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- 30 | प्रयागराज, सोमवार 06 अप्रैल, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

ईरान ने 24 घंटे में 2 अमेरिकी जेट्स गिराए,2 रेस्क्यू हेलिकॉप्टर पर अटैक, अमेरिका ने एक पायलट को बचाया

तेहरान। ईरान ने शुक्रवार को अमेरिका के दो लड़ाकू विमान गिराने का दावा किया है। इनमें एक एफ-35 फाइटर जेट और दूसरा ए-10 अटैक एयरक्राफ्ट है। हालांकि कई मीडिया रिपोर्ट्स में दावा किया जा रहा है कि गिरने वाला पहला फाइटर जेट एफ-35 नहीं बल्कि एफ-15ई है। वही दूसरा ए-10 एयरक्राफ्ट किसी तरह कुवैत के हवाई क्षेत्र तक पहुंच गया, जहां पायलट ने इजेक्ट कर लिया। पायलट सुरक्षित है, लेकिन विमान कुवैत में क्रैश हो गया। दो अमेरिकी ब्लैकहॉक हेलिकॉप्टर, जो रेस्क्यू ऑपरेशन में लगे थे, उन पर भी ईरान ने हमला किया, लेकिन उनमें सवार सैनिक सुरक्षित हैं। एक अमेरिकी अधिकारी के अनुसार एफ-15ई फाइटर जेट्स के एक पायलट को ईरान से रेस्क्यू कर लिया है जबकि एक और पायलट की तलाश में ऑपरेशन चला रहा है। वहीं, ट्रम्प ने कहा है कि ईरान में अमेरिकी फाइटर जेट गिराए जाने की घटना से दोनों देशों के बीच बातचीत पर कोई असर नहीं पड़ेगा। ट्रम्प ने कहा, 'हम युद्ध में हैं।' उन्होंने यह बात अमेरिकी मीडिया एनसीबी से एक फोन इंटरव्यू में कही। ईरान ने अमेरिकी फाइटर जेट के पायलट को पकड़ने पर 10 बिलियन ईरानी तोमान (लगभग 55 लाख रुपए) के इनाम का ऐलान किया है। ईरान के सरकारी मीडिया आईआरआईबी के एक एंकर ने पकड़कर सरकारी अधिकारी या सेना को सौंपे। खाड़ी क्षेत्र में बढ़ते संकट का असर अब थाईलैंड के मछली उद्योग पर भी साफ दिख रहा है। डीजल की कीमतों में तेज बढ़ोतरी के कारण एक हजार से ज्यादा मछली पकड़ने वाली नावों को काम बंद करना पड़ा है। समुत सोंगखला इलाके के नाव मालिकों का कहना है कि वे आर्थिक रूप से संघर्ष कर रहे हैं और कुछ को अपनी नावें किनारे लगानी पड़ रही हैं। स्थिति इतनी गंभीर हो गई है कि कई लोग अपने कर्मचारियों की छंटनी पर भी विचार कर रहे हैं।

रडार को चकमा देने वाली इन मिसाइलों के चलते अमेरिका से टकरा रहा ईरान, 50फीसदी क्षमता खत्म, फिर भी डटा है तेहरान

तेहरान। ईरान की बैलिस्टिक मिसाइलों ने अमेरिका इजरायल समेत खाड़ी देशों की नाक में दम कर रखा है। सच ये है कि ईरान ने आधुनिक युद्ध की परिभाषा ही बदलकर रख दी है। ईरान ने दुनिया के सामने युद्ध का एक ऐसा मॉडल रखा है जहां वैश्विक शक्तियों का वर्चस्व खत्म होता है और पारंपरिक सेना की जरूरत खत्म होती है। ईरान की एडवांस बैलिस्टिक मिसाइलों को रोकने में थाड और आयरन डोम जैसे मोस्ट एडवांस एयर डिफेंस सिस्टम भी सौ फीसदी काबिल नहीं हो पा रहे हैं। ऐसे में कोई कम शक्तिशाली देश अपनी मिसाइल शक्ति से वैश्विक शक्तियों को घुटने पर लाने की काबिलियत रखता है। ईरान की मिसाइल क्षमता ने देशों के मनोविज्ञान पर असर डाला है। 28 फरवरी को युद्ध शुरू हुआ था और सिर्फ अमेरिका ने अभी तक ईरान पर साढ़े 12 हजार से ज्यादा टारगेट पर हमले किए हैं। फिर भी अमेरिका की खुफिया एजेंसियों का आकलन है कि ईरान की 50 प्रतिशत से ज्यादा मिसाइल क्षमता बनी हुई है। यानि उस आधार पर ईरान अभी भी कम से कम एक महीने से ज्यादा युद्ध लड़ने की क्षमता रखता है। उसकी मिसाइलों ने संयुक्त अरब अमीरात, सऊदी अरब, कतर, बहरीन और इजरायल में तबाही मचा दी है। अमेरिका और इजरायल ने 28 फरवरी को पहले हमले में ही ईरान के कमांड सेंटर को तबाह कर दिया था। प्रतिबंधों की वजह से ईरान कभी भी एक मजबूत वायुसेना नहीं बना पाया। लेकिन उसने अपनी मजबूत बैलिस्टिक और क्रूज मिसाइल और मानवरहित हवाई वाहनों के दम पर युद्ध को एक महीने से ज्यादा खींच लिया। ये ईरान की जीत कही जाएगी। ईरान ने अपने हथियारों के जखीरे को एक आक्रामक हथियार के तौर पर नहीं, बल्कि एक रणनीतिक निवारक और शासन के अस्तित्व की गारंटी के तौर पर पेश किया है। इसी वजह से वह अलग-अलग स्थितियों का जवाब अलग-अलग तैयारियों के साथ देता है। 2022 के आंकड़ों के मुताबिक क्रूज मिसाइलों को छोड़कर ईरान के पास 3 हजार से ज्यादा बैलिस्टिक मिसाइलों के होने का अंदाजा लगाया गया था। ईरान के पास मध्य पूर्व में सबसे बड़ा और सबसे विविध मिसाइल भंडार है। पिछले एक दशक में इसने अपनी मिसाइलों की सटीकता और अचूकता में महत्वपूर्ण प्रगति की है। इस युद्ध से पता चलता है कि ईरान ने पिछले 15-20 सालों में मिसाइल युद्ध लड़ने की जो रणनीति अपनाई थी वो सही साबित हुई है।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

जंग के बीच ट्रम्प सरकार अस्थिर,24 घंटे में निकाले गए आर्मी चीफ और अटॉर्नी जनरल काश पटेल-तुलसी गबार्ड को भी हटाने की चर्चा

वॉशिंगटन। अमेरिका की अटॉर्नी जनरल पैम बॉन्डी को हटाए जाने के बाद अब ट्रम्प सरकार में कुछ और बड़े अफसरों को निकाले जाने की आशंका बढ़ गई है। अमेरिकी वेबसाइट द अटलांटिक की रिपोर्ट के मुताबिक अगला नंबर FBI चीफ काश पटेल और नेशनल इंटेलिजेंस चीफ तुलसी गबार्ड का हो सकता है।रक्षा मंत्री पीट हेगसेथ ने गुरुवार को आर्मी चीफ जनरल रैंडी जॉर्ज को तुरंत रिटायर होने का आदेश दिया। व्हाइट हाउस के प्लान से जुड़े कई लोगों ने बताया कि और भी अधिकारियों को हटाने पर चर्चा चल रही है। इसमें आर्मी सेक्रेटरी डेनियल ड्रिस्कॉल और लेबर सेक्रेटरी लोरी चावेज-डीरेमर का नाम भी शामिल है।ट्रम्प अपने दूसरे कार्यकाल में बड़े अधिकारियों को हटाने से बचते रहे थे। उन्हें लगता था कि ऐसा करना डेमोक्रेट्स और मीडिया के सामने झुकना होगा। पिछले कुछ महीनों तक यह आदेश था कि मिडटर्म चुनाव से पहले किसी कैबिनेट अधिकारी को नहीं हटाया जाएगा, लेकिन ईरान युद्ध के बाद ट्रम्प की लोकप्रियता घटने से स्थिति बदल गई है।ईरान से जंग के बीच अमेरिकी सरकार में तेजी से प्रशासनिक बदलाव हो रहे हैं। सबसे पहले होमलैंड सिक्योरिटी चीफ क्रिस्टी नोएम को बेदखल किए जाने से इसकी शुरुआत हुई। उन्हें किस वजह से हटाया गया इस बारे में आधिकारिक तौर पर कोई वजह नहीं बताई गई है। कुछ समय से उनकी काम करने की शैली और फैसलों पर सवाल उठ रहे थे।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

बिहार में नए सीएम का नाम अब तक तय नहीं, फिर मंत्रिमंडल का क्या होगा सिस्टम? जानिए समीकरण

पटना। बिहार की सियासत में इन दिनों सबसे बड़ा सवाल यही है कि राज्य की कमान अब किसके हाथ में होगी? मुख्यमंत्री नीतीश कुमार आगामी 10 अप्रैल को राज्यसभा सदस्य के रूप में शपथ लेने वाले हैं। माना जा रहा है कि इसके तुरंत बाद वह मुख्यमंत्री पद से इस्तीफा दे देंगे और खरमास समाप्त होते ही बिहार में नई सरकार का गठन हो जाएगा। केंद्रीय मंत्री चिराग पासवान ने भी स्पष्ट कर दिया है कि एनडीए के भीतर मुख्यमंत्री के नाम को लेकर चर्चा का दौर जारी है। बीजेपी का होगा मुख्यमंत्री? जेडीयू को मिल सकते हैं दो डिप्टी सीएम- बिहार में 89 विधायकों के साथ भाजपा वर्तमान में सबसे बड़ी पार्टी है। नीतीश कुमार के हटने के बाद मुख्यमंत्री पद भाजपा के खाते में जाना तय माना जा रहा है। ऐसे में कयास लगाए जा रहे हैं कि 'डिप्टी सीएम' का पद जनता दल यूनाइटेड (जेडीयू) को मिलेगा। चर्चा यह भी है कि जेडीयू की ओर से दो उप-मुख्यमंत्री बनाए जा सकते हैं। सूत्रों के अनुसार, इस रेस में नीतीश कुमार के करीबी विजय चौधरी और निशांत कुमार का नाम सबसे आगे है। बड़े मठाधीशों का मानना हैं गृह विभाग और विधानसभा अध्यक्ष पद पर जेडीयू की नजर राजनीतिक गलियारों में चर्चा तेज है कि भले ही मुख्यमंत्री भाजपा का हो, लेकिन जेडीयू गृह विभाग और विधानसभा अध्यक्ष जैसे महत्वपूर्ण पदों पर अपना दावा ठोक रही है। कई दशकों से गृह विभाग नीतीश कुमार के पास ही रहा है, इसलिए पार्टी इसे अपने नियंत्रण में रखना चाहती है। हालांकि, मंत्रिमंडल में 'बड़े भाई' की भूमिका भाजपा की ही रहेगी और उसके मंत्रियों की संख्या जेडीयू से अधिक रहने की संभावना है। विधानसभा चुनाव 2025 के बाद जब एनडीए की सरकार बनी तो कुल 26 मंत्रियों ने शपथ ली थी। तब भाजपा से 14 मंत्री, जदयू से 8 मंत्री, लोजपा (राम) से दो, हम और रालोमो से एक-एक मंत्री बना था। अब नई सरकार के मंत्रिमंडल के रूप की बिहार में जो चर्चा है, उसके मुताबिक, मंत्रियों की संख्या 33 तक जा सकती है। इसमें भाजपा के 15 मंत्री और जदयू के 14 विधायक मंत्री बनाए जा सकते हैं। वहीं चिराग की पार्टी से दो मंत्री, उपेंद्र कुशवाहा और जीतन राम मांझी की पार्टी से पहले जैसे ही एक-एक मंत्री बनाए जा सकते हैं।मुख्यमंत्री के चेहरे को लेकर भाजपा एक बार फिर सस्पेंस बना रही है। प्रदेश नेताओं को डर है कि दिल्ली आलाकमान किसी 'डार्क हॉर्स' को सामने लाकर सबको चौंका न दे। चर्चाओं में सम्राट चौधरी का नाम सबसे ऊपर है, क्योंकि वह कुशवाहा समाज से आते हैं और नीतीश कुमार के भी भरोसेमंद माने जाते हैं। उनके अलावा नित्यानंद राय, संजीव चौरसिया, प्रेम कुमार, अभय गिरी जैसे कुछ नामों की भी सुगबुगाहट है। चूंकि विधानसभा चुनाव में अभी लंबा समय है, इसलिए भाजपा किसी नए चेहरे पर प्रयोग करने का दांव भी खेल सकती है।

यूएई के लिए कॉन्ट्रैक्ट किलिंग का आरोप, एक्स अमेरिकी सैनिक पर यमन में नेताओं को निशाना बनाने का दावा

वॉशिंगटनडीसी। एक पूर्व अमेरिकी सैनिक अब्रहाम गोलन पर आरोप लगा है कि उसने यूएई के लिए यमन में कॉन्ट्रैक्ट किलिंग ऑपरेशन चलाए। इसके बदले उसे हर महीने करीब 15 लाख डॉलर मिलते थे। न्यूज एजेंसी एपी की रिपोर्ट के मुताबिक, गोलन ने अमेरिकी नेवी के पूर्व अधिकारी इसाक गिलमोर के साथ मिलकर 'स्पीयर ऑपरेशंस' नाम की एक प्राइवेट मिलिट्री कंपनी बनाई थी। इसमें अमेरिकी स्पेशल फोर्स के पूर्व सैनिक शामिल थे। आरोप है कि इस कंपनी ने यूएई के साथ मिलकर यमन में टारगेटेड हत्याएं कीं और हर सफल मिशन पर उन्हें अतिरिक्त पैसे (बोनस) भी मिलते थे। यमन के सांसद अंसाफ अली मायो ने दावा किया कि 2015 में उन्हें मारने के लिए गोलन को हायर किया गया था। गोलन ने एक इंटरव्यू में माना कि वह ऐसे ऑपरेशन चला रहा था, लेकिन यूएई ने इन सभी आरोपों से इनकार किया है। यह मामला अमेरिका के 'एलियन टॉर्ट स्टैच्यूट' के तहत चल रहा है, जिसके तहत विदेशी नागरिक भी अंतरराष्ट्रीय कानून के उल्लंघन पर अमेरिकी अदालत में केस कर सकते हैं।

11 राज्यों का मौसम बदला,एमपी-राजस्थान में ओले गिर सकते हैं

केदारनाथ में बर्फबारी,यूपी में बिजली गिरने से कई लोगो की मौत

लखनऊ। देशभर में गर्मी की शुरुआत के बाद मौसम ने फिर करवट ली। दिल्ली, पंजाब सहित 11 राज्यों में शनिवार को तेज बारिश का अलर्ट है। मध्य प्रदेश में शुक्रवार को 36 जिलों में बारिश हुई, आज ओले गिरने की आशंका है। राजस्थान में शुक्रवार को रेगिस्तानी जिले जैसलमेर-बीकानेर में जमकर ओले गिरे। अजमेर-ब्यावर में आंधी से पेड़ गिर गए और टीनशेड उड़ गए। अगले तीन दिन ऐसा ही मौसम रहने का अनुमान है। उत्तर प्रदेश की कोसीकला अनाज मंडी में 10 हजार बोरियों में रखा 5 हजार क्विंटल गेहूं बारिश में भीग गया। इससे पहले राज्य में अलग-अलग जगह बिजली गिरने से 5 लोगों की मौत हो चुकी है।हिमाचल की राजधानी शिमला में तेज तूफान के साथ हल्की बारिश और लाहौल स्पीति के ऊंचे पहाड़ों पर बर्फबारी हुई। वहीं केदारनाथ में भी शनिवार को ताजा बर्फ गिरी। 6 अप्रैल यानि आज - उत्तराखंड, हिमाचल प्रदेश, जम्मू-कश्मीर, राजस्थान, महाराष्ट्र, पंजाब, दिल्ली, हरियाणा, चंडीगढ़, बिहार, केरल, आंध्र प्रदेश, तेलंगाना, कर्नाटक, नगालैंड, मणिपुर, मिजोरम, त्रिपुरा में बारिश की संभावना है। मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, उत्तराखंड, राजस्थान और उत्तर प्रदेश में ओलावृष्टि की आशंका है। तमिलनाडु में बिजली गिर सकती है। वहीं अगर बात करे तो राजस्थान में 25 से ज्यादा जिलों में तेज बारिश का अलर्ट जारी किया गया है। शुक्रवार को बीकानेर, श्रीगंगानगर, जैसलमेर में ओले भी गिरे। वहीं, जयपुर शहर में देर शाम आए अंधड़ के कारण अलग-अलग हादसों में दो लोगों की मौत हो गई। पंजाब और चंडीगढ़ में पिछले दो दिन से मौसम बदला हुआ है। रुक-रुककर बारिश होने की वजह से मौसम ठंडा हो गया है। तापमान में 5.4 डिग्री की गिरावट दर्ज की गई है। मौसम विभाग ने आज भी आंधी-तूफान का अलर्ट जारी किया है।हिमाचल प्रदेश के ऊंचे पहाड़ों पर अप्रैल में भी बर्फबारी हो रही है। बीती रात अटल टनल, दारचा, रोहतांग दर्रा, शिंकुला दर्रा और स्पीति वैली में बर्फ गिरी। शनिवार को कांगड़ा, कुल्लू, मंडी और शिमला जिला में ओले गिरने व तूफान का ऑरेंज अलर्ट जारी किया गया है।

दावा- राघव चड्ढा को केजरीवाल के घर पीटा,हरियाणा 'आप' पूर्व अध्यक्ष बोले- आंख पर चोट आई

इसका इलाज कराने इंग्लैंड गए सांसद

पंचकूला। आम आदमी पार्टी सांसद राघव चड्ढा को राज्यसभा में उपनेता पद से हटाए जाने के बाद विवाद बढ़ता जा रहा है। हरियाणा से आप के प्रदेश अध्यक्ष रहे नवीन जयहिंद ने आप नेताओं पर गंभीर आरोप लगाए हैं। जयहिंद ने वीडियो जारी कर दावा किया है कि राघव चड्ढा को दिल्ली में केजरीवाल के शीशमहल (सीएम हाउस) में बुलाकर मुर्गा बनाकर पीटा गया था। 4 नेताओं के सामने उनसे मारपीट हुई थी। जयहिंद ने यह भी कहा कि पिटाई में राघव की आंख पर चोट आई थी। इस चोट का इलाज कराने के लिए ही राघव इंग्लैंड गए थे। लोगों ने समझा कि राघव हनीमून मनाने के लिए इंग्लैंड गए हैं। राघव को सारे खुलासे खुलकर करने चाहिए। उधर, राघव चड्ढा ने भी उपनेता पद से हटाए जाने के बाद शुक्रवार को अपनी प्रतिक्रिया पहले ही दे चुके हैं। उन्होंने वीडियो जारी कर कहा था कि मुझे खामोश करवाया गया है, लेकिन मैं हारा नहीं हूं। आम आदमी को ये मेरा संदेश है। जानिए नवीन जयहिंद ने राघव चड्?ढा को लेकर क्या कहा- राजदार और मालदार हैं राघवः नवीन जयहिंद ने 2 मिनट का वीडियो जारी किया। इसकी शुरुआत में कहा कि राघव चड्ढा मालदार और राजदार हैं। राघव यह भी बताएं कि उन्हें अरविंद केजरीवाल के शीशमहल में बुलाकर मुर्गा बनाकर पीटा गया था। वह यह बात लोगों को क्यों नहीं बता रहे?बताइए कि वे चार लोग कौन थेः सबको बताइए कि वे चार लोग कौन थे जो वहां बैठे थे जब आपको पीटा गया। आपसे एक लेनदेन के मामले में पूछताछ की गई थी। आप रोते रहे और वहां पर किसी ने भी आपका साथ नहीं दिया। बताओ क्यों गए थे इंग्लैंडः जयहिंद ने वीडियो के आखिरी में कहा कि राघव बहुत बड़ा नाम है, थोड़ी हिम्मत करो। राज्यसभा में इतना बोलते हैं, तो यह भी बोलिए। बताओ क्यों गए थे इंग्लैंड, लोग सोच रहे हैं कि बीवी के साथ गए थे। बेचारा मुश्किल से आंख ठीक करवा पाया है।

कमलनाथ, आनंद शर्मा, थरूर का सरकार को समर्थन,कांग्रेस नेताओं ने कहा- मिडिल ईस्ट संकट को अच्छे से संभाला

राहुल से अलग राय

नयी दिल्ली। कांग्रेस के 3 बड़े नेताओं ने मिडिल ईस्ट जंग और एलपीजी संकट पर पार्टी लाइन से हटकर बात की। इनमें कमलनाथ, आनंद शर्मा और शशि थरूर शामिल हैं। उधर, राहुल गांधी इन मुद्दों पर सीधे प्रधानमंत्री का नाम लेकर निशाना साध रहे हैं। पूर्व केंद्रीय मंत्री आनंद शर्मा ने भारत के डिप्लोमैटिक तरीके की तारीफ करते हुए इसे मैच्योर और स्किलफुल बताया। वहीं मध्य प्रदेश के पूर्व मुख्यमंत्री कमलनाथ ने गैस संकट पर कहा था कि ऐसी कोई कमी नहीं है। यह बस माहौल बनाया जा रहा है। कांग्रेस नेताओं के बयान-आनंद शर्मा ने 2 अप्रैल को एक्स पर लिखा, 'संकट से निपटने में भारत का डिप्लोमैटिक तरीका समझदारी भरा रहा है। इससे संभावित मुश्किलों से बचा गया है। सरकार ने 'एक अप्रत्याशित और अस्थिर स्थिति' में राजनीतिक नेताओं को पॉलिसी फैसलों के बारे में बताने के लिए एक ऑल-पार्टी मीटिंग भी की। उन्होंने आगे लिखा कि यह नेशनल डायलॉग जारी रहना चाहिए। राष्ट्रीय एकता और राष्ट्रीय हित को ध्यान में रखकर एक मैच्योर रिस्पॉन्स आज की जरूरत है। इस पोस्ट को भाजपा प्रवक्ता प्रदीप भंडारी ने भी शेयर किया था। एलपीजी की कमी की कई रिपोर्टों के सामने आने पर कमलनाथ ने गुरुवार को एमपी के छिंदवाड़ा में कहा, ऐसी कोई कमी नहीं है। यह बस एक माहौल बनाया जा रहा है कि कमी है। कमलनाथ ने कुछ लोगों पर राजनीतिक फायदे के लिए जानबूझकर पैनिक पैदा करने का आरोप लगाया। हालांकि इस बयान पर केंद्रीय मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया ने भी रिएक्शन दिया। उन्होंने एक्स पर पोस्ट में लिखा कि कांग्रेस के नेता खुद मान रहे हैं कि देश में पेट्रोल, डीजल और गैस की कमी नहीं है। कांग्रेस सांसद शशि थरूर ने मार्च में द इंडियन एक्सप्रेस में लिखे लेख में पश्चिम एशिया संकट पर भारत सरकार के संयमित रुख का समर्थन करते हुए इसे जिम्मेदार व रणनीतिक कूटनीति बताया है। इस मामले में चुप्पी कायरता नहीं है। बल्कि हमें समझना होगा कि हमारे राष्ट्रीय हित इस इलाके से जुड़े हुए हैं। राहुल गांधी ने कहा- आने वाले समय में ईंधन एक बड़ी समस्या बनने वाला है, क्योंकि हमारी ऊर्जा सुरक्षा प्रभावित हो चुकी है। गलत विदेश नीति के कारण यह स्थिति पैदा हुई है। अब हमें तैयारी करनी होगी। हमारे पास अभी थोड़ा समय है, इसलिए सरकार और प्रधानमंत्री को तुरंत तैयारी शुरू करनी चाहिए, वरना करोड़ों लोगों को भारी नुकसान उठाना पड़ सकता है। मुझे साफ दिख रहा है कि एक बड़ी समस्या आने वाली है। समस्या यह है कि प्रधानमंत्री देश के प्रधानमंत्री की तरह काम नहीं कर पा रहे हैं। इसके पीछे भी कारण हैं, वे फंसे हुए हैं। कांग्रेस सांसद राहुल गांधी ने डॉलर के मुकाबले रुपए के गिरने और इंडस्ट्रियल फ्यूल की कीमत बढ़ने पर केंद्र सरकार पर निशाना साधा। राहुल ने एक्स पोस्ट में लिखा, 'रुपए का डॉलर के मुकाबले कमजोर होकर 100 की तरफ बढ़ना और इंडस्ट्रियल फ्यूल की कीमतों में तेज बढ़ोतरी, ये सिर्फ आंकड़े नहीं, आने वाली महंगाई के साफ संकेत हैं।'

जंग का असर

पाकिस्तानी मंत्रियों को 6 महीने सैलरी नहीं:2 दिन पहले पेट्रोल पर 137 रुपए बढ़े, विरोध के बाद 80 रुपए कम किए

इस्लामाबाद। पाकिस्तान में इजराइल-अमेरिका की ईरान से जंग का असर दिख रहा है। वहां अगले 6 महीने तक मंत्रियों का वेतन रोक दिया गया है। दो दिन पहले पेट्रोल 137 रुपए और डीजल 184 रुपए महंगा किया गया था। हालांकि, देशभर में विरोध हुआ तो शुक्रवार को सरकार ने पेट्रोल 80 रुपए सस्ता कर दिया। अब पाकिस्तान में पेट्रोल 378 रुपए प्रति लीटर मिलेगा। डीजल बढ़ी हुई कीमत 520.35 रुपए प्रति लीटर पर ही मिलेगा। बढ़ती महंगाई और आर्थिक संकट से निपटने के लिए शहबाज शरीफ ने कड़े उपायों का भी ऐलान किया। उन्होंने कहा कि पहले कैबिनेट मंत्रियों की 2 महीने की सैलरी रोकने का फैसला लिया गया था, लेकिन अब मंत्रियों को अगले 6 महीने तक वेतन नहीं मिलेगा। शुक्रवार आधी रात को राष्ट्र को संबोधित करते हुए पीएम शहबाज शरीफ ने कहा कि सरकार ने जनता पर बोझ कम करने के लिए पेट्रोल टैक्स को 80 रुपए घटाने का फैसला किया है। नई कीमतें देशभर के पेट्रोल पंपों पर तुरंत लागू हो गई हैं। शरीफ ने यह भी साफ किया कि पेट्रोल की ये कीमतें कम से कम अगले एक महीने तक स्थिर रहेंगी। शहबाज सरकार ने दो दिन पहले पेट्रोल पर टैक्स 105 रुपए से बढ़ाकर 160 रुपए कर दिया था। इससे यहां पेट्रोल की कीमत 321.17 रुपए से बढ़कर 458.41 रुपए प्रति लीटर पर पहुंच गई थी। हाई-स्पीड डीजल की कीमत भी 184.49 रुपए बढ़कर 520.35 रुपए प्रति लीटर हो गई थी। हालांकि, डीजल पर लेवी को खत्म कर दिया गया था, जिसके बाद पेट्रोल की कीमतों में भी राहत देने की मांग उठ रही थी।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

धनुआ में वृद्ध चौकीदार की धारदार हथियार से गोदकर हत्या

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज/नैनी। धनुआ गांव में

बृहस्पतिवार की रात एक वृद्ध चौकीदार की धारदार हथियार से गोदकर हत्या कर दी गई । शुक्रवार सुबह उसका शव देखकर गांव में सनसनी फैल गई। मौके पर पहुंची पुलिस ने शव को तत्काल वहां से हटा दिया। नैनी थाना क्षेत्र के ठाकुरी का पुरवा निवासी राजबहादुर निषाद धनुआ गांव में रवि तिवारी की जमीन पर गिट्टी बालू का धंधा करते हैं। उनके यहां गांव के ही 75 वर्षीय हजारी लाल भारतीय पुत्र मुन्नीलाल भारतीय रात में चौकीदारी का काम करते थे। वह बृहस्पतिवार की रात घर से खाना खाकर वहां सोने के लिए पहुंचे थे। सुबह

उनका शव खून से लथपथ पड़ा देख गांव में खलबली मच गई। बड़ी संख्या में लोग मौके पर एकत्र हो गए। मौके पर पहुंची पुलिस ने लोगों से घटना के बाबत पूछताछ करते हुए शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। मृतक के पुत्र सोनू भारतीय की तहरीर पर पुलिस ने अज्ञात के खिलाफ हत्या का मुकदमा दर्ज किया है। मृतक के गले और मुंह पर धारदार हथियार से वार किए जाने के निशान साफ देखे जा रहे हैं। इंस्पेक्टर नैनी ब्रिज किशोर गौतम का कहना है कि पीएम रिपोर्ट आने के बाद हत्या का कारण पता चल पाएगा। फिलहाल गांव में पुलिस बल तैनात कर दिया गया है।

पक्षियों के लिए रखे गए सकोरे

(आधुनिक समाचार

नेटवर्क) प्रयागराज। विकासार्थ विद्यार्थी एस.एफ.डी.के द्वारा चलाए जा रहे सकोरा अभियान के क्रम में आज सी.एम.पी.डिग्री कालेज में चिड़ियों एवं जानवरों को पानी पीने के लिए सकोरे रखे गए, इस अवसर पर इविवि के पूर्व परीक्षा नियंत्रक प्रो.रामेंद्र सिंह, प्रो.अर्चना पांडेय प्रो.आरती गुप्ता, प्रो.संतोष श्रीवास्तव डॉक्टर हिमानी चौरसिया, डॉक्टर जया श्रीवास्तव, एवं एस.एफ.डी.के प्रांत प्रमुख डॉक्टर प्रमोद शर्मा उपस्थित रहे।

डीएम-एसपी ने तहसील लालगंज में सम्पूर्ण समाधान दिवस में फरियादियों की सुनी समस्याएं,शिकायतों का समयबद्ध व गुणवत्तापूर्ण से निस्तारण कराए अधिकारी - डीएम

सम्पूर्ण समाधान दिवस में कुल 77 शिकायतें आयी, 10 का तत्काल हुआ निस्तारण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। मा0 विधायक सरेनी

देवेन्द्र प्रताप सिंह, जिलाधिकारी हर्षिता माथुर व पुलिस अधीक्षक रवि कुमार की उपस्थिति में शनिवार को तहसील लालगंज में सम्पूर्ण

समाधान दिवस का आयोजन किया गया। जिलाधिकारी ने कहा कि जन सामान्य की शिकायतों का स्थानीय स्तर पर समाधान किया जाना सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है जिसके क्रम में तहसील व थानों में सम्पूर्ण समाधान दिवस का आयोजन किया जाता है। इसमें स्थानीय नागरिक उपस्थित होकर अपनी समस्याओं का समाधान करा सकते है। जिलाधिकारी ने कहा कि सभी अधिकारी जनता की इन शिकायतों का निस्तारण त्वरित एवं समयबद्ध तरीके से एक सप्ताह में कराना सुनिश्चित करें। उन्होंने कहा कि शिकायतों के निस्तारण में यदि कोई समस्या है तो उसका कारण स्पष्ट करते हुए अवगत कराना सुनिश्चित किया जाये। जिलाधिकारी ने बताया कि तहसील लालगंज में आयोजित सम्पूर्ण समाधान दिवस में राजस्व विभाग 33, पुलिस 27, विकास 03, समाज कल्याण 02 एवं अन्य 12 कुल 77 प्रकरण प्राप्त हुए, जिसमें से 10 प्रकरणों का निस्तारण मौके पर ही कर दिया गया। शेष प्रकरणों के निस्तारण हेतु संबंधित विभागों को इस निर्देश के साथ उपलब्ध करा दिये गये कि उनका निस्तारण एक सप्ताह में कराना सुनिश्चित कराए। पुलिस अधीक्षक रवि कुमार ने भी पुलिस से संबंधित मामलों को सुना और संबंधित को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। इस अवसर पर उप जिलाधिकारी लालगंज मिथिलेश कुमार त्रिपाठी, अपर मुख्य चिकित्साधिकारी अरविन्द कुमार, परियोजना निदेशक डी0आर0डी0ए0 सतीश प्रसाद मिश्रा, सीओ लालगंज अमित सिंह सहित संबंधित जिला स्तरीय अधिकारीगण उपस्थित रहे।

उत्सव हर पल' में राजयोग से सकारात्मक जीवन का संदेश, आध्यात्मिकता ही मानसिक शांति का सशक्त माध्यम : दिनेश प्रताप सिंह

मन की शक्ति से हर चुनौती पर विजय संभव : सूरज भाई

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। शहर के आरुषि उत्सव लॉन में शनिवार को प्रजापिता ब्रह्माकुमारीज ईश्वरीय विश्वविद्यालय, भाग्य भवन सुभाष

नगर द्वारा आयोजित 'उत्सव हर पल' आध्यात्मिक ऊर्जा और सकारात्मक चिंतन से ओतप्रोत कार्यक्रम का शुभारंभ प्रदेश सरकार के राज्यमंत्री (स्वतंत्र प्रभार) दिनेश प्रताप सिंह ने दीप प्रज्वलन के साथ किया। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में बढ़ते मानसिक तनाव के बीच आध्यात्मिकता ही व्यक्ति को स्थायी शांति, संतुलन और आंतरिक शक्ति प्रदान करती है। उन्होंने ब्रह्माकुमारीज के इस प्रयास को समाज के लिए प्रेरणादायी बताया। कार्यक्रम का आयोजन एवं संचालन जिला प्रभारी ब्रह्माकुमारी ज्योति दीदी ने प्रभावशाली ढंग से किया। जिले भर से हजारों लोगों की सहभागिता रही, जिससे कार्यक्रम एक विशाल आध्यात्मिक संगम में परिवर्तित हो गया। ' का भव्य एवं गरिमामय आयोजन किया गया। आबूरोड (राजस्थान) से पधारे अंतरराष्ट्रीय ख्याति प्राप्त आध्यात्मिक वक्ता सूरज भाई ने अपने ओजस्वी उद्बोधन में कहा कि जीवन को सकारात्मक दिशा देने के लिए मन की शक्तियों का जागरण आवश्यक है। उन्होंने शक्तिशाली संकल्पों के माध्यम से आत्मबल बढ़ाने पर बल देते हुए कहा कि सशक्त मन से व्यक्ति हर चुनौती पर विजय प्राप्त कर सकता है। साथ ही, राजयोग मेडिटेशन को मानसिक शांति और तनाव प्रबंधन का प्रभावी माध्यम बताया। इसी क्रम में वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्रह्मकुमारीज गीता दीदी ने क्षमाभाव के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि क्षमा ही मन और तन को निरोगी रखकर जीवन में संतुलन और सुख का आधार बनती है। रूपाली दीदी, जागृति दीदी एवं शालिनी दीदी सहित समस्त ब्रह्माकुमारी परिवार ने सभी के सुख, शांति और समृद्धि की कामना करते हुए निःशुल्क राजयोग मेडिटेशन कोर्स से जुड़ने का आह्वान किया।आध्यात्मिक चेतना, सकारात्मक सोच और जीवन मूल्यों के संदेश से परिपूर्ण 'उत्सव हर पल' कार्यक्रम ने जनमानस को नई दिशा देने के साथ ही मानसिक सशक्तिकरण का सशक्त संदेश दिया।कार्यक्रम में वरिष्ठ सेवा मिशन इकाई के संरक्षक समाजसेवी महेंद्र अग्रवाल अध्यक्ष रामराज गिरी, इकाई के संयोजक प्रदीप पांडेय, जिला योग प्रभारी प्रकाश नारायण, भगवत प्रताप सिंह,के अलावा डॉ. एस.एम. सिंह, अरविंद श्रीवास्तव, शैलेंद्र अग्निहोत्री, अमिता खुबेले, डॉ. चंपा श्रीवास्तव, डॉ. गीता कुमार, त्रिलोचन सिंह छाबड़ा एवं महेश राजपाल सहित अनेक गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

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 India)

FOR JOB CONTACT:- 9569430885

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

मिशन शक्ति 5.0 के तहत मेगा इवेंट-साइक्लोथॉन जागरूकता रैली का आयोजन संपन्न

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली।

जिलाधिकारी हर्षिता माथुर के निर्देशानुसार पर शनिवार को

मिशन शक्ति 5.0 (द्वितीय चरण) के तहत जनपद चलाये जा रहे जागरूकता कार्यक्रम के तहत व जिला प्रोबेशन अधिकारी जयपाल वर्मा के कुशल मार्गदर्शन द्वारा आज मिशन शक्ति की थीम नारी सुरक्षा, नारी सम्मान व नारी स्वावलंबन के अंतर्गत मेगा इवेंट-साइक्लोथॉन जागरूकता रैली निकाली गई। जिसमें वैदिक कन्या इंटर कॉलेज की प्रधानाचार्या की अध्यक्षता मे बालिकाओं द्वारा साइकिल रैली विद्यालय से डीएम आवास होते हुए निकली गई। कार्यक्रम में 50 बालिकाओं द्वारा साइकिल रैली में प्रतिभाग किया गया। आयोजित कार्यक्रम में कोतवाली से एस0आई0 ज्योति दुबे द्वारा बालिकाओं को साइबर क्राइम हेल्पलाइन नंबर 1930 के बारे में बताकर जागरूक किया गया की बालिकाएं को किसी प्रकार की धोखेबाजी और छेड़छाड़ से संबंधित विषय पर जागरूक किया गया। इस कार्यक्रम में एच.ई.डब्लू. से जिला मिशन कोऑर्डिनेटर शेफाली सिंह, जेंडर स्पेशलिस्ट पूजा तिवारी, सुषमा कश्यप, आरक्षी संजू पाल सहित अन्य स्टाफ उपस्थित रहा।

ओलंपियन सुधा सिंह को मुख्यमंत्री योगी ने किया सम्मानित,आकाशवाणी लखनऊ के 89वें स्थापना दिवस पर रायबरेली की बेटी ने बढ़ाया प्रदेश का मान

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ जी महाराज ने रायबरेली की अंतरराष्ट्रीय ख्याति प्राप्त एथलीट, ओलंपियन एवं पद्मश्री-अर्जुन अवॉर्डी सुधा सिंह को सम्मानित कर जनपद का गौरव बढ़ाया। शनिवार को मुख्यमंत्री ने मंच पर उन्हें प्रशस्ति चिन्ह प्रदान किया। इस दौरान सभागार तालियों की गूंज से भर उठा और उपस्थित गणमान्य अतिथियों ने इस गौरवपूर्ण क्षण का अभिवादन किया। रायबरेली स्थित मॉडर्न कोच फैक्ट्री में विशेष खेल अधिकारी के रूप में कार्यरत सुधा सिंह को यह सम्मान उनके

उत्कृष्ट खेल प्रदर्शन, अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में देश का प्रतिनिधित्व करने तथा खेल जगत में निरंतर योगदान के लिए प्रदान किया गया। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रदेश की प्रतिभाएं वैश्विक मंच पर भारत की पहचान सशक्त कर रही हैं और ऐसे खिलाड़ियों का सम्मान नई पीढ़ी को प्रेरणा देता है।सुधा सिंह की इस उपलब्धि से रायबरेली में हर्ष का माहौल है और खेल प्रेमियों के बीच गर्व की भावना देखने को मिल रही है। बताते चलें कि यह सम्मान समारोह लखनऊ में आकाशवाणी के 89वें स्थापना दिवस के अवसर पर 2 अप्रैल को आयोजित किया गया, जिसमें प्रदेश की 20 विशिष्ट विभूतियों को सम्मानित किया गया।

सेन जी महाराज जयंती व भूमि पूजन कार्य हेतु सेन समाज ने दिया मध्य प्रदेश के उपमुख्यमंत्री को आमंत्रण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) भोपाल। राजेंद्र शुक्ल उपमुख्यमंत्री, मध्य प्रदेश को उनके भोपाल आवास पर अशोक सेन प्रदेश अध्यक्ष, सेन समाज विकास संगठन भोपाल, मध्य प्रदेश ने अपने पदाधिकारियों के साथ मुलाकात कर बांधवगढ़, जिला उमरिया में आयोजित होने वाले संत शिरोमणि श्री सेन जी महाराज 726 वीं सेन जयंती के भव्य आयोजन एवं भूमि पूजन कार्यक्रम दिनांक 13 एवं 14 अप्रैल 2026 को जन्मस्थली- ग्राम ताला, बांधवगढ़, जिला- उमरिया में मुख्य अतिथि के रूप में पधारने हेतु आमंत्रण पत्र दिया गया। आमंत्रण पत्र के प्रदान करते समय सेन समाज विकास संगठन के प्रदेश अध्यक्ष अशोक सेन एवं पदाधिकारियों में एड. प्रमोद कुमार वर्मा प्रदेश अध्यक्ष (विधि प्रकोष्ठ), रंजीत कुमार सेन प्रदेश मिडिया प्रभारी सह संयुक्त सचिव, जितेन्द्र सराठे प्रदेश उपाध्यक्ष, राजबहोर कमलेश सेन, नागेश्वर प्रसाद सेन प्रदेश अध्यक्ष (संस्कृति प्रकोष्ठ), प्रदेश अध्यक्ष, संस्कृति प्रकोष्ठ, तीरथ सेन, नीरज सेन, लाखन सेन एवं समस्त सेन समाज विकास संगठन भोपाल, मध्यप्रदेश के पदाधिकारीगण उपस्थित रहे। यह जानकारी युवा महिला प्रदेशाध्यक्ष एवं पत्रकार अंजली सेन ने दिया है।

'मांगी नाव न केवट आना,कहहि तुम्हार मरमु मै जाना' साधना पथ के बिना जीवन अधूरा - महामंडलेश्वर

भारद्वाज मुनि बसहि प्रयागा, तिन्हहि राम पद अति अनुरागा

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। सेक्टर 82 स्थित ईडब्ल्यूएस पॉकेट 7 सेंट्रल पार्क में आयोजित श्रीराम कथा के सातवें दिन कथा व्यास अनंत श्री विभूषित महामंडलेश्वर श्री श्री 1008 स्वामी पंचमानंद जी महाराज ने आगे का प्रसंग सुनाते हुए बताया कि भगवान राम, लक्ष्मण,सीता और गृह राज निषाद के साथ गंगा पार उतरकर मां गंगा को प्रणाम करके आगे बढ़ते हैं। प्रयागराज पहुंचकर वह त्रिवेणी में स्नान करते हैं और मुनि भारद्वाज जी के आश्रम पहुंचते हैं। मुनि की दंडवत प्रणाम करते हैं और भारद्वाज जी उनको गले से लगाकर आशीर्वाद देते हैं। भारद्वाज जी आनन्द मग्न हो जाते हैं और सोचते हैं कि आज हमारी तपस्या सफल हो गई , मेरा जीवन धन्य हो गया। मुनि प्रभु राम सहित सभी को पवित्र आसान बैठने के लिए देते हैं और खाने में कंद मूल फल देते हैं। सभी प्रकार से संतुष्ट कर प्रभु की वंदना करते हैं लेकिन मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान राम कहते हैं कि हे मुनि जिस को आपका आशीर्वाद मिल जाता है वही बड़ा हो जाता है। रात्रि विश्राम के बाद प्रभु राम मार्ग पूछकर आगे के लिए प्रस्थान कर जाते हैं। इस अवसर पर श्री राम कथा आयोजन समिति के मीडिया प्रभारी देव मणि शुक्ल ने बताया कि 5 अप्रैल को राम भरत मिलाप सहित कई प्रसंगों का वर्णन किया जाएगा। इस मौके पर देव मणि शुक्ल , रवि राघव, गोरे लाल, अंगद सिंह तोमर, रमेश वर्मा, संजय पांडे,हंस मणि शुक्ल,हरि शंकर सिंह, संजय शुक्ला, रमेश दास, विष्णु शर्मा, संगम प्रसाद मिश्र, अनूप सिंह,विकास शर्मा, सिया राम, विश्वनाथ त्रिपाठी, गौरव, रविंद्र सिंह , अंगद सिंह तोमर, अजय सिंह,देवेंद्र गुप्ता, सत्येन्द्र प्रताप सिंह,प्रकाश जोशी , रमेश चंद्र शर्मा, उपेंद्र सिंह, राजवीर सिंह, सी एल तिवारी, धर्मेंद्र सिंह, विनोद मुद्गल, नागेश सिंह, दिनेश पाठक, प्रशांत पाठक,विकास कुमार, बिजेंद्र सिंह, दीपक तिवारी, सर्वेश तिवारी, राकेश कुमार, संजीव ढाली, शिव चौधरी, अनिल कुमार शर्मा, सुभाष चन्द्र शर्मा, पान सिंह, विजय कुमार झा, अटल गुप्ता, आयुष तिवारी, देव नारायण तिवारी, अवनीश कुमार शर्मा, नीरज शर्मा , राजेश कुमार पाठक, पद्मम सिंह, बृजेश चंद्र पांडेय, विनोद मिश्रा, राम भरोस झा, पी के पांडेय, अंशु झा, पप्पू सिंह, राम बदन सिंह, आशीष कुड्डू, बी के भारद्वाज, संजीव मिश्रा, राम लाल, प्रकाश जोशी, ललित फुलेरा, कमल यादव, सहित तमाम लोग मौजूद रहे।

शालिनी सिंह की पहली पुस्तक 'बेबाक हूँ, बेअदब नहीं' का दिल्ली में भव्य विमोचन; सोशल मीडिया पर ट्रेंड हुई लेखिका

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। हिंदी साहित्य जगत में अपनी संतुलित और प्रभावशाली लेखनी के लिए पहचानी जाने वाली उभरती लेखिका शालिनी सिंह की प्रथम कृति 'बेबाक हूँ, बेअदब नहीं' का लोकार्पण शनिवार को दिल्ली के 21 अशोक रोड पर एक भव्य एवं गरिमामय समारोह में संपन्न हुआ। यह कार्यक्रम केवल एक पुस्तक विमोचन तक सीमित नहीं रहा, बल्कि साहित्य, समाज और संस्कारों के एक अनूठे संगम के रूप में उभरकर सामने आया। विमोचन के कुछ ही देर बाद पुस्तक और शालिनी सिंह का नाम सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म 'एक्स' पर ट्रेंड करने लगा,जो पाठकों के बीच उनके प्रति भारी उत्साह को दर्शाता है। बता दें कि कार्यक्रम के मुख्य अतिथि पूर्व सांसद बृज भूषण शरण सिंह ने दीप प्रज्वलन के बाद अपने संबोधन में साहित्य की महत्ता पर जोर दिया। उन्होंने कहा, 'कविताएं ही वह माध्यम हैं जो व्यक्ति को कठिन और विपरीत परिस्थितियों में मानसिक संबल प्रदान करती हैं। साहित्य मनुष्य को न केवल संवेदनशील बनाता है, बल्कि उसे भीतर से मजबूत भी करता है।' एक भावुक क्षण में उन्होंने साझा किया, 'आज मुझे गर्व है कि मुझे अपनी ही बेटी द्वारा रचित इस विचारोत्तेजक पुस्तक का विमोचन करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ है।' उन्होंने सभी युवाओं से आह्वान किया कि वे साहित्य को अपने जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाएं और इस विशेष अवसर पर राजस्थान के पूर्व राज्यपाल कलराज मिश्र, सुप्रसिद्ध ओज के कवि हरिओम पवार और पद्मश्री सुनील जोगी विशेष अतिथि के रूप में मंच पर उपस्थित रहे। इन दिग्गज विभूतियों के कर-कमलों द्वारा पुस्तक का विधिवत विमोचन किया गया। अतिथियों ने शालिनी सिंह की लेखनी की सराहना करते हुए कहा कि 'बेबाक हूँ, बेअदब नहीं' आज के समय में अभिव्यक्ति का एक उत्कृष्ट उदाहरण है, जहाँ लेखिका ने समाज के ज्वलंत मुद्दों को उठाते हुए भारतीय संस्कारों और मर्यादाओं का पूरा ध्यान रखा है। कार्यक्रम में उपस्थित संतों के आशीर्वाद ने आयोजन के वातावरण को और भी पावन बना दिया। मर्यादा न भूलें':भावुक हुईं लेखिका शालिनी सिंह-विमोचन के अवसर पर लेखिका शालिनी सिंह ने अपने अनुभवों को साझा करते हुए कहा, 'यह पुस्तक मेरे उन वर्षों के संघर्षों, विचारों और अनुभूतियों का दर्पण है जिन्हें मैंने शब्दों में पिरोने का प्रयास किया है। मेरा उद्देश्य केवल अपनी बात कहना नहीं है, बल्कि समाज को यह संदेश देना है कि हम अपनी बात 'बेबाकी' से जरूर रखें, लेकिन अपनी 'मर्यादा' और 'संस्कारों' की लक्ष्मण रेखा कभी न लांघें।' उन्होंने आगे कहा कि यदि उनकी यह कृति किसी एक व्यक्ति को भी सच बोलने और सकारात्मक सोचने की प्रेरणा दे पाई, तो वह अपने इस साहित्यिक प्रयास को सफल मानेंगी।कार्यक्रम के अंत में उपस्थित साहित्यकारों और अतिथियों ने शालिनी सिंह के उज्ज्वल भविष्य की कामना की और विश्वास जताया कि उनकी यह पुस्तक हिंदी साहित्य जगत में अपनी एक अलग और अमिट पहचान बनाएगी।

विभा गेस्ट हाउस में सम्पन्न बसपाइयों की बैठक में चौदह अप्रैल को लखनऊ पहुंचने की अपील

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) गौरीगंज/अमेठी। विभा गेस्ट हाउस गौरीगंज में सम्पन्न बसपाइयों की बैठक में चौदह अप्रैल को डॉ अम्बेडकर की जयंती पर लखनऊ पहुंचने की अपील की गई। बसपा कार्यकर्ताओं को सम्बोधित करते हुए डॉ विजय प्रताप गौतम ने डॉ भीमराव अम्बेडकर हमारे भगवान हैं। उनकी जयंती पर उसी प्रकार लखनऊ में मेला लगना चाहिए जैसे दूसरे धर्मों को मानने वाले अनुयाई प्रयागराज,काशी, अयोध्या आते हैं। हर बूथ से कार्यकर्ता अपने परिवार के साथ बाबासाहेब को श्रद्धा सुमन अर्पित करने लखनऊ चलें और अपने परिवार को माननीया बहन जी के किए गए ऐतिहासिक कार्यों से परिचित कराएं। डॉ विजय प्रताप गौतम ने कांग्रेस,सपा को आड़े हाथों लेते हुए कहा जो कांग्रेस भारत रत्न रेवड़ियों की तरह बांटी देने से परहेज़ करती रही और आज़ वह बाबा साहब को भारत रत्न जब सत्ता में नहीं हैं मान्यवर साहब को भारत रत्न देने की मांग कर रही है।सपा जो तमाम बहुजन महापुरुषों के नाम से बने जिलों को बदला वह मान्यवर साहब का नाम लेकर राजनीति कर रही है। अमेठी वाले भी उस पीड़ा को जानते हैं कैसे आरक्षण के जनक छत्रपति साहू के नाम से बने जिले को सपा ने मिटाया।भाजपा एवं कुछ नीले पट्टेधारियों से बहुजन समाज को सावधान रहने की जरूरत है।बैठक में मंडल प्रभारी शिवराम गौतम और मंडल प्रभारी बद्री प्रसाद प्रजापति ने भी कार्यकर्ताओं में जोश भरे। बैठक का संचालन जिला अध्यक्ष सुरेश कुमार कमल ने किया तथा बैठक में जिला उपाध्यक्ष बब्लू पाण्डेय, जिला महासचिव श्रवण कुमार यादव,पूर्व जिला प्रभारी अरूण कुमार,जिला सचिव राज पाल, जिला बामसेफ संजीव भारती, फूलचंद बौद्ध,चारों विधानसभाओं के प्रभारी राम अभिलाष बौद्ध, मोतीलाल, जितेन्द्र सरोज,के के आर्या, चारों विधानसभाओं के अध्यक्ष लक्ष्मण प्रसाद गौतम, धर्मराज कोरी, विजय प्रजापति, विजय कुमार गौतम, विधानसभा बामसेफ अमेठी सुरेन्द्र अम्बेडकर, विधानसभा बामसेफ गौरीगंज राजू बौद्ध, विधानसभा महासचिव, स्याम कुमार, सिद्धार्थ कन्नौजिया, सचिव, रामफल फ़ौजी, विधानसभा उपाध्यक्ष कमलेश कुमार,वीवीएफ लालती, बामसेफ संयोजक श्याम लाल त्रिभुवन दत्त सहित बड़ी संख्या में कार्यकर्ता पदाधिकारी मौजूद रहे।

मस्तक से मन तक का सफरः युवा विधायक सम्मेलन में शरद कोल का संस्कारों पर जोर, बोले– 'विजन 2047 का असली आधार सांस्कृतिक चेतना

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) शहडोल । मध्य प्रदेश विधानसभा में आयोजित दो दिवसीय युवा विधायक सम्मेलन में राजनीति के आधुनिक चेहरों ने भविष्य के भारत का खाका खींचा, इस सम्मेलन में मध्य प्रदेश सहित तीन राज्यों के 45 वर्ष से कम आयु के लगभग 58 विधायकों ने शिरकत की, सम्मेलन का मुख्य केंद्र बिंदु विजन 2047 और राष्ट्र निर्माण में युवाओं की भूमिका रहा, इस दौरान ब्यौहारी (शहडोल) से भाजपा विधायक शरद जुगलाल कोल के संबोधन ने सभी का ध्यान अपनी ओर खींचा, जिन्होंने विकास की पारंपरिक परिभाषा से इतर समाज और संस्कृति के संरक्षण पर ज़ोर दिया...

विधायक शरद कोल ने अपने संबोधन में कहा कि एक विधायक की जिम्मेदारी केवल सड़क, नाली या पुलिया निर्माण तक सीमित नहीं होनी चाहिए। उन्होंने कहा, हमें समाज के निर्माण में भी भागीदारी निभानी होगी,हम ऐसी दिशा देकर जाएं कि हमारे पूर्वजों के संस्कार और भारत की महान संस्कृति अक्षुण्ण रहे, उन्होंने चिंता व्यक्त की कि आज की नई पीढ़ी शिक्षित तो हो रही है, लेकिन संस्कारों से दूर जा रही है। अभिवादन की परंपरा का उदाहरण देते हुए उन्होंने मार्मिक ढंग से कहा कि जो मस्तक कभी बुजुर्गों के चरणों में झुकता था, वह समय के साथ घुटनों तक आया और अब केवल नमस्कार तक सिमट गया है। यदि संस्कार खत्म हो गए, तो भौतिक विकास का कोई अर्थ नहीं रह जाएगा...

प्रकृति और जल संकट पर गंभीर चेतावनी-बदलती तकनीक और प्रकृति के दोहन पर बोलते हुए शरद कोल ने पिछले 35 वर्षों के बदलाव का खाका रखा,उन्होंने कहा कि हम झरने और कुओं के दौर से निकलकर हैंडपंप और बोरवेल तक आए, और अब बोतलबंद 'केन वाटर' पर निर्भर हो गए हैं। उन्होंने सवाल उठाया, 35 सालों में हमने नैचुरलिटी को खत्म कर दिया है। अगर इसी रफ्तार से प्रकृति का विनाश हुआ, तो आने वाली पीढ़ी को हम पीने का पानी कैसे उपलब्ध कराएंगे,उन्होंने विधायकों से अपील की कि वे तकनीक के साथ-साथ पर्यावरण संरक्षण को अपनी प्राथमिकता में रखें,

विधायक समाज के रोल मॉडल, जिम्मेदारी बड़ी-विधायक कोल ने जनप्रतिनिधियों की तुलना सेलिब्रिटीज़ से करते हुए उनके सामाजिक उत्तरदायित्व को रेखांकित किया, उन्होंने कहा, हम आम आदमी नहीं हैं, हम जिम्मेदार लोग हैं। यदि सलमान खान फटी जींस पहनकर टीवी पर दिखते हैं, तो युवा उनका अनुसरण करते हैं। उसी तरह, जब कोई विधायक अपनी बात रखता है या आचरण करता है, तो जनता उसे देखती और सुनती है। उन्होंने आह्वान किया कि युवा विधायकों को समाज के लिए एक आइडियल (आदर्श) बनना होगा, ताकि उनके कार्यों और व्यवहार से राष्ट्र निर्माण की सही दिशा तय हो सके। यह सम्मेलन इस निष्कर्ष के साथ संपन्न हुआ कि विजन 2047 का भारत केवल आर्थिक रूप से समृद्ध न हो, बल्कि अपनी सांस्कृतिक जड़ों और प्राकृतिक संपदा के साथ भी सुरक्षित रहे

पैदल बहन के घर जा रहें युवक को तेज रफ्तार मैजिक ने मारी टक्कर, घटना सीसीटीवी कैमरे में कैद गम्भीर रूप से घायल युवक का जिले के एक निजी अस्पताल में चल रहा है उपचार

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। जिले की सीमा सटे चन्दौली जनपद में चकरघट्टा थाना क्षेत्र के जनकपुर गांव में अपने बहन के घर आये युवक को तिवारीपुर बाजार से घर लौटते समय तेज रफ्तार मैजिक ने टक्कर मार दिया जिससे वह गंभीर रूप से घायल हो गया। घटना 1 अप्रैल की रात करीब साढ़े 8 बजे की है। इस घटना की जानकारी होने के बाद उसके जीजा और बहन घायल संजय को लेकर सोनभद्र के एक निजी हास्पिटल में भर्ती कराया जहाँ उसका उपचार चल रहा है। प्राप्त जानकारी के अनुसार चकरघट्टा थाना क्षेत्र के जनकपुर अपने बहन के घर आये संजय पुत्र कल्लन 27 वर्ष, निवासी गुरु परासी ,थाना रावर्ट्सगंज जनपद सोनभद्र 01 अप्रैल दिन बुद्धवार को तिवारीपुर से घरेलू सामान लेकर बहन के घर लौट रहा था। तिवारीपुर स्थित शराब की दुकान के पास पीछे से आ रही तेज रफ्तार मैजिक गाड़ी (UP 64 Z 5143) ने उसे टक्कर मार दी। यह पूरी घटना शराब की दुकान पर लगा सीसीटीवी कैमरे में घटना कैद हो गयी। मैजिक की टक्कर इतनी भीषण थी कि संजय सड़क पर गिरकर बुरी तरह घायल हो गया। घटना के बाद मैजिक चालक वाहन सहित मौके से फरार हो गया। परिजनों ने गाड़ी का पीछा करने का प्रयास किया, लेकिन उसे पकड़ नहीं पाए। हालांकि, उन्होंने वाहन का नंबर (UP64Z5143) नोट कर लिया था। सड़क दुर्घटना के बाद परिजन घायल संजय को सोनभद्र के रॉबर्ट्सगंज स्थित एक निजी अस्पताल ले गए। डॉक्टरों ने बताया कि संजय के हाथ-पैर टूट गए है और उसके सिर व कमर में भी गंभीर चोटें आई हैं। फिलहाल उसकी हालत में धीरे-धीरे सुधार हो रहा है। घायल संजय की बहन चन्दा देवी ने इस घटना की लिखित शिकायत मझगांवा पुलिस चौकी थाना चकरघट्टा में दर्ज कराई। इसके बाद पुलिस ने मामले की जांच शुरू की। चकरघट्टा थाना प्रभारी संतोष कुमार यादव ने जानकारी दी कि तहरीर के आधार पर जांच की जा रही थी और बाद में दोनों पक्षों के बीच सुलह-समझौता हो गया है। हालांकि, संजय के परिजनों ने पुलिस के इस दावे का खंडन किया है। उनका कहना है कि इस मामले में अभी तक किसी भी प्रकार का कोई समझौता नहीं हुआ है। समझौते को लेकर स्थिति अभी भी स्पष्ट नहीं है और मामला संदेह के घेरे में बना हुआ है।

अपने-अपने क्षेत्रों में सतत भ्रमणशील रहकर स्थिति पर नजर बनाए रखें,जनहानि, पशुहानि एवं फसल क्षति की घटनाओं को गंभीरता से लेते हुए त्वरित कार्यवाही सुनिश्चित की जाए- डीएम

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिलाधिकारी हर्षिता माथुर ने पुलिस अधीक्षक रवि कुमार के साथ जनपद में वर्तमान में हो रहे खराब मौसम/अत्यधिक वर्षा के दृष्टिगत तहसील सदर क्षेत्र के अंतर्गत राजस्व ग्राम गढ़ी मुतवल्ली का स्थलीय निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान प्रभावित क्षेत्रों की स्थिति का जायजा लेते हुए जनसुरक्षा एवं राहत कार्यों की प्रगति की समीक्षा की गई। जिलाधिकारी ने संबंधित अधिकारियों को निर्देशित करते हुवे कहा कि वर्तमान स्थिति में जनहानि, पशुहानि एवं फसल क्षति की घटनाओं को गंभीरता से लेते हुए त्वरित कार्यवाही सुनिश्चित की जाए। साथ ही, प्रभावित व्यक्तियों को तत्काल राहत उपलब्ध कराई जाए तथा सभी संबंधित विभाग आपसी समन्वय स्थापित कर कार्य करें। उक्त के क्रम में समस्त उपजिलाधिकारी एवं तहसीलदारों को निर्देशित किया गया है कि वे अपने-अपने क्षेत्रों में सतत भ्रमणशील रहकर स्थिति पर नजर बनाए रखें तथा राजस्व एवं अन्य संबंधित टीमों को सक्रिय रखें। सभी लेखपालों को भी अपने क्षेत्र में भ्रमण कर क्षति का आंकलन करते हुए आवश्यक कार्रवाई करना सुनिश्चित करें, इसके अतिरिक्त, सभी अधिकारियों को निर्देशित किया गया है कि वे जनहानि, पशुहानि एवं फसल क्षति से संबंधित सूचनाओं का समयबद्ध संकलन कर तत्काल उच्चाधिकारियों को उपलब्ध कराना सुनिश्चित करें, जिससे राहत एवं सहायता कार्यों में किसी प्रकार का विलंब न हो।

शहडोल जिले के टिहकी में किसके दम पर हो रहा अवैध कोयले का कारोबार

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) शहडोल। अपराधियो की बड़ी मंण्डी बन चुकी ब्यौहारी मे भू माफिया रेत माफिया और लकड़ी माफियाओ के बाद अब जिले में कोयला माफियाओ का बिस्तार तेजी से हो रहा है जो अपने गरीबो पर कहर बन कर टूट पडने वाला स्थानीय शासन प्रशासन मूकदर्शक बना हुआ है।

आखिरकार कहा से आता है सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार कि यह कोयला अधिकांश बुढार और आस पास के जगहों से आता हैं यहा टिहकी में डंम्प होता हैंऔर फिर मिक्कर करके रातोरात इसका परिवहन होता है टिहकी जबकि भाजपा से जुडे लोगो की जमीन भाजपा से जुड़े लोगों के वाहन और भाजपा से जुडे लोगो का कारनामा बताया जा रहा है। खराब हो रही सरकार की तस्वीर? गौरतलब है कि विगत एक दशक से ब्यौहारी अपराधो की सबसे बड़ी मंण्डी बनती जा रही है जहा भू माफिया रेत माफिया लकडी माफियाओं के साथ साथ अब कोयला माफिया का राज स्थापित हो रहा है मायनिग विभाग के अधिकारी तो पहले अनुमति बता रहे थे पर पत्र कारो द्वारा जब कापी मागी जाने लगी तब आनाकानी करने लगे जिससे यह सिद्ध हो गया कि कोई अनुमति नही है इस तरह ए कारोबार से सरकार को काफी छति पहुंचाई जा रही हैं लोग यह चर्चा करने लगे है कि जब से भाजपा सरकार आई तब से ऐ पार्टी वाले ही नंबर 2 का काम कर रहे है नदी तालाब जंगल पहाड सब कुछ बेचे दे रहे है।

आदिवासियों ने ओबरा तहसील के समक्ष किया प्रदर्शन,शिकायती पत्र देकर वन विभाग व पुलिस पर परेशान करने का लगाया आरोप

ओबरा तहसीलदार ने क्षेत्रीय वनाधिकारी व कोन इंस्पेक्टर को जांच कर आवश्यक कार्रवाई का दिया आदेश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शनिवार को ओबरा तहसील क्षेत्र के आदिवासियों ने शनिवार को गोंडवाना गणतंत्र पार्टी के प्रदेश युवा अध्यक्ष एडवोकेट संतोष कुमार गौतम के नेतृत्व में ओबरा तहसील भवन के समक्ष प्रदर्शन किया। आदिवासियों ने शिकायती पत्र देकर वन विभाग और पुलिस पर परेशान करने का आरोप लगाया हैं। ओबरा तहसीलदार अंजनी गुप्ता ने मामले को गम्भीरता से लेते हुए वन क्षेत्राधिकारी व कोन इंस्पेक्टर को आवश्यक कार्रवाई करने का आदेश दिया है। तहसील के समक्ष प्रदर्शन करने वाले बडेरा, हर्रा, निगाई, सलैयाडीह के आदिवासियों ने आरोप लगाया है कि वे अपने बाप-दादा के जमाने से घर बनाकर आबाद हैं और जमीन पर खेती बारी करते चले आ रहे हैं। बावजूद इसके वन विभाग और कोन पुलिस द्वारा आए दिन हैरान व परेशान किया जा रहा है। घर भी ढहा दिया गया है और फसल भी काटने नहीं दिया जा रहा है। आदिवासियों ने जमीन पट्टा कर खतौनी में नाम दर्ज कराए जाने की मांग भी की है। मामले को गम्भीरता से लेते हुए तहसीलदार ओबरा ने वन क्षेत्राधिकारी व कोन इंस्पेक्टर से नियमानुसार आवश्यक कार्रवाई का आदेश दिया है। प्रदर्शन करने वालों में नगेंदर, मुन्नी, राम दयाल, शिवकुमार, फुलदेवी, प्रभावती, उर्मिला, रामेश्वर, फुलबसिया, रमुनिया देवी, ललिता देवी आदि शामिल रही।

यातायात नियमों का उल्लंघन करने वालों पर सख्ती, रॉन्ग साइड वाहनों का चालान एवं हूटर उतरवाए गए

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शनिवार को पुलिस अधीक्षक सोनभद्र अभिषेक वर्मा के निर्देशन में तथा क्षेत्राधिकारी यातायात डॉ0 चारु द्विवेदी के नेतृत्व में जनपद में यातायात नियमों के अनुपालन हेतु विशेष अभियान चलाया गया। इसी क्रम में उमौंरा एवं धर्मशाला चौराहे पर सघन चेकिंग अभियान चलाकर रॉन्ग साइड चलने वाले वाहनों के विरुद्ध चालान की कार्रवाई की गई। साथ ही मॉडिफाइड साइलेंसर की भी जांच की गई। अभियान के दौरान नियमों का उल्लंघन करने वाले 02 वाहनों से अवैध हूटर उतरवाए गए तथा संबंधित वाहन चालकों को कड़ी चेतावनी दी गई। यातायात नियमों का पालन कराने हेतु जनपद पुलिस द्वारा इस प्रकार की कार्रवाई आगे भी लगातार जारी रहेगी।

जिलाधिकारी एवं पुलिस अधीक्षक सोनभद्र द्वारा तहसील दुद्धी में 'सम्पूर्ण समाधान दिवस' पर सुनी गई जन समस्याएं

शिकायतों के निष्पक्ष एवं समयबद्ध निस्तारण हेतु संबंधित अधिकारियों को दिए गए निर्देश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। 'सम्पूर्ण समाधान दिवस' के अवसर पर जिलाधिकारी सोनभद्र बद्रीनाथ सिंह एवं पुलिस अधीक्षक सोनभद्र श्री अभिषेक वर्मा द्वारा संयुक्त रूप से तहसील दुद्धी में शनिवार को जन शिकायतों को सुना गया। इस दौरान उपस्थित फरियादियों की समस्याओं को गंभीरता से सुनते हुए उनके गुणवत्तापूर्ण एवं समयबद्ध निस्तारण हेतु संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। विशेष रूप से भूमि संबंधी प्रकरणों में पुलिस एवं राजस्व विभाग की संयुक्त टीम द्वारा कार्रवाई सुनिश्चित करने के निर्देश दिए गए, जिससे फरियादियों को अनावश्यक रूप से इधर-उधर न भटकना पड़े तथा मामलों का त्वरित एवं न्यायोचित निस्तारण हो सके। इसी क्रम में जनपद के समस्त क्षेत्राधिकारियों द्वारा अपने-अपने सर्किल अंतर्गत संबंधित तहसीलों में 'सम्पूर्ण समाधान दिवस' के अवसर पर जन समस्याओं को सुना गया तथा संबंधित अधिकारियों को त्वरित एवं प्रभावी कार्रवाई हेतु निर्देशित किया गया।

नशे के सौदागरों पर शिकंजा, एसओजी व थाना रॉबर्ट्सगंज पुलिस द्वारा 101.76 ग्राम अवैध हेरोइन (कीमत लगभग 22 लाख रुपये) के साथ 01 अभियुक्त गिरफ्तार

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। पुलिस अधीक्षक सोनभद्र अभिषेक वर्मा के निर्देशन में एवं अपर पुलिस अधीक्षक श्री अनिल कुमार व क्षेत्राधिकारी नगर रणधीर मिश्रा के पर्यवेक्षण में मादक पदार्थों पर प्रभावी अंकुश लगाए जाने हेतु चलाए जा रहे अभियान के क्रम में शनिवार को एसओजी व थाना रॉबर्ट्सगंज पुलिस की संयुक्त टीम को महत्वपूर्ण सफलता प्राप्त हुई है। दिनांक 04.04.2026 को पुलिस टीम द्वारा गश्त एवं संदिग्ध व्यक्ति/वाहन चेकिंग के दौरान बभनौली चौराहे के पास एक संदिग्ध मोटर साइकिल सवार को रोकने का प्रयास किया गया। पुलिस टीम को देखकर वह भागने लगा, जिसे पीछा कर हिन्दुआरी पुल के पास समय करीब 02:11 बजे पकड़ लिया गया। तलाशी के दौरान अभियुक्त सूर्य प्रताप सिंह उर्फ सूरज सिंह (निवासी रैपुरिया, थाना चुनार, जनपद मीरजापुर, उम्र लगभग 28 वर्ष) के कब्जे से 101.76 ग्राम अवैध हेरोइन (कीमत लगभग 22 लाख रुपये) बरामद हुई। पूछताछ में अभियुक्त द्वारा बताया गया कि वह उक्त हेरोइन को खरीदकर बिक्री हेतु ले जा रहा था। बरामदगी के आधार पर अभियुक्त के विरुद्ध मु0अ0सं0 263/2026 धारा 8/21/29 एनडीपीएस एक्ट थाना रॉबर्ट्सगंज पर पंजीकृत कर आवश्यक विधिक कार्यवाही की गई है। साथ ही प्रयुक्त मोटर साइकिल संख्या UP63AQ8477 को धारा 207 एमवी एक्ट के अंतर्गत सीज किया गया है। गिरफ्तार अभियुक्त- सूर्य प्रताप सिंह उर्फ सूरज सिंह पुत्र स्व0 लक्ष्मी शंकर सिंह निवासी रैपुरिया, थाना चुनार, जनपद मीरजापुर, उम्र लगभग 28 वर्ष। बरामदगी- 101.76 ग्राम अवैध हेरोइन (कीमत लगभग 22 लाख रुपये), मोटर साइकिल संख्या UP63AQ8477,

गिरफ्तारी/बरामदगी करने वाली पुलिस टीम- 1. उ0नि0 राजेश जी चौबे, प्रभारी एसओजी/सर्विलांस, जनपद सोनभद्र, 2. उ0नि0 अनिल विश्वकर्मा, थाना रॉबर्ट्सगंज, 3. उ0नि0 महेन्द्र यादव, थाना रॉबर्ट्सगंज,4. हे0का0 सतीश सिंह पटेल, एसओजी टीम, 5. हे0का0 संदीप यादव, थाना रॉबर्ट्सगंज,6. हे0का0 दिनेश प्रजापति, थाना रॉबर्ट्सगंज, 7. का0 रितेश सिंह पटेल, एसओजी टीम, 8. का0 अजीत कुमार, एसओजी टीम, 9. का0 चालक अजीत यादव, एसओजी टीम।

जिलाधिकारी ने वृहद गौ संरक्षण केन्द्र चोपन का किये औचक निरीक्षण,पशुओं के संरक्षण एवं संवर्धन के लिए सभी आवश्यक संसाधनों का समुचित की जाये व्यवस्था-जिलाधिकारी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शनिवार को जिलाधिकारी बी0एन0 सिंह ने आज चोपन स्थित वृहद गौ संरक्षण केंद्र का औचक निरीक्षण किये निरीक्षण के दौरान उन्होंने वृहद गौ संरक्षण केंद्र में व्यवस्थाओं का गहन अवलोकन किये तथा संबंधित अधिकारियों को आवश्यक निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने कहा कि गौशाला में संरक्षित पशुओं के लिए पर्याप्त मात्रा में चारा, भूसा और स्वच्छ पेयजल की समुचित व्यवस्था हर हाल में सुनिश्चित की जाए। उन्होंने यह भी निर्देशित किया कि पशुओं को समय-समय पर निर्धारित मात्रा में संतुलित आहार उपलब्ध कराया जाए, जिससे उनके स्वास्थ्य पर कोई प्रतिकूल प्रभाव न पड़े। निरीक्षण के दौरान साफ-सफाई, पशुओं के स्वास्थ्य परीक्षण तथा शेड की स्थिति का जायजा लिये, जिलाधिकारी ने कहा कि गौ संरक्षण केंद्र सरकार की अत्यंत प्राथमिकता वाली योजना है, इसलिए इसमें किसी भी प्रकार की शिथिलता या लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। उन्होंने संबंधित अधिकारियों को नियमित निरीक्षण करने और व्यवस्थाओं की सतत निगरानी रखने के निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने यह भी कहा कि पशुओं के संरक्षण एवं संवर्धन के लिए सभी आवश्यक संसाधनों का समुचित उपयोग किया जाए तथा किसी भी समस्या की सूचना तत्काल उच्चाधिकारियों को दी जाए, ताकि समय रहते उसका समाधान किया जा सके।

सीएम योगी जी द्वारा 'स्कूल चलो अभियान' के शुभारंभ कार्यक्रम का डायट परिसर व प्राथमिक व उच्च प्राथमिक विद्यालयों मे किया गया सजीव प्रसारण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र।शनिवार को माननीय मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ जी द्वारा वाराणसी से आज 'स्कूल चलो अभियान' का शुभारंभ किया गया। इस कार्यक्रम का सजीव प्रसारण डायट परिसर व जनपद के प्राथमिक व उच्च प्राथमिक विद्यालयों में किया गया, उक्त प्रसारण कार्यक्रम को आज छात्र-छात्राओं ने उत्साहपूर्वक देखा और सुना। माननीय मुख्यमंत्री जी ने अपने संबोधन में कहा कि कोई भी बच्चा विद्यालय जाने से वंचित न रहे, यह सुनिश्चित किया जाना अत्यंत आवश्यक है। कहा कि विद्यालयों में संचालित विभिन्न योजनाएं जैसे कायाकल्प योजना, डीबीटी योजना एवं निपुण भारत मिशन अत्यंत सफल रही हैं, जिसके परिणामस्वरूप बेसिक शिक्षा विभाग के विद्यालयों में अध्ययनरत विद्यार्थियों की संख्या में निरंतर वृद्धि हो रही है। कार्यक्रम का उद्देश्य जनपद में शत-प्रतिशत नामांकन सुनिश्चित करना तथा प्रत्येक बच्चे को शिक्षा की मुख्यधारा से जोड़ना है।

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
श्री महन्तू
अग्निशमन सुरक्षा अधिकारी नैनी, प्रयागराज
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

युवराज बोले- धोनी के सच्चाई बताने के बाद लिया रिटायरमेंट,कप्तान विराट

कोच ने स्पष्ट नहीं किया था कि आगे टीम में लेंगे या नहीं

नयी दिल्ली। 2011 वर्ल्ड कप के हीरो रहे युवराज सिंह ने एक इंटरव्यू में कहा कि धोनी से पता चला था कि अब चयनकर्ता उनके

नाम पर विचार नहीं कर रहे हैं। इसके बाद ही युवराज ने 10 जून 2019 को क्रिकेट के सभी फॉर्मेट से संन्यास ले लिया था। स्पोर्ट्स तक से बातचीत में युवराज ने कहा कि 36-37 साल की उम्र में जब वे टीम से अंदर-बाहर हो रहे थे, तब न तो नेशनल क्रिकेट एकेडमी (एनसीए), न ही कप्तान विराट कोहली और न ही कोच रवि शास्त्री ने उनसे सीधे बात की। युवी ने कहा, 'उस समय मुझे लगा कि मैं बीच में फंस गया हूं। मैंने देश के लिए इतना क्रिकेट खेला, तो कम से कम थोड़ी इज्जत और साफ बात तो बनती थी, लेकिन मुझे कुछ भी साफ नहीं बताया गया।' युवराज ने कहा कि उन्हें कहीं से कोई जवाब नहीं मिल रहा था, तब उन्होंने महेंद्र सिंह धोनी को फोन किया। धोनी उस समय कप्तान नहीं थे, लेकिन वे पूरी स्थिति पर नजर रखे हुए थे। युवराज के मुताबिक, 'धोनी ने मुझे सही नजरिया दिया। उन्होंने साफ कहा कि सिलेक्टर्स अब आगे की तरफ देख रहे हैं और मैं उनकी योजनाओं का हिस्सा नहीं हूं। धोनी की इस बात ने मुझे वह स्पष्टता दी जो मैनेजमेंट नहीं दे पा रहा था।' फिटनेस के नाम पर रिटायरमेंट के लिए दबाव बनाया गया-युवराज ने यह भी आरोप लगाया कि मैनेजमेंट ने उन्हें संन्यास लेने के लिए मजबूर करने की कोशिश की थी। उनसे कहा गया था कि वे अब फिटनेस टेस्ट (यो-यो टेस्ट) पास नहीं कर पाएंगे, इसलिए उन्हें खेल को अलविदा कह देना चाहिए। इस पर उन्होंने साफ जवाब दिया कि रिटायर होना उनका फैसला होगा, जबकि टीम में खिलाना या नहीं खिलाना मैनेजमेंट का निर्णय है। युवराज पर्सनल टिप्पणियों के चलते कमेंट्री से दूरी बनाए हुए हैं-युवराज ने यह भी बताया कि वे अब तक कमेंट्री से दूर क्यों रहे। उन्होंने साफ कहा कि वे उन लोगों के साथ बैठकर काम नहीं करना चाहते, जिन्होंने उनके बारे में निजी (पर्सनल) टिप्पणियां की थीं। उन्होंने कहा, 'अब जब मैं रिटायर हो चुका हूं, तो इस बारे में खुलकर बोल सकता हूं। असली वजह ये है कि कुछ लोगों ने मेरे खेल पर नहीं, बल्कि मुझ पर पर्सनल कमेंट किए थे। खेल की बात समझ में आती है, लेकिन पर्सनल बातें आप कभी नहीं भूलते।' 19 साल का शानदार करियर और दो वर्ल्ड कप जीत-युवराज सिंह ने साल 2000 में अपने अंतरराष्ट्रीय करियर की शुरुआत की थी और जून 2019 में संन्यास लिया। उन्होंने भारत के लिए 304 वनडे, 58 टी-20 और 40 टेस्ट मैच खेले, जिनमें 11,000 से ज्यादा रन बनाए। वे 2007 टी-20 वर्ल्ड कप और 2011 वनडे वर्ल्ड कप जीतने वाली टीम के सदस्य रहे। 2011 वनडे वर्ल्ड कप के प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट रहे-युवराज सिंह ने वनडे वर्ल्ड कप 2011 में शानदार प्रदर्शन करते हुए प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट का पुरस्कार जीता था। उन्होंने 8 पारियों में 90.50 की औसत से कुल 362 रन बनाए थे, जिसमें चार अर्धशतक और एक शतक शामिल था। उन्होंने टूर्नामेंट में 15 विकेट भी झटके थे। युवराज टूर्नामेंट में चार बार प्लेयर ऑफ द मैच बने और अंत में उन्हें प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट चुना गया। टूर्नामेंट के बाद युवराज को कैंसर होने का पता चला, जिसके बाद उनका इलाज चला। इसके बाद वे एक साल से ज्यादा समय तक टीम इंडिया से बाहर रहे। पूरी तरह स्वस्थ होने के बाद उन्होंने सितंबर 2012 में न्यूजीलैंड के खिलाफ टी-20 मैच से अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में वापसी की। युवराज के नाम भारत के लिए टी-20 में सबसे तेज अर्धशतक- 2007 में महेंद्र सिंह धोनी की कप्तानी में भारत ने पहला टी-20 वर्ल्ड कप जीता था। युवराज सिंह ने इस टूर्नामेंट में इंग्लैंड के खिलाफ एक ओवर में छह छक्के लगाकर इतिहास रच दिया था। उन्होंने इसी मैच में महज 12 गेंदों में अर्धशतक जड़कर एक और बड़ा रिकॉर्ड बनाया। यह आज भी भारत की ओर से टी-20 क्रिकेट में सबसे तेज फिफ्टी का रिकॉर्ड है। आउट होने से पहले युवराज ने 16 गेंदों में 58 रन की विस्फोटक पारी खेली थी। वर्ल्ड कप 2011 के बाद सिर्फ एक शतक लगा सके थे- युवी युवराज ने कैंसर का इलाज कराने के बाद 2012 में वापसी की, लेकिन उनके खेल में पहले जैसी चमक नहीं रही। युवी ने वर्ल्ड कप 2011 के बाद खेले 30 वनडे में 27.08 की औसत 650 रन बनाए। इसमें सिर्फ एक शतक था। इसी दौरान उन्होंने 35 टी-20 इंटरनेशनल मैचों में 25.41 की औसत से 610 रन बनाए। अपने इंटरनेशनल करियर में 148 विकेट लेने वाले युवी ने अप्रैल 2011 के बाद भारत के लिए सिर्फ 22 विकेट झटके।

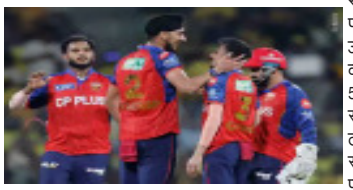
हम जल्द ही मम्मी-पापा बनने वाले हैं:खुशी तो है, लेकिन थोड़ा डर भी है, अच्छा पेरेंट बनने के लिए सबसे जरूरी क्या है?

जयपुर। विषय को समझेंगे एक्सपर्ट: डॉ. अमिता श्रृंगी, साइकोलॉजिस्ट, फैमिली एंड चाइल्ड काउंसलर, जयपुर जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- मैं अहमदाबाद से हूं। मेरी शादी को 3 साल हो गए हैं। जल्द ही हम पेरेंट बनने वाले हैं। जाहिर है, इस कारण हमारी एंग्जाइटी भी थोड़ी बढ़ी हुई है। हम पेरेंटिंग पर तमाम किताबें पढ़ रहे हैं, पॉडकास्ट सुन रहे हैं। हालांकि ये सब पढ़ना-सुनना और कनफ्यूज कर रहा है। क्या आप हमें कुछ बेसिक टिप्स दे सकते हैं कि हमें किन बातों का ध्यान रखना चाहिए। जवाब- सबसे पहले आप दोनों को इस नई यात्रा के लिए बहुत बधाई। पढ़कर खुशी हुई कि आप इस नई जिम्मेदारी से पहले खुद को तैयार कर रहे हैं। अवेयरनेस ही अच्छी पेरेंटिंग की पहली सीढ़ी है। सबसे पहले तो ये समझिए कि जब बच्चा दुनिया में आता है तो उसे सुख-सुविधाओं वाले पेरेंट्स से ज्यादा हैप्पी पेरेंट्स की जरूरत होती है। माता-पिता का खुश रहना ही बच्चे के लिए सबसे खूबसूरत तोहफा है। वियतनामी बौद्ध भिक्षु और मशहूर राइटर तिक न्यात हन्ह ने अपनी किताब 'फिडिलिटी: हाउ टू क्रिएट लविंग रिलेशनशिप दैट लास्ट्स' में इस बारे में लिखा है-किताबें पढ़ना और पॉडकास्ट सुनना अच्छी बात है, क्योंकि ये हमें दिशा देते हैं। लेकिन यह समझना जरूरी है कि पेरेंटिंग की असली नींव किसी ट्रेंड या तकनीक पर नहीं, बल्कि घर के माहौल पर टिकी होती है। बच्चा सबसे पहले अपने आसपास के वातावरण से ही सीखता है। अच्छी पेरेंटिंग कोई हेलीकॉप्टर पेरेंटिंग करना या सुपर मॉम-डैड होना नहीं है। पेरेंट होने की जो एकदम बेसिक जिम्मेदारी है, वो है बच्चे को अनकंडीशनल प्यार और सिक्योरिटी देना।अक्सर हम बच्चे के आने की तैयारी कपड़ों, खिलौनों और कमरे की सजावट से करते हैं। लेकिन भावनात्मक तैयारी को नजरअंदाज कर देते हैं। जबकि सच्चाई यह है कि पेरेंटिंग की

असली शुरुआत बच्चे के जन्म से पहले हमारी सोच, हमारे रिश्ते और हमारे धैर्य से हो जाती है। ऐसे में नए पेरेंट्स के लिए जरूरी है कि वे खुद को मानसिक रूप से तैयार करें। यह समझें कि पेरेंटिंग कोई परफॉर्मेंस नहीं है, बल्कि यह सीखने की निरंतर प्रक्रिया है। आप जितने मजबूत और संतुलित होंगे, बच्चे को उतना ही सुरक्षित और खुशहाल माहौल दे पाएंगे। इस तैयारी को आसान बनाने के लिए यह छोटी-सी चेकलिस्ट मददगार हो सकती है- इमोशनली तैयार रहें पेरेंटिंग सिर्फ फिजिकल नहीं, इमोशनल जिम्मेदारी भी है। बच्चे के आने के बाद आपकी नींद, रूटीन और प्राथमिकताएं बदलती हैं। अगर आप मानसिक रूप से तैयार रहेंगे तो बदलाव को स्वीकार करना आसान होगा और बच्चे को ज्यादा स्थिर माहौल दे पाएंगे। अपने रिश्ते में मधुरता रखें-बच्चे बड़े होते हुए पेरेंट्स के रिश्ते को देखते और महसूस करते हैं। अगर घर में आपसी सम्मान और प्यार है तो वही उनके व्यवहार में भी झलकता है। पार्टनर के साथ स्वस्थ और संतुलित रिश्ता बनाए रखना पेरेंटिंग का अहम हिस्सा है। सुनने की आदत डालें-अक्सर पेरेंट्स बच्चों को समझाने पर ज्यादा ध्यान देते हैं, उन्हें सुनने पर कम। लेकिन एक अच्छा पेरेंट वही है, जो बच्चे की बातों, भावनाओं और छोटे-छोटे एक्सप्रेशंस को ध्यान से समझे। इससे बच्चे को यह महसूस होता है कि उसकी बात मायने रखती है। इसलिए अभी से सुनने की आदत डालें। धैर्य का अभ्यास करें-बच्चे तुरंत नहीं सीखते, वे धीरे-धीरे समझते हैं। एक ही गलती बार-बार दोहराते हैं। ऐसे में गुस्सा करने की बजाय धैर्य रखना जरूरी है। आपका शांत-सरल व्यवहार ही बच्चे को सही मार्गदर्शन देता है। गलतियां स्वीकारना सीखें-कोई भी पेरेंट परफेक्ट नहीं होता। अगर गलती हो जाए तो उसे स्वीकार करें। इससे बच्चा भी अपनी गलतियों को स्वीकारना सीखता है और रिश्ते में भरोसा बढ़ता है। पेरेंटिंग को 'प्रोजेक्ट' न समझें- पेरेंटिंग कोई टास्क या प्रोजेक्ट नहीं है, जिसे परफेक्ट तरीके से पूरा करना है।

स्लो ओवर के लिए अय्यर पर रु24 लाख का जुर्माना,एक और गलती की तो पंजाब के कप्तान पर लगेगा एक मैच का बैन

नयी दिल्ली। आईपीएल के 7वें मैच में पंजाब किंग्स ने चेन्नई सुपर किंग्स को हराया, लेकिन इस मैच



में स्लो ओवर रेट की वजह से कप्तान श्रेयस अय्यर पर रु24 लाख का जुर्माना लगाया गया है। यह इस सीजन का पंजाब किंग्स का दूसरा ओवर-रेट अपराध है। इसलिए सिर्फ कप्तान ही नहीं, पूरी प्लेइंग इलेवन और इम्पैक्ट प्लेयर को भी सजा मिली है। बाकी सभी खिलाड़ियों पर रु6 लाख या उनके मैच फीस का 25 प्रतिशत, जो भी कम हो, उतना जुर्माना लगाया गया है। आईपीएल के नियमों के मुताबिक, अगर अब टीम से फिर ऐसी गलती होती है तो अय्यर पर 30 लाख रुपए का जुर्माना लगेगा और एक मैच का बैन भी झेलना पड़ेगा। पंजाब को अभी लीग स्टेज में 12 से ज्यादा मैच खेलने हैं, ऐसे में अब गलती की गुंजाइश बहुत कम बची है। श्रेयस अय्यर ने 50 रन बनाए-इस मैच में श्रेयस अय्यर ने बल्लेबाजी से टीम का नेतृत्व किया। उन्होंने 29 गेंदों पर 50 रन की शानदार पारी खेली। उनकी नेहल वाधेरा के साथ 59 रन की साझेदारी मैच का टर्निंग पॉइंट साबित हुई। पंजाब किंग्स को जीत के लिए 209 रन का टारगेट मिला था, जिसे उन्होंने 5 विकेट खोकर आराम से हासिल कर लिया। आयुष म्हात्रे की पारी पर भारी पड़ी पंजाब की बैटिंग-इससे पहले चेन्नई सुपर किंग्स ने टॉस जीतकर बल्लेबाजी करते हुए 5 विकेट पर 209 रनों का मजबूत स्कोर खड़ा किया था। चेन्नई की ओर से युवा बल्लेबाज आयुष म्हात्रे ने 43 गेंदों में 73 रनों की बेहतरीन पारी खेली और कप्तान ऋतुराज गायकवाड़ (28 रन) के साथ 96 रनों की साझेदारी की। हालांकि, पंजाब की शुरुआत भी प्रियांश आर्य की 11 गेंदों में 39 रनों की तूफानी पारी से हुई। अंत में प्रभसिमरन सिंह, कूपर कोनोली और अय्यर की पारियों ने चेन्नई के स्कोर को छोटा साबित कर दिया और पंजाब ने लगातार दूसरी जीत दर्ज की।

ये 15 फूड हैं नेचुरल लैक्सेटिव,कब्ज से दिलाए राहत,पाचन रखे दुरुस्त, एक्सपर्ट से जानें डाइट में कैसे शामिल करें

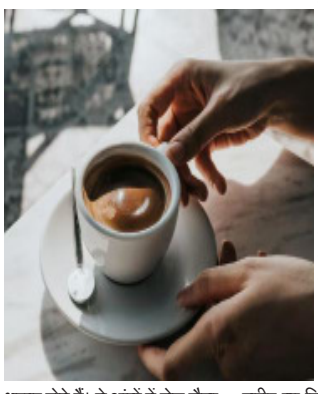
नयी दिल्ली। आज की तेज रफ्तार जिंदगी में खराब लाइफस्टाइल और अनियमित खानपान के कारण कब्ज एक कॉमन समस्या बन गई है। अगर लंबे समय तक कब्ज बना रहे तो इससे बॉडी

फंक्शनिंग और ओवरऑल हेल्थ प्रभावित होती है। 'एबॉट' की गट हेल्थ सर्वे रिपोर्ट के अनुसार, भारत में करीब 22फीसदी वयस्कों को कब्ज है। इनमें से 13फीसदी लोग गंभीर रूप से प्रभावित हैं। अक्सर लोग कब्ज से राहत के लिए दवाएं लेते हैं। जबकि नेचुरल लैक्सेटिव कब्ज से राहत दिला सकते हैं। ये ऐसे फूड या सब्सटेंस होते हैं, जिससे बाउल मूवमेंट सुधरता है। इससे स्टूल सॉफ्ट हो जाता है और

कब्ज की समस्या नहीं होती है। इसलिए आज जरूरत की खबर में जानेंगे कि-नेचुरल लैक्सेटिव क्या होते हैं? ये शरीर में कैसे काम करते हैं? किन फूड्स में नेचुरल लैक्सेटिव होता है? विषय को समझेंगे एक्सपर्ट: डॉ. नृपेन साइकिया, सीनियर कंसल्टेंट, गैस्ट्रोलॉजी, पीएसआरआई हॉस्पिटल, दिल्ली जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- लैक्सेटिव क्या होते हैं? जवाब- लैक्सेटिव यानी ऐसी दवाएं या खाने की चीजें, जो कब्ज में राहत देकर पेट साफ करने में मदद करती हैं। लैक्सेटिव अलग-अलग तरीके से काम करते हैं। आमतौर पर डॉक्टर पेट साफ न होने पर लैक्सेटिव देते हैं। सवाल- नेचुरल लैक्सेटिव क्या होते हैं?

जवाब- नेचुरल लैक्सेटिव यानी ऐसी नेचुरल चीजें जो पेट साफ करने में मदद करती हैं। इसमें फाइबर से भरपूर फल, सब्जियां, होल ग्रेन्स शामिल हैं। आर्टिफिशियल लैक्सेटिव की तरह इनमें केमिकल नहीं होता है। ये आमतौर पर रोजमर्रा के खाने का ही हिस्सा होते हैं और धीरे-धीरे, नेचुरल तरीके से कब्ज में राहत देते हैं। सवाल- नेचुरल लैक्सेटिव शरीर में कैसे काम करते हैं? जवाब- नेचुरल लैक्सेटिव शरीर में दो तरह से काम करते हैं। इनमें मौजूद फाइबर और पानी स्टूल (मल) को मुलायम बनाते हैं, जिससे ये आसानी से पास हो सकें। कुछ नेचुरल ऑप्शन आंतों की हल्की मूवमेंट बढ़ाकर बॉवेल को नियमित रखते हैं। सवाल- कौन से फूड्स नेचुरल लैक्सेटिव होते हैं? जवाब- नेचुरल लैक्सेटिव वो फाइबर रिच फूड होते हैं, जो पेट को साफ रखने में मदद करते हैं। कुछ फल नेचुरल लैक्सेटिव की तरह काम करते हैं। पपीता, अमरूद, सेब (छिलके सहित), नाशपाती, केला (पका हुआ), संतरा, मौसंबी, अंगूर, कीवी और अनार जैसे फल फाइबर से भरपूर होते हैं। फाइबर स्टूल का वॉल्यूम बढ़ाता है और उसे सॉफ्ट बनाता है, जिससे बाउल मूवमेंट आसान हो जाती है। इसके अलावा इन फलों में पानी की मात्रा अधिक होती है, जो बॉडी को हाइड्रेट रखती है और कब्ज की समस्या कम करती है। अंजीर (ताजा/सूखा) अंजीर में हाई फाइबर होता है, खासकर इसके छोटे-छोटे बीज आंतों को स्टिमुलेट करते हैं। यह स्टूल को सॉफ्ट बनाता है और आसानी से बाहर निकालने में मदद करता है। इसलिए इसे पहले के समय में कब्ज के घरेलू उपाय के रूप में इस्तेमाल किया जाता रहा है। प्रून्स (सूखा आलूबुखारा) प्रून्स में एक नेचुरल तत्व 'सॉर्बिटोल' होता है। इससे आंतों में पानी एब्जॉर्ब होता है, जिससे स्टूल सॉफ्ट हो जाता है और बाउल मूवमेंट बेहतर हो जाता है। इससे कब्ज में राहत मिलती है। अलसी के बीज

अलसी के बीज फाइबर से



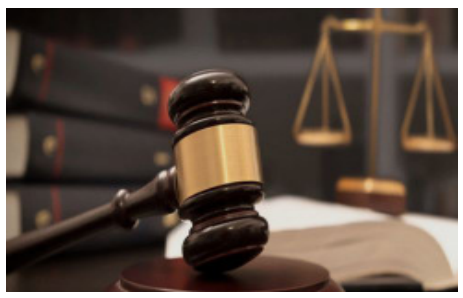
भरपूर होते हैं। ये आंतों में जेल जैसा टेक्सचर बनाते हैं, जिससे स्टूल स्मूदली पास होता है और बाउल मूवमेंट रेगुलर रहता है।कॉफी- कॉफी में मौजूद कैफीन आंतों की मसल्स को स्टिमुलेट करता है। यह कोलन (बड़ी आंत) की एक्टिविटी बढ़ाकर बाउल मूवमेंट को ट्रिगर कर सकता है। इसलिए कई लोगों को कॉफी पीने के बाद तुरंत टॉयलेट जाने की इच्छा होती है। नींबू-नींबू का रस डाइजेशन में मदद करता है। यह गैस्ट्रिक जूस के प्रोडक्शन को बढ़ाता है। गुनगुने पानी के साथ लेने पर बाउल मूवमेंट में मदद करता है। सवाल- कब्ज से बचने के नेचुरल उपाय क्या हैं? जवाब- इसके लिए कुछ तरीके अपनाए जा सकते हैं।सवाल- क्या नेचुरल लैक्सेटिव के साइड इफेक्ट्स भी हो सकते हैं? जवाब- हां, गलत तरीके या ज्यादा मात्रा में नेचुरल लैक्सेटिव लेने पर नुकसान हो सकता है। जैसे बहुत ज्यादा कॉफी पीने से कैफीन टॉक्सिसिटी हो सकती है। थोड़ा विस्तार से समझते हैं- 1. गैस, ब्लोटिंग इसबगोल, चिया सीड्स या ओट्स जैसे नेचुरल लैक्सेटिव्स ज्यादा लेने पर गैस हो सकती है। 2. पेट में ऐंठन या दर्द कुछ नेचुरल लैक्सेटिव्स जैसे प्रून्स या अंजीर ज्यादा मात्रा में नहीं लेने चाहिए। इससे बाउल मूवमेंट बहुत बढ़ जाता है, जिसके कारण क्रैम्प्स हो सकते हैं। 3. डायरिया नेचुरल लैक्सेटिव्स ज्यादा लेने से स्टूल ढीला हो सकता है, लेकिन इससे कब्ज ठीक होने की बजाय डायरिया हो सकता है। 4. डिहाइड्रेशन लैक्सेटिव्स पानी को एब्जॉर्ब करते हैं। इसलिए इनके साथ लगातार ढेर सारा पानी पीना जरूरी है। पानी कम पीने पर डिहाइड्रेन हो सकता है। 5. इलेक्ट्रोलाइट असंतुलन ज्यादा मात्रा में नेचुरल लैक्सेटिव्स लेने पर शरीर में सोडियम-पोटेशियम का बैलेंस बिगड़ सकता है। 6. दवाओं का असर कम हो सकता है इसबगोल या हाई फाइबर नेचुरल लैक्सेटिव्स से कुछ दवाओं के एब्जॉर्प्शन पर असर पड़ता है। 7. एलर्जी कुछ लोगों को नेचुरल लैक्सेटिव फूड से एलर्जी हो सकती है। सवाल- क्या नेचुरल या ओवर-द-काउंटर लिए गए लैक्सेटिव्स पर परमानेंट निर्भरता भी हो सकती है? जवाब- हां, दोनों तरह के लैक्सेटिव्स डिपेंडेंसी पैदा कर सकते हैं। लेकिन यहां यह समझना जरूरी है कि डिपेंडेंसी का जोखिम हमेशा और सबके लिए एक जैसा नहीं होता। डिपेंडेंसी के कुछ कारण हैं- अगर हफ्तों-महीनों तक रोज लैक्सेटिव्स लिए जाएं।अगर बिना डॉक्टर की सलाह के अपने मन से लैक्सेटिव्स लिए जाएं। अगर इंस्टेंट रिलीफ पर फोकस हो, लेकिन लाइफस्टाइल में सुधार न किए जाएं।अगर आईबीएस या थायरॉइड जैसी कोई मेडिकल कंडीशन हो। अगर ओवर-द-काउंटर मिलने वाले स्टिमुलेंट लैक्सेटिव का यूज ज्यादा किया जाए।अगर टॉयलेट जाने का टाइमिंग और रूटीन खराब हो। कुल मिलाकर, नेचुरल लैक्सेटिव रोजमर्रा की डाइट के ऐसे विकल्प हैं, जो पेट को हल्का रखने और पाचन को बेहतर बनाने में मदद करते हैं। हालांकि ये ज्यादातर सुरक्षित होते हैं, पर हर शरीर का रिस्पॉन्स अलग होता है। इसलिए इन्हें संतुलित मात्रा में लें और अपनी लाइफस्टाइल को भी साथ में बैलेंस रखना जरूरी है। अगर अक्सर कब्ज की समस्या बनी रहती है तो इसे नजरअंदाज न करें।

जवानी में बढ़ रहा नॉन एल्कोहलिक फैटी लिवर,ये संकेत इग्नोर न करें

हेल्दी लिवर के 8 टिप्स

गुरुग्राम। आपका पूरा शरीर तो दुबला-पतला है, लेकिन पेट पर चर्बी चढ़ रही है? गर्दन की मोटाई बढ़ रही है और हर वक्त थकान महसूस होती है? इसे हल्के में मत लीजिए। शरीर में हो रहे ये सारे बदलाव फैटी लिवर का संकेत हो सकते हैं। अब आप ये तर्क दे सकते हैं कि फैटी लिवर तो शराब पीने के कारण होता है और मैं एल्कोहल को हाथ भी नहीं लगाता। तो इसका सीधा जवाब ये है कि फैटी लिवर सिर्फ शराब पीने के कारण नहीं होता। जंक फूड खाने, कोल्ड ड्रिंक पीने और एक जगह पर बैठे रहने जैसी रोजमर्रा की जिंदगी की छोटी-छोटी बुरी आदतें भी इस बीमारी को जन्म दे सकती हैं। 'द लैंसेट रीजनल हेल्थ यूरोप' में पब्लिश रिसर्च के मुताबिक अमेरिका, ब्रिटेन, जर्मनी और फ्रांस में करीब 2 करोड़ लोग नॉन एल्कोहलिक फैटी लिवर से ग्रस्त हैं, लेकिन 75फीसदी लोगों को इसका पता ही नहीं कि वे जोखिम में हैं। फैटी लिवर डिजीज अब युवाओं को भी तेजी से अपनी चपेट में ले रही है। 'जर्नल ऑफ हेपेटोलॉजी' के अनुसार, दुनिया की करीब 38फीसदी आबादी फैटी लिवर से प्रभावित है, जिनमें लगभग 25फीसदी लोग शराब नहीं पीते। हेल्थ स्टडीज के मुताबिक, शहरी भारत के 30-40फीसदी लोग किसी-न-किसी स्तर की फैटी लिवर समस्या से जूझ रहे हैं। विषय को समझेंगे एक्सपर्ट- डॉ. संजय गोजा, डायरेक्टर, लिवर ट्रांसप्लांट एंड एचपीबी सर्जरी (हेप्टो-पैन्क्रियाटो-बिलियरी), नारायणा हॉस्पिटल, गुरुग्राम जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज क्या है? जवाब- नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज ऐसी कंडीशन है, जिसमें लिवर में जरूरत से ज्यादा फैट जमा हो जाता है। इसमें व्यक्ति शराब नहीं पीता, फिर भी लिवर में फैट जमा हो जाता है। यह दुनिया की सबसे कॉमन क्रॉनिक लिवर डिजीज है। यह समस्या अक्सर मेटाबॉलिक गड़बड़ियों से जुड़ी होती है, जैसे- पेट के आसपास चर्बी होना, इंसुलिन रेजिस्टेंस, टाइप-2 डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर, हाई कोलेस्ट्रॉल, सवाल- एल्कोहलिक फैटी लिवर और नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर में क्या अंतर है? जवाब- एल्कोहलिक और नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर दोनों में लिवर सेल्स में फैट जमा होता है, लेकिन दोनों की वजह अलग-अलग होती हैं। एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज- यह समस्या शराब ज्यादा पीने से होती है। शराब लिवर के मेटाबॉलिज्म को नुकसान पहुंचाती है, जिससे शरीर फैट नहीं पचा पाता या बहुत धीरे पचाता है। यह फैट लिवर में जमा होने लगता है। नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज-इसमें व्यक्ति शराब नहीं पीता, फिर भी लिवर में फैट जमा हो जाता है। इसकी मुख्य वजहें इस प्रकार हैं- मोटापा, इंसुलिन रेजिस्टेंस, टाइप-2 डायबिटीज, हाई ट्राइग्लिसराइड्स, लो फिजिकल एक्टिविटी अगर दोनों में से किसी भी कंडीशन को समय पर कंट्रोल न किया जाए, तो लिवर में इंफ्लेमेशन, फाइब्रोसिस और आगे चलकर सिरोसिस का खतरा बढ़ जाता है। सवाल- नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज के लक्षण क्या होते हैं? जवाब- नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज को 'साइलेंट डिजीज' भी कहते हैं। दरअसल, इसके लक्षण अक्सर शुरुआती दौर में नजर नहीं आते। लेकिन जैसे-जैसे समस्या बढ़ती है, शरीर कुछ संकेत देने लगता है, जिन्हें नजरअंदाज करना नुकसानदेह हो सकता है। नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज के लक्षण गंभीर होने पर 'सिरोसिस' का रिस्क हो सकता है। ऐसी कंडीशन में ये लक्षण दिख सकते हैं-शरीर अतिरिक्त पानी जमा करने लगता है। इंटरनल ब्लीडिंग हो सकती है। मसल्स कमजोर हो सकती हैं। कंफ्यूजन या याददाश्त में गड़बड़ी जैसी समस्याएं हो सकती हैं। सवाल- युवाओं में नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर का जोखिम क्यों बढ़ रहा है? जवाब- इसकी सबसे बड़ी वजह लाइफस्टाइल है। आज जीवन में मेहनत कम है और खानपान की आदतें खराब हैं। युवा बाहर का खाना या पैकेज्ड फूड ज्यादा खाते हैं, जिसमें अनहेल्दी फैट, शुगर और कैलोरीज बहुत ज्यादा मात्रा में होती हैं। सवाल- कौन सी आदतें नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज के खतरे को बढ़ाती हैं? जवाब- नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज अचानक नहीं होती, बल्कि यह हमारी रोज की कुछ गलत आदतों का नतीजा होती है। खान-पान से लेकर लाइफस्टाइल तक की कुछ खराब आदतें धीरे-धीरे फैटी लिवर का खतरा बढ़ा देती हैं। सवाल- नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर कैसे डाइग्नोज होता है? इसके लिए कौन से टेस्ट किए जाते हैं? जवाब- यह बीमारी कई बार रूटीन ब्लड टेस्ट या इमेजिंग जांच के दौरान सामने आती है। डॉक्टर बीमारी की पहचान के लिए कुछ खास टेस्ट करवाते हैं। इमेजिंग टेस्ट: अल्ट्रासाउंड, सिटी स्कैन या एमआरआई के जरिए लिवर में जमा फैट को देखा जा सकता है। ब्लड टेस्ट: ब्लड टेस्ट से यह पता लगाया जाता है कि लिवर सही तरीके से काम कर रहा है या नहीं। लिवर बायोप्सी: इस प्रक्रिया में डॉक्टर एक पतली सुई की मदद से लिवर से टिश्यू का छोटा सा सैंपल निकालते हैं, जिसे माइक्रोस्कोप से जांचा जाता है। इन सभी जांचों की रिपोर्ट्स के आधार पर डॉक्टर फैटी लिवर की कंडीशन और उसकी गंभीरता का आंकलन करते हैं। सवाल- क्या नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर को रिवर्स किया जा सकता है? जवाब- हां, शुरुआती स्टेज में यह पूरी तरह रिवर्स हो सकता है। इसका सबसे प्रभावी इलाज लाइफस्टाइल में बदलाव है। वजन कम करके, हेल्दी डाइट लेकर और नियमित एक्सरसाइज करके लिवर से फैट कम किया जा सकता है।सवाल- अपने लिवर को हेल्दी रखने के लिए क्या करें? जवाब- लिवर हमारे शरीर का सबसे मेहनती अंग है, जो डिटॉक्स से लेकर मेटाबॉलिज्म तक कई अहम काम करता है। अगर रोजमर्रा की जिंदगी में थोड़ी-सी सावधानी बरती जाए, तो लिवर को लंबे समय तक हेल्दी रखा जा सकता है और फैटी लिवर जैसी समस्याओं से बचा जा सकता है। लिवर की सेहत को नजरअंदाज करना भविष्य में गंभीर बीमारियों को न्यौता दे सकता है। इसलिए जरूरी है कि हम आज ही सतर्क हों, क्योंकि लिवर अगर स्वस्थ है, तो पूरा शरीर स्वस्थ है।

फर्जी मामलों में पीड़ित को मुआवजा देना अब जरूरी है



दहेज उत्पीड़न और विवाहिताओं के खिलाफ क्रूरता के मामलों में दो महीने तक गिरफ्तारी पर रोक के लिए सुप्रीम कोर्ट का नया फैसला भी कहीं पुराने फैसलों की तरह कानून की किताबों में गुम न होकर रह जाए? इसके लिए 5 बिंदुओं पर समझ जरूरी है।1. गिरफ्तारी : जोगिंदर कुमार बनाम यूपी राज्य (1994) के फैसले के अनुसार हिरासत और गिरफ्तारी के लिए पुलिस को अनेक अधिकार मिले हैं। चीफ जस्टिस वेंकटचलैया के अनुसार विवेक का इस्तेमाल किए बगैर मनमाने तरीके से गिरफ्तारी असंवैधानिक और गैर-कानूनी है। 1996 में डीके बसु बनाम पश्चिम बंगाल राज्य के फैसले में हिरासत में लिए लोगों के कानूनी अधिकार तय किए गए थे। अर्नेश कुमार बनाम बिहार राज्य (2014) के फैसले में हिरासत और जेल को अपवाद कहा गया था। इन फैसलों के अनुसार जारी शासनादेशों का अनुपालन नहीं होने से थानों और अदालतों के चक्कर में करोड़ों परिवार तबाह हो रहे हैं। 2. सुप्रीम कोर्ट : नए फैसले के अनुसार धारा 498-ए के दुरुपयोग को रोकने के लिए इलाहाबाद हाईकोर्ट के जून 2022 के आदेश के अनुसार जिलों में परिवार कल्याण समितियों का गठन होना चाहिए। इस बारे में सुप्रीम कोर्ट ने राजेश शर्मा मामले में जून 2017 में एक बड़ा फैसला दिया था। उसके अनुसार धारा 498-ए से जुड़े अधिकांश मामलों में फर्जी तरीके से पति और उसके परिजनों को पुलिस केस में फंसाया जाता है। फैसले में नेशनल लीगल सर्विसेस अथॉरिटी को मार्च 2018 तक रिपोर्ट पेश करने का आदेश था, जिसका 8 साल बाद कोई विवरण नहीं आ रहा। धारा 498-ए के दुरुपयोग को रोकने के लिए 2008 में दिल्ली हाईकोर्ट के फैसले के अनुसार दिल्ली में पुलिस अधिकारियों के लिए सख्त दिशानिर्देश जारी किए गए थे। ऐसे अनेक पुराने फैसलों पर जब अमल नहीं हो रहा तो अब नए फैसले के बाद जमीनी स्तर पर लोगों को इंसाफ कैसे मिलेगा? 3. संसद से कानून : पूर्व उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ ने संविधान के अनुच्छेद 142 की विशिष्ट शक्तियों के दुरुपयोग और सुप्रीम कोर्ट के सुपर-संसद बनने पर रोष व्यक्त किया था। अनुच्छेद 141 के तहत सुप्रीम कोर्ट के आदेश अधीनस्थ अदालतों के लिए बाध्यकारी होते हैं। पर उन फैसलों के अनुसार सरकार और संसद ने आईपीसी या बीएनएस और सीआरपीसी या बीएनएसएस की कानून की किताबों में बदलाव नहीं किए। इस संसदीय विफलता की वजह से पुलिस की मनमर्जी के साथ अदालतों में अराजकता बढ़ रही है। 4. जिला अदालतें : अदालतों में चल रहे 5.07 करोड़ मुकदमों में से लगभग 70 फीसदी यानी 3.52 करोड़ आपराधिक हैं। गरीबों को सही मामलों में भी एफआईआर दर्ज कराने के लिए थानों में एड़ी-चोटी का जोर लगाना पड़ता है। दूसरी तरफ नेताओं और रसूखदार लोगों के इशारों पर सिविल मामलों में भी फर्जी एफआईआर दर्ज हो जाती है। सुप्रीम कोर्ट के नए-पुराने फैसलों से साफ है कि पारिवारिक मामलों में फर्जी तरीके से पति और उसके परिजनों को फंसाने का दुश्चक्र चल रहा है। पुलिस की गिरफ्तारी के बाद जिला अदालतों में रूटीन तरीके से आरोपियों को जेल भेज दिया जाता है। जमीन के मामलों में पटवारी की रिपोर्ट और आपराधिक मामलों में पुलिस दरोगा की एफआईआर को अदालतों में अकाट्य मानने के साम्राज्यवादी रिवाज की वजह से आजाद भारत के करोड़ों लोग पीढ़ी-दर-पीढ़ी थाने और अदालतों के धक्के खाने के लिए अभिशप्त हैं। 5. गुजारा भत्ता : सुप्रीम कोर्ट के इस नए फैसले से दो दर्जन से ज्यादा मुकदमे और गुजारा भत्ता की रकम रद्द होने के साथ हाल ही के शिवांगी बंसल वाले मामले में आईपीएस पत्नी को माफीनामा भी देना पड़ा। लेकिन पति और पिता को 100 दिन से ज्यादा जेल में रहना पड़ा, उसकी भरपाई कैसे होगी? कुछ दिनों पहले सुप्रीम कोर्ट में पत्नी ने गुजारा भत्ता के नाम पर 12 करोड़ रुपए, लग्जरी फ्लैट और कार की मांग की थी। लिव-इन रिश्तों को कानूनी मान्यता और स्त्री-पुरुष समानता के दौर में तलाक के कानून को सरल बनाने के साथ गुजारा भत्ता के नियमों को व्यावहारिक बनाने के लिए सात दशक पुराने कानूनों में बदलाव लाने की जरूरत है।डिजिटल इंडिया का समय है। ऐसे में आम जनता के हितों और अधिकारों से जुड़े सुप्रीम कोर्ट के निर्विवाद फैसलों के विवरण का ऐप जारी हो। फैसलों का पालन नहीं करने वाले पुलिस और न्यायिक अधिकारियों के खिलाफ अवमानना का मामला चलने के साथ प्रशासनिक निलम्बन की कार्रवाई हो। फर्जी तरीके से दर्ज एफआईआर और गैर-कानूनी हिरासत के मामलों में पीड़ित व्यक्ति को मुआवजा मिले। ऐसा होगा तो ही दहेज उत्पीड़न और एससी/एसटी समेत सभी मामलों में कठोर कानूनों के दुरुपयोग पर प्रभावी रोक लग सकेगी। (ये लेखक के अपने विचार हैं, विराग गुप्ता)

अब भारतीय राजनीति में 'थरूर फैक्टर' के क्या हैं मायने?

पहलगाम हमले के बाद विपक्ष की राजनीति में यदि कोई केंद्र बिंदु बना है तो वो हैं डॉ. शशि थरूर। वे तब सुर्खियों में आए, जब केंद्र सरकार ने उन्हें विश्व की राजधानियों में भेजे जा रहे सर्वदलीय प्रतिनिधिमंडलों में से एक का नेतृत्व सौंपा, जबकि उनकी पार्टी ने उनके नाम की सिफारिश तक नहीं की थी।हालांकि मनमोहन सिंह ने भी कश्मीर पर राउंड-टेबल वार्ता के लिए 2006 में श्रीनगर में एक ऐसे 'सरकारी प्रतिनिधिमंडल' का नेतृत्व किया था, जिसके लिए दूसरी पार्टियों के अध्यक्षों से कोई सुझाव नहीं मांगे गए थे। वास्तव में, सरकार ने तीन और ऐसे कांग्रेस सांसदों को प्रतिनिधिमंडल में शामिल किया है, जो कांग्रेस की ओर से नामित नहीं किए गए थे। इनमें सलमान खुर्शीद, मनीष तिवारी और अमर सिंह हैं। सरकार ने राहुल गांधी की ओर से भेजे गए नामों में से सिर्फ आनंद शर्मा को ही चुना, शेष तीन नाम खारिज कर दिए। यदि थरूर को शामिल नहीं किया गया होता तो कांग्रेस और सरकार के बीच एक ऐसे समय में राजनीतिक मतभेद उभरकर सामने नहीं आए होते, जब सरकार कूटनीतिक मोर्चे पर भारत की एकजुटता दिखाने की कोशिश कर रही है। थरूर ने निमंत्रण को तुरंत स्वीकारा और उसे अपने लिए 'सम्मान' बताया। उन्होंने कहा कि 'जब देशहित में मेरी सेवाओं की दरकार हो तो मैं पीछे नहीं हटूंगा।' थरूर ने वैश्विक मीडिया के सामने ऑपरेशन सिंदूर को लेकर भारत का पक्ष बेहद प्रभावी ढंग से रखा था। केरल से चार बार सांसद रह चुके थरूर एक समय संयुक्त राष्ट्र के महासचिव बनने को लेकर उम्मीदजदा थे। तब उनकी वाकपटुता और सम्प्रेषण-कौशल ने भाजपा और कांग्रेस दोनों को प्रभावित किया था। कई लोगों का मानना है कि पहलगाम के बाद भारत के पक्ष को थरूर ने इतने बेहतर तरीके से सामने रखा है, जितना कि भाजपा प्रवक्ता भी नहीं कर पाए थे। पिछले कुछ समय से थरूर कांग्रेस आलाकमान की आंख की किरकिरी बने हुए हैं। गांधी परिवार को लगता है कि उन्होंने थरूर की कई बार करियर में आगे बढ़ने में मदद की थी, लेकिन कांग्रेस अध्यक्ष के चुनाव में वे पार्टी के अधिकृत उम्मीदवार मल्लिकार्जुन खरगे के सामने खड़े हो गए। हालांकि थरूर हार गए, लेकिन उन्होंने अपना असर जरूर छोड़ा।वे पार्टी से परे भी अपने प्रशंसक बनाने में सफल रहे हैं। कुछ समय पहले उन्होंने नाराजगी जताते हुए यह भी कहा था कि पार्टी ने उनका ठीक से उपयोग नहीं किया है और उनके पास 'दूसरे विकल्प' भी हैं। सोशल मीडिया पर उनके बड़ी संख्या में फॉलोअर्स हैं। पेशेवर और बुद्धिमान लोगों के साथ ही युवा भी उन्हें सम्मान की नजर से देखते हैं। लोग उन्हें सुनने आते हैं। उनके समर्थक केरल ही नहीं, बल्कि पूरे दक्षिण भारत में देखे जा सकते हैं। उन्होंने अपना यह जनाधार हाईकमान की मदद के बिना तैयार किया है। कांग्रेस में कई नेता अचरज करते हैं कि आखिर थरूर की राजनीति क्या है? कई उनके भाजपा की ओर झुकाव का संकेत भी करते हैं। मोदी सरकार द्वारा थरूर को एक उच्चस्तरीय प्रतिनिधिमंडल की अगुवाई सौंपने से भी इन अटकलों को बल मिला है। थरूर के नेतृत्व वाला प्रतिनिधिमंडल अमेरिका सहित पनामा, गयाना, ब्राजील और कोलंबिया जाएगा।मौजूदा हालात में यह साफ नहीं है कि क्या कांग्रेस उनके खिलाफ कोई कार्रवाई करेगी और अगर हां तो किस आधार पर। केरल में अगले साल चुनाव होने जा रहे हैं, ऐसे में थरूर के खिलाफ कोई भी कदम उठाना कांग्रेस के लिए मुश्किलें पैदा कर सकता है।

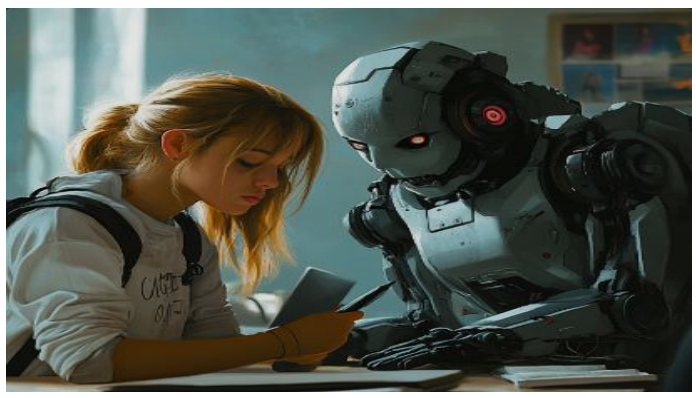
केरल ऐसा राज्य है, जहां कांग्रेस अपनी जीत के प्रति आश्वस्त है। वाम मोर्चा वहां पर पिछले दो कार्यकालों से सत्ता में है।यह भी साफ नहीं है कि थरूर आने वाले हफ्तों में क्या करने वाले हैं। क्या वे नई पार्टी बनाएंगे, अलबत्ता यह कभी भी आसान नहीं होता। वे भाजपा या सीपीएम में शामिल हो सकते हैं। लेकिन इसकी भी संभावना बहुत कम है। क्योंकि ऐसा करने पर उनकी वो तमाम राजनीतिक पूंजी नष्ट हो सकती है, जो उन्होंने कमाई है। या क्या वे निर्दलीय सांसद के रूप में केंद्रीय मंत्रिमंडल में शामिल हो सकते हैं? ये सब अभी अटकलें हैं, लेकिन यह साफ है कि केंद्र सरकार उनका सदुपयोग करना चाह रही है। थरूर भी उम्मीद कर सकते हैं कि सरकार उन्हें ऐसी कोई भूमिका दे, जैसे अभी दी है। किसी निष्कर्ष पर पहुंचना जल्दबाजी होगी, लेकिन थरूर-फैक्टर हमें भविष्य के बदलावों का संकेत जरूर देता है। क्या गांधी परिवार की अवहेलना के बावजूद अपनी जमीन कायम रखने से थरूर को कांग्रेस के अनपेक्षित हलकों से समर्थन दिलाया है? अतीत में कैप्टन अमरिंदर सिंह को भी तो इन्हीं कारणों से लोकप्रियता मिली थी।भाजपा यह साबित करने में तो निश्चय ही सफल हुई है कि कांग्रेस में शशि थरूर जैसे अनेक सक्षम, वाकपटु और अनुभवी नेता हैं, जिनको मौका मिले तो वे गांधी परिवार की तुलना में पार्टी का बेहतर तरीके से नेतृत्व कर सकते हैं। (ये लेखिका के अपने विचार हैं।)

नारियल पानी वालों करो न गुरूर, चाय का है अपना सुरूर

मेरी बेटी को चाय बिलकुल पसंद नहीं। वो सिर्फ कॉफी पीती है। सोचा था, वो बड़ी होगी, कहेगी- मम्मी, एक कप चाय बना दूं? साथ पीएंगे। वो दिन कभी आया नहीं। मेरी नाक के नीचे मेरे खून ने मुझसे ही बगावत कर दी! और अब हमारे घर में एक जंग छिड़ी हुई है- चाय बेहतर या कॉफी? वैसे बचपन में मैंने भी कभी चाय नहीं पी थी, होस्टल में जाकर आदत पड़ी। फिर ऑफिस में 11 बजे और 3 बजे इंतजार रहता था- कब टपरी से बालू आएगा, चाय का घूंट पिलाएगा।मुम्बई में इसे कहते हैं 'कटिंग'- शीशे के एक छोटे ग्लास में जरा-सी चाय आती है। लेकिन आहाहाहा, क्या किक देकर जाती है। पहला सिप मानो अमृत- मीठी, कड़क, अदरक-भरी। थके मन, झुके तन को जगा देने वाला घूंट। बॉस की चिड़चिड़ाहट को शांत करने वाला घूंट। भूत-प्रेत को डरा देने वाला घूंट।यह वो चाय है जिसके सहारे देश का पहिया घूमता है। बूढ़ा और नौजवान झूमता है। लेकिन मेरी बेटी नहीं। उसका मानना है कि कॉफी ही वो एकमात्र ड्रिंक है जिसे पीकर दिन शुरू होता है। चाहे उसे बनाने में आधा दिन निकल जाए। पहले वो कॉफी बीन्स ग्राइंडर में पीसती है, फिर फिल्टर पेपर से सींचती है। इस लंबे-चौड़े प्रोसेस के बाद मिलता है काला पानी, जिसे शौकीन कहते हैं- 'फ्रेश ब्रू'। जी हां, ऐसे ही फैंसी शब्दों से कॉफी ने हमारे जेन-जी का दिल और दिमाग जीत लिया है। एक तो कॉफी शॉप इतनी ठंडी-ठंडी, कूल-कूल। इसकी तुलना में कहां चाय की टपरी का टूटा हुआ स्टूल। स्टारबक्स में कॉफी की इतनी वैरायटी, कि सटक गई चायप्रेमी सोसाइटी। अब तो आंटी-अंकल भी कैप्पुचीनो पीने वहां जाते हैं, लेकिन क्या सचमुच वो आनंद पाते हैं? सबसे बड़ा धोखा यह- चाय के नाम पर 'चाय-लाते'। यह एक ऐसा गंदा ड्रिंक है, जो मैंने पहली बार अमेरिका में पिया और तुरंत फेंक दिया। बचपन में एग्जाम के पहले दूध में नेस्कैफे घोल कर जो अपमान हमने कॉफी का किया, शायद उसी के बदले में गोरों ने 'चाय-लाते' ईजाद किया। खैर, जो भी विदेश गया है, वो जानता है कि बाकी दुनिया चाय के नाम पर कुछ बकवास ही बिक रहा है। अगर आपने रेस्तरां में चाय मंगाने की बेवकूफी की तो आपको मिलेगा गरम पानी और एक टी-बैग। वो टी-बैग एक नाजुक-सी अप्सरा है, जो आपके चाय के कप में दस मिनट के डांस के बाद पानी को हल्का सा भूरा करेगी। बस। उससे भी बदतर है हर्बल टी। भाई, वो तो आप दवाई समझकर पी लो, चाय का नाम क्यों खराब करते हो? वैसे हर्बल कॉफी तो मैंने कभी सुनी नहीं, तो फिर चाय के ही साथ यह बदसलूकी क्यों? और 'ग्रीन टी' ने तो हद ही कर दी। आजकल सरकारी दफ्तरों में भी लोग यही पी रहे हैं, कहते हैं स्वास्थ्य के लिए अच्छी है। असली समस्या आपको बताऊं- चाय पीने वालों में अब एकता नहीं! आप चार लोगों से पूछो- चाय लोगे- तो चार जवाब आते हैं। एक कहता है बिना शक्कर, एक कहता है कम दूध। किसी को मसाला तेज चाहिए, किसी को नो अदरक नो इलायची। भाई, चार कप के लिए चार पतीले कौन चढ़ाएगा? खैर, चाय-कॉफी के वाद-विवाद के बीच एक नया प्राणी प्रकट हुआ है। जो कहता है- नो थैंक यू, दोनों ही जहर हैं। मैं तो सिर्फ नारियल पानी पीता हूं। मतलब वो योगा या हेल्थ फ्रीक, जिसने हम चाय-कॉफी वालों को बुरी आदत पालने वालों का खिताब दे दिया है।

छात्रों को एआई टूल्स से चीटिंग करने से कैसे रोकें?

मैं एक ऐसी महिला को जानता हूं जो लैटर लिखने का काम करती थीं। इससे वो अच्छा कमा लेती थीं। वो आईवी कॉलेजों (हॉर्वर्ड, ऑक्सफोर्ड जैसे प्रतिष्ठित कॉलेज) में दाखिला लेने के इच्छुक छात्रों के लिए 'लेटर ऑफ पर्पस' (एलओपी) लिखती थीं। वो उनमें से थी, जिनके पास दोस्तों तक के फोन उठाने का वक्त नहीं होता था, खासकर भारत में हाई स्कूल के रिजल्ट के बाद। उनका रिकॉर्ड था कि उनके किसी भी स्टूडेंट का आईवी कॉलेज में आवेदन निरस्त नहीं हुआ। वो छात्रों का व्यक्तिगत साक्षात्कार करतीं, उन्हें समझतीं, फिर एलओपी तैयार करतीं। इसके अलावा, छात्रों को दो घंटे की व्यक्तिगत कोचिंग देतीं कि इंटरव्यू में कैसे पेश आएं, संभावित सवाल क्या हो सकते हैं। असल इंटरव्यू से चंद घंटे पहले पर्सनल कोचिंग फिर दोहरातीं। ताज्जुब की बात नहीं कि उनकी फीस भी बहुत थी। दरअसल, जो भी स्टूडेंट दुनिया के अच्छे कॉलेजों में दाखिला लेना चाहते हैं, उन्हें दमदार एलओपी जमा करना होता है, उसके आधार पर कॉलेज एडमिशन तय करता है। पर 2025 में वो बेरोजगार हो गईं! कल रात एक डिनर पर मेरी उनसे मुलाकात हुई और उन्होंने इस बारे में बताया। जब मैंने आश्चर्य व्यक्त किया, तो उन्होंने फीकी हंसी में कहा, 'ओपनआई के चैटजीपीटी ने मेरी नौकरी छीन ली है। साल 2022 के नवंबर से इसने धीरे-धीरे मेरी नौकरी छीनना शुरू कर दिया, लेकिन मैंने तब इस पर ध्यान नहीं दिया। और अब 2025 में, मेरे पास छात्र नहीं आ रहे। अब केवल वही छात्र आते हैं, जिन्हें कॉलेजों ने खारिज कर दिया है और मुझे उन्हीं स्टूडेंट्स को किसी अन्य यूनिवर्सिटी में दाखिला दिलाने के लिए दोगुनी मेहनत करके प्रशिक्षित करना पड़ रहा है।' उनके साथ हुई बातचीत ने मुझे कई कॉलेज के प्रोफेसरों के साथ हुई चर्चाएं याद दिला दीं। उन प्रोफेसर्स ने ये माना कि तकनीक से छेड़खानी के मामले में उम्रदराज प्रोफेसर छात्रों से एक कदम पीछे रहते हैं। उनका कहना है कि 'निबंध लेखन, होमवर्क, प्रोजेक्ट रिपोर्ट और पीपीटी में भी चीटिंग का पता लगाना मुश्किल होता है।' यहां तक कि छात्रों के आर्टफिशियल तरीके से तैयार कंटेंट को टूल्स का इस्तेमाल करके भी पहचानना मुश्किल हो रहा है। प्रोफेसर्स दुखी होकर कहते हैं, जब स्टूडेंट्स अपना मुंह खोलते हैं और अंग्रेजी में बात करते हैं, जो कि पहले ही वह अपने प्रोजेक्ट में लिख चुके हैं, तब जाकर हमें पता चलता है कि प्रोजेक्ट में इस्तेमाल कंटेंट टेक्नोलॉजी की मदद से कॉपी किया गया है। इस बीच`ूल्ब.म्दस् के एक सर्वे से पता चला है कि 89इ कॉलेज छात्र असाइनमेंट पूरा करने के लिए चैटजीपीटी का उपयोग कर रहे हैं। इस तकनीक का उपयोग करने वाले छात्रों की इतनी बड़ी संख्या के बावजूद, उनमें से 72फीसदी कहते हैं कि वे नकल पर आधारित शिक्षा नहीं चाहते। वे चाहते हैं कि चैटजीपीटी को कैंपस में बैन किया जाए। तो, क्या किया जा सकता है? कई विशेषज्ञों ने कई सुझाव दिए हैं, लेकिन शीर्ष पांच बिंदु हैं: 1. उन शैक्षणिक तरीकों की ओर लौटें, जो सदियों से शिक्षकों का साथ देते आ रहे हैं। 2. विश्वविद्यालयों को मूल्यांकन के लिए व्यक्तिगत दृष्टिकोण अपनाना चाहिए। 3. प्रोफेसर्स को कक्षाओं में बातचीत का कल्चर फिर खड़ा करना होगा। उच्च शिक्षा के लिए मौखिक संचार हमेशा से अच्छा मॉडल रहा है। अलग-अलग स्ट्रीम के स्टूडेंट्स के बीच डिस्कशन होगा, तो तार्किक परिचर्चाएं विश्वविद्यालय शिक्षा के केंद्र में होंगी। 4. छात्रों को प्रश्न पूछने-आइडिया शेयर करने दें, इससे कक्षाएं सार्थक होंगी। 5. उन्हें सिखाएं कि पैसे कैसे कमा सकते हैं। कुछ लोग इस पर आपत्ति कर सकते हैं। पर बता दूं कि जब क्रिकेटर आठ अंकों में कमाता है, तो केवल कक्षा का सैद्धांतिक ज्ञान उन्हें पीछे छोड़ देता है। इसलिए शुद्ध ज्ञान से नैतिक रूप से पैसे कमाने को प्रोत्साहित करें। फंडा यह है कि जो छात्र बिना किताबें पढ़े क्विज में टॉप करता है, उसने कुछ नहीं सीखा होता। तकनीक पर निर्भर छात्र न केवल ज्ञान हासिल करने में विफल होते हैं, बल्कि रचनात्मक और आलोचनात्मक सोच की क्षमताओं का भी विकास नहीं कर पाते। छात्रो, ये आपका चुनाव है कि आपका मार्गदर्शक कौन होगा- प्रोफेसर या तकनीक? इस पर विचार करें।



किसी पर रहम, किसी को सजा- ये कैसा 'तंत्र' है!

कुछ सप्ताह पहले मैंने 'माय नेम इज रहीम खान' शीर्षक से एक वीडियो-ब्लॉग प्रसारित किया था, जिसमें बताया गया था कि आज एक भारतीय मुसलमान होने का क्या मतलब है। इसके बाद तत्काल ही मैं दक्षिणपंथियों के निशाने पर आ गया। मुझ पर आरोप लगाया गया कि बढ़ते इस्लामिक चरमपंथ की समस्या से बचने के? लिए मुस्लिम-विक्टिमहुड का झूठा चित्रण कर रहा हूं। लेकिन आज सोचने पर लगता है कि शायद मेरे उस ब्लॉग का शीर्षक 'माय नेम इज अली खान महमूदाबाद' होना चाहिए था। फेसबुक पर टिप्पणी के लिए अशोका यूनिवर्सिटी में राजनीति विज्ञान के प्रोफेसर अली खान महमूदाबाद की गिरफ्तारी बताती है कि हमारे राजनीतिक-तंत्र में क्या गलत है, जो भारतीय मुसलमानों को हाशिए पर धकेल रहा है। उनका अपराध यह था कि उन्होंने ऑपरेशन सिंदूर पर अपने विचार व्यक्त किए थे। उन्होंने कर्नल सोफिया कुरैशी को लेकर दक्षिणपंथी टिप्पणीकारों के पाखंड पर सवाल उठाया था। उन्होंने लिखा था कि मुझे यह देखकर बहुत खुशी हुई कि बहुत से दक्षिणपंथी टिप्पणीकार कर्नल कुरैशी की तारीफ कर रहे हैं, लेकिन शायद उन्हें इतने ही पुरजोर तरीके से यह मांग भी करनी चाहिए कि मॉब लिंचिंग, बुलडोजर और नफरत फैलाने वाली राजनीति के शिकार होने वाले दूसरे लोगों को भी भारतीय नागरिकों की भांति सुरक्षा मिले।ऐसा लिखकर अली खान यह बताना चाह रहे थे कि कर्नल कुरैशी को धर्मनिरपेक्षता का प्रतीक बताने और धरातल पर भारतीय मुसलमानों के खिलाफ बढ़ते भेदभाव के बीच कितना अंतर है। क्या इस टिप्पणी को भारत की स्वायत्तता, एकता और अखंडता को खतरे में डालने वाली बातों के तौर पर देखा जा सकता है? या क्या इसे किसी महिला की गरिमा का अपमान करने वाला कृत्य कहा जा सकता है? सरकार की आलोचना कब से इस हद तक एक अपराध हो गई कि भाजपा युवा मोर्चा के एक कार्यकर्ता सरपंच की शिकायत पर तत्काल गिरफ्तारी हो जाए या हरियाणा महिला आयोग नोटिस भेज दे? महिला आयोग की अध्यक्ष रेणु भाटिया से जब एक टीवी इंटरव्यू में यह पूछा गया कि अली खान ने किसी महिला की गरिमा का हनन कैसे किया है तो उनके पास इसका कोई तार्किक स्पष्टीकरण नहीं था। यह साफ है कि अन्य 'सरकारी' संस्थानों की तरह महिला आयोग ने भी आधिकारिक निर्देशों पर जल्दबाजी में नोटिस भेज दिया था। इसमें दिल्ली पुलिस भी शामिल थी। इस मामले ने कई परेशान करने वाले सवाल खड़े किए हैं। जैसे कि अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता पर अंकुश के? लिए सत्ता का दुरुपयोग। यह इस तरह का इकलौता मामला नहीं है। चाहे किसी भी दल की सरकार हो, वह असहमति के स्वरों को दबाने के लिए इसी तरह से अपनी शक्तियों का इस्तेमाल करती है। याद करें कि कैसे राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी के प्रमुख शरद पवार के बारे में सोशल मीडिया पर कथित रूप से एक अपमानजनक पोस्ट शेयर करने पर मराठी अभिनेत्री केतकी चिताले को 2022 में गिरफ्तारी का सामना करना पड़ा था। और कैसे द्रमुक सरकार ने तब चुप्पी साध ली थी, जब एक 'समूह' ने सत्ताधारी पार्टी के मुखर आलोचक और यूट्यूबर सुवुक्कू शंकर के घर में गंदगी फेंक दी थी। और कैसे कोलकाता के एक प्रोफेसर पर ममता बनर्जी का कार्टून फॉरवर्ड करने के आरोप लगाए गए थे और उन्हें गिरफ्तारी के 11 साल बाद जाकर रिहा किया गया था।एक मायने से भारतीय राजनीतिक तंत्र ने युगांडा के तानाशाह ईदी अमीन के इस कथन को अपना लिया है कि 'बोलने की आजादी तो है, लेकिन बोलने के बाद आजादी की गारंटी नहीं है!' हालात ऐसे बन गए हैं कि कौन कानून के दायरे में आएगा और कौन नहीं, यह भी आज पूरी तरह से सत्ता-कुलीनों की निजी धारणाओं के अधीन हो गया है। अली खान प्रकरण की तुलना मध्यप्रदेश के मंत्री विजय शाह से

एआई आज भी आर्टिफिशियल ही है! इसलिए रियल इंटेलिजेंस की जरूरत है

मैं दो लोगों को जानता हूं- एक जिन्होंने इस मार्च में एआई की मदद से यूरोप और यूएस की पूरी ट्रिप प्लान की। दूसरी उनकी बेटी, जिसने हाल ही में 12वीं की परीक्षा दी और एआई की मदद से ही कॉलेज एडमिशन की योजना बनाई। जाहिर है, अलग-अलग विकल्प देने के मामले में यह टेक्नोलॉजी किसी भी ट्रैवल एजेंट या काउंसलर से ज्यादा तेज थी। इतनी तेजी से और इतने ज्यादा विकल्प देख कर दोनों इतने प्रभावित हुए कि उन्होंने एआई के अंतिम सुझावों को ही मानने का निर्णय कर लिया। कोर्स और कॉलेजों का चयन कर दोनों ट्रिप पर निकल गए और उन्हें पहला झटका तब लगा, जब वर्ल्ड ट्रेड सेंटर स्टेशन पर उनकी ट्रेन मिस हो गई। डब्ल्यूटीसी स्टेशन असल में एक ट्रांसपोर्टेशन हब है, जहां से न्यू जर्सी और मैसाचुसेट्स जैसे राज्यों के लिए सीधी ट्रेनें मिलती हैं। इन्हें पाथ ट्रेनें कहते हैं। बेटी ने अपने टिकट्स दोबारा चेक नहीं किए थे, इसलिए न सिर्फ उसकी ट्रेन छूटी, बल्कि उसका कनेक्टिंग स्टेशन भी अलग था। एआई ट्रैवल प्लानिंग को लेकर चौतरफा शोर के बीच वह चाहती थी कि अपनी पूरी ट्रिप के लिए एआई के अलावा कहीं और रिसर्च न करे।उसकी सबसे बड़ी गलती यह थी कि उसने यह प्रयोग ऐसी जगह के लिए किया, जहां वो पहले कभी नहीं गई। ट्रेन छूटने के बाद जब उसने मुझे स्टेशन से कॉल किया तो मुझे समझ आया कि वो गलत जगह पर खड़ी थी। इससे पहले, उसने होटल भी पैदल जाने का फैसला किया, क्योंकि एआई ने बताया कि टैक्सी महंगी पड़ेगी और होटल सिर्फ 600 मीटर के वॉकिंग डिस्टेंट पर है। लेकिन एआई को यह नहीं पता था कि उस दिन भारी बारिश होने वाली है और भारतीय महज दो सूटकेस ही नहीं, हैंडबैग और लैपटॉप भी साथ रखते हैं। तेज बारिश में सामान लेकर चलते हुए दोनों बुरी तरह भीग गए, जिससे अगले दो दिन उन्हें बुखार रहा और साइटसीइंग के लिए समय ही नहीं मिला। तब जाकर उन्हें एहसास हुआ कि बेटी के एआई-संचालित कॉलेज एडमिशन काउंसलर की सलाह भी यूएस में कॉलेज चुनने में गलत हो सकती है। फिर उन्होंने पैसे खर्च करके इंसानी सलाह लेने का निर्णय किया। कॉलेज में प्रवेश के इच्छुक छात्रों को बेहतर गाइडेंस तब मिलती है, जब उसमें इंसान शामिल होता है। क्योंकि काउंसलर बॉट्स की जानकारी को फिल्टर कर छात्रों को सलाह देता है। खासकर, जब उन्हें आवेदन भरने के लिए स्पष्टता की जरूरत होती है। स्कूलों में एआई के इस्तेमाल के समर्थक रह चुके मैसाचुसेट्स स्कूल काउंसलर्स एसोसिएशन के अध्यक्ष अली रोबिडॉक्स भी मानते हैं कि छात्रों पर काउंसलर्स का जो प्रभाव होता है, टेक्नोलॉजी उसकी बराबरी नहीं करती। ऐसा इसलिए, क्योंकि इंसान जानता है कि उनकी निजी जीवन की बारीकियों को कैसे समझा जाए। जबकि चैटबॉट सिर्फ छात्रों के अंक औसत देखता है और उन्हें उस देश में ज्यादा कॉम्पीटिटिव कॉलेजों में आवेदन करने के प्रति हतोत्साहित कर सकता है। चैटबॉट्स ऐसे छात्रों की क्षमताओं का आकलन नहीं कर सकते, जो संभवतः घर में किसी के निधन के कारण कुछ अंकों से चूक गए हों। एक काउंसलर के अनुसार 'चूंकि एआई आपको तो जानते नहीं हैं, इसलिए वो सिर्फ आपको वही बताते हैं, जो पब्लिक डोमेन में है।' चैटबॉट्स को बनाने वाली कंपनियां भी इससे सहमत हैं कि ग्रेजुएशन के लिए सही कॉलेज चुनने की प्रक्रिया में विद्यार्थियों को वयस्कों की सलाह जरूरी होती है। हाई स्कूल छात्रों को कॉलेज जाने में मदद के लिए एआई का इस्तेमाल करने वाले प्लेटफॉर्म 'मेनस्टे' के फाउंडर एंड्रयू मैग्लियोज्जी कहते हैं कि 'इस प्रक्रिया में इंसानों का शामिल होना बहुत जरूरी है। क्योंकि एआई अभी भी विकसित हो रहा है।' फंडा यह है कि हम स्पीड और ऑथेंटिसिटी के बीच फंसकर सोचने लगते हैं कि एआई हमसे बेहतर है। फिलहाल एआई के इस्तेमाल का सबसे सही तरीका यही है कि उसकी स्पीड का फायदा लें और फिर अनुभवी इंसानों से कहें कि वह इस जानकारी का विश्लेषण अपनी बुद्धि से करें। एन. रघुरामन

पाकिस्तानी मंत्रियों को 6 महीने सैलरी नहीं:2 दिन पहले पेट्रोल पर 137 रुपए बढ़े, विरोध के बाद 80 रुपए कम किए

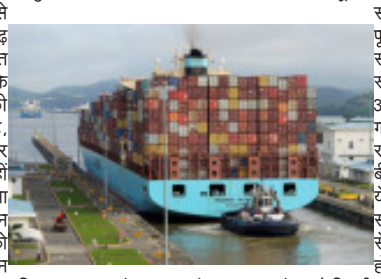
प्रधानमंत्री ने अपने संबोधन में कहा कि पश्चिम एशिया में

जारी संघर्ष और 'स्ट्रेट ऑफ होर्मुज' के बंद होने की वजह से दुनियाभर में पेट्रोलियम सप्लाई प्रभावित हुई है। इसके कारण अंतरराष्ट्रीय बाजार में तेल की कीमतें तेजी से बढ़ीं। उन्होंने कहा कि पिछले तीन हफ्तों से तेल की कीमतें रोजाना बढ़ रही थीं, लेकिन हमने आम आदमी की मुश्किलों को देखते हुए इसका बोझ जनता पर नहीं डाला। सरकार ने इस दौरान करीब 129 अरब रुपए की सब्सिडी दी।सिर्फ पेट्रोल की कीमत घटाने तक ही राहत सीमित नहीं है, पीएम ने कई वर्गों के लिए डायरेक्ट सब्सिडी की घोषणा की है।मोटरसाइकिल यूजर्सः इन्हें पेट्रोल पर 100 रुपए प्रति लीटर की अतिरिक्त सब्सिडी दी जाएगी। किसानः छोटे किसानों को प्रति एकड़ 1,500 रुपए की वित्तीय सहायता मिलेगी। रेलवेः पाकिस्तान रेलवे के इकोनॉमी क्लास के किरायों में कोई बढ़ोतरी नहीं करने का फैसला लिया गया है। कच्चे तेल के दाम 110 डॉलर पर पहुंचे-अमेरिका-इजराइल और ईरान जंग के बीच कच्चे तेल की कीमतों में भारी तेजी देखी जा रही है। ब्रैंट क्रूड की कीमत आज 7फीसदी की बढ़त के साथ 110 डॉलर प्रति बैरल के करीब पहुंच गया हैं। भारत में भी पेट्रोल-डीजल पर एक्साइज ड्यूटी 10-10 रुपए घटाई थी-इससे पहले भारत में भी सरकार ने पेट्रोल और डीजल पर स्पेशल एक्साइज ड्यूटी में 10-10 रुपए की कटौती की थी। पेट्रोल पर ड्यूटी 13 रुपए प्रति लीटर से घटाकर 3 रुपए, जबकि डीजल पर 10 रुपए से शून्य कर दी गई। एक्साइज ड्यूटी घटाकर पेट्रोल-डीजल के दामों को स्थिर रखा गया है।

रडार को चकमा देने वाली इन मिसाइलों के चलते अमेरिका से टकरा रहा ईरान, 50फीसदी क्षमता खत्म, फिर भी डटा है तेहरान

तेहरान। वो इससे ज्यादा कुछ और कर भी नहीं सकता था। उसने ड्रोन युद्ध की नई

परिभाषा लिख डाली है और यकीन मानिए दुनिया के तमाम देश ड्रोन युद्ध से सबक सीख रहे होंगे। ईरान की मध्यम दूरी की बैलिस्टिक मिसाइलें जिसकी रेंज 2,000 किलोमीटर के आसपास है उसकी मारक क्षमता और भारी वारहेड ले जाने की काबिलियत का साफ असर दिखा है। खुर्रमशहर मिसाइल, इमाद मिसाइल और सज्जील जैसी मिसाइलें इसी श्रेणी में आती हैं जिनकी रेंज 1500 से 2000 किलोमीट के रेंज की है। इन मिसाइलों ने इजरायल से लेकर खाड़ी देशों में भारी तबाही मचाई है। इसके अलावा 'फतह' नामक हाइपरसोनिक मिसाइलों का परिवार भी ईरान के पास है जो अक्सर सुर्खियों में रहता है। फतह की मारक क्षमता 1,400 किलोमीटर है और यह 15 मैक (ध्वनि की गति से 15 गुना अधिक) तक की गति से उड़ान भर सकती है। इसने युद्ध में अपनी क्षमता साबित कर दी है। ईरान के मिसाइल जखीरे का एक और अहम हिस्सा टैक्टिकल और कम दूरी की बैलिस्टिक मिसाइलों से बना है। ईरान की दूसरी मिसाइल प्रणालियां जैसे ज़ुल्फ़िकार (700 किलोमीटर), देजफुल (1,000 किलोमीटर), हाजी कासिम सुलेमानी (1,400 किलोमीटर) और खैबर शिकन (1,450 किलोमीटर) फतेह मिसाइल परिवार के बुनियादी डिजाइन सिद्धांतों का ही इस्तेमाल करती हैं लेकिन इनकी मारक क्षमता अलग-अलग है। चूँकि इन मिसाइलों के लॉन्चर मोबाइल होते हैं इसलिए इन्हें दागने के लिए तैनात करना और दागने के बाद हटाना बहुत तेज होता है। इसकी वजह से ये दुश्मन के पहले से किए जाने वाले हमलों से बच निकलने में कामयाब हो पाती हैं। ईरान की मिसाइलों को रोकने के लिए इजरायल और अमेरिका ने अपने महंगे थाड, आयरन डोम जैसे एयर डिफेंस सिस्टम का इस्तेमाल किया है। जिसकी लागत काफी ज्यादा है। अमेरिका और इजरायल के इंटरसेप्टर स्टॉक खत्म हो रहे हैं। एरो सीरीज के एयर डिफेंस सिस्टम, पैट्रियट, जहाज-आधारित एसएम मिसाइलें और डेविड्स स्लिंग और आयरन डोम पर भारी प्रेशर है। इन्हें ऑपरेट करना अत्यंत मुश्किल है। ईरान को यही बढ़त हासिल हो रही है और अगर युद्ध एक महीने और खिंचता है तो ईरान मिडिल ईस्ट में ऐसी तबाही मचाने में कामयाब हो जाएगा जिसकी भरपाई वर्षों तक नहीं हो सकती है।



एक और युद्ध, भारत की बढ़ी चिंता!
होर्मुज के बाद पनामा नहर पर भिड़े अमेरिका-चीन

नयी दिल्ली। अमेरिका-ईरान युद्ध के बीच अब पनामा नहर को लेकर विवाद गहराता जा रहा है। दुनिया के करीब 20 फीसदी कच्चे तेल की सप्लाई वाले रास्ते होर्मुज स्ट्रेट के बाधित होने से पेट्रोलियम की कीमतें बढ़ रही हैं। हालांकि, भारत जैसे देशों को होर्मुज के रास्ते से तेल लाने की सहूलियत ईरान ने दी है, मगर खाड़ी से नियमित तौर पर धड़ल्ले से ये तेल नहीं आ पा रहे हैं। ऐसे में दुनिया की एक और सप्लाई लाइन वाले रास्ते पनामा नहर को लेकर अमेरिका और चीन

भिड़ गए हैं। पनामा को लेकर विवाद तब शुरू हुआ, जब वहां के सुप्रीम कोर्ट ने नहर के प्रशांत महासागर और अटलांटिक महासागर के प्रवेश द्वार पर स्थित दो स्ट्रेटेजिक पोर्ट फैसिलिटीज बाल्बोआ और क्रिस्टोबाल टर्मिनलों को लेकर एक फैसला सुनाया। अब इस विवाद से भारत की चिंताएं बढ़ गई हैं, क्योंकि भारत के भी कई जहाजों के लिए पनामा नहर एक शॉर्टकट रास्ता है। अमेरिका ने चीन पर क्या आरोप लगाया-अमेरिका के विदेश मंत्री मार्को रूबियो ने बृहस्पतिवार को आरोप लगाया कि चीन पनामा के झंडे वाले जहाजों को अपने बंदरगहों पर रोककर उन पर आर्थिक दबाव बढ़ा रहा है। उन्होंने कहा कि पनामा नहर पर कब्जे की कोशिशों से कूटनीतिग गतिरोध बढ़ जाएगा। रूबियो ने कहा कि चीन का कदम पनामा में कानून के शासन को कमतर करने की कोशिश है। पनामा एक संप्रभु राष्ट्र और ग्लोबल कॉमर्स के लिए वाइटल पार्टनर है। उन्होंने कहा कि जहाजों को रोककर रखने, आवाजाही में देरी के साथ ऐसे और कदम इंटरनेशनल ट्रेडिंग सिस्टम पर असर डालेगा। अमेरिकी विदेश मंत्री का कहना है कि चीन के दबाव से पनामा से होने वाले कारोबार की लागत बढ़ जाएगी और पूरी दुनिया में उपभोक्ताओं पर इसका असर पड़ेगा। चीन ने अमेरिका के आरोपों को खारिज किया-चीन ने अमेरिका के आरोपों से इनकार किया है। चीन के विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता लिन जियान ने कहा कि अमेरिका के इन आरोपों से उसके नहर के कब्जाने की नीयत की पोल खुल गई है। चीन की स्टेट मीडिया के अनुसार, अमेरिका कानून का शासन के बजाय अपनी साम्राज्यवादी सोच को पूरा करना चाहता है। इस संवदेनशील क्षेत्र में ट्रेट रूट्स और ढांचे को लेकर अमेरिका-चीन के बीच गतिरोध व्यापक होता जा रहा है। अमेरिका-चीन के बीच भिड़ंत की बड़ी वजहें ये भी-अमेरिका-चीन के संबंध हाल ही में ईरान से युद्ध के चलते भी खराब हो गए हैं। माना जा रहा है कि चीन और रूस इस युद्ध में ईरान को हथियारों और रडारों से सपोर्ट कर रहा है। वहीं, ईरान चीन को भर-भरकर कच्चा तेल दे रहा है। इस युद्ध को कुछ एक्सपर्ट अमेरिका और चीन के बीच असली लड़ाई बता रहे हैं, जिसमें पेट्रोडॉलर बनाम पेट्रोयुआन के बीच संघर्ष भी अहम है। चीन अब कच्चे तेल की खरीद-बिक्री डॉलर के बजाय चाइनीज मुद्रा युआन में करने पर जोर दे रहा है। अमेरिका-चीन में टेंशन की एक बड़ी वजह यह भी है। ट्रंप मार्च के आखिर में चीन जाने वाले थे, मगर उन्होंने ईरान युद्ध का हवाला देते हुए अपना दौरा मई तक के लिए टाल दिया है।

1.8 लाख-किलोमीटर दूर से कैसी दिखती है पृथ्वी, 4 तस्वीरें,1972 के बाद पहली बार चांद के करीब जा रहे इंसान

वॉशिंगटन। नासा के आर्टेमिस-2 मिशन के तहत

चंद्रमा की ओर जाते हुए चार अंतरिक्ष यात्रियों ने पृथ्वी की शानदार तस्वीरें खींचीं हैं। पृथ्वी नीले रंग में बेहद खूबसूरत दिख रही है। एक फोटो में पृथ्वी का घुमावदार हिस्सा दिखा जबकि दूसरी फोटो में पूरी धरती नजर आई, जिस पर सफेद बादल छाए थे। मिशन पर गए चार अंतरिक्ष यात्री (3 अमेरिकी, 1 कनाडाई) फिलहाल पृथ्वी से करीब 1.8 लाख किलोमीटर दूर पहुंच चुके हैं। अभी उन्हें 2.4 लाख किलोमीटर और जाना है। वे 6 अप्रैल तक चंद्रमा के पास पहुंचेंगे। 1 अप्रैल को सुबह 4:05 बजे 'स्पेस लॉन्च सिस्टम' ओरियन स्पेसक्राफ्ट में सवार 4 अंतरिक्ष यात्रियों को लेकर चांद की ओर रवाना हुआ था। 1972 के बाद पहली बार कोई इंसान चांद के करीब जाएगा। हालांकि एस्ट्रोनॉट चांद पर कदम नहीं रखेंगे। वे सिर्फ चांद की कक्षा का चक्कर लगाकर वापस आ जाएंगे। आर्टेमिस-2 मिशन अब चांद की ओर बढ़ रहा है। एक दिन पहले शुक्रवार सुबह 5:19 बजे ओरियन कैप्सूल ने थ्रस्टर्स फायर किए और पृथ्वी की कक्षा छोड़ दी। अब यह अगले 4 दिन अंतरिक्ष में सफर करेगा और वहां पहुंचेगा, जहां आज तक केवल 24 इंसान पहुंच सके हैं।

पृथ्वी के ऑर्बिट को छोड़कर चांद की तरफ जाने के लिए इंजन फायर करने की इस प्रोसेस को 'ट्रांसलूनर इंजेक्शन बर्न' कहते हैं। यह करीब 6 मिनट का मैन्यूवर था, जिसने यान की रफ्तार बढ़ाकर 22,000 मील प्रति घंटा यानी करीब 34 हजार किमी/घंटा कर दी। मिशन के अगले पड़ाव-अगले 5 दिन

पांचवां दिनः चंद्रमा की ग्रेविटी में दाखिल होगा आर्टेमिस-2,, 5 अप्रैल मिशन के पांचवें दिन तक धरती के गुरुत्वाकर्षण के खिंचाव की वजह से कैप्सूल की रफ्तार धीमी हो जाएगी। जैसे ही यह चंद्रमा के गुरुत्वाकर्षण क्षेत्र में दाखिल होगा, इसकी गति फिर से बढ़ने लगेगी और यह चांद की ओर तेजी से बढ़ने लगेगा। छठा दिनः बास्केटबॉल जैसा बड़ा नजर आएगा चंद्रमा-छठे दिन ओरियन चांद की सतह से महज 6,400 किमी ऊपर से गुजरेगा। इस दौरान अंतरिक्ष यात्री चांद के उस हिस्से को अपनी आंखों से देख पाएंगे, जो पृथ्वी से कभी नजर नहीं आता। खिड़की से देखने पर चांद इतना बड़ा दिखेगा, जैसे हाथ के पास कोई बास्केटबॉल रखी हो। 50 मिनट के लिए टूट सकता है संपर्कः जब ओरियन चांद के पीछे से गुजरेगा तो पृथ्वी से उसका संपर्क पूरी तरह कट सकता है। करीब 50 मिनट तक 'कम्युनिकेशन ब्लैकआउट' रहेगा। मिशन कंट्रोल को यान से सिग्नल नहीं मिलेगा। पहली बार धरती से इतनी दूर पहुंचेंगेः इसी दिन अपोलो 13 का 1970 में बनाया गया धरती से सबसे ज्यादा दूरी का 400,171.18

किमी का रिकॉर्ड भी टूट सकता है। आर्टेमिस छ्य के अंतरिक्ष यात्रियों के पृथ्वी से 402,336 किमी की दूरी तक पहुंचने की उम्मीद है। सातवें दिन चांद के गुरुत्वाकर्षण क्षेत्र से बाहर निकलकर यान वापस धरती की ओर अपना सफर शुरू कर देगा। आर्टेमिस-2 का रास्ता काफी हद तक 1970 के अपोलो-13 मिशन जैसा है। यह चांद के गुरुत्वाकर्षण का इस्तेमाल 'गुलेल' की तरह करेगा, जो यान को वापस पृथ्वी की ओर धकेल देगा। पूरे मिशन में चारों अंतरिक्ष यात्री करीब 11.02 लाख किमी का सफर तय करेंगे। दसवां दिनः 10 अप्रैल को प्रशांत महासागर में गिरेगा यान-भारतीय समय के अनुसार 11 अप्रैल को सुबह 6:30 बजे ओरियन पृथ्वी के वायुमंडल में प्रवेश करेगा। 6:36 बजे यह सैन डिएगो के पास प्रशांत महासागर में 'स्प्लैशडाउन' करेगा। इसके बाद ह्यूस्टन में एक प्रेस कॉन्फ्रेंस होगी, जिसमें मिशन की जानकारी दी जाएगी।

जंग के बीच ट्रम्प सरकार अस्थिर,24 घंटे में निकाले गए आर्मी चीफ और अटॉर्नी जनरल
काश पटेल-तुलसी गबार्ड को भी हटाने की चर्चा

वॉशिंगटन। होमलैंड सिक्योरिटी विभाग की जिम्मेदारी होती है कि देश को अंदर और बाहर से आने वाले खतरों से सुरक्षित रखा जाए। उनकी राजनीतिक छवि भी विवादों में रही, जिससे सरकार पर दबाव बढ़ रहा था। आलोचकों का कहना था कि वे ज्यादा राजनीतिक बयानबाजी कर रही हैं।व्हाइट हाउस के एक करीबी ने द अटलांटिक से कहा कि क्रिस्टी नोएम को हटाने पर जो प्रतिक्रिया मिली, उससे ट्रम्प को हिम्मत मिली और उन्होंने बॉन्डी को हटाने का फैसला आगे बढ़ाया। माना जा रहा है कि पैम बॉन्डी ने एपस्टीन मामले को ठीक से नहीं संभाला। दरअसल, एपस्टीन मामले से जुड़ी सच्चाई सामने लाने की मांग लंबे समय से हो रही थी, खासकर 'क्लाइंट लिस्ट' को लेकर, जिसमें यह बताया जाता है कि किन-किन प्रभावशाली लोगों का उससे संबंध था। एपस्टीन पर आरोप था कि वह नाबालिग लड़कियों का शोषण करता था और एक

बड़ा नेटवर्क चलाता था, जिसमें ताकतवर और अमीर लोग शामिल हो सकते थे। इसी वजह से लोग यह जानना चाहते हैं कि उस नेटवर्क में कौन-कौन शामिल था। इसी दबाव में बॉन्डी ने कुछ लोगों को व्हाइट हाउस बुलाया और उन्हें एपस्टीन फाइल्स फेज 1 नाम का फोल्डर दिया। फोल्डर देने के बाद मामला उल्टा बॉन्डी के लिए परेशानी बन गया। दरअसल उम्मीद थी कि कोई बड़ी जानकारी या खुलासा सामने आएगा। लेकिन जब लोगों ने उन्हें देखा, तो पता चला कि उनमें कोई नई या चौंकाने वाली जानकारी नहीं थी। इससे एपस्टीन का मामला फिर से सुर्खियों में आ गया। फिर ऐसी स्थिति बन गई कि खुद ट्रम्प को इसे जारी करने वाले बिल पर साइन करना पड़ा।अमेरिकी सेना के चीफ ऑफ स्टाफ जनरल रैंडी जॉर्ज को भी तुरंत रिटायर होने का आदेश दिया गया है। सीएनएन ने सूत्रों के हवाले से दावा किया है कि रक्षा मंत्री पीट हेगसेथ ने यह आदेश दिया। रैंडी का पद साल 2027 में समाप्त होने वाला था। उनके जाने के बाद वाइस चीफ ऑफ स्टाफ जनरल क्रिस्टोफर ला नेव कार्यवाहक आर्मी चीफ की जिम्मेदारी संभालेंगे। ला नेव पहले हेगसेथ के सहायक रह चुके हैं। इस पूरे मामले में आधिकारिक तौर पर कोई वजह नहीं दी गई है। पेंटागन ने सिर्फ इतना कहा कि वह रिटायर हो रहे हैं और उनकी सेवा के लिए धन्यवाद दिया। लेकिन जो संकेत मिलते हैं, उनसे लगता है कि यह फैसला व्यक्तिगत गलती की वजह से नहीं, बल्कि बड़े स्तर पर हो रहे बदलाव का हिस्सा है। रक्षा मंत्री पीट हेगसेथ अपने पद संभालने के बाद कई वरिष्ठ सैन्य अधिकारियों को हटा या बदल चुके हैं। यानी सेना के टॉप लेवल पर नई टीम बनाई जा रही है। एक और बात यह है कि रैंडी जॉर्ज को पिछली सरकार के समय नियुक्त किया गया था। नई सरकार अक्सर अपने भरोसे के लोगों को लाना चाहती है, इसलिए पुराने अधिकारियों को हटाया जाता है। काश पटेल- सरकारी पैसे पर अय्याशी करने का आरोप-क्रिस्टी और बॉन्डी के हटने के बाद अगर किसी को हटाए जाने की सबसे ज्यादा चर्चा है तो वे ट्रम्प के खास माने जाने वाले एफबीआई चीफ काश पटेल हैं। वे ट्रम्प सरकार के सबसे ज्यादा नजर में रहने वाले अधिकारियों में रहे हैं। उन पर आरोप है कि उन्होंने एफबीआई के सरकारी जेट का इस्तेमाल निजी काम के लिए किया। कहा गया कि वे खेल देखने जैसे निजी कार्यक्रमों में जाने के लिए सरकारी विमान का उपयोग कर रहे थे। उन पर यह भी आरोप है कि उन्होंने अपनी गर्लफ्रेंड एलेक्सिस विल्किंस को स्वात कमांडो (स्पेशल वेपन एंड टेक्टिस) सुरक्षा दी और सरकारी रिसोर्स का गलत

इस्तेमाल किया। इससे यह सवाल उठा कि क्या वे अपने पद का गलत इस्तेमाल कर रहे हैं। दूसरा बड़ा विवाद उनके फैसलों को लेकर है। आरोप है कि उनके नेतृत्व में एफबीआई से कई अधिकारियों को हटा दिया गया। खासकर वे अधिकारी, जो ट्रम्प से जुड़े

मामलों की जांच में शामिल थे या जिन्हें ट्रम्प के प्रति पूरी तरह वफादार नहीं माना जाता था। इससे यह आरोप लगा कि एजेंसी को राजनीतिक तरीके से चलाया जा रहा है। तीसरा मामला अदालत तक पहुंच गया है। कुछ बर्खास्त एफबीआई एजेंटों ने केस किया है और कहा है कि उन्हें गलत तरीके से नौकरी से निकाला गया। उनका आरोप है कि यह उनके खिलाफ बदले की कार्रवाई थी, क्योंकि वे ट्रम्प से जुड़े मामलों की जांच कर रहे थे। पूर्व एफबीआई एजेंट काइल सेराफिन ने एक रेडियो शो में दावा किया कि ट्रम्प जल्द ही काश पटेल को हटाने का फैसला ले सकते हैं। उन्होंने यह भी कहा कि हो सकता है कि आज ही काश पटेल को हटा दिया जाए। तुलसी गबार्ड- युद्ध विरोधी अधिकारी का बचाव किया- तुलसी गबार्ड के भविष्य को लेकर भी सवाल उठ रहे हैं। एक सुनवाई के दौरान उन्होंने अपने पूर्व डिप्टी जो केंट की आलोचना नहीं की, जिन्होंने ट्रम्प के ईरान युद्ध के विरोध में इस्तीफा दिया था। गबार्ड ने ट्रम्प के कुछ दावों का विरोध भी किया। उन्होंने सीनेट से कहा कि ईरान ने अपनी यूरेनियम एनरिचमेंट क्षमता फिर से विकसित नहीं की है, जबकि ट्रम्प ने इसी को सैन्य कार्रवाई की बड़ी वजह बताया था। द गार्जियन की रिपोर्ट के मुताबिक, ट्रम्प ने निजी तौर पर अपने वरिष्ठ मंत्रियों से गबार्ड को बदलने की संभावना पर बात की है। वह इस बात से नाराज बताए जाते हैं कि गबार्ड ने ऐसे पूर्व अधिकारी का बचाव किया जो ईरान युद्ध को लेकर उनसे असहमत था। जब ट्रम्प से पूछा गया कि क्या उन्हें गबार्ड पर भरोसा है, तो उन्होंने मिला-जुला जवाब दिया। उन्होंने कहा, 'हां, जरूर। उनका सोचने का तरीका मुझसे थोड़ा अलग है, लेकिन इससे यह नहीं होता कि वे सेवा नहीं दे सकतीं।' गबार्ड, जो पहले डेमोक्रेटिक सांसद रह चुकी हैं, को अमेरिकी खुफिया एजेंसियों की जिम्मेदारी संभालने में चुनौतियों का सामना करना पड़ा है। अधिकारियों का कहना है कि वह विदेशों में सैन्य हस्तक्षेप को लेकर अपने पुराने संदेह और प्रशासन के आक्रामक रुख के बीच तालमेल बैठाने में कभी-कभी मुश्किल महसूस करती हैं। पिछले साल भी ट्रम्प ने गबार्ड के बयान का सार्वजनिक रूप से विरोध किया था, जब उन्होंने कहा था कि ईरान ने परमाणु बम बनाने का फैसला नहीं किया है। ट्रम्प ने कहा था, 'वह गलत हैं,' और इसके बाद ईरान के परमाणु ठिकानों पर हमले की मंजूरी दी थी।

परवीन बाबी को सिगरेट पीते देख डायरेक्टर ने फिल्म दी,शाही परिवार से थीं,

3 लिव-इन रिलेशनशिप रहे, अमिताभ बच्चन को मानती थीं हत्यारा

मुंबई। करीब साढ़े 400 साल पहले पश्तून बाबी वंश मुगल शासक हुमायूं के साथ गुजरात पहुंचा। यह अफगानिस्तान का शाही परिवार

था, जो मुगल साम्राज्य का अहम हिस्सा बना और कई रियासतों पर शासन किया। मुगल सत्ता कमजोर होने पर बाबी और मराठा (गायकवाड़ वंश) में जंग हुई, जिसमें मराठाओं ने अधिकांश गुजरात पर कब्जा किया, लेकिन बाबी ने जुनागढ़, राधनपुर और बालासिनोर पर शासन जारी रखा। मोहम्मद महाबत खान-3, जूनागढ़ की रियासत के आखिरी नवाब रहे। महाबत खान के एक करीबी रिश्तेदार थे वली मोहम्मद खान बाबी। उन्होंने 1940 में जमाल बख्खे बाबी से शादी की। सालों तक उन्हें संतान नहीं हुई। 1947 में ब्रिटिश हुकूमत खत्म होने पर रियासतें खत्म कर सरकारें बनाई जाने लगीं और भारत-पाकिस्तान का बंटवारा हुआ। 15 अगस्त 1947 को आखिरी नवाब महाबत खान ने जूनागढ़ को पाकिस्तान में शामिल करने की घोषणा की, जिस पर लोगों ने आपत्ति जताई। 20 फरवरी 1948 के जनमत में 99फीसदी से ज्यादा लोगों ने भारत में शामिल होने का फैसला किया। जब सरकार बनी तो जूनागढ़ के नवाब माहबत के करीबी रिश्तेदार वली मोहम्मद खान की भी रियासत ले ली गई और

बदले में उन्हें 100 बीघा जमीन यानी 40 एकड़ (17 लाख 42 हजार वर्ग फुट) दी गई। राजशाही खत्म होने के बावजूद वो शाही जिंदगी जीते थे। शादी के 14 साल बाद उनके घर खुशखबरी आई। पत्नी जमाल बख्खे ने जूनागढ़ की शाही हवेली में 4 अप्रैल 1954 को बेटी को जन्म दिया। नाम दिया गया, परवीन सुल्ताना वली मोहम्मद खानजी बाबी। वही परवीन बाबी जो हिंदी सिनेमा की मशहूर और टॉप एक्ट्रेसेस में शामिल रहीं। वही परवीन बाबी जो अपने ग्लैमर, वेस्टर्नाइजेशन और समय से आगे चलने वाली सोच के लिए जानी गईं। जब महिलाएं पर्दे पर भी सिगरेट थामने से कतराती थीं, तब परवीन बाबी मिनी स्कर्ट पहनकर सड़कों पर सिगरेट पीते हुए टहला करती थीं। जब डायरेक्टर बी.आर.इशारा ने उन्हें पहली बार देखा, तब उनकी

इसी बोल्डनेस के मुरीद हो गए और उन्हें तुरंत फिल्म ऑफर कर दी। शनिवार को परवीन बाबी की 72वीं बर्थ एनिवर्सरी थी। अगर वो होतीं, तो अपना 72वां जन्मदिन मनातीं। उनकी जिंदगी के आखिरी दिन बेहद दर्दनाक थे। अकेलेपन की हद ये थी कि जब उनकी मौत हुई तो 4 दिनों तक बॉडी बंद घर में सड़ती रही। शाही परिवार में जन्मीं परवीन बाबी का बचपन जूनागढ़ की 54 कमरों की हवेली में बीता। इकलौती संतान को ऐशोआराम मिला और घर में 6 नौकर थे। 6 साल की उम्र में पिता का कैंसर से निधन हुआ, जिसके बाद वह दीवान चौक की दो मंजिला हवेली में रहने लगीं। शुरुआती पढ़ाई गुजराती मीडियम स्कूल से हुई। 14 साल की उम्र में मां ने उन्हें पढ़ाई के लिए अहमदाबाद भेजा, हालांकि परिवार इसके खिलाफ था। शर्त रखी गई कि जल्दी शादी कराई जाएगी, जिस पर मां मान गईं और उनका दाखिला सेंट जेवियर कॉलेज में हुआ। कॉलेज में कोर्स न होने के बावजूद परवीन बाबी ने खुद फर्राटे दार अंग्रेजी बोलना सीखा। आगे उन्होंने इंग्लिश और साइकोलॉजी में बेचलर डिग्री ली और अंग्रेजी में मास्टर डिग्री। शर्त के अनुसार 15 साल की उम्र में परवीन की सगाई कजिन जमील खान से हुई, जो पाकिस्तान इंटरनेशनल एयरलाइन्स में पायलट थे। 1971 के भारत-पाक युद्ध के बाद मां ने सगाई तोड़ दी और परवीन को इसकी जानकारी पोस्टकार्ड से मिली।1971 में डायरेक्टर बी.आर. इशारा अहमदाबाद में एक नांव दो किनारे की शूटिंग कर रहे थे। भीड़ के बीच उनकी नजर एक लड़की पर पड़ी, जो मिनी स्कर्ट में सिगरेट पी रही थी। लंबी कद-काठी और छरहरे बदन वाली वह लड़की चारमिना सिगरेट थामे हुए थी।

वह लड़की परवीन बाबी थीं, जिनकी उम्र 17 साल थी। बी.आर. इशारा समझ गए कि वह खास हैं और उन्होंने फोटोग्राफर से उनकी तस्वीरें लेने को कहा।फोटोग्राफर ने तस्वीरें लीं और बी.आर. इशारा ने परवीन को बुलाकर पूछा- फिल्मों में काम करोगी। आमतौर पर कोई भी लड़की तुरंत हामी भर देती, लेकिन परवीन ने कहा, अगर स्क्रिप्ट पसंद आई तो। बी.आर.इशारा इस एक जवाब में समझ गए कि लड़की में कॉन्फिडेंट की भरमार है। वैसे तो वो कभी अपनी फिल्मों की हीरोइन से किसी तरह का कॉन्ट्रैक्ट साइन नहीं करवाते थे, लेकिन परवीन बाबी का मॉडर्न लुक देख वो भी सोच में पड़ गए। उन्हें लगा कि कहीं ये मॉडर्न ख्यालों वाली लड़की मन न बदल ले। उन्होंने तुरंत कॉन्ट्रैक्ट बनवाया, जिसमें एक ही बात थी कि जब तक उनकी फिल्म नहीं बनती, परवीन किसी दूसरी फिल्म का हिस्सा नहीं बन सकतीं। शाही परिवार से आने के बावजूद परवीन ने फिल्मों में आने का फैसला कर लिया। बेबाक अंदाज में फिल्म मांगी, लॉन्च के लिए डायरेक्टर ने उधार लिया-बी.आर. इशारा कॉन्ट्रैक्ट के बाद दूसरी फिल्मों में व्यस्त हो गए और यह बात लगभग भूल गए। इस दौरान परवीन बाबी सितंबर 1971 में कालिको डोम के फैशन शो में शामिल हुईं, जहां साथ काम करने वालीं मॉडल ममता साहू ने उन्हें अपने डायरेक्टर पिता किशोर साहू को सुझाया।किशोर साहू ने परवीन से एक मुलाकात कर उन्हें फिल्म थुंएं की लकीर के लिए फाइनल कर लिया। तभी उन्हें बी.आर.इशारा के कॉन्ट्रैक्ट का पता चला। किशोर साहू ने तुरंत उन्हें कॉल किया और कहा कि जिस हीरोइन से आपका कॉन्ट्रैक्ट है, मैं उसके साथ फिल्म बनाना चाहता हूं। परवीन बाबी का नाम सुनकर उन्हें फिर वो लड़की याद आई। लेकिन उनकी फिल्म बनने में देरी थी, तो उन्होंने कॉन्ट्रैक्ट कैंसिल कर

परवीन को वो फिल्म करने की इजाजत दे दी।

कुछ महीने बीते। बी.आर.इशारा, मुंबई के राजकमल स्टूडियो में एक फिल्म की मिक्सिंग के सिलसिले में पहुंचे थे। वो सीढ़ियों पर बैठे सिगरेट पी ही रहे थे कि अचानक परवीन उनके ठीक बाजू में आकर बैठ गईं। उन्होंने न हाल पूछा न कोई और बात की, सीधे कहा- आप मेरे साथ फिल्म क्यों नहीं बनाते।

बी.आर.इशारा इस सवाल से घिर गए। उनके जहन में भी यही सवाल था कि वो परवीन के साथ फिल्म क्यों नहीं बना रहे। उन्होंने घर लौटते ही अपने फोटोग्राफर को कॉल कर फिल्म बनाने के लिए रकम जुटाने को कहा। फोटोग्राफर ने जैसे-तैसे 2 लाख उधार लिए, जिसकी बदौलत बी.आर.इशारा ने परवीन बाबी के साथ फिल्म चरित्र शुरू की। ये फिल्म पहले बनी और परवीन बाबी की पहली फिल्म रही। इस फिल्म में पहने गए परवीन बाबी के कपड़े उन्होंने खुद खरीदे और चुने। परवीन बाबी की शुरुआती 5 फिल्में कुछ खास नहीं रहीं, फिर आया साल 1974। परवीन बाबी को फिल्म दीवार में अमिताभ बच्चन के ऑपोजिट वैश्या अनिता को रोल मिला। फिल्म सुपरहिट रही और परवीन बाबी को हिंदी सिनेमा में खास पहचान मिल गई। आगे उन्होंने अमर अक्बर एंथोनी, काला सोना, काला पत्थर, सुहाग, द बर्निंग ट्रेन, शान, नमक हलाल जैसी कई हिट फिल्में दीं और 70-80 के दशक की हाईएस्ट पेड एक्ट्रेस बनीं।

1972 में फिल्म सेट पर परवीन बाबी की मुलाकात डैनी डेंगजोंग्पा से हुई। दोनों जल्द करीब आए और शिवाजी पार्क में लिव-इन में रहने लगे, जो उस दौर में आम नहीं था। किसी कारण वो 3 साल बाद अलग हुए, लेकिन दोस्ती बनी रही। डेनी से ब्रेकअप के बाद परवीन बाबी की जिंदगी में कबीर बेदी आए। वो तब ओपन मैरिज में थे। परवीन के लिए कबीर बेदी पत्नी प्रोतिमा को तलाक देना चाहते थे, लेकिन प्रोतिमा इसके लिए राजी नहीं हुईं। परवीन उनके साथ भी लिव-इन में रहीं। साल 1977 में परवीन बाबी ने भारत गईं। भारत लौटकर परवीन बाबी ने फिर 1977 से फिल्मों में काम करना शुरू कर दिया। इस समय उनकी महेश भट्ट से नजदीकियां बढ़ने लगीं। 6 महीने तक रिलेशनशिप में रहने के बाद महेश भट्ट ने परवीन बाबी के लिए पत्नी किरण और बच्चों को छोड़ दिया और उनके साथ लिव इन में रहने लगे। तभी परवीन को अमर अकबर एंथोनी और काला पत्थर जैसी फिल्में मिली थीं।

परवीन बाबी और वो लाइलाज बीमारी-1979 की शाम, जब महेश भट्ट घर पहुंचे तो देखा कि परवीन बाबी के घर के बाहर उनकी मां डरी-सहमी खड़ी हैं। महेश को देखते ही उन्होंने कहा- देखो परवीन को

दी गई, लेकिन महेश भट्ट ने मना कर दिया। समय के साथ उनकी हालत बिगड़ने लगी। कभी वह एसी या कार में बम होने की बात कहतीं और चलती कार से उतरने लगतीं, तो कभी कहतीं कि लोग उनका पीछा कर रहे हैं।

साल 1979 में महेश भट्ट उन्हें लेकर चकाचौंध से दूर बैंग्लोर शिफ्ट हो गए। डॉक्टर्स लगातार उनसे संपर्क में थे, लेकिन परवीन इलाज नहीं करवाना चाहती थीं। एक रोज उन्होंने महेश भट्ट से साफ कहा कि उन्हें परवीन या डॉक्टर्स में से किसी एक को चुनना होगा। महेश भट्ट उन्हें छोड़कर घर से निकले, तो परवीन बिना कपड़े ही उनके पीछे दौड़ पड़ीं। इस दिन महेश भट्ट ने डॉक्टर्स की सलाह पर परवीन से दूरी बना ली। कुछ दिनों बाद परवीन भी फिर मुंबई लौट आईं और फिल्मों में काम करने लगीं। वो मौके जब परवीन बाबी को पागल समझने लगे लोग-1984 में परवीन बाबी को सिक्योरिटी चेक में अजीब बर्ताव करने और पहचान न बता पाने पर अरेस्ट किया गया था। उन्हें न्यूयॉर्क के पागलखाने में रखा गया, तब इंडियन काउंसिल के हस्तक्षेप के बाद उन्हें छोड़ा गया था। 1988 में फिल्म शान के टाइटल सॉन्ग की शूटिंग के दौरान परवीन बाबी ने हंगामा खड़ा कर दिया। उन्होंने शूटिंग रोक दी और कहा कि को-स्टार अमिताभ बच्चन उनके ऊपर झूमर गिराना चाहते हैं और हत्या करना चाहते हैं। वो डरी-सहमी सेट से भाग गईं। 1989 में परवीन बाबी ने फिल्मफेयर मैगजीन को दिए इंटरव्यू में कहा कि अमिताभ बच्चन एक इंटरनेशनल गैंगस्टर हैं, जो

उनकी जान लेना चाहते हैं। उन्होंने ये भी दावा किया कि अमिताभ बच्चन के गुंडों ने उन्हें किडनैप कर आइलैंड में रखा और कान के नीचे की तरफ एक चिप लगा दी, जिससे उन्हें ट्रेस किया जा सके। इस इंटरव्यू के बाद इंडस्ट्री में उनकी बीमारी की खबर फैल गई। वह कहती थीं कि लोग उन्हें बदनाम कर साजिश कर रहे हैं। इस समय भी परवीन बाबी एक्स बॉयफ्रेंड डेनी से मिलती थीं। वो डेनी को अच्छा दोस्त मानती थीं। तब तक डेनी की जिंदगी में किम नाम की महिला आ चुकी थीं। वो गर्लफ्रेंड के साथ लिव-इन में थे। जब परवीन आए दिन उनके घर आने लगीं तो उनकी गर्लफ्रेंड ने चिंता जताई। कई बार ऐसा भी हुआ जब डेनी गर्लफ्रेंड के साथ घर लौटे और परवीन उनके बेडरूम में टीवी देखती मिलीं। डेनी ने जब परवीन को ऐसा करने से रोका, तो जवाब में उन्होंने कहा कि ब्रेकअप के बाद वो दोस्ती जारी रखना चाहती हैं, इसमें कुछ गलत नहीं है। एक दिन डेनी, उनकी गर्लफ्रेंड और परवीन डाइनिंग टेबल पर डिनर कर रहे थे। चांदी का वर्क टेबल पर गिरा और डेनी ने फूंक मारकर उसे हटाना चाहा। फूंकते ही परवीन बेहद डर गईं और चीखने लगीं। तब डेनी को पहली बार एहसास हुआ कि वाकई परवीन की मानसिक स्थिति ठीक नहीं है। उन्होंने महेश भट्ट को कॉल कर इसकी खबर दी थी, तब महेश ने उन्हें पूरी कहानी सुनाई। डेनी भी परवीन की इस बीमारी से लड़ने में मदद कर रहे थे।

फिर एक दिन अखबार में अमिताभ बच्चन का एक इंटरव्यू छपा, जिसमें उन्होंने डेनी को अच्छा दोस्त कहा। अमिताभ को पहले ही जान का दुश्मन मानने वालीं परवीन ने जैसे ही खबर पढ़ा, तो उन्हें फिर वहम होने लगे। उस दिन जब डेनी घर पहुंचे, तो परवीन ने चीखना शुरू कर दिया। और ये कहा कि डेनी, अमिताभ बच्चन के लिए उनकी जासूसी करते थे। इसके बाद कई मौकों पर परवीन

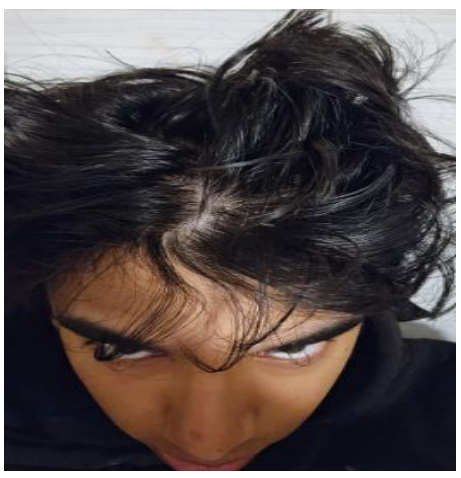
'गंजी हो रही हो', यह बोलने पर फूट-फूटकर रोई थी:पति कहीं साथ लेकर नहीं जाते, विग पहनकर नकली रूप देखना अच्छा नहीं लगता

नयी दिल्ली। 'एक बार बेटी के स्कूल में पेरेंट्स मीटिंग थी। वहां उसकी एक दोस्त ने कह दिया कि आंटी आप तो गंजी हो। मेरी बेटी रोने लगी, उसे लगा कि मेरी मां अच्छी नहीं हैं। उस दिन घर लौटकर मैं भी खूब रोई थी। पति अब कहीं साथ लेकर नहीं जाते। बाल थे तो सिर खुला रखकर चलती थी, अब ढंककर चलना पड़ता है। घर से बाहर जाने में शर्मिंदगी महसूस होती है। मन में यही चलता

रहता है कि क्या फिर से पहले जैसी दिख पाऊंगी।' ब्लैकबोर्ड में इस बार कहानी उन महिलाओं की जो बाल झड़ने की वजह से डिप्रेशन में चली गईं और ट्रीटमेंट के बाद भी बाल वापस नहीं आए। 37 साल की कमलेश दिल्ली में रहती हैं। वो कहती हैं कि जिंदगी आगे बढ़ रही है, लेकिन हर रोज खुद से लड़ती हूं। बाल झड़ने के कारण बहुत ही तनाव में रहने लगी हूं। सिर की त्वचा दिखने लगी है, जिसे देखकर बहुत गंदा महसूस होता है। लोग कहते हैं, तुम्हारे बाल झड़ रहे हैं, तुम गंजी हो रही हो, ये सुनकर अंदर से टूट जाती हूं। पहले जब मैं कम बालों वाली लड़कियों को देखती, तो सोचती थी कि लोग इनके बारे में क्या सोचते होंगे। इनके लिए सजना-संवरना क्या रह गया होगा। अब वही सवाल मेरे सामने खड़े हो गए हैं। कितना भी तैयार हो लूं, कितने भी अच्छे कपड़े पहन लूं, कुछ भी अच्छा नहीं लगता। हर नुस्खा, हर इलाज आजमा चुकी हूं। नीम, करेला, आंवला खाया, दही, मेथी, शिकाकाई, रीठा लगाया, लेकिन कुछ नहीं हुआ। आज भी अगर कोई नुस्खा बताता है तो करती हूं। पति को अब मेरे साथ पार्टी वगैरह में जाना अच्छा नहीं लगता। वो कहते हैं–तुम कहीं जाने लायक नहीं रह गई हो। लोग तंज कसते हैं कि आपकी बीवी के तो बाल गिरते जा रहे हैं।बालों में उंगलियां फेरती हूं, तो ये टूटकर हाथ में आ जाते हैं। आईने में देखती हूं तो बालों के बिना सुंदरता अधूरी लगती है। एक बार मोहल्ले में पूजा थी। बहुत सी औरतें बैठी थीं। उनमें से एक ने सबके सामने मुझसे कहा कि तुम तो गंजी हो रही हो। मैं अपसेट हो गई और पूजा छोड़कर घर वापस चली आई। कभी मेरे बाल बहुत घने थे, लेकिन अब हालात ये हैं कि मेरे सिर की त्वचा दिखने लगी है।

बालों के झड़ने के कारण मैं डिप्रेशन में रहने लगी हूं। अब दिन-रात मन में यही चलता है क्या मैं फिर से पहले जैसी दिख पाऊंगी। शुरू में ध्यान नहीं दिया, अब बहुत देर हो चुकी है। हेयर एक्सटेंशन करवाना चाहती हूं, लेकिन बहुत महंगा है। 50 हजार से 1 लाख तक खर्च आता है। यही नहीं, उसे हर महीने मेंटेन और रीफिल भी करवाना पड़ता है। मेरे पति बीमार पड़ गए, जिससे उनकी नौकरी कई महीने पहले चली गई।

अब घर का सारा खर्च मैं ही उठा रही हूं। ऐसे में बालों के लिए भारी खर्च कैसे करूं। कई बार हसबैंड से हेयर एक्सटेंशन कराने की बात की, लेकिन उनका चेहरा उतर जाता है, फिर रुक जाती हूं। विग भी आजमाया, लेकिन साफ पता चल जाता है। विग पहनकर जब आईने में देखती हूं तो नकली रूप देखकर तकलीफ होती है। मैंने योग किया, जॉगिंग भी किया, लेकिन कोई फर्क नहीं पड़ा। दिल्ली में पानी भी साफ नहीं आता। शायद ये भी एक वजह है, लेकिन बाल झड़ने की सबसे बड़ी वजह हार्मोनल इम्बैलेंस है। ससुराल वालों की टेंशन, बालों के झड़ने से बच्चों का चिंतित होना, इन सब से घिरी रहती हूं। दरअसल, लड़की होने के नाते बालों के बिना जीना आसान नहीं होता। मैं जॉब करती हूं। वहां काम की वजह से तनाव होता है। स्ट्रेस के कारण भी यह समस्या बढ़ जाती है। कमलेश की तरह 16 साल की माही भी बाल झड़ने से परेशान हैं। वो नोएडा में रहती हैं। कहती हैं- कुछ महीने पहले मेरे बाल बहुत कि तुम्हारे बाल बहुत झड़ गए हैं। क्या हुआ है तुम्हें। उस दिन बाहर से मुस्कुराई, लेकिन अंदर से मुझे खुद के बारे में सोचकर घबराहट होने लगी थी। जब किसी लड़की के बाल झड़ते हैं, तो केवल उसका हेयरस्टाइल नहीं बिगड़ता, पूरी पर्सनैलिटी और कॉन्फिडेंस ही बिगड़ जाता है। नोएडा का पानी बहुत खराब है। यहां कई लड़कियों को



बाल झड़ने की समस्या है। एक बार ऑनलाइन एक ऑयल मंगाया, लेकिन उसे लगाने पर तो बाल और ज्यादा झड़ने लगे थे, फिर उसे मैंने फेंक दिया। मेरे साथ मेरे पेरेंट्स भी चिंतित होने लगे। मेरा रात में सोना मुश्किल होने लगा।

नींद ही नहीं आती थी। एक दिन बाल धोकर जैसे ही कंघी चलाई, बालों का एक पूरा गुच्छा ही हाथ में आ गया। मैं फटी आंखों से देखती रह गई। कुछ पल तो मेरी सांस रुक गई। मैंने खुद को कमरे में बंद कर लिया। उसी दिन ट्रीटमेंट लेने की ठान ली। मेरे बड़े भैया मेरी फीलिंग समझते हैं। वो मेरा ट्रीटमेंट कराने हॉस्पिटल ले गए। अब धीरे-धीरे फर्क दिख रहा है और साथ ही उम्मीद भी जगी है कि मैं फिर से पहले जैसी हो जाऊंगी।माही की मां कहती हैं कि मेरी बेटी के बाल पहले बहुत घने और खूबसूरत थे, लेकिन अब इसके सिर को देखती हूं तो कांप जाती हूं। अब इसका ट्रीटमेंट करवा रही हूं। 25 साल की वर्षा भी नोएडा में रहती हैं।

वह भी बाल झड़ने से परेशान हैं। वो कहती हैं कि बाल झड़ना सिर्फ मेडिकल प्रॉब्लम नहीं, एक इमोशनल लड़ाई भी है, जो हर रोज खुद से लड़नी पड़ती है। एक बार अपनी दोस्त की शादी के लिए अच्छे से तैयार हुई। वहां पहुंचने पर कुछ लोगों ने कहा कि तुम तो गंजी हो रही हो।

ये सुनकर चेहरे की मुस्कान चली गई और अंदर डर समा गया। मेरे गांव की एक आंटी ने एक बार कहा- बाल तो तुम्हारे हैं नहीं, शादी कैसे होगी? उस दिन मैं पूरी रात रोई थी। ऑफिस जाना अब बोझ लगने लगा है। सुबह जब सो कर उठती हूं तो बिस्तर के सिरहाने टूटे पड़े बालों को गिनती हूं। आखिर एक औरत के लिए उसके बाल गहना होते हैं, जब गहना ही न रहा तो सुंदरता कैसी? मेरा आत्मविश्वास जैसे गुम हो गया है। अब एक डर्मेटोलॉजिस्ट से ट्रीटमेंट करवा रही हूं।इंस्टाग्राम पर निहार सचदेवा ने अपनी शादी का एक वीडियो पोस्ट किया है।

उनके सिर पर बाल नहीं है। पोस्ट पर लोगों ने भद्दे कमेंट्स किए उनकी तस्वीरों पर भद्दे-भद्दे कमेंट्स करते हैं।कॉस्मेटिक हेयर एक्सपर्ट और प्लास्टिक सर्जन डॉ. समीक्षा त्यागी के मुताबिक युवा लड़के-लड़कियों में बाल झड़ने की समस्या आज बहुत आम हो गई है। इसे हल्के में नहीं लेना चाहिए। लड़कियों में बाल झड़ने की समस्या अक्सर उनमें हार्मोनल बदलाव होते हैं। पीरियड्स से जुड़ी गड़बड़ियां, थायरॉइड, पीसीओडी जैसे कंडीशंस सीधे तौर पर बालों पर असर डालते हैं।

आज लोगों के खान-पान और लाइफस्टाइल में भी बड़ा बदलाव आया है, जो बालों के टूटने के लिए जिम्मेदार है। जंक फूड खाना, असंतुलित डाइट और नींद की कमी के कारण पोषण की कमी हो जाती है। इसका सबसे पहले असर बालों पर पड़ता है। वह कहती हैं कि बाल झड़ना शारीरिक समस्या नहीं, मानसिक भी है।

युवा लड़के-लड़कियों का तो यह कॉम्प्लिकेंस कम कर देता है। डॉ. समीक्षा बताती हैं- ज्यादातर लड़कियां शुरुआत में बाल झड़ने को नजरअंदाज कर देती हैं, लेकिन जब सिर की त्वचा दिखने लगती है, तब वे घबरा जाती हैं और फिर बहुत देर हो चुकी होती है। वो कहती हैं कि कभी भी बाल झड़ने को हल्के में नहीं लेना चाहिए। जांच करवा कर तुरंत ट्रीटमेंट लेना चाहिए। अगर समय पर इलाज लिया जाए तो यह समस्या काफी हद तक काबू की जा सकती है।

स्वत्वाधिकारी
एवं मुद्रक
डॉ. दीपक अरोरा
द्वारा रामा प्रिंटर्स
53/25/1 ए बेली रोड
न्यू कटरा प्रयागराज
(उ.प्र) 211002 से
मुद्रित एवं सी-41यूपी
एसआईडीसी औद्योगिक
क्षेत्र नैनी प्रयागराज।
संपादक/प्रकाशक
डा.पुनीत अरोरा
मो.न.09415608710
RNINO.UPHIN/2015/63398
www.adhuniksamachar.com
नोटः- इस समाचार पत्र में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं सम्पादन हेतु पी0आर0बी0 एक्ट के अन्तर्गत उत्तरदायी तथा इनसे उत्पन्न समस्त विवाद इलाहाबाद न्यायालय के अधीन ही होगा।