैल पॉलिश पर हुई रिसर्च में कौन-से रिस्क सामने आए हैं? जवाब- साल 2024, में 'यूरोपियन जर्नल ऑफ डर्मेटोलॉजी' में एक सिस्टमैटिक रिव्यू पब्लिश हुआ। इसमें रिसर्चर्स ने जैल मेनीक्योर में इस्तेमाल होने वाले यूवी नेल लैम्प पर हुई कई स्टडीज को एनालाइज किया। इसका मकसद यह समझना था कि यूवी नेल लैम्प का स्किन पर क्या असर पड़ता है और क्या इससे स्किन कैंसर का रिस्क बढ़ता है। स्टडी में क्या सामने आया? यूवी नेल लैम्प से निकलने वाली किरणें मुख्य रूप से यूएवी होती हैं।ये किरणें स्किन में डीएनए डैमेज, ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस और फ्री रेडिकल्स पैदा कर सकती हैं। ये सभी फैक्टर्स स्किन कैंसर का रिस्क बढ़ाते हैं। इसलिए इसके ओवर-एक्सपोजर से बचना चाहिए। सवाल- जैल नेल पॉलिश रिस्की क्यों है? जवाब- पॉइंटर्स से समझिए- 1. नेल्स डीहाइड्रेशन- जैल पॉलिश हटाने के लिए लंबे समय तक एसीटोन (खास केमिकल) में नाखूनों को भिगोए जाते हैं। इससे नाखूनों की नेचुरल सॉफ्टनेस खत्म हो जाती है। इससे नेल्स अंदर से सूखे, बेजान और कमजोर हो जाते हैं। 2. नेल प्लेट को मैकेनिकल डैमेज-कई सैलून में जैल पॉलिश हटाने के लिए इलेक्ट्रिक फाइल या ड्रिल का इस्तेमाल किया जाता है। अगर प्रोसेस को ज्यादा तेज या गलत तरीके से किया जाए तो नाखूनों की ऊपरी लेयर घिस जाती है। 3. फंगल इन्फेक्शन-जैल पॉलिश मोटी लेयर बनाकर नाखून को पूरी तरह ढक लेती है। अगर पॉलिश के नीचे नमी फंस जाए या नाखून पहले से थोड़ा डैमेज हो, तो फंगल इन्फेक्शन हो सकता है। 4. नेल्स रिकवरी पर असर-जैल मेनीक्योर लंबे समय तक टिकता है, लेकिन जैसे ही नेल्स बढ़ते हैं, लोग जल्दी-जल्दी टच-अप कराने लगते हैं। इससे नाखूनों को लगातार केमिकल्स और प्रोसेसिंग झेलनी पड़ती है। यह उसकी नेचुरल रिकवरी को रोक देती है। सवाल- जैल मेनीक्योर से नाखूनों को क्या नुकसान हो सकता है? जवाब- जैल पॉलिश में मौजूद केमिकल्स नाखूनों को पतला और कमजोर बना सकते हैं। इसके बार-बार इस्तेमाल से नाखूनों की ऊपरी लेयर को नुकसान होता है और आसपास की स्किन में जलन हो सकती है।सवाल- जैल मेनीक्योर के बाद कौन-से संकेत खतरे की घंटी हो सकते हैं? जवाब- कुछ संकेत रिस्की हो सकते हैं, इन्हें इग्नोर न करें। जैसे- लगातार खुजली, तेज जलन, लगातार दर्द, ज्यादा सूजन, नाखून का रंग बदलना, सवाल- किन लोगों को जैल मेनीक्योर से बचना चाहिए? जवाब- कुछ लोगों को खास सावधानी बरतनी चाहिए। जैसे- जिनके नाखून पहले से कमजोर हों। जिन्हें बार-बार फंगल इन्फेक्शन हो। जिनकी स्किन सेंसिटिव हो। जिनकी नेल प्रोडक्ट्स से एलर्जी की हिस्ट्री हो। जिनके हाथों पर पहले से कोई स्किन डिजीज हो। सवाल- जैल मेनीक्योर से होने वाले रिस्क से कैसे बचें? जवाब- ऐसे में कुछ सावधानियां जरूरी हैं। 'अमेरिकन एकेडमी ऑफ डर्मेटोलॉजी' (एएडी) के अनुसार-जैल मेनीक्योर को खास मौकों तक सीमित रखना चाहिए, ताकि यूवी एक्सपोजर कम हो और नाखूनों को रिकवरी का समय मिले। यूवी लैम्प एक्सपोजर से पहले हाथों पर सनस्क्रीन लगाने से स्किन डैमेज का रिस्क कम हो जाता है। फिंगरलेस ग्लव्स यूवी किरणों से हाथों को कवर करते हैं। पॉलिश को कभी भी खुद से नहीं हटाना चाहिए। इससे नाखून की ऊपरी लेयर उखड़ सकती है। अगर जलन, खुजली या रंग बदलने जैसी समस्या हो तो तुरंत स्किन स्पेशेलिस्ट से सलाह लें। सवाल- नाखूनों को नेचुरली हेल्दी कैसे बनाएं? जवाब- नाखूनों की सेहत हमारी रोजमर्रा की आदतों से जुड़ी होती है। हाथ धोने या काम करने के बाद मॉइश्चराइजर लगाने से नाखूनों और क्यूटिकल्स में ड्राईनेस नहीं आती। सवाल- नाखूनों को लंबे और चमकदार बनाने के लिए क्या खाएं? जवाब- नाखूनों की मजबूती और चमक का सीधा संबंध शरीर को मिलने वाले पोषण से होता है। अगर डाइट में जरूरी विटामिन और मिनरल्स की कमी हो तो नाखून जल्दी टूटने लगते हैं और बेजान दिखते हैं। संतुलित आहार, पर्याप्त पानी और सही देखभाल से नाखूनों को बिना किसी महंगे ट्रीटमेंट के भी हेल्दी, लंबे और चमकदार रखा जा सकता है। क्या खाएं, क्या न खाएं- अब समझते हैं कौन से पोषक तत्व किसमें पाए जाते हैं- प्रोटीन- अंडा, दूध, दही, पनीर, दालें, राजमा, चना, सोया, टोफू। बायोटिन (विटामिन बी7)- अंडे की जर्दी, मूंगफली, बादाम, केला। आयरन- पालक, मेथी जैसी हरी पत्तेदार सब्जियां, चुकंदर, अनार, गुड़। जिंक- कद्दू और सूरजमुखी के बीज, मूंगफली, साबुत अनाज, काजू। विटामिन सी- संतरा, नींबू, आंवला, अमरूद। ओमेगा-3 फैटी एसिड- मछली, अलसी सीड्स, अखरोट, चिया सीड्स। सवाल- जैल मेनीक्योर के अन्य विकल्प क्या हैं? जवाब- पॉइंटर्स से समझिए- जैल मेनीक्योर का सबसे अच्छा ऑप्शन ट्रेडिशनल मेनीक्योर है। इसमें सामान्य नेल पॉलिश का इस्तेमाल किया जाता है। अगर यह पॉलिश नॉन-टॉक्सिक हो तो और भी बेहतर है। भले ही यह मेनीक्योर ज्यादा दिनों तक न टिके, लेकिन नाखून लंबे समय में ज्यादा स्वस्थ रहेंगे। ऐसी नेल पॉलिश चुनें, जिन पर 'नॉन-टॉक्सिक' लिखा हो।अगर नाखूनों की सही देखभाल की जाए तो वे बिना किसी ट्रीटमेंट के भी मजबूत और हेल्दी रह सकते हैं। हेल्दी न्यूट्रिशन लें, केमिकल प्रोडक्ट्स से बचें और बेसिक हाइजीन बनाए रखें। यही सबसे जरूरी है।

कुल मिलाकर, खूबसूरत नाखून अच्छी बात है, लेकिन उनकी सेहत उससे भी ज्यादा जरूरी है। अगर आप सही जानकारी और सावधानियों के साथ फैसला लेंगी, तो स्टाइल और सेहत दोनों का संतुलन बनाए रख सकती हैं।





आम खाने का सही तरीका क्या है? क्या दूध-दही और चाय-कॉफी के साथ खा सकते हैं, जानें किन्हें नहीं खाना

नयी दिल्ली। आम फलों का राजा है। अपने अनूठे स्वाद और पोषण के कारण यह बच्चों से लेकर बड़ों तक सभी को पसंद आता है। लेकिन इसे खाने को लेकर लोगों के मन में कई तरह के सवाल होते हैं। मसलन कोई कहता है इसे पानी में भिगोकर खाना चाहिए तो कोई इसे दूध के साथ खाने से मना करता है। सवाल यह भी है कि आम खाने का सही समय क्या है और क्या रोज आम खाना हेल्दी है? ऐसे में स्वाद के साथ हेल्थ का भी ध्यान रखना जरूरी है। इसलिए 'जरूरत की खबर' में आम खाने के सही तरीकों की बात करेंगे। साथ ही जानेंगे कि- किन चीजों के साथ आम खा सकते हैं? किन चीजों के साथ नहीं खाना चाहिए? किन्हें आम नहीं खाने चाहिए? इन विषयों को समझेंगे एक्सपर्ट डॉ. अनु अग्रवाल, सीनियर क्लीनिकल डाइटीशियन, फाउंडर- 'वनडाइटटुडे' जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- आम खाने का सही तरीका क्या है? जवाब- इसका कोई तय तरीका नहीं है। लेकिन बेसिक हाइजीन से जुड़े कुछ तरीके अपनाए जा सकते हैं। खरीदकर सीधे फ्रिज में न रखें। 4-5 घंटे पानी में भिगोएं। धोकर पोछकर फ्रिज में रखें। दोबारा पानी में भिगोएं। खाने से एक घंटे पहले निकालें। सुबह खाली पेट न खाएं। डिनर के बाद नखाएं। देर रात न खाएं। बेस्ट टाइम लंच के बाद है। शाम 4 बजे खा सकते हैं। दिन में सिर्फ 1 आम खाएं। साथ में फाइबर प्रोटीन लें।आम को नॉर्मल पानी यानी रूम टेम्परेचर में रखे पानी में भिगोना सबसे बेहतर होता है। क्योंकि इससे अच्छे से सफाई हो जाती है। फल का स्वाद और टेक्सचर भी सही रहता है। क्या पानी में नमक, बेकिंग सोडा मिलाना चाहिए? हां। क्यों? आम की सतह पर जमी गंदगी और धूल हटाने में मदद मिलती है। इससे कीटनाशक कम करने में मदद मिलती है। साफ फल हेल्थ के लिए सुरक्षित होते हैं। कितनी देर भिगोना चाहिए? 1 घंटे तक।क्यों? इतनी देर में सतह पर लगी गंदगी और केमिकल निकल जाते हैं। आम स्वादिष्ट बने रहते हैं। सवाल- आम खाने का सही समय क्या है? जवाब- इसका सही समय- दोपहर में खाना खाने के बाद है। बेस्ट टाइम लंच के बाद है। इसे इवनिंग स्नैक्स में भी ले सकते हैं। क्यों? इस समय पाचन बेहतर रहता है। सोने से पहले को तुरंत खाएं। किन चीज़ो के साथ आम को नहीं खाना चाहिए- सवाल- क्या सुबह खाली पेट आम खा सकते हैं?जवाब- नहीं खाना चाहिए। क्यों? आम में नेचुरल शुगर ज्यादा होती है, जिससे शुगर तेजी से बढ़ सकती है। खाली पेट खाने से गैस या भारीपन हो सकता है। कुछ लोगों को एसिडिटी या ज्यादा भूख महसूस हो सकती है। सवाल- क्या देर रात डिनर के बाद आम खा सकते हैं? जवाब- नहीं खाना चाहिए। क्यों?रात में पाचन धीमा रहता है। आम की हाई शुगर फैट स्टोरेज बढ़ा सकती है। भारीपन, गैस या एसिडिटी हो सकती है। आम न्यूट्रिशन से भरपूर फल है, लेकिन इसे संतुलित मात्रा में लेना चाहिए। दोपहर या शाम में, भोजन के बाद आम खाने से पाचन बेहतर-रहता है। शेक पीने की जगह पूरा फल खाना ज्यादा फायदेमंद है। सवाल- क्या रोज आम खाना सही है? जवाब- हां, खा सकते हैं, लेकिन एक बार में बहुत आम न खाएं। क्यों? आम में विटामिन ए, सी और फाइबर होते हैं, जो शरीर के लिए फायदेमंद हैं। सही मात्रा में खाने से इम्यूनिटी और पाचन को मदद मिल सकती है। लेकिन ज्यादा आम रोज खाने से शुगर और कैलोरी बढ़ सकती है। सवाल- एक बार में कितने आम खा सकते हैं? जवाब- 2 मीडियम साइज आम। क्यों? इससे शरीर को पोषण मिलता है। संतुलित मात्रा पाचन और वजन दोनों के लिए बेहतर रहती है। सवाल- क्या दूध के साथ आम खा सकते हैं? जवाब- हां। क्यों? यह एनर्जी और पोषण दोनों देता है।आम, दूध से प्रोटीन और कार्ब्स का अच्छा कॉम्बिनेशन बनता है। अगर दूध सूट करता है तो मैंगो शेक आमतौर पर सुरक्षित है। सवाल- क्या आम खाने के बाद दूध पी सकते हैं? जवाब- हां, पी सकते हैं। क्यों? ज्यादातर लोगों के लिए यह सुरक्षित होता है। इससे शरीर को एनर्जी और प्रोटीन मिलता है। लेकिन ज्यादा मात्रा में लेने पर भारीपन हो सकता है। सवाल- क्या दही के साथ आम खा सकते हैं? जवाब- हां, खा सकते हैं। क्यों? दही पाचन को सपोर्ट करता है।आम की मिठास और दही का प्रोटीन अच्छा संतुलन बनाते हैं। यह पेट को ठंडक भी दे सकता है। सवाल- क्या आम खाने के बाद चाय-कॉफी पी सकते हैं? जवाब- नहीं पीनी चाहिए। क्यों? इससे पाचन प्रभावित हो सकता है। कुछ लोगों को गैस या एसिडिटी हो सकती है। फल खाने के तुरंत बाद कैफीन लेना अच्छा नहीं माना जाता है। सवाल- क्या आम और तरबूज साथ में खा सकते हैं? जवाब- हां, खा सकते हैं। क्यों? दोनों पानी और विटामिन से भरपूर फल हैं।सामान्य मात्रा में साथ खाना ज्यादातर लोगों के लिए सुरक्षित है। लेकिन ज्यादा मात्रा में खाने से कुछ लोगों का पेट फूल सकता है। सवाल- क्या मैंगो शेक में चीनी डालना सही है? जवाब- नहीं डालनी चाहिए। क्यों? आम में पहले से काफी नेचुरल शुगर होती है। एक्स्ट्रा चीनी कैलोरी और शुगर बहुत बढ़ा देती है।इससे वेट गेन और शुगर स्पाइक का रिस्क बढ़ सकता हैं। सवाल- क्या आम को काटकर फ्रिज में रख सकते हैं? कितने समय तक सुरक्षित रहता है?जवाब- हां, लगभग 24 घंटे तक फ्रिज में रख सकते हैं। क्यों? फ्रिज में रखने से आम जल्दी खराब नहीं होता है। ढक्कन वाले साफ डिब्बे में रखने से बैक्टीरिया कम लगते हैं। ज्यादा देर रखने पर स्वाद, ताजगी और पोषण कम होने लगते हैं। सवाल- क्या आम खाने के बाद पानी पी सकते हैं? जवाब- हां। क्यों? सामान्य मात्रा में पानी पीना सुरक्षित है। इससे शरीर हाइड्रेट रहता है। लेकिन तुरंत बहुत ज्यादा ठंडा पानी पीने से कुछ लोगों को भारीपन या पेट में असहजता हो सकती है। सवाल- क्या वर्कआउट के बाद आम खाना सही है? जवाब- हां। क्यों? आम शरीर को इंस्टेंट एनर्जी देता है। इसमें नेचुरल कार्ब्स और इलेक्ट्रोलाइट्स होते हैं। वर्कआउट के बाद यह ग्लाइकोजन रिकवरी में मदद कर सकता है। सवाल- क्या बच्चे रोज आम खा सकते हैं? जवाब- हां। क्यों?आम में विटामिन ए, सी और फाइबर होते हैं, जो बच्चों की ग्रोथ में मदद करते हैं। यह इम्यूनिटी और आंखों की हेल्थ के लिए अच्छा हो सकता है। लेकिन ज्यादा आम खिलाने से शुगर और पाचन सबंधी परेशानी हो सकती है। सवाल- क्या प्रेग्नेंट महिलाएं आम खा सकती हैं? जवाब- हां। क्यों? आम में फोलेट, विटामिन ए और सी होते हैं। यह एनर्जी और पोषण में मदद करता है। लेकिन सीमित मात्रा में खाना बेहतर होता है। सवाल- क्या डायबिटिक लोग आम खा सकते हैं? जवाब- हां। क्यों? सीमित मात्रा में आम खाना संभव है। इसमें फाइबर भी होता है, जिससे शुगर तेजी से स्पाइक नहीं होती। लेकिन ज्यादा आम खाने से ब्लड शुगर बढ़ सकती है।सवाल- क्या प्री-डायबिटिक लोग आम खा सकते हैं? जवाब- हां। क्यों? सीमित मात्रा में आम खाना सामान्य तौर पर ठीक है। पूरा आम खाना जूस पीने से बेहतर रहता है। ज्यादा मात्रा शुगर स्पाइक हो सकती है। सवाल- क्या कोई खास हेल्थ कंडीशन या बीमारी ऐसी है, जिसमें आम नहीं खाना चाहिए? जवाब- हां। किन कंडीशन में? अनकंट्रोल डायबिटीज होने पर। एसिडिटी होने पर। पेट से जुड़ी सेंसिटिविटी होने पर। आम से एलर्जी होने पर।

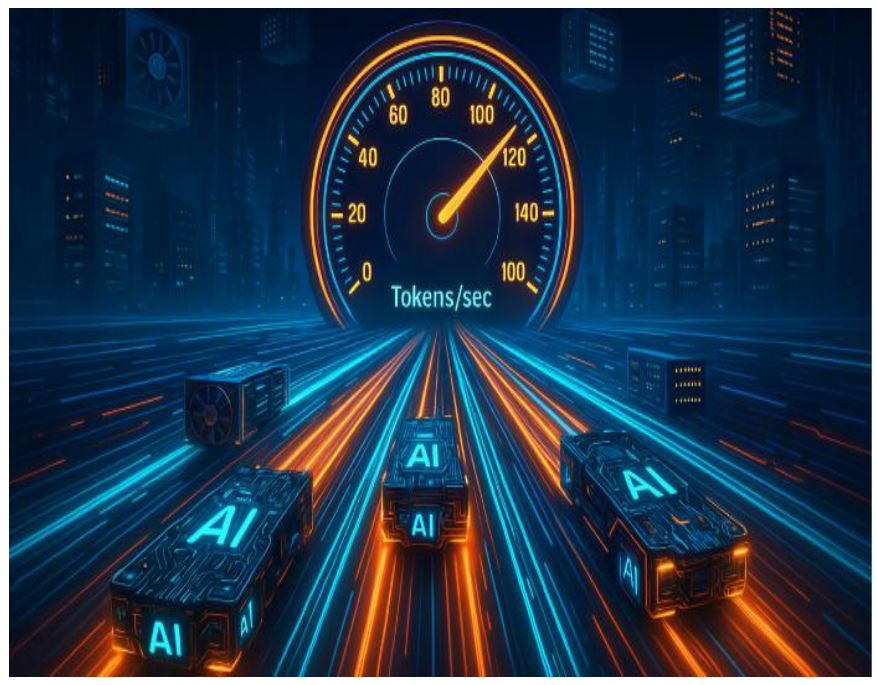
क्या कांग्रेस से टूटकर बने दलों को उसमें लौट आना चाहिए?

भारतीय सिनेमा में सीक्वेल शायद ही सफल होते हैं। आमतौर पर दर्शक मूल फिल्म देख चुके होते हैं, नयापन खत्म हो जाता है और कहानी बासी लगने लगती है। इसीलिए 'इंडिया-2.0' का फिर से साथ आना बमुश्किल ही यह भरोसा जगाता है कि 2024 के लोकसभा चुनाव में भाजपा को अप्रत्याशित चुनौती देने वाला गठबंधन आसानी से वही प्रदर्शन दोहरा सकता है। पिछले दो वर्षों में बहुत कुछ बदल चुका है। कांग्रेस को कई बड़े राज्यों में चुनावी झटके लगे हैं। गठबंधन की ताकत रहे कई क्षेत्रीय दल कमजोर हो चुके। बंगाल में हार के बाद टीएमसी बिखर रही है। महाराष्ट्र में शिवसेना (यूबीटी) और एनसीपी (एसपी) भी टूट चुकी हैं। दिल्ली हारने के बाद आम आदमी पार्टी खुद को प्रासंगिक बनाए रखने की जंग लड़ रही है। ऐसे में 'इंडिया' साझा दृष्टिकोण पर साथ आई ताकतों की एकजुटता जैसा कम और 2029 में किसी भी कीमत पर भाजपा को रोकने के लिए बने जमावड़े जैसा ज्यादा लगता है। समस्या यह है कि राजनीति अंकगणित ही नहीं, केमिस्ट्री का भी खेल है। भले गठबंधन बंद कमरों में बनाए जा सकते हों, लेकिन वोटर अवसरवादिता को भांप लेते हैं। दो महीने पहले राहुल गांधी टीएमसी पर भ्रष्टाचार और अंदरखाने भाजपा से समझौता करने का आरोप लगा रहे थे। क्या वही नेता अब एक मंच पर आकर यह उम्मीद कर सकते हैं कि वोटर इन विरोधाभासों को नजरअंदाज कर देंगे? ऐसे विरोधाभास हर जगह हैं। तमिलनाडु में हार के बाद अपनी उपेक्षा को लेकर डीएमके कांग्रेस से नाराज है। आम आदमी पार्टी भी पंजाब में अपनी मुख्य प्रतिद्वंद्वी कांग्रेस के साथ मंच साझा करने के लिए ज्यादा उत्सुक नहीं दिखती। केरल चुनाव में कांग्रेस के हमलों से वामदल भी नाराज हैं। ऐसे में शायद ही यह किसी एकजुट राजनीतिक विकल्प की तस्वीर नजर आती है। इसके विपरीत, भाजपा में स्पष्टता है। वोटर जानते हैं पार्टी के सिद्धांत क्या हैं और अंतिम निर्णय का अधिकार किसके पास है। भाजपा का वर्चस्व इस कारण भी स्थापित हुआ है कि विपक्ष बिखरा हुआ, अनिश्चित और आंतरिक संघर्षों में उलझा नजर आता है। भारतीय राजनीति की सबसे दिलचस्प बातों में से एक यह है कि कई मौजूदा क्षेत्रीय दल कांग्रेस से ही निकले हैं। टीएमसी, एनसीपी और वाईएसआर कांग्रेस- इन सभी की जड़ें कांग्रेस में हैं। इनके नेता नेतृत्व विवाद, राजनीतिक महत्वाकांक्षा या क्षेत्रीय मजबूरियों के चलते कांग्रेस से अलग हुए, लेकिन व्यापक रूप से ये दल समान वैचारिक परिवेश का हिस्सा बने हुए हैं। ये पार्टियां आज भी अपने नाम और राजनीतिक पहचान में कांग्रेस की छाप लिए हुए हैं। पिछले चार दशकों में कांग्रेस परिवार कई क्षेत्रीय दलों में बिखर गया। नतीजतन, भाजपा विरोधी वोट बंटते चले गए। तो क्यों न एक और बिखरा हुआ भाजपा-विरोधी गठबंधन बनाने के बजाय कांग्रेस से निकली इन शाखाओं को सियासी तौर पर फिर से संगठित करने के रास्ते तलाशे जाएं? एक विलय, या कम से कम पारस्परिक समन्वय पर आधारित व्यवस्थित एकजुटता चुनाव से चंद महीने पहले बनाए गए किसी नए गठबंधन की तुलना में कांग्रेस को अधिक ऊर्जा दे सकती है। इससे विपक्ष की राजनीति में मजबूत केंद्रीय धुरी बनेगी और कांग्रेस छोटे सहयोगियों से कमजोर स्थिति में नहीं, ताकत के साथ बातचीत कर सकेगी। आज यह विचार अव्यावहारिक लग सकता है। लेकिन राजनीति का इतिहास उम्मीदों के परे लगने वाली ऐसी री-यूनियन की घटनाओं से भरा है। खुद भाजपा ही व्यापक संघ परिवार के दशकों लंबे एकीकरण का परिणाम है। तो कांग्रेस परिवार स्थायी तौर पर विखंडित क्यों रहे? हालांकि, ऐसी किसी सफलता के लिए कांग्रेस को भी बदलना पड़ेगा। क्षत्रपों की वापसी के लिए जरूरी होगा कि कांग्रेस नेतृत्व सत्ता और अधिकार साझा करने की मंशा दिखाए। क्षेत्रीय नेताओं को भी व्यक्तिगत अहंकार, पारिवारिक हितों और अल्पकालिक सियासी गुणा-भाग से ऊपर उठना होगा।

यह मुमकिन नहीं कि कोई नेता अपनी दशकों पुरानी पहचान खोकर दिल्ली का महज एक दरबारी बनना चाहेगा, लेकिन यह भी संभव नहीं कि हर क्षेत्रीय नेता अपने घटते जनाधार के बावजूद राष्ट्रीय राजनीति में 'किंगमेकर' बने रहने की उम्मीद करे। एक और बिखरा हुआ गठबंधन बनाने के बजाय कांग्रेस से निकली शाखाओं को सियासी तौर पर फिर से संगठित करने के रास्ते क्यों न तलाशे जाएं? विलय या समन्वय पर आधारित एकजुटता कांग्रेस को अधिक ऊर्जा दे सकती है। (ये लेखक के अपने विचार हैं,राजदीप सरदेसाई)

एआई की गति इतनी तेज है कि हम उससे पिछड़ रहे हैं

'द लॉर्ड ऑफ द रिंग्स' की एक उपकथा में दो हॉबिट्स अपने जंगल की सुरक्षा को लेकर चिंतित हैं। वे इसके लिए एक ट्री-बीयर्ड से अनुरोध करते हैं। ट्री-बीयर्ड एक बुद्धिमान किंतु अत्यंत धीमी गति से काम करने वाला वृक्ष है। समस्या यह थी कि जहां एक पूरी सेना जंगल को काटकर नष्ट कर रही होती है, वहीं ट्री-बीयर्ड का समय-बोध बहुत धीमा होता है। उसे किसी दूसरे वृक्ष को 'हेलो' कहने में ही पूरा दिन लग जाता था, इसलिए उसे और उसके साथियों को इतनी त्वरित कार्रवाई के लिए तैयार करना लगभग असंभव था। एआई और हमारे राजनीतिक संगठनों का रिश्ता भी कुछ-कुछ हॉबिट्स और ट्री-बीयर्ड जैसा लगता है। एआई अत्यंत तेज गति से आगे बढ़ रहा है। महज चार वर्ष पहले तक एआई मॉडल मुश्किल से एक सही कोड-पंक्ति लिख पाते थे, लेकिन आज प्रमुख एआई कंपनियों में अधिकांश कोड वे ही लिख रहे हैं। इसी प्रकार की प्रगति जीव-विज्ञान, भौतिकी, गणित, वित्त, विधि, अनुवाद और अनेक अन्य क्षेत्रों में भी देखी गई है। एआई के स्केलिंग नियमों को अब एक दशक से अधिक के अनुभवजन्य प्रमाणों का समर्थन प्राप्त है। यदि ये स्केलिंग नियम केवल एक-दो वर्ष और जारी रहते हैं, तो संभवतः हम उस अवस्था तक पहुंच जाएंगे, जिसे मैंने 'पावरफुल एआई' कहा है। इसके विपरीत, नीतियां और कानून बनाने की गति अत्यंत धीमी है। कई बार इसके उचित कारण भी होते हैं। सरकारों के पास गंभीर और व्यापक शक्तियां होती हैं, और सामान्यतः यह बेहतर माना जाता है कि उनका उपयोग जल्दबाजी में न किया जाए। किंतु टाइमस्केल का यह असंतुलन तकलीफदेह है। कई वर्षों में संसद कोई निर्णय लेती है, वहीं उतने समय में एआई प्रतिभाओं से भरे एक पूरे देश की क्षमताओं तक पहुंच जाता है! पिछले कुछ वर्षों में- जब से एआई एक प्रमुख कॉमर्शियल टेक्नोलॉजी के रूप में उभरी है- हममें से कई लोग जो इसे जिम्मेदाराना ढंग से संचालित करना चाहते थे, एक दुविधा का सामना कर रहे थे। हम स्पष्ट रूप से देख पा रहे थे कि यह तकनीक किस दिशा में जा रही है। हमें लग रहा था कि कुछ ही वर्षों में एआई उन दुर्लभ टेक्नोलॉजी में से एक बन जाएगी, जो पूरे नीतिगत परिदृश्य को मौलिक रूप से बदल देती हैं- ठीक वैसे ही जैसे परमाणु हथियारों ने भू-राजनीति को बदल दिया था और औद्योगिक क्रांति ने आर्थिक प्रश्नों की प्रकृति को बुनियादी तौर पर रूपांतरित कर दिया था। लेकिन जो लोग उस समय एआई की क्षमताओं को देख रहे थे, उन्हें यह कहीं अधिक साधारण तकनीक लगती थी- शायद किसी नए कंज्यूमर ऐप या क्रिप्टोकरेंसी की तरह। अधिकांश नीति-निर्माताओं और कंपनियों को यह विश्वास दिलाना कठिन था कि मुक्त-बाजार आधारित दृष्टिकोण के अलावा भी कोई और नीति उचित हो सकती है।



सच कहें तो एआई के व्यापक प्रभाव उस समय तक उपस्थित भी नहीं थे, और हम यह भी नहीं जानते थे कि वे किस रूप में सामने आएंगे। इसलिए सही नीतियां बनाना कठिन था।

लेकिन इन सीमाओं को देखते हुए सेफ्टी पर फोकस करने वाले संगठनों (जिनमें एन्थ्रोपिक भी शामिल है) ने ऐसी नीतिगत पहलों पर ध्यान केंद्रित किया है, जो भविष्य के विकल्पों को सुरक्षित रखें, आगे चलकर तीव्र प्रतिक्रिया देने की क्षमता विकसित करें, या दुनिया को इस बात की बेहतर समझ दें कि आगे क्या आने वाला है- जैसे पारदर्शिता संबंधी कानून, चिप निर्यात नियंत्रण और एआई के श्रम-बाजार पर प्रभावों से संबंधित डेटा का संग्रह। माना कि ये उपाय नाकाफी हैं, लेकिन अब तक तो यही कदम ऐसे मालूम होते हैं, जिन्हें वास्तव में संभव बनाया जा सकता था। हालांकि पिछले कुछ महीनों में एआई की असाधारण शक्ति और उससे जुड़े जोखिमों के प्रमाण इतने स्पष्ट हो गए हैं कि अब उन्हें नजरअंदाज करना संभव नहीं रहा। शायद इसका सबसे प्रतीकात्मक उदाहरण क्लॉड मायथोस प्रिव्यू है। अब हम जानते हैं कि अग्रणी एआई मॉडल साइबर सुरक्षा के लिए वास्तविक और गंभीर जोखिम उत्पन्न करते हैं, जिससे वित्तीय क्षेत्र, महत्वपूर्ण बुनियादी ढांचों और राष्ट्रीय सुरक्षा में व्यवधान की संभावनाएं पैदा हो सकती हैं। वास्तव में, मायथोस ने वैश्विक साइबर सुरक्षा परिदृश्य को झकझोर दिया है। लेकिन इसने यह भी सिद्ध कर दिया कि एआई मॉडल अब रणनीतिक महत्व के उपकरण बन चुके हैं।

अब हमें ऐसे नीतिगत तंत्र को सक्रिय करना होगा, जो आने वाले समय के जोखिमों का सामना कर सके। यह उत्साहजनक है कि हमारे अनेक समकालीन भी अब उन दृष्टिकोणों की ओर आ रहे हैं, जिनकी वकालत हम पिछले कुछ वर्षों से करते रहे हैं।

हमें कुछ जरूरी बिंदुओं पर फोकस करना होगा, जैसे सार्वजनिक सुरक्षा और एआई रेगुलेशंस, इससे जुड़ी मैक्रो-इकोनॉमिक्स और टैक्स नीतियां और एआई के सकारात्मक प्रभावों को बढ़ाना। समय कम है, हमें फुर्ती दिखानी होगी। (darioamodei.com से साभार,डारियो अमोदेई)

अंतिम निर्णय लेना हमेशा 'कैप्टन' की जिम्मेदारी होती है

15 जनवरी 2009 की दोपहर कैप्टन चेस्ली 'सली' सलेनबर्गर और फर्स्ट ऑफिसर जेफ स्काइल्स न्यूयॉर्क के ला-गार्डिया एयरपोर्ट से यूएस एयरवेज फ्लाइट 1549 में सवार हुए। उड़ान भरने के तीन मिनट बाद लगभग 2,800 फीट (850 मीटर) की ऊंचाई पर एयरबस ए320 पक्षियों के झुंड से टकरा गई। इससे दोनों इंजन क्षतिग्रस्त हो गए। हालांकि उन्हें वापस लौटने या समीप के किसी एयरपोर्ट पर उतरने की सलाह दी गई थी, लेकिन अपने दशकों के अनुभव से कैप्टन को लगा कि विमान के पास न पर्याप्त गति बची है और न ही ऊंचाई। उन्होंने तत्काल फैसला किया और स्टैंडर्ड प्रोटोकॉल का पालन न करते हुए मन की बात मानी। अधिक सोच-विचार किए बिना उन्होंने बर्फीली हडसन नदी पर इमरजेंसी कंट्रोल्ड वाटर लैंडिंग (डिचिंग) का निर्णय किया। उस निर्णय में उन्होंने सच में अपनी और सभी यात्रियों की जिंदगी दांव पर लगा दी थी। सभी 155 यात्री और क्रू सदस्य बच गए। अगले दिन मैंने इसी वास्तविक घटना पर बेंगलुरु में डीएनए अखबार में संपादकीय भी लिखा। जहां यात्री और उनके परिवार सली को हीरो मान रहे थे, वहीं बीमा लॉबी उनके कृत्य को गलती साबित करने की कोशिश कर रही थी। आखिरकार अदालत में सली जीत गए। 2016 में इस वास्तविक घटना पर एक फिल्म 'सली' भी बनी। मुझे नहीं पता था कि इस मंगलवार, यानी 9 जून को मैं यही वास्तविक कहानी कुछ यात्रियों को लाइन-दर-लाइन सुनाऊंगा, वह भी पांच घंटे तक एक विमान में बैठे हुए। मंगलवार को दोपहर 3.50 बजे फ्लाइट नंबर 6ई 5131, जो एक एयरबस 321 नियो (रजिस्ट्रेशन नंबरः वीटी-एनएचएन) थी, 221 यात्रियों के साथ मुंबई के छत्रपति शिवाजी इंटरनेशनल एयरपोर्ट के टर्मिनल-1 से अपने शेड्यूल टाइम पर रवाना हुई। कुछ यात्रियों ने खुशी जताई कि 'वाह, हम समय पर हैं।' यह सिर्फ नियमित यात्रियों के लिए ही नहीं, बल्कि कैप्टन गौरव और उनके सेकंड-इन-कमांड आशीष के लिए भी सामान्य दिन ही था। विमान धीरे-धीरे टर्मिनल-1 के सबसे दूर वाले छोर से टर्मिनल-2 के दूसरे सिरे की ओर बढ़ा और एयर ट्रैफिक कंट्रोल (एटीसी) से रन-वे पर प्रवेश की अंतिम मंजूरी मिलने का इंतजार करने लगा, ताकि भोपाल पहुंचने के लिए टेक-ऑफ कर सके। यात्रियों के लिए विमान की दायीं तरफ की खिड़कियों से इस इंतजार वाली जगह को देखना काफी रोमांचक था। इसी जगह पर महज एक मिनट के अंतराल में एक के बाद एक कई विमान उतरते दिखते हैं और साथ ही विमान के पीछे के छोर पर विमान एक के पीछे एक कतार में खड़े नजर आते हैं, जैसे बंपर-टु-बंपर ट्रैफिक में कारें खड़ी होती हैं। शाम 4.03 बजे एटीसी ने क्लीयरेंस दी और पायलट ने राइट टर्न लेकर विमान को सफेद पेंट से मार्क की गई जगह पर कुछ सेकंड के लिए खड़ा कर दिया ताकि इंजन को थ्रॉटल देकर अधिकतम स्पीड हासिल कर सके। विमान मुख्य रनवे पर तेजी से आगे बढ़ने लगा। अगले 5-7 सेकंड में उसका अगला पहिया हवा में उठने वाला था कि कैप्टन ने इमरजेंसी ब्रेक लगा दिए। स्पीड कम करने के लिए थ्रॉटल बंद कर दिया और टेक-ऑफ टाल दिया। प्लेन के अचानक रुकने से यात्रियों की गर्दनों में झटके लगे, लेकिन कोई घायल नहीं हुआ। हालांकि केबिन में भय की लहर दौड़ गई। कैप्टन ने तत्काल विमान को पार्किंग-बे तक पहुंचाया। शायद एटीसी ने ऐसे निर्देश दिए थे, ताकि व्यस्त हवाई यातायात बाधित न हो। एयरक्राफ्ट मेंटेनेंस इंजीनियरों की टीम ने संदिग्ध खराबी की जांच शुरू कर दी। दूसरी बार टेक-ऑफ से करीब दो घंटे पहले कैप्टन पैसेंजर एड्रेसिंग सिस्टम पर आए और कहा कि 'तकनीकी दिक्कतों की वजह से हमें ये फैसला लेना पड़ा, क्योंकि सुरक्षा हमारी प्राथमिकता है।' और वे बिल्कुल सही थे। फंडा यह है कि अगर आप किसी भी चीज के कैप्टन हैं तो बगैर यह सोचे कि 'लोग क्या कहेंगे', आपको ही अंतिम फैसला लेना होगा। क्योंकि उस फैसले से जिंदगियां जुड़ी होती हैं। एन. रघुरामन

एआई की दुनिया में असलियत में लोगों से मिलना अब भी फायदेमंद है

'गूगल एयरपोर्ट पर रो रहे बच्चे को कैसे संभालें?' यह सवाल उन क्रिकेटप्रेमियों को जाना-पहचाना लगेगा, जिन्होंने हाल ही में आईपीएल मैच देखे थे। इससे शायद आपको ओपनएआई के चैटजीपीटी वाले उस विज्ञापन की याद आए, जिसमें फ्लाइट लेट होने की वजह से दो लोग एयरपोर्ट पर फंसे हैं। समय बिताने को वे वॉइस कमांड से खेलों पर मजेदार बहस करते हैं। क्रिकेट को लेकर उनकी नोकझोंक चल ही रही होती है कि पीछे एक बच्चा जोर-से रोने लगता है। खेल की बहस से हटकर लड़की बॉयफ्रेंड की ओर देखती है और वही सवाल पूछती है। लड़का सोचता रह जाता है कि भला यह कैसा सवाल है और यहीं विज्ञापन समाप्त हो जाता है। ऐसी दुनिया में, जहां हर कोई एआई असिस्टेंट इस्तेमाल कर रहा है, डॉक्टरों को भी पीछे नहीं रहना चाहिए। आखिरकार, उनके लिए कोई दो दिन एक समान नहीं होते। हर नया दिन, नए मरीज और नई समस्याएं लाता है। पश्चिमी देशों से आई खबरें बताती हैं कि डॉक्टरों के बीच ओपनएविडेंस एआई ऐप तेजी से लोकप्रिय हो गया है, जो मेडिसिन क्षेत्र का चैटबॉट है। विकसित देशों में ज्यादातर डॉक्टर खास मेडिकल सवाल पूछने या डायग्नोस्टिक के बारे में आइडिया शेयर करने के लिए इसका इस्तेमाल करते हैं। सिर्फ मई में ही उन्होंने 3 करोड़ सवालों और कंसल्टेशन्स के लिए इसका इस्तेमाल किया। ओपनएविडेंस इस क्षेत्र में फ्रंट-रनर बन गया, क्योंकि वह अपने एआई मॉडलों को प्रशिक्षित करने के लिए केवल मेडिकल जर्नल और हाई-क्वालिटी रिसर्च डेटा का उपयोग करता है। सबसे संभावित डायग्नोसिस की समरी बताता है और उन अन्य महत्वपूर्ण डायग्नोसिस के बारे में भी बताता है, जिन्हें नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। हर समरी के साथ मूल रिसर्च आर्टिकल्स के लिंक भी देता है। एआई निश्चित ही मेडिसिन में लंबे समय से व्याप्त समस्याओं को हल कर रहा है। फिर भी मेडिकल विशेषज्ञ मानते हैं कि शुरुआती उत्साह के साथ अत्यधिक सावधानी भी होनी चाहिए। मेडिसिन जैसे अत्यधिक संवेदनशील क्षेत्र में किसी ऐप को इतनी तेजी से अपनाए जाने ने मेडिकल पेशेवरों में यह चिंता बढ़ा दी है कि तकनीक कब और कैसे इस्तेमाल करनी चाहिए। यह उन दिनों की याद भी दिलाता है कि कैसे युवा डॉक्टरों से बड़े अस्पतालों में काम शुरू कराया जाता था। वर्षों पहले नए डॉक्टरों को पैथोलॉजी और रेडियोलॉजी जैसे छोटे विभागों में एक हफ्ता या अधिक समय बिताने को कहा जाता था। इसलिए नहीं कि उन्हें इन विभागों के कामकाज की जानकारी नहीं होती थी, बल्कि उन्हें अनुभव कराया जाता था कि किसी चुनिंदा अस्पताल में ये विभाग कैसे काम करते हैं। पैथोलॉजिस्ट डायग्नोसिस की पुष्टि के लिए अकसर अलग-अलग जांच पद्धति इस्तेमाल करते हैं। मसलन, वे शुरुआती पॉजिटिव या निगेटिव जांच के लिए पहले रैपिड स्क्रीनिंग टेस्ट करते हैं, फिर निर्णायक और मापने योग्य परिणामों के लिए उन्नत तकनीक का इस्तेमाल करते हैं। इसलिए डॉक्टरों को यह समझना जरूरी होता है कि उनकी लिखी गई जांचें किस प्रक्रिया से गुजरती हैं। एक ही नमूने की 20 बार जांच करने पर स्टैंडर्ड डेविएशन, इक्विपमेंट कैलिब्रेशन और इस्तेमाल हुए रसायनों (रिएजेंट्स) के कारण आंकड़ों में मामूली अंतर आ सकता है। जब डॉक्टर यह समझते हैं कि पैथोलॉजी विभाग कैसे काम करता है, तो वे मरीज के हित में बेहतर फैसले कर पाते हैं। पुराने दौर में डॉक्टर सीधे इंटरकॉम उठा कर पैथोलॉजिस्ट से पूछ लेते थे कि टेस्ट कैसे किया और परिणामों में अंतर क्यों आया। दुर्भाग्य से आज बड़े अस्पतालों में पहले ही दिन से काम का दबाव इतना होता है कि युवा डॉक्टरों को शायद ही इन विभागों में ले जाया जाता हो। भारत में भी मैंने कई डॉक्टरों को शुरुआती जानकारी के लिए एआई इस्तेमाल करते देखा है। कुछ डॉक्टरों के पास मरीज की क्विक मेडिकल समरी तैयार करने वाले पेड वर्जन भी हैं, लेकिन फिर भी सटीक निदान के लिए वे बहुत हद तक इंसानी सहयोग पर ही भरोसा करते हैं। फंडा यह है कि निस्संदेह एआई जानकारी का एक समंदर सामने रख देता है, लेकिन लोगों से मिलना और असल जिंदगी की परिस्थितियों से सीखना आज भी हमें बेहतर जानकारी रखने वाला इंसान बनाता है। त्वरित नॉलेज ट्रांसमिशन के लिए एआई भविष्य का बेहतर टूल होगा, लेकिन वह अतिरिक्त सहायक के तौर पर रहना चाहिए, ह्यूमन इंटेलिजेंस और आपसी सहयोग का विकल्प बनकर नहीं। एन. रघुरामन

मरीन ली पेन-फ्रांस में बढ़ते दक्षिणपंथ की सबसे बड़ी आवाज हैं ली पेन

पेरिस। फ्रांस की प्रमुख विपक्षी पार्टी नेशनल रैली की नेता मरीन ली पेन अदालत के फैसले के बाद फिर राजनीतिक वापसी की उम्मीदों को लेकर चर्चा में हैं। देश में दक्षिणपंथी राजनीति के बढ़ते प्रभाव से उनके समर्थकों में नया उत्साह दिखाई दे रहा है। फ्रांस की प्रमुख विपक्षी पार्टी नेशनल रैली की नेता मरीन ली पेन का राजनीतिक सफर संघर्ष, विवाद और वापसी की कोशिशों से भरा रहा है। तीन बार राष्ट्रपति चुनाव हारने के बावजूद उन्होंने 2027 के चुनाव में उतरने का इरादा जताया है। हाल ही में अदालत के फैसले ने उनके राजनीतिक भविष्य को फिर चर्चा में ला दिया है। पेरिस की एक अदालत ने 2024 में यूरोपीय संघ के फंड के दुरुपयोग मामले में ली पेन को दोषी ठहराते हुए उनके चुनाव लड़ने पर पांच साल की रोक लगाई थी। इसके बाद उनकी पार्टी ने 30 वर्षीय जोर्डन बारडेला को संभावित चेहरे के तौर पर आगे बढ़ाने की तैयारी शुरू कर दी थी, लेकिन 7 जुलाई को अपील कोर्ट ने प्रतिबंध की अवधि कम कर दी, जिसके बाद ली पेन ने 2027 के राष्ट्रपति चुनाव के लिए अपनी उम्मीदवारी का ऐलान कर दिया। 57 वर्षीय ली पेन इससे पहले 2012, 2017 और 2022 के राष्ट्रपति चुनाव लड़ चुकी हैं। 2017 और 2022 में उन्हें इमैनुअल मैक्रों से हार मिली थी। हालांकि हर चुनाव में उनका वोट प्रतिशत बढ़ा है। ली पेन को राजनीति विरासत में मिली। उनके पिता जीन मैरी ली पेन ने नेशनल फ्रंट पार्टी बनाई थी, जिसकी पहचान प्रवासियों के विरोध और कट्टर दक्षिणपंथी विचारों से जुड़ी रही। मरीन ने पार्टी की छवि बदलने के लिए इसका नाम नेशनल रैली रखा था। वे अब भी इमिग्रेशन नियंत्रण, फ्रांसीसी नागरिकों को नौकरियों में प्राथमिकता और यूरोपीय संघ की नीतियों की आलोचक हैं। उन्होंने युवाओं के लिए टैक्स राहत, न्यूनतम वेतन बढ़ाने और ऊर्जा पर करों में कटौती जैसे वादे किए हैं। वे यूरोपीय संघ से दूरी, रूस के साथ बेहतर संबंध और फ्रांस की संप्रभुता बढ़ाने की समर्थक रही हैं। उनकी राजनीति को अक्सर अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प की अमेरिका फर्स्ट नीति से जोड़ा जाता है। कानून की पढ़ाई करने वाली ली पेन ने 1998 में राजनीति में प्रवेश किया था। आज वे फ्रांस में बढ़ते दक्षिणपंथी रुझान की सबसे प्रमुख चेहरों में शामिल हैं। हालांकि अदालत की निगरानी के बीच 2027 की राह उनके लिए आसान नहीं होगी।

तमिलनाडु में बकरीद पर गाय-बछड़ों की नहीं होगी कुर्बानीः-मद्रास हाईकोर्ट, बोला- ये इस्लाम में जरूरी प्रथा नहीं, कई मुस्लिम शासकों ने भी रोक लगाई

चेन्नई। मद्रास हाईकोर्ट ने बकरीद से एक दिन पहले तमिलनाडु सरकार को निर्देश दिया है कि राज्य

में बकरीद या किसी अन्य दिन गाय और बछड़ों की कुर्बानी न हो। जस्टिस जीआर स्वामीनाथन और जस्टिस वी लक्ष्मीनारायण की बेंच ने कहा-'संविधान सभा की बहस में कहा गया था कि गाय भारत में पूजनीय मानी जाती है। भगवान कृष्ण के समय से हमारी संस्कृति का हिस्सा रही है। कई मुस्लिम शासकों ने भी गोहत्या पर रोक लगाई थी। महात्मा गांधी भी गो संरक्षण को बहुत महत्वपूर्ण मानते थे।' मद्रास हाईकोर्ट-'बकरीद पर गाय की कुर्बानी इस्लाम में जरूरी धार्मिक प्रथा नहीं है। मुस्लिम समुदाय अपनी आस्था दिखाने के लिए सिर्फ गाय की कुर्बानी पर निर्भर नहीं है।' हाईकोर्ट ने कहा कि संविधान का अनुच्छेद 48 राज्य सरकार को गाय, बछड़ों और दुधारू-पशुओं की सुरक्षा के लिए कदम उठाने का निर्देश देता है। कोर्ट ने तमिलनाडु एनिमल प्रिजर्वेशन एक्ट, 1958 की धारा-4 का उल्लेख किया। इसमें कहा गया है कि 10 साल से ज्यादा उम्र और प्रजनन के अयोग्य पशु को ही प्रमाणपत्र मिलने के बाद काटा जा सकता है। अदालत ने कहा कि इस प्रावधान की सख्ती से व्याख्या होनी चाहिए। कोर्ट ने कहा था कि अगर किसी पशु की कुर्बानी दी जाती है तो वह केवल निर्धारित जगहों पर ही होनी चाहिए। सार्वजनिक स्थानों या सड़कों पर ऐसा नहीं किया जा सकता। उन्होंने यह भी कहा था कि संविधान सभा की बहस के दौरान भी इस बात पर जोर दिया गया था कि गाय भारतीय सभ्यता में पूजनीय रही है और भगवान कृष्ण के समय से उसका विशेष महत्व रहा है। यह जानकारी अदालत में दाखिल याचिका और न्यायिक आदेश के आधार पर सामने आई है। कलकत्ता हाईकोर्ट ने कहा था-बकरीद पर गाय की कुर्बानी जरूरी नहींः-20 मई को कलकत्ता हाईकोर्ट ने पश्चिम बंगाल सरकार की पशु वध संबंधी गाइडलाइन पर रोक लगाने से इनकार कर दिया था। कोर्ट ने कहा कि बिना जरूरी फिटनेस सर्टिफिकेट के गाय, भैंस, बैल या बछड़े का वध नहीं किया जा सकता। चीफ जस्टिस सुजय पॉल और जस्टिस पार्थ सारथी की बेंच ने कहा-'खुले सार्वजनिक स्थानों पर किसी भी पशु का वध पूरी तरह बैन है। ईद-उल-जुहा में गाय की कुर्बानी इस्लाम का अनिवार्य हिस्सा नहीं है।' पूर्व तृणमूल नेता व विधायक हुमायूं कबीर ने गाइडलाइन का विरोध करते हुए ईद पर हर हाल में कुर्बानी की धमकी दी है। इस पर भाजपा ने कहा कि किसी भी हाल में अवैध स्लॉटरहाउस नहीं चलने दिए जाएंगे।

ब्रिटेन में भीषण गर्मी-एसी वाले दफ्तरों में स्टाफ की मौजूदगी 75फीसदी तक बढ़ी

लंदन। ब्रिटेन में साल की तीसरी भीषण गर्मी के बीच कर्मचारी घर की उमस में काम करने के बजाय एयर-कंडीशन्ड दफ्तरों का रुख कर रहे हैं। ब्रिटेन के कई हिस्सों में तापमान 40डिग्री के पार चला गया है। पारंपरिक ब्रिटिश घर गर्मी को रोकने के लिए डिजाइन नहीं किए गए हैं, जिसके कारण लोग 'वर्क फ्रॉम होम' के बजाय एसी लगे दफ्तरों में जाकर काम करना पसंद कर रहे हैं। दफ्तरों में उपस्थिति कोविड के बाद के उच्चतम स्तर पर पहुंच गई है। लंदन में कंपनियों को ऑफिस स्पेस दिलाने वाली 'एडॉप्ट वर्कस्पेस' ने भी कहा कि गर्म मौसम में उनके साथ जुड़े कई सर्विस प्रोवाइडर्स के यहां एसी ऑफिस की डिमांड दोहरे अंकों में बढ़ी है। गौरतलब है कि लंदन में प्रदूषण रोकने के लिए स्थानीय काउंसिलों ने घरों में एसी न लगाने और लगे हुए एसी हटाने के निर्देश दिए हैं। अधिकारियों का कहना है कि एसी के बजाय पंखे चलाएं और खिड़की-दरवाजे खोलकर रखें। ब्रिटेन में एयर कंडीशनिंग (एसी) वाले घरों की संख्या तीन वर्षों में दोगुनी होकर 40 लाख तक पहुंच गई है। विशेषज्ञों का मानना है कि घर से काम करने के चलन और बढ़ती भीषण गर्मी के कारण पोर्टेबल पंखों और एसी की मांग में सालाना 79फीसदी का उछाल आया है। इन 40 लाख घरों में से 19 लाख में स्थायी एसी इकाइयां लगी हैं। लंदन की फ्लेक्सिबल ऑफिस कंपनी 'ऑफिस स्पेस इन टाउन' के मुताबिक 'रेड अलर्ट' वाले गर्म दिनों में उनके दफ्तरों में मौजूदगी 75फीसदी बढ़ गई। कंपनी के अनुसार लोग घरों में गर्मी से परेशान हैं इसलिए ठंडी जगह चुन रहे हैं, ताकि आराम से काम कर सकें और उनकी कार्यक्षमता बनी रहे।

अमरनाथ यात्रा में कोई कचरा नहीं फैलेगा,ऐसा करने वाली देश की पहली धार्मिक यात्रा, 4 लाख से अधिक श्रद्धालु

जम्मू। अमरनाथ यात्रा देश की पहली 'जीरो लैंडफिल पिलग्रिमेज' बनने जा रही है। तीन जुलाई से 28 अगस्त तक चलने वाली इस यात्रा में चार लाख से ज्यादा श्रद्धालु शामिल होंगे। बावजूद इसके कोई कचरा लैंडफिल में नहीं जाएगा। जम्मू-कश्मीर प्रशासन ने श्री अमरनाथ जी यात्रा-2026 को 'जीरो लैंडफिल पिलग्रिमेज' बनाने का लक्ष्य तय किया है। इसके तहत यात्रा मार्ग पर निकलने वाले कचरे को संसाधन में बदला जा रहा है। खच्चरों के गोबर से बायोगैस बनाई जाएगी। प्लास्टिक कचरे को कम करने के लिए वाटर एटीएम लगाए गए हैं और पूरे मार्ग पर वैज्ञानिक तरीके से ठोस व तरल कचरे का प्रबंधन किया जा रहा है। यह पहल स्वाहा रिसोर्स मैनेजमेंट और जम्मू-कश्मीर के ग्रामीण स्वच्छता विभाग कर रहा है। 700 मीट्रिक टन कचरा निकलेगाः-अनुमान है कि यहां करीब 700 मीट्रिक टन कचरा निकलेगा। इसके लिए बालटाल व पहलगाम दोनों मार्गों पर डस्टबिन लगाए हैं और विशेष सफाई दल तैनात किए गए हैं, जो ठोस और तरल दोनों प्रकार के कचरे का संग्रह और वैज्ञानिक निस्तारण कर रहे हैं। ग्रामीण स्वच्छता विभाग की महानिदेशक अनु मल्होत्रा बताती हैं कि यात्रा शुरू होने के पहले दिन से ही सफाईकर्मी लगातार कचरा एकत्र कर रहे हैं और हाई-एंड मशीनों के जरिए उसका वैज्ञानिक प्रसंस्करण किया जा रहा है।अमरनाथ गुफा में शिवलिंग पूरी तरह पिघलाः-अमरनाथ गुफा में प्राकृतिक बर्फ का शिवलिंग लगभग पूरी तरह पिघल गया है। अभी यात्रा के पांच दिन ही बीते हैं। 57 दिन चलने वाली यात्रा 3 जुलाई से शुरू हुई थी। यात्रा के पहले चार दिनों में करीब 86 हजार श्रद्धालुओं ने पवित्र गुफा में दर्शन किए। अधिकारियों के अनुसार, मंगलवार को पांचवें दिन यह संख्या 1 लाख के पार पहुंचने की उम्मीद है। यात्रा के लिए इस साल 4 लाख श्रद्धालुओं ने रजिस्ट्रेशन कराया है। यानी कि अभी 3 लाख से ज्यादा श्रद्धालुओं का दर्शन करना बाकी है। 9 जुलाई तक रजिस्ट्रेशन स्लॉट बुक, प्रशासन बोला- नए यात्री कुछ दिन रुकें-जम्मू-कश्मीर प्रशासन ने बिना रजिस्ट्रेशन करवाए अमरनाथ पहुंच रहे यात्रियों से कहा है कि वे अपनी यात्रा कुछ दिन के लिए टाल दें। प्रशासन के मुताबिक, 9 जुलाई तक सभी रजिस्ट्रेशन स्लॉट पूरी तरह भर चुके हैं। ऐसे में अगर कोई यात्री बिना रजिस्ट्रेशन बालटाल या पहलगाम रूट से आगे बढ़ने की कोशिश करेगा तो उसे चेक पॉइंट्स पर रोक दिया जाएगा। उसे 9 जुलाई के बाद ही आगे बढ़ने दिया जाएगा।अधिकारियों ने कहा कि रविवार से केवल रजिस्टर्ड यात्री ही कश्मीर की ओर जाने की अनुमति दी जाएगी। अमरनाथ गुफा में शिवलिंग पूरी तरह पिघलाः-अमरनाथ का हिम शिवलिंग किसी बर्फ के ब्लॉक को तराशकर नहीं बनाया जाता, बल्कि यह प्राकृतिक आइस स्टैलेग्माइट है। जैसे चूना-पत्थर की गुफाओं में जमीन से खनिज जमा होकर स्टैलेग्माइट बनते हैं, उसी तरह अमरनाथ गुफा में छत से टपकने वाला पानी जमकर बर्फ का शिवलिंग बनाता है।इसका आकार हर साल मौसम, तापमान और पानी की उपलब्धता के अनुसार अलग-अलग होता है। यही इसकी सबसे अनोखी विशेषता है। यात्रा के 2 रूट, एक 48किमी लंबा लेकिन सरल, दूसरा 14किमी का लेकिन कठिन चढ़ाई- अमरनाथ यात्रा दो रास्तों से की जाती है। पारंपरिक रास्ता 48 किलोमीटर लंबा नुनवान-पहलगाम से है। दूसरा रास्ता गांदरबल जिले में 14 किलोमीटर लंबे बालटाल से है। यात्रा 28 अगस्त को खत्म होगी।

सुप्रीम कोर्ट बोला

नागरिकता का फैसला निष्पक्ष तरीके से हो,असम में विदेशी घोषित 27 लोगों को राहत, हाईकोर्ट का फैसला रद्द कर दोबारा होगी सुनवाई

नयी दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को असम के 27 लोगों को विदेशी घोषित करने से जुड़े मामलों में गुवाहाटी हाईकोर्ट के फैसले रद्द कर दिए। कोर्ट ने कहा कि किसी व्यक्ति की नागरिकता या विदेशी होने का फैसला निष्पक्ष, कानूनी और उचित प्रक्रिया के तहत ही होना चाहिए। जस्टिस विक्रम नाथ और जस्टिस संदीप मेहता की बेंच ने मामले की सुनवाई की। कोर्ट ने कहा कि नागरिकता और विदेशी होने का सवाल संविधान और कानून से जुड़ा बेहद महत्वपूर्ण विषय है। सभी मामले दोबारा सुनवाई के लिए फॉरेनर्स ट्रिब्यूनल को भेज दिए गए हैं। इन लोगों को फॉरेनर्स ट्रिब्यूनल ने विदेशी घोषित किया था। उन्होंने इस फैसले को गुवाहाटी हाईकोर्ट में चुनौती दी, लेकिन हाईकोर्ट ने ट्रिब्यूनल के फैसले को बरकरार रखा। इसके बाद सभी ने सुप्रीम कोर्ट में अपील की। सुप्रीम कोर्ट-नागरिकता से जुड़े मामले में:- सरकार यह सुनिश्चित कर सकती है कि कोई भी व्यक्ति गलत डॉक्यूमेंट, झूठे दावों या कानूनी प्रक्रिया का दुरुपयोग कर भारतीय नागरिकता हासिल न करे। लेकिन इसके लिए निष्पक्ष कानूनी प्रक्रिया से समझौता नहीं किया जा सकता। सुप्रीम कोर्ट बोला- नागरिकता पर अंतिम फैसला ट्रिब्यूनल करेगा, कोर्ट ने यह नहीं तय किया है कि अपीलकर्ता भारतीय नागरिक हैं या नहीं। उनके दावों, डॉक्यूमेंट्स और सबूतों की सत्यता या पर्याप्तता पर भी कोर्ट ने कोई टिप्पणी नहीं की है। इन सभी की जांच अब फॉरेनर्स ट्रिब्यूनल करेगा। उसी के आधार पर फैसला सुनाया जाएगा। केस को दोबारा ट्रिब्यूनल भेजने का मतलब यह नहीं है कि अपीलकर्ताओं को नागरिकता मिल गई है। इसका मकसद सिर्फ यह सुनिश्चित करना है कि किसी को विदेशी घोषित करने जैसा गंभीर फैसला पूरी तरह निष्पक्ष और कानूनी प्रक्रिया के बाद ही लिया जाए। फॉरेनर्स ट्रिब्यूनल सभी मामलों की नए सिरे से सुनवाई करेगा। सुनवाई के दौरान वह अपने पहले के आदेश या गुवाहाटी हाईकोर्ट की टिप्पणियों से प्रभावित हुए बिना स्वतंत्र रूप से फैसला देगा। विदेशी अधिनियम, 1946 की धारा-9 लागू रहेगी। यानी अपनी भारतीय नागरिकता साबित करने की जिम्मेदारी संबंधित व्यक्ति की ही होगी। हाईकोर्ट में 23 साल बाद चुनौती दी गई थीः-27 लोगों को फॉरेनर्स ट्रिब्यूनल ने विदेशी घोषित किया था।

उन्होंने इस फैसले को गुवाहाटी हाईकोर्ट में चुनौती दी, लेकिन हाईकोर्ट ने ट्रिब्यूनल के आदेश को बरकरार रखा था। हाईकोर्ट ने कहा था कि ट्रिब्यूनल का फैसला करीब 23 साल बाद चुनौती दी गई। नोटिस मिलने के बावजूद कोई भी याचिकाकर्ता ट्रिब्यूनल के सामने पेश नहीं हुआ और न ही अपनी नागरिकता के समर्थन में कोई दस्तावेज या सबूत दिया। ऐसे में ट्रिब्यूनल के पास उन्हें विदेशी घोषित करने के अलावा कोई विकल्प नहीं था।

विदेशी अधिनियम, 1946 की धारा-9 क्या है? अगर किसी व्यक्ति पर सवाल उठता है कि वह भारतीय नागरिक है या विदेशी, तो अपनी नागरिकता साबित करने की जिम्मेदारी उसी व्यक्ति की होती है। सरकार को यह साबित नहीं करना पड़ता कि वह विदेशी है।

आमतौर पर किसी मामले में आरोप लगाने वाले पक्ष को आरोप साबित करना होता है।

लेकिन विदेशी अधिनियम, 1946 की धारा-9 में नियम अलग है। अगर किसी व्यक्ति को विदेशी होने के संदेह में फॉरेनर्स ट्रिब्यूनल के सामने पेश किया जाता है, तो उसे खुद दस्तावेज और सबूत देकर साबित करना होता है कि वह भारतीय नागरिक है।

बॉयफ्रेंड ने किया नाबालिग गर्लफ्रेंड को किडनैप, बहन को रोते हुए वीडियो भेजा, बोली- मुझे ले जाओ

लुधियाना। लुधियाना में बॉयफ्रेंड ने नाबालिग गर्लफ्रेंड को किडनैप कर लिया है। उसने गर्लफ्रेंड को अपनी कैद में रखा है। नाबालिग बार-बार अपनी बहन को वॉट्सएप के जरिए वीडियो और ऑडियोमैसेज भेज रही है। लड़की ने अपनी बहन को जो वीडियो भेजा है, उसमें वह जोर-जोर से रो रही है, हालांकि उसमें वह कुछ बोल नहीं रही है। इसके अलावा नाबालिग ने वॉट्सएप पर वॉइस मैसेज भेजे हैं, जिसमें वह कह रही है कि 'जीजा जी आपने मुझे अपनी बेटी माना है, एक बार मुझसे बात कर लो।' बॉयफ्रेंड इतना शातिर है कि वह जब भी मैसेज करवा रहा है, सिर्फ वॉट्सऐप पर वॉइस मैसेज कर रहा है ताकि पुलिस उनकी लोकेशन ट्रेस न कर सके। पुलिस ने आरोपी बॉयफ्रेंड पर केस दर्ज कर लिया है। दोनों की दोस्ती इंस्टाग्राम पर हुई थी।बॉयफ्रेंड और नाबालिग गर्लफ्रेंड की लव स्टोरी- बिहार के मुजफ्फरपुर की है नाबालिगाः नाबालिगा मूल रूप से बिहार के मुजफ्फरपुर जिले की रहने वाली है। वह लुधियाना में अपनी बहन के साथ रहती थी। उसके पिता की मौत हो चुकी है और गांव में उसकी मां रहती है। वहीं आरोपी राजू कुमार भी बिहार के सीतामढ़ी जिले का रहने वाला है और वह लुधियाना के राम नगर में रहता है। इंस्टाग्राम पर दोनों मिलेः नाबालिगा और राजू की दोस्ती इंस्टाग्राम से शुरू हुई। दोनों ने एक-दूसरे से चैटिंग की और फिर बातचीत करने लगे। फोन पर बातचीत ज्यादा होने लगी तो बहन ने नाबालिगा के फोन में से सिम कार्ड निकाल दिया। इसके बाद वह घर पर बहन के मोबाइल या जीजा के मोबाइल से हॉटस्पॉट से नेट लेकर वॉट्सएप चलाकर उससे बातचीत करने लगी। नाबालिग को पैसे देता रहता था युवकः नाबालिगा की बहन का कहना है कि उन्हें अब पता चल रहा है कि आरोपी युवक के साथ बहन की दोस्ती काफी समय से थी और वो उसे पैसे देता रहता था।

पीएम के पंजाब-चंडीगढ़ दौरे से पहले स्कूल उड़ाने की धमकी,ईमेल में लिखा- रेलवे स्टेशन, रैली में बम धमाके होंगे

मोहाली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के 17 जुलाई को पंजाब-चंडीगढ़ के संभावित दौरे से पहले मोहाली के 6 स्कूलों को बम से उड़ाने की धमकी मिली है। धमकी मिलते ही स्कूलों को बंद करा दिया गया। बच्चों को छुट्टी देकर घर भेज दिया गया। इससे जुड़ी धमकी भरी ई-मेल सामने आई है। फेज-6 स्थित शिवालिक पब्लिक स्कूल को भी सुबह करीब 9 बजे ऑफिशियल ईमेल पर यह धमकी भरा मैसेज आया। शिवालिक स्कूल के कोऑर्डिनेटर ने कहा कि उस वक्त दूसरा पीरियड चल रहा था। जिसमें कहा गया है कि आज हमारे टारगेट पर स्कूल हैं। 17 जुलाई को भी बम धमाके होंगे। इस मेल में जालंधर-चंडीगढ़ रेलवे स्टेशन को भी टारगेट करने की धमकी दी गई है। जालंधर कैंट रेलवे स्टेशन पर पीएम ने प्रोजेक्ट का उद्घाटन करना है। ये भी कहा है कि कोई मोदी की रैलियों में न जाए वर्ना बम धमाके में मारे जाओगे। इस मेल में पंजाब के मानवाधिकार कार्यकर्ता जसवंत खालड़ा के जीवन पर बनी 'सतलुज' फिल्म के एक्टर दिलजीत दोसांझ को अपना भाई बताया गया है। यह फिल्म ओटीटी से वर्ल्डवाइड बैन हो चुकी है। वहीं फिल्म पर सवाल उठा रहे केंद्रीय राज्य मंत्री रवनीत बिट्टू को भी धमकी दी गई है। इससे पहले कल (12 जुलाई को) एसजेएफ के आतंकी गुरपतवंत सिंह पन्नू ने फिरोजपुर कैंट रेलवे स्टेशन एक वीडियो जारी किया था, जिसमें दिल्ली जाने वाली एक ट्रेन के अंदर स्लीपर कोच में खालिस्तानी नारे लिखे गए थे। पीएम के दौरे से पहले खालिस्तानी धमकियों को देखते पंजाब और चंडीगढ़ में पुलिस हाई अलर्ट पर है। केंद्रीय सुरक्षा एजेंसियां भी इस पर नजर रख रही हैं। पीएम मोदी को

जालंधर और चंडीगढ़ में प्रोजेक्टों का उद्घाटन करना है। स्कूल ने पेरेंट्स को भेजा मैसेज-शिवालिक पब्लिक स्कूल ने पेरेंट्स को भेज मैसेज में लिखा- सुरक्षा कारणों से स्कूल को तुरंत बंद किया जा रहा है। एहतियात के तौर पर सभी बच्चों को घर भेजा जा रहा है। जिन बच्चों का आना-जाना निजी वाहन से होता है, उनके पेरेंट्स जल्द से जल्द स्कूल आकर उन्हें ले जाएं। जो बच्चे स्कूल बस से आते-जाते हैं, उन्हें बस से उनके तय स्टॉप पर छोड़ दिया जाएगा। कृपया अपने बच्चे को लेने के लिए समय पर पहुंचें। फरवरी में दो बार मिली थी स्कूलों को धमकीः-11 फरवरी 2026ः मोहाली के 16 निजी स्कूलों के अलावा जीरकपुर और खरड़ के एक-एक स्कूल को ईमेल के जरिए बम की धमकी मिली थी। एहतियात के तौर पर सभी स्कूल खाली कराए गए, लेकिन पुलिस, बम निरोधक दस्ते और डॉग स्क्वायड की जांच में कुछ भी संदिग्ध नहीं मिला था। 17 फरवरी 2026ः पहली घटना के छह दिन बाद शिवालिक पब्लिक स्कूल (फेज-6), ज्ञान ज्योति पब्लिक स्कूल (फेज-2) और द मिलेनियम स्कूल (फेज-5) को फिर धमकी भरे ईमेल मिले। उस समय बोर्ड परीक्षाएं चल रही थीं। पुलिस ने पूरे परिसर की तलाशी ली, लेकिन कोई विस्फोटक नहीं मिला था। पंजाब में पीएम की सुरक्षा पर सवाल, 2 मामलेः-जनवरी 2026ःपीएम नरेंद्र मोदी के पंजाब दौरे से एक दिन पहले 31 जनवरी को जालंधर के 4 स्कूलों में बम ब्लास्ट की धमकी मिली थी। कैंब्रिज स्कूल, केएमवी संस्कृति स्कूल, ब्रिटिश ओलिवा स्कूल और सीजेएस पब्लिक स्कूल को धमकी भरा ईमेल भेजा गया था। हालांकि जांच के दौरान कुछ नहीं मिला था। जनवरी 2022ः जनवरी 2022 को पंजाब में पीएम नरेंद्र मोदी की सुरक्षा में चूक हुई थी। हुसैनीवाला जाते समय प्यारेआणा ब्रिज (फ्लाईओवर) पर प्रदर्शनकारी किसानों ने रास्ता जाम कर दिया था। इस वजह से पीएम का काफिला लगभग 15-20 मिनट तक फंसा रहा था। इसके बाद पीएम बिना रैली किए बठिंडा एयरपोर्ट वापस लौट गए थे।

सैलून में हेयर वॉश हो सकता है खतरनाक,डॉक्टर से जानें क्या है ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम, 10 लक्षण इग्नोर न करें

गुरुग्राम। लोग अक्सर ग्रूमिंग के लिए सैलून जाते हैं। यहां हेयर कट से लेकर हेयर वॉश और स्पा तक कई सर्विस मिलती हैं। लोग अपनी पसंद और जरूरत के मुताबिक सर्विस चुनते हैं। क्या आपको पता है कि हेयर वॉश के दौरान इससे डैमेज का रिस्क हो सकता है। इसके कारण ब्रेन तक ब्लड का फ्लो बिगड़ सकता है। इससे स्ट्रोक या मिनी-स्ट्रोक (ट्रांजिएंट इस्केमिक अटैक) का रिस्क बढ़ जाता है। सवाल- ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम क्यों होता है? जवाब- इसका मुख्य

सिर को लंबे समय तक पीछे झुकाकर रखने से स्ट्रोक हो सकता है। साल 2025 में 'द अमेरिकन जर्नल ऑफ इमरजेंसी मेडिसिन' में इस बारे में एक रिव्यू पब्लिश हुआ। इसमें पिछले 50 वर्षों में पार्लर में हुए स्ट्रोक के 54 मामलों को एनालाइज किया गया। इनमें ज्यादातर घटनाएं सैलून में हेयर वॉश के दौरान हुई थीं। इस कंडीशन को 'ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम' कहा जाता है। इसलिए 'फिजिकल हेल्थ' में ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम की बात करेंगे। साथ ही जानेंगे कि- ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम क्या है और ये क्यों होता है? किन लोगों को ज्यादा रिस्क हो सकता है? सैलून में क्या सावधानियां रखनी चाहिए? विषय को समझेंगे डॉ. कृष्ण कुमार गोयल कंसल्टेंट, न्यूरोलॉजी, नारायणा हॉस्पिटल, गुरुग्राम जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम क्या होता है? जवाब- ये एक गंभीर हेल्थ कंडीशन है, जो सैलून में बाल धोते समय गर्दन के ज्यादा पीछे झुकने के कारण हो सकती है। इसे पॉइंट्स से समझिए-सैलून में हेयर वॉश के दौरान अक्सर गर्दन को लंबे समय तक पीछे की ओर झुकाकर रखना होता है।

इस पोजिशन से गर्दन की ब्लड वेसल्स पर दबाव पड़ता है। कारण बाल धोते समय गर्दन को लंबे समय पीछे झुकाकर रखना है। इसे ऐसे समझिए- ब्रेन को लगातार ऑक्सीजन और ब्लड की जरूरत होती है। यह गर्दन से गुजरने वाली ब्लड वेसल्स के जरिए पहुंचता है। जब हेयर वॉश के दौरान गर्दन को बहुत ज्यादा पीछे झुकाया जाता है तो इन वेसल्स पर दबाव या खिंचाव पड़ सकता है। इसके कारण ब्रेन तक पहुंचने वाला ब्लड फ्लो अस्थायी रूप से प्रभावित हो सकता है।

कुछ मामलों में आर्टरीज की अंदरूनी लेयर को नुकसान भी हो सकता है।

इससे ब्लड क्लॉटिंग का रिस्क बढ़ जाता है।

अगर ब्लड फ्लो बाधित हो या कोई क्लॉट ब्रेन तक पहुंच जाए तो स्ट्रोक या मिनी-स्ट्रोक हो सकता है।

ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम वह है, जब बाल धो गर्दन लंबे समय तक पीछे की ओर झुकी रहती है।

इससे वर्टिब्रल आर्टरी पर दबाव पड़ता है, ब्लड फ्लो प्रभावित होता है और ब्रेन तक ब्लड सप्लाई कम हो जाती है। इससे स्ट्रोक का रिस्क बढ़ सकता है।

सवाल- ब्रेन के लिए यह कैसे खतरनाक है?

जवाब- जब किसी वजह से ब्लड सप्लाई रुकती है, तो कुछ ही मिनटों में ब्रेन सेल्स डैमेज होना शुरू हो जाती हैं।

जिस हिस्से तक ब्लड नहीं पहुंचता, वहां की सेल्स काम करना बंद कर देती हैं। इसका बॉडी के कई जरूरी फंक्शंस प्रभावित हो सकते हैं, जैसे- बोलने में दिक्कत। चलने-फिरने में परेशानी। धुंधला या कम दिखाई देना। याददाश्त में कमी और बैलेंस बिगड़ना। समय पर इलाज न मिलने से ये नुकसान स्थायी भी हो सकता है। सवाल- 'ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम' के लक्षण क्या होते हैं? जवाब- इसके लक्षण इस बात पर निर्भर करते हैं कि ब्रेन का कौन-सा हिस्सा प्रभावित हुआ है। ये लक्षण तुरंत भी दिख सकते हैं या सैलून ट्रीटमेंट के कुछ दिन या हफ्तों बाद भी सामने आ सकते हैं।

सैलून में हेयर वॉश कराने वाले हर व्यक्ति को यह समस्या नहीं होती, लेकिन कुछ खास स्थितियों में इसका रिस्क बढ़ सकता है।

सवाल- ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम कैसे डायग्नोज किया जाता है? जवाब- इसके लिए डॉक्टर सबसे पहले पूरा न्यूरोलॉजिकल चेक-अप करते हैं।

इससे यह समझने में मदद मिलती है कि ब्रेन का कौन-सा हिस्सा प्रभावित हुआ है। इसके लिए कुछ टेस्ट किए जाते हैं, जैसे- सीटी स्कैन और एमआरआई जैसी इमेजिंग टेस्ट।

मैग्नेटिक रेजोनेंस एंजियोग्राफी। ईसीजी और इकोकार्डियोग्राम जैसे टेस्ट।

सवाल- ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम का ट्रीटमेंट क्या है? जवाब- इसका इलाज अन्य स्ट्रोक की तरह ही किया जाता है।

इलाज का मुख्य उद्देश्य होता है- ब्रेन में ब्लड फ्लो को स्थिर करना।स्थिति को बिगड़ने से रोकना। भविष्य में दोबारा स्ट्रोक का रिस्क कम करना। इसके लिए डॉक्टर आमतौर पर- ब्लड थिनर (खून पतला करने वाली दवाएं) देते हैं, ताकि नसों में क्लॉट बनने या बढ़ने से रोका जा सके। जरूरत पड़ने पर अन्य सपोर्टिव ट्रीटमेंट भी दिए जाते हैं, जो मरीज की स्थिति पर निर्भर करते हैं। अगर स्ट्रोक के बाद कमजोरी, संतुलन या मूवमेंट से जुड़ी समस्या बनी रहती है, तो- फिजियोथेरेपी, रिहैबिलिटेशन थेरेपी, की मदद ली जाती है, जिससे मरीज धीरे-धीरे अपनी रोजमर्रा की एक्टिविटीज में सुधार कर सके। सवाल- ब्यूटी पार्लर स्ट्रोक सिंड्रोम से कैसे बचें? जवाब- सबसे पहले ये देखें कि इस दौरान आप रिलैक्स महसूस कर रहे हैं या नहीं। अगर समस्या हो रही है तो गर्दन में सपोर्ट के लिए पिलो आदि मागें या गर्दन का एंगल सही करने को कहें। ग्राफिक में देखिए, इससे बचने के लिए क्या-क्या करना चाहिए- इन पॉइंटर्स को एक-एक करके थोड़ा विस्तार से बताते हैं- गर्दन को सपोर्ट और आराम दे-,हेयर वॉश के दौरान वॉश बेसिन के किनारे एक मुलायम तौलिया या कुशन रखवाएं, ताकि गर्दन और सिर को सपोर्ट मिले और अनावश्यक खिंचाव न पड़े। गर्दन का एंगल सही रखें-ध्यान रखें कि बाल धोते समय गर्दन जरूरत से ज्यादा पीछे न झुके। कोशिश करें कि गर्दन का झुकाव 20 डिग्री से ज्यादा न हो। इसे हल्के और सहज एंगल में रखें, ताकि गर्दन की नसों और मसल्स पर ज्यादा दबाव न पड़े। सही पोश्चर में बैठें- बाल धोते समय गर्दन को सिंक के सख्त किनारे पर टिकाने की बजाय थोड़ा आगे की ओर झुककर बैठें, जिससे सिर और गर्दन पर जोर कम पड़े। बेसिन पर सिर ज्यादा देर पीछे न रखें- कई बार बाल धोने के बाद वहीं खड़े-खड़े या सिंक के ऊपर तौलिए से बाल सुखाए जाते हैं। बेहतर है कुर्सी पर सीधा बैठकर या थोड़ा आगे झुककर तौलिए का इस्तेमाल करने को कहें।

दर्द/असहजता हो तो तुरंत बताएं-अगर वॉश के दौरान दर्द, चक्कर या किसी भी तरह की परेशानी महसूस हो तो बिना झिझक सैलून स्टाफ को बताएं, ताकि पोजिशन तुरंत बदली जा सके।

बीच-बीच में ब्रेक लें-अगर हेयर वॉश या कोई ट्रीटमेंट लंबा चल रहा हो, तो बीच में गर्दन को सीधा करके कुछ देर आराम दें।

नेक सपोर्ट का इस्तेमाल करें- गर्दन के नीचे तौलिया या नरम कुशन रखने से दबाव कम पड़ता है और गर्दन ज्यादा आरामदायक स्थिति में रहती है। अचानक गर्दन को झटका न दें-सिर को पीछे या आगे करते समय धीरे-धीरे मूव करें। अचानक झटका लगने से गर्दन की मसल्स और ब्लड वेसल्स पर तनाव बढ़ सकता है।

बॉयफ्रेंड के अपनी फैमिली से रिश्ते खराब, क्या इसका असर हमारे रिश्ते पर पड़ेगा, क्या वो मेरी फैमिली को अपना मानेगा?

नोएडा। आज के परिवेश में वैवाहिक जीवन सफल होना कम ही देखा जाता हैं तो विवाह से पूर्व हर व्यक्ति सोच समझा कर निरनय लेता हैं इस विषय को समझेंगे एक्सपर्ट- डॉ. जया सुकुल, क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट, नोएडा जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- मेरी उम्र 28 साल है। मैं पिछले 3 साल से रिलेशनशिप में हूं और अब हम शादी के बारे में सोच रहे हैं। लेकिन एक बात मुझे परेशान कर रही है कि मेरे बॉयफ्रेंड के अपने परिवार से रिश्ते अच्छे नहीं हैं। वह इस बारे में बात भी नहीं करता। मैं अपने परिवार के काफी करीब हूं। क्या यह फर्क हमारे रिश्ते पर असर डाल सकता है? मुझे डर लग रहा है कि मैं भी अपनी फैमिली से दूर हो जाऊंगी? क्या मेरे बच्चों पर भी असर पड़ेगा? मैं इस बारे में उससे बात कैसे करूं? मुझे क्या करना चाहिए? जवाब- सबसे पहले तो सवाल पूछने के लिए शुक्रिया। आपकी फिक्र बता रही है कि आप अपने भविष्य को लेकर संजीदा हैं। चलिए आपकी सिचुएशन समझते हैं और उसके सॉल्यूशन पर बात करते हैं। बचपन तय करता है हमारा स्वभाव;- व्यक्ति के स्वभाव की जड़ें उसके बचपन से जुड़ी होती हैं। हमारे सभी इमोशन और एक्शन अतीत से प्रभावित होते हैं। आपने लिखा कि आप अपने पेरेंट्स के काफी करीब हैं। इसका एक मतलब ये भी है कि आपको बचपन में प्यार, सुरक्षा और केयर मिली है। दूसरी ओर आपके पार्टनर के बचपन में शायद ये बुनियादी चीजें न मिली हों। आपने लिखा कि अपने पेरेंट्स के साथ उनके रिश्ते अच्छे नहीं हैं। उनके इस व्यवहार के पीछे कुछ 'अनरिजॉल्व्ड पेन' यानी अनसुलझे दर्द हो सकते हैं। बचपन में हमें जैसा माहौल और केयर मिलती है, उससे हमारी 'इमोशनल लैंग्वेज' तय होती है। जिन्हें बचपन में भरपूर प्रेम मिलता है, बड़े होने पर उनके भीतर प्यार होता है। आपके पार्टनर के मामले में शायद उनकी परिस्थितियां ऐसी रही हों कि उनके और पेरेंट्स के बीच 'इमोशनल कनेक्शन' डेवलप न हो पाया हो। परिवार से दूरी हमेशा चॉइस नहीं होती। कई बार यह बचपन के इमोशनल घावों का नतीजा होता है, जिन्हें उसने बचपन से दबाकर रखा है। शादी से पहले उस दर्द को समझना, उसके बिहेवियर को जज करने से ज्यादा जरूरी है। आपके मन में उठ रहे डर की वजह-जब हम किसी को जीवनसाथी चुनते हैं, तो चाहते हैं कि हमारे परिवार भी आपस में जुड़ें। इसलिए आपके मन में कुछ डर होना स्वाभाविक है। इस डर के पीछे कई कारण छिपे हो सकते हैं, जिन्हें समझना जरूरी है- शादी के बाद अकेली पड़ गई तो? अपने परिवार से कट गई तो? मुझे मायके जाने से रोका तो? परिवारों के बीच दूरियां रहीं तो? इस सबका असर बच्चों पर पड़ा तो ? मेरे परेंट्स की रिस्पेक्ट नहीं की तो? शुरुआती रिश्तों में प्रेम बेहद जरूरी-साइकोलॉजी के मुताबिक, इस दुनिया में मनुष्य का पहला रिश्ता अपने पेरेंट्स से बनता है। यही रिश्तों की बुनियाद होती है। अगर जड़ ही कमजोर हो तो इंसान की प्यार करने, जुड़ने और भरोसा करने की क्षमता प्रभावित हो जाती है। यह आपके रिश्ते को कैसे प्रभावित कर सकता है? अगर आप किसी ऐसे व्यक्ति के साथ जुड़ते हैं, जो अपनी जड़ों से कटा हुआ है तो वह डिस्कनेक्शन आपसी कम्युनिकेशन में भी झलक सकता है। उनके रिएक्शंस में भी इसके कुछ संकेत दिख सकते हैं। हमारे रिएक्शंस का मनोविज्ञान-मशहूर मनोवैज्ञानिक जॉन गॉटमैन और एस्थर पेरेल के मुताबिक, रिश्तों में होने वाले झगड़े अक्सर 'उस वक्त से' जुड़े नहीं होते हैं। ये रिएक्शन कहीं और से आ रहे होते हैं। अगर आपके पार्टनर को लगता है कि कोई उन्हें प्यार नहीं करता तो आपकी थोड़ी सी एब्सेंस भी उन्हें ये एहसास करा सकती है कि आप उन्हें शायद प्यार नहीं करती हैं। कुल मिलाकर ऐसे माहौल में बड़े हुए बच्चों का रिएक्शन असल स्थिति से कहीं बड़ा और आक्रामक होता है। मौजूदा स्थिति पर अतीत का साया-जब कोई पुराना दर्द प्रोसेस नहीं होता, तो वह वर्तमान की किसी भी छोटी घटना से 'ट्रिगर' हो जाता है। उदाहरण के लिए, अगर आपने उनका फोन नहीं उठाया, तो उन्हें सिर्फ फोन न उठने का दुख नहीं होगा। उन्हें वह पूरा बचपन याद आ जाएगा, जब उन्हें 'इग्नोर' किया जाता था। इस समय एडल्ट व्यक्ति नहीं रो रहा, वह बच्चा रो रहा है, जिसका कभी ख्याल नहीं रखा गया। जिसे वह अनकंडीशनल मोहब्बत नहीं मिली। ऐसी मामूली घटनाएं उनके ट्रामा को ट्रिगर कर सकती हैं बच्चों पर क्या असर पड़ेगा? जब पेरेंट्स अपने परिवार से खुद इमोशनली डिस्कनेक्टेड होते हैं, तो अनजाने में उसका असर बच्चों पर भी पड़ता है। मनोविज्ञान में इसे 'इंटरजनरेशनल ट्रॉमा' कहते हैं। यानी एक पीढ़ी का अनसुलझा दर्द अगली पीढ़ी में ट्रांसफर हो जाता है। अगर पिता के मन में परिवार को लेकर कड़वाहट है, तो संभव है कि वह अपने बच्चे को भी 'जुड़ाव' और 'भरोसे' के बुनियादी सबक न दे पाए। पिता का छोटी बातों पर 'आउट ऑफ प्रपोर्शन' रिएक्शन देना बच्चे के मन में डर पैदा कर सकता है, जिससे वे अपनी भावनाएं छिपाने लगते हैं। इसके ये असर हो सकते हैं- असुरक्षित लगाव-बच्चों में जुड़ाव की कमी होना। बुराई न करें। हेल्दी एनवार्नमेंटः पिता अपनी कहानी या नफरत बच्चों पर न थोपें। ननिहाल से जुड़ावः बच्चों को फैमिली से

रिश्तों का डर- उन्हें लगेगा कि रिश्ते बोझिल होते हैं। इमोशनल रेगुलेशन- जज्बातों को काबू करने में दिक्कत होती है। एंग्जाइटी- घर के भारी माहौल से घबराहट होने लगती है। सोशल स्किल- बाहरी लोगों से घुलने-मिलने में हिचक। आइडेंटिटी क्राइसिस- अपनी फैमिली हिस्ट्री पर शर्मिंदगी। भरोसे की कमी- लोगों पर भरोसा करने में कठिनाई होना। बच्चों को इस मुश्किल से बचाएं-अगर पेरेंट्स ने कुछ झेला है तो जरूरी नहीं है कि वही ट्रॉमा बच्चों पर भी ट्रांसफर हो। उन्हें इससे बचाने के लिए कुछ ठोस कदम उठाने होंगे- हीलिंगः पार्टनर को अपने अतीत के गुस्से पर काम करना होगा। ट्रांसपेरेंसीः बच्चों के सामने किसी भी परिवार की मिलने वाले प्यार का अनुभव होने दें। बच्चे वह नहीं सीखते, जो हम उन्हें सिखाते हैं। वह सीखते हैं, जो देखते हैं। अनजाने में हम अपने घाव बच्चों को विरासत में दे देते हैं। इसलिए हीलिंग सिर्फ आपके लिए नहीं, आने वाली पीढ़ी के लिए भी जरूरी है। आपको अब क्या करना चाहिए? ऑब्जर्व करें:-देखें कि क्या वह आपके परिवार का सम्मान करते हैं? क्या वह आपको पेरेंट्स से मिलने से रोकते हैं? अगर ऐसा नहीं है और वह आपके रिश्तों का सम्मान करते हैं, तो स्थिति आराम से संभल सकती है। थेरेपी का सुझावः अगर उनका गुस्सा कंट्रोल से बाहर है, तो उन्हें प्रोफेशनल काउंसलिंग या थेरेपी के लिए मनाएं। उन्हें समझाएं कि यह उनके पुराने घावों को भरने के लिए है। बाउंड्री तय करें: स्पष्ट करें कि आप अपनी फैमिली से जुड़ी रहेंगी। उन्हें यह भरोसा दिलाएं कि आपके परिवार के करीब होने का मतलब उनसे दूर होना नहीं है। अंतिम सलाहः- आपका डर गलत नहीं है, लेकिन प्यार में बदलाव लाने की ताकत होती है। अगर पार्टनर अपनी कमियों को स्वीकार करने और उन पर काम करने को तैयार है, तो आप एक स्वस्थ भविष्य बना सकते हैं। अपने स्टैंड पर कायम रहें और धीरे-धीरे उन्हें खुशहाल रिश्तों की अहमियत समझाएं।

स्वत्वाधिकारी एवं मुद्रक डॉ. दीपक अरोरा द्वारा रामा प्रिंटर्स 53/25/1 ए बेली रोड न्यू कटरा प्रयागराज (उ.प्र) 211002 से मुद्रित एवं सी-41यूपी एसआईडीसी औद्योगिक क्षेत्र नैनी प्रयागराज। संपादक/प्रकाशक डा.पुनीत अरोरा मो.न.09415608710
RNINO.UPHIN/2015/63398
www.adhuniksamachar.com

नोटः- इस समाचार पत्र में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं सम्पादन हेतु पी0आर0बी0 एक्ट के अन्तर्गत उत्तरदायी तथा इनसे उत्पन्न समस्त विवाद इलाहाबाद न्यायालय के अधीन ही होगा।