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

आधुनिक समाचार

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

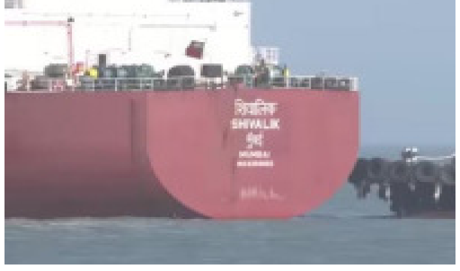
प्रयागराज से प्रकाशित हिन्दी दैनिक

12th ANNIVERSARY

वर्ष -12 अंक-22 | प्रयागराज, शुक्रवार 27 मार्च, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

ईरान ने भारत को होर्मुज से गुजरने की इजाजत दी,कहा- मित्र देशों के जहाज गुजर सकेंगे

नयी दिल्ली। अमेरिका-इजराइल और ईरान जंग का आज 27वां दिन है। ईरान ने भारत, चीन, रूस, इराक और पाकिस्तान समेत मित्र देशों को होर्मुज स्ट्रेट से गुजरने की इजाजत दे दी है। न्यूज एजेंसी एएनआई ने यह जानकारी मुंबई स्थित ईरानी कॉन्सुलेट के हवाले से दी है। कॉन्सुलेट ने बताया कि ईरान के विदेश मंत्री अब्बास अराघची ने कहा है कि 'मित्र देशों' को होर्मुज से गुजरने की छूट है। ईरान पहले भी कह चुका है कि होर्मुज स्ट्रेट पूरी तरह बंद नहीं है। यह रास्ता सिर्फ उन देशों के लिए बंद है जो ईरान के खिलाफ हैं। बाकी देशों को कुछ शर्तों के साथ गुजरने की अनुमति दी जा रही है। इससे पहले ईरान ने बुधवार रात दावा किया कि उसने अमेरिकी एफ/ए-18 फाइटर जेट को मार गिराया, जो हिंद महासागर में क्रैश हो गया। ईरान की इस्लामिक रिवोल्यूशनरी गार्ड कॉर्प्स (आईआरजीसी) के मुताबिक, यह कार्रवाई देश के दक्षिणी तटीय इलाके के पास की गई।हालांकि, अमेरिका ने इस दावे को खारिज कर दिया है। अमेरिकी सेंट्रल कमांड ने कहा कि ईरान ने किसी भी अमेरिकी फाइटर जेट को नहीं गिराया। होर्मुज स्ट्रेट खुलने से भारत को 5 बड़े फायदे-भारत अपनी जरूरत का लगभग 85फीसदी तेल इंपोर्ट करता है, जिसमें 55-60फीसद खाड़ी देशों से आता है। यहां होर्मुज एक अहम चोक पॉइंट है। भारत हर दिन



लगभग 50 लाख बैरल तेल इस्तेमाल करता है। होर्मुज स्ट्रेट खुला रहेगा तो यह सप्लाई बिना रुकावट आती रहेगी। जंग की वजह से तेल कीमतें 100 डॉलर प्रति बैरल से ज्यादा हो गई। रास्ता खुलने से कीमतें स्थिर रहेंगी। तनाव के समय जहाजों का इंश्योरेंस 2-3 गुना तक बढ़ गया था। अब रास्ता सुरक्षित होने से ट्रांसपोर्ट लागत कम होगी। मिडिल ईस्ट से भारत आने वाले जहाज अब लगभग 5 से 10 दिनों में पहुंच सकते हैं। अमेरिका ने ईरान को युद्ध खत्म करने के लिए 15 पॉइंट्स का प्लान भेजा है। यह प्लान पाकिस्तान के जरिए तेहरान तक पहुंचाया गया। न्यूयोर्क टाइम्स की रिपोर्ट के मुताबिक इस प्रस्ताव में ईरान के बैलिस्टिक मिसाइल और न्यूक्लियर प्रोग्राम के साथ-साथ स्ट्रेट ऑफ होर्मुज में समुद्री आवाजाही जैसे अहम मुद्दों को शामिल किया गया है। बताया जा रहा है कि पाकिस्तान के आर्मी चीफ इस बातचीत में अहम मध्यस्थ की भूमिका निभा रहे हैं। अमेरिका ने ईरान के सामने रखीं ये शर्तें रखीं हैं-न्यूक्लियर प्रोग्राम पर रोक और परमाणु हथियार विकसित न करने की गारंटी देना यूरेनियम संवर्धन को सीमित या पूरी तरह बंद करना और स्टॉक आईएईए को सौंपना

बैलिस्टिक और क्रूज मिसाइल प्रोग्राम पर सख्त नियंत्रण या कटौती करना, स्ट्रेट ऑफ होर्मुज को पूरी तरह खोलना और वैश्विक शिपिंग को सुरक्षित रास्ता देना, अंतरराष्ट्रीय एजेंसियों को सभी न्यूक्लियर साइट्स तक पूरी और बिना शर्त पहुंच देना, प्रमुख परमाणु ठिकानों जैसे नतांज, फोर्डो और इस्फहान को सीमित या खत्म करना, हिजबुल्लाह और अन्य सहयोगी मिलिशिया को समर्थन कम या बंद करना, क्षेत्र में सैन्य गतिविधियों और हमलों को कम करना और तनाव घटाना,एक तय समय के लिए सीजफायर लागू करना ताकि बातचीत आगे बढ़ सके, भविष्य में युद्ध न हो इसके लिए ठोस अंतरराष्ट्रीय गारंटी देना

समुद्री और ऊर्जा इंफ्रास्ट्रक्चर की सुरक्षा सुनिश्चित करना,ईरान की मिसाइल रेंज और इस्तेमाल को केवल आत्मरक्षा तक सीमित करना बदले में ईरान पर लगे आर्थिक प्रतिबंधों को पूरी तरह या चरणबद्ध तरीके से हटाना,सिविल न्यूक्लियर प्रोग्राम और ऊर्जा सेक्टर में अंतरराष्ट्रीय सहयोग देना,मिडिल ईस्ट में स्थिरता और शांति के लिए लंबी अवधि का रोडमैप लागू करनाईरान और अमेरिका-इजराइल के बीच चल रहा युद्ध अब इतना बढ़ गया है कि होर्मुज स्ट्रेट लगभग बंद हो गया है।

ईरान को ट्रम्प के दामाद पर विश्वास नहीं,शांति वार्ता के लिए उपराष्ट्रपति वेंस पहली पसंद

कहा- वे दूसरों के मुकाबले कम नुकसानदेह

नई दिल्ली। ईरान ने ट्रम्प सरकार को संकेत दिया है कि वह राष्ट्रपति की चुनी हुई टीम के बजाए जेडी वेंस के साथ

बातचीत करना ज्यादा पसंद करेगा। सीएनएन के मुताबिक सूत्रों का कहना है कि ईरान वेंस को युद्ध विरोधी मानता है। ईरान ट्रम्प के दामाद और सलाहकार जेरेड कुशनर और स्टीव विटकॉफ के साथ बातचीत नहीं करना चाहता। ईरान का कहना है उनके साथ बातचीत चल रही थी तभी अमेरिका-ईजराइल ने हमला कर दिया था। एक राजनयिक सूत्र ने सीएनएन के हवाले से कहा-'पुरानी टीम के साथ बातचीत की कोई संभावना नहीं है। ईरान को लगता है कि बातचीत का प्रस्ताव सिर्फ अमेरिका-इजराइल के लिए एक और चाल है, ताकि वे फिर से हमले के लिए कुछ और समय ले सकें।' इससे पहले ब्रिटिश अखबार गार्जियन ने भी मंगलवार को रिपोर्ट दी थी कि ईरान के अधिकारी स्टीव विटकॉफ और जेरेड कुशनर से बात नहीं करना चाहते। हालांकि व्हाइट हाउस ने इस रिपोर्ट को पूरी तरह गलत बताया और इसे विदेशी प्रचार बताया। व्हाइट हाउस ने साफ किया है कि अमेरिका की तरफ से बातचीत कौन करेगा, इसका फैसला सिर्फ राष्ट्रपति ट्रम्प ही करेंगे। व्हाइट हाउस की प्रेस सचिव कैरोलिन लेविट ने साफ कहा कि केवल राष्ट्रपति ट्रम्प ही तय करेंगे कि उनकी ओर से बातचीत कौन करेगा। ट्रम्प ने भी कहा कि इस प्रक्रिया में वेंस के साथ-साथ मार्को रुबियो, स्टीव विटकॉफ और जेरेड कुशनर भी शामिल हैं। ईरान को ट्रम्प के दामाद पर भरोसा नहीं-ट्रम्प के करीबी लोगों के मुकाबले, वेंस को तेहरान में ऐसा नेता माना जा रहा है जो पश्चिम एशिया में सैन्य कार्रवाई को लेकर ज्यादा उत्साहित नहीं है। सीएनएन के एक सूत्र के मुताबिक, 'ऐसा माना जा रहा है कि वेंस इस संघर्ष को खत्म करने की कोशिश

सरकार बोली- 35 दिन बाद गैस बुकिंग की बात झूठ,नियमों में कोई बदलाव नहीं

नयी दिल्ली। सरकार ने उन सभी मीडिया रिपोर्ट्स को गलत

बताया है जिनमें गैस सिलेंडर बुक करने के नियमों में बदलाव की बात कही जा रही है। मीडिया रिपोर्ट्स में कहा जा रहा है कि पीएम उज्ज्वला योजना वाले उपभोक्ता अब 45 दिन और नॉन-पीएम उज्ज्वला योजना उपभोक्ता दूसरा सिलेंडर 35 दिन बाद ही बुक करा सकेंगे। पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस मंत्रालय ने साफ किया है कि ऐसा कोई बदलाव नहीं किया गया है। रीफिल बुकिंग के पुराने नियम ही लागू रहेंगे और उनमें कोई बदलाव नहीं हुआ है। यानी एक सिलेंडर डिलीवर होने के बाद दूसरे सिलेंडर की बुकिंग शहरों में 25 दिन और ग्रामीण क्षेत्रों में 45 दिन बाद ही कर सकेंगे। 14.2 किलो वाले घरेलू सिलेंडर के मुकाबले 19 किलो वाले कॉमर्शियल एलपीजी सिलेंडर की सप्लाई पर कहीं ज्यादा दबाव है। 22 मार्च को केंद्र सरकार ने राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के लिए कॉमर्शियल एलपीजी के कोटे में 20फीसदी की अतिरिक्त बढ़ोतरी को मंजूरी दी थी। इसके साथ ही अब कुल आवंटन बढ़कर 50फीसदी हो गया है। हालांकि, डिस्ट्रीब्यूटर्स का कहना है कि इस फैसले का जमीन पर असर दिखने में अभी दो से तीन दिन का समय लग सकता है। अफवाहों पर ध्यान न दें और पैनिक बुकिंग न करें-मंगलवार को प्रेस ब्रीफिंग में पेट्रोलियम मंत्रालय की जॉइंट सेक्रेटरी सुजाता शर्मा ने बताया कि पिछले कुछ दिनों में अफवाहों की वजह से कुछ जगहों पर 'पैनिक बुकिंग' (घबराहट में खरीदारी) देखी गई थी, जिसे ऑयल कंपनियों और सरकार ने कंट्रोल किया है। देशवासियों से अपील है कि वे अफवाहों पर ध्यान न दें।6 मार्चः घरेलू सिलेंडर की बुकिंग के लिए 21 दिन का लॉक-इन पीरियड शुरू किया गया (यानी एक सिलेंडर मिलने के 21 दिन बाद ही दूसरा बुक होगा)। 9 मार्चः डिमांड बढ़ने पर शहरों में लॉक-इन पीरियड बढ़ाकर 25 दिन कर दिया गया।12 मार्चः ग्रामीण इलाकों के लिए सिलेंडर बुकिंग का गैप बढ़ाकर 45 दिन किया गया। 14 मार्चः पेट्रोलियम मंत्रालय ने पीएनजी (पाइप गैस) यूजर्स के लिए एलपीजी सिलेंडर रखना गैर-कानूनी घोषित किया। अब पीएनजी कनेक्शन वालों को अपना सिलेंडर सरेंडर करना होगा और वे रिफिलिंग नहीं करा पाएंगे।हॉर्मुज रूट पर टैक्स देने की बात भी अफवाह-सोशल मीडिया पर चल रही उन खबरों को सरकार ने 'निराधार' बताया है जिनमें दावा किया गया था कि भारत हॉर्मुज रूट पार करने के लिए कोई 'वॉर मनी' या टैक्स दे रहा है। अधिकारियों ने साफ किया कि यह एक इंटरनेशनल जलमार्ग है और इंटरनेशनल नियमों के मुताबिक यहां नेविगेशन पूरी तरह फ्री है। कोई भी देश इस पर कोई लेवी या फीस नहीं लगा सकता।शिपिंग मंत्रालय के स्पेशल सेक्रेटरी राजेश कुमार सिन्हा ने ब्रीफिंग में बताया कि पिछले 24 घंटों में खाड़ी क्षेत्र में कोई अप्रिय समुद्री घटना नहीं हुई है। होर्मूज रूट पार कर दो टैंकर 92,700 मीट्रिक टन गैस लेकर भारत की ओर रवाना हो गए हैं। पाइन गैसः इसमें 45,000 टन एलपीजी है। यह 27 मार्च की सुबह न्यू मंगलुरु पोर्ट पहुंचेगा। जग वसंतः इसमें 47,600 टन एलपीजी लोड है। यह 26 मार्च को कांडला पोर्ट पहुंचेगा। खाड़ी क्षेत्र में अभी भी 20 भारतीय जहाज और 540 नाविक मौजूद हैं, जिनकी सुरक्षा के लिए भारतीय मिशन और डीजी शिपिंग से लगातार अपडेट लिए जा रहे हैं।

पेट्रोल पंपों पर भीड़, गोरखपुर डीएम सड़क पर उतरे,गोंडा-प्रयागराज में पुलिस बुलानी पड़ी

प्रयागराज। यूपी के कई जिलों में पेट्रोल-डीजल खत्म होने की अफवाह फैली हुई है। इसके चलते बुधवार रात गोरखपुर, गोंडा, देवरिया और महाराजगंज में पेट्रोल पंपों पर भीड़ उमड़ पड़ी। लोग बड़े-बड़े डिब्बे लेकर पेट्रोल और डीजल भरवाने पहुंच गए। कई जगह लंबी कतारें लग गईं और लोग घंटों इंतजार करते रहे। प्रयागराज और गोंडा के एक-एक पेट्रोल पंप पर स्थिति संभालने के लिए पुलिस पहुंची। इसके बाद लोगों को तेल दिया गया। प्रदेश में तेल कंपनियों को कॉर्डिनेटर संजय भंडारी ने बताया-तेल कंपनियों के पास 22 दिन का स्टॉक है। इसलिए अफवाहों पर ध्यान न दें। घबराकर ज्यादा तेल खरीदने या जमा करने की जरूरत नहीं है। गोरखपुर में अफवाहों के चलते डीएम दीपक मीणा और एसएसपी डॉ. कौस्तुभ देर रात सड़कों पर उतरे। उन्होंने पंपों पर जाकर लोगों से अपील की कि अफवाहों में न आएं। सामान्य दिनों की तरह ही लोग डीजल और पेट्रोल लें। लंबी लाइन में खड़े होने की जरूरत नहीं है। गोंडा में देर रात तक पेट्रोल पंपों पर भारी भीड़ रही। किसान डीजल लेने के लिए लंबी लाइन में खड़े दिखे। किसानों को डर है कि अगर डीजल खत्म हो गया तो आने वाले दिनों में गेहूं की मड़ाई में दिक्कत होगी। प्रदेश में करीब 13,168 पेट्रोल पंप चल रहे हैं। पंप मालिकों का कहना

है कि अचानक 3 से 4 गुना तक भीड़ बढ़ गई है। उन्हें समझ में भी नहीं आया कि आखिर अचानक भीड़ क्यों बढ़ गई, जबकि तेल पर्याप्त है।गोंडा में डीएम आवास के सामने स्थित पेट्रोल पंप पर पेट्रोल-डीजल खत्म हो गया है। पंप मैनेजर सुधीर कुमार सोनी के अनुसार, स्टॉक में करीब 12,895 लीटर पेट्रोल था, लेकिन अफवाहों के कारण अचानक बिक्री बढ़ गई और स्टॉक तेजी से समाप्त हो गया। पेट्रोल खत्म होने के बाद पंप पर 'पेट्रोल खत्म' का नोटिस चस्पा कर दिया गया है, जिससे दूर-दराज से आने वाले ग्राहक बिना ईंधन लिए लौटने को मजबूर हैं।प्रयागराज के सराय इनायत में एक पेट्रोल पंप पर अचानक भीड़ उमड़ पड़ी। वाहनों की लंबी कतार लग गई। सूचना मिलते ही पुलिस पहुंची और ग्राहकों को तेल दिया गया।गोंडा के अपर जिलाधिकारी आलोक कुमार ने कहा- सभी पेट्रोलियम अधिकारियों, पेट्रोल पंप संचालकों और पेट्रोलियम संगठनों के प्रतिनिधियों के साथ बैठक की गई है। पूरे जिले में कहीं भी पेट्रोल और डीजल की किसी भी प्रकार की कमी नहीं है।कुछ लोग जानबूझकर अफवाह फैला रहे हैं, जिसे किसी भी स्थिति में बर्दाश्त नहीं किया जाएगा। जमाखोरी करने वालों पर सख्त कार्रवाई की जाएगी।गोंडा में डीजल और पेट्रोल की अफवाहों के चलते पेट्रोल पंपों पर देर रात तक भारी भीड़ देखने को मिली। लोग गाड़ियां और डिब्बे लेकर लाइन में लगे रहे। गुरुनानक चौकी के पास भारत पेट्रोलियम पंप पर लोगों के बीच बहस हो गई। इस पर सीओ सिटी आनंद राय पुलिस फोर्स के साथ मौके पर पहुंचे। उन्होंने माइक लेकर लोगों को समझाया। कहा- शहर में पेट्रोल-डीजल की कोई कमी नहीं है। जिला पूर्ति अधिकारी कुंवर दिनेश प्रताप सिंह और नवाबगंज थाना अध्यक्ष अभय सिंह भी विभिन्न पेट्रोल पंपों पर जाकर भीड़ को नियंत्रित करते नजर आए।

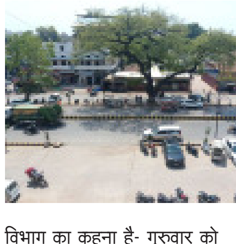
बच्ची की लाश कनस्तर में भरी, ऊपर से आटा भरा,गला काटकर हत्या,किराएदार के कमरे में मिला शव-मां बेहोश

आगरा। आगरा में जूता कारोबारी की 8 साल की बच्ची की गला काटकर हत्या कर दी गई। बुधवार रात करीब 8 बजे किराएदार के कमरे में रखे एक कनस्तर से बच्ची की लाश मिली। ऊपर आटा भरा हुआ था। वारदात के बाद से किराएदार फरार है। पुलिस को शक है कि उसी ने हत्या की है। बच्ची मंगलवार दोपहर 2 बजे घर के बाहर खेलते समय लापता हो गई थी। 30 घंटे बाद पुलिस ने उसका शव बरामद किया। बेटी की लाश देखकर मां बेहोश हो गईं। घटना की जानकारी मिलते ही इलाके में तनाव फैल गया। लोग सड़क पर उतर आए। फतेहाबाद रोड पर जाम लगा दिया। पथराव किया। कुछ गाड़ियों में तोड़फोड़ करने की कोशिश की। सूचना पर डीसीपी सिटी अली अब्बास फोर्स के साथ मौके पर पहुंचे। लोगों को समझाकर मामला शांत कराया। घटना थाना ताजगंज क्षेत्र की है। डीसीपी सिटी ने बताया-'पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट आने के बाद ही यह साफ हो सकेगा कि शव पर और कोई चोट है या नहीं। आरोपी किराएदार के खिलाफ अपहरण और हत्या का मुकदमा दर्ज कर लिया गया है। उसकी तलाश में 10 टीमें लगाई गई हैं। जल्द गिरफ्तारी की जाएगी।' सिद्धार्थ नगर गोबर चौकी के रहने वाले जूता करोबारी का घर में ही जूते का कारखाना है। इलाके में आमने-सामने कारोबारी के 2 मकान हैं। एक घर में वो पत्नी और 2 बेटियों के साथ रहते हैं। ठीक

सामने वाले मकान के ग्राउंड फ्लोर पर फैक्ट्री और गोदाम है। घर के ऊपर एक कमरा किराए पर दे रखा है। इसमें आरोपी सुनील रहता है। वह पेंटिंग का काम करता है। कारोबारी ने बताया- मंगलवार दोपहर 2 बजे मोहल्ले के कुछ बच्चे आए। बड़ी बेटी उनके साथ खेलने चली गई। काफी देर तक वह दिखाई नहीं दी तो मैंने सोचा कि ट्यूशन पढ़ने चली गई होगी। शाम के 4:30 बजे तक लौटी नहीं तो उसकी मां को चिंता हुई। फिर हम लोगों ने तलाश शुरू की। ट्यूशन टीचर को फोन कर पूछा। उन्होंने बताया कि बेटी आज आई ही नहीं थी।पिता ने बताया- मैंने पुलिस को सूचना दी। मोहल्ले के लोगों के साथ हम बेटी को आसपास खोजते रहे। पुलिस ने गलियों में लगे सीसीटीवी खंगाले। इसमें दोपहर 2:00 बजे बेटी गली के बाहर एक दुकान पर चिप्स का पैकेट लेती नजर आई। फिर वह वहां से वापस जाती दिखी। पुलिस ने देर शाम मेरी तहरीर पर अपहरण की प्राथमिकी दर्ज कर ली। एसीपी पीयूष कांत राय के नेतृत्व में 4 टीमें बनाई गईं। पुलिस की एक टीम घर के आसपास के कैमरे देख रही थी। दूसरी टीम घरवालों से बातचीत और पड़ोसियों से पूछताछ कर रही थी।पिता ने बताया- तीसरी टीम घरों की तलाशी में लग गई। पुलिस ने मोहल्ले के हर घर की तलाशी ली, मगर मंगलवार को बच्ची का कोई सुराग नहीं लगा। इसी बीच मैंने पुलिस को बताया कि किराएदार सुनील बच्ची के लापता होने के बाद से हमारे साथ था। वह भी बच्ची को तलाश रहा था। वह मेरे साथ गुमशुदगी दर्ज कराने थाने भी गया था। उन्होंने बताया कि जब पुलिस मोहल्ले के घरों की जांच करने लगी तो सुनील दिखाई नहीं दिया। वह अपने कमरे पर ताला लगाकर चला गया। इसके बाद मुझे शक हुआ।

यूपी में 5 दिन बिगड़ा रहेगा मौसम, बारिश-ओले का अलर्ट,50 की रफ्तार से हवाएं चलेंगी

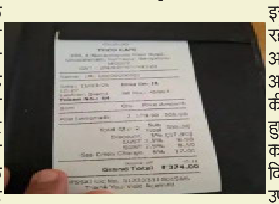
लखनऊ। यूपी में अगले 5 दिन मौसम बिगड़ा रहेगा। आज पश्चिमी यूपी में बारिश का अलर्ट है। मौसम



विभाग का कहना है- गुरुवार को बरेली, आगरा, मथुरा समेत कई जिलों में बादलों की आवाजाही जारी रहेगी। दिन में कहीं-कहीं बूंदाबांदी हो सकती है। 50 की रफ्तार से हवाएं चल सकती हैं। मौसम विभाग के मुताबिक, पश्चिमी विक्षोभ (वेस्टर्न डिस्टर्बेंस) के असर से मौसम में बदलाव होगा। पिछले हफ्ते शुरू हुआ आंधी-बारिश का दौर मार्च के अंत तक जारी रहेगा। गरज-चमक के साथ बारिश होगी। कहीं-कहीं ओले गिर सकते हैं। आंधी भी चलेगी। हालांकि, पिछले 24 घंटे के दौरान प्रदेश में कहीं भी बारिश नहीं हुई। इससे तापमान में 5ष्टसे तब की बढ़ोतरी दर्ज की गई। प्रयागराज सबसे गर्म रहा, यहां अधिकतम तापमान 35.6°से रहा। सबसे कम तापमान बिजनौर में 14.5°से रिकॉर्ड किया गया। लखनऊ के मौसम वैज्ञानिक अतुल कुमार सिंह ने बताया-'प्रदेश में दो पश्चिमी विक्षोभ सक्रिय हो रहे हैं। आज से पश्चिमी यूपी में बूंदाबांदी की शुरुआत होगी। धीरे-धीरे इसका असर पूर्वी यूपी तक पहुंचेगा। 29 मार्च को दूसरा विक्षोभ सक्रिय होगा। इससे पूरे प्रदेश में अच्छी बारिश होगी। 40-50 की रफ्तार से हवा चलेगी। तापमान में 4ष्टसे से 5°से की गिरावट आएगी। ठंड का एहसास होगा।' अगले 4 दिन कैसा रहेगा मौसम? 27 मार्च - पूरे प्रदेश में गरज-चमक के साथ बारिश होगी। तेज हवाएं चल सकती हैं। कुछ जगहों पर ओले भी गिरेंगे। 28 मार्च - पश्चिमी और पूर्वी यूपी के ज्यादातर इलाकों में मौसम साफ रहेगा। कुछ इलाकों में बौछारें पड़ सकती हैं। 29 मार्च - पश्चिमी यूपी में गरज-चमक के साथ बौछारें पड़ सकती हैं। कुछ जगहों पर बिजली गिरने की भी आशंका है। 30 मार्च - पूरे प्रदेश में गरज-चमक के साथ हल्की बारिश होगी। कुछ जगहों पर तेज बारिश भी हो सकती है। आंधी भी चल सकती है। 31 मार्च - पश्चिमी यूपी में बौछारें पड़ेंगी। पूर्वी यूपी में अच्छी बारिश हो सकती है। 30-40 किमी की रफ्तार से हवा चलेगी।

होटल-रेस्टोरेंट बिल में अलग से नहीं जोड़ सकेंगे एलपीजी चार्ज,ऐसा किया तो कार्रवाई होगी

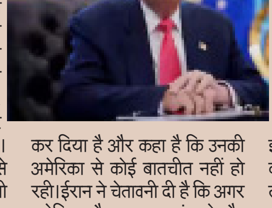
नयी दिल्ली। होटल और रेस्टोरेंट अब ग्राहकों से 'एलपीजी चार्ज' या 'फ्यूल कॉस्ट रिकवरी' जैसे कोई भी एक्स्ट्रा चार्ज नहीं वसूल सकेंगे। केंद्र सरकार ने साफ किया है कि खाने की कीमतों के अलावा बिल में सिर्फ सरकारी टैक्स ही जोड़े जा सकेंगे। देशभर में जारी एलपीजी संकट के बीच सेंट्रल कंज्यूमर प्रोटेक्शन अथॉरिटी (सीसीपीए) ने अपने आदेश में कहा है कि होटल और रेस्टोरेंट को अपनी सभी इनपुट कॉस्ट को मेन्यू में दी गई कीमतों में ही शामिल करना होगा। अगर कोई रेस्टोरेंट गैस की बढ़ती कीमतों या किसी अन्य ऑपरेशनल खर्च का हवाला देकर बिल के अंत में अलग से चार्ज जोड़ता है, तो यह नियमों का उल्लंघन माना जाएगा। अथॉरिटी के मुताबिक, मेन्यू में जो रेट लिखा है, ग्राहक सिर्फ वही और उस पर लगने वाले टैक्स ही देगा। कैफे ने नींबू पानी पर 5फीसदी गैस-क्राइसिस चार्ज वसूला था हाल ही में बेंगलुरु के एक कैफे ने अपने ग्राहक को नींबू पानी के बिल पर 5फीसदी 'गैस क्राइसिस चार्ज' (गैस संकट शुल्क) लगा दिया था। बेंगलुरु के 'थियो



कैफे' की इस वायरल रसीद के मुताबिक, एक ग्राहक ने दो मिंट लेमोनेड (नींबू पानी) ऑर्डर किए थे। एक लेमोनेड की कीमत रु179 थी, यानी दो के लिए रु358 हुए। कैफे ने पहले रु17.90 का 5फीसदी डिस्काउंट दिया, लेकिन फिर स्टैंडर्ड जीएसटी के साथ 'गैस क्राइसिस चार्ज' के नाम पर 5फीसदी यानी रु17.01 अलग से जोड़ दिए। इस तरह ग्राहक का कुल बिल रु374 हो गया। सर्विस चार्ज पर लगी रोक को घुमाने की कोशिश सीसीपीए की जांच में सामने आया है कि कई होटल और रेस्टोरेंट पुराने 'सर्विस चार्ज' पर लगी रोक को बाईपास करने के लिए इस तरह के नए नाम वाले चार्ज वसूल रहे हैं। सीसीपीए ने इसे उपभोक्ता अधिकारों का हनन बताया है। अथॉरिटी ने कहा कि वह इस तरह की चीजों पर बारीकी से नजर रखे हुए है और नियम तोड़ने वालों पर कार्रवाई की जाएगी। बिल में ऐसे चार्ज दिखें तो तुरंत क्या करें? सीसीपीए ने उपभोक्ताओं को सलाह दी है कि अगर बिल में एलपीजी चार्ज, फ्यूल चार्ज या कोई अन्य एक्स्ट्रा फीस जुड़ी हुई दिखे, तो सबसे पहले होटल या रेस्टोरेंट मैनेजमेंट से उसे हटाने को कहें। अगर वे इसे हटाने से मना करते हैं, तो ग्राहक अपनी शिकायत दर्ज करा सकते हैं। शिकायत दर्ज कराने के 4 आसान तरीके-हेल्पलाइन नंबरः नेशनल कंज्यूमर हेल्पलाइन के नंबर 1915 पर कॉल करके शिकायत कर सकते हैं। मोबाइल ऐपः एनसीएच के मोबाइल ऐप के जरिए भी शिकायत दर्ज की जा सकती है।

ट्रम्प बोले- ईरान ने सुप्रीम लीडर बनने का ऑफर दिया,मैंने ठुकरा दिया, मुझे ईरान का नेता बनने में दिलचस्पी नहीं

वॉशिंगटन डीसी। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने दावा किया कि उन्हें ईरान का सुप्रीम लीडर बनने का प्रस्ताव मिला था। लेकिन उन्होंने इस पद को ठुकरा दिया। रिपब्लिकन फंडरेजर कार्यक्रम में बोलते हुए ट्रम्प ने कहा-'इतिहास में कोई भी देश का चीफ ऐसा नहीं रहा होगा जिसे ईरान का नेता बनने में इतनी कम दिलचस्पी हो। वे कहते हैं कि हम आपको अगला सुप्रीम लीडर बनाना चाहते हैं। लेकिन मैंने कहा- थैंक्यू, मुझे यह नहीं चाहिए।' ट्रम्प ने फिर से अमेरिका की जीत का दावा किया। उन्होंने कहा कि पर्दे के पीछे ईरान से बातचीत चल रही है और ईरानी सरकार युद्धविराम चाहती है, लेकिन घरेलू दबाव के डर से खुलकर ऐसा नहीं कह पा रही। उन्होंने कहा, 'हम इतनी बड़ी जीत हासिल कर रहे हैं कि दुनिया ने ऐसा पहले कभी नहीं देखा। वे बातचीत कर रहे हैं और बहुत ज्यादा समझौता करना चाहते हैं। लेकिन उन्हें डर है कि अगर उन्होंने यह बात कही तो उनके अपने लोग ही उन्हें मार सकते हैं। उन्हें हमसे भी डर है।'हालांकि, ईरान ने ट्रम्प के सभी दावों को पूरी तरह खारिज



कर दिया है और कहा है कि उनकी अमेरिका से कोई बातचीत नहीं हो रही।ईरान ने चेतावनी दी है कि अगर अमेरिका और इजराइल जंग को और बढ़ाते हैं और उसके द्वीपों (जैसे खार्ग द्वीप) पर हमला करते हैं, तो वह बाब अल-मंदेब सट्रेट को बंद कर सकता है। यह एक संकरा समुद्री रास्ता है, जहां से होकर जहाज स्वेज नहर की तरफ जाते हैं। ईरान पहले ही होर्मुज सट्रेट पर दबाव बनाए हुए है, जहां से दुनिया का लगभग पांचवां हिस्सा तेल गुजरता है। अगर बाब-अल-मंदेब में भी रुकावट आती है, तो मिडिल ईस्ट में चल रहे संघर्ष का आर्थिक असर और बढ़ सकता है। दुनिया के समुद्री तेल का करीब 12 प्रतिशत इस रास्ते से गुजरता है, जो लाल सागर और अदन की खाड़ी को जोड़ता है। यह दुनिया का चौथा सबसे बड़ा शिपिंग रूट है। यह यमन के दक्षिण-पश्चिम में स्थित है, जहां ईरान समर्थित हूती मौजूद हैं।इजराइल ने दावा किया है कि उसने ईरान के बंदर अब्बास शहर पर किए गए हमलों में इस्लामिक रिवोल्यूशनरी गार्ड कॉर्प्स की नेवी कमांडर अलीरेजा तंगसीरी को मार गिराया है। अलीरेजा तंगसीरी आईआरजीसी नेवी के प्रमुख थे और उन्हें ईरान की समुद्री सैन्य रणनीति का अहम चेहरा माना जाता था। खास तौर पर होर्मुज में जहाजों की निगरानी और सैन्य कार्रवाई में उनकी बड़ी भूमिका रही है। हालांकि ईरान की तरफ से अभी तक इस दावे की आधिकारिक पुष्टि नहीं की गई है।

पेट्रोल, डीजल एवं रसोई गैस की आपूर्ति एवं वितरण के सम्बन्ध में समीक्षा बैठक सम्पन्न

समस्त गैस एजेन्सियों पर गैस वितरण काउण्टर के अतिरिक्त केवाईसी हेतु पृथक काउण्टर/स्टॉल लगाया जाए

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिलाधिकारी हर्षिता माथुर के निर्देशानुसार अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) सिद्धार्थ की अध्यक्षता में ऑयल कम्पनी के विक्रय अधिकारियों, जिला पूर्ति अधिकारी, समस्त क्षेत्रीय खाद्य अधिकारियों एवं पूर्ति निरीक्षकों के साथ पेट्रोल, डीजल एवं रसोई गैस की आपूर्ति एवं वितरण में आ रही समस्याओं के सम्बन्ध में समीक्षा बैठक की गयी। समीक्षा में ऑयल कम्पनी के विक्रय अधिकारियों द्वारा अवगत कराया गया कि आज दिनांक 25 मार्च 2026 को जनपद में 9442 एल0पी0जी0 घरेलू गैस सिलेण्डरों की आमद हुई, 8864 घरेलू गैस सिलण्डरों का वितरण किया गया एवं 16090 घरेलू गैस सिलेण्डर स्टॉक में अवशेष हैं। इसी प्रकार जनपद में पेट्रोल 1344.343 के0एल0 तथा डीजल 1714.052 के0एल0 स्टॉक में अवशेष है। इस प्रकार जनपद में घरेलू गैस सिलेण्डर, पेट्रोल एवं डीजल का पर्याप्त स्टॉक उपलब्ध है। समीक्षा बैठक में सम्बन्धित अधिकारियों से हुई वार्ता के क्रम में जनहित के दृष्टिगत निर्देश निर्गत किये गये है कि गैस एजेन्सियों पर केवाईसी हेतु एकत्र हो रही भीड़ के दृष्टिगत समस्त गैस एजेन्सियों पर गैस वितरण काउण्टर के अतिरिक्त केवाईसी हेतु पृथक काउण्टर/स्टॉल लगाया जाए।

जनपद की सभी गैस एजेन्सियों पर उपभोक्ताओं को स्वच्छ पेयजल की व्यवस्था सुनिश्चित करायी जाए।

सभी गैस एजेन्सियों पर उपभोक्ताओं को गर्मी/धूप से बचाव के लिये छाया की व्यवस्था सुनिश्चित करायी जाए।

गैस एजेन्सीवार नामित नोडल अधिकारी प्रत्येक समय अपना दूरभाष/मोबाइल नंबर सक्रिय रखेंगे। सम्बन्धित नोडल अधिकारी उपभोक्ताओं की एल0पी0जी0 घरेलू गैस से सम्बन्धित समस्याओं का यथासम्भव निराकरण कराना सुनिश्चित करेंगे।

एल0पी0जी0 घरेलू गैस का वितरण प्रथम आवक-प्रथम पावक के आधार पर पहले बुकिंग करने वाले उपभोक्ताओं को प्रथम एवं बाद में बुकिंग करने वाले उपभोक्ताओं को क्रमिक रूप से बुकिंग के अनुसार रसोई गैस की उपलब्धता सुनिश्चित करायी जाए। गैस एजेन्सीवार नामित नोडल अधिकारियों के दूरभाष/मोबाइल नंबर सक्रिय न होने, कतिपय कारणों से फोन रिसीव न होने एवं कॉल बैक न होने की स्थिति में उपभोक्ता कन्ट्रोल रूम के दूरभाष नंबर-7275765147 पर सम्पर्क कर अपनी शिकायत दर्ज करा सकते हैं। अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) ने समस्त एल0पी0जी0 घरेलू गैस उपभोक्ताओं/जनसामान्य से कहा है कि जनपद में एल0पी0जी0 घरेलू गैस, पेट्रोल एवम् डीजल का पर्याप्त स्टॉक उपलब्ध है।

उपभोक्ता किसी भी प्रकार की अफवाहों पर ध्यान न दें। एल0पी0जी0 घरेलू गैस बुकिंग के उपरान्त समस्त उपभोक्ताओं को गैस रिफिल की निर्बाध रूप से आपूर्ति सुनिश्चित कराने हेतु जिला प्रशासन प्रतिबद्ध है।

सीडीओ ने जिला स्तरीय जागरूकता कार्यशाला का किया शुभारम्भ

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जनपद में टीबी उन्मूलन जागरूकता एवं संवेदीकरण कार्यशाला कार्यक्रम का शुभारंभ 'जन-जन का रखे ध्यान, टीबी-मुक्त भारत अभियान' का संदेश

और समग्र स्वास्थ्य सुरक्षा को लेकर स्वास्थ्य विभाग ने प्रयास तेज कर दिए हैं। विश्व क्षयरोग दिवस (24 मार्च) के अवसर पर कार्यक्रमों की श्रृंखला के तहत जिला पंचायत रिसोर्स सेंटर, दरीबा में 'सम्पूर्ण सुरक्षा रणनीति' पर जिला स्तरीय मुख्य अतिथि मुख्य विकास अधिकारी अंजूलता द्वारा दीप प्रज्वलन कर किया गया। इस दौरान जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. अनुपम सिंह ने मुख्य विकास अधिकारी को पुष्पगुच्छ भेंट कर सम्मानित किया। कार्यशाला में देते हुए अधिकारियों ने बताया कि समय पर जांच, नियमित उपचार और पोषण सहयोग से टीबी को पूरी तरह समाप्त किया जा सकता है। इस अवसर पर टीबी मुक्त ग्राम पंचायतों के प्रधानों को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य विभिन्न विभागों के बीच समन्वय स्थापित कर 'ंूप`ग्दे, 'ल्ट्ब्रीुगे' के तहत स्वास्थ्य सेवाओं को और प्रभावी बनाना रहा। मुख्य विकास अधिकारी अंजूलता ने कहा कि टीबी उन्मूलन में जन भागीदारी सबसे अहम है। जब तक समाज जागरूक नहीं होगा, तब तक इस बीमारी पर पूर्ण नियंत्रण संभव नहीं है। जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. अनुपम सिंह ने बताया कि सरकार द्वारा निःशुल्क जांच, दवा और पोषण सहायता उपलब्ध कराई जा रही है। हर मरीज तक समय पर उपचार पहुंचाना हमारी प्राथमिकता है। एसएसके नोडल डॉ. ऋचा त्रिपाठी ने कहा कि सम्पूर्ण सुरक्षा रणनीति के तहत विभिन्न विभागों के समन्वय से टीबी उन्मूलन को गति दी जा रही है। कार्यक्रम में यह भी बताया गया कि संदिग्ध मरीजों की शीघ्र पहचान, निःशुल्क जांच एवं उपचार, तथा निक्षय पोषण योजना जैसी सुविधाओं के माध्यम से सरकार लगातार प्रयासरत है। इस अवसर पर डॉ. सुनील अग्रवाल, सीपीएम दिशा क्लस्टर प्रयागराज डॉ. रोहित पांडे, नगेंद्रमणि मिश्रा, एआरटी सेंटर से सुशील तिवारी, सूर्य प्रकाश सिंह, सीमा, प्रीति, अमित दुबे, सूर्य प्रकाश शुक्ला, जय प्रकाश सहित अन्य अधिकारी व जिला क्षयरोग विभाग से जिला प्रोग्राम कोऑर्डिनेटर अभय मिश्रा, जिला पब्लिक प्राइवेट मिक्स समन्वयक मनीष श्रीवास्तव, टीबीएचआईबी कोऑर्डिनेटर अतुल वर्मा, शिवेंद्र सिंह, शिव शंकर यादव, अखिलेश त्रिपाठी, सुनीत श्रीवास्तव, वरुण देव शर्मा, विवेक, अरुण, ऋषिकेश त्रिपाठी, आशुतोष त्रिपाठी, दीपू पटेल, सुनील कुमार, अनिल कुमार, देवानंद प्रजापति, गौरव पाल, शुभम, शिवम, केके श्रीवास्तव, प्रदीप वर्मा, करुणा शंकर मिश्रा सहित बड़ी संख्या में कर्मचारी मौजूद रहे।

कंप्यूटर शिक्षक प्रशिक्षण (CTT) कौशल के महत्व पर कॉमिक्स

नेंनी औद्येगिक प्रशिक्षण केन्द्र, प्रयागाज

जनपद के विकास क्षेत्रों के 10-10 बच्चों को एक दिवसीय कराया गया शैक्षिक भ्रमण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। परिषदीय विद्यालयों में अध्ययनरत बच्चों की

उपस्थिति, ठहराव एवं अदिगत स्तर में वृद्धि हेतु एवं विद्यालय के प्रति बच्चों की रूचि विकसित किये जाने हेतु भारत की समृद्धि एवं पुरातन ऐतिहासिक स्मारक/धरोहर एवं भारतीय संस्कृति की समझ विकासित कर देश के प्रति गौरव की भावना तथा देश प्रेम जागृत करने के उद्देश्य से जनपद के समस्त विकास क्षेत्रों के 10-10 बच्चों को एक दिवसीय शैक्षिक भ्रमण हेतु इन्दिरा गांधी उद्यान रायबरेली, शहीद स्मारक मुंशीगंज रायबरेली व कृषि विज्ञान केन्द्र दरियापुर रायबरेली का भ्रमण कराया गया है। जनपद के समस्त विकास क्षेत्रों में 04 नोडल अधिकारी बृजलाल खण्ड शिक्षा अधिकारी राही, सत्य प्रकाश यादव खण्ड शिक्षा अधिकारी रोहनियां, राजीव कुमार ओझा खण्ड शिक्षा अधिकारी लालगंज, अनिल कुमार मिश्र खण्ड शिक्षा अधिकारी शिवगढ़, विजय प्रकाश खण्ड शिक्षा अधिकारी छतोह के नेतृत्व में लगभग 200 बच्चों को शैक्षिक भ्रमण हेतु इन्दिरा गांधी उद्यान रायबरेली, शहीद स्मारक मुंशीगंज रायबरेली व कृषि विज्ञान केन्द्र दरियापुर रायबरेली का भ्रमण कराया गया। प्रत्येक विकास क्षेत्र से टीम प्रभारी नियुक्त करते हुए बच्चों सकुशल भ्रमण करते अपने गन्त्वय स्थान तक पहुँचाने हेतु विकास क्षेत्र-रोहनियां से अजय कुमार यादव, विकास क्षेत्र-सलोन से गौरव शर्मा, विकास क्षेत्र जगतपुर से संतोष मिश्रा, विकास क्षेत्र-ऊँचाहर से दीपमाला, विकास क्षेत्र गौरा से उदय राज, विकास क्षेत्र हरचन्दपुर से रमराज व शशिबाला श्रीवास्तव, विकास क्षेत्र- महराजगंज से रश्मि शुक्ला व सुरेश, विकास क्षेत्र-बछरावां से राम दयाल व राजेश कुमार को नियुक्त किया गया था।

INDIAN SECURITY AND MANPOWER SERVICI

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

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

राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग मोर्चा की मीटिंग में चौधरी विकास पटेल ने प्रदेश व केंद्र सरकार को घेरा

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) गौरीगंज/अमेठी। राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग

मोर्चा की राजगढ़ गौरीगंज में सम्पन्न मीटिंग में इस संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष चौधरी विकास पटेल कई मुद्दों पर प्रदेश व केंद्र सरकार को घेरा और उनकी नीयत पर आशंका जताई। पटेल यहां पर लोगों को संबोधित करते हुए कहा कि पिछड़ी जातियों व किसानों को सावधान रहने की आवश्यकता है। केंद्रीय सरकार ने कैबिनेट में पास होने के बावजूद जनगणना अधिसूचना में ओ बी सी की जाति गणना का कालम ही नहीं बनाया है। ऐसा करके पिछड़ी जातियों के साथ नाइंसाफी की जा रही है। यू जी सी बिल लाना और फिर सुप्रीम कोर्ट में कमजोर पैरवी कर स्टे लगवा देना एस सी एस टी और ओ बी सी के साथ लगता है कि कहीं षडयंत्र तो नहीं किया जा रहा है? किसानों को आश्वासन देने के बावजूद सरकार उन्हें उपज पर एम एस पी गारंटी कानून नहीं बना रही है। उन्होंने ई वी एम को अविश्वसनीय बताते हुए इसे हटाकर बैलेट पेपर से चुनाव कराने की मांग की।वीवीपैट पर्चियों की शत प्रतिशत मिलान कर गिनती अनिवार्य करने की भी बात कही।चौधरी विकास पटेल ने प्रदेश सरकार पर निशाना साधते हुए कहा कि सरकार प्राथमिक शिक्षा को ध्वस्त करना चाहती है। यह तमाम परिषदीय विद्यालयों को बंद कर ठेकों को ज्यादा खोल रही है। प्राइवेटाइजेशन कर आरक्षित वर्ग की नौकरियों को खत्म करने का काम कर रही है। उन्होंने यह भी आशंका व्यक्त की कि लगता है सरकार खेती को भी उद्योगपतियों को देने का कुचक्र तो नहीं रच रही है? इस अवसर पर प्रमुख उपस्थित रहे। लोगों में धर्मेन्द्र मौर्य, मंगेश कुमार, रामयश मौर्य, गुलाब पाल, जगप्रसाद, आर सी मौर्य, रज्जब भाई, राहुल मौर्य, शिवशरन मौर्य, राजेंद्र प्रसाद एडवोकेट, हरिश्चंद्र पाल जिलाध्यक्ष, पवन मौर्य, शेर अली, निशार अहमद, मोइनुद्दीन खान, गामा, अजय पासवान एडवोकेट, गुलाब पाल, निशार अहमद, मंशाराम मौर्य प्रबंधक, रामयश मौर्य, राम केवल मौर्य, के डी सरोज और के.पी. सविता आदि रहे।

हरहुआ में सम्मान समारोह में प्रतिभशाली बच्चों को किया गया सम्मानित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) वाराणसी/हरहुआ। एस0 आर0

प्लैटिनम इंग्लिश स्कूल, हरहुआ, वाराणसी में तृदिवसीय खेलकूद प्रतियोगिता का सम्मान समारोह बुधवार को आयोजित किया गया। मुख्य अतिथि विवेकानंद द्विवेदी, चौकी प्रभारी हराहुआ ने छात्रों को सम्मानित करते हुए कहा कि विद्यालयों में इस तरह के महत्वपूर्ण आयोजन से छात्रों को शारीरिक और मानसिक रूप से मजबूती प्रदान करता है। कार्यक्रम की अध्यक्षता कौशलेन्द्र नारायण सिंह, प्रबंध निदेशक, एस0 आर0 प्लैटिनम इंग्लिश स्कूल ने की। उन्होंने कहा कि यह प्रतियोगिता आप सभी को अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए प्रेरित करेगी। यह प्रतियोगिता न केवल इस विद्यालय के लिए बल्कि पूरे समुदाय के लिए एक महत्वपूर्ण अवसर है। इस अवसर पर क्रिकेट, बास्केटबॉल, कबड्डी, खो-खो, रस्साकशी चेस ,कैरमबोर्ड और बैडमिंटन आदि में कुल 220 विजेताओं को सम्मानित किया गया। क्रिकेट में शुभम पांडे, रौनक, सोनाक्षी, अभिषेक पांडे और शिवा का प्रदर्शन काफी सराहनीय रहा। धन्यवाद ज्ञापन सहायक निदेशक देवान्श राय ने दिया। प्रधानाचार्य आर पी सिंह, खेल प्रशिक्षक कृष्ण कुमार सिंह और नरेंद्र यादव का महत्वपूर्ण योगदान रहा।

संकट मोचन हनुमान मंदिर में चांदी की ध्वजा अर्पित की हजारों श्रद्धालुओं की उमड़ी आस्था

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) वाराणसी। 26 मार्च 2026 शहर में आज भक्ति और आस्था का अद्भुत नजारा देखने को मिला जब हनुमान ध्वजा प्रभात फेरी समिति की ओर साढ़े तीन किलो की चांदी की ध्वजा चढ़ाई गई। इस विशेष अवसर पर बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लेकर आयोजन को भव्य रूप दिया।ध्वज यात्रा में महिलाओं और पुरुषों की भारी भीड़ देखने को मिली। पूरे मार्ग में श्रद्धालु भजन-कीर्तन करते हुए आगे बढ़े और जय श्री राम व जय बजरंगबली के जयकारों से वातावरण भक्तिमय हो उठा। श्रद्धा और उत्साह का ऐसा संगम लंबे समय तक लोगों को याद रहेगा। यह 15 दिवसीय ध्वज यात्रा 2 अप्रैल 2026 को अपने समापन पर पहुंचेगी। प्रतिदिन यह यात्रा धर्म संघ मंदिर, दुर्गाकुंड से प्रारंभ होकर संकट मोचन हनुमान मंदिर तक जाती है, जिसमें लगातार श्रद्धालुओं की संख्या बढ़ती जा रही है। इस अवसर पर दीक्षा श्रीवास्तव कोहिनूर मिसेज इंडिया इंटरनेशनल कौशल जी और दीपक श्रीवास्तव सहित कई प्रमुख लोग मौजूद रहे। दीक्षा श्रीवास्तव की गरिमामयी उपस्थिति ने आयोजन को और भी विशेष बना दिया। समिति के अनुसार, इस ध्वज यात्रा का मुख्य उद्देश्य समाज में धार्मिक चेतना और एकता का संदेश फैलाना है। आयोजन की भव्यता और श्रद्धालुओं की भागीदारी ने इसे शहर की प्रमुख धार्मिक घटनाओं में शामिल कर दिया है।

सीसीटीवी में कैद हुई चोरी की वारदात, घर का ताला तोड़कर नकदी व गहने ले उड़े चोर

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। थाना क्षेत्र अंतर्गत एक घर में दिनदहाड़े चोरी की वारदात सामने आई है, जिसकी तस्वीरें सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गई हैं। प्राप्त जानकारी के अनुसार, पीड़ित मनीष सेठी पुत्र विजय सेठी, निवासी 38/5 मीरापुर, अपने घर से बाहर गए हुए थे। इसी दौरान अज्ञात चोरों ने मौके का फायदा उठाकर घर का ताला तोड़ दिया। पीड़ित के अनुसार, घटना 23 मार्च 2026 की है, जब वे अपने पिता का इलाज कराने लखनऊ गए हुए थे। 25 मार्च को वापस लौटने पर उन्होंने देखा कि घर के मुख्य दरवाजे का ताला टूटा हुआ था और अंदर का सामान बिखरा पड़ा था। चोर लगभग 10,000 रुपये नकद एवं सोने के आभूषण लेकर फरार हो गए। घटना की पूरी वारदात घर में लगे सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गई है, जिसमें संदिग्ध गतिविधियां स्पष्ट दिखाई दे रही हैं। पीड़ित ने थाना अतरसुइया में लिखित शिकायत देकर मामले में कार्रवाई की मांग की है। पुलिस ने शिकायत के आधार पर जांच शुरू कर दी है और सीसीटीवी फुटेज के आधार पर आरोपियों की पहचान करने का प्रयास किया जा रहा है। क्षेत्र में लगातार बढ़ रही चोरी की घटनाओं से स्थानीय लोगों में दहशत का माहौल है।

आईएमएस नोएडा के छात्रों ने हैकाथॉन में जीते प्रथम एवं द्वितीय स्थान

(आधुनिक समाचार सीतापुर) नोएडा। आईएमएस नोएडा के बीसीए के छात्रों ने एक्सक्लूसिव हैकाथॉन गीक्सफॉरगीक्स क्लासरूम के ऑल इंडिया लेवल ग्रैंड फिनाले में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए संस्थान का नाम गौरवान्वित किया। यह कार्यक्रम नोएडा सेक्टर-63 में आयोजित हुआ, जिसमें दिल्ली-एनसीआर सहित देश भर के प्रतिष्ठित संस्थानों से 50 टीम ने हिस्सा लिया। इस हैकाथॉन में प्रतिभागियों को एआई-आधारित फैक्ट-चेकिंग इंजन विकसित करने की चुनौती दी गई, जिसमें क्लेम एक्सट्रैक्शन, रियल-टाइम एविडेंस रिट्रीवल और एक्यूरेसी रिपोर्टिंग जैसे महत्वपूर्ण पहलुओं को शामिल किया गया था। आईएमएस नोएडा के छात्रों ने अपनी नवाचार क्षमता, तकनीकी दक्षता एवं प्रभावशाली समाधान से निर्णायकों को प्रभावित किया। आईएमएस नोएडा के प्रेसिडेंट राजीव कुमार गुप्ता ने छात्रों को बधाई देते हुए कहा कि छात्रों की यह शानदार उपलब्धि उनके निरंतर परिश्रम, समर्पण, नवाचार क्षमता और उत्कृष्ट तकनीकी कौशल का प्रमाण है। राष्ट्रीय स्तर के इस प्रतिस्पर्धी मंच पर प्रथम एवं द्वितीय स्थान प्राप्त करना अत्यंत गर्व का विषय है। इस प्रकार के हैकाथॉन न केवल छात्रों को वास्तविक समस्याओं के समाधान विकसित करने का अवसर प्रदान करते हैं, बल्कि उनमें रचनात्मक सोच, टीम वर्क और इंडस्ट्री-रेडी स्किल्स को भी सुदृढ़ करते हैं। आईएमएस नोएडा के एडवाइजर प्रोफेसर (डॉ.) जेके शर्मा ने कहा कि हम विद्यार्थियों को ऐसा शिक्षण वातावरण प्रदान करने के लिए सदैव प्रतिबद्ध है जहां वे अपने ज्ञान को व्यावहारिक रूप में लागू कर सकें एवं वैश्विक स्तर की चुनौतियों का सामना करने के लिए तैयार हो सकें। हमें विश्वास है कि हमारे छात्र भविष्य में भी इसी प्रकार संस्थान का नाम रोशन करते रहेंगे और देश के तकनीकी एवं नवाचार क्षेत्र में महत्वपूर्ण योगदान देंगे। आईएमएस स्कूल ऑफ आईटी के विभागाध्यक्ष डॉ. अजय कुमार गुप्ता ने बताया कि यह उपलब्धि संस्थान की नवाचार एवं उत्कृष्टता को प्रोत्साहित करने की प्रतिबद्धता को दर्शाती है। छात्रों अपनी इस सफलता के लिए बधाई के पात्र है हम सभी उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना करते हैं। आईएमएस कोडिंग क्लब के समन्वयक डॉ. ज्योति कुमारी त्रिपाठी ने बताया कि एक्सक्लूसिव हैकाथॉन गीक्सफॉरगीक्स क्लासरूम प्रतियोगिता में टीम 'स्टैक स्प्रिंटर्स' (मुदित त्यागी एवं शुभ) ने प्रथम स्थान प्राप्त कर ट्रॉफी के साथ 25000 नकद पुरस्कार जीता। वहीं टीम 'झा हिमांशु' (हिमांशु झा, शिवकांत मिश्रा एवं नितिन प्रकाश) ने द्वितीय स्थान प्राप्त कर ट्रॉफी के साथ 15000 की नकद पुरस्कार अपने नाम किया।

यूपी पुलिस सदैव आपकी सेवा में तत्पर

सीतापुर में CEIR पोर्टल के माध्यम से थाना इ0सु0पुर पुलिस द्वारा गुम हुआ 05 अदद मोबाइल फोन किया गया बरामद

(आधुनिक समाचार सीतापुर) सीतापुर। Department of Telecommunication, Govt. of India Éeje Central Equipment Identity Register (CEIR) पोर्टल को विकसित किया गया है। जिस क्रम में पोर्टल के सफल क्रियान्वयन हेतु Department of Telecom द्वारा पुलिस थानों को उक्त पोर्टल को मोबइल फोन खोने/चोरी होने सम्बन्धी प्राप्त शिकयतों के निस्तारण हेतु दिया गया है। इस पोर्टल के माध्यम से थाना स्तर पर ही मोबाइल फोन को खोजने की सुविधा दी गयी है। उक्त निर्देश के क्रम में थाना इ0सु0पुर पुलिस टीम द्वारा थाना क्षेत्रांतर्गत मोबाइल फोन धारकों द्वारा अपना-अपना मोबाइल फोन खो जाने के संबंध में सूचना दर्ज कराई गई थी। शिकायत प्राप्त होने पर थाना इ0सु0पुर पुलिस टीम द्वारा एँ पोर्टल के माध्यम से तकनीकी सहायता एवं सर्विलांस की मदद से फोन को तलाश करने का प्रयास किया। प्रयासों के फलस्वरूप स्थानीय पुलिस टीम द्वारा 05 अदद खोया/गुमशुदा मोबाइल फोन-टेक्नो/सैमसंग/वीवो/लावा को बरामद कर उनके धारकों/मालिकों को क्रमशः-1.जयकरन निवासी कैमहरा थाना इ0सु0पुर सीतापुर 2.मोहम्मद आसीफ निवासी कस्बा थाना इ0सु0पुर सीतापुर 3.तौफीक अहमद निवासी पसनैका थाना इ0सु0पुर सीतापुर 4.जयप्रकाश तिवारी निवासी चांदपुर थाना इ0सु0पुर सीतापुर 5.निर्मल कुमार निवासी सुजावलपुर थाना इ0सु0पुर सीतापुर को सुपुर्द किया गया। स्थानीय पुलिस टीम द्वारा किये गये इस कार्य की मोबाइल स्वामियों द्वारा भूरी भूरी प्रसन्शा की जा रही है। पुलिस टीमः- व0उ0नि0 श्री आशीष तिवारी , का0 सुखवीर सिंह, म0आ0 रेखा।

विश्व हिंदू महासंघ भारत के उत्तर प्रदेश मातृशक्ति प्रकोष्ठ के प्रदेश कार्यालय का भव्य उद्घाटन

(आधुनिक समाचार सीतापुर) नोएडा। इंदिरापुरम गाजियाबाद विश्व हिंदू महासंघ भारत के उत्तर प्रदेश - मातृशक्ति प्रकोष्ठ के नव स्थापित प्रदेश कार्यालय का उद्घाटन 26 मार्च 2026 को बड़े ही श्रद्धा और उत्साह के साथ सम्पन्न हुआ। यह कार्यक्रम जयपुरिया मॉल , इंदिरापुरम स्थित कार्यालय में आयोजित किया गया। इस शुभ अवसर पर आदरणीय श्रीमती विमला बाथम जी (पूर्व विधायक एवं अध्यक्ष, महिला आयोग) मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहीं। उन्होंने विधिवत पूजा-अर्चना एवं दीप प्रज्वलन कर कार्यालय का उद्घाटन किया तथा संगठन के कार्यों की सराहना करते हुए मातृशक्ति की भूमिका को समाज निर्माण के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण बताया। कार्यक्रम का आयोजन श्रीमती तुलिका शर्मा, प्रदेश अध्यक्ष एवं श्रीमती प्रीति प्रिया सावन , प्रदेश महामंत्री - मातृशक्ति प्रकोष्ठ, विश्व हिंदू महासंघ भारत (उत्तर प्रदेश) के नेतृत्व में किया गया। उन्होंने सभी अतिथियों एवं उपस्थित मातृशक्तियों का स्वागत करते हुए कहा कि यह कार्यालय प्रदेश भर में मातृशक्ति को संगठित करने और समाज सेवा के कार्यों को और अधिक गति देने का केंद्र बनेगा। उद्घाटन समारोह में अनेक गणमान्य अतिथि, संगठन के पदाधिकारी तथा बड़ी संख्या में कार्यकर्ता उपस्थित रहे। कार्यक्रम के पश्चात भंडारा एवं प्रसाद वितरण का आयोजन भी किया गया, जिसमें सभी ने सहभागिता कर आशीर्वाद प्राप्त किया। यह कार्यक्रम संगठन की एकता, समर्पण और हिंदू समाज के उत्थान के प्रति प्रतिबद्धता का प्रतीक बना।

नवनिर्माण के 09 दिवसीय मेले/प्रदर्शनी समापन के अवसर पर जनपद स्तरीय जायद उत्पादकता गोष्ठी का आयोजन

(आधुनिक समाचार सीतापुर) रायबरेली। उत्तर प्रदेश सरकार के नवनिर्माण के 09 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में आर0डी0ए0 के सामुदायिक केंद्र, रतापुर में 09 दिवसीय आयोजित मेले/प्रदर्शनी कार्यक्रम समापन के अवसर पर कृषि विभाग द्वारा जनपद स्तरीय जायद उत्पादकता गोष्ठी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में आज जिलाध्यक्ष भाजपा बुद्धि लाल पासी द्वारा कृषि विभाग की संचालित विभिन्न योजनाओं के लाभार्थियों/कृषकों को पॉवर स्प्रेयर, बीज कीट एवं सोलर पम्प के प्रमाण पत्र वितरित किए गए। सूचना एवं सांस्कृतिक विभाग के पंजीकृत दलों द्वारा कार्यक्रम में सांस्कृतिक प्रस्तुति दी गई। इस अवसर पर जिलाध्यक्ष ने अपने उद्बोधन में कहा कि उ0प्र0 सरकार के कार्यकाल के 09 वर्ष पूर्ण होने पर इस कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम के माध्यम से सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी लोगों तक पहुचाना व समाज के अन्तिम व्यक्ति तक उन योजनाओं का लाभ पहुचाना, जिससे कि कोई भी पात्र लाभ से वंचित न रहें। उन्होंने कहा कि आज अंतिम दिवस पर कृषि विभाग द्वारा आयोजित कार्यक्रम में कृषकों को सरकार द्वारा संचालित विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं के माध्यम से कृषको को लाभ दिया जा रहा है। किसानों की आय में बढ़ाने के लिए सरकार निरन्तर प्रयासरत है, किसानों को समृद्ध बनाने के लिए सरकार की बहुत सी योजनाएं संचालित की गई है। जनसामान्य उन योजनाओं की जानकारी ले व उसका लाभ उठायें।उप कृषि निदेशक विनोद कुमार ने उपस्थित कृषिकों व लाभार्थियों को कृषि विभाग द्वारा संचालित विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं के बारे में विस्तार पूर्वक जानकारी प्रदान की गई। मंच का संचालन एस0एस0 पाण्डेय द्वारा किया गया। कार्यक्रम में जिला कृषि अधिकारी अखिलेश पाण्डेय, मुख्य कार्यकारी अधिकारी मत्स्य इरफानुल्लाह खान, भूमि संरक्षण अधिकारी जगदीश यादव, क्षेत्रीय प्रबंधक इफको विनोद कुमार सिंह, कौशल विकास मिशन प्रबंधक वंदना सिंह, कृषि वैज्ञानिक के0के0 सिंह, शिवेंद्र सिंह, संतोष सिंह चौहान, अनुज मौर्य सहित अन्य अधिकारी/लाभार्थी एवं कृषिकगण उपस्थित रहे।

नवरात्रि के अवसर पर अनहद नाद का आयोजन

(आधुनिक समाचार सीतापुर) नोएडा। सेक्टर 128 निवासी रेखा मल्होत्रा द्वारा छतरपुर स्थित श्री आद्या कात्यायनी शक्तिपीठ में नवरात्रि के अवसर पर अनहद नाद कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान यहां भक्तों की भारी भीड़ रही लोंगो ने मन से मन की शांति के लिए आयोजित कार्यक्रम में भाग लिया । रेखा मल्होत्रा ने कहा जब मन शांत होता है तब भीतर से एक अनहद नाद गूंजने लगता है। ममता और वात्सल्य ऐसे अद्भुत धागे हैं। जिससे परमात्मा ने हम सभी को एक दूसरे के प्रेम के धागे में बांध दिए हैं। इस दौरान माता के जयकारे से पूरा वातावरण शांतमय हो गया। इस दौरान कई तरह के सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन भी किया गया मंच संचालन नोएडा सेक्टर 70 निवासी कथक गुरु प्रभा दुबे ने किया और नोएडा,दिल्ही एनसीआर के बच्चों ने मनमोहक प्रस्तुति दी। श्री आद्या कात्यायनी शक्ति पीठ में दिव्य हीलिंग सत्र का आयोजन- प्रसिद्ध एनर्जी अल्केमिस्ट एवं आध्यात्मिक मार्गदर्शक रेखा मल्होत्रा द्वारा हाल ही में पवित्र श्री आद्या कात्यायनी शक्ति पीठ, छतरपुर मंदिर में एक विशेष हीलिंग एवं ध्यान सत्र आयोजित किया गया। पिछले 19 वर्षों से ऊर्जा हीलिंग, ध्यान और आध्यात्मिक मार्गदर्शन के क्षेत्र में कार्यरत रेखा मल्होत्रा लोगों को उनके भीतर छिपी शक्ति से जोड़ने और जीवन में संतुलन, स्पष्टता एवं परिवर्तन लाने में सहायता कर रही हैं। इस सत्र का मुख्य केंद्र इच्छा पूर्ति (Wish Fulfilment) रहा, इस विश्वास के साथ कि मां के दरबार से कोई भी खाली हाथ नहीं लौटता, यदि सही ऊर्जा और भावना के साथ प्रार्थना की जाए। सत्र के दौरान 'ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुंडायै विच्चे' मंत्र का सामूहिक जाप कराया गया।रेखा मल्होत्रा ने इस दौरान हीलिंग ऊर्जा का संचार करते हुए उपस्थित लोगों के आभामंडल को शुद्ध करने, आंतरिक अवरोधों को दूर करने और उन्हें मां दुर्गा की दिव्य शक्ति से जोड़ने का मार्गदर्शन किया। यह सत्र सभी के लिए एक गहन, शांत और परिवर्तनकारी अनुभव रहा, जिसने प्रतिभागियों में नई ऊर्जा, आस्था और आत्मिक संतुलन का संचार किया।

जनपद में डीजल, पेट्रोल एवं एलपीजी का पर्याप्त स्टॉक उपलब्धःएडीएम

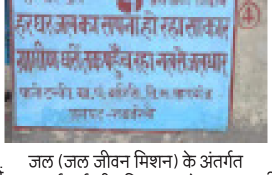
(आधुनिक समाचार सीतापुर) रायबरेली। जनपद में उपभोक्ताओं को पेट्रोलियम पदार्थों (यथा-डीजल, पेट्रोल, एलपीजी गैस) की सुचारू आपूर्ति सुनिश्चित कराने हेतु अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) सिद्धार्थ व अपर पुलिस अधीक्षक संजीव कुमार सिन्हा ने शहर के विभिन्न पेट्रोल पंपों व गैस एजेंसियों का औचक निरीक्षण कर आपूर्ति व्यवस्थाओं का जायजा लिया गया। अपर जिलाधिकारी ने बताया कि जनपद में पेट्रोल व डीजल की कमी की अफवाह से पेट्रोल पंपों पर भारी भीड़ व वाहनों की लंबी कतारें देखी गईं है। अपर जिलाधिकारी ने बताया कि जनपद में पेट्रोल-डीजल व घरेलू उपभोक्ताओं के लिए गैस का पर्याप्त स्टॉक उपलब्ध है, इसके साथ ही उपभोक्ताओं को सुचारू रूप से आपूर्ति सुनिश्चित कराई जा रही है। उन्होंने जनपद वासियों से अपील करते हुवे कहा कि लोग अफवाहों पर ध्यान न दे, जनपद में पेट्रोलियम पदार्थों का पर्याप्त स्टॉक उपलब्ध है, सभी पेट्रोल पंपों व गैस एजेंसियों पर सुचारू रूप से आपूर्ति की जा रही है। उपभोक्ताओं को किसी प्रकार की कोई समस्या न हो इसके लिए जनपद में अधिकारी भ्रमणशील रहकर निगरानी कर रहे है, इसके साथ ही गैस एजेंसियों के लिए एजेंसीवार अलग से नोडल अधिकारी नामित किए गए है, जो निरंतर उपलब्ध स्टॉक, डिमांड व डिमांड के सापेक्ष आपूर्ति की निगरानी कर रहे है। उन्होंने कहा की जमाखोरी, कालाबाजारी व अफवाह फैलाने वालों पर भी प्रशासन एवं पुलिस द्वारा सतत निगरानी की जा रही है, यदि कही पर भी ऐसा कोई प्रकरण संज्ञान में आता है तो उसके विरुद्ध विधिक कार्यवाही सुनिश्चित कराई जायेगी। निरीक्षण के समय जिला पूर्ति अधिकारी उबैदुररहमान सहित संबंधित अधिकारी उपस्थित रहें।

नवरात्रि उपवास के समापन पर कंचक सम्मान समारोह आयोजित किया गया

(आधुनिक समाचार) नोएडा। नौ दिनों के व्रत, पूजा और उपवास के समापन अवसर पर फर्स्ट वन रिहैब फाउंडेशन ने पहली बार माँ की चौकी के साथ कंजक सम्मान समारोह का आयोजन किया, जिसमें कन्याओं को श्रद्धापूर्वक भोजन कराया गया तथा भेंटस्वरूप वस्त्र और उपहार देकर सम्मानित किया गया; फाउंडेशन ने इस पहल को समाज में समानता और समावेश की भावना की सशक्त अभिव्यक्ति बताते हुए कहा कि प्रत्येक व्यक्ति समान सम्मान का अधिकारी है, और इस अवसर पर डॉ. दीक्षा श्रीवास्तव, डॉ. महिपाल सिंह, डॉ. सुष्मिता भाटी, डॉ. भावना आनंद, कृष्णा यादव, इलिका रावत, अभिनव प्रताप सिंह और सुरभी जैन सहित सभी प्रमुख सदस्य उपस्थित रहे, जिन्होंने इसे भेदभाव-रहित समाज की दिशा में एक प्रेरणादायक कदम बताते हुए भविष्य में भी ऐसे आयोजनों को जारी रखने का संकल्प लिया।

रायगढ़ (गहरी न्याय पंचायत) स्थित पानी की टंकी से जल आपूर्ति बाधित, ग्रामीणों में आक्रोश

(आधुनिक समाचार सीतापुर)लालगंज, रायबरेली ।क्षेत्र के अंतर्गत गहरी न्याय पंचायत के रायगढ़ गांव में स्थापित पानी की टंकी से लंबे समय से सुचारू रूप से जल आपूर्ति नहीं हो पा रही है, जिससे आसपास के कई गांवों के ग्रामीण गंभीर परेशानी का सामना कर रहे हैं। ग्रामीणों के अनुसार, इस टंकी के माध्यम से गहरी, रायगढ़, अजीतखेड़ा, सराय, नंदाखेड़ा, नरसिंहपुर, दोस्तपुर एवं शाहपुर जैसे गांवों में पानी की आपूर्ति होनी है, लेकिन वर्तमान में पानी नियमित रूप से नहीं आ रहा है। इससे लोगों को पीने के पानी के लिए दूर-दूर तक जाना पड़ रहा है और दैनिक जीवन प्रभावित हो रहा है। यह परियोजना हर घर जल (जल जीवन मिशन) के अंतर्गत बनाई गई थी, जिसका उद्देश्य हर घर तक स्वच्छ पेयजल पहुंचाना है, लेकिन जमीनी स्तर पर यह योजना अपने उद्देश्य को पूरा नहीं कर पा रही है। इस संबंध में कमल सिंह चौहान ने कहा कि 'ग्रामीणों को पीने के पानी जैसी बुनियादी सुविधा के लिए इस तरह परेशान होना बहुत ही दुर्भाग्यपूर्ण है। कई बार शिकायत करने के बावजूद कोई ठोस कार्यवाही नहीं हुई है। यदि जल्द समाधान नहीं किया गया, तो हम सभी ग्रामीण मजबूर होकर आंदोलन करने के लिए बाध्य होंगे।' ग्रामीणों ने प्रशासन से मांग की है कि जल्द से जल्द पानी की आपूर्ति को नियमित किया जाए तथा संबंधित अधिकारियों की जिम्मेदारी तय कर उचित कार्रवाई की जाए।



लायंस क्लब राबर्ट्सगंज ने आयोजित किया निःशुल्क नेत्र चिकित्सा शिविर

(आधुनिक समाचार सीतापुर) सोनभद्र। लायंस क्लब राबर्ट्सगंज द्वारा निःशुल्क नेत्र चिकित्सा शिविर का आयोजन प्रत्येक माह की 26 तारीख को लायंस भवन में श्री सद्गुरु नेत्र चिकित्सालय, चित्रकूट के सहयोग से आयोजित किया जाता है। इस बार 26 मार्च को मैनेजर हेमराज यादव, डॉ श्याम बाबू द्विवेदी, डॉ विक्रम सिंह, सुशील मिश्रा, दिलीप कुमार कुशवाहा, दयाराम सिंह, कुंवर सिंह व टीम के नेतृत्व में मोतियाबिंद के ऑपरेशन के लिए 62 मरीज चित्रकूट भेजे गए। जोन चेयरपर्सन राधिका सिंह, अध्यक्ष अजीत सिंह भंडारी, सचिव सुशील पाठक, पूर्व मंडलाध्यक्ष हरीश अग्रवाल, एसोसिएट कैबिनेट सेक्रटरी किशोरी सिंह, दया सिंह, विमल अग्रवाल, कोषाध्यक्ष संगम गुप्ता, घनश्याम दास सिंगल, अशोक गुप्ता, मुकेश कुमार जायसवाल आदि सदस्य उपस्थित रहकर कार्यक्रम को संपन्न कराएं। 58 मरीजों को निःशुल्क चश्मा दिया गया और दवा दी गई। 26 फरवरी 2026 तक 4172 मोतियाबिंद के मरीजों का निशुल्क ऑपरेशन हो चुका है और 8780 मरीजों की जांच हो चुकी है। अध्यक्ष अजीत सिंह भंडारी ने कहा कि आज के आयोजन में मोतियाबिंद के मरीजों को ऑपरेशन के लिए चित्रकूट भेजा गया। राधिका सिंह, हरीश अग्रवाल, दया सिंह, परमजीत कौर, विमल अग्रवाल, किशोरी सिंह, जय कुमार केशरी, अभय सिंह ने संयुक्त रूप से कहा कि यह पुनीत कार्य लायंस क्लब द्वारा कई वर्षों से किया जा रहा है। निःशुल्क नेत्र चिकित्सा शिविर में आज तक हुए सभी ऑपरेशन शत-प्रतिशत सफल रहे। 224 मरीजों की जांच हुई जिन्हें चश्मा एवं दवा मुफ्त दिया गया। लायंस क्लब राबर्ट्सगंज निरंतर इस तरह की सेवा करता रहता है।

विद्युत समस्याओं को लेकर उत्तर प्रदेश उद्योग व्यापार संगठन का प्रदर्शन

(आधुनिक समाचार सीतापुर) सोनभद्र। गुरुवार को उत्तर प्रदेश उद्योग व्यापार संगठन सोनभद्र ने विद्युत संबंधित समस्याओं को लेकर अधिशासी अभियंता विद्युत वितरण खंड कार्यालय पर प्रदर्शन किया। संगठन ने चेतावनी देते हुए कहा कि अगर जनता की समस्याओं का शीघ्र निराकरण नहीं होता तो उग्र आंदोलन किया जाएगा। वक्ताओं ने एक स्वर से कहा कि सरकार के लाख प्रयास के बावजूद भी अधिकारी जनहित के कार्यों में रुचि नहीं ले रहे हैं, जिसका खामियाजा आम जनता को भुगतना पड़ रहा है। संगठन के जिला अध्यक्ष कौशल शर्मा ने कहा कि स्मार्ट मीटर की वर्तमान व्यवस्था उपभोक्ताओं के लिए सुविधा के बजाय परेशानी का कारण बनती जा रही है। उन्होंने कहा कि अचानक बैलेंस जीरो दिखाकर बिना पूर्व सूचना के विद्युत आपूर्ति बंद कर दिया जा रहा है। कई बार घंटों लाइन जुड़ नहीं रही है। प्रीपेड सिस्टम में बार-बार तकनीकी खराबी एवं रिचार्ज अपडेट ना होने की शिकायतें आ रही हैं। नगर अध्यक्ष प्रशांत जैन ने कहा कि उपभोक्ता शिकायतों का विभाग द्वारा न ही समय पर समाधान हो रहा है न ही कार्यालय में जिम्मेदार अधिकारी मिल रहे हैं, जिसके कारण स्थानीय जनता को काफी कठिनाई का सामना करना पड़ रहा है। जिला महामंत्री प्रितपाल सिंह ने कहा कि पुराने बकाए को बिना स्पष्ट जानकारी के बिल में जोड़ दिया जा रहा है। जिला कोषाध्यक्ष शरद जायसवाल ने कहा कि छोटे बकायदारों का रु500 के बकाए पर कनेक्शन काट दिया जा रहा है, वहीं दूसरी ओर कई माननीय बड़े-बड़े बाकाये दार होने के बावजूद आबाध रूप से बिजली आपूर्ति हो रही है, यह दोहरा मापदंड क्यों? इस अवसर पर रवि जायसवाल, राजू जायसवाल, धर्मेंद्र प्रजापति, अमित केसरी, विनोद जायसवाल, जसकीरत सिंह, नागेंद्र मोदनवाल आदि लोग उपस्थित रहे।

समाजवादी पार्टी ने मनाई सम्राट अशोक की जयंती

(आधुनिक समाचार सीतापुर) सोनभद्र। समाजवादी पार्टी जिला कार्यालय सोनभद्र पर सम्राट अशोक की जयंती मनाई गई और संगोष्ठी का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता समाजवादी पार्टी के जिला अध्यक्ष राम निहोर यादव ने की और संचालन जिला महासचिव मोहम्मद शईद कुरैशी ने किया। संगोष्ठी को संबोधित करते हुए समाजवादी पार्टी के जिला अध्यक्ष राम निहोर यादव ने कहा कि सम्राट अशोक भारतीय मौर्य वंश के तीसरे एवं सबसे महान सम्राट थे। उन्होंने हिंसा का मार्ग छोड़ बौद्ध धर्म अपना कर अपनी प्रजा के कल्याण के लिए अहिंसा और धर्म का कर्म किए, जिससे हर समाज का भला करने का काम किया। श्री यादव ने कहा कि समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं पूर्व मुख्यमंत्री अखिलेश यादव ने सड़क से सदन तक हर समाज के लिए लड़ाई लड़ने का काम कर रहे हैं और उनकी हर तरह से मदद करने का काम कर रहे हैं। समाजवादी पार्टी ही एक ऐसी पार्टी है जो हर समाज को एक साथ लेकर चलने का काम कर रही है और उनके हित की लड़ाई लड़ने का काम कर रही है। इस अवसर पर प्रदेश सचिव चौधरी यशवंत सिंह पटेल, मोहम्मद शईद कुरैशी, अशोक पटेल, अनिल प्रधान, सरदार पारब्रह्म सिंह, सत्यम पांडे, विमलेश पटेल, कामरान खान, विनीत सरोज, दीपक केसरी, चंद्र भूषण यादव, बच्चोंले सिंह पटेल के साथ दर्जनों कार्यकर्ता और पदाधिकारी उपस्थित रहे।

बुलडोजर से तोड़े 130 अवैध हूटर,पुलिस की कार्रवाई,आगे से नियम तोड़ने वालों को कड़ी चेतावनी

सोनभद्र पुलिस ने सड़क पर यातायात नियमों का उल्लंघन करने वाले वाहनों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की है। पुलिस ने अवैध रूप से तेज आवाज में लाउडस्पीकर बजाने वाले वाहनों पर बुलडोजर चलाकर लाउडस्पीकरों को तोड़ दिया। इस कार्रवाई को कानून व्यवस्था बनाए रखने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम माना जा रहा है। बता दें कि सोनभद्र पुलिस ने सड़क अनुशासन बनाए रखने और दुर्घटनाओं को रोकने के लिए राबर्ट्सगंज कोतवाली क्षेत्र के वाराणसी-शक्तिनगर मुख्य मार्ग पर लोढ़ी टोल प्लाजा के पास विशेष अभियान चलान किया गया, जिसमें 130 हूटर/लाउडस्पीकर को हटवाकर विनष्टीकरण कराया गया।पुलिस ने ट्रक मालिकों और चालकों को हिदायत दी कि वे अपने वाहनों में हूटर/लाउडस्पीकर का प्रयोग न करें और यातायात नियमों का पालन करें। पुलिस ने उन वाहनों को चिन्हित किया जिनमें बाहर अवैध लाउडस्पीकर लगाकर तेज ध्वनि में गाने बजाए जा रहे थे। मौके पर बुलडोजर बुलाकर इन लाउडस्पीकरों को तुरंत हटा दिया गया।

सोनभद्रः माँ महागौरी की पूजा और कन्याओं को भोजन

(आधुनिक समाचार सीतापुर) सोनभद्र। चैत्र नवरात्र की अष्टमी तिथि पर गुरुवार को जिला मुख्यालय स्थित इमरती कॉलोनी सहित क्षेत्रों में श्रद्धा और भक्ति का माहौल रहा। इस अवसर पर भक्तों ने माँ दुर्गा के आठवें स्वरूप माँ महागौरी की विधि-विधान से पूजा-अर्चना की। अष्टमी पर कन्या पूजन का विशेष महत्व होता है। इसी परंपरा के तहत घरों में छोटी-छोटी कन्याओं को आमंत्रित कर उनका पूजन किया गया। सुबह से ही श्रद्धालुओं ने अपने घरों और मंदिरों में साफ-सफाई कर पूजा की तैयारियां शुरू कर दी थीं। कन्याओं के आगमन पर उनके पैर धोकर तिलक लगाया गया और चुनरी ओढ़ाकर आदरपूर्वक बैठाया गया। इसके बाद उन्हें पूड़ी, चना, हलवा सहित विभिन्न प्रकार के व्यंजन परोसे गए। कन्याओं को भोजन कराने के साथ उपहार भी भेंट किए गए। वरिष्ठ भाजपा नेता राकेश मेहता- पत्नी दीपा मेहता द्वारा यह परंपरा बड़े उत्साह के साथ निभाई गई। उन्होंने कहा कि कन्याओं में देवी का स्वरूप निवास करता है, इसलिए अष्टमी के दिन उनका पूजन करने से माँ दुर्गा की विशेष कृपा प्राप्त होती है और घर में सुख-समृद्धि का वास होता है। इस अवसर पर आरोही, मोहिका, नंदनी, जननी, अयास, अनाया, अनन्या, दक्षिता, आयुषी, परी, आरोही आदि लोग मौजूद रहे।

प्रकाश जीनियस पब्लिक इंग्लिश स्कूल में रामनवमी का पर्व मनाया गया

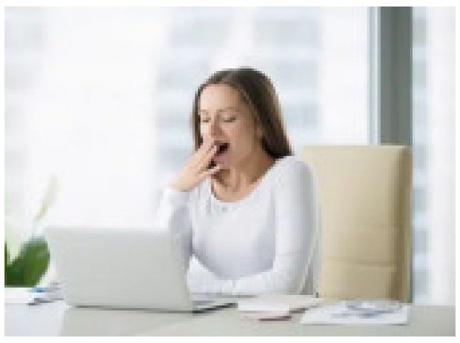
(आधुनिक समाचार सीतापुर) सोनभद्र। प्रकाश जीनियस पब्लिक इंग्लिश स्कूल में बृहस्पतिवार को रामनवमी का पर्व बड़े ही श्रद्धा और उत्साह के साथ मनाया गया। कार्यक्रम की शुरुआत भगवान श्री राम के चित्र के समक्ष दीप प्रज्वलित एवं पुष्प अर्पण के साथ किया गया। छात्र एवं छात्राओं ने रामायण से जुड़े प्रसंगों पर आधारित नाटक, भजन और भाषण प्रस्तुत किए, जिससे पूरा वातावरण भक्ति में हो गया। छोटे-छोटे बच्चों ने राम, सीता, लक्ष्मण और हनुमान के रूप में वेशभूषा धारण कर सभी का मन मोह लिया। विद्यालय के प्रबंधक राजेंद्र प्रसाद जैन ने अपने संबोधन में भगवान श्री राम के आदर्शों पर प्रकाश डालते हुए छात्रों को उनके जीवन से प्रेरणा लेने का संदेश दिया। उन्होंने कहा कि श्री राम का जीवन सत्य, मर्यादा और कर्तव्य निष्ठा का प्रतीक है, जिसे हर विद्यार्थी को अपने जीवन में अपनाना चाहिए। विद्यालय के मुख्य कार्यकारी अधिकारी संतोष कुमार पांडे ने बताया कि भगवान राम की तरह हम सभी लोगों को विषम परिस्थितियों में भी धैर्य रखना चाहिए और सभी का सम्मान करना चाहिए। सभी लोग रामनवमी के अवसर पर भगवान राम के पदचिन्हों पर चलने का संकल्प लें और जीवन को प्रेम, करुणा और मर्यादा से भर दें। इस अवसर पर प्रधानाचार्य अंबर उपाध्याय, उप प्रधानाचार्य सुरेंद्र यादव, मनोज दुबे, योगेंद्र देव पांडे, सुनील श्रीवास्तव, अपर्णा श्रीवास्तव, आकांक्षा तिवारी, संजू पांडे, आंचल पटेल आदि शिक्षक एवं शिक्षिका उपस्थित रहे।

NAINI INDUSTRIAL TRAINING CENTRE
(Govt. Affiliated, Star Graded, Record Holder, ISO Certified Training Centre)
सर्टिफिकेट इन फायर सेफ्टी एण्ड इण्डस्ट्रीयल सिक्योरिटी
फायर सेफ्टी पर जिसकी कमाण्ड, उसकी ही है ग्लोबल डिमाण्ड
कोर्स के बाद सेफ्टी सुपरवाइजर, फायर प्रोटेक्शन, सिक्योरिटी एडमिनिस्ट्रेटर आदि विभिन्न पदों पर नियुक्ति मिल जाती है। रिलीफ एजेन्सी N.G.O., डिफेन्स सर्विसेज फायर सर्विस आर्डिनेन्स फैक्ट्री, महानगर पालिका, नगर निगम, एयरपोर्ट, पावर प्लांट, स्टील प्लान्ट, माइनिंग इन्डस्ट्रीज, पेट्रोलियम कम्पनी, फूड इण्डस्ट्रीज, रिफाइनरीज, टेक्सटाइल मिल, टावर कम्पनी, इलेक्ट्रानिक कम्पनी, कोयले की खदानों एवं जहाजों आदि क्षेत्रों में फायर सेफ्टी के जानकारों को बहुत अधिक मौका मिलता है

नोटः फायर सेफ्टी कोर्स करें और देश -विदेश, सरकारी और प्राइवेट क्षेत्रों में अच्छे पैकेज के साथ नौकरी पायें।
Visit us at www.nainiiti.com Call: 9415608710, 7459860480
Enjoy Publicity

क्या आपको बहुत ज्यादा जम्हाई आती हैःहो सकता है इन 7 हेल्थ प्रॉब्लम्स का संकेत

नयी दिल्ली। जम्हाई लेना हमारे शरीर की एक स्वाभाविक प्रक्रिया है। यह अक्सर थकान, नींद या बोरियत की वजह से होती है। लेकिन अगर लगातार और बिना



किसी वजह के बहुत ज्यादा जम्हाई आती है तो यह हार्ट डिजीज से लेकर न्यूरोलॉजिकल डिसऑर्डर तक किसी अंदरूनी स्वास्थ्य समस्या का संकेत हो सकती है। कभी-कभार ऐसा होना तो सामान्य है। लेकिन अगर नियमित रूप से बहुत ज्यादा जम्हाई आती है तो इसे नजर अंदाज नहीं करना चाहिए। हालांकि कुछ आसान उपायों से इससे राहत मिल सकती है। नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन में पब्लिश एक स्टडी के मुताबिक, जम्हाई आराम की भावना से जुड़ी होती है। इसे लंबे समय से बोरियत का संकेत माना जाता रहा है। यह संक्रामक भी है क्योंकि जम्हाई के बारे में देखने, सुनने, पढ़ने या यहां तक कि सोचने से भी जम्हाई आ सकती है। मामले को समझेंगे एक्सपर्टः डॉ. संचयन रॉय, सीनियर कंसल्टेंट, इंटरनल मेडिसिन, अपोलो स्पेक्ट्रा हॉस्पिटल, दिल्ली जी से। सवाल जवाब के

माध्यम से- सवालः जम्हाई क्या है? जवाब- जम्हाई वह प्रक्रिया है, जिसमें व्यक्ति अपना मुंह चौड़ा खोलकर गहरी सांस अंदर लेता हैं और फिर छोड़ता है। यह ज्यादातर अनजाने में होती है यानी इसे रोकना मुश्किल होता है। अंग्रेजी में इसे ऑसीटेशन कहा जाता है। एक जम्हाई लगभग 4-7 सेकेंड तक चलती है और इसमें गले, मुंह और चेहरे की मांसपेशियां खिंचती हैं। यह अक्सर थकान, नींद या ऊब के कारण होती है। सवाल- उबासी या जम्हाई आने के क्या कारण हैं? जवाब- इसके कई कारण हो सकते हैं, जो अक्सर शरीर और ब्रेन की जरूरतों से जुड़े होते हैं। नींद की कमी- जब पर्याप्त नींद नहीं मिलती तो शरीर थकान महसूस करता है। इस थकान को दूर करने और शरीर को जगाए रखने के लिए उबासी आती है। मानसिक थकान या बोरियत- जब आप किसी नीरस काम में लगे होते हैं या दिमाग थक जाता है तो उबासी आ सकती है। यह दिमाग को फिर से एक्टिव करने का एक तरीका हो सकता है।ऑक्सीजन की कमी- शरीर में ऑक्सीजन की कमी होने पर भी उबासी आती है ताकि फेफड़ों में ज्यादा हवा भरी जा सके और ब्रेन तक ज्यादा ऑक्सीजन पहुंच सके। संक्रामक उबासी- किसी दूसरे व्यक्ति को उबासी लेते हुए देखने या सुनने पर हमें भी उबासी आ सकती है। यह सामाजिक व्यवहार का एक हिस्सा माना जाता है। कुछ दवाओं के कारण- कुछ खास दवाएं जैसे कि डिप्रेशन या दर्द की दवाएं भी उबासी का कारण बन सकती हैं।सवाल- बहुत ज्यादा जम्हाई किन स्वास्थ्य समस्याओं का संकेत हो सकती है? जवाब- भले ही जम्हाई आने के सबसे आम कारण थकान, सुस्ती या बोरियत हों। लेकिन यह कुछ अंदरूनी समस्याओं से भी जुड़ी हो सकती है। ऑक्सीजन की कमी- फेफड़ों से जुड़ी बीमारी या स्लीप एप्निया जैसी स्थितियां शरीर में ऑक्सीजन के लेवल को कम कर सकती हैं, जिससे ज्यादा ऑक्सीजन लेने के लिए बार-बार जम्हाई आती है। आयरन की कमी- शरीर में आयरन की कमी होने पर खून में ऑक्सीजन का संचार ठीक से नहीं हो पाता है। इस कमी को पूरा करने के लिए शरीर ज्यादा जम्हाई लेता है। मेटाबॉलिक या लिवर प्रॉब्लम्स- लिवर फेलियर या मेटाबॉलिज्म में गड़बड़ी भी ज्यादा थकान और जम्हाई का कारण बन सकती है। हार्ट संबंधी समस्याएं- कुछ मामलों में बहुत ज्यादा जम्हाई का संबंध हार्ट डिजीज से हो सकता

है। यह वेगस नर्व के उत्तेजित होने के कारण हो सकता है। न्यूरोलॉजिकल डिसऑर्डर- मिर्गी, मल्टीपल स्क्लेरोसिस या ब्रेन ट्यूमर जैसे न्यूरोलॉजिकल डिसऑर्डर भी ब्रेन के संकेतों को प्रभावित कर सकती हैं। इससे जम्हाई की प्रक्रिया असामान्य हो जाती है। स्लीप डिसऑर्डर-स्लीप एन्निया के कारण भी बार-बार जम्हाई आ सकती है क्योंकि शरीर को अनिद्रा या दिन के दौरान अचानक आने वाली नींद से जूझना पड़ता है। मेंटल हेल्थ इशू- एंग्जाइटी या स्ट्रेस भी बार-बार जम्हाई का कारण बन सकते हैं क्योंकि शरीर भावनात्मक तनाव पर प्रतिक्रिया करता है। सवाल- किस स्थिति में डॉक्टर की सलाह लेना जरूरी है? जवाब- अगर जम्हाई के साथ कुछ अन्य लक्षण भी हों तो तुरंत डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए। जैसेकि- सीने में दर्द, चक्कर आना या सांस लेने में दिक्कत होना। कमजोरी, सुन्नता या अचानक संतुलन खोना। धुंधला दिखना, कन्फ्यूजन या बोलने में लड़खड़ाहट होना। गंभीर सिरदर्द या बेहोश होना। सवाल- कौन सी चीजें जम्हाई को ट्रिगर कर सकती हैं? जवाब- थकान, भूख, तनाव और किसी को जम्हाई लेते देखना, ये सभी जम्हाई को ट्रिगर करते हैं। सवाल- जम्हाई लेते वक्त कभी-कभी आंखों से पानी क्यों निकलता है? जवाब- जम्हाई के दौरान चेहरे की मांसपेशियां जोर से खिंचती हैं। जब ये मांसपेशियां खिंचती हैं तो आंखों के पास मौजूद आंसू की ग्रंथियों पर दबाव पड़ता है। इस दबाव के कारण ग्रंथियों से आंसू निकलने लगते हैं। सवाल- अगर जम्हाई ज्यादा आती है तो इससे राहत पाने के लिए क्या करना चाहिए? जवाब- अगर बिना किसी खास कारण के बहुत ज्यादा जम्हाई आती है तो कुछ आसान उपायों से इसे कम कर सकते हैं।सवाल- एक दिन में कितनी बार जम्हाई लेना सामान्य है? जवाब- आमतौर पर एक स्वस्थ व्यक्ति दिन में 5 से 10 बार जम्हाई लेता है, जिसे सामान्य माना जाता है। हालांकि यह संख्या हर व्यक्ति के लिए अलग हो सकती है। यह समय, थकान, नींद की पर निर्भर है। अगर दिन में 15 मिनट के अंदर 3 से ज्यादा बार जम्हाई आती है या यह इतनी ज्यादा है कि रोजमर्रा के काम में रुकावट आने लगे तो इसे असामान्य माना जा सकता है। सवाल- बहुत ज्यादा उबासी का इलाज कैसे किया जाता है? जवाब- डॉक्टर इसके पीछे के असल कारण का पता लगाकर सही इलाज की सलाह देते हैं। अगर जम्हाई किसी अंदरूनी बीमारी के कारण आ रही है तो डॉक्टर उस बीमारी का इलाज करेंगे। अगर जम्हाई किसी दवा के साइड इफेक्ट के कारण है तो डॉक्टर उस दवा की खुराक कम कर सकते हैं या कोई दूसरी दवा लिख सकते हैं।

हमारा ब्लड प्रेशर लो क्यों होता है? इन 10 संकेतों को कभी न करें नजरअंदाज

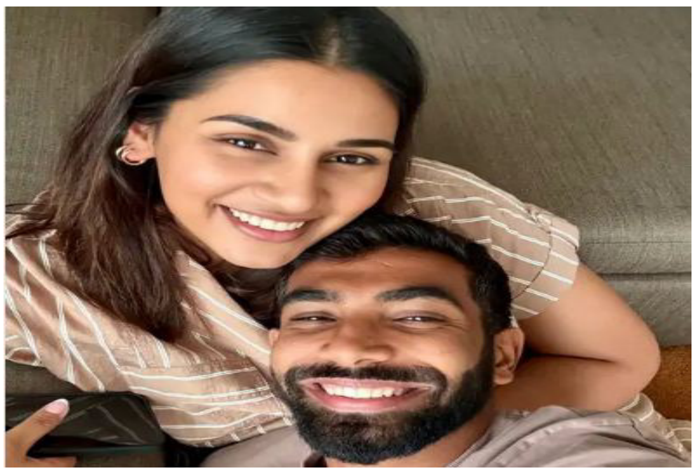
नयी दिल्ली। आजकल खराब लाइफस्टाइल के कारण लोगों में हाई और लो ब्लड प्रेशर की समस्या आम होती जा रही है। लो ब्लड प्रेशर को मेडिसिन की भाषा में हाइपोटेंशन और हाई ब्लड प्रेशर को हाइपरटेंशन कहा जाता है। हालांकि कभी-कभार बीपी का थोड़ा ऊपर-नीचे होना सामान्य है। लेकिन अगर यह अक्सर होने लगे तो गंभीर स्वास्थ्य समस्या का संकेत हो सकता है। नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन में पब्लिश एक स्टडी के मुताबिक, लो ब्लड प्रेशर अक्सर बिना किसी खास लक्षण के होता है। इसलिए यह जानना बेहद जरूरी है

कि यह समस्या कब सामान्य है और कब डॉक्टर के पास जाने की जरूरत होती है। तो चलिए, आज फिजिकल हेल्थ कॉलम में हम लो ब्लड प्रेशर के बारे में विस्तार से बात करेंगे। साथ ही जानेंगे कि- लो ब्लड प्रेशर क्या है और ये किन कारणों से होता है? इस समस्या से कैसे बचा जा सकता है?जब हार्ट खून को पूरे शरीर में पंप करता है तो वह नसों की दीवारों पर दबाव डालता है, जिसे ब्लड प्रेशर कहते हैं। अगर यह दबाव सामान्य से कम यानी 90/60 स्स्ु (मिलीमीटर ऑफ मर्करी) से नीचे चला जाता है तो उसे लो ब्लड प्रेशर कहते हैं। इस स्थिति में शरीर के अंगों को पर्याप्त मात्रा में ब्लड और ऑक्सीजन नहीं मिल पाता, जिससे व्यक्ति को चक्कर आना, थकान, धुंधला दिखना और कभी-कभी बेहोशी जैसी समस्याएं हो सकती हैं। ब्लड प्रेशर की माप में दो संख्याएं होती हैं। सिस्टोलिक (ऊपरी संख्या)ः जब दिल खून पंप करता है। डायस्टोलिक (निचली संख्या)ः जब दिल पंप के बाद विश्राम करता है। आमतौर पर एक स्वस्थ व्यक्ति का बीपी लगभग 120/80 स्स्ु होना चाहिए। जब यह स्तर काफी नीचे चला जाए तो यह शरीर के लिए खतरे की घंटी साबित हो सकता है। ब्लड प्रेशर बहुत कम होने पर शरीर के अंगों को पर्याप्त ब्लड और ऑक्सीजन नहीं मिल पाती है। इससे व्यक्ति को चक्कर आना, थकान, धुंधलापन या बेहोशी जैसी समस्याएं हो सकती हैं। कई बार बैठने या खड़े होने के तुरंत बाद ये लक्षण अचानक महसूस होते हैं। ब्लड प्रेशर लो

होने के पीछे डिहाइड्रेशन और हार्ट संबंधी समस्याएं, हॉर्मोनल असंतुलन और खून की कमी समेत कई कारण शामिल हैं। महिलाओं में प्रेग्नेंसी के दौरान हार्मोनल बदलावों की वजह से भी ब्लड प्रेशर गिर सकता है, जो आमतौर पर डिलीवरी के बाद अपने आप सामान्य हो जाता है। इसके अलावा गर्म मौसम, तनाव, डर या अचानक दर्द जैसी स्थितियां भी अस्थायी रूप से बीपी कम कर सकती हैं।लो ब्लड प्रेशर का इलाज इसके कारण पर निर्भर करता है। आमतौर पर लाइफस्टाइल में बदलाव जैसे ज्यादा पानी पीना, धीरे-धीरे उठना और थोड़ा नमक ज्यादा खाना इसमें मददगार हो सकता है। कुछ मामलों में डॉक्टर दवाएं भी लिख सकते हैं। वहीं अगर कोई दवा बीपी को गिरा रही है तो डॉक्टर उसकी खुराक घटा सकते हैं या दवा बंद कर सकते हैं। लो ब्लड प्रेशर की समस्या से बचने के उपाय लो बीपी से बचने के लिए लाइफस्टाइल और खानपान में कुछ बदलाव जरूरी है। लो ब्लड प्रेशर हमेशा खतरनाक नहीं होता है। कुछ लोगों में यह बिना किसी लक्षण के भी हो सकता है। वहीं अगर इससे अक्सर चक्कर, थकान या बेहोशी जैसे लक्षण दिखें तो यह किसी छिपी हुई स्वास्थ्य समस्या का संकेत हो सकता है।अगर आपको चक्कर आना, कमजोरी, धुंधलापन या बेहोशी जैसा महसूस हो तो तुरंत बैठ जाएं या लेट जाएं। अपने पैरों को ऊपर की ओर उठाएं ताकि दिमाग तक ब्लड फ्लो बढ़ सके। गहरी और धीमी सांस लें, घबराएं नहीं। पानी या ईंए पिएं क्योंकि डिहाइड्रेशन भी एक कारण हो सकता है।अगर खाली पेट हैं तो हल्का और जल्दी पचने वाला कुछ खाएं, जैसे बिस्किट या फल। अगर लक्षण बने रहें या बेहोशी जैसा महसूस हो रहा हो तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। ध्यान रखें कि अगर यह स्थिति बार-बार हो रही है तो इसे मामूली न समझें। यह किसी गंभीर समस्या का संकेत हो सकता है, जिसका जांच और इलाज जरूरी है। डॉ. संजीव अग्रवाल बताते हैं कि हां, खाने-पीने की गलत आदतें लो ब्लड प्रेशर को प्रभावित कर सकती हैं। पर्याप्त पानी न पीना, शराब का ज्यादा सेवन और बहुत हल्का या अनियमित भोजन करने से बीपी गिर सकता है। खासकर डिहाइड्रेशन की स्थिति में यह और बिगड़ सकता है। हां, नियमित हल्की एक्सरसाइज जैसे वॉकिंग, योग या स्ट्रेचिंग से ब्लड सर्कुलेशन सुधरता है और लो बीपी कंट्रोल में रह सकता है। लेकिन बहुत तेज या हैवी एक्सरसाइज से बीपी गिर सकता है, इसलिए एक्सरसाइज हमेशा शरीर की क्षमता और डॉक्टर की सलाह के अनुसार ही करें। अगर इसे लंबे समय तक अनदेखा किया जाए तो यह दिमाग, दिल और किडनी जैसे अहम अंगों तक ब्लड और ऑक्सीजन की सप्लाई को प्रभावित कर सकता है। इससे बेहोशी, ऑर्गन फेल्योर या शॉक जैसी गंभीर स्थिति बन सकती है। इसलिए समय रहते सही कारण की पहचान और इलाज कराना बेहद जरूरी है।

बुमराह को पत्नी संजना ने किया रोस्ट,धुरंधर 2 का वायरल मीम सोशल मीडिया पर शेयर किया, पूछा- घर की याद नहीं आई तुझे जस्सी?

नयी दिल्ली। भारतीय क्रिकेटर जसप्रीत बुमराह की पत्नी संजना गणेशन ने धुरंधर



2 का वायरल मीम पोस्ट कर उन्हें रोस्ट किया है। संजना ने बुमराह के बॉयज नाइट' के प्लान पर ताना मारते हुए सोशल मीडिया पोस्ट की। उन्होंने इंस्टाग्राम पर 'धुरंधर 2' का एक फेमस मीम शेयर किया। इसमें फिल्म के किरदार 'पिंडा' (उदयबीर संधू) की फोटो के साथ कैप्शन लिखा था 'जब भी जसप्रीत बुमराह 'बॉयज नाइट' (दोस्तों के साथ बाहर जाने) का प्लान बनाने के बारे में सोचते हैं।' इसके साथ ही उन्होंने फिल्म का वायरल डायलॉग 'घर की याद नहीं आई तुझे, जस्सी?' भी पोस्ट किया। संजना की यह पोस्ट सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रही हैरणवीर सिंह की फिल्म 'धुरंधर 2' सिर्फ सिनेमाघरों तक सीमित नहीं है, बल्कि इसके डायलॉग्स अब रोजमर्रा की बातचीत और जोक्स का हिस्सा बन गए हैं। संजना ने जिस 'घर की याद नहीं आई...' डायलॉग का इस्तेमाल किया है, वह फिल्म के सबसे चर्चित सीन्स में से एक है।संजना ने इस डायलॉग के जरिए हल्के-फुल्के अंदाज में यह जताने की कोशिश की कि बुमराह को दोस्तों के साथ बाहर जाने से ज्यादा घर की याद नहीं आती।विवादों और मीम्स के बीच 'धुरंधर 2' बॉक्स ऑफिस पर नए रिकॉर्ड बना रही है। फिल्म ने घरेलू बॉक्स ऑफिस पर 145 करोड़ की रिकॉर्ड ओपनिंग की थी।

महज कुछ ही दिनों में फिल्म का वर्ल्डवाइड ग्रॉस कलेक्शन 900 करोड़ रुपये के पार पहुंच गया है। आदित्य धर के निर्देशन में बनी इस फिल्म में रणवीर सिंह के अलावा अर्जुन रामपाल, आर. माधवन, संजय दत्त, राकेश बेदी और सारा अर्जुन जैसे दिग्गज कलाकार हैं। फिल्म में रणवीर सिंह और अर्जुन रामपाल के बीच का एक्शन फेस-ऑफ चर्चा का विषय बना हुआ है।

गर्मी से पहले एसी खरीदना हुआ महंगाःकंपनियों ने 5-15फीसदी तक बढ़ाई कीमतें; कॉपर-एल्युमीनियम के दाम बढ़ने का असर

नयी दिल्ली। गर्मी से पहले एसी खरीदना महंगा हो गया है। एसी

डाइकिन, वोल्टास और ब्लू स्टार जैसी बड़ी कंपनियों ने कीमतें 15फीसदी तक बढ़ा दी है। कंपनियों का कहना है कि कच्चे माल जैसे कॉपर, एल्युमीनियम की बढ़ती कीमतों और माल ढुलाई के खर्च में इजाफे की वजह से दाम बढ़ाए हैं। सवाल 1ः एसी की कीमतों में कितनी बढ़ोतरी हुई है और कौन सी कंपनियां दाम बढ़ा रही हैं? जवाबः प्रमुख एसी मैन्युफैक्चर्स ने कीमतों में 5फीसदी से 15फीसदी तक का इजाफा किया है। इसमें टाटा ग्रुप की कंपनी वोल्टास, डाइकिन, ब्लू स्टार, एलजी, हायर और मित्सुबिशी जैसे बड़े नाम शामिल हैं। सवाल 2ः एसी के दाम अचानक क्यों बढ़ रहे हैं? जवाबः इसके पीछे 4 मुख्य कारण हैं- कॉपर और एल्युमीनियम जैसे कच्चे माल के दाम काफी बढ़ गए हैं। भारतीय रुपया कमजोर हुआ है, जिससे पुर्जों का आयात महंगा हो गया है। बीते कुछ दिनों में माल ढुलाई का खर्च बढ़ गया है। 1 जनवरी 2026 से लागू हुए बीईई के नए एनर्जी-एफिशिएंसी नियम।सवाल 3ः क्या नए एनर्जी नियमों से ग्राहकों को कोई फायदा भी होगा? जवाबः हां, बिल्कुल। एलजी इंडिया के डायरेक्टर संजय चितकरा के अनुसार, नए नियमों के तहत आने वाले एसी पहले के मुकाबले करीब 11फीसदी ज्यादा बिजली बचाएंगे। यानी, भले ही खरीदने के समय ज्यादा पैसे देने पड़ें, लेकिन लंबे समय में बिजली बचेगी। सवाल 4ः डाइकिन इंडिया के प्रमुख का इस बढ़ोतरी पर क्या कहना है? जवाबः डाइकिन इंडिया के चेयरमैन कंवलजीत जावा ने कहा कि नए एनर्जी नियमों ने प्रोडक्ट्स को पहले से बेहतर बनाया है, लेकिन ये महंगा हो गया है। कॉपर के दाम रिकॉर्ड स्तर पर पहुंच गए हैं। डॉलर की वजह से लागत बहुत बढ़ गई है। वैश्विक स्तर पर जारी उथल-पुथल से इंपोर्ट महंगा हुआ है, इसलिए कीमतें बढ़ाने के अलावा कोई और रास्ता नहीं था। सवाल 5ः क्या बढ़ी हुई कीमतें बाजार में तुरंत दिखने लगेंगी? जवाबः ब्लू स्टार के एमडी बी. त्यागराजन ने बताया कि उन्होंने फरवरी के मध्य में ही 8-10फीसदी की बढ़ोतरी कर दी थी। हालांकि, इसका असर बाजार में दिखने में थोड़ा समय लगेगा। डीलर्स ने पुराने रेट पर काफी स्टॉक उठा लिया था। जब तक ये पुराना स्टॉक खत्म नहीं हो जाता तब तक ग्राहकों को कुछ राहत मिल सकती है। सवाल 6ः क्या लोग महंगा एसी खरीदेंगे, कंपनियों को क्या उम्मीद है? जवाबः दाम बढ़ने के बावजूद कंपनियों को उम्मीद है कि 2026 में रिकॉर्ड बिक्री होगी। मौसम विभाग के गर्मी के पूर्वानुमान को देखते हुए डाइकिन को उम्मीद है कि इस साल एसी इंडस्ट्री 15फीसदी की ग्रोथ दर्ज करेगी। कंपनियों को लगता है कि यह साल 2024 के रिकॉर्ड स्तर को भी छू सकता है। सवाल 7ः भारतीय एसी मार्केट का साइज कितना है और मुख्य कॉम्पिटिशन किसके बीच है? जवाबः भारत में रूम एयर-कंडीशनर का बाजार सालाना लगभग 1.35 करोड़ यूनिट्स का है। बाजार में अपनी वोल्टास, एलजी, डाइकिन, ब्लू स्टार, हिताची, पैनासोनिक और लॉयड जैसी कंपनियों के बीच कड़ी टक्कर रहती है। साल 2025 एसी कंपनियों के लिए काफी सुस्त रहा था। सवाल 8ः क्या जीएसटी में कटौती से ग्राहकों को कोई राहत मिली है? जवाबः एलजी के अधिकारियों का कहना है कि जीएसटी को 28फीसदी से घटाकर 18फीसदी किए जाने से बढ़ी हुई लागत का असर काफी हद तक कम हुआ है। इससे कंपनियों के लिए बिजली बचाने वाले एसी ग्राहकों तक पहुंचाना थोड़ा आसान हुआ है। नॉलेज पार्टः क्या हैं नए बीईई स्टार रेटिंग नियम? 1 जनवरी 2026 से ब्यूरो ऑफ एनर्जी एफिशिएंसी बीईई ने एसी के लिए नए मानक लागू किए हैं। इसके तहत अब 5-स्टार एसी पुराने 5-स्टार एसी की तुलना में 10फीसदी से 11फीसदी अधिक एनर्जी एफिशिएंट हैं। आसान शब्दों में कहें तो नया एसी कम बिजली में ज्यादा कूलिंग देगा। एसी के लिए स्मार्ट बाइंग टिप्स-पुराना स्टॉक चेक करेंः मार्च के अंत तक कई डीलर्स के पास पुराना स्टॉक बचा हो सकता है, जो पुराने रेट पर मिल जाएगा। ऑफ-सीजन डिस्काउंटः मार्च खत्म होने से पहले खरीदारी करना अप्रैल की पीक गर्मी से सस्ता पड़ सकता है। 5-स्टार ही चुनेंः अगर आपका एसी रोजाना 6-8 घंटे चलता है, तो 5-स्टार एसी लेना ही समझदारी है, क्योंकि बिजली बिल में हुई बचत 1-2 साल में एसी की बढ़ी हुई कीमत को वसूल कर देगी।

इस बार आईपीएल की ओपनिंग सेरेमनी नहीं होगी,पिछले साल की भगदड़ के चलते बीसीसीआई का फैसला

नयी दिल्ली। आईपीएल 2026 की ओपनिंग सेरेमनी नहीं होगी। बीसीसीआई सेक्रेटरी देवजीत सैकिया ने इसकी पुष्टि

की है। सीजन का पहला मैच रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु और सनराइजर्स हैदराबाद के बीच 28 मार्च को होगा। देवजीत सैकिया ने टाइम्स ऑफ इंडिया से बात करते हुए कहा, पिछले साल 4 जून को हुई दुखद घटना की वजह से आईपीएल 2026 के शुरू होने वाले दिन कोई फॉर्मल फंक्शन यानी ओपनिंग सेरेमनी नहीं होगी। बीसीसीआई कोई कल्चरल इवेंट ऑर्गनाइज नहीं कर रहा है। सैकिया ने आगे बताया, 'बोर्ड आईपीएल फाइनल वाले दिन ग्रैंड क्लोजिंग सेरेमनी की प्लानिंग कर रहा है।' घ्छ्थ 2026 का फाइनल 31 मई को खेला जाएगा। भगदड़ में 11 लोगों की जान गई थी-4 जून 2025 को आरसीबी ने पहली बार आईपीएल ट्रॉफी जीती थी। इसके बाद टीम ने बेंगलुरू में विक्ट्री परेड निकाली थी। इस जश्न के दौरान स्टेडियम के बाहर भगदड़ मचने से 11 लोगों की मौत हो गई थी। आईपीएल 2025 की ओपनिंग सेरेमनी कोलकाता के ईडन गार्डन्स में हुई थी। इसे शाहरुख खान ने होस्ट किया था। दिशा पाटनी, श्रेया घोषाल और करण औजला ने इसमें शानदार परफॉर्मेंस दी। शाहरुख, विराट कोहली और रिंकू सिंह ने भी स्टेज पर डांस किया था। सेरेमनी के बाद कोलकाता नाइट राइडर्स और रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु के बीच टूर्नामेंट का पहला मुकाबला खेला गया था।

मैच से पहले दी जाएगी श्रद्धांजलि-आरसीबी और केएससीए ने बेंगलुरू के चिन्नास्वामी स्टेडियम में एक स्मारक पट्टिका (मेमोरियल प्लाक) लगाने और 11 सीटों को हमेशा खाली रखने का फैसला किया है। ये सीटें इंटरनेशनल मैच में भी उन 11 लोगों की याद में कभी बेची नहीं जाएंगी। स्मारक पट्टिका को स्टेडियम के एंट्री गेट के पास लगाया जाएगा, ताकि यह जगह हमेशा श्रद्धांजलि का प्रतीक बनी रहे।

इसके अलावा,आईपीएल मैच से पहले पीड़ितों के नाम प्रदर्शित किए जाएंगे और एक मिनट का मौन भी रखा जाएगा, जिसमें दोनों टीमें हिस्सा लेंगी। फिलहाल 20 मैचों का शेड्यूल जारी किया गया है- आईपीएल 2026 के लिए फिलहाल 20 मैचों का ही शेड्यूल जारी किया गया। इसकी वजह अप्रैल-मई के दौरान पांच राज्यों में होने वाले विधानसभा चुनाव हैं। इन 5 राज्यों में से 3 बंगाल, तमिलनाडु और असम हैं। यहां आईपीएल मैच भी होने हैं।

अमेरिका को क्लीन-एनर्जी से पीछे लेकर जा रहे हैं ट्रम्प

क्या आप पूर्व से आ रही उस जोरदार आवाज को सुन सकते हैं? चीन के 1.4 अरब लोग मिलकर हम पर हंस रहे हैं! वे अपनी किस्मत पर यकीन नहीं कर पा रहे हैं कि एआई के भारी बिजली-खपत वाले युग में ट्रम्प और उनकी पार्टी ने रणनीतिक आत्महत्या की तैयारी कर ली है।उन्होंने एक बिल पारित किया है, जो रिन्यूएबल एनर्जी पैदा करने की अमेरिका की क्षमता को कमजोर करता है। और क्यों? क्योंकि ट्रम्प उन्हें ऊर्जा के 'लिबरल' स्रोत के रूप में देखते हैं, फिर भले ही आज वे एआई डेटा केंद्रों से आ रही अथाह मांग को पूरा करने के लिए हमारे बिजली ग्रिड को बढ़ावा देने के सबसे तेज और सस्ते तरीके क्यों ना हों। अब तो सऊदी अरब भी पश्चिम से प्राप्त किए जाने वाले एआई डेटा केंद्रों की जरूरतों को पूरा करने के लिए सौर ऊर्जा पर दोगुना जोर दे रहा है और ट्रम्प का 'बिग, ब्यूटीफुल बिल' इससे ठीक उलट करने पर आमादा है। यह सौर और पवन ऊर्जा के साथ-साथ इलेक्ट्रिक वाहनों के टैक्स क्रेडिट को समाप्त कर देता है। यह वस्तुतः इस बात की गारंटी देता है कि आने वाले समय में चीन सौर ऊर्जा, पवन ऊर्जा और इलेक्ट्रिक कारों-ट्रकों सहित ऑटोनोमस वाहनों का सिरमौर होगा। शुक्र है कि ट्रम्प और उनके दोस्तों ने 2036 तक उन कंपनियों के लिए बाइडेन-युग का टैक्स क्रेडिट सुरक्षित रखा, जो परमाणु रिएक्टर, पनबिजली बांध, जियोथर्मल संयंत्र और बैटरी भंडारण जैसी अन्य उत्सर्जन-मुक्त तकनीकें बनाती हैं। समस्या यह है कि अमेरिका में एक परमाणु संयंत्र बनाने में 10 साल तक का समय लग सकता है, और ट्रम्प के बिल ने बैटरी क्रेडिट में कुछ ऐसे जटिल प्रतिबंध जोड़ दिए हैं, जो प्राप्तकर्ताओं को चीन जैसी 'प्रतिबंधित विदेशी संस्थाओं' से संबंध रखने से रोकते हैं। ये प्रतिबंध इतने जटिल हैं कि क्रेडिट कई परियोजनाओं के लिए अनुपयोगी हो सकते हैं।संक्षेप में, यह बिल- जिसे स्वतंत्र ऊर्जा विशेषज्ञों या यहां तक कि एक भी वैज्ञानिक के साथ कांग्रेस की एक भी सुनवाई के बिना जल्दबाजी में पारित कर दिया गया है- निश्चित रूप से रिन्यूएबल एनर्जी में अरबों डॉलर के निवेश को जोखिम में डाल देगा। यह हजारों अमेरिकी श्रमिकों की नौकरियां भी खत्म कर सकता है। तो, एक झटके में यह बिल आपके एयर-कंडीशनिंग बिल को बढ़ा देगा, आपकी क्लीन एजर्नी की नौकरियों को कम कर देगा और अमेरिका के ऑटो उद्योग को कमजोर करते हुए चीन को खुश कर देगा। अमेरिका में जो एक व्यक्ति इस सबको अच्छी तरह से समझता है, वे इलॉन मस्क हैं। यह दुःखद है कि मस्क- जो निःसंदेह अमेरिका के सबसे महान मैन्युफैक्चरिंग इनोवेटर्स में से एक हैं- ने सरकारी कार्यबल में मनमानी कटौती के कारण मतदाताओं के सामने खुद को बदनाम कर लिया है। इसके चलते बहुत से लोग उस महत्वपूर्ण सत्य को नहीं समझ पाएंगे, जो मस्क अपने साथी अमेरिकियों को चीख-चीखकर बता रहे हैं कि ट्रम्प का बिल पूरी तरह से पागलपन से भरा और विनाशकारी है। यह अतीत के उद्योगों को बढ़ावा देता है और भविष्य के उद्योगों को गंभीर रूप से नुकसान पहुंचाता है। और यह बात चीन जानता है। दूसरे शब्दों में कहें तो एआई मॉडल के लिए उत्पादित की जा सकने वाली सस्ती, क्लीन बिजली की मात्रा और किसी देश की भविष्य की आर्थिक और सैन्य ताकत के बीच इतना घनिष्ठ संबंध कभी भी नहीं रहा था। लेकिन ट्रम्प ने क्लीन एनर्जी नीति को अस्वीकार कर दिया है और अमेरिका की रिन्यूएबल एनर्जी इंडस्ट्री को घुटने टेकने के लिए कह दिया है। लेकिन चीन तो आज ऐसा नहीं कर रहा है।बहुत कम अमेरिकी यह समझ पाते हैं कि चीन इस मामले में हमसे कितना आगे जा चुका है और हर दिन और तेजी से आगे बढ़ रहा है। 2000 में चीन ने सिर्फ 1,300 टेरावॉट बिजली का उत्पादन किया था, जबकि अमेरिका ने लगभग 3,800 टेरावॉट का (एक टेरावॉट एक मिलियन मेगावॉट के बराबर होता है)। जबकि आज चीन 10,000 टेरावॉट से ज्यादा बिजली का उत्पादन कर रहा है, जबकि अमेरिका ने 2000 से अब तक अपने आंकड़े में सिर्फ 500 टेरावॉट ही जोड़े हैं। चीन की बिजली वृद्धि का ज्यादातर हिस्सा कोयले से आया था, लेकिन हाल के वर्षों में यह हाइड्रो, सोलर, विंड और बैटरी स्रोतों के विस्तार से प्रेरित हुआ है। चीन दुनिया का पहला 'इलेक्ट्रोस्टेट' बनने की राह पर है, जहां इसकी ऊर्जा का बड़ा हिस्सा बिजली से आ रहा है और अर्थव्यवस्था तेजी से क्लीन टेक्नोलॉजी द्वारा संचालित हो रही है। मस्क अपने साथी अमेरिकियों को चीख-चीखकर बता रहे हैं कि ट्रम्प का बिल पूरी तरह से पागलपन से भरा और विनाशकारी है। यह अतीत के उद्योगों को बढ़ावा देता है और भविष्य के उद्योगों को गंभीर रूप से नुकसान पहुंचाता है। (द न्यूयॉर्क टाइम्स से)

मार्केटिंग सही हो तो आप कुछ भी, किसी भी कीमत पर बेच सकते हैं

यदि आप उनमें से हैं, जो रेसिंग के बारे में कुछ नहीं जानते तो बीते सप्ताहांत रिलीज हुई 'एफ 1ः द मूवी', फॉर्मूला वन की दुनिया जानने के लिए अच्छी फिल्म हो सकती है। हो सकता है फिल्म की कुछ तकनीकी शब्दावली समझ में ना आए, लेकिन देखने में ये इतनी मनमोहक है कि आप 2.36 घंटे तक कुर्सी से नहीं हिल पाएंगे। क्योंकि उन्होंने इसे मैक्स वेर्स्टाप्पेन, चार्ल्स लेक्लर्क और लुईस हैमिल्टन जैसे वास्तविक ड्राइवर्स के साथ फिल्माया है। फिल्म 2023 व 2024 की असली रेसिंग के दौरान फिल्माई गई थी। इसकी ध्वनि आपको जोश से भर देगी। निर्माताओं ने रेसिंग के लिए एक 'उत्तम' कार बनाने के? आवश्यक तकनीकी पहलुओं और उसके पीछे की भौतिकी को भी छुआ है। वास्तव में यह रेसिंग की दुनिया का बेहतरीन परिचय देती है। ब्रैड पिट और डैमसन इदरीस ने अपने किरदारों को इतने प्रभावशाली ढंग से निभाया है, जो लोगों को एफ1 के बारे में जानने के लिए उत्सुक करते हैं। लेकिन इस फिल्म को देखते वक्त मुझे जरा भी अहसास नहीं हुआ ?कि पॉपकॉर्न की एक बड़ी बकेट के पीछे भी लाखों रुपए का व्यापार छिपा है। पॉपकॉर्न कई दशकों से मूवी थिएटरों और प्रदर्शनकर्ताओं की आय का प्रमुख जरिया रहे हैं। अब जिस बकेट में ये रखे जाते हैं, वह भी उतनी ही महत्वपूर्ण हो रही है। इसी से पूरी दुनिया में थिएटर व्यवसाय फलफूल रहा है। यह मुझे कल तब महसूस हुआ जब मेरे कजिन भाई के बेटे ने अमेरिका से बात की और 'एफ 1ः द मूवी' देखने के अपने अनुभव बताए। वह इस फिल्म को तीन बार देख चुका है। इसलिए नहीं कि उसे फिल्म का नायक ब्रैड पिट बहुत पसंद है, बल्कि इसलिए कि पहले दो बार उसे नई एफ 1 पॉपकॉर्न बकेट नहीं मिल पाई थी, क्योंकि थिएटर में यह खत्म हो चुकी थीं। यह बकेट और कुछ नहीं, बल्कि हेलमेट की तरह दिखती हैं, जिनमें आप पॉपकॉर्न रख सकते हो। लेकिन इनकी कीमत 25 से 85 डॉलर तक होती है, जो इस बात पर निर्भर करती है कि कोई कौन-सा पेय और उत्पाद खरीद रहा है। जी हां, लोग इस प्लास्टिक कचरे के लिए इतनी बड़ी कीमत चुकाते हैं, जिसे आप और हम अपने गैरेज में रखना भी पसंद नहीं करें। उस लड़के के पास 18 ऐसे पॉपकॉर्न कंटेनर हैं, जो बीते कुछ वर्षों में थिएटर और फिल्मों के मालिकों ने लॉन्च किए थे। गूगल पर पॉपकॉर्न बकेट सर्च करो। ये शिपिंग समेत 124.99 डॉलर यानि तकरीबन 10 हजार रुपए से अधिक कीमत पर ऑनलाइन स्टोर्स में उपलब्ध हैं। थिएटर्स ने पॉपकॉर्न बकेट को भुना लिया है। वे बड़ी फिल्मों को देखने की जल्दबाजी का भाव पैदा करने और आपके थिएटर संबंधी अनुभवों में कुछ मूल्य जोड़ने के लिए इन विशेष वस्तुओं का उपयोग कर रहे हैं। मैं नहीं जानता कि अंधेरे में एक कंटेनर से पॉपकॉर्न खाने का अनुभव कैसा होता होगा। लेकिन मुझे भरोसा है कि इससे फिल्म प्रदर्शित करने वालों की आमदनी जरूर बढ़ रही है। फिल्म निर्माता कंपनियों और थिएटर मालिकों को लगता है कि इन विशेष पॉपकॉर्न बकेट्स से दर्शकों की यात्रा में अहमियत जुड़ती है और वापस जाते वक्त उनके पास एक मेमोरी होती है, जिसे वे घर में सजा सकते हैं। पॉपकॉर्न बकेट, ड्रिंक सिपर्स, टीशर्ट जैसी ये नई चीजें ना सिर्फ लाखों की आय बढ़ा रही हैं, बल्कि सिने प्रेमी अपने आनंद के लिए थिएटरों में आ रहे हैं और ऐसी कुछ चीजें लेकर वापस जा रहे हैं। ऐसे समय में जब बॉक्स ऑफिस बिक्री प्री-कोविड स्तर पर नहीं पहुंची है तो बड़ा मुनाफा देने वाली प्लास्टिक पॉपकॉर्न बकेट ही संभवतः थिएटरों के लिए बीते वर्षों में आई सबसे अच्छी खबर है। ये भी रोचक है कि ऐसे प्लास्टिक कंटेनर इकट्ठे करने की दीवानगी आने वाले कई वर्षों तक बनी रहने वाली है। यदि ऐसा नहीं तो आप बताइए कि 2027 की शुरुआत में रिलीज होने वाली 'सोनिक द हेजहॉग 4' और 'गॉडजिला एक्स कॉन्ग सुपरनोवा' के लिए डिजायनर अभी से पॉपकॉर्न बकेट का प्रोटोटाइप तैयार करने में क्यों जुटे हैं? फंडा यह है कि यदि आपके पास मार्केटिंग की सही तकनीक है और आप उत्पाद खरीदने वाले विभिन्न आयु वर्ग के ग्राहकों की नब्ज समझ रहे हैं तो आप कुछ भी चीज, किसी भी कीमत पर बेच सकते हैं। बाहरी दुनिया पैसा खर्च करने के लिए तैयार है।

मध्य पूर्व के संघर्ष में पानी अब हथियार भी है और निशाना भी

मध्य पूर्व में चल रहा तनाव अब केवल सैन्य ठिकानों या ऊर्जा संसाधनों तक सीमित नहीं रहा है, बल्कि एक बेहद महत्वपूर्ण और जीवन देने वाला संसाधन पानी भी इस संघर्ष का हिस्सा बनता जा रहा है। ईरान द्वारा खाड़ी देशों की जल सुविधाओं को निशाना बनाने की चेतावनी ने साफ कर दिया है कि आने वाले समय में पानी न केवल एक हथियार बन सकता है, बल्कि निशाना भी। खाड़ी क्षेत्र- जैसे सऊदी अरब, यूएई, कतर, बहरीन, कुवैत और ओमान- प्राकृतिक रूप से बहुत शुष्क हैं। यहां बारिश बहुत कम होती है और नदियां-झीलें लगभग नहीं के बराबर हैं। ऐसे में इन देशों की सबसे बड़ी जरूरत पूरी करते हैं डिसेलिनेशन प्लांट। डिसेलिनेशन का मतलब है खारे पानी से नमक और अन्य अशुद्धियां हटाकर उसे पीने योग्य बनाना। यह काम मुख्य रूप से दो तरीकों से होता है। पहला है रिवर्स ऑस्मोसिस, जिसमें समुद्री पानी को दबाव के साथ एक खास झिल्ली से गुजारा जाता है, जो नमक को रोक लेती है और साफ पानी को आगे जाने देती है। दूसरा तरीका है पानी को गर्म करके भाप बनाना और फिर उसे ठंडा करके शुद्ध पानी प्राप्त करना। इस तरह ये संयंत्र समुद्र के पानी को मीठे पानी में बदल देते हैं। आज खाड़ी देशों में पानी की स्थिति पूरी तरह कृत्रिम स्रोतों पर निर्भर हो चुकी है। मध्य पूर्व क्षेत्र दुनिया की लगभग 45-50फीसदी डिसेलिनेशन क्षमता रखता है और प्रतिदिन लगभग 60-70 मिलियन क्यूबिक मीटर पानी समुद्र से बनाता है। अनुमानतः खाड़ी देशों में करोड़ों लोग सीधे डिसेलिनैटेड पानी पर निर्भर हैं। इसके बावजूद क्षेत्र में प्रति व्यक्ति प्राकृतिक जल उपलब्धता बहुत कम है- औसतन 480 घन मीटर प्रति व्यक्ति प्रति वर्ष, जबकि वैश्विक औसत 5500 घन मीटर है। खाड़ी देशों के पास पानी का भंडार बहुत कम होता है- अधिकतर देशों के पास सिर्फ एक हफ्ते का पानी सुरक्षित रहता है। डिसेलिनेशन के पहले यह क्षेत्र दुनिया के सबसे अधिक जल-संकट वाले क्षेत्रों में था। यहां 15 से अधिक देश अत्यधिक जल तनाव (80फीसदी से अधिक उपयोग) झेल रहे हैं। डिसेलिनेशन प्लांट्स बनने से पहले खाड़ी क्षेत्र में प्रति व्यक्ति पानी की उपलब्धता अत्यंत कम थी और जीवन मुख्यतः सीमित भूजल स्रोतों पर निर्भर था। कई क्षेत्रों में पानी इतना कम था कि बड़े शहरों का विकास संभव ही नहीं था। डिसेलिनेशन ने इस क्षेत्र को बसाने और विकसित करने में निर्णायक भूमिका निभाई। डिसेलिनेशन प्लांट्स समुद्र किनारे होते हैं और ईरान के काफी पास हैं, इसलिए इन्हें निशाना बनाना आसान है। यदि इन प्लांट्स पर बड़े स्तर पर हमला होता है, तो पूरी शहरी आबादी प्रभावित हो सकती है और इसका असर केवल किसी एक शहर तक सीमित नहीं रहेगा। खाड़ी देशों की लगभग पूरी शहरी आबादी- करीब 10 करोड़ लोग- इससे सीधे प्रभावित होंगे। कुछ ही दिनों में पानी की कमी एक मानवीय संकट का रूप ले सकती है। पीने के पानी की कमी, उद्योग और फैक्ट्रियां बंद होना, बिजली उत्पादन पर असर, अस्पतालों और स्वास्थ्य सेवाओं में दिक्कत, यानी बिना सीधे लोगों पर हमला किए भी पूरे समाज को प्रभावित किया जा सकता है। डिसेलिनेशन प्लांट्स पर हमला अर्थव्यवस्था पर भी बड़ा असर डालेगा। खाड़ी की अर्थव्यवस्था पूरी तरह ऊर्जा ₹ उद्योग ₹ शहरीकरण पर आधारित है और डिसेलिनेशन और ऊर्जा क्षेत्र आपस में जुड़े हैं। सऊदी अरब अगले वर्षों में 80 अरब डॉलर तक का निवेश करने जा रहा है, लेकिन अगर पानी बंद हुआ तो अरबों डॉलर का निवेश और उत्पादन खतरे में पड़ने से क्षेत्रीय ही नहीं, वैश्विक अर्थव्यवस्था भी प्रभावित होगी। हाल में जब अमेरिका द्वारा ईरान के ऊर्जा ढांचे पर हमले की बात सामने आई, तो ईरान ने जवाब में खाड़ी देशों की जल सुविधाओं को नुकसान पहुंचाने की चेतावनी दी। संघर्ष के दौरान ऐसे संयंत्रों को निशाना बनाए जाने की घटनाएं सामने भी आई हैं। इससे साफ है कि पानी अब युद्ध की रणनीति का हिस्सा बन रहा है। दुनिया मिलकर तय करे कि पानी को युद्ध से दूर रखा जाए- क्योंकि अगर पानी पर संकट आया, तो जीवन भी संकट में पड़ जाएगा।(ये लेखक के अपने विचार हैं-सुधीद्र मोहन शर्मा)

घोषणा-पत्र में किए गए वादे पूरे क्यों नहीं किए जाते हैं?

(डेरेक ओ ब्रायन) लोकसभा चुनावों से पहले भाजपा ने 69 पृष्ठों का घोषणा-पत्र प्रकाशित किया था। आइए, उस घोषणा-पत्र में किए गए कुछ वादों को देखें और यह पता करने की कोशिश करें कि आज उनकी दशा क्या है। 1. वादा ः गरीब की थाली को सुरक्षित रखने के हमारे प्रयासों को विस्तार देना (पृष्ठ 11)। वास्तविकता ः विश्व बैंक के अनुसार, आज 7.5 करोड़ भारतीय प्रतिदिन 225 रुपए से भी कम कमाते हैं। सबसे गरीब 5फीसदी लोग प्रतिदिन 68 रुपए खर्च करते हैं। जबकि एक शाकाहारी थाली की कीमत ही 77 रुपए है। 2. वादा ः उच्च मूल्य वाली नौकरियां सृजित करना (पृष्ठ 14)। वास्तविकता ः 46फीसदी कार्यबल कृषि में लगा है। हर पांच में से तीन स्वरोजगार कर रहे हैं, जो रोजगार का सबसे अच्छा तरीका नहीं है। 3. वादा ः कार्यबल में महिलाओं की भागीदारी (पेज 15)। वास्तविकता ः 2018-23 के बीच, रोजगार-संबंधी गतिविधियों में लगी महिलाओं का अनुपात सिर्फ 2.3इ अंक बढ़ा। रोजगार-संबंधी गतिविधियों पर बिताया समय पांच वर्षों में सिर्फ 10 मिनट बढ़ा। महिलाओं के लिए श्रम बल भागीदारी दर पुरुषों की तुलना में आधी बनी हुई है। 4. वादा ः महिला आरक्षण विधेयक लागू करना (पेज 16)। वास्तविकता ः विधेयक 2023 में पारित हुआ। इसे जनगणना से जोड़ा गया, जो 2027 में पूर्ण होगी। जनगणना के बाद परिसीमन होंगे। इन दोनों के बाद ही विधेयक वास्तव में लागू हो सकता है। कब? 5. वादा ः पीएम किसान योजना को मजबूत करना (पेज 22)। वास्तविकता ः हर दिन 30 किसान आत्महत्या करते हैं। 2018-23 के बीच, ग्रामीण क्षेत्रों में वास्तविक मजदूरी में सालाना 0.4इ की गिरावट आई, जबकि कृषि मजदूरी में सालाना सिर्फ 0.2फीसदी की वृद्धि देखी गई। धनराशि बढ़ाने के संसदीय समिति के सुझाव को नजरअंदाज कर दिया गया। 6. वादा ः ग्लोबल मैन्युफैक्चरिंग हब (पृष्ठ 42)। वास्तविकता ः मैन्युफैक्चरिंग क्षेत्र का योगदान 2023 में जीडीपी के 12.3फीसदी से घटकर 2024 में 4.5फीसदी हो गया, जो 2014 से भी नीचे है। पिछले दो वर्षों में, दस में से केवल एक व्यक्ति मैन्युफैक्चरिंग में कार्यरत है। 2015 और 2024 के बीच, मैन्युफैक्चरिंग एमएसएमई की संख्या में 2फीसदी से थोड़ी अधिक ही वृद्धि हुई। 7. वादा ः ट्रेन सुरक्षा प्रणाली कवच का विस्तार (पृष्ठ 45)। वास्तविकता ः चार वर्षों में, इस कवच को केवल 2फीसदी मार्गों और 1फीसदी से भी कम इंजनों में स्थापित किया जा सका है। इसकी प्रगति की वर्तमान दर को देखते हुए भारतीय रेलवे नेटवर्क में इसके क्रियान्वयन में कुछ दशक लग सकते हैं। 8. वादा ः बुलेट ट्रेनों का विस्तार (पृष्ठ 46)। वास्तविकता ः 2014 के रेल बजट में 60,000 करोड़ रुपए के अनुमानित व्यय के साथ बुलेट ट्रेन परियोजना की घोषणा की थी। आज 11 साल बाद 71,000 करोड़ रुपए से अधिक खर्च करने के बावजूद परियोजना का आधा से भी कम काम पूरा हो पाया है। 9. वादा ः एक्सप्रेस-वे और रिंग रोड का विस्तार (पेज 47)। वास्तविकता ः 2017 में सरकार ने भारतमाला परियोजना के तहत 34,800 किलोमीटर की परियोजनाओं की मंजूरी दी थी। हालांकि, इनमें से केवल आधा ही काम पूरा हो पाया है। परियोजना का लगभग 25 प्रतिशत हिस्सा तो अभी तक आवंटित भी नहीं किया जा सका है। 10. वादा ः भ्रष्टाचार से निपटना (पेज 54)। वास्तविकता ः पिछले एक दशक में ईडी द्वारा सांसदों, विधायकों और नेताओं के खिलाफ 193 मामलों में से केवल दो में ही दोषसिद्धि हुई है। पिछले 11 वर्षों में ईडी द्वारा कुल 5297 मामले दर्ज किए गए। केवल 47 मामलों को ही सुनवाई के लिए अदालत में ले जाया गया। दर्ज किए गए प्रत्येक 1000 मामलों में से केवल सात मामलों में ही आरोपी दोषी पाए गए। 11. वादा ः एम्स को मजबूत बनाना (पेज 57)। वास्तविकता ः पूरे भारत में एम्स अस्पतालों में 18,737 पद खाली पड़े हैं। इनमें से 2200 से अधिक पद फैकल्टी से संबंधित हैं। 12. वादा ः युवाओं के लिए कौशल प्रशिक्षण का विस्तार (पृष्ठ 60)। वास्तविकता ः भारत में तीन में से एक युवा न तो शिक्षा, न ही रोजगार, न ही प्रशिक्षण में है, और इनमें 95फीसदी महिलाएं हैं। केवल 4फीसदी युवाओं को औपचारिक कौशल प्रशिक्षण मिला है। आज 7.5 करोड़ भारतीय प्रतिदिन 225 रुपए से भी कम कमाते हैं। सबसे गरीब 5फीसदी लोग प्रतिदिन 68 रुपए खर्च करते हैं। जबकि एक शाकाहारी थाली की कीमत ही 77 रुपए है। गरीब की थाली वाले वादे का क्या हुआ? (ये लेखक के अपने विचार हैं। इस लेखक के सहायक शोधकर्ता धीमंत जैन हैं।)

एक गलत इरादा समूचे उद्योग को बदनाम करता है

एन. रघुरामन कल्पना करें, आपके रिश्तेदार अस्पताल में भर्ती हैं। डॉक्टर के दवा पर्ची लिखने के बाद आप अस्पताल के मेडिकल से दवा लेने में व्यस्त हैं। सारे बिल संभालकर रख रहे हैं, क्योंकि बाद में बीमा लाभ का दावा करना चाहते हैं। अस्पताल में हुए ब्लड टेस्ट का भी बिल रखा। डॉक्टर्स ने आपकी लाई दवाएं दी और रिश्तेदार जल्द स्वस्थ होकर डिस्चार्ज हो गए। राहत की सांस लेकर आप घर लौट आए और अस्पताल खर्च की 15 हजार रु. से कम राशि के रिफंड के लिए आवेदन की तैयारी करने लगे। आपको भरोसा है कि बीमा कंपनी से इन बिलों को मंजूरी मिल जाएगी, क्योंकि बीमा खरीदने से लेकर अब तक आपने कोई क्लेम नहीं उठाया और दावे की राशि से साढ़े चार गुना रकम का भुगतान प्रीमियम के तौर पर कर चुके हैं। पर आप हैरत में रह गए जब कंपनी ने ना सिर्फ अस्पताल खर्च का दावा खारिज कर दिया, बल्कि प्रक्रियागत दोष-संदिग्ध धोखाधड़ी का हवाला देते हुए आपकी पॉलिसी भी रद्द कर दी। इतना ही नहीं, आपका नाम फ्रॉड अलर्ट डेटाबेस में भी दिखने लगा, जिसका मतलब है कि भविष्य में कोई बीमा कंपनी आपका बीमा नहीं करेगी और यदि किया तो आपके हर दावे को धोखाधड़ी के नजरिए से देखा जाएगा। हैरान हैं कि आखिरकार धोखाधड़ी कहां की? इसे समझने के लिए बेंगलुरु के 29 वर्षीय वीरेश राठौड़ की कहानी पढ़िए, जिन्होंने स्वयं के और बुजुर्ग माता-पिता के लिए 2022 में एक बीमा कंपनी से समूह बीमा पॉलिसी खरीदी। तीन वर्षों में उन्होंने कंपनी को 67 हजार 606 रु. का भुगतान किया और तब से अब तक कोई क्लेम भी नहीं लिया। अप्रैल, 2024 में उनकी मां को गंभीर गैस्ट्रोएन्टेराइटिस के उपचार के लिए स्थानीय शरभथी अस्पताल में भर्ती कराया गया। मां को अस्पताल से डिस्चार्ज कराने के बाद राठौड़ ने 14 हजार 500 रुपए का पुनर्भुगतान दावा पेश किया, जो खारिज हो गया और निम्न कारण बताते हुए उनकी पॉलिसी भी रद्द कर दी गई। 1. कंपनी ने आरोप लगाया कि बिना किसी कल्चर सेंसिटिविटी टेस्ट के ब्रॉड स्पेक्ट्रम एंटीबायोटिक दवा (पिपटाज) दी गई। 2. राठौड़ ने कथित तौर पर 5 डोज खरीदे, जबकि तीन ही उपयोग में आए। 3. डिस्चार्ज विवरण पर चिकित्सक के प्रमाणीकरण का अभाव है। 4. ब्लड रिपोर्ट्स पर टेक्निशियन के साइन थे, पैथोलॉजिस्ट के नहीं।

भाषा पर राजनीति करने से कुछ हासिल नहीं होने वाला

(राजदीप सरदेसाई)'इस देश में अंग्रेजी बोलने वाले जल्द ही शर्म महसूस करेंगे।' -केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह'मराठी बोलने वालों पर हिंदी थोपने का प्रयास बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।' -मनसे नेता राज ठाकरे'हिंदी के कट्टर समर्थक संकीर्ण मानसिकता वाले और राष्ट्रविरोधी हैं, जो हमारे विरोध को देशद्रोह मानते हैं।' -तमिलनाडु सीएम एमके स्टालिनराष्ट्रीय सुर्खियों में लैंग्वेज-वॉर की धमाकेदार वापसी हो चुकी है! अलबत्ता भाषाई कट्टरता लंबे समय से राजनीतिक हथियार रही है, लेकिन हाल के दिनों में यह फिर सामने आई है, ताकि असल मुद्दों से ध्यान भटकाया जा सके। अमित शाह से शुरुआत करते हैं। अंग्रेजी के प्रति शाह की नाराजगी की जड़ में संघ परिवार की हिंदी-हिंदू-हिंदुस्तान वाली विचारधारा है। इसमें माना जाता है कि औपनिवे?शिक भाषा होने के नाते अंग्रेजी भारतीय संस्कृति के विरुद्ध है। लेकिन शाह ने अहमदाबाद के सेंट जेवियर्स कॉलेज में बायोकेमिस्ट्री की पढ़ाई की है, जो अंग्रेजी के प्रतिष्ठित संस्थान के तौर पर मशहूर है। उनके पुत्र जय शाह भी अहमदाबाद के लोयोला हॉल में पढ़े, जो नामीगिरामी अंग्रेजी माध्यम स्कूलों में से एक है। और इसके बावजूद शाह ने अंग्रेजी के प्रति तिरस्कार की भावना को कभी छुपाया नहीं है।शाह की ही तरह, ठाकरे बंधुओं ने भी अपने बच्चों को अंग्रेजी माध्यम के स्कूलों में भेजा। उन्होंने हिंदी में बातचीत करना और साक्षात्कार देना भी नहीं छोड़ा है। फिर भी उनकी राजनीति 'मराठी प्रथम' के इर्द-गिर्द घूमती रहती है ताकि सियासत के भीड़भाड़ भरे बाजार में उनकी अलग पहचान बनी रहे। यदि शाह का हिंदी-केंद्रित नजरिया नेहरूवादी कांग्रेस के खिलाफ भाजपा को राष्ट्रवादी ताकत बनाए रखने के? लिए है तो भाषा के मुद्दे पर ठाकरे बंधुओं की सियासत शिवसेना संस्थापक बाल ठाकरे के मूल 'धरतीपुत्र' आंदोलन को फिर से खड़ा करने का प्रयास है। लेकिन यह जान लीजिए कि भले ही बाल ठाकरे गैर-मराठीभाषियों के विरुद्ध बोलते रहे हों, लेकिन उन्होंने अपनी पहली नौकरी अंग्रेजी के एक अखबार में कार्टूनिस्ट के तौर पर की थी। लेकिन आज जब शिवसेना के सामने अस्तित्व का संकट आ खड़ा हुआ है तो ठाकरे बंधु भाषाई अस्मिता के नाम पर प्रासंगिक बने रहने के जतन कर रहे हैं।एमके स्टालिन भी तमिलनाडु के लोगों पर हिंदी थोपने का जो मुद्दा उठा रहे हैं, वह राज्य में होने जा रहे चुनावों से पहले का एक चिर-परिचित सियासी औजार है। दरअसल, 1960 के दशक में द्रविड़ दलों का उदय ही हिंदी विरोधी आंदोलनों के तहत हुआ था। आज छह दशक बाद जब स्टालिन नई शिक्षा नीति में त्रिभाषा फॉर्मूले को तमिल बोलने वालों पर हिंदी थोपने का प्रयास बता रहे हैं तो इसके जरिए वे उत्तर-दक्षिण की जंग को फिर से सुलगाकर क्षेत्रीय अस्मिता की राजनीति के अगुआ के तौर पर खुद की छवि मजबूत करना चाहते हैं। लेकिन जहां वे 'तमिल प्रथम' का युद्धघोष कर रहे होते हैं, वहीं यह भी एक तथ्य है कि डीएमके चीफ के परिवार के बच्चे पढ़ने के? लिए विदेशी विश्वविद्यालयों में जा रहे हैं। याद रहे कि चेन्नई में अधिकतर निजी स्कूल ऐसे त्रिभाषा पाठ्यक्रम के लिए तैयार हैं, जिसमें हिंदी वैकल्पिक भाषा है।मुद्दा यह है कि समाजवादी-लोहियावादियों से लेकर हिंदुत्ववादी और क्षेत्रीय क्षत्रपों तक सभी राजनेता भले ही अंग्रेजी के खिलाफ जोर लगा लें, लेकिन ये सभी अपने बच्चों को अंग्रेजी स्कूलों में ही भेजना पसंद करते हैं। कम से कम आधा दर्जन कैबिनेट मंत्रियों के बच्चे तो आज प्रतिष्ठित विदेशी विश्वविद्यालयों में पढ़ रहे हैं। अंग्रेजी अब औपनिवेशिक भाषा नहीं रही, बल्कि आशाओं और महत्वाकांक्षाओं की भाषा बन गई है। आप देश में कहीं भी जाइए, आपको तेजी से बढ़ रहीं अंग्रेजी कोचिंग कक्षाएं दिखेंगी। ये सभी नए भारत के सामाजिक स्तर को एक पायदान ऊपर उठने का मौका दे रही हैं। अंग्रेजी बोलने में शर्माने के बजाय युवा भारतीय इसमें महारत हासिल करना चाह रहे हैं। लेकिन देश के कई हिस्सों में अंग्रेजी शिक्षण की गुणवत्ता को वांछित स्तर तक लाने के ?लिए अभी बहुत प्रयास करने होंगे। यही कारण है कि गुजरात जैसे राज्य सेवा-क्षेत्र के मामले में पिछड़ गए हैं।

राहुल बोले- हॉस्पिटल में पूरी रात सोफे पर सोया,मां की सेहत को लेकर परेशान था,सोनिया दो दिन से अस्पताल में भर्ती

नयी दिल्ली। कांग्रेस पार्लियामेंट्री पार्टी की चेयरपर्सन सोनिया गांधी पिछले दो दिनों से दिल्ली के सर गंगा राम हॉस्पिटल में एडमिट हैं। सोनिया को पेट और यूरिनरी इंफेक्शन के चलते मंगलवार रात 10:22 बजे भर्ती कराया गया था। कांग्रेस सांसद राहुल गांधी मां की देखभाल के लिए अस्पताल में ही रहे। उन्होंने कांग्रेस के सोशल मीडिया अकाउंट पर एक वीडियो पोस्ट में कहा कि, वे हॉस्पिटल में अपनी मां के कमरे में एक छोटे से सोफे पर सो रहे थे। वे भी हर बेटे की तरह अपनी मां की सेहत को लेकर बहुत परेशान थे। हालांकि सोनिया की खराब तबीयत के चलते बुधवार को संसद भवन में हुई सर्वदलीय बैठक में भी शामिल नहीं हुए। वहीं केरल में उनका दौरा भी रद्द कर दिया गया था। उनकी जगह मल्लिकार्जुन खड़गे गए। राहुल ने सभा को वर्चुअली संबोधित किया। अब पढ़िए राहुल का पूरा वीडियो मैसेज-'कल रात, मैं हॉस्पिटल में अपनी मां के कमरे में एक छोटे से सोफे पर सो रहा था। जैसे कि कोई भी बेटा अपनी मां की सेहत को लेकर परेशान रहता है, मैं भी परेशान था। पूरी रात, मुझे सिर्फ एक चीज से सुकून मिला। मुझे केरल की एक नर्स से सुकून मिला जो हर घंटे मेरी मां को देखने आती थी। हर एक घंटे, वह आकर उन्हें देखती थी। वह मुस्कुराती थी और उनका हाथ पकड़ती थी। मैंने सोचा कि केरल की नर्सों ने कितने बेटों, बेटियों, भाइयों और बहनों को उनके सबसे मुश्किल पलों में सुकून दिया है। सुबह-सुबह, मैंने उनसे पूछा, क्या आप रात में सोती हैं, या पूरी रात काम करती हैं? उन्होंने कहा, मैं पूरी रात काम करती हूं। तो, जब पूरी दुनिया सो रही है, केरल की औरतें, सिर्फ केरल में ही नहीं बल्कि दिल्ली में, पूरे देश में और दुनियाभर में लोगों को सुकून दे रही हैं। उनका हाथ थाम रही हैं, और उन्हें आराम महसूस करा रही हैं।

मोदी जी ने नेशनल लेवल पर 2 करोड़ नौकरियों का वादा किया था। केरल के मुख्यमंत्री ने राज्य में 40 लाख नौकरियों का वादा किया था। 10 साल बीत गए उन्होंने लोगों को एक भी नौकरी नहीं दी है। असल में, उन्होंने नौकरियां खत्म कर दी हैं। न तो बीजेपी और न ही एलडीएफ को लगता है कि वे लोगों के प्रति जवाबदेह हैं। उन्हें नहीं लगता कि केरल के लोगों को उनसे सवाल पूछने का हक है। देशभर में विपक्षी नेताओं के खिलाफ केंद्रीय एजेंसियां कार्रवाई करती हैं, लेकिन केरल के मुख्यमंत्री पिनराई विजयन के खिलाफ कोई कार्रवाई नहीं होती। उन्होंने इसे मिलीभगत का सबसे बड़ा सबूत बताया। महिलाओं के लिए फ्री केएसआरटीसी बस यात्रा और कॉलेज जाने वाली लड़कियों के लिए फाइनेंशियल मदद के तौर पर हर महीने 1000 रुपए दिए जाएंगे। वेलफेयर पेंशन को बढ़ाकर 3000 रुपए किया जाएगा। हर परिवार के लिए 25 लाख रुपए के कवरेज के साथ ओमन चांडी हेल्थ इंश्योरेंस स्कीम, युवाओं के लिए पांच लाख तक का बिना ब्याज वाला लोन और सीनियर सिटिजन के लिए एक स्पेशल डिपार्टमेंट बनाया जाएगा।

आंध्र प्रदेश-डंपर से टकराकर बस में आग, 13 जिंदा जले

नयी दिल्ली। आंध्र प्रदेश के मरकापुरम जिले में रायवरम के पास गुरुवार को एक सड़क हादसा हुआ।

एक प्राइवेट ट्रैवल बस और डंपर में टक्कर हो गई। टक्कर लगते ही बस में आग लग गई। बस में सवार 13 यात्री जिंदा जल गए। हालांकि पहले पुलिस की तरफ से पहले 14 मौतों की जानकारी दी गई थी। बाद में सीएम ऑफिस ने मौत का आंकड़े में आफिशियल कंफर्मेशन दिया। अधिकारियों ने बताया कि हरिकृष्णा ट्रैवल्स की बस तेलंगाना के निर्मल से नेल्लोर जा रही थी। हादसा सुबह 6:00 बजे के करीब हुआ। आग पर करीब तीन घंटे में काबू पाया गया। मरकापुरम के एसपी वी हर्षवर्धन राजू ने कहा, डंपर ड्राइवर समेत 22 घायलों को अस्पताल में भर्ती कराया गया है। बस में 35 यात्री सवार थे। घटना की पूरी जानकारी जुटाने की कोशिश की जा रही है। मुख्यमंत्री एन चंद्रबाबू नायडू ने लोगों की मौत पर दुख जताया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने आंध्र प्रदेश के मार्कपुरम जिले में हुए भीषण बस हादसे पर शोक व्यक्त किया है। उन्होंने मृतकों के परिजनों को दो-दो लाख रुपये व घायलों के लिए 50-50 हजार रुपए की सहायता राशि की घोषणा की है।

ईरान को ट्रम्प के दामाद पर विश्वास नहीं,शांति वार्ता के लिए उपराष्ट्रपति वेंस पहली पसंद

कहा- वे दूसरों के मुकाबले कम नुकसानदेह

करेंगे।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर...**

' एक और सूत्र ने सीएनएन से कहा कि अगर बातचीत का कोई नतीजा निकालना है, तो जेडी वेंस को शामिल होना चाहिए। विटकॉफ और कुशनर के साथ कुछ नहीं होगा। यह पहले भी हो चुका है। ईरान के लिए यह पसंद का नहीं, बल्कि नुकसान कम करने का मामला है। वह ऐसे व्यक्ति को चुनना चाहता है जिसका इस युद्ध से कम जुड़ाव हो।जानकारी से यह संकेत मिलता है कि वेंस, जो पहले विदेशों में सैन्य दखल के खिलाफ रहे हैं, अब मुख्य वार्ताकार बन सकते हैं। इससे यह भी दिखता है कि सरकार में उनका प्रभाव बढ़ रहा है और ईरान उन्हें अमेरिका के अलग तरह के प्रतिनिधि के रूप में देख रहा है। वेंस पहले भी मिडिल ईस्ट में अमेरिकी दखल के खिलाफ रहे हैं, लेकिन इस बार उन्होंने ट्रम्प का समर्थन किया है। उन्होंने कहा कि उन्हें भरोसा है कि ट्रम्प सही फैसला लेंगे और पिछली गलतियों को नहीं दोहराया जाएगा। वेंस में बढ़ती दिलचस्पी यह दिखाती है कि वह अब अमेरिकी विदेश नीति में बड़ी भूमिका निभा रहे हैं। अगर ट्रम्प उन्हें आगे करते हैं, तो यह उनके लिए खुद को एक सफल सौदेबाज साबित करने का बड़ा मौका होगा। ईरान की तरफ से गालिबाफ कर सकते हैं बातचीत -इससे पहले ट्रम्प ने सोमवार को दावा किया था कि वह ईरान में सबसे सम्मानित शख्स के साथ बातचीत कर रहे हैं। उन्होंने किसी का नाम नहीं लिया। तब माना गया था कि वे शख्स गालिबाफ हो सकते हैं। हालांकि गालीबाफ ने कुछ ही देर बाद सोशल मीडिया पर लिखा कि अमेरिका के साथ कोई बातचीत नहीं हुई है। ऐसी खबरें वित्तीय और तेल बाजारों को प्रभावित करने के लिए फैलाई जा रही हैं। हालांकि ऐसा अभी भी माना जा रहा है कि ईरान की ओर से संसद अध्यक्ष मोहम्मद बाघेर गालिबाफ बातचीत में शामिल हो सकते हैं।

लेकिन जैसे अमेरिका को यह पसंद नहीं कि ईरान उसके वार्ताकार चुने, वैसे ही ईरान भी अपने प्रतिनिधि को लेकर सतर्क है। किसी भी बातचीत के लिए ईरान के सर्वोच्च नेता की मंजूरी जरूरी होगी। ईरान बिना शर्त युद्धविराम या आत्मसमर्पण नहीं चाहता। वह खुद को मजबूत स्थिति में मानते हुए बातचीत करना चाहता है। उनका मानना है कि क्षेत्र में दबाव बनाने में वह आगे हैं।फिलहाल स्थिति यह है कि बातचीत शुरू होने से पहले ही यह तय करना मुश्किल हो गया है कि टेबल पर कौन बैठेगा। इस बीच खाड़ी देशों ने मध्यस्थता से दूरी बना ली है। कतर ने कहा कि अगर ईरान खाड़ी देशों पर हमले बंद नहीं करता, तो वह बातचीत में मदद नहीं करेगा। ईरान ने यह शर्त नहीं मानी, जिसके बाद ये देश पीछे हट गए। उधर सऊदी अरब और अन्य खाड़ी देश भी इस कूटनीतिक प्रक्रिया से दूरी बनाते दिख रहे हैं। वॉशिंगटन में इस बात पर चर्चा हो रही है कि अगर बातचीत नाकाम होती है तो क्या ये देश सैन्य कार्रवाई में साथ देंगे।

फिलहाल अमेरिका और ईरान के बीच सरकार स्तर पर बातचीत जारी है। दोनों पक्ष 15 प्वाइंट्स की एक योजना पर अपने-अपने मांग और रियायतों की समीक्षा कर रहे हैं। बातचीत के लिए तुर्की और पाकिस्तान जैसे देशों के नाम सामने आए हैं, लेकिन अभी कोई औपचारिक बैठक तय नहीं हुई है।अमेरिका-इजराइल और ईरान के बीच 28 फरवरी को जंग शुरू होने से पहले दोनों पक्षों के बीच कई दौर की शांति वार्ता हुई थी। यह बातचीत बातचीत सीधे नहीं बल्कि अप्रत्यक्ष तरीके से हुई थी। इसमें दोनों देशों के प्रतिनिधि आमने-सामने नहीं बैठे, बल्कि एक मिडिएटर के जरिए अपनी बात पहुंचा रहे थे। ओमान ने इस दौरान मिडिएटर की भूमिका निभाई थी। ओमान के विदेश मंत्री सैय्यद बदर बिन हमद अल बुसैदी दोनों देशों के बीच संदेश पहुंचा रहे थे। रिपोर्ट्स के मुताबिक, युद्ध से पहले कम से कम 2 से 3 राउंड की बातचीत हुई,पहला दौर- 6 फरवरी 2026 को ओमान के मस्कट में हुआ,दूसरा दौर- फरवरी के आखिरी सप्ताह में जिनेवा में हुआ,इसके अलावा 26-27 फरवरी के बीच बैकचैनल (गोपनीय) बातचीत हुई कौन-कौन शामिल थे, अमेरिका- स्टीव विटकॉफ, जेरेड कुशनर,ईरान- अब्बास अराघची (विदेश मंत्री) बातचीत का एजेंडा-ईरान के परमाणु (न्यूक्लियर) कार्यक्रम पर रोक,अमेरिका द्वारा लगाए गए प्रतिबंध हटाना,संभावित समझौता कर युद्ध को टालना,नतीजा-दोनों देशों के बीच भरोसे की कमी और शर्तों पर मतभेद के कारण कोई अंतिम समझौता नहीं हो सका। इसी बीच 28 फरवरी 2026 को हालात बिगड़ गए और अमेरिका-इजराइल की सैन्य कार्रवाई के साथ संघर्ष शुरू हो गया।

बांग्लादेश में बस नदी में गिरी, 23 की मौत,11 लोगों ने तैरकर जान बचाई,बस को बड़ी नाव पर चढ़ाते समय हुआ हादसा

ढाका। बांग्लादेश में एक यात्री बस पद्मा नदी में गिर गई। हादसे में अब तक 23 लोगों की मौत हो गई है। 11 यात्रियों ने तैरकर अपनी जान बचा ली। बस में करीब 40 लोग सवार थे। हादसा बुधवार शाम को हुआ। तब सिर्फ 2 लोगों की मौत की खबर आई थी। हादसा राजबाड़ी जिले में दाउलादिया टर्मिनल पर हुआ। बस फेरी (बड़ी नाव) पर चढ़ रही थी। इसी दौरान ड्राइवर का कंट्रोल छूट गया और बस सीधे नदी में जा गिरी। बांग्लादेश में बसों और गाड़ियों को नदी पार कराने के लिए फेरी का इस्तेमाल होता है। यह एक बड़ी नाव या जहाज जैसा होता है। प्रधानमंत्री तारिक रहमान ने रेस्क्यू ऑपरेशन की जानकारी ली और जांच के आदेश दिए। रेस्क्यू टीम ने 'हमजा' नाम के जहाज की मदद से करीब 6 घंटे की मशक्कत के बाद आधी रात को बस को बाहर निकाला। इसमें 21 शव मिले, जबकि गोताखोरों ने पहले ही दो महिलाओं के शव बरामद कर लिए थे। फायर सर्विस और कोस्टगार्ड के गोताखोर सेना और पुलिस की मदद से लापता लोगों की तलाश में जुटे हैं।अधिकारियों ने बताया कि बस ढाका जा रही थी। इसमें सवार कई यात्री ईद की छुट्टियां खत्म कर राजधानी लौट रहे थे, जिनमें बच्चे भी शामिल थे। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, बस में सवार कई लोग एक ही परिवार के थे। कुछ लोग बाहर खड़े होने की वजह से बच गए, जबकि उनके परिजन बस के अंदर फंसे रह गए।

केरल सीएम बोले- राहुल में कार्यकर्ता जितनी भी समझ नहीं,हिमंता ने कहा- कांग्रेस की सरकार पाकिस्तान में बनेगी, थरूर बोले- केरल बदलाव चाहता है

नयी दिल्ली। केरल के सीएम पिनाराई विजयन ने गुरुवार को कहा- राहुल गांधी एक नेशनल लीडर हैं, फिर भी उनमें कांग्रेस के एक आम लोकल वर्कर जितनी बेसिक जानकारी भी नहीं है। वे अपने अनुभव या गलतियों से भी नहीं सीखते। राहुल गांधी और उनकी कांग्रेस देश में बीजेपी की 'बी-टीम' हैं।कांग्रेस नेता शशि थरूर ने पिनराई के बी टीम वाले बयान को बकवास बताया। थरूर ने कहा- हमें किसी की बी टीम में कोई दिलचस्पी नहीं है, क्योंकि हम केरल की ए-टीम हैं। बीजेपी और एलडीएफ दोनों नहीं चाहते कि कांग्रेस पार्टी राज्य में सत्ता में आए। केरल के लोग बदलाव चाहते हैं। वहीं, असम के सीएम हिमंता बिस्वा सरमा ने कहा कि कांग्रेस की सरकार भारत में तो नहीं, पाकिस्तान में बन सकती है। 5 राज्यों से जुड़े 4 बड़े अपडेट्स- भाजपा नेता सुवेंदु अधिकारी ने भवानीपुर में रामनवमी पर रैली निकाली। थरूर बोले- केरल में बीजेपी एक जीरो-सीट पार्टी है। असली मुकाबला युडीएफ और एलडीएफ के बीच है। हिमंता ने कहा- जब कांग्रेस की सरकार बनेगी तो वह या तो पाकिस्तान में होगी या बांग्लादेश में। तृणमूल उम्मीदवार प्रतिभा मैती ने सरकार की दी हुई 'सबुज साथी' साइकिल पर अपना कैंपेन शुरू किया।केंद्रीय मंत्री सुकांता मजूमदार ने कहा- चुनाव आयोग एक निष्पक्ष संस्था है। अगर किसी के पास चुनाव आयोग के खिलाफ पुख्ता सबूत हैं तो वो कोर्ट जाएं। इस बार टीएमसी हारेगी और दो तिहाई बहुमत के साथ पश्चिम बंगाल में भाजपा की सरकार बनने जा रही है।केरल चुनाव पर कांग्रेस सांसद शशि थरूर ने कहा-मेरा फोकस केरल राज्य चुनाव पर है। असम, बंगाल, तमिलनाडु में मेरे साथी सभी कैंपेन कर रहे हैं। केरल में लोग बदलाव चाहते हैं। भाजपा राज्य में कोई अप्रासंगिक कारक नहीं है।असली लड़ाई युडीएफ और एलडीएफ के बीच है इसलिए बीजेपी को वोट देना बेकार वोट है। युडीएफ को वोट दें।

डेनमार्क की प्रधानमंत्री ने हार के बाद दिया इस्तीफा,पर्यावरण की चिंता के चलते छोड़ दिया था मेकअप, ट्रम्प को भी चुनौती दे चुकीं

कोपेनहेगन। डेनमार्क की प्रधानमंत्री मेटे फ्रेडरिक्सन (48) ने आम चुनाव में हार के बाद इस्तीफा दे दिया है। बुधवार को मतगणना में उनकी सोशल डेमोक्रेटिक पार्टी को महज 38 सीटें मिलीं। हालांकि, अभी वहां किसी भी पार्टी को बहुमत हासिल नहीं हुआ है। मेटे जून 2019 से डेनमार्क की प्रधानमंत्री थीं और 2022 में दोबारा सत्ता में लौटी थीं।वे 41 की उम्र में पद संभालने वाली देश की सबसे कम उम्र की प्रधानमंत्री बनी थीं। अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रम्प से ग्रीनलैंड के मुद्दे पर बेबाकी से लेकर सादगी तक के उनके कई किस्से हैं।मेटे बचपन से ही शांत और संकोची रहीं। बोलने में हकलाहट के कारण स्कूल में बच्चे उनका मजाक उड़ाते थे। उन्हें लंबे समय तक स्पीच थेरेपी लेनी पड़ी। वे 90 के दशक में पर्यावरण और पशु अधिकारों को लेकर वे बेहद आक्रामक रहीं। कॉस्मेटिक कंपनियों द्वारा जानवरों पर परीक्षण के विरोध में उन्होंने मेकअप प्रोडक्ट इस्तेमाल करना ही छोड़ दिया। उनका मानना था कि जानवरों को दर्द देकर सुंदरता पाना गलत है। इसी दौर में उन्होंने 'जेंस' नाम की एक व्हेल को प्रतीकात्मक रूप से गोद लिया और अपनी पॉकेट मनी से समुद्री संरक्षण संस्था को राशि देकर उसकी सुरक्षा, ट्रैकिंग और प्राकृतिक आवास बचाने में सहयोग किया। 2012 में रोजगार मंत्री रहते हुए मेटे साधारण कपड़ों और फ्लैट जूतों में बच्चों को साइकिल से स्कूल छोड़ने जाती थीं। तब जनता में उनकी सादगी के खूब चर्चे होते थे। मेटे अपनी बेबाक जवाब के लिए मशहूर हैं। जनवरी 2026 में ट्रम्प ने ग्रीनलैंड पर कब्जे की जिद पकड़ ली। जवाब में झुकने के बजाय मेटे ने ग्रीनलैंड की सुरक्षा के लिए डेनिश कमांडो और सैनिक तैनात कर दिए। उन्होंने दो टूक कहा, 'डेनमार्क बिकाऊ नहीं है। अगर अमेरिका नाटो सहयोगी पर हमला करता है, तो सब खत्म हो जाएगा।' ट्रम्प की धमकी ने उल्टा मेटे की लोकप्रियता बढ़ाई। महिलाओं की पहचान और आत्मविश्वास पर मेटे कहती हैं, अगर लड़कियां खुद को कमतर आंकना छोड़ दें और भरोसे के साथ खड़ी हों, तो वे दुनिया में कुछ भी हासिल कर सकती हैं। मेटे बचपन से ही निडर रहीं। 15 की उम्र में अल्बोर्ग में उन्होंने कुछ लड़कों को एक शरणार्थी को परेशान करते देखा तो अकेले ही भिड़ गईं। इसी दौरान एक लड़के ने नस्लवादी अपशब्द कहते हुए उनके चेहरे पर मुक्का मारा, जिससे उनकी नाक की हड्डी टूट गई। इसके बाद उन्हें अस्तपताल में भर्ती होकर इलाज करवाना पड़ा। मेटे कहती हैं, यह चोट डर नहीं, उनके साहस की पहचान थी।

अफगानिस्तान-पाकिस्तान में फिर झड़प, 3 की मौत,ईद पर 5 दिन का सीजफायर खत्म होने के बाद हिंसा शुरू

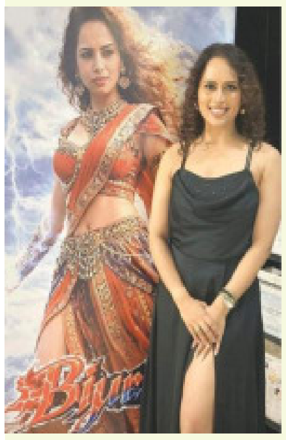
इस्लामाबाद। अफगानिस्तान और पाकिस्तान की सीमा पर बुधवार को फिर से लड़ाई शुरू हो गई। अफगान तालिबान अधिकारियों के मुताबिक, इस हमले में 2 आम नागरिकों की मौत हो गई और 8 घायल हो गए। वहीं पाकिस्तान का भी एक नागरिक मारा गया। अफगानिस्तान और पाकिस्तान ने मिलकर ईद को लेकर 5 दिनों का अस्थायी युद्धविराम घोषित किया था। 25 मार्च को सीजफायर खत्म होने के बाद दोनों देशों में फिर से झड़प शुरू हो गई। न्यूज एजेंसी एपी के मुताबिक एक अफगान अधिकारी ने बताया कि युद्धविराम खत्म होते ही पाकिस्तानी सेना ने नरई और सरकानो इलाकों में दर्जनों तोप के गोले दागे।उन्होंने कहा कि जवाब में अफगान सीमा बलों ने भी गोलीबारी की और तीन पाकिस्तानी सैन्य चौकियों को तबाह कर दिया, इस हमले में 1 व्यक्ति मारा गया।यह हिंसा उस समझौते के करीब एक हफ्ते बाद हुई है, जिसमें दोनों देशों ने लड़ाई रोकने पर सहमति जताई थी। यह समझौता सऊदी अरब, तुर्किये और कतर के कहने पर हुआ था। इससे पहले पाकिस्तान ने 17 मार्च की रात अफगानिस्तान में हवाई हमले किए थे।अफगान तालिबान सरकार का दावा है कि इन हमलों में काबुल के एक नशा मुक्ति अस्पताल को निशाना बनाया गया, जिसमें 400 से ज्यादा लोग मारे गए थे। हालांकि पाकिस्तान ने नागरिकों को निशाना बनाने से इनकार किया है और कहा है कि उसने एक गोला-बारूद के भंडार पर हमला किया था। मीडिया और संयुक्त राष्ट्र की रिपोर्ट में नशा मुक्ति केंद्र पर हमले की बात सामने आई, लेकिन पाकिस्तान की सेना ने किसी नागरिक के मारे जाने की बात स्वीकार नहीं की। इसके बजाय पाकिस्तान के सैन्य प्रवक्ता अहमद शरीफ चौधरी ने आरोप लगाया कि तालिबान नशे के आदी लोगों को आत्मघाती हमलों के लिए इस्तेमाल करता है। हालांकि उन्होंने अपने दावे के समर्थन में कोई सबूत नहीं दिया।इधर, पाकिस्तान तालिबान यानी तहरीक-ए-तालिबान पाकिस्तान (टीटीपी) ने भी कहा है कि उसने ईद के 3 दिन के अपने युद्धविराम के बाद पाकिस्तान के अंदर हमले फिर से शुरू कर दिए हैं। टीटीपी, अफगान तालिबान से अलग है लेकिन उसके साथ जुड़ा हुआ है। 2021 में अफगान तालिबान के सत्ता में आने के बाद से टीटीपी ने पाकिस्तान में अपने हमले बढ़ा दिए हैं। अमेरिका और संयुक्त राष्ट्र ने टीटीपी को आतंकवादी संगठन घोषित कर रखा है। पाकिस्तान का आरोप है कि काबुल टीटीपी के नेताओं और हजारों लड़ाकों को पनाह दे रहा है, जो सीमा पार से हमले करते हैं। हालांकि अफगानिस्तान इस आरोप को खारिज करता है। पाकिस्तान ने साफ कहा है कि जब तक अफगान तालिबान सरकार यह भरोसा नहीं देती कि उसकी जमीन का इस्तेमाल आतंकी हमलों के लिए नहीं होगा, तब तक वह टीटीपी और उसके समर्थकों को अफगानिस्तान के अंदर निशाना बनाता रहेगा। पाक का भारत पर आतंक फैलाने का आरोप- पाकिस्तान का कहना है कि यह आतंकवाद के खिलाफ कार्रवाई है। उसके मुताबिक देश में आतंकी हमले बढ़े हैं और 2025 पिछले एक दशक का सबसे हिंसक साल रहा। पाकिस्तान लंबे समय से आरोप लगाता रहा है कि तालिबान अपने यहां ऐसे समूहों को पनाह देता है, जो पाकिस्तान में हमले करते हैं, और भारत पर भी ऐसे संगठनों को समर्थन देने का आरोप लगाता है। भारत और तालिबान दोनों ही इन आरोपों से इनकार करते हैं और कहते हैं कि पाकिस्तान में होने वाले हमले उसका आंतरिक मामला हैं। इसके बावजूद पाकिस्तान में गुस्सा बढ़ता गया है। अक्सर किसी हमले के तुरंत बाद पाकिस्तान के मंत्री इसका ठीकरा अफगानिस्तान पर फोड़ देते हैं, जिस पर तालिबान कड़ा जवाब देता है। अब पाकिस्तान का कहना है कि बातचीत के लिए कुछ बचा नहीं है। वहीं तालिबान का आरोप है कि पाकिस्तान, अमेरिका जैसे देशों के साथ मिलकर अफगानिस्तान को अस्थिर करने की कोशिश कर रहा है।पाकिस्तान और अफगानिस्तान में संघर्ष की शुरुआत 22 फरवरी को हुई थी। पाकिस्तान ने अफगानिस्तान के सीमावर्ती इलाकों में एयरस्ट्राइक की थी। पाकिस्तान के उप गृह मंत्री तलाल चौधरी ने दावा किया था कि सीमावर्ती इलाकों में टीटीपी के ठिकानों पर कार्रवाई में कम से कम 70 लड़ाके मारे गए। बाद में पाकिस्तानी अखबार डॉन ने यह संख्या 80 तक पहुंचने का दावा किया था। इसके जवाब में अफगानिस्तान ने 27 फरवरी को पाकिस्तान पर हमला किया। अफगान रक्षा मंत्रालय ने कहा था कि पाकिस्तान को 'सही समय पर कड़ा जवाब' दिया जाएगा। मंत्रालय ने इन हमलों को देश की संप्रभुता का उल्लंघन बताया था। पाकिस्तान लंबे समय से अफगानिस्तान की तालिबान सरकार पर दबाव बनाता रहा है कि वह अपनी जमीन का इस्तेमाल किसी भी आतंकी संगठन को न करने दे। इस्लामाबाद का आरोप है कि टीटीपी अफगानिस्तान से ऑपरेट हो रहा है, जबकि तालिबान सरकार इन आरोपों से लगातार इनकार करती रही है। पाकिस्तान और टीटीपी में लड़ाई क्यों? 2001 में अमेरिका के अफगानिस्तान पर हमले के बाद पाकिस्तान ने अमेरिका का साथ दिया। इससे टीटीपी नाराज हो गया, वह इसे इस्लाम के खिलाफ मानता था। टीटीपी का मानना है कि पाकिस्तान सरकार सच्चा इस्लाम नहीं मानती है, इसलिए वो उसके खिलाफ हमला करता है। टीटीपी का अफगान तालिबान के साथ गहरा जुड़ाव है। दोनों समूह एक-दूसरे को समर्थन देते हैं। 2021 में अफगान तालिबान के सत्ता में आने के बाद पाकिस्तान ने टीटीपी को निशाना बनाकर अफगानिस्तान में हमले किए।

धुरंधर 2 का वर्ल्डवाइड कलेक्शन रु1006.50 करोड़ पार

मुंबई। रणवीर सिंह की फिल्म धुरंधर 2 (धुरंधरः द रिवेंज) ने सबसे तेज 1000 करोड़ रुपए कमाने के मामले में पुष्पा 2 की बराबरी कर ली। दोनों फिल्मों ने ये आंकड़ा 7 दिनों में पार किया। हालांकि 7 दिनों की कुल कमाई में पुष्पा 2 आगे है, जिसने 1011.65 करोड़ रुपए कमाए थे। धुरंधर 2 दुनियाभर में कमाई के मामले में 10वीं सबसे ज्यादा कमाई वाली भारतीय फिल्म बन गई। धुरंधर को दुनियाभर में 1000 करोड़ कमाने में 22 दिन लगे थे। ट्रेड वेबसाइट सैकनिल्क के अनुसार, रिलीज के सातवें दिन (बुधवार) फिल्म ने भारत में 47.70 करोड़ रुपए का नेट कलेक्शन किया। फिल्म ने दुनियाभर में 1006.50 करोड़ रुपए कमाए। धुरंधर 2 का भारत में कुल नेट कलेक्शन 623.42 करोड़ रुपए और ग्रॉस कलेक्शन 744.58 करोड़ रुपए हो गया है। ग्रॉस कलेक्शन टिकट से कुल कमाई और नेट कलेक्शन टैक्स के बाद की कमाई होता है। ओवरसीज में फिल्म ने 261.92 करोड़ रुपए कमाए, जिससे वर्ल्डवाइड ग्रॉस 1006.50 करोड़ रुपए पहुंच गया। सातवें दिन फिल्म के हिंदी वर्जन ने 44.00 करोड़ रुपए की सबसे ज्यादा कमाई की। वहीं, तेलुगु में 2.50 करोड़ रुपए, तमिल में 0.85 करोड़ रुपए, कन्नड़ में 20 लाख रुपए और मलयालम में 15 लाख रुपए का कलेक्शन हुआ।धुरंधर के पहले पार्ट ने भारत के साथ-साथ अंतरराष्ट्रीय बॉक्स ऑफिस पर भी शानदार प्रदर्शन किया था। फिल्म ने दुनियाभर में करीब 1,307 करोड़ रुपए की कमाई की थी। भारत में फिल्म का ग्रॉस कलेक्शन 1,005.85 करोड़ रुपए रहा, जबकि नेट कलेक्शन लगभग 840 करोड़ रुपए हुआ। वहीं, 894.49 करोड़ रुपए की कमाई के साथ ही यह हिंदी भाषा में सबसे ज्यादा कमाई करने वाली फिल्म बनी। विदेशी बाजारों में भी फिल्म धुरंधर को जबरदस्त रिस्पॉन्स मिला। ओवरसीज में इसने करीब 299.5 करोड़ रुपए का कारोबार किया। खासतौर पर अमेरिका और कनाडा में फिल्म ने 193.06 करोड़ रुपए से ज्यादा की कमाई कर बाहुबली 2 का रिकॉर्ड भी पीछे छोड़ दिया था। दिलचस्प बात यह थी कि फिल्म को शानदार सफलता तब भी मिली, जब इसे खाड़ी देशों में रिलीज की अनुमति नहीं मिली थी। इसके अलावा धुरंधर भारतीय सिनेमा की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली 'ए' रेटेड फिल्म भी बनी थी।

लखनऊ की गलियों से ग्लैमर की चमक तकः एक्टिंग, गायकी और बिजनेस की त्रिवेणी बनीं कंचन अवस्थी

(आधुनिक समाचार सीतापुर) लखनऊ। लखनऊ की सांस्कृतिक मिट्टी से निकली प्रतिभा आज ग्लैमर इंडस्ट्री में अपनी अलग पहचान बना रही है। कंचन अवस्थी, जो कभी आम जिंदगी का हिस्सा थीं, आज एक्टिंग, सिंगिंग और बिजनेस–तीनों क्षेत्रों में सफलता का परचम लहरा रही हैं। कंचन अवस्थी का सफर संघर्षों से भरा रहा, लेकिन उनकी मेहनत और लगन ने उन्हें नई ऊंचाइयों तक पहुंचाया। फिल्मों में उनके दमदार अभिनय के साथ-साथ उनकी गायकी ने भी दर्शकों के दिलों में खास जगह बनाई है। ग्लैमर इंडस्ट्री में उन्होंने खुद को केवल एक अभिनेत्री तक सीमित नहीं रखा, बल्कि अपने बिजनेस विजन से भी अलग पहचान बनाई है। बताया जाता है कि कंचन अवस्थी बड़े-बड़े प्रोजेक्ट्स से जुड़ी हुई हैं और इंडस्ट्री के कई दिग्गजों के साथ काम कर चुकी हैं। उनकी लोकप्रियता लगातार बढ़ रही है, खासकर युवा वर्ग में उनका प्रभाव साफ देखा जा सकता है। उत्तराखंड फिल्म नीति को मिल रहा बढ़ावा-कंचन अवस्थी उत्तराखंड की फिल्म पॉलिसी को प्रमोट करने में भी सक्रिय भूमिका निभा रही हैं। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी की इस पहल को वे खुलकर समर्थन दे रही हैं और प्रदेश में फिल्म निर्माण को बढ़ावा देने के लिए लगातार प्रयासरत हैं। सोशल मीडिया और ओटीटी पर भी छाईं- आज के डिजिटल दौर में कंचन अवस्थी ओटीटी प्लेटफॉर्म और सोशल मीडिया पर भी अपनी मजबूत उपस्थिति दर्ज करा रही हैं। उनके वीडियो और प्रोजेक्ट्स को दर्शकों का भरपूर प्यार मिल रहा है। महिलाओं के लिए प्रेरणा-कंचन अवस्थी की सफलता उन महिलाओं के लिए प्रेरणा है जो अपने सपनों को पूरा करने के लिए संघर्ष कर रही हैं। उन्होंने यह साबित कर दिया है कि अगर जुनून और मेहनत सच्ची हो, तो कोई भी मुकाम हासिल किया जा सकता है। कुल मिलाकर, कंचन अवस्थी आज एक ऐसा नाम बन चुकी हैं जो केवल ग्लैमर तक सीमित नहीं, बल्कि एक सफल ब्रांड और प्रेरणा का प्रतीक है।



मोनालिसा ने डायरेक्टर सनोज मिश्रा पर गंभीर आरोप लगाए,बोलीं- मुझे कई बार गलत तरीके से छुआ

कोच्चि। प्रयागराज के कुंभ मेले से चर्चा में आईं मोनालिसा भोंसले ने मंगलवार को डायरेक्टर सनोज मिश्रा पर फिल्म 'द डायरी ऑफ मणिपुर' की शूटिंग के दौरान गलत तरीके से छूने के गंभीर आरोप लगाए। उन्होंने कहा कि उन्हें और उनके पति को जान से मारने की धमकियां मिल रही हैं। मोनालिसा ने केरल के कोच्चि में एक प्रेस कॉन्फ्रेंस में कहा कि सनोज मिश्रा अच्छा इंसान नहीं है। उसने मुझे 10 बार गलत तरीके से छुआ। मैंने अपने परिवार को बताया कि सनोज मिश्रा ने मुझे छुआ, लेकिन उन्होंने मेरा साथ नहीं दिया। मुझे पता है कि मैंने क्या सहा है। मेरे साथ गलत व्यवहार हुआ है। मुझे सिर्फ न्याय चाहिए। सनोज मिश्रा ने मुझे जब छुआ। मैंने यह बात अपने पूरे परिवार को बताई, लेकिन कहा गया कि यह तुम्हारी पहली फिल्म है। क्या पहली फिल्म के लिए मुझसे रेप करवाओगे? मोनालिसा ने केंद्र सरकार के साथ केरल और मध्य प्रदेश सरकार से मदद मांगी। उन्होंने कहा कि उन्हें और उनके पति को जान से मारने की धमकियां मिल रही हैं। मोनालिसा ने कहा कि उनके पोस्टर जलाए जा रहे हैं। साथ ही कुछ लोग उन्हें लगातार धमका रहे हैं।उन्होंने यह भी कहा कि डायरेक्टर उनके बारे में गलत बातें फैला रहा है। उन्होंने कहा कि वह ऐसे व्यक्ति के साथ काम नहीं करना चाहतीं। पति पर गलत आरोप न लगाने की अपील-मोनालिसा ने केंद्र और उत्तर प्रदेश सरकार से अपील की कि उनके पति के खिलाफ शादी को लेकर गलत आरोप न लगाए जाएं। उन्होंने कहा कि दोनों ने मंदिर में हिंदू रीति-रिवाज से शादी की है। उन्होंने आरोप लगाया कि डायरेक्टर उनकी शादी को लव जिहाद बता रहा है और समाज में तनाव फैलाने की कोशिश कर रहा है। मोनालिसा ने सभी धर्मों के प्रति सम्मान जताया। मोनालिसा ने कहा कि अगर उन्हें उनके पति से अलग करने की कोशिश की गई तो दोनों आत्महत्या कर लेंगे।वहीं, मोनालिसा के पति फरमान ने भी आरोप लगाया कि डायरेक्टर उन्हें आतंकवादी बता रहा है। उन्होंने कहा कि मुस्लिम परिवार में जन्म लेने और उनका नाम फरमान खान होने के कारण उन पर आरोप लगाए जा रहे हैं। फरमान ने कहा कि वह श्री नारायण गुरु में विश्वास रखते हैं और उन्होंने उसी के एक मंदिर में शादी की है। बता दें कि दोनों ने हाल ही में केरल में शादी की है, क्योंकि मोनालिसा के परिवार को यह रिश्ता स्वीकार नहीं था। वे फिल्म शूट के सिलसिले में तिरुवनंतपुरम पहुंचे थे। इंदौर की रहने वाली मोनालिसा पिछले साल प्रयागराज कुंभ मेले में रुद्राक्ष की माला बेचते हुए एक वीडियो वायरल होने के बाद चर्चा में आई थीं। महाकुंभ 2025 में रुद्राक्ष बेचते हुए रातोरात सोशल मीडिया स्टार बनीं महेश्वर की मोनालिसा भोंसले ने केरल में अपने बॉयफ्रेंड फरमान खान के साथ मंदिर में शादी रचा ली है। इस अंतरधार्मिक विवाह ने उत्तर से दक्षिण भारत तक हलचल मचा दी हैकुंभ की वायरल गर्ल मोनालिसा की शादी को लेकर नया विवाद खड़ा हो गया है। सुप्रीम कोर्ट की वकील नाजिया इलाही खान ने इसे सामान्य शादी मानने से इनकार करते हुए इसे 'प्रॉपर अप्रोप्रिएट लव जिहाद' बताया है।

हसबैंड का ऑफिस कुलीग से अफेयर थाःवो छोड़कर चला गया, शादी ही तो मेरी पहचान थी, उसके बगैर अकेले कैसे रहूं

नयी दिल्ली। समझेंगे सवाल जवाब के माध्यम से एक्सपर्ट- डॉ. द्रोण शर्मा, कंसल्टेंट साइकेट्रिस्ट, आयरलैंड, यूके। यूके, आयरिश और जिब्राल्टर मेडिकल काउंसिल के मेंबर से। सवाल- मेरी उम्र 42 साल है। पिछले पांच साल मेरे लिए बहुत मुश्किलों भरे रहे हैं। मेरी 10 साल की शादी टूट गई क्योंकि मेरे हसबैंड का अपने ऑफिस में एक कुलीग के साथ अफेयर हो गया। पहले तो काफी समय तक उसने ये बात मुझसे छिपाए रखी। फिर जब पता चला तो वो मुझे छोड़कर चला गया। पांच साल मैं इस उम्मीद में थी कि शायद एक दिन वो वापस लौट आएगा। लेकिन ऐसा हुआ नहीं। फाइनली 5 महीने पहले हमारा डिवोर्स हो गया और इसी के साथ वो आखिरी उम्मीद भी खत्म हो गई। मैं वर्किंग वुमन हूं। फाइनेंशियली इंडिपेंडेंट हूं, लेकिन मुझे भी पता नहीं था कि इमोशनली मैं कितनी डिपेंडेंट हूं। मुझसे अकेले बिल्कुल जिया नहीं जा रहा। लगता है, मेरे पैरों के नीचे से जमीन खिसक गई है, मेरी पूरी दुनिया उजड़ गई है। मैं क्या करूं कि किसी तरह फिर से नॉर्मल महसूस कर सकूं, फिर से जिंदगी जी सकूं।अपनी कहानी हमसे शेयर करने के लिए आपका शुक्रिया। आपने जो अनुभव किया है, वह काफी तकलीफदेह है। आप जिस धोखा, ट्रॉमा और इमोशनल तकलीफ से गुजरी हैं, उसे देखते हुए आपकी यह भावनात्मक स्थिति बिल्कुल जायज है। अगर मनोवैज्ञानिक नजरिए से देखें तो एक बहुत पर्सनल और इंटीमेट रिलेशनशिप में मिले इस धोखे ने आपको इमोशनल दुख पहुंचाने के साथ आपके आत्म-सम्मान, आइडेंटिटी और सेल्फ वर्थ को भी नुकसान पहुंचाया है।आइए इसे ढंग से डिकोड करके समझने की कोशिश करते हैं और इस पर बात करते हैं कि इस तकलीफ से बाहर कैसे निकला जाए। आपके केस का मनोवैज्ञानिक विश्लेषण- 1. शोक के चरण (कुबलर-रॉस मॉडल) आप इस वक्त संभवतः दुख के इन 5 चरणों से बार-बार गुजर रही हैं- डिनायल या इनकारः पांच साल तक आप इस उम्मीद में बैठी रहीं कि एक दिन वो वापस लौट आएगा। यह क्लासिक डिनायल का केस है। जब तक दुख बिल्कुल सिर पर न आए, तब तक उससे छिपना और इनकार करते रहना। क्रोधः हालांकि आपने यह साफ नहीं किया है कि आपका गुस्सा अपने हसबैंड के प्रति है या उस दूसरी महिला के प्रति या खुद के प्रति। यह एक दबा हुआ गुस्सा हो सकता है, जो कई बार उदासी के रूप में दिखाई देता है। बारगेनिंग या सौदेबाजीः अपने मन में ये सोचना, 'अगर मैंने चीजें दूसरी तरह से की होतीं तो शायद वह मुझे छोड़कर नहीं जाता।' जिन रिश्तों में इमोशनल डिपेंडेंसी होती है, वहां ऐसी फीलिंग होना आम है। डिप्रेशन या अवसादः आप इस वक्त डिप्रेशन में हैं। दुख, निराशा, खालीपन के एहसास जैसी फीलिंग्स से ये बात बिल्कुल स्पष्ट है। स्वीकृतिः फाइनली तलाक के बाद आप इस सच को स्वीकारने की स्टेज तक पहुंची हैं, लेकिन अभी भी मन में शांति नहीं है, एक खोखली सी जीत की फीलिंग है।2. ओवर इमोशनल डिपेंडेंस आपने लिखा है कि आप फाइनेंशियली इंडिपेंडेंट हैं, लेकिन इमोशनली आप इस रिश्ते पर बहुत ज्यादा निर्भर थीं। भले आपको इस बात का एहसास न रहा हो। इसका अर्थ है कि आपकी इमोशनल वेलबीइंग इस शख्स पर बहुत ज्यादा निर्भर थी। आपको उसकी मौजूदगी, साथ, अप्रूवल की जरूरत थी। 3. भरोसे का टूटना और रिजेक्शन का एहसास उसके अफेयर का पता चलना एक गहरे भरोसे के रिश्ते का टूटना है। खासतौर पर तब, जब लंबे समय तक यह अफेयर छिपा हुआ था और आपको इस बारे में पता नहीं था। यह एक गंभीर बिट्रेअल ट्रॉमा है। इस ट्रॉमा के कारण- हमारी भरोसा करने की ताकत को लांग टर्म डैमेज हो सकता है। धोखा खाया व्यक्ति रिजेक्शन या ठुकराए जाने को इंटर्नलाइज कर सकता है। उसके मन में यह बात बैठ सकती है कि वो नाकाफी है, नाकाबिल है, कम है। 4. सेल्फ इस्टीम और आइडेंटिटी को नुकसान जब किसी व्यक्ति की पहचान और उसका सेल्फ वर्थ एक रिश्ते से बंधा होता है तो उस रिश्ते के टूटने के कारण ये नुकसान हो सकते हैं- आइडेंटिटी कनफ्यूजनः ये सोचना कि 'इस रिश्ते के बगैर मैं कौन हूं?' लो सेल्फ इस्टीमः खुद को कमतर महसूस करना। ये सोचना कि मैं प्यार के काबिल नहीं हूं। खुद को बेहतर समझने के लिए सेल्फ स्क्रीनिंग टूल आगे बढ़ने से पहले मैं आपको खुद को बेहतर समझने के लिए एक सेल्फ स्क्रीनिंग टूल दे रहा हूं- इमोशनल रिकवरी स्टेटस स्केल टेस्ट। इस टेस्ट में 10 सवाल हैं। इन सवालों को आपको 1 से 5 के स्केल पर रेट करना है। 1 का अर्थ है- बिल्कुल नहीं और 5 का अर्थ है, हमेशा। हर सवाल का जवाब लिखने के बाद आपको अपना स्कोर चेक करना है। सवाल नीचे ग्राफिक में हैं। स्कोर का इंटरप्रिटेशन भी ग्राफिक में दिया है। पहले सवालों के जवाब दीजिए और फिर अपने स्कोर के हिसाब से उसका इंटरप्रिटेशन चेक करिए।चार हफ्ते का सेल्फ हेल्प प्लान- पहला सप्ताहः स्टेबलाइजेशन और ग्राउंडिंग (मन को स्थिर करना, अपनी जमीन मजबूत करना) लक्ष्यः- दुख को स्वीकारना, इमोशनल बाउंड्रीज बनाना, जीवन में एक डेली रूटीन स्ट्रक्चर बनाना। 1. ग्रीफ जर्नलिंग, अपनी भावनाओं को रोज एक डायरी में लिखें। कुछ भी छिपाना नहीं है। हर बात व्यक्त करनी है। जैसे- मैंने क्या खोया है? मुझे किस बात से डर लगता है? मेरा वो कौन सा हिस्सा है, जो अतीत को पकड़कर रखना चाहता है। वो कौन सी चीज है, जो मुझे आगे बढ़ने से रोक रही है। 2. इमोशनल लेबलिंग और ग्राउंडिंग जब भी इमोशनली बहुत परेशान हों तो इस टेकनीक की प्रैक्टिस करें, जिसका नाम है- 'नेम इट टू टेम इट।' इसका अर्थ है कि अपनी हर फीलिंग को एक शब्द देना।

हसबैंड प्रमोशन लेकर दूसरे शहर चले गए,जॉब, घर, बच्चा अकेले संभाल रही हूं, अकेली और फ्रस्ट्रेट हूं, क्या करूं?

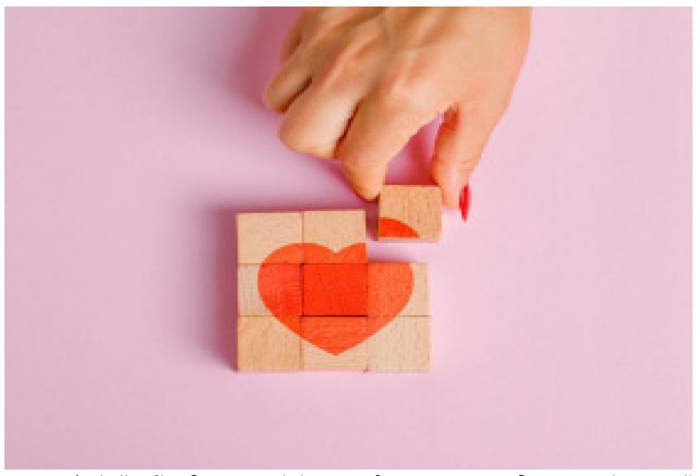
नोएडा। विषय को समझेंगे एक्सपर्टः डॉ. जया सुकुल, क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट, नोएडा जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवालः मैं इंदौर में रहती हूं। मेरी शादी को 9 साल हो गए हैं। हमारी एक बेटी है, जो पहली क्लास में पढ़ती है। हम दोनों वर्किंग हैं। 2 महीने पहले हसबैंड का प्रमोशन हुआ और वो जबलपुर चले गए। मैं नहीं चाहती थी कि वो प्रमोशन के लिए शहर छोड़ें। मेरे लिए हम दोनों का साथ होना ज्यादा जरूरी था। लेकिन वो नहीं माने। अब मैं बिल्कुल अकेली पड़ गई हूं। घर-जॉब-बेटी की जिम्मेदारियां अकेले संभाल रही हूं। मैं बहुत फ्रस्टेट हो रही हूं। क्या करूं? जवाबः सबसे पहले तो शुक्रिया। आपने अपनी परेशानी को इतने स्पष्ट तरीके से लिखा है। कई बार जीवन में ऐसे मोड़ आते हैं, जहां कठिन फैसले लेने पड़ते हैं। अगर किसी फैसले का असर पूरे परिवार पर पड़े तो यह और कठिन होता है। आप एक मजबूत महिला हैं, जो घर, जॉब और बच्ची की जिम्मेदारी एक साथ संभाल रही हैं। अगर पति दूसरे शहर चले गए हैं और आपको उनका साथ नहीं मिल पा रहा है तो फ्रस्ट्रेशन होना नॉर्मल है। आइए आपकी सिचुएशन को समझते हैं और साथ मिलकर कोई रास्ता निकालते हैं। आपकी स्थिति ऐसी है, जहां कोई गलत नहीं है। आपके हसबैंड प्रमोशन लेकर आगे बढ़ना चाहते हैं, जो करियर के लिए जरूरी है। जीवन में पैसे कमाना, परिवार की बेहतरी के लिए सोचना ये सब सही है। कल को आपकी बच्ची बड़ी होगी, उसकी पढ़ाई के खर्चे बढ़ेंगे, परिवार के कई सपने पूरे करने होंगे। इसके लिए उनका प्रमोशन लेना जरूरी है। हालांकि आपका पॉइंट भी वैलिड है। आप अकेली पड़ रही हैं। जॉब के साथ घर और बच्ची की देखभाल अकेले करनी पड़ रही है। ऐसे में थकान और फ्रस्ट्रेशन हो सकती है। ऐसे में अगर मन में ये फीलिंग घर कर जाए कि 'वो मेरी परवाह नहीं करते या वो सेल्फिश हैं,' तो ये रिश्ते के लिए खतरनाक है। हमें समझना होगा कि दोनों ही अपनी जगह सही हैं। समस्या फैसले में नहीं, बल्कि 'कम्युनिकेशन की कमी' में है। अब आपको पति के फैसले पर उलझने की बजाय मौजूदा स्थिति पर बात करनी चाहिए। इसमें सबसे पहला चैलेंज है, 'लॉन्ग डिस्टेंस मैरिज।' लॉन्ग डिस्टेंस मैरिज में हैं ये चुनौतियां- आपके हसबैंड प्रमोशन लेकर दूसरे शहर चले गए हैं यानी आप लॉन्ग डिस्टेंस मैरिज में हैं। इसकी कुछ अपनी चुनौतियां हैं।आपको इन चैलेंजेस से डील करते हुए फ्रस्ट्रेशन हो सकता है, छोटी-छोटी चीजों पर गुस्सा आ सकता है।पार्टनर के दूर जाने पर अकेलापन महसूस हो सकता है, चिड़चिड़ाहट हो सकती है। इसके अलावा घर की सिचुएशंस से अकेले डील करने से शारीरिक-मानसिक थकान हो सकती है। आप दिनभर जॉब करती हैं, शाम को घर आकर बच्ची का होमवर्क, खाना बनाना ये सब आपको ब्रेकडाउन की कगार पर ला सकता है। साइकोलॉजी में इसे 'इमोशनल बर्नआउट' कहते हैं।अब ये समझते हैं कि ऐसी स्थिति में पति आपका कितना साथ दे रहे हैं। उनके फैसले में कोई समस्या नहीं है। देखना ये है कि वो इस सिचुएशन को आपके साथ मिलकर कैसे डील करते हैं। वह प्रमोशन लेकर दूसरे शहर गए हैं, ये फैसला भी कहीं-न-कहीं परिवार के लिए ही है। लेकिन अगर वो आपकी फीलिंग्स को इग्नोर कर रहे हैं, या बात नहीं कर रहे, तो वो चिंता की बात हो सकती है। आपके सवाल से लगता है कि दोनों के बीच सिर्फ कम्युनिकेशन की कमी है। ऐसे में मिलकर बातचीत करना और बीच का रास्ता निकालना ही बेहतर है। इसके लिए बेहतर है कि वीकेंड पर समय निकालकर साथ बैठें और इस बारे में खुलकर बात करें। आप अपनी फीलिंग्स शेयर करें। पति से क्लियरली बताएं, 'मैं थक जाती हूं, अकेले सबकुछ संभालना मुश्किल है। मुझे तुम्हारी मदद चाहिए।' कई बार महिलाएं सोचती हैं कि पार्टनर खुद समझ जाएंगे, लेकिन ऐसा नहीं होता है। आपको खुलकर अपनी बात कहनी होगी और मदद मांगनी होगी।

फिजिकल हेल्प के लिए क्या करें? आप अकेले घर संभाल रही हैं, तो थकान से बचने के लिए मदद लें। घर के काम के लिए हाउस-हेल्प रखें। बच्ची को ट्यूशन दिलाएं और प्ले ग्रुप जॉइन कराएं। घर की सफाई के लिए मंथली क्लीनिंग सर्विस लें। इससे आपको थोड़ा रिलीफ मिलेगा।

घर का मैनेजमेंट भी ठीक से होगा।हसबैंड के दूर रहने पर इमोशनल सपोर्ट की ज्यादा जरूरत महसूस होने लगती है। हालांकि वह दूसरे शहर में रहकर भी आपको सपोर्ट कर सकते हैं। इसके लिए- उनसे रोज फोन पर बात करें। वीडियो कॉल में अपनी बेटी के साथ मिलकर कनेक्टेड रहें। हसबैंड से कहें कि वो आपकी बातें सुनें, सॉल्यूशन दें। कोई बड़ा निर्णय मिलकर लें। महीने में कम-से-कम एक बार मिलने की कोशिश करें। अकेलेपन से कैसे डील करें? इसके लिए कुछ बातों का खास ख्याल रखें- दोस्तों से मिलें। फैमिली से बात करें। बच्ची के साथ पार्क जाएं, योग करें। डेली जर्नलिंग शुरू करें। रोज अपनी फीलिंग्स लिखें। जरूरत पड़े तो काउंसलर से बात करें।बच्चो पर इस सिचुएशन का असर न पड़ने दें -आपकी बेटी अभी छोटी है, उसे माता-पिता दोनों की जरूरत है।

हसबैंड से कहें कि वो वीडियो कॉल से होमवर्क में हेल्प करें। आप भी पॉजिटिव रहें, ताकि बच्ची खुश रहे। अगर वो अपने पिता को मिस करती है तो साथ में फोटो देखें, स्टोरीज शेयर करें।मन में निगेटिव विचार ज्यादा आने लगें, जैसे- 'दूर रहने से कहीं रिश्ता तो नहीं टूट जाएगा' 'पति मेरी सिचुएशन नहीं समझते हैं।' ऐसे में तुरंत बात करें। इसे अंदर दबाने से समस्या बढ़ेगी। याद रखें, ये स्थिति टेम्परररी हो सकती है। कई कपल्स लॉन्ग डिस्टेंस में खुश रहते हैं, बस कम्युनिकेशन स्ट्रॉन्ग होना चाहिए।अंत में यही कहूंगी कि खुद को दोष न दें। आप मजबूत हैं, ये फेज गुजर जाएगा। हसबैंड से कहें कि आपको सपोर्ट चाहिए, और वो देंगे।

रिश्ता दोनों की समझ से चलता है।आप एक प्यारी मां और पत्नी हैं। ये स्थिति आपको और मजबूत बनाएगी। बच्ची के लिए आप रोल मॉडल हैं। आप अकेली नहीं हैं, लाखों महिलाएं ऐसी स्थिति से गुजरती हैं और जीतती हैं।



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 चायन एवं सम्पादन हेतु पी0आर0बी0 एक्ट के अन्तर्गत उत्तरदायी तथा इनसे उत्पन्न समस्त विवाद इलाहाबाद न्यायालय के अधीन ही होगा।