



प्रयागराज, रविवार 13 सितम्बर 2026 से 19 सितम्बर 2026 तक

वर्ष-14, अंक-37

पृष्ठ-8 मूल्य: 3 रुपये

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

आधुनिक समाचार

हिन्दी साप्ताहिक

E-mail:-adhuniksamachar2014@gmail.com



website:www.adhuniksamachar.com

10 साल बाद भारत में साथ दिखेंगे मोदी-पुतिन-जिनपिंग, ब्रिक्स में 20 देशों के नेता भी होंगे शामिल, इसकी इकोनॉमी अमेरिका से 3 गुना बड़ी

नयी दिल्ली। ब्रिक्स समिट शनिवार से नई दिल्ली में शुरू होने

में से एक व्यक्ति ब्रिक्स देशों में रहता है। अर्थव्यवस्था की बात करें तो



जा रहा है। भारत में होने वाले ब्रिक्स समिट में 10 साल बाद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन और चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग एक साथ नजर आएंगे। तीनों नेता इससे पहले 2016 में गोवा में हुए ब्रिक्स समिट में एक साथ शामिल हुए थे। समिट में ब्रिक्स के 11 सदस्य देशों के अलावा 10 पार्टनर देशों के नेता भी शामिल होंगे। ब्रिक्स की ताकत को सिर्फ सदस्य देशों की संख्या से नहीं, बल्कि उनकी आबादी और अर्थव्यवस्था से भी समझा जा सकता है। 11 सदस्य देशों में दुनिया की करीब 49.5 फीसदी आबादी रहती है। यानी दुनिया के लगभग हर दो

पीपीपी यानी खरीदने की क्षमता के आधार पर ब्रिक्स देशों की कुल अर्थव्यवस्था दुनिया की करीब 39 फीसदी है। यह अमेरिका की अर्थव्यवस्था के मुकाबले करीब 3 गुना है। ब्रिक्स की अपनी करेसी लॉन्च करने की फिलहाल योजना नहीं- ब्रिक्स देशों की ओर से कोई साझा नई करेसी लॉन्च करने की आधिकारिक योजना नहीं है। फिलहाल सदस्य देश डॉलर पर निर्भरता कम करने के लिए आपसी कारोबार में रुपया, रूबल और युआन जैसी स्थानीय मुद्राओं के इस्तेमाल को बढ़ावा दे रहे हैं। डॉलर का दबदबा खत्म करना आसान नहीं-दुनिया में डॉलर का दबदबा

होर्मुज के बाद अब दूसरे तेल के रास्ते पर संकट, अल मंदेब पर हूती विद्रोहियों का कब्जा, कहा- सऊदी अरब के अलावा किसी का जहाज नहीं रोकेंगे

सना। होर्मुज स्ट्रेट के बाद अब एक और समुद्री अंतर्गत रूट बाब अल-मंदेब स्ट्रेट संकट में है। यमन के हूती विद्रोहियों ने यहां कब्जे का एलान किया है। बाब-अल-मंदेब एशिया और यूरोप के बीच जहाजों की आवाजाही के लिए अहम रास्ता है। हूती सैन्य प्रवक्ता याह्या सरी ने कहा कि सऊदी समर्थित सेनाओं ने बाब अल-मंदेब के बीच स्थित पेरिम द्वीप पर से कंट्रोल खो दिया है। अब उनका 5,400 वर्ग किमी इलाके पर कब्जा हो गया है। हूती प्रवक्ता ने कहा कि इस स्ट्रेट से सऊदी अरब को छोड़, बाकी सभी देशों के जहाजों के गुजरने की इजाजत है। हूती विद्रोहियों का कहना है कि सऊदी अरब ने उनकी आर्थिक नाकेबंदी कर रखी है। बाब अल-मंदेब पर कब्जा करने में 9 दिन लगे- 3 सितंबर: हूतियों ने यमन के लाल सागर तट पर तीन तफस से हमला शुरू किया। इसके बाद उन्होंने मोखा शहर की घेराबंदी की। 8 सितंबर: हूतियों की

बढ़त देखकर सऊदी अरब ने हमला शुरू कर दिया। मिसाइल और ड्रोन



हमलों में 73 लोग घायल हुए। 10 सितंबर: हूतियों ने मोखा शहर और उसके बंदरगाह पर कब्जा कर लिया। इसके बाद हूती लड़ाके बाब अल-मंदेब की तरफ बढ़े और धुबाब के साथ लाल सागर के आसपास

के द्वीपों पर भी दबाव बनाया। 11 सितंबर: पेरिम यानी मयूनु द्वीप पर



कब्जा कर लिया गया। यहां कब्जे से हूतियों को इस समुद्री रास्ते के बेहद करीब रणनीतिक हिकाना मिल गया है। ईरान ने हूतियों की मदद की- रॉयटर्स के मुताबिक, ईरान ने हूतियों को सैन्य सहाय और मदद

दी थी। एक राजनयिक के मुताबिक, ईरान के रिवोल्यूशनरी गार्ड्स के कई विरक्त कमांडर यमन में मौजूद हैं। अभियान शुरू होने से पहले ईरान और हूतियों के बीच कई बैठकें भी हुई थीं। हालांकि, मोखा पर हमला करने का फैसला हूतियों ने खुद लिया था। यमन के पांच सैन्य अधिकारियों ने भी कहा कि लाल सागर में हूतियों के नए अभियान में ईरान ने मदद की थी। यमनी सूत्रों का दावा है कि कुवैत फोर्स के कमांडर अब्दुलरेजा शाहलाई हूतियों के अभियान को दिशा दे रहे थे। ईरान ने इसकी पुष्टि नहीं की है। ट्रम्प ने सऊदी की एयरस्ट्राइक की मांग उठराई- एक्सपर्ट्स की रिपोर्ट के मुताबिक हूतियों के खिलाफ सऊदी अरब को अमेरिकी मदद की उम्मीद थी। फ्रांज प्रिंस मोहम्मद बिन सलमान ने ट्रम्प से सीधे अमेरिकी हवाई हमले करने की अपील की थी, लेकिन अमेरिकी राष्ट्रपति ने इनकार कर दिया... आगे की खबर पेज संख्या 05 पर..

पीएम मोदी-पुतिन की भारत मंडपम में मीटिंग, भारत ने रडार में न पकड़ें जाने विमान पर बात की, एयरस्ट्राइक में गेमचेंजर

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के बीच भारत मंडपम में मीटिंग हुई खबर लिखे जाने तक इस मीटिंग में बड़ी डिफेंस डील संभव है। भारत रडार की पकड़ में न आने वाला सुखोई-57 फाइटर जेट खरीद सकता है। रूस ने इसे

किया? तिरुक्कुरल तमिल कवि और दार्शनिक तिरुवल्लुवर की प्रसिद्ध रचना है। इसमें करीब 1,330 दोहे हैं। इन दोहों में अच्छे जीवन, नैतिकता, शासन, अर्थव्यवस्था, प्रेम और ईशाना मूल्यों के बारे में बताया गया है। तिरुक्कुरल को तमिल साहित्य की

है। इसके अलावा, 2030 तक दोनों देशों का कारोबार 100 अरब डॉलर तक पहुंचाने पर बात हो चुका है। रूस के साथ उद्योग, रेलवे, स्टील और टर्नलिंग में सहयोग बढ़ाने, भारतीय कंपनियों को रूसी बाजार में ज्यादा मौके देने और परमाणु ऊर्जा, क्रिटिकल मिनरल्स,



बनाने और जरूरी तकनीक साझा करने की पेशकश की है। सुखोई-57 एक एडवांस स्ट्रेथ फाइटर जेट है। यह दूसरे देश में घुसकर एयरस्ट्राइक करने में गेमचेंजर साबित हो सकता है। इससे पहले पीएम मोदी ने पुतिन का गले लगाकर स्वागत किया। पीएम ने पुतिन को तमिल कवि की किताब भी गिफ्ट की। पुतिन ब्रिक्स समिट में शामिल होने गुरुवार दे रात दिल्ली पहुंचे थे। तिरुक्कुरल क्या है, जिसे पीएम मोदी ने पुतिन को भेंट

सबसे महत्वपूर्ण रचनाओं में से एक माना जाता है। इसका कई भाषाओं में अनुवाद भी हो चुका है। प्रधानमंत्री मोदी का इसे विदेशी नेताओं को भेंट करना भारत की प्राचीन तमिल संस्कृति और उसकी ज्ञान परंपरा को दुनिया तक पहुंचाने का संदेश माना जा सकता है। एसयू-57 फाइटर जेट, एस-400 और एडवांस ब्रह्मास-एनजी डील संभव- मोदी-पुतिन की बातचीत में एस-400 की बाकी खेप और एडवांस ब्रह्मास-एनजी जैसे रक्षा सहयोग के मुद्दों पर भी चर्चा संभव

कुराल कामगारों व उर्वरक के क्षेत्र में सहयोग बढ़ाने पर भी चर्चा संभव है। मोदी-पुतिन की मुलाकात में इन मुद्दों पर हो सकती है चर्चा- सूत्रों के मुताबिक, प्रधानमंत्री मोदी और पुतिन की बैठक में व्यापार, उद्योग, परमाणु ऊर्जा और रोजगार से जुड़े मुद्दों पर चर्चा हो सकती है।

2030 तक 100 अरब डॉलर का व्यापार- दोनों देश आपसी व्यापार को 2030 तक 100 अरब डॉलर तक पहुंचाना चाहते हैं।

इजराइली पीएम के मेकअप पर रु४ करोड़ खर्च, 2023 जंग के दौरान 3 महीने में बालों पर रु22 लाख लगे

तेल अवी। इजराइल में प्रधानमंत्री के बालों की स्टाइलिंग और मेकअप पर 2019 से अगस्त 2026 तक करीब 4.7 लाख डॉलर

ए। यह विदेश यात्रा के दौरान इस मद में सबसे बड़ा खर्च था। यह यात्रा अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रम्प से मुलाकात के लिए हुई थी। उस



यानी लगभग 4 करोड़ रुपए खर्च हुए। इसका खुलासा सूचना के अधिकार के तहत मिले सरकारी रिकॉर्ड से हुआ है। दिसंबर 2025 में वकील यारा शलित ने पीएम ऑफिस से इस खर्च की जानकारी मांगी थी। इसके बाद अलग-अलग साल और महीनों में हुए खर्च का ब्योरा जारी किया गया। इस दौरान पिछले 7 साल में तीन प्रधानमंत्री रहे- बेंजामिन नेतन्याहू, नफ्ताली बेनेट और याइर लैपिड। रिकॉर्ड के मुताबिक, बाल और मेकअप पर हुए कुल खर्च का करीब 90 फीसदी हिस्सा प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू और उनकी पत्नी सारा पर हुआ। हालांकि, कई दस्तावेजों में उनका ही ब्योरा स्टाइलिस्ट और मेकअप आर्टिस्ट के नाम भी छिपा दिए गए। प्रधानमंत्री कार्यालय ने इसके लिए राज्य की सुरक्षा का हवाला दिया। 2023 में युद्ध शुरू होने के दौरान भी बाल-मेकअप पर खर्च-सितंबर से नवंबर 2023 के बीच प्रधानमंत्री के बालों की स्टाइलिंग पर करीब 2,600 डॉलर यानी 22 लाख रुपए और मेकअप पर करीब 1,580 डॉलर यानी 13 लाख रुपए खर्च हुए। अक्टूबर 2023 में अकेले बालों की स्टाइलिंग पर करीब 810 डॉलर यानी 68 हजार रुपए खर्च किए गए। पूरे 2023 में हेयर स्टाइलिंग और मेकअप पर करीब 1.03 लाख डॉलर यानी 86 लाख रुपए खर्च हुए। इसके मुकाबले 2022 में नफ्ताली बेनेट और याइर लैपिड के कार्यकाल के दौरान यह खर्च करीब 27,600 डॉलर यानी 23 लाख रुपए था। 2025 में सबसे ज्यादा खर्च, विदेश यात्राओं में भी बिल बढ़ा- 2025 में प्रधानमंत्री के बालों और मेकअप पर सबसे ज्यादा पैसा खर्च हुआ। पूरे साल यह रकम करीब 93 लाख रुपए रही। विदेश यात्राओं में भी इस पर लाखों रुपए खर्च हुए। फरवरी 2025 में हेयर स्टाइलिस्ट और मेकअप आर्टिस्ट की सेवाओं पर करीब 11 लाख रुपए खर्च किए

समय नेतन्याहू, ट्रम्प के दूसरे कार्यकाल में काइर हाउस पहुंचने वाले पहले विदेशी नेता थे। जुलाई 2024 में भी नेतन्याहू की वॉशिंगटन यात्रा के दौरान बालों और मेकअप पर करीब 9.6 लाख रुपए खर्च हुए थे। मेहमानों और कपड़ों पर भी नेतन्याहू का खर्च ज्यादा-बाल और मेकअप के अलावा प्रधानमंत्री के कपड़ों और मेहमानों की मेजबानी पर भी सरकारी पैसा खर्च होता है। इस मद में नेतन्याहू से जुड़े खर्च करीब 1.12 करोड़ रुपए रहे। इसके मुकाबले नफ्ताली बेनेट के लिए करीब 16 लाख रुपए और याइर लैपिड के लिए करीब 2.2 लाख रुपए खर्च हुए। हालांकि, सरकार ने गहनों, कपड़ों और इमेज कंसल्टिंग से जुड़े कुछ खर्चों का पूरा ब्योरा सार्वजनिक नहीं किया। प्रधानमंत्री के हेयर स्टाइलिस्ट और मेकअप आर्टिस्ट के नाम भी कुछ दस्तावेजों में छिपाए गए हैं। इसके लिए प्रधानमंत्री कार्यालय ने राज्य की सुरक्षा का हवाला दिया। बालों पर खर्च एक्सपेरिमेंट करते हैं नेतन्याहू- नेतन्याहू के बालों का रंग बदलना कोई नई बात नहीं है। पिछले कई सालों से इजराइली मीडिया उनके बालों के अलग-अलग रंगों पर रिपोर्ट करता रहा है। कभी उनके बाल गहरे भूरे दिखे, तो कभी ग्रे, सफेद, हरे या बैंगनी रंग के शैड में नजर आए। 2017 में उनके बदलते हेयर कलर पर इतनी चर्चा हुई कि उन्होंने खुद इस पर मजाक किया था। उन्होंने कहा था कि 'ब्राउन नया प्रे है'। फिर कुछ हफ्तों में उनका घुंघरा प्रे रंग वापस आ जाएगा। इसके कुछ साल बाद, 2021 में नेतन्याहू ने खुद अपने बालों के रंग का राज बताया। एक इंटरव्यू में उन्होंने कहा कि वे ऐसा यह रकम करीब 93 लाख रुपए रही। विदेश यात्राओं में भी इस पर लाखों रुपए खर्च हुए। फरवरी 2025 में हेयर स्टाइलिस्ट और मेकअप आर्टिस्ट की सेवाओं पर करीब 11 लाख रुपए खर्च किए

कांगों के 2 स्कूलों में आग, 26 स्टूडेंट्स की मौत, लकड़ी से बने घरों के चलते तेजी से फैली, जान बचाने खिड़कियों से कूदे बच्चे

बुकावु। कांगों के शहर बुकावु में गुरुवार को दो स्कूलों में आग लाने से 26 छात्रों की मौत हो गई। इनमें 19 लड़कियां और 7 लड़के हैं। 29 छात्रों का इलाज चल रहा है। रिपोर्ट्स

कर दी। कुछ छात्र दरवाजे की ओर भागे। सभी के एक साथ बाहर निकलने की कोशिश में कई छात्र गिर गए और उनके ऊपर से लोग गुजर गए। आग लगने की वजह अभी पता नहीं चली है। जिस इलाके से आग शुरू हुई, वह घनी आबादी वाला है। पूर्वी कांगों में संपर्प क्यों होता है-कांगों के पूर्वी हिस्से में ऐसे खनिज पाए जाते हैं जिनकी जरूरत फ़ो न, इलेक्ट्रॉनिक्स और दूसरी तकनीकी चीजों के निर्माण में होती है। इसी वजह से इलाके के खनिज संसाधनों और व्यापारिक



रास्तों पर नियंत्रण को लेकर अलग-अलग हथियारबंद समूहों के बीच संपर्प चलता रहा है। एपी के मुताबिक पूर्वी कांगों में 100 से ज्यादा हथियारबंद समूह सक्रिय हैं। 15 दिन पहले शायी समारोह में भी आग लगी थी-5 दिन पहले ही कांगों की राजधानी किंशासा में शायी समारोह के दौरान एक बिल्डिंग में आग लगने से कम से कम 22 लोगों की मौत हो गई थी। बिल्डिंग के संकरे रास्तों और गलियों में बड़ी संख्या में लोगों के जमा होने से हालात बिगड़ गए। लोग एक-दूसरे की थक्का देते हुए बाहर निकलने की कोशिश करते रहे।

के मुताबिक आग पहले एक घर में लगी। इसके बाद यह फुराहा सेकेंडरी स्कूल और उजाभा प्राइमरी स्कूल तक फैल गई। कई छात्र फुराहा सेकेंडरी स्कूल के अंदर फंस गए थे। इनमें से कुछ का दम घुट गया। यह इलाका रवांडा-समर्थित एएफसी/एम23 विद्रोहियों के कंट्रोल में है, जिन्होंने फरवरी 2025 में पूर्वी कांगों में हमला किया था। मरने वालों की संख्या और बढ़ सकती है। स्कूल में फंसे बच्चे, निकलने की जगह संकरी थी-रिपोर्ट्स के मुताबिक, स्कूल से बाहर निकलने का रास्ता बहुत संकरा था। कुछ छात्रों ने खिड़कियों से छलांग लगाती शुरू

पत्रकार शीतल निर्भीक के भांजे अरुण कुमार के असामयिक निधन से पत्रकारों में शोक.दिवंगत अरुण कुमार ननिहाल से जुड़ी थीं दो दशक की यादें

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) बलिया। वरिष्ठ पत्रकार शीतल निर्भीक के प्रिय भांजे अरुण कुमार के असामयिक निधन की खबर से पत्रकारिता जगत में शोक की



लहर दौड़ गई। सोमवार की शाम भीएचयू, वाराणसी अस्पताल में अरुण कुमार के निधन की दुःखद खबर मिलते ही परिजनों, रिश्तेदारों, शुभचिंतकों और पत्रकारों में गहरा दुःख व्याप्त हो गया। युवा लोकप्रिय अरुण के अचानक चले जाने की खबर ने हर किसी को स्तब्ध कर दिया।

बड़े धूमधाम से निकली कलशयात्रा, हेलीकॉप्टर में की पुष्प वर्षा

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। मनोज कुमार पांडे, कौं ब्रिनेट मंत्री, खाद्य एवं



रसद,उ.प्र. सरकार द्वारा चढ़ई चौराहे निकट टोल प्लाजा में आयोजित पंडित प्रदीप मिश्रा (सिहोर वाले)की महाशिवपुराण की कथा के पूर्व आज कलशयात्रा का आयोजन किया गया। ग्राम रामचन्द्र पुर के लखपड़ा मैदान से कथा स्थल तक विशाल भव्य कलश यात्रा पहुंची। कलशयात्रा में 20,000 महिलाएं तथा लगभग 20,000 पुष्प सम्मिलित रहे। मंत्री

ननिहाल में रहकर अपने जीवन का महत्वपूर्ण समय बिताया। बिल्थरा रोड की मिट्टी, वहां के लोगों और ननिहाल से जुड़ी उनकी यादें परिवार के लिए हमेशा भावुक कर देने वाली रहेंगी। अरुण कुमार, अखबारी दुनिया के जननायक रहे स्वर्गीय बाबुराम गुप्ता के नाती तथा प्रभावती देवी के नाती थे। उनके

मनोज कुमार पांडे,अपनी पत्नी तथा पुत्री के साथ कलश यात्रा का नेतृत्व किया। सभी महिलाएं एक

ननिहाल में लंबे समय तक रहने के कारण स्थानीय लोगों और परिचितों से भी उनका गहरा आत्मीय जुड़ाव रहा। यही वजह है कि उनके निधन की खबर ने बिल्थरा रोड क्षेत्र में भी अनेक लोगों को भीतर तक झकझोर दिया। अरुण के निधन पर पत्रकारों ने गहरा शोक व्यक्त करते हुए कहा कि एक परिवार ने अपना प्रिय सदस्य खोया है, वहीं पत्रकारिता जगत ने अपने साथी पत्रकार के परिवार से जुड़े एक प्रिय युवा को खो दिया है। पत्रकारों ने ईश्वर से दिवंगत आत्मा को शांति प्रदान करने तथा शोकाकुल परिवार को इस अपार दुःख को सहन करने की शक्ति देने की प्रार्थना की। परिजनों के लिए सबसे पीड़ादायक यह है कि जिस अरुण कुमार के साथ जीवन की अनगिनत स्मृतियां जुड़ी थीं, वह अचानक हमेशा के लिए दूर हो गए। उनकी तस्वीर अब सामने है, यादें साथ हैं, लेकिन अरुण स्वयं नहीं हैं—यही सच परिवार और उनके करीबियों के लिए सबसे अधिक पीड़ा देने वाला है। पत्रकार शीतल निर्भीक ने अरुण के निधन पर गहरा दुःख व्यक्त करते हुए कहा कि इस असहनीय क्षति को शब्दों में बयां करना संभव नहीं है। उन्होंने ईश्वर से दिवंगत आत्मा को अपने शीचरणों में स्थान देने और परिवार को यह वक्तुपात सहने की शक्ति प्रदान करने की प्रार्थना की। अरुण कुमार की स्मृतिवां परिवार, रिश्तेदारों, ननिहाल और उनसे जुड़े लोगों के दिलों में हमेशा जीवित रहेंगी। उनके असामयिक निधन से उज्जा यह खालीपन शायद कभी नहीं भर पाएगा।

बॉयफ्रेंड के लिए 17 घंटे टॉवर पर चढ़ी, गिरफ्तार हुई

प्रयागराज। प्रयागराज में एक युवती बॉयफ्रेंड से शादी करने के लिए जान देने पर अमादा है। प्रेमी से मिलने वह 11 किलोमीटर साइकिल चलाते हुए पहुंची। वह 80 मीटर ऊंचे टॉवर पर 17 घंटे चढ़ी रही। इसके बाद प्रेमी के घर पहुंच गंगामा किया। उसे पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया। जमानत पर छूटने के बाद फिर प्रेमी के घर जाने पर अमादा रही। परिवार को उसे पकड़कर रखना पड़ रहा है। पुलिस ने उसे हिरायत दी है यदि अब कोई हंगामा किया तो कड़ी कार्रवाई होगी। 17 घंटे तक टॉवर पर चढ़ शादी की जिद करना, जान देने की धमकी देना चर्चा का सबब बना हुआ है।

मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजना के अंतर्गत 248 जोड़ों का विवाह सकुशल संपन्न,विधायक सलोन व सीडीओ ने मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह आयोजन में शामिल होकर नव वैवाहिक जोड़े को दिया आशीर्वाद

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। मुख्यमंत्री सामूहिक विवाह योजना के अन्तर्गत विकास

श्री राणी सती दादी मंदिर में गूंजे भक्ति के स्वर, भजनों पर झूमे 300 श्रद्धालु

भादी अमावस्या की पूर्व संध्या पर भादो की चौदस के पावन अवसर पर हुआ भव्य ज्योत एवं जागरण- संजीव शर्मा के मधुर भजनों ने बांधा समां, सपरिवार पहुंचे श्रद्धालुओं ने दादी जी से सुख-समृद्धि की कामना की

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। भादी अमावस्या की पूर्व संध्या एवं भादो की चौदस के पावन अवसर पर गुरुवार, 10 सितंबर को सोनभद्र में स्थित शानि मंदिर



के सामने वाली गली में स्थित श्री राणी सती दादी जी के मंदिर में भव्य ज्योत एवं जागरण का आयोजन किया गया। श्री राणी सती दादी मंदिर की कमेटी के सदस्यों द्वारा आयोजित इस धार्मिक कार्यक्रम में करीब 300 श्रद्धालुओं ने श्रद्धापूर्वक सहभागिता की। दादी जी के जयकारों और मधुर भजनों से मंदिर परिसर देर रात तक भक्तिमय बना रहा। कार्यक्रम की शुरुआत विधिवत पूजा-अर्चना एवं ज्योत प्रज्वलित कर की गई। इसके बाद जागरण में सोनभद्र के प्रसिद्ध भजन गायक श्री संजीव शर्मा ने अपनी मधुर, शांति, समृद्धि एवं खुशहाली के चरणों में भजनों की प्रस्तुति दी। उन्होंने ‘भक्तों के घर कभी आओ माँ’, ‘एक बार माँ आ जाओ’, ‘चुनड़ी को रंग सुरंग माँ’ सहित अनेक लोकप्रिय भजनों से श्रद्धालुओं को भाव-विभोर कर दिया। संजीव शर्मा की भजन प्रस्तुतियों के दौरान मंदिर परिसर में मौजूद श्रद्धालु भक्ति में सराबोर होकर झुमते नजर आए। भजनों के बीच दादी जी के जयकारों से पूरा वातावरण गूंज उठता रहा। महिलाओं, पुरुषों एवं बच्चों ने पूरे उत्साह के साथ जागरण में भाग लिया। कई श्रद्धालु भजनों पर तालियां बजाते और दादी जी के

श्री राणी सती दादी जी की 13 सातियां हैं, जिनमें श्री राणी सती दादी जी का प्रमुख स्थान माना जाता है। इसी पावन अवसर पर राजस्थान के बंसुनू में भी श्री राणी सती दादी जी के प्रसिद्ध मंदिर में भव्य जागरण एवं धार्मिक आयोजन किए जाते हैं। सोनभद्र में भी दादी जी के भक्तों द्वारा इसी श्रद्धा और परंपरा को आगे बढ़ाते हुए प्रतिवर्ष इस अवसर पर विशेष आयोजन किया जाता है। जागरण में शामिल होने पहुंचे करीब 300 श्रद्धालुओं ने दादी जी की ज्योत के दर्शन किए और विधि-विधान से पूजा-अर्चना कर अपने परिवार के सुख, शांति, समृद्धि एवं खुशहाली की कामना की। बड़ी संख्या में श्रद्धालु सपरिवार मंदिर पहुंचे। श्रद्धालुओं का कहना था कि दादी जी के दरबार में आकर मन को शांति मिलती है और परिवार के साथ सामूहिक रूप से पूजा-अर्चना करने से धार्मिक एवं सामाजिक जुड़ाव भी मजबूत होता है। कार्यक्रम के दौरान श्रद्धालुओं के लिए प्रसाद की व्यवस्था भी की गई। पूजा-अर्चना एवं जागरण में शामिल होने के बाद भक्तों ने श्रद्धापूर्वक प्रसाद ग्रहण किया। आयोजन के दौरान कहीं सदस्यों एवं दादी जी मंडल के पदाधिकारियों ने श्रद्धालुओं की सुविधा और व्यवस्था में सहयोग

जालान, एडवोकेट अनिता थरड, श्रीमती मीरा जालान, श्रीमती पूनम खेताना, डॉ संतोष सुनसुनावाला, श्री विष्णु जालान, श्री पुरुषोत्तम जालान, श्री विमल जालान, श्री रमेश गोयल, श्री राकेश जालान, श्री दिनेश जालान सहित दादी जी के अनेक भक्तों एवं श्रद्धालुओं का महत्वपूर्ण योगदान रहा।कमेटी सदस्यों और दादी जी मंडल के पदाधिकारियों ने कहा कि ऐसे धार्मिक आयोजन केवल आस्था और भक्ति का माध्यम ही नहीं, बरिक्त समाज को आपसी प्रेम, सहयोग और एकजुटता के सूत्र में बांधने का भी कार्य करते हैं।

दादी जी के दरबार में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं का एक साथ एकत्र होना इसी सामाजिक एवं धार्मिक एकता का प्रतीक रहा। जागरण के समापन तक मंदिर परिसर में भक्तिमय वातावरण बना रहा। दादी जी के जयकारों से पूरा परिसर गूंजता रहा। श्रद्धालुओं ने दादी जी के चरणों में शीश नवाकर अपने परिवार और समाज के सभी लोगों के सुखी एवं मंगलमय जीवन की प्रार्थना की। भादी अमावस्या की पूर्व संध्या पर आयोजित इस भव्य ज्योत एवं जागरण ने सोनभद्र में श्रद्धा, भक्ति और सामाजिक एकजुटता की सुंदर मिसाल पेश की।

प्रयागराज कराटे क्लब के खिलाड़ियों ने किया कोलकाता में धमाका

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। प्रयागराज कराटे क्लब के खिलाड़ियों ने अपने शानदार प्रदर्शन से एक बार फिर प्रयागराज का नाम रोशन किया।



सेंसई मिथुन निषाद, संस्थापक एवं तकनीकी निदेशक, प्रयागराज कराटे क्लब के नेतृत्व में प्रयागराज के खिलाड़ियों ने जापान फुनाकोशी शोतोकान कराटे एसोसिएशन (Japan Funakoshi Shotokan Karate Association) द्वारा आयोजित 2nd JFSKA ALL INDIA OPEN KARATE CHAMPIONSHIP 2026 में प्रतिभाग किया। यह चैंपियनशिप 5 एवं 6 सितंबर को Scout Garden, Madhyamgram, Kolkata में आयोजित की गई, जिसमें खिलाड़ियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए 1 टीम ट्रॉफी, 2 गोल्ड मेडल, 3 सिल्वर मेडल एवं 9 ब्रॉन्ज मेडल अपने नाम किए। इस चैंपियनशिप में रुद्र केसरवानी ने काता में गोल्ड मेडल तथा यश सिंह ने काता में गोल्ड मेडल प्राप्त किया। प्रताप केसरवानी ने काता में सिल्वर मेडल, प्रिशा ने कुमिटे में सिल्वर मेडल और सिद्धांत श्रीवास्तव ने कुमिटे में सिल्वर मेडल हासिल किया। वहीं प्रिशा ने काता में ब्रॉन्ज मेडल, अख्शाश

ने काता में ब्रॉन्ज मेडल, यश सिंह ने कुमिटे में ब्रॉन्ज मेडल तथा अभय गुप्ता ने काता में ब्रॉन्ज मेडल प्राप्त किया। खिलाड़ियों की इस शानदार उपलब्धि पर प्रयागराज कराटे क्लब परिवार ने अध्यक्ष श्री रमेश कुशवाहा जी, उपाध्यक्ष श्री रमेश कश्यप जी, डैन कैंक बेल् अतुल श्रीवास्तव, सिंसई सुनील धवन एवं सिंसई मोहित गाँड ने सभी विजेता खिलाड़ियों को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं दीं। क्लब के प्रशिक्षक एवं मार्गदर्शक सेंसई मिथुन निषाद जी ने खिलाड़ियों के प्रदर्शन की सराहना करते हुए कहा कि यह सफलता खिलाड़ियों की नियमित मेहनत, अनुशासन, लगन और आत्मविश्वास का परिणाम है। इस उपलब्धि से न केवल प्रयागराज बल्कि पूरे उत्तर प्रदेश का गौरव बढ़ा है। खिलाड़ियों ने अपने उत्कृष्ट प्रदर्शन से यह साबित कर दिया कि सही मार्गदर्शन, कड़ी मेहनत और दृढ़ संकल्प के साथ किसी भी लक्ष्य को हासिल किया जा सकता है।

जय प्रकाश नारायण सर्वोदय विद्यालय शेषपुर समोधा में छात्रों की शिकायतों का संज्ञान,वरिष्ठ सहायक के विरुद्ध अनुशासनात्मक कार्रवाई हेतु निदेशालय को भेजा गया पत्र

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिला समाज कल्याण अधिकारी आर० वी० सिंह ने बताया कि जय प्रकाश नारायण सर्वोदय विद्यालय, शेषपुर समोधा में दिनांक 09 सितम्बर 2026 को संवासी छात्रों द्वारा विद्युत व्यवस्था सहित संस्था में व्याप्त अन्य व्यवस्थाओं को लेकर प्रदर्शन किया गया। इस दौरान आक्रोशित छात्र विद्यालय परिसर से बाहर निकलकर सड़क पर आ गए। घटना की जानकारी प्राप्त होने पर जिला प्रशासन एवं संबंधित अधिकारियों द्वारा तत्काल मौके पर पहुंचकर स्थिति को नियंत्रित किया गया। जिला समाज कल्याण अधिकारी आर० वी० सिंह, उप जिलाधिकारी महाराजगंज तथा क्षेत्राधिकारी द्वारा तत्काल मौके पर पहुंचकर स्थिति को नियंत्रित किया गया। जिला समाज कल्याण अधिकारी आर० वी० सिंह, उप जिलाधिकारी महाराजगंज तथा क्षेत्राधिकारी द्वारा विद्यालय में कार्यरत वरिष्ठ सहायक बृजेश कुमार प्रजापति के व्यवहार एवं कार्यप्रणाली के संबंध में शिकायतें की गईं। छात्रों का आरोप था कि उनके द्वारा छात्रों के साथ अनुचित व्यवहार किया जाता है तथा उन्हें दैनिक उपयोग

की आवश्यक सामग्री समय से उपलब्ध नहीं कराई जाती है। छात्रों द्वारा यह भी बताया गया कि विद्यालय से संबंधित समस्याओं के समाधान के लिए वरिष्ठ सहायक के पास जाने पर उनके साथ कथित रूप से अभद्र भाषा का प्रयोग करते हुए उन्हें वापस कर दिया जाता है। प्रकरण की गंभीरता को देखते हुए जिला समाज कल्याण विभाग द्वारा मामले को गंभीरता से लेते हुए संबंधित कर्मचारी की कार्यप्रणाली एवं व्यवहार के संबंध में आवश्यक कार्रवाई की प्रक्रिया प्रारंभ की गई है। जिला समाज कल्याण अधिकारी ने बताया कि वरिष्ठ सहायक बृजेश कुमार प्रजापति को तत्काल प्रभाव से जय प्रकाश नारायण सर्वोदय विद्यालय, शेषपुर समोधा से हटाए जाने तथा उनके विरुद्ध अनुशासनात्मक कार्रवाई प्रस्तावित किए जाने हेतु निदेशालय को पत्र प्रेषित किया गया है। उन्होंने कहा कि सर्वोदय विद्यालयों में अध्ययनरत एवं आवासीय छात्रों को सुरक्षित, अनुशासित, स्वस्थ एवं अनुकूल शैक्षणिक वातावरण उपलब्ध कराना विभाग की प्राथमिकता है। छात्रों की मूलभूत आवश्यकताओं की समयबद्ध पूर्ति तथा उनकी समस्याओं का संवेदनशीलता के साथ निराकरण सुनिश्चित किया जाएगा।

डीएम ने मीडिया/सोशल मीडिया पर प्रसारित खबर का लिया संज्ञान,छात्रों की समस्याओं के त्वरित निस्तारण के दिव निर्देश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिलाधिकारी सरनीत कौर ब्रोका ने विभिन्न मीडिया एवं सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर प्रसारित जय प्रकाश नारायण सर्वोदय विद्यालय, शेषपुर समोधा से संबंधित खबरों का संज्ञान लेते हुए ज्वाइंट मजिस्ट्रेट/उप जिलाधिकारी महाराजगंज आयुष अग्रवाल को तत्काल विद्यालय पहुंचकर स्थिति का जायजा लेने तथा छात्रों से सीधे संवाद कर उनकी समस्याओं को सुनने और उनका शीघ्र निस्तारण सुनिश्चित कराने के निर्देश दिए।जिलाधिकारी के निर्देशों के क्रम में ज्वाइंट मजिस्ट्रेट ने जय प्रकाश नारायण सर्वोदय विद्यालय, शेषपुर समोधा पहुंचकर विद्यालय का स्थलीय निरीक्षण किया तथा छात्रों से संवाद स्थापित किया। उन्होंने बच्चों से उनकी

दिनचर्चा, अध्ययन व्यवस्था, विद्यालय में उपलब्ध सुविधाएं तथा उन्हें हो रही समस्याओं के संबंध में जानकारी प्राप्त की। इस दौरान उन्होंने छात्रों की समस्याओं को गंभीरतापूर्वक सुना और संबंधित व्यवस्थाओं के संबंध में आवश्यक जानकारी ली।ज्वाइंट मजिस्ट्रेट ने छात्रों को प्रेरित करते हुए उन्हें नियमित रूप से मन लगाकर पढ़ाई करने, अनुशासन का पालन करने तथा अपने लक्ष्य के प्रति निरंतर प्रयासरत रहने के लिए मोटीवेट किया। उन्होंने विद्यार्थियों को भरोसा दिलाया कि विद्यालय में उनकी सुविधाओं एवं आवश्यकताओं से संवेधित जो भी समस्याएं हैं, उनका प्रथमिकता के आधार पर शीघ्र निस्तारण करवाया जाएगा। संवाद के दौरान विद्यार्थियों द्वारा प्रमुख रूप से विद्युत आपूर्ति से संबंधित समस्या से अवगत कराया गया।

हमारे सामूहिक-विवेक को जगाती थीं पहले की फिल्में

बंटवारे पर एक कोर्स पढ़ाते समय मुझे यश चोपड़ा की फिल्म ‘धर्मपुत्र’ (1961) की याद आई और साहिर के गानों को सुनकर उसमें ‘निहित दर्द और क्रोध की भावना को समझा। बंटवारे का साया कई फिल्मों पर दिखाई देता है। फिल्म इंडस्ट्री के बहुत से

जैसे हैं, जिनमें कुछ लोग साफ तौर पर मुस्लिम और कुछ साफ तौर पर हिंदू दिखते हैं और बारी-बारी से गाना गाते हैं। हमें बताया जाता है कि काबा और काशी, राम और रहीम, मस्जिद और मंदिर एक-दूसरे के विरोधी नहीं हैं, क्योंकि ‘मतलब तो उसी की बात

(माला सिन्हा) को अपने प्रेमी जावेद (रहमान) से दोबारा मिलने का मौका मिलता है। दरगाहें ऐसे कई मिलनों की गवाह रही हैं, जो शायद किसी और तरह मुमकिन नहीं हो पाते। ‘धर्मपुत्र’ आचार्य चतुरसेन के इसी नाम के उपन्यास से प्रेरित थी। चतुरसेन इस

कहूर हिंदू था। अंत में, फिल्म हमें विभाजन के रक्तपात और दिलीप के खून के प्यासे गिरोहों में शामिल होने की ओर ले जाती है। इकबाल के ‘सारे जहां से अच्छा हिंदोस्तां हमारा’ और खिलाफत के दौरान ‘हिंदू मुस्लिम भाई-भाई’ के नारों से शुरू होने वाली यह फिल्म 1930 और 1940 के दशक के चरम एथीकरण को दर्शाती है। एकजुटता का आह्वान करने वाले गीतों से लेकर सह-अस्तित्व का आग्रह करने वाले गीत तक, फिल्म का अंत एक ऐसे गीत से होता है, जो अपने शब्दों और संगीत में विभाजन की भयावह हिंसा को समाहित करता है। यह गीत पृष्ठता है कि किसका खून बहा, किसका घर जला-नफरत के मलबे में क्या हम यह भी जान सकते हैं? क्या आप बता सकते हैं कि मुस्लिम खून हिंदू खून से अलग है? संगीत की लय और भी प्रबल हो जाती है, ताल और भी प्रभावशाली हो जाती है और साहिर के शब्द हमसे पूछते हैं- ‘ये किसका लहू है कौन मरा?’ इन गीतों को सुनकर मन भर आता है। बंटवारे के खून-खराबे के बावजूद हिंदी फिल्मों ने बुनियादी सवाल उठाकर हमारे विवेक को जगाया था। लेकिन आज वही बॉलीवुड नफरत और र्मदानगी के विषम कॉन्क्वेशन वाली फिल्में बनाता है और हमारे अंदर के दानवों को प्रोत्साहित करता है। असल में साहिर का विषाद हमारा सामूहिक विषाद है। गीतों के जरिये हम उसे याद करें, यह कमजोरी नहीं, दरअसल आज के वक्त में यह भी बगावत है। किसका खून बहा, किसका घर जला- नफरत के मलबे में क्या हम यह भी जान सकते हैं? क्या आप बता सकते हैं कि मुस्लिम खून हिंदू खून से अलग है? साहिर के शब्द हमसे यही सवाल पूछते हैं- ‘ये किसका लहू है कौन मरा?’ (ये लेखिका के अपने विचार हैं,रीटा कोठारी)



लोग बंटवारे से सीधे तौर पर प्रभावित हुए थे। बंटवारे ने जो असर डाला, उसका फिल्मों में हमेशा ऐतिहासिक नजरिए से ही चित्रण नहीं किया गया है। गीतकारों, निर्देशकों और कहानीकारों ने इस उथल-पुथल पर दोस्ती, टूटे रिश्तों, रोमांस, शक-ओ-शुबहा और नफरत से हुई तबाही की कहानियां सुनाकर प्रतिक्रिया दी। उन्होंने ऐसे गाने भी बनाए, जो साझा संस्कृति को दिखाते थे। मसलन, ‘धर्मपुत्र’ की ही यह कव्वाली, जिसे बलबीर और महेंद्र कपूर ने गाया था : ‘काबे में रहो या काशी में / निश्चत तो उसी की जात से है / तुम राम कहो के रहीम कहो / मतलब तो उसी की बात से है / यह मस्जिद है वह बुतखाना / चाहे ये मानो चाहे वह मानो!’ इस गाने के विजुअल्स पोस्टरों

से हैं।’ आस्था का मकसद एक ही है, चाहे हम किसी को भी मानें। यह आप पर है कि आप किस पर यकीन करते हैं। इसे बॉलीवुड के उस सेकुलरिज्म के एक रूप के तौर पर देखा जा सकता है, जिसमें हिंदुओं और मुसलमानों के बीच भावनात्मक जुड़ाव दिखता है। इस तरह के गानों की एक और खासियत यह है कि इन्हें अक्सर सुफी दरगाहों में प्रदर्शित किया जाता है।इससे सूफीवाद और उसमें मौजूद मिली-जुली संस्कृति की संभावनाओं के बारे में लोगों की सोच को मजबूत करने में काफी मदद मिलती है। उपरोक्त गाना भी कहानी के मौजूदा घटनाक्रम के लिए प्रासंगिक भी है और कहानी को आगे बढ़ाने वाला भी। मैंने ‘मौजूदा’ शब्द सोच-समझकर इस्तेमाल किया है, क्योंकि फिल्म में दरगाह जाने से ही हुस्न बानो

उपन्यास वेड बजाय अपने ऐतिहासिक लेखन के लिए ज्यादा जाने जाते थे। उपन्यास और फिल्म, दोनों की पृष्ठभूमि में भारत के 1920 के दशक के बाद के बड़े आंदोलन शामिल हैं। फिल्म की कहानी दिलीप के इर्द-गिर्द घूमती है। वह एक मुस्लिम बच्चा है, जिसे हिंदू माता-पिता ने पाला-पोसा है। यह यश चोपड़ा की ही एक और फिल्म ‘धूल का फूल’ (1959) में दिखाए गए उस हिंदू बच्चे की कहानी का ठीक उल्टा है, जिसे एक मुस्लिम माता-पिता ने पाला था। लेकिन दिलीप बड़ा होकर ऐसा नौजवान बनता है, जिसे मुसलमानों से नफरत है। वह हमें रबीन्द्रनाथ ठाकुर के किरदार ‘गोरा’ की याद दिलाता है, जो अपने माता-पिता के बारे में नहीं जानता था और मजेदार बात यह है कि वह अपने पालक हिंदू माता-पिता से भी ज्यादा

हैंकिंग को रूटीन बना देना एआई की ‘बुद्धिमत्ता’ नहीं कहला सकती

एआई कम्पनी एंथ्रोपिक ने हाल ही में अपने लार्ज लैंग्वेज मॉडल की नवीनतम सेवा क्लॉड माइथोस प्रिब्लू को जारी किया, लेकिन यह केवल 40 बिली टेक-कंपनियों के

से स्पष्ट था कि एआई किसी भी व्यक्ति- चाहे उसकी कम्प्यूटर साक्षरता का स्तर कुछ भी हो- को सॉफ्टवेयर कोड लिखने में असाधारण रूप से सक्षम बना रहा



सीमित समूह के लिए होगा। यह नया मॉडल परफॉर्मंस में बुनियादी बदलावों का दावा करता है, जिसके साइबर और राष्ट्रीय सुरक्षा पर गहरे प्रभाव हो सकते हैं। क्लॉड माइथोस के डेवलपमेंट के दौरान एंथ्रोपिक ने पाया कि यह न केवल किसी भी मॉडल की तुलना में अधिक जटिलता और आसानी से सॉफ्टवेयर कोड लिख सकता है, बल्कि अपनी इस क्षमता के चलते यह दुनिया के लगभग सभी प्रमुख सॉफ्टवेयर सिस्टमों में व्याप्त कमजोरियों को भी पहले की तुलना में अधिक आसानी से खोज सकता है। लेकिन अगर यह द्रुत गलत हाथों में चला गया, तो वे दुनिया के लगभग हर प्रमुख सॉफ्टवेयर सिस्टम- यहां तक कि इस समूह में शामिल कंपनियों द्वारा बनाए सिस्टमों को भी हैक कर सकते हैं। यह कोई पब्लिसिटी-स्टंट नहीं है। इस घोषणा से पहले, प्रमुख टेक-कंपनियों के प्रतिनिधि ट्रम्प प्रशासन के साथ निजी तौर पर इस बात पर चर्चा कर रहे थे कि इसका उन देशों की सुरक्षा पर क्या प्रभाव पड़ेगा, जो इन असुरक्षित सॉफ्टवेयर प्रणालियों का उपयोग करते हैं। एंथ्रोपिक ने अपने एक लिखित बयान में कहा कि पिछले केवल एक महीने में ही माइथोस प्रिब्लू ने हजारों गंभीर कमजोरियों की पहचान की है। ये हर प्रमुख ऑपरेटिंग सिस्टम और वेब ब्राउजर में शामिल हैं। एआई जिस तेजी से बढ़ रहा है, उसके मद्देनजर ऐसी क्षमताओं का व्यापक होना अब दूर नहीं है। और संभव है कि वे उन पक्षों से भी आगे फैंल जाएं, जो इन्हें सुरक्षित रूप से उपयोग करने की बात करते हैं।सुपर-इंटेलिजेंट एआई अपेक्षा से कहीं तेजी से सामने आ रहा है। यह तो पहले

है। लेकिन बताया जाता है कि स्वयं एंथ्रोपिक ने भी यह अनुमान नहीं लगाया था कि यह इतनी जल्दी, इतनी दक्षता के साथ, मौजूदा कोड में खामियों को खोजने और उनका दोहन करने के तरीकों को पहचानने में सक्षम हो जाएगा। क्लॉड माइथोस ने हर प्रमुख ऑपरेटिंग सिस्टम और वेब ब्राउजर में गंभीर कमजोरियों की पहचान की है- ये ऐसे सिस्टम हैं, जिन पर दुनिया भर में बिजली ग्रिड, जल आपूर्ति तंत्र, एयरलाइन आरक्षण प्रणालियां, रीटेलिंग नेटवर्क, सैन्य प्रणालियां और अस्पताल निर्भर हैं। यदि यह द्रुल व्यापक रूप से उपलब्ध हो जाता है, तो वे दुनिया के किसी भी प्रमुख बुनियादी ढांचे की प्रणाली को हैक करने की क्षमता- जो पहले केवल निजी क्षेत्र के विशेषज्ञों और खुफिया एजेंसियों तक सीमित थी और जो एक कठिन और महंगा कार्य था- अब हर आपराधिक तत्व, आतंकी संगठन, देश के लिए सुलभ हो सकती है। इस समस्या का समाधान दुनिया का कोई भी देश अकेले नहीं कर सकता। शुरूआत तो एआई महाशक्तियों- अमेरिका और चीन को करनी होगी। यह बहुत जरूरी हो गया है कि वे आपस में सहयोग करना सीखें, ताकि बुरी ताकतें इस साइबर क्षमता तक पहुंच न बना सकें। यह उतना ही बुनियादी महत्व का है, जितना एटमी हथियारों के बाद परमाणु अप्रसार हथियारों थीं। जटिल साइबर हैकिंग अभियानों को विरसित करने की जो क्षमता पहले बड़े देशों, सेनाओं, कंयनियों और बड़े बजट वाले आपराधिक संगठनों तक सीमित थी, वह अब छोटे समूहों को भी उपलब्ध हो सकती है। ऐसे में यह सुरक्षित करना जरूरी है कि वे केवल जिम्मेदार हाथों तक ही सीमित रहें। (द न्यूयॉर्क टाइम्स से,थॉमस एल. फ्रीडमैन)



आने वाले कल के खेल-सितारों को तैयार करने का यही समय है

मौजूदा हालात को देखते हुए तो यह बहद कठिन लगता है कि भारत 2034 के फीफा विश्वकप के लिए क्वालिफाई कर पाएगा। लेकिन 2034 को एक डेडलाइन के तौर पर जरूर लिया जा सकता है। तब तक भारत ऐसा फुटबॉल सिस्टम विकसित करे, जो विश्वकप के लिए क्वालिफाई करने के लिए चुनौती पेश कर सके। भारत अभी एशियाई देशों में से क्वालिफाई करने योग्य स्तर से काफी दूर है। हमारी टीम में निरंतरता का अभाव है और हमारा डेवलपमेंट सिस्टम ऐसे पर्याप्त फुटबॉलर तैयार नहीं कर पाता है, जो शीर्ष पर प्रतिस्पर्धा कर सकें। हमारा मकसद यही होना चाहिए कि अगले 8 वर्षों में भारत एशिया का उम्रत फुटबॉल सिस्टम बने। यदि हमने यह कर लिया तो क्वालिफाई करना संभव है। इसके लिए पहली जरूरत है- संस्थागत स्थिरता। सुप्रीम कोर्ट के निर्देशों और भारतीय खेल प्रशासन फ्रैमवर्क के तहत ऑल इंडिया फुटबॉल फेडरेशन (एआईएफएफ) के प्रशासनिक ढांचे से जुड़ी प्रक्रिया समाधान की दिशा में आगे बढ़ी है।

प्राथमिकता सुधारों को लागू करने की हो। हमें इंडियन सुपर लीग के उभरते व्यावसायिक ढांचे को स्थिर, प्रतिस्पर्धी और आर्थिक तौर पर जिम्मेदार ऐसी पेशेवर व्यवस्था में बदलना होगा, जिसमें फेडरेशन की स्पष्ट भूमिका हो। इसकी सफलता इस बात से तय होगी कि क्या वह खेलों का भरोसेमंद कैंलेंडर, मजबूत क्लब, खिलाड़ियों के लिए अनुबंध संबंधी निश्चितता और नेशनल लीग के लिए आपस में जुड़ा ढांचा उपलब्ध करा पाता है। कॉर्पोरेट और सरकारी सहायता भी तभी

बढ़ेगी, जब पूरा इको-सिस्टम पेशेवर ढंग से संचालित हो। दूसरी जरूरत यह है कि इस पूरी व्यवस्था को भारतीय खिलाड़ी तैयार करने के इर्द-गिर्द संगठित किया जाए। विश्व कप का क्वालिफिकेशन महज इससे हासिल नहीं होता कि हर कुछ वर्षों में राष्ट्रीय टीम का कोच बदल दिया जाए या बड़े मुकाबलों से पहले छोटे-मोटे प्रशिक्षण शिविर

चाहिए। प्रतिभाओं की पहचान कम उम्र में ही होनी चाहिए और उनकी भौगोलिक या आर्थिक पृष्ठभूमि को देखे बिना उन्हें तेजी से आगे बढ़ाया जाना चाहिए। कोचों में भी हमें गंभीरता से निवेश करना होगा। कोच-एजूकेशन को नेशनल कैपेसिटी-बिल्डिंग की तरह लें। नेशनल प्लेयर डेटाबेस, वीडियो एनालिसिस, पारदर्शी स्काउटिंग



चाहिए। प्रतिभाओं की पहचान कम उम्र में ही होनी चाहिए और उनकी भौगोलिक या आर्थिक पृष्ठभूमि को देखे बिना उन्हें तेजी से आगे बढ़ाया जाना चाहिए। कोचों में भी हमें गंभीरता से निवेश करना होगा। कोच-एजूकेशन को नेशनल कैपेसिटी-बिल्डिंग की तरह लें। नेशनल प्लेयर डेटाबेस, वीडियो एनालिसिस, पारदर्शी स्काउटिंग

चाहिए। प्रतिभाओं की पहचान कम उम्र में ही होनी चाहिए और उनकी भौगोलिक या आर्थिक पृष्ठभूमि को देखे बिना उन्हें तेजी से आगे बढ़ाया जाना चाहिए। कोचों में भी हमें गंभीरता से निवेश करना होगा। कोच-एजूकेशन को नेशनल कैपेसिटी-बिल्डिंग की तरह लें। नेशनल प्लेयर डेटाबेस, वीडियो एनालिसिस, पारदर्शी स्काउटिंग

चाहिए। प्रतिभाओं की पहचान कम उम्र में ही होनी चाहिए और उनकी भौगोलिक या आर्थिक पृष्ठभूमि को देखे बिना उन्हें तेजी से आगे बढ़ाया जाना चाहिए। कोचों में भी हमें गंभीरता से निवेश करना होगा। कोच-एजूकेशन को नेशनल कैपेसिटी-बिल्डिंग की तरह लें। नेशनल प्लेयर डेटाबेस, वीडियो एनालिसिस, पारदर्शी स्काउटिंग

चाहिए। प्रतिभाओं की पहचान कम उम्र में ही होनी चाहिए और उनकी भौगोलिक या आर्थिक पृष्ठभूमि को देखे बिना उन्हें तेजी से आगे बढ़ाया जाना चाहिए। कोचों में भी हमें गंभीरता से निवेश करना होगा। कोच-एजूकेशन को नेशनल कैपेसिटी-बिल्डिंग की तरह लें। नेशनल प्लेयर डेटाबेस, वीडियो एनालिसिस, पारदर्शी स्काउटिंग

शालीनता वहां निखरती है, जहां रुतबा नहीं दिखता

फिल्मों में कुछ भावनात्मक भूमिकाएं ऐसी होती हैं, जो आपकी स्मृति पर अमिट छाप छोड़ जाती हैं। मेरे लिए तमिल में

पता चला था। शनिवार को जब 94 वर्ष की उम्र में उनकी मृत्यु की खबर मिली, तो मुझे वो बातें याद हो आईं। उनसे मैंने जो एक बात

अपेक्षा होती है कि सेवानिवृत्ति के बाद भी उसके साथ वरिष्ठ नौकरशाह जैसा व्यवहार किया जाए। प्रतिष्ठित पेशेवर भी कभी-



निर्मित ‘अन्नै’ (मां) भी ऐसी ही फिल्मों में शामिल थी। 1962 की इस फिल्म को मैंने शायद 10 साल की उम्र में देखा था। फिल्म एक निःसंतान दम्पती की कहानी पर आधारित थी, जिन्हें एक गरीब मां अपना एक बच्चा दे देती है, लेकिन बाद में अपने बड़े होते बच्चे के अभाव की गहरी पीड़ा से जूझती है। फिल्म ने मुझे उस मज्र में खुद से यह वादा करने पर मजबूर कर दिया कि मैं कभी अपनी मां को छोड़कर नहीं जाऊंगा। दक्षिण भारतीय सिनेमा की दिग्गज अभिनेत्री सांकार जानकी ने इसमें मां की भूमिका निभाई थी। उन्हें टूजेडी-क्वीन के रूप में जाना जाता था और इसके लिए कई अन्य क्लासिक फिल्मों में उन्होंने अपने मर्मस्पर्शी और भावुक अभिनय से दर्शकों की आंखें नम कर दी थीं।

अगर आप उनकी फिल्मों को देखें तो पाएंगे कि एक बात उन्हें दूसरों से अलग करती थी- उनका संवाद बोलने का गहरा और प्रभावशाली अंदाज, जिसमें लाउड और नाटकीय अभिनय के बजाय चेहरे के सूक्ष्म भाव और संयत अभिव्यक्ति दिखाई देती थी।वे हमेशा अपनी भूमिका को सहजता से निभाती थीं, लेकिन अपने चेहरे के खामोश भावों से दर्शकों को प्रभावित कर देती थीं।

वे दुःख को बेहद निजी और पीड़ादायक बना सकती थीं, क्योंकि वे सिनेमा में स्टार बनने नहीं, अपने परिवार के लिए रोजी-रोटी का बंदोबस्त करने के लिए आई थीं। इंडियन एक्सप्रेस में अपने पत्रकारिता के दिनों के दौरान मुझे सार्वजनिक जगहों पर जानकी के व्यवहार के बारे में

सीखी, वो यह थी कि सार्वजनिक जगहों पर व्यक्ति को किस तरह खुद को पेश करना चाहिए। चूंकि जानकी ने 450 से अधिक फिल्मों में काम किया था, इसलिए उनके पास हर जगह अपनी हैंसियत का रुतबा भी साथ लेकर चलने की तमाम वजहें थीं। उन्होंने सिनेमा में सात दशक से अधिक समय बिताया था और एम.जी. रामचंद्रन तथा शिवाजी गणेशन जैसे दिग्गजों के साथ काम किया था। उनका नाम ही अपने आप में इतिहास था। फिर भी, जब उनकी पोती ने थिएटर की दुनिया में पदार्पण किया तो उन्होंने बेहद साधारणता का परिचय दिया। उन्होंने अपने लिए कोई विशेष सीट नहीं मांगी। उन्होंने आयोजकों से कोई घोषणा करवाने की अपेक्षा नहीं की।

उन्होंने चुपचाप टिकट खरीदा, थिएटर में गईं और एक कोने में बैठकर अपनी पोती का अभिनय देखा। यह छोटा-सा व्यवहार उनकी शख्सियत के बारे में गहरी सूचना देता है। जब भी मैं कई लोगों को ट्रैफिक नियम तोड़ने के बाद कांस्टेबल के सामने यह रद्द झाड़ते देखा हूं कि वे संसद जा रहे हैं, तो मेरा सवाल होता है, तो क्या हुआ? क्या इससे उनको लाल बत्ती तोड़ने की अनुमति मिल जाती है?

अगर सिर्फ संसद जाने भर से कोई व्यक्ति ट्रैफिक नियम तोड़ने के बाद इस तरह का आत्मविश्वास प्रदर्शित कर सकता है, तो आप किसी कंपनी के प्रबंध निदेशक की स्थिति समझ सकते हैं। ताजुब नहीं कि वे पारिवारिक समारोह में भी प्रबंध निदेशक ही बने रहते हैं। एक वरिष्ठ नौकरशाह की यह

कभी यह उम्मीद करते हैं कि जिस पद पर वे कभी बैठे थे, उसे छोड़ने के वर्षों बाद भी दुनिया उसे याद रखे। हम भूल जाते हैं कि पदनाम तो पदों से जुड़े होते हैं, लेकिन कद व्यक्तित्व से ही बनता है।

पद हमें अधिकार दे सकता है, लेकिन लोगों के प्यार की गारंटी नहीं दे सकता। कोई पद हमारे कमरे में प्रवेश करते समय लोगों को खड़ा होने पर मजबूर कर सकता है, लेकिन हमारे चले जाने के बाद उनके मन में सम्मान पैदा नहीं कर सकता।

वह सम्मान तो उस पद के पीछे मौजूद इंसान के कारण ही मिलता है। विडम्बना यह है कि वास्तव में सफल लोगों को अपनी अहमियत बताने की शायद ही कभी जरूरत पड़ती है। उन्हें कुछ साबित नहीं करना होता। हममें से खड़े हो सकते हैं, अपना टिकट खुद खरीद सकते हैं, चुपचाप एक कोने में बैठ सकते हैं और उस व्यक्ति के लिए तालियां बजा सकते हैं, जो अपनी उस यात्रा की शुरुआत ही कर रहा है जिसे वे दशकों पहले पूरा कर चुके हैं।

जिस पर हम बैठे थे, लेकिन उन्हें यह याद रहेगा कि हमने उन्हें कैसा महसूस कराया था। उन- रघुरामन



करके लौटते वक्त पुलिस ने पकड़ लिया। आरोप एल-साल्वाडोर का वही जाना-पहचाना था- गैंग से जुड़ाव। किसी द्रायल और कानूनी रास्ते के बगैर ही एलेक्सिस को वो जेल सिस्टम निगल गया, जो पूरे देश के लिए पुलिसिया जाल बन चुका था।यह सेट्रल अमेरिका के सबसे छोटे देश एल-साल्वाडोर की हकीकत है। 2022 की शुरुआत में हत्याओं में तेज बढ़ोतरी के बाद राष्ट्रपति नाथिब बुकेले ने आपातकाल लगा दिया।

जो कदम अपराध के खिलाफ शुरू हुआ, धीरे-धीरे ऐतिहासिक सख्ती में बदल गया।

आज इस देश में दुनिया की सर्वाधिक कारावास दर है, जहां कार्रवाई की शुरुआत से अब तक 91 हजार से ज्यादा लोग गिरफ्तार किए जा चुके हैं। यह वयस्क आबादी का करीब 2फीसदी है।

मानवाधिकार संगठनों ने चेताया है कि ‘अरेस्ट कोटा’ के चलते पुलिस गरीबों को निशाना बना रही है। एलेक्सिस जैसे लोगों को अकसर सिर्फ टैटू या अनजान सूचना के आधार पर पकड़ लिया जाता है। नतीजतन, इस देश में बहुत बड़ा विरोधाभास है।

आंकड़ों में तो एल-साल्वाडोर दुनिया के सबसे हिंसक देशों से से एक से बदलकर पश्चिमी गोलार्ध

बुनियादी सुविधाओं की किल्लत वाली और भीड़ भरी जेलों में बंद रिश्तेदारों के लिए खाना और दवाएं जुटाना गरीबों के जीवन का संघर्ष बन गया है।

एलेक्सिस की गिरफ्तारी के बाद सुगि का जीवन राजधानी सैन-साल्वाडोर के एक कन्स्टेंट मूवी थिएटर के बाहर के फर्श तक सिमट गया है। यह जगह जटिल जेल सिस्टम में आने-जाने वालों के लिए ठहराव स्थल है।

जेल की दीवारों की छांव अब सुगि का दूसरा घर बन गई है। भाई की गैरमौजूदगी की इस रिक्तता में कड़वाहट उनके मन में आ सकती थी।

लोहे के इन दरवाजों में उन्हें सिर्फ दुश्मन ही दिख सकते थे। लेकिन उन्होंने इनमें एक आईना देखा चुना। बच्चों को अपनी मां के पास छोड़कर सुगि रात भर इंतजार करती है।

एल-साल्वाडोर में कैदियों की रिहाई बहुत कम और अकसर बिना सूचना के तड़के ही होती है। तब कोई रिश्तेदार कामजों पर साजन करने के लिए न हो तो कैदी वापस भीतर भेज दिया जाता है। इसे रोकने वेड लिए सुगि अजनबियों के लिए वहां रहती है। वह बिना किसी सोच-विचार के एक साफ शर्ट और जुते लेकर रिहा

जिनके पास कोई जगह नहीं, सुगि का छोटा-सा घर ही ठिकाना होता है- जहां गर्म खाने और बिस्तर से उनका ‘क्रिमिनल’ का टैग धुल जाता है। जब लोग पूछते हैं कि वे अनजान लोगों के लिए क्यों दंगरी में रातें बिताती हैं, तो सुगि को एलेक्सिस याद आता है।

उनकी उम्मीद किसी चक्र जैसी है।

उन्हें भरोसा है कि अजनबियों के साथ सम्मान से पेश आकर वे दुनिया में इतनी रोशनी फैला रही है,

जो उस अंधेरी कोठरी तक पहुंचेगी, जहां उनका भाई है। वे ऐसी दुनिया बना रही हैं, जिसमें वे चाहती हैं कि उनका भाई लौटे। आज सुगि का मिशन बढ़ चुका है।पूरे अमेरिका महाद्वीप से परिवार उन्हें मदद भेजते हैं। जिनकी उन्होंने मदद की थी, वे इसमें योगदान दे रहे हैं।

अब वे कानून की छात्रा हैं, लेकिन उनका ‘फुल-टाइम जॉब’ दूसरों के लिए जेल सिस्टम से जूझना ही है।फंडा यह है कि अजनबियों को बचाने के इस काम में सुगि ने खुद को निराशा से बचा लिया और साबित किया कि उम्मीद बांटी जाए तो यह सबसे ताकतवर तोहफा बन जाती है। (एन. रघुरामन)

आधुनिक समाचार

हिन्दी सामाहिक

होर्मुज के बाद अब दूसरे तेल के रास्ते पर संकट, अल मंदेब पर हूती विद्रोहियों का कब्जा, कहा- सऊदी अरब के अलावा किसी का जहाज नहीं रोकेंग

सना। हालांकि अमेरिका क्षेत्र की गतिविधियों पर नजर बनाए हुए

समझना सही नहीं होगा। विवाद की जड़ 1990 के दशक में पड़ी: यमन

के खिलाफ सैन्य अभियान शुरू किया। सऊदी ने तैवृत्त वाले गठबंधन



हैं। सीएनएन के मुताबिक, 100 से ज्यादा अमेरिकी सैन्य सलाहकार सऊदी अरब में मौजूद हैं। एक अमेरिकी अधिकारी ने इनकी संख्या करीब 200 बताई है। ये अमेरिकी सैन्यकर्मी सऊदी सेना को हतियों से जुड़ी खुफिया जानकारी पता लगाने मदद कर रहे हैं। इस तरह अमेरिका सीधे सैन्य कार्रवाई से बच रहा है। हूती और सऊदी के बीच दुश्मनी की वजह:- धार्मिक फर्क ने तनाव बढ़ाया: हूती यमन के जायदी शिया समुदाय से आते हैं, जबकि सऊदी अरब सुन्नी बहुल देश है। दोनों की धार्मिक मान्यताओं में फर्क है। हालांकि, हूती-सऊदी संघर्ष को सिर्फ शिया बनाम सुन्नी की लड़ाई

के उत्तरी हिस्से में जायदी समुदाय को लगने लगा था कि सरकार उनके राजनीतिक और धार्मिक हितों की अनदेखी कर रही है। इसी असंतोष से हूती आंदोलन मजबूत हुआ। 2004 में यमनी सरकार और हतियों के बीच पहली बड़ी सशस्त्र लड़ाई हुई। 2014 में सत्ता की लड़ाई तेज हो गई: हूतियों ने यमन की राजधानी सना पर कब्जा कर लिया और राष्ट्रपति अब्द-रब्बू मंसूर हादी की सरकार को चुनौती दी। सऊदी अरब को डर था कि हतियों के मजबूत होने से ईरान का प्रभाव उसकी दक्षिणी सीमा तक पहुंच जाएगा।2015 में सऊदी सीधे युद्ध में उतर गया: सऊदी अरब ने हतियों

ने हूती ठिकानों पर हवाई हमले किए और उनके कब्जे वाले इलाकों की नाकेबंदी की, ताकि हथियार और दूसरे सामान वहां न पहुंच सकें। जवाब में हतियों ने सऊदी अरब पर मिसाइल और ड्रोन हमले शुरू किए। फिर इसमें ईरान-सऊदी की दुश्मनी भी जुड़ गई: थोड़े-थोड़े यह लड़ाई सिर्फ यमन की सत्ता का संघर्ष नहीं रही।

यह ईरान और सऊदी अरब के बीच क्षेत्रीय वर्चस्व की लड़ाई का भी हिस्सा बन गई। सऊदी हतियों को ईरान के बढ़ते प्रभाव से जोड़कर देखता है, जबकि ईरान हतियों को सैन्य निर्देश देने से इनकार करता है।

इजराइल ने लेबनान में हिजबुल्लाह की 2किमी लंबी सुरंग उड़ाई जिसके बाद 4.1 तीव्रता का भूकंप आया, नेतन्याहू बोले- मिशन पूरा, हैप्पी न्यू ईयर

बेरूत। इजराइल ने दक्षिणी लेबनान में हिजबुल्लाह की 2 किलोमीटर से ज्यादा लंबी सुरंग को ब्लास्ट कर तबाह कर दिया। यह विस्फोट इतना तेज था कि इलाके में 4.1 तीव्रता वाले भूकंप जैसे झटके महसूस किए गए। लेबनान की सरकारी न्यूज एजेंसी के मुताबिक, धमाके से आसपास के इलाकों में जमीन हिलने लगी। इस हमले के बाद प्रधानमंत्री बेजामिन नेतन्याहू ने कहा, 'मिशन पूरा हुआ। हैप्पी न्यू ईयर।' इजराइली सेना के मुताबिक, सुरंग में ईरान में बने कई राकेट, मिसाइल और ड्रोन रखे थे। यहां मशीनगन, एंटी-टैंक मिसाइल और सैंकड़ों बारूदी सुरंगें व विस्फोटक भी मिले। सेना ने बताया कि इस परिसर में हिजबुल्लाह की 'बद्र' युनिट का कमांड सेंटर भी था। नून में घुसे थे आईडीएफ सैनिक, तलाशी का फुटज जारी किया- इजराइली सेना (आईडीएफ) ने अली अल-ताहेर पहाड़ी के नीचे बने हिजबुल्लाह के टनल नेटवर्क का फुटज जारी किया है। वीडियो में सैनिक सुरंगों के अंदर तलाशी लेते नजर आ रहे हैं। आईडीएफ के मुताबिक, जून में सीजफायर के बाद से यहां करीब 50 हिजबुल्लाह लड़ाके छिपे हुए थे। इस साइट पर कब्जे की कार्रवाई के दौरान कई लड़ाके मारे गए। सेना के मुताबिक, इनमें कुछ ऐसे थे जो सुरंगों से भागने की



इलाके से भागने में कामयाब हो सकते हैं। इस टनल नेटवर्क को बनाने में 20 साल लगे थे- नेतन्याहू के मुताबिक इस टनल नेटवर्क को बनाने में लगभग 20 साल लगे थे। इसके लिए ईरान ने फंडिंग की थी। इजराइली रक्षामंत्री इजराइल काटज ने इसे आतंकवी नेटवर्क बताया।इजराइल का कहना है कि इस इलाके जमीन के ऊपर और नीचे दोनों जगह उसका कंट्रोल हो गया है। पिछले हफ्ते इजराइल ने दावा किया था कि उसने इलाके पर कब्जा

थे। हिजबुल्लाह की 'बद्र' युनिट युनिट का नाम 624 ईस्वी की बद्र की लड़ाई से लिया गया है। यह पैगंबर मुहम्मद के नेतृत्व वाली सेना और मक्का के कुरैश के बीच हुई थी। इजराइल ने लेबनान में फिर से हमले शुरू किए- इजराइल ने पिछले कुछ दिनों में दक्षिणी लेबनान में फिर से हमले तेज किए हैं। जून में ईरान और अमेरिका की बातचीत के बाद इजराइल-लेबनान में समझौता हुआ था। इस समझौते के बाद कुछ समय के लिए हमले रुक गए थे। एएफपी

पुतिन से पहले रूसी सैन्य विमान भारत पहुंचे, नोएडा एयरपोर्ट पर लैंडिंग, रूसी राष्ट्रपति की गाड़ियों समेत सैन्य अधिकारी आए

नोएडा। रूस के राष्ट्रपति क्लादिमीर पुतिन के भारत दौरे से पहले रूस के 3 सैन्य विमान नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट पर उतरे हैं। इनमें रूस का भारी सैन्य परिवहन विमान आईएल-76 भी शामिल है। इन विमानों से रूसी सैन्य अधिकारी भारत पहुंचे हैं। साथ ही, पुतिन के काफिले की गाड़ियां



भी रूस से भारत लाई गई हैं। किसी बड़े विदेशी नेता के दौरे से पहले उसकी एडवांस टीम एयरपोर्ट, सुरक्षा व्यवस्था और वीवीआईपी मूवमेंट की तैयारियों का जायजा लेती हैं। इसी सिलसिले में रूसी टीम भी भारत पहुंची है। तीनों विमान मंगलवार सुबह करीब 5:30 बजे नोएडा एयरपोर्ट के रनवे पर उतरे थे। बुधवार को भी तीनों विमान एयरपोर्ट पर खड़े रहे। एयरपोर्ट की सुरक्षा टीम के साथ रूसी टीम भी विमानों और सुरक्षा इंतजामों की निगरानी कर रही है। नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट पर किसी विदेशी विमान की यह पहली लैंडिंग है। इससे पहले विदेशी सैन्य और वीवीआईपी विमानों के लिए दिल्ली के इंदिरा गांधी इंटरनेशनल

दूसरी जगह पहुंचाना है। यह करीब 50 टन तक वजन लेकर उड़ सकता है। विमान के अंदर सामान चढ़ाने और उतारने के लिए खास व्यवस्था होती है, जिससे बड़े और भारी उपकरणों को भी आसानी से लोड किया जा सकता है।

आईएल-76 को लंबी दूरी की उड़ानों के लिए भी इस्तेमाल किया जाता है। यही वजह है कि किसी बड़े नेता की विदेश यात्रा के दौरान सुरक्षा और लॉजिस्टिक्स से जुड़े जरूरी सामान को पहले से पहुंचाने के लिए ऐसे विमानों का इस्तेमाल किया जाता है।

पुतिन की मोदी से अहम बैठक:- पुतिन शुक्रवार को भारत पहुंचेंगे। ब्रिक्स समिट से पहले

पहले ही कर चुका है। भारत चाहता है कि इस डील से उसे ऐसी तकनीक मिले, जिसका इस्तेमाल आगे स्वदेशी लड़ाकू विमान बनाने में भी किया जा सके। पुतिन पिछले साल दिसंबर में भारत आए थे- पुतिन की यह 9 महीने में दूसरी भारत यात्रा है। इससे पहले वे 4 दिसंबर 2025 को आए थे। रूस-यूक्रेन युद्ध शुरू होने के बाद यह उनका पहला भारत दौरा था। पुतिन के दिल्ली पहुंचने पर पीएम मोदी ने एयरपोर्ट पर उनका स्वागत किया था। इसके बाद दोनों नेता एक ही कार से पीएम आवास पहुंचे, जहां मोदी ने उनके सम्मान में प्राइवेट डिनर रखा था। मोदी ने पुतिन को रूसी भाषा में लिखी भगवद्गीता भी गिफ्ट की थी।

विविध

हूती विद्रोहियों ने यमन के मोखा शहर पर किया कब्जा, यह बाब अल-मंदेब से सिर्फ 75किमी दूर, पाकिस्तान ने ईरान को चेतावनी दी

सना। यमन में ईरान समर्थित हूती विद्रोहियों ने लाल सागर के रणनीतिक बंदरगाह शहर मोखा पर कब्जा कर लिया है। यह शहर बाब अल-मंदेब स्ट्रेट से करीब 75 किलोमीटर दूर है। यह दुनिया के सबसे अहम समुद्री व्यापार रास्ते में से एक है। मोखा पर पहले यमनी नेशनल रेजिस्टेंस फोर्स का कंट्रोल था। यह हतियों के खिलाफ लड़ने वाला सऊदी समर्थित गुट है। दोनों के बीच पिछले 9 दिनों से लड़ाई चल रही थी। मोखा पर कब्जे के बाद पिछले 4 साल में यह हतियों की सबसे बड़ी क्षेत्रीय कामयाबी मानी जा रही है। अब हूती लड़ाके यमन के अहम शहर ताइज की ओर बढ़ रहे हैं। इस बीच सऊदी अरब ने पाकिस्तान के जरिए ईरान को संदेश भेजकर हतियों को सऊदी अरब पर हमले रोकने के लिए कहने को कहा है। हालांकि, एक ईरानी अधिकारी ने कहा है कि ईरान हतियों को कंट्रोल नहीं करता। मोखा पर कब्जे से हतियों की पकड़ मजबूत:- पिछले करीब 10 दिनों से हूती लड़ाके ताइज की पश्चिमी दिशा में लगातार आगे बढ़ रहे थे। उन्होंने रास्ते में पड़ने वाले अल-शकीरा इलाके पर भी कब्जा कर लिया। यह इलाका ताइज शहर को पश्चिमी तट से जोड़ने वाले अहम रास्ते पर है। इस पर कब्जे से इस इलाके में हतियों की पकड़ और मजबूत हो गई। हूती

पहले से ही यमन की राजधानी सना और लाल सागर के बड़े



करीब है।रक्षा विशेषज्ञों का कहना है कि अगर हूती इस इलाके में

बंदरगाह होदेइदा पर नियंत्रण रखते हैं। अब मोखा पर कब्जे के बाद पश्चिमी तट पर भी उनकी स्थिति मजबूत हो गई है। यही वजह है कि मोखा की लड़ाई को सिर्फ एक बंदरगाह शहर पर कब्जे के तौर पर नहीं देखा जा रहा। इससे यमन के पश्चिमी तट पर हतियों की सैन्य और रणनीतिक स्थिति और मजबूत हो सकती है। बाब अल-मंदेब के करीब पहुंचे हूती, जहाजों पर बढ़ा खतरा-मोखा पर कब्जे के बाद हूती बाब अल-मंदेब के और करीब पहुंच गए हैं। उन्होंने लाल सागर में मौजूद हनीश द्वीपों की ओर भी बढ़त बनाई है। धुबाब और उसके सामने मौजूद ये द्वीप बाब अल-मंदेब के बहुत

अपनी पकड़ और मजबूत करते हैं, तो लाल सागर से गुजरने वाले जहाजों पर नजर रखना और उन पर दबाव बनाना उनके लिए आसान हो सकता है।बाब अल-मंदेब समुद्र का एक संकरा रास्ता है। इसलिए यहां बड़े इलाके पर कब्जा किए बिना भी आसपास के रणनीतिक ठिकानों से गुजरने वाले जहाजों के लिए खतरा पैदा किया जा सकता है। पाकिस्तान बोला- सऊदी की मदद के लिए सेना नहीं भेजेंग-हूती विद्रोहियों को ईरान जबकि यमन सरकार को सऊदी अरब समर्थन दे रहे हैं। यमन में हूती हमलों के बीच पाकिस्तान ने फिलहाल सैन्य कार्रवाई से इनकार किया है। विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता

चीन-नेपाल के वैज्ञानिक तीन बार मिले, खतरा नहीं भांप पाए,बाढ़ सब बहा ले गई, तब 4 हजार लोगों को भेजा फोन पर अलर्ट मैसेज

काठमांडू। 26 अगस्त की सुबह नेपाल के रसुवा में आसमान साफ था। अचानक भोटेकोशी नदी में मजबू, पत्थर और पानी का ऐसा सैलाब आया कि सब बहता चला गया। 1300 से ज्यादा मौतें हुईं और

बार मिले-अप्रैल से जुलाई के बीच चीन और नेपाल के पर्यावरण, मौसम और आपदा प्रबंधन से जुड़े अधिकारी और वैज्ञानिक कम से कम तीन अलग-अलग मंचों पर मिले। इस दौरान रोलेशियर, रोलेशियल झील,



5 हजार से ज्यादा लोग लापता हैं। ये तबाही चीन की तरफ बनी झील फटने से हुई थी। सवाल उठा कि क्या चीन को इस तबाही की पहले से खबर थी और क्या उसने नेपाल को इस बारे में चेतावनी दी थी। चीन के विदेश विभाग के प्रवक्ता गुओ जियाकुन ने दावा किया कि चीन ने नेपाल को समय-समय पर मौसम का डेटा और चेतावनियां दी थीं। ब्रिटिश न्यूज एजेंसी रायटर्स की रिपोर्ट में भी दावा किया गया कि आपदा से करीब 12 दिन पहले चीन ने नेपाल को ईमेल भेजकर भारी बारिश की जानकारी दी थी। इससे लगता है कि नेपाल के पास खबर थी कि तबाही हो सकती है, लेकिन कहानी इतनी सीधी नहीं है। चीन-नेपाल के एक्सपर्ट चार महीने में तीन

जलवायु से जुड़े जोखिम और अर्ली वॉर्निंग पर बात हुई। पहली बैठक: 22 अप्रैल-5 मई, बीजिंग- चीन की नेशनल एकेडमी ऑफ फॉरेस्ट्री एंड ग्रासलैंड एडमिनिस्ट्रेशन ने पर्यावरण संरक्षण और ग्रीन ट्रांसफॉर्मेशन पर सेमिनार किया। नेपाल के प्रतिनिधियों ने इसमें हिस्सा लिया। दूसरी बैठक: 27 मई, काठमांडू- नेपाल के 10 और चीन-तिब्बत की 12 अधिकारियों के बीच बैठक हुई। इसमें रोलेशियर झीलों की मैपिंग और रोलेशियर लेक आउटबर्क फ्लड यानी अचानक जलस्तर बढ़ने या रोलेशियर झील फटने के खतरे को कम करने पर चर्चा हुई। तीसरी बैठक: जुलाई, तिब्बत- तिब्बत के गिंगची में 5th द्रांस शिन्हुआ एंड टर्नर शानल कोऑपरेशन फोरम हुआ। इसमें 29

देशों के प्रतिनिधि शामिल हुए। नेपाल भी इनमें शामिल था।काठमांडू। 26 अगस्त की सुबह नेपाल के रसुवा में आसमान साफ था। अचानक भोटेकोशी नदी में मजबू, पत्थर और पानी का ऐसा सैलाब आया कि सब बहता चला गया। 1300 से ज्यादा मौतें हुईं और 5 हजार से ज्यादा लोग लापता हैं। ये तबाही चीन की तरफ बनी झील फटने से हुई थी। सवाल उठा कि क्या चीन को इस तबाही की पहले से खबर थी और क्या उसने नेपाल को इस बारे में चेतावनी दी थी। चीन के विदेश विभाग के प्रवक्ता गुओ जियाकुन ने दावा किया कि चीन ने नेपाल को समय-समय पर मौसम का डेटा और चेतावनियां दी थीं। ब्रिटिश न्यूज एजेंसी रायटर्स की रिपोर्ट में भी दावा किया गया कि आपदा से करीब 12 दिन पहले चीन ने नेपाल को ईमेल भेजकर भारी बारिश की जानकारी दी थी। इससे लगता है कि नेपाल के पास खबर थी कि तबाही हो सकती है, लेकिन कहानी इतनी सीधी नहीं है। चीन-नेपाल के एक्सपर्ट चार महीने में तीन बार मिले-अप्रैल से जुलाई के बीच चीन और नेपाल के पर्यावरण, मौसम और आपदा प्रबंधन से जुड़े अधिकारी और वैज्ञानिक कम से कम तीन अलग-अलग मंचों पर मिले। इस दौरान रोलेशियर, रोलेशियल झील, जलवायु से जुड़े जोखिम और अर्ली वॉर्निंग पर बात हुई। पहली बैठक: 22 अप्रैल-5 मई, बीजिंग- चीन की नेशनल एकेडमी ऑफ फॉरेस्ट्री एंड ग्रासलैंड एडमिनिस्ट्रेशन ने पर्यावरण संरक्षण और ग्रीन ट्रांसफॉर्मेशन पर सेमिनार किया।

चीन में लाइबेरिया के झंडे वाले जहाज में आग,25 की मौत, शिप की मरम्मत का काम चल रहा था

बीजिंग। चीन के किंगदाओ शहर में गुवावर को मरम्मत के लिए खड़े लाइबेरिया के झंडे वाले मालवाहक



दिए। उन्होंने हादसे के लिए जिम्मेदार लोगों की पहचान करने को भी कहा है।शी ने अधिकारियों से ऐसे हादसों

को रोकने के लिए सुरक्षा व्यवस्था की दोबारा जांच करने को कहा है। चीनी प्रधानमंत्री ली च्वांग ने भी फंसे लोगों को निकालने और घायलों को बेहतर इलाज देने पर जोर दिया। सरकारी कंपनी सीएसएससी के अधीन है शिपयाई-जिस शिपयाई में यह हादसा हुआ, वह सरकारी कंपनी चाइना स्टेट शिपबिल्डिंग कॉर्पोरेशन (सीएसएससी) के अधीन है। सीएसएससी चीन की सबसे बड़ी जहाज निर्माण कंपनियों में से एक है और दुनिया की प्रमुख

शिपबिल्डिंग कंपनियों में भी शामिल है। किंगदाओ का बेइह्राई शिपबिल्डिंग शिपयाई नए जहाज बनाने के साथ-साथ पुराने जहाजों की मरम्मत भी करता है। यहां बड़े मालवाहक जहाजों के अलावा दूसरे समुद्री जहाजों के निर्माण और मरम्मत की सुविधा है। शिपयाई में 30 हजार और 20 हजार टन क्षमता वाले जहाजों के निर्माण के लिए बर्थ मौजूद हैं। इसके अलावा यहां 20 हजार टन तक के जहाजों के निर्माण और मरम्मत की सुविधा भी है। शिपयाई में मल्टी-पर्पज बर्क बेसल, तेल टैंकर और 40 हजार टन तक के ड्राई बल्क कैरियर जैसे जहाज भी बनाए जाते हैं। जहाज पर आग लगने से जुड़ा 1 महीने में दूसरा हादसा-करीब एक महीने में चीन के दो अलग-अलग शिपयाई में जहाज से जुड़े गंभीर हादसे हुए हैं। 13 अगस्त को फुजियान के फुआन में जहाज में आग में आग लग गई थी। आग दुबाने के लिए रेस्क्यू टीम पहुंची और बचाव अभियान शुरू किया। इसी दौरान करीब 45 मिनट बाद अचानक जोरदार विस्फोट हो गया। हादसे में एक बचावकर्मी की मौत हो गई, जबकि 11 लोग घायल हुए।

बलों के 30 हजार जवान तैनात रहेंगे। एयर डिफेंस में आकाश मिसाइलों के साथ-साथ वायुसेना के लड़ाकू जेट भी तैनात हैं। विदेशी राष्ट्रवाध्यक्षों और प्रतिनिधिमंडलों के लिए 11 होटल और 35 सुरक्षित रुट तय किए गए हैं। रुटों पर फेंस रिकॉग्निशन कैंपरे भी लगे हैं। गणतंत्र दिवस की तरह सख्त निगरानी व्यवस्था है। यहां एंटी एयरक्राफ्ट गन, एंटी ड्रोन सिस्टम और स्नाइपर तैनात हैं।

धूप में घर से बाहर निकलते समय जरूर पहनें सनग्लासेस, आंखों को नहीं होगा नुकसान,यूवी किरणों से आंखों को हैं बहुत नुकसान, खरीदते समय ये जरूरी बातें ध्यान रखें

नयी दिल्ली। गर्मियों में घर से बाहर निकलना चैलेंजिंग होता है। लेकिन रोजमर्रा के काम से बाहर निकलना मजबूरी है। तेज धूप में बाहर निकलते समय आंखों की सुरक्षा बहुत जरूरी है। अल्ट्रावायलेट (यूवी) किरणें आंखों



को नुकसान पहुंचा सकती हैं। इससे जलन, धुंधलापन और लॉन्ग टर्म में आंखों से जुड़ी बीमारियों का रिस्क होता है। ऐसे में सनग्लासेस आंखों की सुरक्षा के लिए जरूरी हैं। सही सनग्लासेस धूप, धूल और हानिकारक यूवी किरणों से बचाते हैं। इसलिए आज 'जरूरत की खबर' में जानेंगे कि गर्मियों में सनग्लासेस पहनना क्यों जरूरी है और इसे खरीदते समय किन बातों का ध्यान रखना चाहिए। विषय को समझेंगे एक्सपर्ट- डॉ. श्रेया गुप्ता, कंसल्टेंट, ऑथोल्मोलॉजी, श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, दिल्ली जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- क्या गर्मियों में सनग्लासेस पहनना जरूरी है? जवाब- हां, यह आंखों को हानिकारक यूवी किरणों, तेज रोशनी और धूल से बचाता है। इससे जलन, ड्राईनेस और अन्य समस्याओं का रिस्क कम होता है। सवाल- अल्ट्रावायलेट किरणों का आंखों पर क्या असर पड़ता है? जवाब- सूर्य की रोशनी



से निकलने वाली अल्ट्रावायलेट किरणें आंखों के बाहरी और अंदरूनी हिस्सों को नुकसान पहुंचा सकती हैं।आंखों में जलन पानी आना, दर्द, धुंधला दिखना, रेटिना खराब होना, ड्राईनेस, मोतियाबिंद सवाल- क्या सनग्लासेस अल्ट्रावायलेट किरणों से बचाते हैं? जवाब- हां, सही क्वालिटी के सनग्लासेस यूवी किरणों से बचाते हैं।

खासतौर पर 'यूवी400' प्रोटेक्शन वाले सनग्लासेस आंखों को हानिकारक अल्ट्रावायलेट किरणों से सुरक्षित रखते हैं। सवाल- क्या सिर्फ तेज धूप में ही सनग्लासेस लगाना जरूरी है या हल्की धूप में भी लगाना चाहिए? जवाब- सनग्लासेस हल्की धूप में भी पहनना चाहिए।

यूवी किरणें बादलों या हल्की धूप में भी मौजूद रहती हैं।इसलिए बाहर निकलते समय सनग्लासेस लगाना बेहतर है।

सवाल- तेज धूप में बिना सनग्लासेस बाहर निकलने से क्या नुकसान हो सकता है? जवाब- सनग्लासेस न पहनने से आंखें सीधे यूवी किरणों और तेज रोशनी के संपर्क में आती हैं।

इससे आंखों को कई नुकसान हो सकते हैं।जैसेकि-तेज जलन और रेडनेस। पानी आना और ड्राईनेस। सिरदर्द और आंखों को थकान। नजर में धुंधलापन। लंबे समय में कॉन्जंक्टिवा को नुकसान।मोतियाबिंद का खतरा। धीरे-धीरे नजर में कमजोरी। लंबे समय में रेटिना डैमेज का रिस्क।

सवाल- क्या सस्ते या लोकल सनग्लासेस नुकसानदायक हो सकते हैं?

जवाब- हां, इनमें यूवी प्रोटेक्शन नहीं होता है। ये सिर्फ रोशनी कम करते हैं, जिससे आई बॉल(पुतली)

काउंटी में कुलदीप को मिले 10 विकेट, यॉर्कशायर ने एसेक्स को पारी और 106 रन से हराया,फर्स्ट क्लास क्रिकेट में ऐसा पहली बार किया

स्पोर्ट डेस्क। लौड्स के हेडिंग्ले में एसेक्स के खिलाफ काउंटी चैम्पियनशिप मैच में कुलदीप यादव ने 10 विकेट लिए। उन्होंने फर्स्ट क्लास क्रिकेट में पहली बार एक मैच में 10 विकेट लिए हैं। उनके



प्रदर्शन से यॉर्कशायर ने एसेक्स को पारी और 106 रन से हराया। यॉर्कशायर ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 390 रन बनाए। कुलदीप ने 94 गेंदों पर 36 रन भी बनाए। इसके जवाब में एसेक्स की पहली पारी 171 रन पर सिमट गई। कुलदीप ने 23 ओवर में 70 रन



देकर 4 विकेट लिए। दूसरी पारी में 6 विकेट, एसेक्स 113 रन पर सिमटा:- फॉलोऑन खेलते हुए एसेक्स की दूसरी पारी में कुलदीप ने 16 ओवर में 50 रन देकर 6 विकेट लिए। उनकी गेंदबाजी के सामने एसेक्स की टीम 40 ओवर में 113 रन पर ऑलआउट हो गई। कुलदीप ने मैच में कुल 10 विकेट लिए और 120 रन दिए। यॉर्कशायर ने तीसरे दिन ही मुकाबला पारी और 106 रन से अपने नाम कर लिया। हेडिंग्ले की पिच ने कुलदीप को दिया फायदा-कुलदीप ने मैच से पहले हेडिंग्ले की पिच को अपनी गेंदबाजी के लिए बेहतर बताया था। उन्होंने कहा था कि विकेट में पहले से तेजी थी, इसलिए उन्हें गेंद को ज्यादा तेज फेंकने की जरूरत नहीं पड़ी। गेंद में अच्छी स्पिन और सही टप्पा उनकी रणनीति का हिस्सा रहा। उन्होंने भारतीय पिचों से तुलना करते हुए कहा था कि भारत में विकेट धीमे होते हैं और बल्लेबाजों को गेंद खेलने के लिए ज्यादा समय मिलता है। हेडिंग्ले की तेजी के कारण बैकफूट पर जाने वाले बल्लेबाजों के खिलाफ विकेट मिलने के मौके ज्यादा बने। काउंटी में कुलदीप के अलावा 8 और भारतीय खिलाड़ी:- 2026 काउंटी चैंपियनशिप में कुलदीप यादव के अलावा 8 भारतीय खिलाड़ी अलग-अलग काउंटी टीमों के लिए खेल रहे हैं। इनमें मानव सुथार, युजवेंद्र चहल, जयदेव उनादकट, मयंक अग्रवाल, राहुल चाहर, आर साई किशोर, मयंकल

मां-पापा माफ करना, मरने की बात कर रही कोटा। जापान में 19 सितंबर से शुरू हो रहे एशियन गेम्स के लिए भारतीय वुशू टीम की घोषणा 23 जून को कर दी गई थी। हालांकि, खेल मंत्रालय ने 11 सितंबर को एक अपडेट जारी किया, जिसमें पहले से घोषित टीम की मंबर दिव्यांशी चौधरी को बाहर कर नाओमे रोशिबीना देवी को शामिल कर लिया गया है। इसके बाद दिव्यांशी का एक वीडियो सामने आया है, जिसमें वह रोते हुए कह रही हैं कि उन्हें गलत तरीके से टीम से बाहर कर दिया गया है। राजस्थान के कोटा की रहने वाली दिव्यांशी ने करीब 9 मिनट के वीडियो में वुशू फेडरेशन पर कई सवाल उठाए हैं। वीडियो में दिव्यांशी रोती नजर आ

25 साल बाद पेरेंट्स के घर लौटी हूं:यहां मन नहीं लग रहा, अपनी अकेली जिंदगी याद आती है, क्या मैं स्वार्थी हूं

नयी दिल्ली। विषय को समझेंगे एक्सपर्ट- डॉ. द्रोण शर्मा, कंसल्टेंट साइकेट्रिस्ट, आयरलैंड, यूके। यूके, आयरिश और जिब्राल्टर मेडिकल काउंसिल के मेबर जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से।

सवाल- मेरी उम्र 45 साल है। पिछले 25 सालों से मैं घर से दूर रह रही थी। पहले पढ़ाई और फिर जॉब के लिए। एक साल पहले ही मैं अपने होमटाउन में पेरेंट्स के घर में शिफ्ट हुई हूँ। लेकिन जैसा मैंने सोचा था, वैसा बिल्कुल फील नहीं हो रहा। मुझे लगा था कि इतने साल बाद घर लौटना अच्छा लगेगा। ज्यादा सुकून और खुशी होगी। लेकिन इसका ठीक उल्टा हुआ है। मुझे ज्यादा तनाव और अकेलापन महसूस होने लगा है। यहां मेरा बिल्कुल मन नहीं लगता। मुझे अपनी अकेली जिंदगी की याद आती है। बेंगलुरु में मेरा घर और मेरी सिंगल लाइफ। ये बात मैं अपने पेरेंट्स से कैसे कहूँ कि मुझे इस घर में रहना अच्छा नहीं लग रहा। मैं अपनी मेंटल हेल्थ को कैसे ठीक रखूँ? सबसे पहले यह समझना जरूरी है कि आपकी भावनाएं गलत नहीं हैं। 25 साल तक घर से दूर रहना बहुत लंबा समय होता है। इस दौरान आपने सिर्फ पढ़ाई और नौकरी नहीं की, बल्कि अपनी पूरी जिंदगी अपने तरीके से जीना सीखा है। आपने तय किया होगा कि कब उठना है, कब खाना है, किससे मिलना है, कब घर से बाहर जाना है, छुट्टी कैसे बितानी है और कितना समय अकेले रहना है। अब एक साल से आप फिर उसी घर में हैं, जहां कभी आपकी जिंदगी की शुरुआत हुई थी। लेकिन इस बीच आप खुद बहुत बदल चुकी हैं। इसलिए घर वही

का ये पूछना कि- 'कहां जा रही हो?' 'कब वापस आओगी?' 'खाना खाया या नहीं?' ये उनका प्यार और चिंता का तरीका हो सकता

सवाल होता है? क्या आप अपनी पसंद के अनुसार खाना, सोना या आराम करना चाहती हैं, लेकिन ऐसा नहीं कर पाती? क्या दोस्तों



हैं। लेकिन इतने साल अपने फैंसले खुद लेने के बाद यही बातें आपको रोक-टोक पाएंगी। सवाल- इसी तरह परिवार के साथ खाना, हर दिन बातचीत करना और अपनी दिनचर्या में दूसरों को शामिल करना

से मिलने या बाहर जाने पर आपको सफाई देनी पड़ती है? क्या आपको लगता है कि घर में रहते हुए आप फिर से बेटी की उसी भूमिका में चली गई हैं, जबकि पिछले 25 सालों में आप अपने फैंसले खुद लेने वाली एक स्वतंत्र महिला बन चुकी हैं? इन सवालों के जवाब आपको असली समस्या को समझने में मदद करेंगे। खुद से पूछें ये 7 सवाल- घर में मन क्यों नहीं लग रहा? क्या पेरेंट्स टोकाटाकी करते हैं? क्या पेरेंट्स हर बात पूछते हैं? क्या बाहर जाने पर टोकते हैं? क्या पर्सनल स्पेस नहीं मिलता ? क्या अपने फैंसले नहीं ले पाती ? क्या हर बात की सफाई देनी पड़ती है? क्या दोस्तों से मिलने नहीं आ सकती? माता-पिता से बात कैसे करें? सबसे जरूरी बात यह है कि माता-पिता से यह न कहें कि मुझे आपके साथ रहना अच्छा नहीं लगता। ऐसा सुनकर उन्हें लग सकता है कि आप उनके प्यार या घर को अस्वीकार कर रही हैं। इसके बजाय अपनी परेशानी को अपनी जरूरत के रूप में बताएं। पहले चिट्ठी लिखना भी अच्छा विकल्प-अगर आपको लगता है कि आमने-सामने बात करते समय आप अपनी बात ठीक से नहीं कह पाएंगी, तो पहले माता-पिता को एक पत्र भी लिख सकती हैं। यहां मैं आपके लिए एक काल्पनिक खत लिख रहा हूँ। आप इसमें अपने मन की बातें लिख सकती हैं। प्यारे मम्मी-पापा, मैं आप दोनों से एक जरूरी बात कहना चाहती हूँ। शायद सामने बैठकर मैं इसे ठीक से न कह पाऊँ। इसलिए पत्र लिख रही हूँ। सबसे पहले मैं आपको बताना चाहती हूँ कि इतने साल बाद घर लौटने पर आपने जिस तरह मुझे अपनाया, उसके लिए मैं बहुत आभारी हूँ। मुझे पता है कि मेरे लिए आपके मन में बहुत प्यार है और आप चाहते हैं कि मैं आपके साथ रहूँ। लेकिन पिछले 25 सालों में मेरी जिंदगी बहुत बदल गई है। मैं लंबे समय तक अकेले रही हूँ। मुझे अपने समय, काम, फैंसले और निजी जगह को अपने तरीके से संभालने की आदत हो गई है। घर लौटने के बाद मुझे महसूस हुआ कि मैं अपनी उस स्वतंत्र जिंदगी को बहुत याद कर रही हूँ। इसका मतलब यह नहीं है कि मैं आपसे दूर होना चाहती हूँ। मैं सिर्फ यह समझने की कोशिश कर रही हूँ कि आपके साथ रहते हुए एक नया तरीका खोजने की जरूरत है- माता-पिता के साथ एक वयस्क बेटी की तरह रहना, न कि 25 साल पहले वाली बेटे की तरह। इसलिए मैं अपने कमरे में प्यार करने का समय बिताएँ, मुझे कब अपने काम या अकेले रहने का समय चाहिए और किन निजी फैंसलों में मुझे अपनी आजादी बचाने रखने

की जरूरत है। मैं यह भी समझती हूँ कि मेरे घर लौटने के बाद आपको भी अपनी दिनचर्या में बदलाव करना पड़ा होगा। इसलिए मैं सिर्फ अपनी बात नहीं रखना चाहती। मैं आपकी परेशानी भी समझना चाहती हूँ। मैं घर छोड़कर आपसे दूर नहीं जाना चाहती। मैं ऐसा रास्ता ढूँढना चाहती हूँ, जिसमें हमारा रिश्ता भी अच्छा रहे और मैं अपनी स्वतंत्र पहचान भी बनाए रखूँ। प्यार के साथ। घर में तय करें कुछ स्पष्ट सीमाएं-माता-पिता के साथ रहने का मतलब यह नहीं है कि आपकी सारी स्वतंत्रता खत्म हो जाए। आप मिलकर कुछ ऐसी बातें तय कर सकते हैं, जिनसे दोनों पक्ष सहज रहें। मसलन- आपके कमरे में आने से पहले दरवाजा खटखटाया जाए। आपके काम के समय में आपको परेशान न किया जाए। दोस्तों से मिलने या बाहर जाने के लिए हर बार इजाजत लेने की जरूरत न हो। हर दिन कुछ वक्त आपको अकेले रहने के लिए मिले। इसी तरह हर मील साथ लेना भी जरूरी न हो। आप कुछ समय परिवार के साथ बिताएं और कुछ समय अपनी पसंद से। लेकिन सीमाएं तय करते समय सिर्फ अपनी सुविधा के बारे में न सोचें। माता-पिता की भी अपनी दिनचर्या है। 25 सालों में उन्होंने भी अपने घर को अपने तरीके से चलाया होगा। इसलिए उनसे भी यह पूछें- 'मेरे यहां रहने से आपको किन बातों से परेशानी हो रही है?' इस सवाल से बातचीत एकराफा नहीं रहेगी। दोनों पक्ष अपनी-अपनी समस्या पाएंगे। अपनी सीमाएं तय करना दूरी बनाना नहीं है।

स्वस्थ रिश्ते में दोनों पक्षों की जरूरतों का सम्मान होना चाहिए। वयस्क बच्चे को पर्सनल स्पेस चाहिए, वहीं माता-पिता को भी अपने घर और दिनचर्या में सहज रहने का अधिकार है। अपनी मेंटल के लिए क्या करें? सबसे पहले खुद को दोष देना बंद करिए। यह मत सोचिए कि 'मुझे तो खुश होना चाहिए, फिर मैं दुखी क्यों हूँ?' भावनाएं पालें। समय काम नहीं करती। अपनी पुरानी जिंदगी की वे चीजें वापस अपनी दिनचर्या में शामिल करें, जिनसे आपको अच्छा महसूस होता था। दोस्तों से मिलें, अवेगलें बाहर जाएं, टहलें, एक्सरसाइज करें, पढ़ें या अपने किसी पुराने शौक के लिए समय निकालें। सबसे जरूरी है कि आपकी पूरी जिंदगी सिर्फ घर और माता-पिता के इर्द-गिर्द न सिमट जाए। आपकी अपनी सामाजिक जिंदगी, काम, दोस्त, रुचियां और निजी समय भी जरूरी है। चार से छह सप्ताह तक कुछ बदलाव करके देखिए। फिर खुद से पूछिए- क्या अब मैं बेहतर महसूस कर रही हूँ?

क्या मुझे अभी भी अलग रहने की उतनी ही जरूरत महसूस हो रही है? अगर बदलावों के बाद भी लगातार उदासी बनी रहे, किसी काम में मन न लगे, नींद या भूख में बड़ा बदलाव आए, बहुत ज्यादा चिंता हो, रोजमर्रा के काम प्रभावित होने लगे या जीवन को लेकर निराशा बढ़ने लगे, तो कार्टिसिलर से बात करना सही रहेगा। मेंटल हेल्थ के लिए क्या करें? खुद को दोष न दें, भावनाओं को स्वीकार करें। रोज थोड़ा समय अकेले बिताएं। अपना पुराना रूटीन फॉलो करें। अपने दोस्तों से जुड़े रहें। अपनी पसंद का काम करें।

पेट्स से बात करें।अंतिम बात:-आखिर में एक बात याद रखिए, माता-पिता से प्यार करने और उनके साथ न रह पाने की इच्छा, दोनों बातें एक साथ सच हो सकती हैं।

आपको अपने माता-पिता और अपनी स्वतंत्र जिंदगी में से किसी एक को चुनने की जरूरत नहीं है।शायद आपको घर छोड़ने या खुद को बदलने से पहले एक नया तरीका खोजने की जरूरत है- माता-पिता के साथ एक वयस्क बेटी की तरह रहना, न कि 25 साल पहले वाली बेटे की तरह।इससे रिश्ता भी बचेंगा, अपनापन भी बना रहेगा और आपकी स्वतंत्र जिंदगी भी रहेगी।



होने के बावजूद आपका अनुभव पहले जैसा नहीं है। यह जरूरी नहीं कि आपका अपने माता-पिता से प्यार कम हो गया है। हो सकता है कि आपको सिर्फ अपनी पुरानी स्वतंत्र जिंदगी की कमी महसूस हो रही हो। 25 साल स्वतंत्र जीवन जीने के बाद माता-पिता के घर लौटना बड़ा बदलाव है। परिवार वही है, लेकिन व्यक्ति की आदतें, सोच और जरूरतें बदल चुकी हैं। इसलिए घर में रहते हुए घुटन या बेचैनी महसूस हो सकती है। घर लौटने की खुशी की जगह तनाव क्यों? लंबे समय तक अकेले रहने के बाद जब कोई व्यक्ति माता-पिता के साथ वापस रहने लगता है तो उसे अपनी आजादी कम होती हुई महसूस हो सकती है। माता-पिता

माता-पिता के लिए सामान्य हो सकता है। लेकिन आपको अपने अकेलापन और पर्सनल स्पेस की जरूरत ज्यादा महसूस हो सकती है। इसमें किसी एक को गलत ठहराने की जरूरत नहीं है। दोनों की जरूरतें अलग हो सकती हैं। घर लौटने पर तनाव की वजह पुराने नियमों में लौटना। प्राइवसी कम होना। पेरेंट्स वेग सवाल टोकाटाकी। दिनचर्या बदलना। पर्सनल स्पेस कम होना हर वक्त निगारानी में रहना। परेशानी की असल वजह क्या है? पहले यह समझें कि आपको वास्तव में परेशानी किस बात से है, जैसेकि- क्या आपको अपने कमरे में पर्याप्त निजी जगह नहीं मिलती? क्या आपके अने-जाने के समय पर

कि उन्होंने डॉक्टर को चोट दिखाई थी। डॉक्टर ने उन्हें टैपिंग के साथ खेलने की सलाह दी थी। वह यह भी कहती हैं कि उनकी एमआरआई रिपोर्ट कोच और फेडरेशन के पास थी और डॉक्टर के प्रिस्क्रिप्शन में उन्हें खेलने के लिए सक्षम बताया गया था। दिव्यांशी की रिपोर्ट निजी डॉक्टर की, एमएआई की अलग रिपोर्ट-जितेंद्र सिंह का कहना है दिव्यांशी जिस रिपोर्ट के आधार पर खुद को फिट बता रही हैं वह निजी डॉक्टर की है। स्पोर्ट्स अथॉरिटी ऑफ इंडिया की अलग मेडिकल रिपोर्ट है। इसके मुताबिक दिव्यांशी पूरी तरह फिट नहीं हैं। एशियन गेम्स में मेडल जीतना हमारा सबसे बड़ा लक्ष्य है, इसलिए अनफिट



कंधे में चोट लगी थी। चोट के कारण उन्होंने 4-5 दिन अभ्यास नहीं किया, लेकिन बाद में रिकवर होकर दोबारा खेला। इसके बाद वह इंटरनेशनल टूर्नामेंट में भी गईं। दिव्यांशी ने बताया

खिलाड़ी को नहीं भेजा सकता था। फाइनल ट्रायल में रोशीबीना को हराया, फिर भी नाम कट गया- दिव्यांशी का दावा है कि जून में हुए एशियन गेम्स के फाइनल सिलेक्शन ट्रायल में उन्होंने 60 किग्रा वॉ में दो बार की एशियन गेम्स मेडलिस्ट रोशीबीना देवी को हराया था। उनका कहना है कि ट्रायल में बेहतर प्रदर्शन करने के बावजूद उनका नाम टीम से हटा दिया गया। दिव्यांशी सवाल उठाती हैं कि जब उन्होंने फाइनल ट्रायल में रोशीबीना को हराया था, तो फिर उन्हें एशियन गेम्स में खेलने का मौका क्यों नहीं दिया गया। वीडियो में बोलीं- 'मां-पापा माफ करना' वीडियो के आखिरी हिस्से में दिव्यांशी भावुक

हो जाती हैं। वह अपने माता-पिता से माफी मांगती हैं और कहती हैं कि उन्होंने कभी सुसाइड नहीं करना चाहा, लेकिन अब उन्हें ऐसा करना पड़ेगा। इसके बाद वह अपने माता-पिता को प्यार करने की बात कहती हैं। आखिर में वह अपनी फिट दिखती हैं, घर की छत की ओर कैमरा करती हैं और कहती हैं कि यह उनका आखिरी वीडियो है। पिता बोले- चयन हुआ, फिट मिली, सेरेमनी भी हुई- दिव्यांशी के पिता सुनील कुमार सिंह ने बताया कि जम्मू-कश्मीर में हुए फाइनल चयन ट्रायल में उनकी बेटी पहले स्थान पर रही थी। उन्होंने फाइनल में चंडीगढ़ की खिलाड़ी को हराकर पहला स्थान हासिल किया।

आधुनिक समाचार

हिन्दी साप्ताहिक

रात होते ही एक्टिव होता दिमाग, नींद नहीं आती, अतीत से ऑफिस और भविष्य की चिंता सताती है, क्या करूं

नयी दिल्ली। इस भागदौड़ के जीवन में हर किसी का अतीत वर्तमान और भविष्य होता है जिसमे वर्तमान ही ऐसा है जिसपे वर्क किया जा सकता है जिससे बहुत और भविष्य काल दोनों सही हो जाते हैं। ऐसी विषय पर बात करेंगे एक्सपर्ट- डॉ. द्रोण शर्मा, कंसल्टंट साइकेट्रिस्ट, आयरलैंड, यूके। यूके, आयरिश और जिब्राटर मैडिकल काउंसिल के मेंबर जी से और विषय को समझेंगे सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- मैं 34 साल की हूँ और एक आईटी कंपनी में काम करती हूँ। दिन भर

रख सकते हैं। इसका संबंध एंजाइटी, डिप्रेशन या इंसोमनिया के साथ भी देखा गया है। लेकिन सिर्फ ज्यादा सोचने का मतलब कोई मानसिक बीमारी होना नहीं है। ब्रेन में एक्टिव विचारों का पैटर्न:- 1. पुरानी बातें दोहराना-मैंने ऐसा क्यों कहा? कहीं बात बुरी तो नहीं लगी? मीटिंग में गलती तो नहीं हुई? मुझे तब चुप रहना चाहिए था? क्या मेरा फैसला सही था? काश, मैंने ये नहीं किया होता। 2. भविष्य की चिंता:- कल क्या होगा? काम समय पर नहीं हुआ तो? बाँस क्या कहेंगे? अगर मैं

हो तो क्या करें? विचारों को पहचानें। चिंता को लिखकर रख दें। उसे रोकने की कोशिश न करें। खुद से कहें- 'इसे कल देखेंगे।' खुद को याद दिलाएं- 'यह सिर्फ विचार है।' अपनी सांसों पर ध्यान लगाएं। हर विचार का जवाब न खोजें। मन को धीरे से प्रेजेंट में लाएं। क्या यह ओसीडी (ऑब्सेसिव कंपल्सिव डिसऑर्डर) है? सिर्फ बार-बार सोचने का मतलब ओसीडी नहीं है। ओसीडी में विचार अक्सर व्यक्ति की इच्छा के खिलाफ आते हैं। वे परेशान करने वाले होते हैं और व्यक्ति को उनसे छुटकारा पाने या पूरी तरह आश्वस्त होने की जरूरत महसूस हो सकती है। इसके बाद व्यक्ति कुछ काम बार-बार कर सकता है, जिसे कंपल्शन कहते हैं। ये दो तरह के हो सकते हैं-फिजिकल कंपल्शन-जैसेकि बार-बार हाथ धोना, ताला चेक करना, चीजों को खास तरीके से लगाना या बार-बार वापस जाकर देखना। मेंटल कंपल्शन-जैसेकि मन-ही-मन गिनती करना, किसी शब्द या प्रार्थना को दोहराना, पुरानी घटना को बार-बार याद करके जानचना या अपनी भावनाओं को बार-बार परखना। मेंटल कंपल्शन बाहर से दिखाई नहीं देते। लेकिन इनमें भी काफी समय जा सकता है। ओसीडी में इन कामों से थोड़ी देर के लिए राहत मिलती है। फिर वही संदेह या बेचैनी वापस आ सकती है। ये ओवरथिंकिंग है या ओसीडी- करें सेल्फ एसेसमेंट टेस्ट:- यहां मैं आपको एक सेल्फ एसेसमेंट टेस्ट दे रहा हूँ। पिछले दो हफ्तों को ध्यान में रखकर नीचे दिए सवालों का जवाब दें। नीचे ग्राफिक्स में दो सेक्शन को कुल 10 सवाल हैं। पहले सेक्शन में 'ओवरस्टिमुलेशन और रूमिनेशन' से जुड़े सवाल हैं और दूसरे सेक्शन में ओसीडी से जुड़े सवाल हैं। आपको इन सवालों को 0 से 3 के स्केल पर रेट करना है। जैसेकि पहले सवाल के लिए अगर आपका जवाब 'कभी नहीं' है तो 0 नंबर दें और अगर आपका जवाब 'लगभग हर दिन' है तो 3 नंबर दें। अंत में अपना स्कोर टोटल करें। नीचे स्कोर की एनालिसिस देखें। स्कोर इंटरप्रिटेशन- सेक्शन ए में अगर स्कोर 9 या उससे ज्यादा है तो इसका मतलब है कि ओवरस्टिमुलेशन और रूमिनेशन में अधिकता हो सकती है। इस पर ध्यान देने की जरूरत है। सेक्शन बी में अगर सवाल 8 और 10 का अंक 2 या 3 है तो ओसीडी (ऑब्सेसिव कंपल्सिव डिसऑर्डर)

तो मैं ऑफिस के कामों में व्यस्त रहती हूँ, लेकिन जैसे ही रात में बिस्तर पर जाती हूँ, मेरा दिमाग सुपर एक्टिव हो जाता है। दिमाग में दिन भर की बातें घूमने लगती हैं। कौन-सा काम अधूरा रह गया, बाँस ने क्या कहा, कल क्या करना है। यहां तक कि मैं-पुरानी जाने कहीं-कहां की बातें आने लगती हैं। किसी इन्विविजबल प्युचर और मौत तक का डर सताने लगता है। मैं चाहकर भी अपने दिमाग को रोक नहीं पाती और इन्हीं सबके बारे में सोचती रहती हूँ। कई बार दो-तीन घंटे तक नींद नहीं आती। क्या ये स्ट्रेस है या किसी मेंटल हेल्थ इश्यु के कारण है? सवाल पूछने के लिए शुक्रिया। रात में सोने के समय दिमाग में तरह-तरह के विचार आना काफी कॉमन है। दिनभर हमारा दिमाग काम में बिजी होता है। ईमेल, मीटिंग, फोन, डेडलाइन और छोटे-बड़े फैंसलेड ब्रेन को लगातार सक्रिय रखते हैं। यानी शरीर रुकने ही थक रहा हो, दिमाग को रुकने का मौका नहीं मिलता। फिर रात में काम खत्म होता है और हम बिस्तर पर पहुँचते हैं। तब बाहर की हलचल तो धम जाती है, लेकिन दिमाग इतनी जल्दी शांत नहीं होता। दिन भर जिन बातों पर ध्यान देने का समय नहीं मिला, वे एक-एक करके याद आने लगती हैं। रात में ब्रेन ओवरएक्टिव होने के पीछे ये संभावित कारण हो सकते हैं- रात में ओवरएक्टिव ब्रेन हो सकते हैं ये कारण:- दिन में लगातार काम करना। ईमेल, मीटिंग डेडलाइन प्रेशर। लगातार एलर्ट मोड में रहना। रात में ही ब्रेन को रेस्ट मिलना। भविष्य को लेकर चिंताएं। तनाव और मानसिक दबाव। शाम को कैफीन का सेवन। शो का अनियमित समय। रात में ज्यादा स्क्रीन टाइम। रात में कौन से विचार आते हैं?रात के समय ब्रेन में दो तरह की चीजें एक्टिव हो सकती हैं- 1. बार-बार पुरानी बातों को दोहराना- बार-बार पुरानी या एक ही तरह की बातों को दोहराते रहने को रूमिनेशन कहते हैं। मसलन- बाँस ने ऐसा क्यों कहा? मैंने मीटिंग में वह बात क्यों बोली? मुझसे गलती तो नहीं हो गई? मुझे उस समय कुछ और कहना चाहिए था? 2. भविष्य की चिंता करना:- यह चिंता है। इसमें दिमाग बार-बार भविष्य की संभावित परेशानियों के बारे में सोच-सोचकर परेशान होता है, जैसेकि- अगर कल काम पूरा नहीं हुआ तो अगर बाँस नाराज हो गए तो? अगर कुछ गलत हो गया तो? आगे मेरी नौकरी का क्या होगा? रूमिनेशन और चिंता, दोनों मिलकर दिमाग को लगातार सक्रिय

फेल हो गई तो? कहीं नौकरी न चली जाए? मेरे सारे पैसे डूब गए तो? जितना रोकेंगे, विचार उतने ही ज्यादा आएंगे- मान लीजिए कोई आपसे कहे कि अगले एक मिनट तक गुलाबी हाथी के बारे में बिल्कुल मत सोचिए। संभव है कि सबसे पहले आपके दिमाग में गुलाबी हाथी ही आए। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि विचार को रोकने के लिए दिमाग बार-बार जांचता है कि कहीं वही विचार तो नहीं आ रहा। इससे वह विचार अगर ज्यादा सक्रिय हो सकता है। यही बात रात में भी हो सकती है। आप खुद से कहें- 'मुझे बिल्कुल नहीं सोचना है। मुझे अभी सोना



है। लेकिन दिमाग उसी विचार की निगरानी करने लगता है। इसलिए विचारों से लड़ने की बजाय उन्हें पहचानना बेहतर है। खुद से कहें- 'मेरे दिमाग में यह विचार आया है। मुझे इसे अभी हल करने की जरूरत नहीं है।' ब्रेन ओवरएक्टिव

मुख्य समस्या हो सकती है। नींद पर असर कितना गंभीर? अगर रात में ये चीजें हो रही हैं तो इसे गंभीरता से लेने की जरूरत है- नींद आने में काफी समय लग रहा है। बार-बार नींद खुल रही है। सुबह जल्दी नींद खुल रही है। इसका असर आगले

मुताबिक, 'हनुमान अंश' ने 36वें दिन भारत में 10.50 करोड़ रुपए का नेट कलेक्शन किया। फिल्म का भारत में कुल नेट कलेक्शन 173.63 करोड़ और ग्राँस कलेक्शन 205.15 करोड़ रुपए हो गया है। दूसरी ओर, 'हैवान' की शुरुआत बॉक्स ऑफिस पर धीमी रही है। 7 हजार से ज्यादा स्क्रीन

सिनेमा/महिलाजगत

प्रयागराज, रविवार 13 सितम्बर 2026 से 19 सितम्बर 2026 तक

8

मराठी बोलने से इनकार पर संजय दत्त की माफी,मंत्री को कॉल कर बोले- अच्छी मराठी आती है, मजाक था

मुंबई। बॉलीवुड एक्टर संजय दत्त मराठी बोलने से इनकार करने पर विवादों में हैं। वह कुछ समय पहले दही हांडी प्रोग्राम में पहुंचे थे, जहां शिवसेना नेता (शिंदे गूट) और महाराष्ट्र के परिवहन मंत्री प्रताप

भावना आहत हुई हो या कोई गलत संदेश गया हो तो मैं माफी चाहता हूं। मेरा परिवार मुंबईकर है। मैं इसी मिडिी में पला-बढ़ा हूँ और महाराष्ट्र ने मुझे बहुत कुछ दिया है।' बालासाहेब ठाकरे को भी याद

करते हैं, लेकिन हम सभी मराठी समझते हैं।'मंत्री की बात पर मंच पर मौजूद लोगों के चेहरे पर हंसी दिखाई दी। इसके बाद संजय दत्त ने माइक लिया और पहले 'हर हर महादेव' के नारे लगाए। फिर उन्होंने



सरनाईक ने उनसे मराठी में बात करने कहा था। संजय ने इनकार कर दिया और कहा कि वो 6 साल तक जेल में रहकर भी मराठी नहीं सीख सके। संजय के बयान पर मजबूती से उनके साथ खड़े रहे थे। संजय दत्त ने कहा कि वह बालासाहेब ठाकरे के प्रति हमेशा सम्मान रखते हैं।जानिए क्या है पूरा विवाद? संजय दत्त रविवार को मुंबई में आयोजित दही हांडी कार्यक्रम में पहुंचे थे। यह कार्यक्रम ठाणे में शिवसेना (शिंदे गूट) के नेता और महाराष्ट्र के परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक ने आयोजित किया था। संजय दत्त मंच पर हिंदी में बोल रहे थे। इस पर प्रताप सरनाईक ने कहा, 'आजकल मैं सभी लोगों को मराठी सिखा रहा हूँ। तो मैंने सोचा कि क्यों न हम सब संजय दत्त से मराठी में बात करवाएं। वह हिंदी में बात

किया-फोन पर बातचीत के दौरान संजय दत्त ने शिवसेना प्रमुख बालासाहेब ठाकरे को भी याद किया। उन्होंने कहा कि उनके परिवार के कठिन दौर में बालासाहेब ठाकरे मजबूती से उनके साथ खड़े रहे थे। संजय दत्त ने कहा कि वह बालासाहेब ठाकरे के प्रति हमेशा सम्मान रखते हैं।जानिए क्या है पूरा विवाद? संजय दत्त रविवार को मुंबई में आयोजित दही हांडी कार्यक्रम में पहुंचे थे। यह कार्यक्रम ठाणे में शिवसेना (शिंदे गूट) के नेता और महाराष्ट्र के परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक ने आयोजित किया था। संजय दत्त मंच पर हिंदी में बोल रहे थे। इस पर प्रताप सरनाईक ने कहा, 'आजकल मैं सभी लोगों को मराठी सिखा रहा हूँ। तो मैंने सोचा कि क्यों न हम सब संजय दत्त से मराठी में बात करवाएं। वह हिंदी में बात

मजाकिया लहजे में कहा, 'प्रताप भाई, मैं 6 साल जेल में रहा, येरवडा में। तब भी मराठी नहीं सीख पाया। मैंने थोड़ी सी सीखी थी।' बीजेपी विधायक ने शिवसेना मंत्री पर निशाना साधा- जय दत्त के बयान पर भारतीय जनता पार्टी के विधायक नरेंद्र मेहता ने प्रताप सरनाईक पर सवाल उठाए। नरेंद्र मेहता ने कहा, 'अगर कोई कलाकार मराठी नहीं जानता तो उस पर आप हंसते हैं, लेकिन दूसरी तरफ आम रिक्शा चालकों पर मराठी भाषा को लेकर दबाव बनाया जाता है। यह कैसा न्याय है? एकनाथ शिंदे ने उन्हें कभी कुछ करने नहीं दिया। वहां डमी मंत्री की जरूरत है, इसलिए वे हैं। मराठी न बोलने पर सोशल मीडिया पर हुए ट्रोल- संजय दत्त के मराठी बोलने से इनकार के बाद सोशल मीडिया पर चर्चा शुरू हो गई। एक यूजर ने

लिखा, 'सिर्फ संजय दत्त या सलमान खान ही किसी मंत्री को इस तरह मना कर सकते हैं और फिर भी मुस्कुरा सकते हैं।' एक यूजर ने लिखा, 'मतलब साफ है, मराठी भाषा का अनिवार्य होना सिर्फ शहर के ऑटो-रिक्शा और टैक्सी वालों के लिए है, बड़े लोगों के लिए नहीं।' एक ने कहा, 'विडंबना देखिए, काश शहर के ऑटो वाले भी ऐसा कह पाते और भारी जुमाने से बच पाते।' कुछ लोग मराठी न बोलने पर संजय दत्त को ट्रोल भी कर रहे हैं। एक ने कहा, 'आप पूरी जिंदगी महाराष्ट्र में रहे, फिर भी आपको मराठी नहीं आती। यह शर्मनाक है।' संजय दत्त के वो बयान और डायलॉग, जिनसे हुआ विवाद-1. 2009- चुनावी सभा में टांडा को लेकर बयान-2009 के लोकसभा चुनाव के दौरान संजय दत्त समाजवादी पार्टी के लिए प्रचार कर रहे थे। उत्तर प्रदेश के मऊ में एक चुनावी सभा के दौरान उन्होंने अपने पिता सुनील दत्त और मां नरगिस का जिक्र करते हुए 1993 के मुंबई बम धमाकों के बाद अपने खिलाफ हुई कार्रवाई पर बात की। संजय दत्त ने कहा था कि उनकी मां सुरिम्भ थी और इसी वजह से उनके परिवार को परेशान किया गया। उन्होंने अपने खिलाफ टांडा के तहत हुई कार्रवाई का भी जिक्र किया।इस बयान को लेकर विवाद हुआ और चुनाव आयोग ने भी मामले का संज्ञान लिया। संजय दत्त के बयान को चुनाव प्रचार में सांप्रदायिक संदर्भ के तौर पर देखा गया। 2. 2016: सलमान खान को बताया 'एरोगेट'- संजय दत्त और सलमान खान की दोस्ती बॉलीवुड की चर्चित दोस्तियों में रही है। ऐसे में 2016 में एक कार्यक्रम के दौरान जब संजय दत्त से सलमान खान को एक शब्द में बयान करने के लिए कहा गया और उन्होंने 'एरोगेट' कहा, तो यह जवाब सुर्खियों में आ गया।

प्रेमनेंसी में बढ़ता गॉल ब्लेडर स्टोन का खतरा,जानें बचाव के तरीके

जयपुर। गॉल ब्लैडर शरीर का एक छोटा लेकिन बहुत जरूरी अंग है। ये पित्त को स्टोर करता है और पाचन में मदद करता है। लेकिन महिलाओं में प्रेमनेंसी के दौरान शरीर में होने वाले हॉर्मोनल

लेकिन अहम हिस्सा है। सवाल- गॉलब्लेडर स्टोन क्यों होता है? जवाब- कुछ कंडीशंस में गॉलब्लेडर में जमा हो रहा बाइल जूस बाहर नहीं निकल पाता, जिसके कारण स्टोन की संख्या बढ़ सकती है।



इसके कई कारण हैं- जब बाइल जूस लंबे समय तक गॉलब्लैडर में जमा रहता है, यह पूरी तरह खाली नहीं हो पाता है। जब बाइल जूस का फ्लो बहुत धीमा हो जाता है। जब शरीर जरूरत से ज्यादा कोलेस्ट्रॉल बनाता है, यह गॉलब्लैडर में जमा हो जाता है। इन कंडीशंस में बाइल जूस और कोलेस्ट्रॉल आस में मिलकर छोटे-छोटे ठोस कण बना लेते हैं, जो आगे चलकर पथरी का रूप ले सकते हैं। सवाल- महिलाओं में प्रेमनेंसी के दौरान और बाद में गॉलब्लैडर स्टोन क्यों विकसित होते हैं? जवाब- प्रेमनेंसी और डिलीवरी के बाद महिलाओं में गॉलस्टोन की मुख्य वजह हॉर्मोनल बदलाव है।प्रेमनेंसी के दौरान एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टेरोन हॉर्मोन का लेवल बढ़ जाता है। ये हॉर्मोन जरूरी होते हैं, लेकिन पित्त का ग्रांजुलन प्रभावित करते हैं। एस्ट्रोजन पित्त में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बढ़ा देता है। प्रोजेस्टेरोन गॉलब्लैडर की मसलस को सॉफ्ट कर देता है। इसवै कारण गॉलब्लैडर से पित्त निकलने में मुश्किल होती है। लंबे समय तक गॉलब्लैडर में पित्त जमा रहने से कोलेस्ट्रॉल के साथ मिलकर

महिलाओं में गॉलब्लैडर स्टोन का रिस्क बढ़ा सकती है। सवाल- प्रेमनेंसी के दौरान गॉलब्लैडर प्रॉब्लम के क्या लक्षण होते हैं? जवाब- कई मामलों में गॉलस्टोन होने पर कोई लक्षण नहीं दिखाता है। इन्हें 'साइलेंट गॉलस्टोन' कहा जाता है। इसवै कारण गॉलब्लैडर वेठ कामकाज में बहुत फर्क भी नहीं पड़ता है। लेकिन कुछ मामलों में गॉलब्लैडर में अचानक असहनीय दर्द भी हो सकता है। ये लक्षण अक्सर तीसरी तिमाही या प्रसव के बाद ज्यादा दिखते हैं। ऐसे लक्षण दिखें तो तुरंत डॉक्टर को दिखाना चाहिए। सवाल- प्रेमनेंसी के दौरान गॉलब्लैडर स्टोन का इलाज कैसे किया जाता है? जवाब- अगर प्रेमनेंसी के दौरान गॉलस्टोन डायनोज हो जा है, लेकिन कोई लक्षण नहीं दिख रहा है तो आमतौर पर इलाज की जरूरत नहीं होती है। हालांकि, डॉक्टर इसे लगातार मॉनीटर करते हैं, ताकि भविष्य में कोई लक्षण उमरे तो समय पर इलाज का दिखाना चा सके।अगर लक्षण गंभीर हैं या किसी कॉम्प्लिकेशन का रिस्क है तो तुरंत इलाज जरूरी होता है। अगर दर्द बहुत ज्यादा है तो 'गॉलब्लैडर रिमूवल सर्जरी' की जरूरत पड़ सकती है। सवाल- प्रेमनेंसी में गॉलब्लैडर स्टोन

होने पर क?न बातों का ख्याल रखें? जवाब- प्रेमनेंसी में गॉलब्लैडर स्टोन होने पर खानपान से लेकर लाइफस्टाइल तक ज्यादा सावधानी बरतनी पड़ती है।कुछ छोटे बदलाव करके गॉलब्लैडर स्टोन से जुड़े लक्षणों को कंट्रोल किया जा सकता है। पॉइंटर्स से समझते हैं- ऑयली फूड न खाएं- भारी और ऑयली फूड न खाएं। ज्यादा फैट और तला-भुना खाना गॉलब्लैडर पर दबाव डालता है, जिससे दर्द बढ़ सकता है।फाइबर से भरपूर डाइट लें- अपनी डाइट में फल, हरी सब्जियां, दालें और साबुत अनाज शामिल करें।फाइबर न केवल पाचन को दुरुस्त रखता है, बल्कि स्टोन की समस्या में भी राहत देता है। एक साथ ज्यादा न खाएं- पेट भरकर एक बार में खाने की बजाय, दिन भर में छोटे-छोटे मील लें। इससे पाचन तंत्र पर बोझ नहीं पड़ता और दर्द का खतरा कम हो जाता है। हाइड्रेटेड रहें- शरीर को हमेशा हाइड्रेटेड रखें। पर्याप्त पानी पीने से पित्त (बाइल) पतला रहता है, जिससे गॉलब्लैडर में सूजन और जलन की आशंका कम हो जाती है। स्ट्रेस मैनेज करें- प्रेमनेंसी में तनाव हॉर्मोनल संतुलन बिगाड़ सकता है, जिसका असर गॉलब्लैडर पर भी पड़ता है। मन शांत रखने के लिए योग, मेडिटेशन करें। सवाल- प्रेमनेंसी में गॉलब्लैडर स्टोन को कैसे रोकना जा सकता है? जवाब- प्रेमनेंसी के दौरान गॉलस्टोन से बचाव का सबसे अच्छा तरीका है हल्दी लाइफस्टाइल और समय-समय पर फिजिकल एक्टिविटी। इसके बाद सलाह दें। अगर स्टोन पहले से हैं, तो सिर्फ डाइट बदलने से तनाव खत्म नहीं होते, लेकिन लक्षणों को काफी हद तक कंट्रोल किया जा सकता है।

स्वत्वाधिकारी
प्रकाशक एवं मुद्रक
डॉ. दीपक अरोरा
श्री आधुनिक प्रिन्टर्स
एण्ड
पैकेजिंग प्रा. लि.
1- मिर्जापुर रोड नैनी
प्रयागराज उ.प्र. 211008 से
मुद्रित एवं एम2ए/25 एडीए
कालिनी नैनी प्रयागराज
211008 (उ.प्र.)
से प्रकाशित
समापक
डॉ.दीपक अरोरा
मो 0 नो 09415608783
RNI No. UPHIN/2012/41154
website-www.adhuniksamachar.com
नोट:- इस समाचार पत्र में
प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन
एवं सम्पादन हेतु पीओआरबीओ एक्ट
के अन्तर्गत उत्तरदायी तथा इनसे
उत्पन्न समस्त विवाद इलाहाबाद
न्यायालय के अधीन ही होंगे।