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

आधुनिक समाचार

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

प्रयागराज से प्रकाशित हिन्दी दैनिक

वर्ष -12 अंक - 73 | प्रयागराज, गुरूवार, 28 मई, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

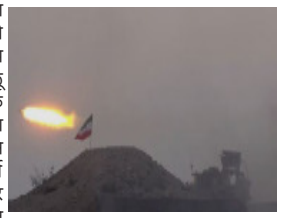
पाकिस्तान बोला- इजराइल को देश नहीं मानेंगे,ट्रम्प ने मुस्लिम देशों से कहा था- इजराइल से दोस्ती कर

इस्लामाबाद। पाकिस्तान ने इजराइल से दोस्ती करने और उसे देश की मान्यता देने से इनकार कर दिया है। पाकिस्तान के रक्षा मंत्री ख्वाजा आसिफ ने कहा कि पाकिस्तान अपनी मौलिक विचारधाराओं से समझौता नहीं कर सकता। आसिफ ने कहा-'हम उन लोगों के साथ कैसे बैठ सकते हैं जिनकी बात पर एक दिन के लिए भी भरोसा नहीं किया जा सकता। पाकिस्तान दुनिया का शायद इकलौता देश है, जिसके पासपोर्ट पर लिखा होता है कि यह इजराइल के लिए मान्य नहीं है। इससे पाकिस्तान का रुख पूरी तरह साफ है और इसमें कोई बदलाव नहीं होगा।' दरअसल, अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने मुस्लिम देशों से इजराइल से रिश्ते सुधारने और अब्राहम समझौते में शामिल होने की अपील की थी। पाकिस्तान से भी कहा गया था कि अगर वह अमेरिका-ईरान शांति प्रक्रिया का हिस्सा बनना चाहता है, तो उसे इजराइल को मान्यता देनी होगी। पाकिस्तान के लिए अब्राहम समझौते में शामिल होने का मामला संवेदनशील है और राजनीतिक रूप से मुश्किल है। पाकिस्तान लंबे समय से खुद को फिलिस्तीन के समर्थक देश के तौर पर पेश करता रहा है। वहां आम जनता के बीच फिलिस्तीन का मुद्दा भावनात्मक और धार्मिक दोनों स्तर

पर बहुत गहराई से जुड़ा हुआ है। एक्सपर्ट्स का मानना है कि पाकिस्तान अमेरिका के साथ अपने रिश्ते खराब नहीं करना चाहेगा लेकिन वह अपनी घरेलू राजनीति को भी नजरअंदाज नहीं कर सकता है। पाकिस्तान ने पिछले 78 साल में कभी इजराइल को मान्यता नहीं दी है। उसका आधिकारिक रुख यह रहा है कि जब तक 1967 से पहले की सीमाओं के आधार पर स्वतंत्र फिलिस्तीनी राज्य नहीं बनता, तब तक वह इजराइल को मान्यता नहीं देगा। इसी वजह से पाकिस्तान में इजराइल के साथ रिश्ते सामान्य करने का मुद्दा हमेशा घरेलू राजनीति से भी जुड़ा रहा है। किसी भी सरकार के लिए इस पर नरम रुख अपनाना राजनीतिक जोखिम माना जाता है। एक्सिओस के मुताबिक ट्रम्प की सबसे बड़ी रणनीतिक कोशिश यह है कि ईरान युद्ध खत्म होने के बाद पश्चिम एशिया में एक नया अमेरिकी समर्थक गठबंधन तैयार किया जाए, जिसमें इजराइल और प्रमुख अरब देश एक साथ हों। दशकों तक अरब देशों की नीति थी कि फिलिस्तीन मुद्दा सुलझे बिना इजराइल को मान्यता नहीं दी जाएगी। ट्रम्प की कोशिशों के बाद 2020 में अब्राहम समझौते ने उस पुरानी नीति को तोड़ दिया। इसके तहत यूएई,बहरीन और मोरक्को जैसे देशों ने इजराइल के साथ आधिकारिक संबंध बनाए।ट्रम्प ने कहा कि अगर ये देश इजराइल के साथ रिश्ते बनाते हैं तो यह समझौता इतिहास की सबसे बड़ी घटनाओं में बदल सकता है। उन्होंने दावा किया कि अब्राहम अकॉर्ड्स से जुड़े देशों को आर्थिक, व्यापारिक और सामाजिक स्तर पर स्वतंत्र फिलिस्तीनी राज्य नहीं बना, तब तक वह इजराइल को मान्यता नहीं देगा। इसी वजह से पाकिस्तान में इजराइल के साथ रिश्ते सामान्य करने का मुद्दा हमेशा घरेलू राजनीति से भी जुड़ा रहा है।

ईरान जंग को फिर हो रहा तैयार,कहा- अमेरिका पर भरोसा नहीं- होर्मुज स्ट्रेट को सबसे बड़ा हथियार बताया

ईरान अमेरिका के साथ संभावित नए युद्ध के लिए तैयारी कर रहा है। अल जजीरा की रिपोर्ट के मुताबिक तेहरान को वॉशिंगटन पर बिल्कुल भरोसा नहीं है और वह होर्मुज स्ट्रेट को अपना सबसे बड़ा रणनीतिक हथियार मान रहा है। रिपोर्ट के मुताबिक ईरानी अधिकारी तीन मोर्चों पर काम कर रहे हैं- सैन्य तैयारी, घरेलू समर्थन और कूटनीति। हालांकि बातचीत का रास्ता खुला रखा गया है, लेकिन सेना और ईरान रेवोल्यूशनरी गार्ड्स कॉर्प्स (आईआरजीसी) हाई अलर्ट पर हैं। ईरान मानता है कि होर्मुज स्ट्रेट उसकी सबसे बड़ी रणनीतिक ताकत है। दुनिया के बड़े हिस्से का तेल इसी समुद्री रास्ते से गुजरता है। इसी वजह से तेहरान इसे अमेरिका और उसके सहयोगियों पर दबाव बनाने के बड़े हथियार के तौर पर देख रहा है। ईरानी नेतृत्व ने कहा है कि नए संघर्ष की स्थिति में अमेरिका के सैन्य ठिकाने, ऊर्जा ढांचा और उससे जुड़े हित निशाने पर हो सकते हैं। कुछ दिन पहले आईआरजीसी ने भी चेतावनी दी थी कि किसी नए अमेरिकी हमले का जवाब पहले से ज्यादा हिंसक होगा और उसका असर मिडिल-ईस्ट से बाहर तक महसूस किया जाएगा। पिछले 24 घंटे के 4 बड़े अपडेट्स-अमेरिकी ड्रोन गिराया- ईरान ने दावा किया कि उसकी फोर्स ने अमेरिकी एमक्यू-9बी और आरक्यू-4 ड्रोन को निशाना बनाया। साथ ही ईरानी हवाई क्षेत्र में घुसे एफ-35 लड़ाकू



विमान पर भी फायरिंग की गई। 88 दिन बाद इंटरनेट बहाल- ईरान में 88 दिनों बाद इंटरनेट सेवाएं आंशिक रूप से बहाल हुईं। नेटब्लॉक्स ने इसे आधुनिक इतिहास का सबसे लंबा राष्ट्रीय इंटरनेट ब्लैकआउट बताया, जिससे कारोबार और डिजिटल सेवाएं प्रभावित रहीं। नेतन्याहू की अधिकारियों के साथ बैठक- इजराइली प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू ने रक्षा अधिकारियों के साथ सुरक्षा बैठक की। इसमें उत्तरी सीमा और लेबनान के हालात पर चर्चा हुई, जबकि हिजबुल्लाह के ठिकानों पर हमले तेज किए गए। ईरानी बोट्स पर हमला- अमेरिका ने सीजफायर पर बातचीत के बीच होर्मुज स्ट्रेट के पास बारूदी सुरंग बिछा रही बोट्स और बंदर अब्बास के मिसाइल ठिकानों पर हमला किया। सेंटकॉम ने इसे आत्मरक्षा की कार्रवाई बताया। चीन ने कहा है कि वह अमेरिका और ईरान के बीच जारी तनाव को कम करने के लिए पाकिस्तान और दूसरे देशों की मध्यस्थता का समर्थन करता है। चीन के विदेश मंत्री वांग यी ने मंगलवार को संयुक्त राष्ट्र में पत्रकारों से बातचीत के दौरान कहा, 'मौजूदा हालात में सबसे जरूरी बात अमेरिका और ईरान के बीच बातचीत है, क्योंकि यही इस मुद्दे के मुख्य पक्ष हैं।' उन्होंने कहा, 'हम पाकिस्तान और दूसरे देशों की मध्यस्थता की कोशिशों का समर्थन करते हैं। यहां आने से पहले मेरी मुलाकात पाकिस्तान के फील्ड मार्शल असीम मुनीर से हुई थी। हम अमेरिका और ईरान के बीच बातचीत और कूटनीतिक प्रयासों का भी समर्थन करते हैं।'चीन का यह बयान ऐसे समय आया है जब अमेरिका में पाकिस्तान की भूमिका को लेकर सवाल उठ रहे हैं। रिपब्लिकन पार्टी के सीनेटर लिंडसे ग्राहम ने मंगलवार को कहा कि अमेरिका और ईरान के बीच संघर्ष में पाकिस्तान का मध्यस्थ बनना चिंता की बात है।

भारत ने जम्मू-कश्मीर पर चीन-पाकिस्तान का बयान खारिज किया,कहा- दूसरे देश को टिप्पणी का अधिकार नहीं

चीन ने इतिहास से जुड़ा विवाद बताया था

नयी दिल्ली। भारत ने चीन और पाकिस्तान के संयुक्त बयान में जम्मू-कश्मीर के जिक्र को पूरी तरह खारिज कर दिया है। विदेश मंत्रालय ने कहा कि जम्मू-कश्मीर और चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग की महत्वाकांक्षी योजना है। इसकी शुरुआत 2013 में की गई थी। इसमें चीन के शिंजियांग प्रांत से पाकिस्तान के ग्वादर पोर्ट तक 60

बिलियन डॉलर (करीब 5 लाख करोड़ रुपए) की लागत से आर्थिक गलियारा बनाया जा रहा है। इसके जरिए चीन की अरब सागर तक पहुंच हो जाएगी। सीपीईसी के तहत चीन सड़क, बंदरगाह, रेलवे और ऊर्जा प्रोजेक्ट्स पर काम कर रहा है। भारत को सीपीईसी से एतराज - 60 बिलियन डॉलर की लागत वाला सीपीईसी पाकिस्तान के बलूचिस्तान में मौजूद ग्वादर पोर्ट और चीन के शिंजियांग को जोड़ेगा। सीपीईसी पाकिस्तान के कब्जे वाले कश्मीर के गिलगित-बाल्टिस्तान इलाके से भी गुजरता है, जिस पर भारत का दावा है। भारत का मानना है कि सीपीईसी के जरिए चीन विस्तारवाद की नीति पर चल रहा है और भारत को घेरने की कोशिश कर रहा है।सीपीईसी से चीन को क्या फायदा? इस कॉरिडोर से चीन तक क्रूड ऑयल की पहुंच आसान हो जाएगी। चीन इम्पोर्ट होने वाला 80फीसदी क्रूड ऑयल मलक्का की खाड़ी से शंघाई पहुंचता है। अभी करीब 16 हजार किमी का रास्ता है, लेकिन सीपीईसी से ये दूरी 5 हजार किमी घट जाएगी। इकोनॉमिक कॉरिडोर के जरिए चीन अरब सागर और हिंद महासागर में पैठ बनाना चाहता है। ग्वादर पोर्ट पर नेवी ठिकाना होने से चीन अपने बेड़े की रिपेयरिंग और मेंटेनेंस के लिए भी ग्वादर पोर्ट का इस्तेमाल कर सकेगा। ग्वादर चीन के नेवी मिशन के लिए काफी फायदेमंद साबित होगा।

इजराइल के विरोध की वजह से अमेरिकी सांसद पाक से नाराज, कहा- अब्राहम समझौते पर ट्रम्प को जल्द जवाब दो

वॉशिंगटन। अमेरिकी सीनेटर लिंडसे ग्राहम ने ईरान-इजराइल

तनाव के बीच पाकिस्तान की मध्यस्थ की भूमिका पर सवाल उठाए हैं। उन्होंने कहा कि पाकिस्तान खुद को मध्यस्थ बताता है, लेकिन उसका इजराइल के प्रति रवैया हमेशा से विरोधी रहा है। ग्राहम ने सोशल मीडिया पोस्ट में दावा किया कि ईरानी सैन्य विमान पाकिस्तान के एयरबेस पर मौजूद हैं। उन्होंने पाकिस्तान के नेताओं के पुराने इजराइल विरोधी बयानों का भी जिक्र किया। ग्राहम ने पाकिस्तान के रक्षा मंत्री के उस पुराने बयान का हवाला दिया, जिसमें कहा गया था कि पाकिस्तान कभी अब्राहम समझौते में शामिल नहीं होगा क्योंकि उसे इजराइल पर भरोसा नहीं है। ग्राहम ने कहा कि भले यह बयान पुराना हो, लेकिन सोच आज भी वही लगती है। उन्होंने कहा कि अब पाकिस्तान को राष्ट्रपति राष्ट्रपति की उस अपील पर जवाब देना चाहिए, जिसमें मुस्लिम देशों से इजराइल के साथ रिश्ते सामान्य करने को कहा गया है। अब्राहम समझौते के तहत कुछ अरब देशों ने इजराइल के साथ राजनयिक रिश्ते बनाए थे और इजराइल को देश के रूप में मान्यता दी थी। ट्रम्प अब इस दायरे को और बढ़ाना चाहते हैं। पाकिस्तान इस समझौते का हिस्सा नहीं है और वो इजराइल को देश नहीं मानता है। पाकिस्तान लंबे समय से कहता रहा है कि वह फिलिस्तीन मुद्दे का समाधान हुए बिना इजराइल को मान्यता नहीं देगा।

दिल्ली क्वाड बैठक में ऑस्ट्रेलिया ने होर्मुज का मुद्दा उठाया,कहा- समुद्री रास्तों की आजादी आवश्यक

जयशंकर बोले- 3 अहम् फैसलों पर सहमति बनी

नयी दिल्ली। देश की राजधानी दिल्ली में क्वाड देशों के विदेश मंत्रियों की बैठक खत्म हो गई है। इसमें ऑस्ट्रेलिया ने होर्मुज का मुद्दा उठाया। विदेश मंत्री पेनी वोंग ने कहा, 'ईरान की तरफ से होर्मुज स्ट्रेट बंद किए जाने का असर अब तेल और ऊर्जा सप्लाई पर दिखने लगा है। क्वाड देशों का कहना है कि समुद्री रास्ते खुले रहना जरूरी हैं और वहां से गुजरने वाले जहाजों पर किसी तरह का टोल या रोक नहीं लगनी चाहिए।' इस बैठक में भारत, अमेरिका, जापान और ऑस्ट्रेलिया के विदेश मंत्री शामिल हुए। अमेरिका की ओर से मार्को रूबियो, जापान से तोशिमित्सु मोतेगी और ऑस्ट्रेलिया की तरफ से पेनी वोंग मौजूद रहे।विदेश मंत्री जयशंकर ने आतंकवाद के मुद्दे पर कहा कि इसके खिलाफ जीरो टॉलरेंस होना चाहिए। जिन देशों पर आतंकी हमले होते हैं, उन्हें अपनी सुरक्षा का अधिकार है। उन्होंने सोशल मीडिया पर लिखा कि बैठक में 3 बड़े फैसलों पर चर्चा की गई। क्वाड के 3 बड़े फैसलों पर सहमति-1. क्वाड देशों ने समुद्र से जुड़ी जानकारी साझा करने और निगरानी बढ़ाने पर सहमति जताई है। बंदरगाहों से जुड़ी सुविधाओं के लिए एक एक्सपर्ट टीम बनाने

पर भी विचार होगा। साथ ही फिजी में नया पोर्ट प्रोजेक्ट शुरू किया जाएगा और समुद्र के नीचे बिछी इंटरनेट केबल्स पर मिलकर काम होगा। 2. क्वाड देशों ने क्रिटिकल मिनरल्स के लिए एक साझा फ्रेमवर्क तैयार किया है। भारत और अमेरिका ने भी इस मुद्दे पर अलग समझौता किया है। क्वाड अब इस काम में दूसरे देशों को भी जोड़ने की कोशिश करेगा। 3. इंडो-पैसिफिक क्षेत्र में ऊर्जा सप्लाई को सुरक्षित रखने के लिए नई पहल शुरू की गई है। इसमें नई तकनीक, बेहतर प्रबंधन, नीतियां, अंतरराष्ट्रीय बाजार की जानकारी और इमरजेंसी अभ्यास जैसी चीजें शामिल होंगी। क्वाड बैठक में 5 बड़े ऐलान- क्वाड देशों ने क्रिटिकल मिनरल्स फ्रेमवर्क शुरू करने का फैसला किया, जिसके तहत खनन, प्रोसेसिंग, रीसाइक्लिंग और सप्लाई चेन मजबूत करने के लिए मिलकर निवेश और सहयोग बढ़ाया जाएगा। भारत और अमेरिका ने क्रिटिकल मिनरल्स और रेयर अर्थ सप्लाई सुरक्षित करने के लिए द्विपक्षीय समझौते पर हस्ताक्षर किए, जिससे दोनों देशों के बीच रणनीतिक और आर्थिक सहयोग बढ़ेगा। क्वाड देशों ने इंडो-पैसिफिक में ऊर्जा सुरक्षा बढ़ाने के लिए नई पहल शुरू की है, जिसके तहत फ्यूल सिक्योरिटी फोरम और क्षेत्रीय ऊर्जा सहयोग को आगे बढ़ाया जाएगा। हिंद महासागर और इंडो-पैसिफिक क्षेत्र में समुद्री निगरानी बढ़ाने के लिए क्वाड देश सैटेलाइट डेटा साझा करेंगे, जिससे तस्करी, अवैध मछली पकड़ने और आपदा राहत में मदद मिलेगी। क्वाड देशों ने फिजी में 'पोर्ट्स ऑफ द फ्यूचर' परियोजना शुरू करने का फैसला किया है, जिसके तहत बंदरगाह इंफ्रास्ट्रक्चर और क्षेत्रीय कनेक्टिविटी को मजबूत किया जाएगा।

यूपी के 16 जिलों में अंधड़-बारिश,नौतपा में बदला रहेगा मौसम, गर्मी 8डिग्री तक कम होने के आसार

लखनऊ। यूपी में नौतपा का आज तीसरा दिन है। पूर्वांचल में तेज आंधी और बारिश से गर्मी थोड़ी कम हुई है। वहीं, बुंदेलखंड में बांदा

47.4डिग्री के साथ देश में सबसे गर्म शहर रहा। पश्चिमी यूपी में भी लोगों का गर्मी से हाल बेहाल है। हालांकि, मंगलवार रात आगरा और मथुरा में आंधी-बारिश ने गर्मी से निजात दिलाई, लेकिन बाकी जगह भीषण गर्मी पड़ी। आज यानी बुधवार को सुबह से पूरे प्रदेश में तेज धूप है। हवा की रफ्तार कम होने से उमस का एहसास हो रहा है। 16 जिलों में आंधी-बारिश का अलर्ट है। 34 जिलों में हीटवेव (लू) की भी चेतावनी जारी की गई है। इनमें से 6 शहरों आगरा, जालौन, झांसी, बांदा, हमीरपुर और महोबा के लिए रेड अलर्ट जारी किया गया है। यानी यहां बहुत गर्म हवाएं चलेंगी। मौसम विभाग का कहना है कि नौतपा की भीषण गर्मी और लू से झुलस रहे यूपी को कल से राहत मिलने के संकेत हैं। नए पश्चिमी विक्षोभ से अगले एक हफ्ते तक मौसम बदलेगा। आंधी-तूफान, गरज-चमक और बारिश की संभावना है। कहीं-कहीं ओलावृष्टि भी हो सकती है। इससे तापमान में 6डिग्री-8डिग्री तक गिरावट आ सकती है। लू से राहत मिलेगी। अगले दिनो कैसा रहेगा मौसम? 28 मईः पूर्वी यूपी के कुछ इलाकों में बारिश होगी। पश्चिमी यूपी में भी कहीं-कहीं बौछारें पड़ सकती हैं। 29 मईः पश्चिमी यूपी में कहीं-कहीं बारिश की संभावना है। पूर्वी यूपी में ज्यादातर इलाकों में अच्छी बारिश होगी। 30 मईः प्रदेश के ज्यादातर जिलों में बारिश का सिलसिला जारी रहेगा। आंधी-तूफान के साथ बिजली भी गिर सकती है। 31 मईः पूर्वी और पश्चिमी यूपी में हल्की बारिश का सिलसिला जारी रहेगा। लू और उमस से राहत मिलेगी। 1 जूनः पश्चिमी यूपी में हल्की और पूर्वी यूपी में अच्छी बारिश के आसार है। पारे में गिरावट जारी रहेगी।

रूस चुकाएगा भारत का कर्ज!

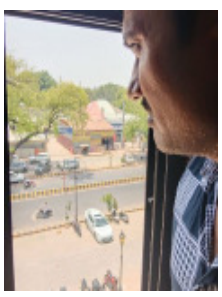
भारतीय सेना के 3600 टैंकों को 'महाबली' बनाने का दिया ऑफर, टी-90 बनेगा विनाशक

मॉस्को। रूस के टॉप डिजाइनर ने भारत के 3600 से ज्यादा टैंकों को नेक्स्ट जेनरेशन करने का ऑफर दिया है। रूस के टॉप टैंक डिजाइनर भारत के टैंक बेड़े को और भी ज्यादा शक्तिशाली बनाने में मदद के लिए तैयार हैं। भारत के पास अभी 3600 से ज्यादा रूसी मूल के टैंक हैं जिनमें 2400 से ज्यादा टी-72 अजेय और 1200 से ज्यादा टी-90 भीष्म टैंक हैं जिससे यह दुनिया के सबसे बड़े टैंक ऑपरेटरों में से एक बन गया है। ये टैंक दशकों से भारत में ही लाइसेंस के तहत बनाए जा रहे हैं। स्पुतनिक इंडिया को दिए एक इंटरव्यू में आंद्रेई तेरलिकोव जो जनरल डायरेक्टर और यूराल डिजाइन ब्यूरो ऑफ ट्रांसपोर्ट इंजीनियरिंग के चीफ डिजाइनर हैं, उन्होंने टैंकों के आधुनिकीकरण और भविष्य में होने वाले सहयोग के बारे में अहम जानकारी दी है। दरअसल आधुनिक युद्धों में टैंकों की भूमिका काफी बदल गई है। यूक्रेन युद्ध में देखने को मिला है कि ड्रोन हमलों ने टैंकों को काफी कमजोर कर दिया है। यूक्रेनी ड्रोनों ने सैकड़ों टैंकों का काफी आसानी से शिकार किया है इसीलिए आधुनिक लड़ाई में टैंकों की उपयोगिता पर सवाल हैं। इसके अलावा चीन ने नेक्स्ट जेनरेशन टैंक तैयार कर लिया है जिसके सामने भारत का टी-90 टैंक अब क्षमता के मामले में शायद पीछे हो गया है इसीलिए भारतीय टैंकों को

आधुनिक बनाने की बात चल रही है। आपको बता दें कि 1990 के दशक में भारत ने रूसी टैंक इंडस्ट्री को तबाह होने से बचाने में मदद की थी। रूसी टैंक डिजाइनर का प्रस्ताव क्या है? यूराल डिजाइन ब्यूरो के महानिदेशक और मुख्य डिजाइनर आंद्रेई तेरलिकोव ने तीन मुख्य क्षेत्रों में भारत के साथ सहयोग की पेशकश की है। पहला- भारत के पुराने हो रहे टी-72 और वर्तमान टी-90 टैंकों को आधुनिक युद्ध जैसे ड्रोन हमले, एंटी-टैंक मिसाइलों के अनुकूल बनाने के लिए नए प्रोटेक्शन और फायर कंट्रोल सिस्टम देने का प्रस्ताव है। दूसरा- भारत अपने भविष्य के टैंक एफआरसीवी (Future Ready Combat Vehicle) प्रोजेक्ट पर काम कर रहा है। रूस इसमें अपनी लेटेस्ट टेक्नोलॉजी (जैसे टी-14 आर्मटा प्लेटफॉर्म) के जरिए भारत के साथ संयुक्त विकास करना चाहता है। तीसरा- आंद्रेई तेरलिकोव ने टी-90एम को दुनिया का सबसे बेहतरीन टैंक बताया है। इसके युद्ध के अनुभव (यूक्रेन युद्ध से मिले सबक) के आधार पर वे भारत के भीष्म टैंकों को अपग्रेड करना चाहते हैं। उन्होंने कहा है कि यूक्रेन युद्ध में टैंकों को किन मुश्किलों का सामना करना पड़ रहा है और रूस की रणनीति ड्रोन युद्ध से टैंकों को बचाने और कारगर करने की क्या है वो हम भारतीय दोस्तों के साथ शेयर कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि रूस टैंकों की नई टेक्नोलॉजी पर काम कर रहा है और भविष्य में कारगर रहने वाले टैंकों पर हम काम कर रहे हैं और हम समझते हैं कि भारतीय रक्षा मंत्रालय के लिए भी ये स्थिति कितना महत्वपूर्ण है। हम इस क्षेत्र में भी भारत के साथ सहयोग करने के लिए तैयार हैं और हमें उम्मीद है कि हम एक सहयोग वाली स्थिति तक पहुंचने के लिए रास्ता खोज लेंगे। आपको बता दें कि भारतीय सेना पहले से रूस के टी-72 टैंक चला रही थी। टी-90 टैंक काफी हद तक टी-72 का ही अगला और आधुनिक रूप था जिसके 60फीसदी पाट्र्स आपस में मेल खाते थे। इसलिए सेना के लिए इसे अपनाना और मेंटेन करना आसान था। थार मरुस्थल में भीषण गर्मी के बीच कड़े परीक्षणों के बाद 15 फरवरी 2001 को भारत और रूस के बीच पहला आधिकारिक समझौता हुआ। इस समझौते से रूस की टैंक इंडस्ट्री तबाह होने से बच गई थी। 1990 के दशक के अंत में रूस गंभीर आर्थिक संकट से जूझ रहा था। उनकी प्रसिद्ध टैंक बनाने वाली कंपनी उरलवागोनज़ावोड बंद होने की कगार पर थी। उनके पास टी-90 नाम का एक बेहतरीन टैंक डिजाइन तैयार था लेकिन रूसी सेना के पास उसे खरीदने के पैसे नहीं थे और उस वक्त भारत ने ये सौदा किया था। भारत ने लगभग डॉ.600-डॉ.750 मिलियन में 310 टी-90एस टैंकों का ऑर्डर दिया। 124 टैंक सीधे रूस से पूरी तरह तैयार (Fly-away) मिलने थे।

प्री-मानसून बारिश 29 मई से 5 जून तक संभव-90 फीसदी भारत कवर करेगी,यूपी के बांदा में तापमान 47.4डिग्री

लखनऊ/नयी दिल्ली। भारत के 80-90फीसदी हिस्से में 29 मई से 5 जून तक प्री-मानसून बारिश हो सकती है। यह बारिश इसलिए अहम है क्योंकि मानसून अभी केरल नहीं पहुंचा है। मौसम विभाग ने 26 मई का अनुमान लगाया था। मानसून आने के लिए केरल के 14 तय स्टेशनों में लगातार दो दिन 2.5 एमएम बारिश जरूरी है। दक्षिण-मध्य अरब सागर में चक्रवाती सर्कुलेशन से बादल कमजोर हुए हैं। अगले 2-3 दिन में मानसून आगे बढ़ सकता है। यूरोपीय मौसम एजेंसी यूरोपियन सेंटर फॉर मीडियम-रेंज वेदर फोरकास्ट्स ने भारत में 15 दिनों की बारिश का पूर्वानुमान निकाला है। सैटेलाइट, समुद्री और वायुमंडलीय डेटा के आधार पर मौसम का मैप बनाता है। इसकी तस्वीर में अगले 8 दिनों में दक्षिण भारत, पूर्वी भारत, पूर्वोत्तर और बंगाल की खाड़ी से लगे इलाकों में ज्यादा बारिश के संकेत नजर आ रहे हैं। फिलहाल उत्तर-पश्चिम, मध्य भारत, उत्तर प्रदेश और पूर्वी भारत में गर्मी का असर ज्यादा है। मंगलवार को उत्तर प्रदेश का बांदा एक बार फिर देश में सबसे गर्म शहर रहा। यहां अधिकतम तापमान 47.4डिग्री दर्ज किया गया। यह लगातार नवां दिन था



जब यहां तापमान 47 डिग्री के पार पहुंचा। बांदा के अलावा उत्तर प्रदेश के पांच और जिलों में तापमान 45डिग्री से ज्यादा रहा, इनमें उरई 45.8डिग्री, झांसी 45.5डिग्री, प्रयागराज 45.4डिग्री, आगरा 45.3डिग्री और हमीरपुर 45.2डिग्री शामिल हैं। 29 मई-राजस्थान के कुछ हिस्सों में हीटवेव का असर जारी रह सकता है। पंजाब, हरियाणा, दिल्ली, यूपी और मध्य भारत के कई इलाकों में गर्मी से कुछ राहत मिलने के आसार हैं।

भारतीय पत्रकार एवं मानवाधिकार परिषद के लखनऊ मंडल उपाध्यक्ष कमल नयन मिश्रा द्वारा आयोजित विशाल भंडारा कार्यक्रम सफलतापूर्वक सम्पन्न

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) लखनऊ। ज्येष्ठ माह के चतुर्थ मंगलमय मंगलवार के पावन अवसर पर इंडियन बैंक के निकट, रजनी खंड, शारदा नगर, आशियाना, लखनऊ में भारतीय पत्रकार एवं मानवाधिकार परिषद के तत्वावधान में भव्य विशाल भंडारा एवं महाप्रसाद वितरण कार्यक्रम का आयोजन बड़े श्रद्धा, उत्साह एवं भक्तिमय वातावरण में सम्पन्न हुआ। कार्यक्रम का आयोजन भारतीय पत्रकार एवं मानवाधिकार परिषद के लखनऊ मंडल उपाध्यक्ष कमल नयन मिश्रा द्वारा किया गया। कार्यक्रम में भारी संख्या में श्रद्धालुओं, पत्रकारों, अधिवक्ताओं, आरटीआई कार्यकर्ताओं, समाजसेवियों एवं क्षेत्रीय गणमान्य लोगों ने पहुंचकर प्रसाद ग्रहण किया तथा बजरंगबली का आशीर्वाद प्राप्त किया। पूरे आयोजन स्थल पर भक्तिमय वातावरण एवं 'जय श्री राम' तथा 'बजरंगबली की जय' के उद्घोष गूंजते रहे। इस अवसर पर सरोजिनी नगर विधानसभा क्षेत्र के लोकप्रिय विधायक डॉ राजेश्वर सिंह भी कार्यक्रम में विशेष रूप से उपस्थित रहे। आयोजक कमल नयन मिश्रा द्वारा विधायक डॉ राजेश्वर सिंह जी को भगवान का चित्र एवं अंगवस्त्र भेंट कर सम्मानित किया गया। विधायक जी ने इस प्रकार के धार्मिक एवं सामाजिक आयोजनों की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे कार्यक्रम समाज में एकता, सेवा एवं धार्मिक भावना को मजबूत करते हैं। इसी क्रम में भारतीय पत्रकार एवं मानवाधिकार परिषद के राष्ट्रीय अध्यक्ष जितेन्द्र बहादुर सिंह का भी सम्मान किया गया। उन्हें अंगवस्त्र पहनाकर एवं बजरंगबली का चित्र भेंट कर सम्मानित करते हुए आयोजकों ने उनके सामाजिक, पत्रकारिता एवं मानवाधिकार क्षेत्र में किए जा रहे कार्यों की सराहना की। कार्यक्रम में उनकी गरिमामयी उपस्थिति विशेष आकर्षण का केंद्र रही। भंडारे में भारतीय पत्रकार एवं मानवाधिकार परिषद के विभिन्न पदाधिकारी एवं सदस्यगण भी उपस्थित रहे, जिनमें एल.एम. यादव (प्रभारी उत्तर प्रदेश), एम.एल. त्रिपाठी (विशेष कार्याधिकारी, उ0प्र0), दया शंकर शास्त्री (वरिष्ठ पत्रकार एवं प्रवक्ता, उ0प्र0), सुरेन्द्र कुमार प्रजापति (लखनऊ मंडल अध्यक्ष), राहुल सैनी (संयुक्त सचिव, उ0प्र0), हरप्रीत सिंह (जिला उपाध्यक्ष) राज सिंह सक्रिय सदस्य,सहित अन्य पदाधिकारी एवं समाजसेवी शामिल रहे। कार्यक्रम के दौरान आयोजक कमल नयन मिश्रा एवं विधायक डॉ राजेश्वर सिंह द्वारा परिषद के पदाधिकारियों एवं सदस्यों को अंगवस्त्र एवं रामनामी पटका पहनाकर सम्मानित भी किया गया। सभी ने कार्यक्रम को सफल बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। कार्यक्रम देर शाम तक श्रद्धा एवं सेवा भाव के साथ चलता रहा तथा हजारों श्रद्धालुओं ने महाप्रसाद ग्रहण कर पुण्य लाभ प्राप्त किया। अंत में आयोजकों द्वारा सभी आगंतुकों एवं सहयोगकर्ताओं के प्रति आभार व्यक्त किया गया। 'नासे रोग हरे सब पीरा, जपत निरंतर हनुमत बीरा'।

चतुर्थ बड़े मंगल पर एनएसबीवीएम में प्रसाद वितरण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। ज्येष्ठ माह के चतुर्थ मंगलवार को एनएसपीएस परिवार की ओर से अनवरत चल रहे प्रसाद वितरण के क्रम में समाजवादी पार्टी के प्रदेश सचिव एवं एनएसजीआई संस्थापक-प्रबंधक डॉ. शशिकांत शर्मा तथा अध्यक्ष इंद्रेश विक्रम सिंह ने शहर के सेमरी कोठी सुपर मार्केट स्थित न्यू स्टैण्डर्ड बालिका विद्या मंदिर परिसर में भगवान हनुमान जी की पूजा-अर्चना कर चने और शरबत का प्रसाद वितरित किया। समाजवादी पार्टी के प्रदेश सचिव डॉ. शशिकांत शर्मा ने इस अवसर पर कहा कि बड़े मंगल का पर्व सेवा, श्रद्धा और जनकल्याण का संदेश देता है। ऐसे आयोजनों से समाज में भाईचारा और सकारात्मक वातावरण को बढ़ावा मिलता है। कार्यक्रम में रोहित पाण्डेय सभासद मालिक मऊ, परमजीत सिंह गाँधी, सभासद फिरोजगाँधी नगर, रवीन्द्र यादव, राजू यादव, दीपू शुक्ला, के. के. साहू, बलराज राना, व्यापारी के. के. गुप्ता नगर अध्यक्ष, प्रभाकर गुप्ता जिला अध्यक्ष, अब्दुल वाहिद, महेन्द्र अग्रवाल, अनिल मिश्रा, राजेश पाण्डेय, प्रधानाचार्य तारकेश्वर सिंह (एनएसबीवीएम), राजीव सिंह (एनएसपीएस सलेथू महराजगंज), शिवलखन प्रजापति (एनएसपीएस त्रिपुला), शिवांग अवस्थी (एनएसपीएस लालगंज), नितिन सिंह, संजय श्रीवास्तव, गिरीश श्रीवास्तव सहित शिक्षक-शिक्षिकाएं, शिक्षणेत्तर कर्मचारी और बड़ी संख्या में समाजवादी पार्टी के कार्यकर्ता, समाजसेवी एवं जनपद के गणमान्य व्यक्ति मौजूद रहे।

जिला पर्यावरण समिति की बैठक सम्पन्न

जनपद में संचालित ईंट-भट्ठों को जून तक जीग-जैक पैटर्न में परिवर्तित किये जाने हेतु प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा की जाये प्रभावी कार्यवाही - डीएम

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिलाधिकारी सरनीत कौर ब्रोका की अध्यक्षता में जिला पर्यावरण समिति की बैठक कलेक्ट्रेट सभागार में सदस्य संयोजक प्रभागीय निदेशक सामाजिक वानिकी प्रभाग प्रखर मिश्रा द्वारा आयोजित कराई गई। जिला पर्यावरण समिति की बैठक में रायबरेली जनपद की वायु गुणवत्ता में सुधार लाने हेतु तैयार की गई कार्ययोजना पर विस्तृत चर्चा की गई एवं 25 विभिन्न विभागों के अधिकारियों को वांछित कार्यवाही हेतु समुचित निर्देश दिए गये। बैठक में जिलाधिकारी ने कहा कि बाईपास की प्रगति की मासिक समीक्षा की जाए ताकि रायबरेली शहर क्षेत्र में प्रवेश कर रहे भारी वाहनों की संख्या कम करी जा सकें। रायबरेली शहर में मल्टीलेवल पार्किंग के निर्माण हेतु उपयुक्त भूमि का चयन एवं क्रय के प्रस्ताव तैयार करने हेतु उप जिलाधिकारी सदर की अध्यक्षता में समिति का गठन किया जाये। उन्होंने कहा कि प्रदूषण नियंत्रण प्रमाण पत्र वाहनों पर अनिवार्य रूप से सुनिश्चित करने हेतु पुलिस एवं यातायात विभाग द्वारा संयुक्त अभियान चलाया जाये। गल्ला मण्डी रोड, एवं रिफार्म क्लब रोड को गड्ढा मुक्त कर धूल से हो रहे वायु प्रदूषण को कम किये जाने के निर्देश दिये गये। उन्होंने कहा कि पी.ए.सी. कैम्पस में विशेष

अभियान चलाते हुए शत-प्रतिशत कचरा पृथक्करण सुनिश्चित कराया जाये। इन्दिरा गाँधी वानस्पतिक उद्यान में स्थित फव्वारे एवं कम्पोस्ट पिट का शुचारू रूप से संचालन सुनिश्चित किया जाये। सिविल लाइन क्षेत्र में एक कम्पोस्ट पिट बनाकर निकटवर्ती स्थित रेस्टोरेन्ट एवं ढाबो से निकल रहे जैविक कूड़े को खाद में परिवर्तित किये जाने के निर्देश दिये। जिलाधिकारी ने कहा कि जनपद में स्थित ईट के भट्ठों को माह जून 2026 तक जीग-जैक पैटर्न में परिवर्तित किये जाने हेतु प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा प्रभावी कार्यवाही किया जाये। जनपद में हो रहे निर्माण गतिविधियों में ग्रीन कर्टन एवं स्प्रिंकलर की व्यवस्था सुनिश्चित किये जाने हेतु प्रभावी कार्यवाही किये जाने तथा रायबरेली वासियों के मध्य जनपद की वायु गुणवत्ता एवं उसमें सुधार हेतु जागरूकता लाने के लिए रेडियो के माध्यम से व्यापक प्रचार-प्रसार सुनिश्चित किया जाये। उन्होंने कहा कि जनपद में व्यवसायिक केन्द्रों पर संचालित किये जा रहे जनरेटरों द्वारा उत्सर्जित वायु प्रदूषण तत्वों को न्यूनतम करने हेतु ऐसे जनरेटरों को कवंस फ्यूल में परिवर्तित करना अथवा ऐसे जनरेटरों में प्रेसीप्रिटेटर लगवाये जाने हेतु प्रभावी कार्यवाही किया जाये। इसके अतिरिक्त जनपद में स्थित ऐसे नाले जो कि गंगा नदी में सीधे गिर रहे है, में फिल्टरेशन यूनिट के सुचारू संचालन की जांच हेतु संयुक्त टीम गठित कर प्रभावी कार्यवाही हेतु निर्देशित किया गया। बैठक में अधिशाषी अधिकारी नगर पालिका परिषद रायबरेली स्वर्ण सिंह, जिला विद्यालय निरीक्षक संजीव कुमार सिंह, डी0सी0 मनरेगा प्रमोद सिंह, जिला पंचायत राज अधिकारी सौम्यशील सिंह, जिला उद्यान अधिकारी जयराम वर्मा, उप प्रभागीय वनाधिकारी, अधिशाषी अभियन्ता सिंचाई (द0) सहित अन्य अधिकारी उपस्थित रहें।

तीन दिवसीय गंगा महोत्सव के तृतीय व समापन दिवस पर माँ गंगा के पूजन अर्चन के साथ माँ गंगा की भव्य आरती की गई

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। माँ गंगा के पृथ्वी लोक पर अवतरण दिवस के अवसर पर परमार्थ त्रिवेणी पुष्प, प्रयागराज फाउण्डेशन, मां शारदा संगीत समिति, एवं यमुनापार लोक संस्कृति परिषद के संयुक्त तत्वावधान में परमार्थ त्रिवेणी घाट (अरैल सेल्फी प्वाइंट) नैनी प्रयागराज पर आयोजित तीन दिवसीय गंगा महोत्सव के तृतीय व समापन दिवस पर माँ गंगा के पूजन अर्चन व हवन के साथ ही वेद मन्त्रों के सस्वर उच्चारण के मध्य ऋषि पुत्रियों के द्वारा माँ गंगा की भव्य आरती की गई। कार्यक्रम में अतिथि के रूप में क्षेत्रीय पार्षद प्रतिनिधि प्रदीप महरा शास्त्री, भाजपा नेता शिवशंकर दीक्षित, गंगा सेव मंच के अध्यक्ष डॉ. प्रमोद शर्मा, दिनेश तिवारी जी, महंत शुक्राईनाथ योगी जी, आदि अतिथियों ने भी ऋषि कन्याओं के साथ माँ गंगा की पूजन- अर्चन एवं आरती कर उपरोक्त महोत्सव में आमंत्रित सभी कलाकारों का अभिवादन करते हुये आयोजक संस्थाओं के प्रति कृतज्ञता ज्ञापित किया। हवन, पूजन, आरती, भजन से पूरा वातावरण भक्तिमय था घाट पर हजारों की संख्या में श्रद्धालुओं की भीड़ भक्ति व आस्था में लीन दिखीत्आरती के पश्चात राष्ट्रगान के साथ आज के साँस्कृतिक कार्यक्रम प्रारंभ हुआ जिसमें माँ शारदा संगीत समिति नैनी के द्वारा लोकप्रिय पारंपरिक ढेड़िया नृत्य की मनमोहक प्रस्तुति तथा सुप्रसिद्ध गायक आशीष शर्मा, मोहिनी श्रीवास्तव, शान भानू, कृष्ण कुमार सत्यार्थी राधे राधे बैण्ड मुम्बई के सूर्य-प्रकाश दुबे के सुमधुर भजनों से पूरा वातावरण भक्तिभाव से ओत प्रोत रहा। इस अवसर पर प्रयागराज फॉउण्डेशन के अध्यक्ष शशांक शेखर पाण्डेय, पूज्य स्वामी चिदानंद सरस्वती जी महाराज के कृपापात्र शिष्य माधव जी, प्रकृतिवेदा वेलनेस केन्द्र के निदेशक डॉ. पुष्पेंद्र सिंह, माँ शारदा संगीत समिति के निदेशक अभिषेक सिंह, द स्टेप फ़ाउण्डेशन के अध्यक्ष दिलीप चौधरी, अभिमन्यु मिश्रा, ने आये हुये सभी अतिथियों को अंगवस्त्र, रुद्राक्ष की माला, चन्दन का पौधा और स्मृति चिन्ह प्रदान कर उनका अभिनंदन कियात कार्यक्रम का संचालन दत्तात्रेय पाण्डेय ने करते हुए आए हुए सभी अतिथियों एवं इस आयोजन को सफल बनाने में प्रत्यक्ष परोक्ष रूप से जिनका योगदान रहा उन सभी का आभार प्रकट किया। इस अवसर पर नीतू राय, सीमा त्रिपाठी, गौरव त्रिपाठी, प्रदीप विश्वकर्मा, विजय कनौजिया, विकास कुमार, शाम्भवी शर्मा, अंकिता सिंह, शालिनी सिंह, नितिन कनौजिया, देवराज सिंह, ऋषभ चौरसिया आदि प्रमुख रूप से उपस्थित रहे।

भारतीय बौद्ध महासभा उ0 प्र0 का तीन दिवसीय बौद्ध विनय प्रशिक्षण व पर्यटन शिविर 29 से बोधगया में

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) गौरीगंज/अमेठी। भारतीय बौद्ध महासभा उ0 प्र0 का तीन दिवसीय बौद्ध विनय प्रशिक्षण व पर्यटन शिविर का आयोजन उन्तीस मई शुक्रवार से अखिल भारतीय बौद्ध भिक्खु संघ बुद्ध विहार बोधगया बिहार में होगा। पहले दिन 29 मई शुक्रवार को प्रातः शिविर के प्रतिभागियों के पंजीकरण से कार्यक्रम की शुरुआत होगी। दो बजे बाद बौद्ध विनय प्रशिक्षण व पर्यटन शिविर का उद्घाटन होगा। इसके बाद ही पूज्य भिक्षु संघ द्वारा धम्मदेशना होगी। चार बजे धम्म में शील, संस्कारों एवं पर्वों की महत्ता पर देशना होगी। साढ़े पांच बजे महासभा की समीक्षा बैठक व प्रांतीय अध्यक्ष की अनुमति से अन्य प्रस्तावों पर विचार विमर्श किया जाएगा। रात नौ बजे सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन होगा। फिर रात विश्राम। तीस मई दूसरे दिन शनिवार को आठ बजे से बोधगया से राजगीर, नालंदा मार्ग पर स्थित जेठियन घाटी, तपोवन राजगीर गृहकूट पर्वत वेणुवन, विश्वशांति स्तूप, सप्तपर्णी गुफा, नालंदा महाविहार खंडहर, नालंदा पुरातत्व संग्रहालय आदि धम्म तीर्थों का भ्रमण दर्शन किया जायेगा। सात बजे बोधगया स्थित थाई बुद्ध विहार में पूजा वंदना एवं ध्यान साधना होगी। रात नौ बजे सांस्कृतिक कार्यक्रमों के बाद विश्राम होगा। तीसरे दिन 31 मई रविवार को बोधगया स्थित तिब्बती बर्मी जापानी चीनी वियतनामी कम्बोडियन श्रीलंकाई भूटानी आदि बौद्ध विहारों का भ्रमण व दर्शन होगा। तीन बजे धम्म विनय प्रशिक्षण व पर्यटन शिविर के अनुभवों पर चर्चा व धम्म देशना के बाद लोकमंगल की कामना के बाद चार बजे शिविर का समापन होगा। इस बात की जानकारी भारतीय बौद्ध महासभा 30 प्र0 (पंजीकृत) के प्रांतीय अध्यक्ष मानसिंह गौतम एडवोकेट, राधेश्याम बौद्ध प्रांतीय उपाध्यक्ष सह शिविर प्रभारी, प्रांतीय महामंत्री द्वय साहब सिंह बौद्ध व डा0 अरविन्द कुमार गौतम द्वारा जारी संयुक्त विज्ञप्ति के हवाले से के 0 पी 0 सविता बौद्ध महामंत्री भारतीय बौद्ध महासभा 30 प्र0 शाखा जनपद अमेठी ने दी है।

वरिष्ठ जनों के विधिक अधिकार विषय पर आयोजित किया गया शिविर

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। उ0प्र0 राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण, लखनऊ तथा मा0 जनपद न्यायाधीश/अध्यक्ष जिला विधिक सेवा प्राधिकरण अमित पाल सिंह के निर्देशानुसार व जिला विधिक सेवा प्राधिकरण, रायबरेली के तत्वाधान में वृद्धजन आवास (वृद्धाश्रम), आई0टी0आई0 कैम्पस दूरभाष नगर, रायबरेली का निरीक्षण सचिव जिला विधिक सेवा प्राधिकरण रायबरेली अनिशा द्वारा किया गया। सचिव द्वारा वृद्धाश्रम में रहने वाले सभी वृद्धजनों से बातचीत कर उनकी समस्याओं को जाना गया तथा सभी वृद्धजनों के लिए विधिक जागरूकता व सेवा शिविर का आयोजन किया गया। इसके अन्तर्गत सचिव द्वारा सभी वृद्धजनों को उनके विधिक अधिकारों के बारे में जानकारी दी गयी। निरीक्षण के दौरान सचिव द्वारा वृद्धाश्रम में पर्याप्त साफ-सफाई व अत्याधिक गर्मी से वृद्धजन आवास में आवासित वृद्धजनों के की विशेष देखभाल किये जाने व वृद्ध महिलाओं की सेवा के लिए नियुक्त सेवादार पूर्ण समर्पण व निष्ठा से कार्य करें इस हेतु अधीक्षक को निर्देशित किया गया। सचिव द्वारा सभी वृद्धजनों को बताया गया कि वृद्धों को भी पूरी मानवीय गरिमा के साथ जीवन जीने का अधिकार है।इस अवसर पर वृद्धाश्रम के अधीक्षक धनंजय सिंह, लेखाकार हिमांशु सिंह, भण्डारी अनुज श्रीवास्तव व पराविधिक स्वयं सेवक विन्धेश कुमार उपस्थित रहे।

10 मेधावी विद्यार्थियों का किया गया सम्मान,जिलाधिकारी एवं एचडीएफसी बैंक ने किया उत्साहवर्धन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिला प्रशासन रायबरेली एवं एचडीएफसी बैंक के संयुक्त तत्वावधान में आज जिलाधिकारी के कलेक्ट्रेट कक्ष में जिले के तीन प्रमुख शिक्षा बोर्ड-यूपी बोर्ड, सीबीएसई बोर्ड और आईएससी बोर्ड के इंटरमीडिएट वर्ग में सर्वोच्च अंक प्राप्त करने वाले 10 मेधावी छात्र-छात्राओं को जिलाधिकारी सरनीत कौर ब्रोका द्वारा प्रशस्ति पत्र एवं उपहार भेंट कर सम्मानित करते हुए उनका उत्साहवर्धन किया गया। जिसमें यूपी बोर्ड से नंदिनी गुप्ता (93.80 प्रति0), जया शुक्ला (93.40 प्रति0), वैष्णवी (92.60 प्रति0) एवं सीबीएसई बोर्ड से प्रभात चौरसिया व काजल यादव (97 प्रति0), शगुन यादव (96.06 प्रति0) तथा आईसीएसई बोर्ड से निष्ठा वर्मा (96.1 प्रति0), आदित्य कुमार शुक्ला व समृद्धि श्रीवास्तव (96 प्रति0), श्रेया श्रीवास्तव (95.75 प्रति0) शामिल है। जिलाधिकारी ने विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना करते हुए कहा कि ऐसे सम्मान समारोह युवाओं में सकारात्मक प्रतिस्पर्धा एवं उत्कृष्टता की भावना को बढ़ावा देते हैं। रायबरेली जनपद के इन प्रतिभाशाली विद्यार्थियों ने जिले का गौरव बढ़ाया है। जिलाधिकारी द्वारा रायबरेली जनपद के सभी मेधावी छात्र-छात्राओं के उज्ज्वल भविष्य की कमाना करते हुए हार्दिक शुभकामनाएँ एवं बधाई दी। कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों एवं उनके अभिभावकों ने अत्यंत प्रसन्नता व्यक्त करते हुए जिला प्रशासन एवं एचडीएफसी बैंक का आभार प्रकट किया। इस पहल का उद्देश्य जिले के प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करना तथा शिक्षा के क्षेत्र में उत्कृष्ट प्रदर्शन हेतु प्रेरित करना है। इस अवसर पर उपजिलाधिकारी सराह अशरफ, एचडीएफसी बैंक के शाखा प्रबंधक शशांक श्रीवास्तव तथा उनके कार्यालय सहयोगी समरजीत एवं प्रशांत पाठक उपस्थित रहे।

बदबू और गन्दे पानी से निकलने को मजबूर रंगमहल के पास के निवासी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। मोहल्ला निवासी आशिक अली ने प्रार्थना पत्र देकर सूचित किया है कि रंग महल एक एतिहासिक ईमारत है, जिसमें इमामबाड़ा बना हुआ है,जो प्रशासनिक देख-रेख के अभाव में खडहर बना जा रहा है,उसी से जुड़े कुछ आवासीय आबादी है, जिनके गन्दे व बरसाती पानी का निकास उसी तरफ है,आगे निकास न होने के कारण मोहल्ले में बदबूदार पानी भरा रहता है, जिससे संक्रामक रोग फैलने की सम्भावना बनी रहती है,इस संबंध में एक प्रतिनिधिमंडल अध्यक्ष नगर पालिका परिषद रायबरेली से मिला था,जिस पर कुछ कर्मचारी आये,जो संसाधन के अभाव में बिना कोई काम किये वापस चले गये, जिससे समस्या का निदान नहीं हो सका। सभी मोहल्लेवासियों ने आगाह किया है कि यदि उनकी समस्या का निदान नहीं हुआ तो मजबूर हो कर आंदोलन करने और विधिक प्रकिया के लिए बाध्य होंगे।

पीड़ित पक्ष ने लगाए गंभीर आरोप, जिलाधिकारी से की शिकायत, न्याय की मांग

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। मंगलवार को सहकारी ग्राम्य विकास बैंक शाखा डलमऊ के चुनाव को लेकर विवाद गहरा गया है। पीड़ित पक्ष के रूप में सामने आए रामनारायन यादव पुत्र बोधा, निवासी ग्राम खैरहनी, पोस्ट दीपेमऊ, डलमऊ ने जिलाधिकारी रायबरेली को शिकायती पत्र देकर चुनाव प्रक्रिया में गंभीर अनियमितता, फर्जीवाड़ा एवं प्रशासनिक मिलीभगत के आरोप लगाए हैं। रामनारायन यादव का आरोप है कि उन्होंने दिनांक 21 मई 2026 को विधिवत नामांकन पत्र दाखिल किया था, जिसे 22 मई 2026 को वैध घोषित किया गया। इसके बावजूद कथित रूप से बिना उनकी सहमति एवं जानकारी के उनका नामांकन काट दिया गया और बाद में दूसरे प्रत्याशी रवीन्द्र सिंह पुत्र भानु प्रताप सिंह निवासी ग्राम व पोस्ट दीपेमऊ, डलमऊ, रायबरेली को निर्विरोध निर्वाचित घोषित कर दिया गया। पीड़ित पक्ष का कहना है कि उन्होंने किसी भी स्तर पर अपना नामांकन वापस नहीं लिया। इसके संबंध में उन्होंने अपनी उपस्थिति एवं नामांकन वापस न लेने का शपथ-पत्र भी जिलाधिकारी को दिये गये शिकायती पत्र के साथ उपलब्ध कराया है। श्री यादव का आरोप है कि पूरे प्रकरण में संबंधित शाखा प्रबंधक एवं अन्य अधिकारियों-कर्मचारियों की भूमिका संदिग्ध है। पीड़ित रामनारायन यादव ने जिलाधिकारी से मांग की है कि मामले की निष्पक्ष जांच कराई जाए, उन्हें चुनाव चिन्ह प्रदान कर चुनाव प्रक्रिया में शामिल होने का अवसर दिया जाए तथा यदि किसी प्रकार की कूटरचित कार्रवाई सामने आती है तो दोषियों के विरुद्ध तत्काल एफआईआर दर्ज कर कठोर कानूनी कार्रवाई की जाए। श्री यादव ने कहा कि उन्हें न्यायपालिका एवं प्रशासन पर भरोसा है और उन्हें उम्मीद है कि मामले में निष्पक्ष कार्रवाई कर लोकतांत्रिक प्रक्रिया की रक्षा की जाएगी।

दबिश के दौरान 18 लीटर अवैध कच्ची शराब बरामद व 02 अभियोग पंजीकृत

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिलाधिकारी सरनीत कौर ब्रोका के आदेशानुसार अवैध शराब के निर्माण, बिक्री एवं तस्करी के विरुद्ध जारी प्रवर्तन अभियान के अन्तर्गत जिला आबकारी अधिकारी के नेतृत्व में, आबकारी निरीक्षक क्षेत्र- 2 रोबिन आर्य मय हमराह एवं थाना शिवगढ़ की पुलिस की संयुक्त टीम द्वारा विभिन्न स्थानों पर दबिश की कार्यवाही की गयी। टीम द्वारा महराजगंज तहसील के थाना-शिवगढ़ अंतर्गत ग्राम-चितवनिया एवं कोईलीखेड़ा में अवैध कच्ची शराब बनाने के अड्डों/संदिग्ध घरों में दबिश के दौरान जनपद में कुल 18 लीटर अवैध कच्ची शराब बरामद कर 02 अभियोग आबकारी अधिनियम की सुसंगत धाराओं में पंजीकृत किये गए। जिले में अवैध शराब के निर्माण एव बिक्री पर प्रभावी अंकुश लगाने हेतु इस तरह की कार्यवाही आगे भी जारी रहेंगी।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के 12 वर्ष सेवा, सुशासन और राष्ट्र निर्माण के स्वर्णिम वर्ष- केशव प्रसाद मौर्य

आधुनिक समाचार नेटवर्क) लखनऊ। उत्तर प्रदेश के उप मुख्यमंत्री श्री केशव प्रसाद मौर्य ने कहा है कि सेवा, सुशासन, गरीब कल्याण और परिवर्तन लाने का कार्य हुआ है। प्रधानमंत्री जनधन योजना, उज्ज्वला योजना, आयुष्मान भारत, प्रधानमंत्री आवास योजना, डिजिटल इंडिया और विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं ने करोड़ों नागरिकों के जीवन में सुविधा, सुरक्षा, सम्मान और आत्मविश्वास का नया अध्याय जोड़ा है। उन्होंने कहा कि इन 12 वर्षों में भारत ने विकास की गति को नई दिशा देने के साथ-साथ अपनी सांस्कृतिक चेतना, विरासत और आत्मगौरव को भी वैश्विक स्तर पर नई पहचान दिलाई है। आधुनिक आधारभूत संरचना, एक्सप्रेस-वे, वंदे भारत ट्रेने, तकनीकी नवाचार, सीमाओं की सुदृढ़ सुरक्षा, नक्सलवाद पर निर्णायक प्रहार तथा विश्व पटल पर भारत की बढ़ती प्रतिष्ठा आज एक आत्मनिर्भर, सक्षम और आत्मविश्वासी भारत की पहचान बन चुकी है। श्री मौर्य ने कहा कि 'सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास और सबका प्रयास' के मंत्र के साथ भारत आज 'विकसित भारत' के संकल्प की ओर निरंतर अग्रसर है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री श्री मोदी जी के नेतृत्व में 'अंतिम पंक्ति' में खड़े व्यक्ति तक विकास की किरणें पहुंचाने के संकल्प को सर्वोच्च प्राथमिकता दी गई। गांव, गरीब, किसान, महिला, युवा तथा वंचित वर्ग के जीवन में व्यापक सकारात्मक राष्ट्र निर्माण को समर्पित यशस्वी प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व में पूर्ण हुए 12 वर्ष भारत के नवोदय, आत्मविश्वास और जनआकांक्षाओं की सिद्धि के स्वर्णिम वर्ष हैं। उन्होंने कहा कि 26 मई 2014 को प्रधानमंत्री श्री मोदी ने जब देश की बागडोर संभाली थी, उस समय देश नीतिगत अस्थिरता, और निराशा के दौर से गुजर रहा था, लेकिन बीते 12 वर्षों में भारत ने सुशासन, जनभागीदारी और मजबूत नेतृत्व के बल पर विकास की नई ऊंचाइयों को प्राप्त किया है। उप मुख्यमंत्री श्री मौर्य ने कहा कि प्रधानमंत्री श्री मोदी जी के नेतृत्व में 'अंतिम पंक्ति' में खड़े व्यक्ति तक विकास की किरणें पहुंचाने के संकल्प को सर्वोच्च प्राथमिकता दी गई। गांव, गरीब, किसान, महिला, युवा तथा वंचित वर्ग के जीवन में व्यापक सकारात्मक परिवर्तन लाने का कार्य हुआ है। प्रधानमंत्री जनधन योजना, उज्ज्वला योजना, आयुष्मान भारत, प्रधानमंत्री आवास योजना, डिजिटल इंडिया और विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं ने करोड़ों नागरिकों के जीवन में सुविधा, सुरक्षा, सम्मान और आत्मविश्वास का नया अध्याय जोड़ा है। उन्होंने कहा कि इन 12 वर्षों में भारत ने विकास की गति को नई दिशा देने के साथ-साथ अपनी सांस्कृतिक चेतना, विरासत और आत्मगौरव को भी वैश्विक स्तर पर नई पहचान दिलाई है। आधुनिक आधारभूत संरचना, एक्सप्रेस-वे, वंदे भारत ट्रेने, तकनीकी नवाचार, सीमाओं की सुदृढ़ सुरक्षा, नक्सलवाद पर निर्णायक प्रहार तथा विश्व पटल पर भारत की बढ़ती प्रतिष्ठा आज एक आत्मनिर्भर, सक्षम और आत्मविश्वासी भारत की पहचान बन चुकी है। श्री मौर्य ने कहा कि 'सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास और सबका प्रयास' के मंत्र के साथ भारत आज 'विकसित भारत' के संकल्प की ओर निरंतर अग्रसर है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री श्री मोदी के नेतृत्व में राष्ट्र प्रथम की भावना को सर्वोपरि रखते हुए सेवा, समर्पण, सुशासन, गरीब कल्याण और राष्ट्र निर्माण की गौरवशाली यात्रा निरंतर आगे बढ़ रही है।

भीषण गर्मी को देखते हुए फर्स्ट रिहैब फाउंडेशन के दिव्यांग बच्चों ने राहगीरों को वितरित किया जूस और मीठा पानी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। फर्स्ट रिहैब फाउंडेशन

का मिशन है दिव्यांग बच्चों को समाज की मुख्यधारा से जोड़ना। इसी भावना के तहत रविवार को फाउंडेशन ने भीषण गर्मी से बचाव के लिए पहल की और दूसरों को भी आगे आने के लिए प्रेरित करने की मिसाल कायम की। नवतपा यानी गर्मी के सबसे तपते 9 दिनों में राहगीरों को राहत देने के लिए फाउंडेशन के बच्चों ने सड़कों पर निर्माण स्थलों पर काम कर रहे मजदूरों, रिक्शा चालकों और राहगीरों को जूस, टैंग और रूह अफ़ज़ा का ठंडा शरबत पिलाया। बच्चों ने खुद अपने हाथों से शरबत तैयार किया और पूरे उत्साह से वितरित किया। इस अवसर पर फर्स्ट रिहैब फाउंडेशन के निदेशक एवं फिजियोथेरेपिस्ट एवं एर्गोनोमिस्ट डॉ. महिपाल सिंह, प्रबंध निदेशक डॉ. दीक्षा श्रीवास्तव, विंसम स्टेप्स की प्रबंध निदेशक श्रीमती पूनम मिश्रा, फर्स्ट रिहैब फाउंडेशन की मुख्य कार्यकारी अधिकारी डॉ. सुष्मिता भाटी, एडमिन हेड कृष्णा यादव, स्पेशल एजुकेटर एलिका रावत और फिजियोथेरेपिस्ट अभिनव प्रताप सिंह मौजूद रहे। सेंटर मैनेजर सुरभि जैन ने बताया कि आज निर्जला एकादशी का दिन है और इस दिन जल वितरण का धार्मिक के साथ वैज्ञानिक महत्व भी है। नवतपा के इन दिनों में हीट वेव से बचाव जरूरी है। ऐसे सामाजिक कार्यों से बच्चे हमारी संस्कृति को समझते हैं और समाज की मुख्यधारा से जुड़ते हैं। गर्मी में ठंडा शरबत पाकर श्रमिकों और राहगीरों के चेहरे खिल उठे। इन बच्चों ने लोगों की मदद कर एक मिसाल कायम की, जिससे अन्य लोगों को भी सेवा के लिए आगे आने की प्रेरणा मिलेगी।

थाना बिसरख पुलिस द्वारा 1 गांजा तस्कर गिरफ्तार,कब्जे से 1 किलो 100 ग्राम गांजा बरामद

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा थाना बिसरख पुलिस द्वारा लोकल इंटेलिजेंस व गोपनीय सूचना

के आधार पर कार्रवाई करते हुए गांजा तस्करी करने वाले अभियुक्त विवेक पुत्र तारकेश्वर यादव को चौकी क्षेत्र निराला स्टेट से गिरफ्तार किया गया है। अभियुक्त के कब्जे से 1 किलो 100 ग्राम गांजा बरामद किया गया है। गिरफ्तार अभियुक्त का विवरण-विवेक पुत्र तारकेश्वर यादव निवासी ग्राम इंग्लिश फरका, थाना सरबोर, अल्मोडा भागलपुर (बिहार) वर्तमान पता संजय बिहार कॉलोनी, थाना इकोटेक-3, गौतमबुद्धनगर, उम्र लगभग 22 वर्ष। पंजीकृत अभियोग व आपराधिक इतिहास का विवरण- मु0अ0सं0 336/2026 धारा 8/20 एनडीपीएस एक्ट, थाना बिसरख, गौतमबुद्धनगर।

थाना इकोटेक प्रथम पुलिस द्वारा एक अभियुक्त गिरफ्तार, कब्जे से 105 पव्वे अवैध देशी शराब बरामद

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। थाना इकोटेक प्रथम पुलिस

द्वारा लोकल इंटेलिजेंस व गोपनीय सूचना के आधार पर कार्रवाई करते हुए 01 अभियुक्त पवन कुमार उर्फ पम्मी पुत्र हरीशचन्द्र को भाटी गोल चक्कर से पहले पुलिया के पास से गिरफ्तार किया गया है। अभियुक्त के कब्जे से 105 पव्वे अवैध देशी शराब, उत्तर प्रदेश मार्का बरामद किए गए है। गिरफ्तार अभियुक्त का विवरण- पवन कुमार उर्फ पम्मी पुत्र हरीशचन्द्र निवासी ग्राम जुकसाना कलां, थाना जहांगीराबाद, बुलंदशहर वर्तमान पता कासना, गौतमबुद्धनगर, उम्र लगभग 23 वर्ष। पंजीकृत अभियोग का विवरण- मु0अ0सं0 55/2026 धारा 60 आबकारी एक्ट, थाना इकोटेक प्रथम, गौतमबुद्धनगर।

फोर्टिस नोएडा में 61-वर्षीय मरीज का एडवांस रोबोटिक हिस्टेरेक्टॉमी की मदद से गर्भाशय की दुर्लभ प्री-कैंसरस कंडीशन का सफल उपचार

एंडोमीट्रियल हाइपरप्लासिया विद एटिपिया से दुनियाभर में 100,000 में से करीब 133 महिलाएं प्रभावित होती हैं और करीब 15% पोस्ट-मेनोपॉज़ल महिलाओं में इसे देखा गया है

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। फोर्टिस हॉस्पीटल नोएडा ने बेहद चुनौतीपूर्ण और जटिल किस्म की गाइनीकोलॉजिकल कंडीशंस के उपचार के लिए एडवांस रोबोटिक सर्जरी की क्षमताओं को प्रदर्शित करते हुए, 61-वर्षीय ऐसी महिला का सफल उपचार किया है जिनके गर्भाशय में दुर्लभ किस्म की प्री-कैंसरस कंडीशन गर्भाशय के कैंसर में बदल सकती है। उक्त महिला का इलाज करना इसलिए भी कठिन था क्योंकि वह कई प्रकार की रुग्णताओं से ग्रस्त थी। ऐसे में, डॉ अंजना सिंह, डायरेक्टर-ऑब्सटेट्रिक्स एंड गाइनीकोलॉजी, फोर्टिस नोएडा के नेतृत्व में उनकी कुशल मेडिकल टीम ने इस प्रक्रिया को सफलतापूर्वक पूरा किया, और सर्जरी के पांच दिनों के बाद ही मरीज को स्थिर अवस्था में अस्पताल से छुट्टी दे दी गई। मरीज को जब अस्पताल लाया गया तो उनका वज़न 115 किलाग्राम और बीएमआई 45 था, तथा उन्हें लगातार पिछले करीब एक साल से पोस्ट-मेनोपॉज़ल ब्लीडिंग की शिकायत थी, जबकि छह वर्ष पहले उनका मेनोपॉज़ (रजोनिवृत्ति) हो चुका था। विस्तृत जांच करने पर पाया गया कि एंडोमीट्रियल हाइपरप्लासिया विद एटिपिया की वजह से उनके गर्भाशय की अंदरूणी दीवार काफी सख्त हो चुकी थी। यह एक प्रकार की प्री-कैंसरस कंडीशन है जिसमें गर्भाशय की सतह की कोशिकाएं असामान्य रूप से और काफी तेजी से बढ़ती हैं, जिसके चलते गर्भाशय के कैंसर का खतरा पैदा हो जाता है। यह कंडीशन अपेक्षाकृत काफी असामान्य है, और देखा गया है कि 100,000 महिलाओं में से लगभग 133 मामले ही इस विकार से ग्रस्त पाए गए हैं और करीब 15 फीसदी पोस्ट-मेनोपॉज़ल महिलाओं को यह अपना शिकार बनाता है। उक्त मरीज का क्लीनिकल जोखिम कम नहीं था क्योंकि वह गंभीर रूप से मोटापे और मधुमेह से पीड़ित होने के साथ-साथ बढ़ती उम्र के दौर में पहुंच चुकी थीं। मरीज की जटिल मेडिकल हिस्ट्री ने, जिसमें टाइप 2 डायबिटीज़, हाइपरटेंशन, कोरोनरी आर्टरी रोग और मोटापा जनित रुग्णता भी शामिल थीं, इस मामले को और भी चुनौतीपूर्ण बना दिया था। इन रुग्णताओं ने उपचार के दौरान सर्जिकल और एनेस्थेटिक जोखिमों को भी बढ़ा दिया था। मरीज की जटिल कंडीशन को देखते हुए, पारंपरिक ओपन सर्जरी काफी जोखिमपूर्ण हो सकती थी जिसमें घाव भरने में देरी, रिकवरी में अधिक समय, और सर्जरी के बाद अधिक रुग्णता जैसे खतरे भी जुड़े थे। पारंपरिक लैपरोस्कोपी भी तकनीकी रूप से काफी कठिन थी क्योंकि मरीज के पेट पर काफी चर्बी जमा थी और ऐसे में सर्जरी से एक्सेस की अपनी सीमाएं थीं। फोर्टिस हॉस्पीटल नोएडा की मल्टीडिसीप्लीनरी मेडिकल टीम ने काफी विचार-विमर्श के बाद, रोबोटिक असिस्टेड हिस्टेरेक्टॉमी करने का फेसला किया और इसी प्रक्रिया के दौरान मरीज की दोनों डिंबग्रंथियां (ओवरीज़) तथा फैलोपियन ट्यूब को भी निकाल दिया गया। करीब 2 घंटे चली यह सर्जरी सफल रही जिसे अत्यंत अनुभवी गाइनीकोलॉजिस्ट्स, एनेस्थेटिस्ट, इंटेंसिवस्ट्स, और क्रिटिकल केयर विशेषज्ञों की मल्टीडिसीप्लीनरी टीम ने अंजाम दिया। मरीज की हाइ-रिस्क कार्डियाक प्रोफाइल तथा उनके मोटापे की वजह से पोस्ट-ऑपरेटिव ऑक्सीजन सेचुरेशन जैसी जटिलताओं को देखते हुए सर्जरी के बाद उन्हें एक दिन के लिए आईसीयू में रखा गया। यहां मरीज ने धीरे-धीरे रिकवरी शुरू की और उसके बाद पूरी तरह से दर्द मुक्त, और स्थिर होने के बाद उन्हें अस्पताल से छुट्टी दी गई। इस मामले की जानकारी देते हुए, डॉ अंजना सिंह, डायरेक्टर, ऑब्सटेट्रिक्स एंड गाइनीकोलॉजी, फोर्टिस नोएडा ने कहा, 'मरीज के अत्यधिक मोटापे और अन्य कई प्रकार की कार्डियाक एवं मेटाबोलिक रुग्णताओं की वजह से यह तकनीकी रूप से सर्वाधिक जटिल और चुनौतीपूर्ण गाइनीकोलॉजिल सर्जरी में से एक थी। अत्यधिक चर्बी और बड़ी आंत के सर्जिकल फील्ड में आने की वजह से काफी चुनौतियां खड़ी हो गई थीं। लेकिन रोबोटिक-असिस्टेड सर्जरी ने इस पूरे मामले में 'गेम-चेन्जर' की भूमिका निभायी। रोबोटिक टेक्नोलॉजी के न होने पर इस प्रकार के अत्यंत कठिन मामले का प्रबंधन करना काफी मुश्किल काम को सकता था।

प्रयागराज पहुंचे मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ, नवनिर्मित नगर निगम सदन हॉल का किया लोकार्पण और शिलान्यास

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ मंगलवार को प्रयागराज दौरे पर पहुंचे, जहां उन्होंने नगर निगम में आयोजित कार्यक्रम में हिस्सा लेते हुए नवनिर्मित नगर निगम सदन हॉल का लोकार्पण किया। इस दौरान मुख्यमंत्री ने शहर की विभिन्न विकास परियोजनाओं का शिलान्यास और लोकार्पण भी किया। नगर निगम परिसर में आयोजित 'मेयर के तीन साल बेमिसाल' कार्यक्रम में मुख्यमंत्री मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। कार्यक्रम में नगर विकास से जुड़ी कई योजनाओं की जानकारी दी गई और शहर के विकास कार्यों को लेकर प्रस्तुतीकरण भी किया गया। मुख्यमंत्री ने नवनिर्मित सदन हॉल का उद्घाटन कर नगर निगम प्रशासन और जनप्रतिनिधियों को बधाई दी। मुख्यमंत्री ने अपने संबोधन में कहा कि प्रयागराज तेजी से आधुनिक और सुव्यवस्थित शहर के रूप में विकसित हो रहा है। राज्य सरकार नगर निकायों को मजबूत बनाने और नागरिक सुविधाओं को बेहतर करने के लिए लगातार कार्य कर रही है। उन्होंने स्वच्छता, यातायात, पेयजल, सड़क और डिजिटल सेवाओं को लेकर नगर निगम की योजनाओं की सराहना की। कार्यक्रम में नगर निगम के जनप्रतिनिधियों, अधिकारियों और बड़ी संख्या में स्थानीय लोगों की मौजूदगी रही। मुख्यमंत्री के आगमन को लेकर सुरक्षा व्यवस्था भी कड़ी रही। बताया गया कि मुख्यमंत्री ने प्रयागराज में अन्य विकास परियोजनाओं की समीक्षा भी की और शहर को नई सौगातें देने की बात कही।

भोपाल स्थित गांधी भवन (पॉलिटेक्निक चौराहा) में सेन समाज का भव्य कार्यक्रम आयोजित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) भोपाल। युवक - युवती

परिचय सम्मेलन सफलतापूर्वक आयोजित किया गया। इस गरिमामयी कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में पूज्य नाना काल भैरव (पीठाधीश्वर) एवं विधायक भगवानदास सबनानी की उपस्थिति रही। कार्यक्रम की अध्यक्षता सेन शक्ति महासंगठन, मध्य प्रदेश के प्रदेश अध्यक्ष राजेश्वर सेन द्वारा की गई। इस सम्मेलन में कुल 114 युवक-युवतियों ने अपना परिचय प्रस्तुत कर कार्यक्रम की गरिमा एवं भव्यता को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाया। सभी प्रतिभागियों एवं आयोजकों के सहयोग से यह आयोजन अत्यंत सफल एवं प्रेरणादायक रहा।

यह आयोजन समाज के उत्थान, एकता एवं नई पीढ़ी के उज्जवल भविष्य की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम साबित हुआ। इस मौके पर दर्शन सेन, हेमराज सराठे, विनोद सेन, यश राज सेन, मनोज सेन, उमरे राकेश सेन, राजू सेन, विवेक सेन, गोविंद सिंह राजपूत, (भारतीय जनता पार्टी), एवं सेन शक्ति महा संगठन के सैकड़ों लोग उपस्थित रहें।

महिला उन्नति संस्था द्वारा बच्चों के लिए स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम आयोजित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। महिला उन्नति

संस्था, जिला गौतम बुद्ध नगर द्वारा सावित्री बाई फुले शिक्षा केंद्र, सेक्टर 44, नोएडा में बच्चों के लिए स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में जिला प्रभारी सीमा रावत ने बच्चों को व्यक्तिगत स्वच्छता का महत्व समझाया। उन्होंने दांतों की सही सफाई, शरीर को स्वच्छ रखने और गंदगी से दूर रहने की आवश्यकता पर जोर दिया, जिससे कीटाणुओं के संक्रमण से बचा जा सके। इस अवसर पर जिला अध्यक्ष श्रीमती रेनू बाला शर्मा जी ने कहा, 'स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का वास होता है। यदि हम स्वस्थ रहेंगे तो शिक्षा, खेल-कूद सहित जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर सकते हैं।' संस्था द्वारा सभी बच्चों को दांतों की देखभाल हेतु टूथपेस्ट, टूथब्रश, साबुन तथा गर्मी से बचाव एवं ऊर्जा के लिए शरबत और ग्लूकोज का वितरण किया गया। कार्यक्रम के दौरान बच्चों के चेहरों पर दिखी खुशी सभी के लिए आनंद का विषय रही। हम भविष्य में भी इस प्रकार के जनहितकारी कार्यक्रमों का आयोजन करती रहेगी। आइए कार्यक्रम में अन्य पदाधिकारी भी रहे।

फैशन एवं अपैरल सेक्टर में प्रशिक्षित युवाओं की मांग को पूरा करेगा एटीडीसी : ललित ठुकराल

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। अपैरल ट्रेनिंग एंड डिजाइन सेंटर , सेक्टर-24, नोएडा में 'ग्रेट

करियर्स बिगिन हियर' थीम के तहत आयोजित प्रेस कॉन्फ्रेंस सफलतापूर्वक संपन्न हुई। कार्यक्रम में मीडिया प्रतिनिधियों, शिक्षा एवं उद्योग जगत से जुड़े लोगों ने भाग लिया। कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथि गौतमबुद्धनगर के डिप्टी कमिश्नर इंडस्ट्री पंकज निर्वान रहे। उन्होंने युवाओं को स्किल आधारित शिक्षा एवं रोजगारपरक प्रशिक्षण से जुड़ने के लिए प्रेरित किया तथा एटीडीसी द्वारा किए जा रहे प्रयासों की सराहना की। प्रेस कॉन्फ्रेंस को एईपीसी के नॉर्दर्न रीजनल हेड एवं एटीडीसी-नोएडा के कन्वेनर ललित ठुकराल ने संबोधित किया। उन्होंने युवाओं को फैशन एवं अपैरल इंडस्ट्री में उपलब्ध रोजगार एवं स्वरोजगार के अवसरों की जानकारी देते हुए एटीडीसी द्वारा संचालित विभिन्न प्रोफेशनल एवं स्किल डेवलपमेंट कोर्सेज के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने बताया कि एटीडीसी में वर्तमान सत्र के लिए कई रोजगारपरक एवं इंडस्ट्री आधारित कोर्सेज में एडमिशन शुरू हो चुके हैं। प्रमुख कोर्सेज में बीवॉक अपेरल मैन्युफैक्चरिंग एंड एंटरप्रेन्योरशिप, बीवॉक फैशन डिजाइन एंड रिटेल, अपेरल मैन्युफैक्चरिंग टेक्नोलॉजी, और फैशन डिजाइन टेक्नोलॉजी जैसे प्रोफेशनल कोर्स शामिल हैं। ये सभी कोर्स इंडस्ट्री की आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर तैयार किए गए हैं तथा छात्रों को प्रैक्टिकल ट्रेनिंग, लाइव प्रोजेक्ट्स, इंटर्नशिप एवं प्लेसमेंट सहायता प्रदान करते हैं।नोएडा अपैरल एक्सपोर्ट क्लस्टर के अध्यक्ष ललित ठुकराल ने कहा कि एटीडीसी का उद्देश्य युवाओं को 'स्किल टू एम्प्लॉयमेंट' मॉडल के माध्यम से आत्मनिर्भर बनाना है। उन्होंने कहा कि फैशन एवं अपैरल सेक्टर में लगातार बढ़ती संभावनाओं को देखते हुए प्रशिक्षित युवाओं की मांग तेजी से बढ़ रही है और एटीडीसी इस दिशा में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। उन्होंने यह भी बताया कि यमुना एक्सप्रेसवे क्षेत्र में विकसित हो रहे अपैरल क्लस्टर के लिए लगभग 2 लाख प्रशिक्षित युवाओं की आवश्यकता होगी। इस मांग को पूरा करने के लिए एटीडीसी पूरी तरह प्रतिबद्ध है। इसी उद्देश्य से जेवर एवं उसके आसपास के क्षेत्रों में जल्द ही नए स्किल डेवलपमेंट सेंटर खोले जाएंगे, जिससे स्थानीय युवाओं को रोजगारपरक प्रशिक्षण उपलब्ध कराया जा सके। इस अवसर पर एटीडीसी के डीजी एवं सीईओ डॉ. रूपक वशिष्ठ ने कहा कि आने वाले समय में एटीडीसी द्वारा कई नए स्किल सेंटर स्थापित किए जाएंगे, ताकि अधिक से अधिक युवाओं को उद्योग आधारित प्रशिक्षण देकर रोजगार के लिए तैयार किया जा सके। इस दौरान विशिष्ट अतिथि के रूप में मौजूद गौतम बुद्ध नगर के डिप्टी कमिश्नर इंडस्ट्री पंकज निर्वान ने बताया कि उत्तर प्रदेश में ओडीओपी कार्यक्रम के अंतर्गत टूलकिट वितरण योजना के तहत गौतमबुद्ध नगर सहित कुल 6125 अभ्यर्थियों को प्रशिक्षण प्रदान किया जा चुका है। वहीं वीएसएसवाई कार्यक्रम के अंतर्गत गौतमबुद्ध नगर सहित उत्तर प्रदेश में कुल 14000 अभ्यर्थियों को प्रशिक्षित किया गया है। कार्यक्रम के दौरान मीडिया को एटीडीसी की उपलब्धियों, आधुनिक प्रशिक्षण सुविधाओं एवं उद्योग से जुड़े अवसरों की जानकारी भी दी गई। साथ ही युवाओं एवं अभिभावकों से रोजगारपरक शिक्षा एवं स्किल आधारित प्रशिक्षण कार्यक्रमों से जुड़ने की अपील की गई। कार्यक्रम में लोकल मैनेजमेंट कमेटी एवं एटीडीसी के अन्य गणमान्य सदस्य भी उपस्थित रहे, जिनमें नीरज प्रकाश, अश्विनी आनंद, आनंद, राज कुमार, रोशन बैद, डॉ. गुरप्रीत कौर, डॉ. नीरा चंद्रा प्रमुख रूप से शामिल रहे।

जिलाधिकारी ने ईवीएम/वीवीपैट वेयरहाउस का मासिक निरीक्षण कर सुरक्षा व्यवस्थाओं का लिया जायजा

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। जिलाधिकारी/जिला निर्वाचन अधिकारी ने आज कलेक्ट्रेट परिसर स्थित ईवीएम/वीवीपैट वेयरहाउस का मासिक निरीक्षण करते हुए वहां की सुरक्षा व्यवस्था, सीसीटीवी कक्ष एवं अन्य आवश्यक व्यवस्थाओं का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान जिला निर्वाचन अधिकारी ने वेयरहाउस के मुख्य द्वार पर लगे ताले एवं सील की गहन जांच की, जो पूर्णतः सुरक्षित पाई गई। इसके अतिरिक्त वेयरहाउस परिसर में स्थापित सीसीटीवी कैमरों की कार्यप्रणाली का भी निरीक्षण किया गया, जहां सभी कैमरे सुचारु रूप से संचालित पाए गए। साथ ही सुरक्षा व्यवस्था का बारीकी से अवलोकन किया गया।

जिला निर्वाचन अधिकारी ने निरीक्षण उपरांत वेयरहाउस में तैनात सुरक्षा कर्मियों को निर्देशित किया कि सुरक्षा व्यवस्था को निरंतर सुदृढ़ बनाए रखा जाए तथा पूर्ण सतर्कता एवं जिम्मेदारी के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन सुनिश्चित किया जाए। निरीक्षण के दौरान वेयरहाउस की सभी व्यवस्थाएं सुव्यवस्थित पाई गईं। इस अवसर पर डिप्टी कलेक्टर वेद प्रकाश पांडेय एवं जिला निर्वाचन कार्यालय के कर्मचारीगण उपस्थित रहे।

डीएम की अध्यक्षता में जिला स्तरीय व्यापार बन्धु की बैठक सम्पन्न

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिलाधिकारी सरनीत कौर ब्रोका की अध्यक्षता में कलेक्ट्रेट सभागार में जिला व्यापार

बन्धु की बैठक सम्पन्न हुई। बैठक में जनपद के व्यापारियों एवं उद्यमियों से संबंधित विभिन्न समस्याओं एवं सुझावों पर विस्तारपूर्वक चर्चा की गई। जिलाधिकारी ने संबंधित अधिकारियों को निर्देशित किया कि व्यापारियों की समस्याओं का समयबद्ध एवं गुणवत्तापूर्ण समाधान सुनिश्चित किया जाए, जिससे व्यापारिक गतिविधियां सुचारु रूप से संचालित हो सकें। उन्होंने कहा कि व्यापार एवं उद्योग के विकास के लिए प्रशासन पूरी प्रतिबद्धता के साथ कार्य कर रहा है तथा व्यापारियों को बेहतर वातावरण उपलब्ध कराना प्राथमिकता है। बैठक में व्यापारियों द्वारा विद्युत व्यवस्था, सड़क, यातायात, साफ-सफाई, सुरक्षा एवं अन्य स्थानीय समस्याओं से संबंधित विषय उठाए गए, जिन पर संबंधित विभागीय अधिकारियों को आवश्यक कार्यवाही के निर्देश दिए गए। जिलाधिकारी ने निर्देशित किया कि नगर पालिका क्षेत्र में कहीं भी अवैध स्टैण्ड संचालित न होने पाए। अधिकृत स्टैण्डों पर निर्धारित शुल्क ही लिया जाए तथा शुल्क की रेट लिस्ट प्रत्येक स्टैण्ड पर अनिवार्य रूप से प्रदर्शित की जाए, जिससे ओवररेटिंग की समस्या न उत्पन्न हो। उन्होंने ई-रिक्शा चालकों द्वारा वाहन चलाते समय मोबाइल फोन के प्रयोग एवं नाबालिग चालकों के विरुद्ध अभियान चलाकर सख्त कार्यवाही करने के निर्देश दिए। साथ ही सड़कों पर अवैध रूप से वाहन पार्क करने वालों के विरुद्ध नगर पालिका द्वारा वाहन हटवाकर जुर्माने की कार्यवाही सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने सभी अधिकारियों को निर्देशित किया कि व्यापारियों के साथ समन्वय स्थापित करते हुए समस्याओं का त्वरित निस्तारण सुनिश्चित करें, ताकि जनपद में व्यापार एवं उद्योग को बढ़ावा मिल सके। बैठक में मुख्य विकास अधिकारी अंजुलता, अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) सिद्धार्थ, उप जिलाधिकारी सदर गौतम सिंह, क्षेत्राधिकारी नगर अरुण कुमार, उपायुक्त राज्यकर परमहंस लाल श्रीवास्तव, अधिशासी अधिकारी नगर पालिका परिषद स्वर्ण सिंह, एआरटीओ उमेश कटियार सहित संबंधित विभागों के अधिकारीगण, व्यापार मंडल के प्रतिनिधि एवं व्यापारी बन्धु उपस्थित रहे।

जीविका चला रहे गरीब रेहड़ी पटरी वालो को हटाने की कार्रवाई को लेकर व्यापार संगठन ने भारी चिंता व्यक्त की

(आधुनिक समाचार नेटवर्क)

सोनभद्र। 27 मई नगर क्षेत्र में फ्लाईओवर के नीचे वर्षों से अपनी जीविका चला रहे गरीब रेहड़ी पटरी एवं छोटे दुकानदारों को हटाने की कार्रवाई को लेकर उत्तर प्रदेश उद्योग व्यापार संगठन ने भारी चिंता व्यक्त की है ।संगठन ने प्रशासन से मांग किया कि बिना वैकल्पिक व्यवस्था के गरीबों की दुकानों को हटाना न्याय संगत नहीं है। उपरोक्त के संदर्भ में संगठन के जिला अध्यक्ष कौशल शर्मा ने अपर जिला अधिकारी न्यायिक रमेश सिंह को ज्ञापन सौंपते हुए कहा कि फ्लाईओवर के नीचे दुकान लगाने वाले अधिकांश लोग आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग से आते हैं और यही उनकी आजीविका का एकमात्र साधन है अचानक अतिक्रमण हटाने की कार्रवाई से सैकड़ो परिवारों के सामने रोजी-रोटी का संकट खड़ा हो जाएगा। श्री शर्मा ने कहा कि आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के लोग बैंक से ऋण भी ले रखे हैं यदि अचानक उनका व्यवसाय बंद होता है तो उनका सिविल खराब होने के साथ-साथ उनके समक्ष रोजी-रोटी की समस्या भी उत्पन्न हो जाएगी। श्री शर्मा ने जिला प्रशासन का ध्यान

आकृष्ट कराते हुए कहा कि केंद्र एवं राज्य सरकार की स्ट्रीट वेंडर नीति के तहत पहले नगर में व्यवस्थित वेंडिंग जोन स्थापित किया जाए गरीब दुकानदारों का सर्वे कराया जाए तथा उन्हें वैध स्थान आवंटित किया जाए इसके बाद ही किसी प्रकार की हटाने की कार्रवाई की जाए। श्री शर्मा ने कहा कि गरीबों को उजाड़ना किसी समस्या का समाधान नहीं है प्रशासन को मानवीय दृष्टिकोण अपनाते हुए पुनर्वास की व्यवस्था करनी चाहिए। उन्होंने जिलाधिकारी से मांग किया है कि गरीब दुकानदारों की हित की रक्षा करते हुए 'पहले पुनर्वास, फिर हटाओ' की नीति अपनानी चाहिए। ताकि विकास कार्यों के साथ-साथ गरीब परिवारों की आजीविका भी सुरक्षित रहे। उन्होंने यह भी कहा कि अतिक्रमण हटाने में किसी भी प्रकार का भेदभाव न किया जाए चाहे वह कितना भी प्रभावशाली व्यक्ति हो। उन्होंने कहा कि यदि बिना वैकल्पिक व्यवस्था के बिना दुकानों को हटाया गया तो संगठन लोकतांत्रिक तरीके से आंदोलन करने को बाध्य होगा। ज्ञापन देने वाले में प्रमुख रूप से चंदन चौरसिया, राकेश प्रसाद, दिलीप कुमार, अजय कुमार, दयाराम सोनकर, राजा सोनकर, अनिल सोनकर, सुरेश, राजेश कुमार, विजेंद्र, तेजू, अजय कुमार शर्मा, राजा , सुरेश सोनकर, राम जी केसरी,काशी प्रसाद, आफताब आलम, आदि लोग उपस्थित रहे।

चंद्रा मारुति सर्विस एंड वर्कशॉप बनी सोनभद्र बैडमिंटन लीग टीम चैंपियनशिप 2026 की विजेता,फाइनल में फ्रेंड्स बैडमिंटन क्लब को हराया, दीपेश कुमार बने एमवीपी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क)

सोनभद्र। सोनभद्र जिला बैडमिंटन एसोसिएशन के तत्वावधान में शिवाजी इंडोर हॉल, रॉबर्ट्सगंज में आयोजित दो दिवसीय 'सोनभद्र बैडमिंटन लीग (एसबीएल) टीम चैंपियनशिप 2026' का समापन हो गया। फाइनल मुकाबले में चंद्रा मारुति सर्विस एंड वर्कशॉप ने शानदार खेल दिखाते हुए फ्रेंड्स बैडमिंटन क्लब को पराजित कर खिताब अपने नाम किया। प्रतियोगिता में 7 टीमों ने लिया हिस्सा-इस चैंपियनशिप में जिले की कुल 7 टीमों ने प्रतिभाग किया। इनमें द यूनिफॉर्म एक्सप्रेस (टीम ओनरः श्याम द्विवेदी), शटलर्स, एमआर इंस्टीट्यूट ऑफ फायर एंड सेफ्टी इंजीनियरिंग विद कामाख्या स्पोर्ट्स शॉप (टीम ओनरः डॉ. संतोष मिश्रा एवं विनोद धर), चंद्रा मारुति सर्विस एंड वर्कशॉप (टीम ओनरः दिनेश सिंह), फ्रेंड्स बैडमिंटन क्लब, स्मैश टाइटन्स और लाइफ केयर हॉस्पिटल एंड ट्रॉमा सेंटर (टीम ओनरः डॉ. प्रमोद कुमार प्रजापति) शामिल थीं। विजेता-उपविजेता को मिला नकद पुरस्कार-विजेता टीम चंद्रा मारुति सर्विस एंड वर्कशॉप को 7,000 रुपये नकद, टीम ट्रॉफी और खिलाड़ियों को व्यक्तिगत ट्रॉफी प्रदान की गई। उपविजेता फ्रेंड्स बैडमिंटन क्लब को 3,500 रुपये नकद, टीम ट्रॉफी और खिलाड़ियों को व्यक्तिगत ट्रॉफी दी गई। विशेष पुरस्कार-मोस्ट वैल्युएबल प्लेयर (एमवीपी) दीपेश कुमार, चंद्रा मारुति सर्विस एंड वर्कशॉप, एमेर्जिंग प्लेयर लकी सेठ, लाइफ केयर हॉस्पिटल एंड ट्रॉमा सेंटर,वेटेरन स्टर अवार्ड राकेश शुक्ला, द यूनिफॉर्म एक्सप्रेस, समापन समारोह में सोनभद्र के वरिष्ठ खिलाड़ी शिव सावरिया मुख्य अतिथि रहे। कार्यक्रम में पूर्व नगर पालिका परिषद अध्यक्ष कृष्ण मुरारी गुप्ता, बैडमिंटन एसोसिएशन के सचिव राजेश द्विवेदी, संदीप सिंह चंदेल, श्याम द्विवेदी, व्यापार मंडल के जिला महामंत्री राजेश बंसल, अनंत राम, राजेश यादव, कमलेश गुप्ता, राजेश जायसवाल, इन्दु प्रकाश सिंह एवं बिनोद धर द्विवेदी मौजूद रहे। आयोजन समिति ने सभी खिलाड़ियों, टीमों, अतिथियों, प्रायोजकों और मीडिया का आभार जताया। समिति ने जानकारी दी कि सोनभद्र बैडमिंटन लीग (एसबीएल) सीजन-2 का आयोजन अक्टूबर के अंतिम सप्ताह या नवंबर 2026 में प्रस्तावित है।

व्यापारी शहीद दिवस पर इंडियन ट्रेनिंग सेंटर में श्रद्धांजलि सभा, शहीद व्यापारियों को किया याद, उत्पीड़न के खिलाफ संघर्ष जारी रहेगा,जिलाध्यक्ष राजेश गुप्ता

(आधुनिक समाचार नेटवर्क)

सोनभद्र। मंगलवार को व्यापारी शहीद दिवस के अवसर पर इंडियन ट्रेनिंग सेंटर, मेन चौक में श्रद्धांजलि सभा का आयोजन किया गया। उ.प्र. उद्योग व्यापार मंडल सोनभद्र के जिलाध्यक्ष राजेश गुप्ता ने व्यापार मंडल के आंदोलनों में पुलिस की लाठी-गोली से शहीद हुए व्यापारियों को श्रद्धासुमन अर्पित किए। राजेश गुप्ता ने कहा कि व्यापार मंडल की स्थापना 24 दिसंबर 1973 को श्रद्धेय लाला विश्वंभर दयाल और श्रद्धेय पंडित श्याम बिहारी मिश्रा ने व्यापारियों को उत्पीड़न और शोषण से मुक्त करने तथा सम्मान-स्वाभिमान सुरक्षित रखने के लिए बनारस में मां गंगा के पावन तट पर की थी। उन्होंने बताया कि सेल टैक्स विभाग की मनमानी के विरोध में अक्टूबर 1979 में लखनऊ में व्यापारी हरिश्चंद्र अग्रवाल पुलिस की गोली से शहीद हो गए।वरिष्ठ जिला उपाध्यक्ष संदीप सिंह चंदेल और जिला महामंत्री राजेश बंसल ने कहा कि व्यापार मंडल के विभिन्न आंदोलनों में अक्टूबर 2003 तक 14 व्यापारी शहीद हुए, लेकिन व्यापारियों ने स्वाभिमान से समझौता नहीं किया। जिला कोषाध्यक्ष अजीत जायसवाल और आनंद जायसवाल ने कहा कि उ.प्र. उद्योग व्यापार मंडल से संबद्ध भारतीय उद्योग व्यापार मंडल देश का सबसे बड़ा संगठन है। यह सभी व्यापारियों का प्रतिनिधित्व करता है और हमेशा व्यापारियों के लिए संघर्ष करता रहा है। श्रद्धांजलि सभा में जिला उपाध्यक्ष प्रकाश केशरी, जिला संगठन मंत्री सुरेंद्र सिंह, संगठन मंत्री राजेश सोनी, किराना नगर अध्यक्ष श्यामलाल केशरी, महिला अध्यक्ष रितु अग्रहरी, फल-सब्जी मंडी अध्यक्ष श्याम बाबू, इलेक्ट्रॉनिक अध्यक्ष दिनेश गुप्ता, युवा जिला उपाध्यक्ष आनंद गुप्ता, आईटी सेल अध्यक्ष अजय केशरी, सुरेश केशरी समेत अन्य व्यापारी उपस्थित रहे।

स्कूल में समर कैंप का छठवां दिन उत्साह के साथ संपन्न,योग, कराटे, नृत्य और कला में बच्चों ने दिखाया हुनर

(आधुनिक समाचार नेटवर्क)

सोनभद्र। रॉबर्ट्सगंज स्थित प्रकाश जीनियस पब्लिक इंग्लिश स्कूल में मंगलवार को आयोजित समर कैंप का छठवां दिन उत्साह और उमंग के साथ संपन्न हुआ। विद्यालय परिसर में बच्चों ने विभिन्न रचनात्मक एवं मनोरंजक गतिविधियों में बढ़-चढ़कर भाग लिया। समर कैंप के दौरान विद्यार्थियों को खेल-कूद, कला, नृत्य, कराटे, योग एवं अन्य शैक्षणिक गतिविधियों के माध्यम से नई जानकारियां दी जा रही हैं। योगाचार्य संकट मोचन ने बच्चों के शारीरिक एवं मानसिक विकास के लिए योगाभ्यास कराया। बच्चों ने योग, कराटे और नृत्य में अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया। शिक्षकों ने विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन करते हुए उन्हें आत्मविश्वास के साथ आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया। विद्यालय के प्रबंधक राजेंद्र प्रसाद जैन ने बताया कि समर कैंप का मुख्य उद्देश्य बच्चों के अंदर छिपी प्रतिभाओं को निखारना तथा अवकाश के समय का सदुपयोग करना है। विद्यालय के मुख्य कार्यकारी अधिकारी संतोष कुमार पांडे ने कहा कि इस प्रकार के कार्यक्रम बच्चों के मानसिक, शारीरिक एवं रचनात्मक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इस अवसर पर प्रधानाचार्य अंबर उपाध्याय, उप प्रधानाचार्य सुरेंद्र यादव सहित शिक्षक एवं शिक्षिकाएं उपस्थित रहे।

रॉबर्ट्सगंज में अतिक्रमण पर चला नगर पालिका का बुलडोजर,फ्लाईओवर के नीचे से हटाए गए अवैध ठेले-गुमटी, ऑटो-बस स्टैंड पर कार्रवाई न होने से नाराजगी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क)

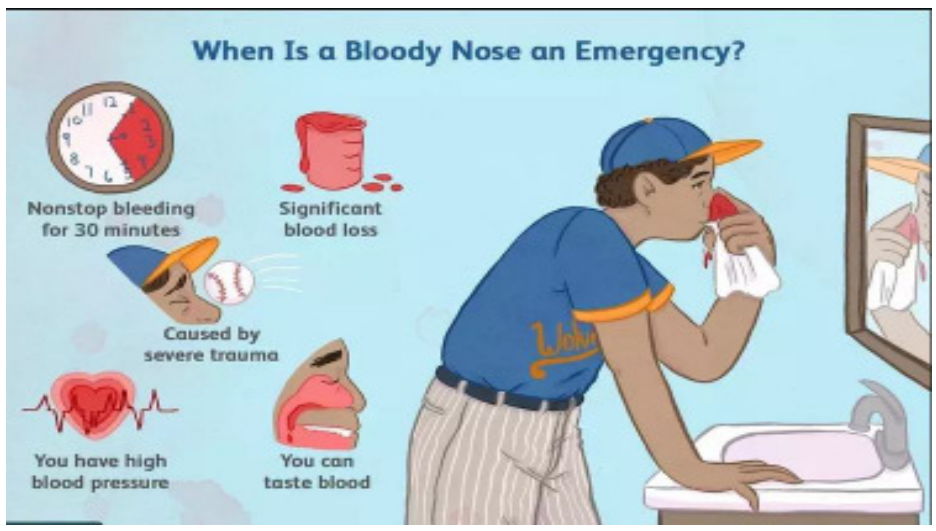
सोनभद्र। रॉबर्ट्सगंज नगर पालिका क्षेत्र में अतिक्रमण के खिलाफ नगर पालिका का बुलडोजर मंगलवार को गरजा। प्रशासन ने फ्लाईओवर के नीचे लंबे समय से जमे अवैध ठेले, गुमटी और अस्थायी दुकानों को हटाने के लिए अभियान चलाया। नगर पालिका कर्मियों और पुलिस की मौजूदगी में कार्रवाई करते हुए कई दर्जन अवैध कब्जों को हटाया गया। नगर पालिका की ओर से दो दिन पहले ही अतिक्रमणकारियों को नोटिस जारी किया गया था। नगर पालिका कर्मचारियों का कहना है कि शहर में लगातार बढ़ रहे जाम और सुंदरीकरण को ध्यान में रखते हुए यह कार्रवाई की जा रही है।

फ्लाईओवर के नीचे अवैध कब्जों की वजह से लोगों को रोजाना जाम की समस्या से जूझना पड़ रहा था। कार्रवाई के दौरान पुलिस बल मौके पर मौजूद रहा ताकि किसी प्रकार की अव्यवस्था न हो। वहीं स्थानीय लोगों में इस बात को लेकर नाराजगी भी दिखी कि अवैध ऑटो स्टैंड और बस स्टैंड पर अब तक कार्रवाई नहीं की गई है।

लोगों का कहना है कि जाम की बड़ी वजह अवैध स्टैंड भी हैं। नगर पालिका की इस कार्रवाई से पूरे इलाके में हड़कंप का माहौल रहा।

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



क्यों होती है नोज ब्लीडिंग,गर्मी में बढ़ता रिस्क, समझें नाक से खून आए तो क्या करें, क्या गलतियां न करें

नयी दिल्ली। गर्मियों में टेम्परेचर हाई होने से हवा रूखी हो जाती है। इससे सांस लेते

समय नाक की म्यूकस लेयर इरिटेट होने लगती है। इसके कारण ब्लड वेसल्स फटने से कभी-कभार नाक से ब्लड आ सकता है। इसे हिंदी में नकसीर (नोज ब्लीड) और मेडिसिन की भाषा में 'एपिस्टैक्सिस' कहा जाता है। शरीर में पानी की कमी यानी डिहाइड्रेशन से नाक की नाजुक ब्लड वेसल्स ड्राई होकर फट सकती हैं। इससे अचानक ब्लीडिंग शुरू हो सकती है। 'नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन' के मुताबिक, दुनिया में लगभग 60फीसदी लोग जीवन में कभी-न-कभी नाक से खून आने की समस्या का सामना करते हैं। ज्यादातर मामलों में यह स्थिति मामूली होती है, लेकिन कुछ मामलों में ये किसी गंभीर समस्या का संकेत भी हो सकता है। इसलिए 'फिजिकल हेल्थ' में आज हम 'नोज ब्लीड' की बात करेंगे। साथ ही जानेंगे- नोज ब्लीड क्यों होता है? नाक से खून आने पर तुरंत क्या करें? किन लोगों को ज्यादा रिस्क होता है? सवाल- नोज ब्लीड क्या है? जवाब- इसमें नाक के अंदर की नाजुक ब्लड वेसल्स फटने से खून आने लगता है। यह आमतौर पर दोनों नॉस्ट्रिल्स (नथुनों) में से किसी से भी हो सकता है। यह ज्यादातर मामलों में गंभीर नहीं होता है। सवाल- नोज ब्लीड क्यों होता है? जवाब- यह आमतौर पर ड्राई एयर से म्यूकस के इरिटेट होने और डिहाइड्रेशन के कारण होता है। अब इन कारणों को विस्तार से समझते हैं- तेज धूप, ड्राई और गर्म हवा गर्मियों में हवा का मॉइश्चर लेवल कम हो जाता है।इससे नाक की अंदरूनी लेयर सूख जाती है। इससे नाक की नाजुक ब्लड वेसल्स फट सकती हैं और खून आ सकता है। डिहाइड्रेशन (शरीर में पानी की कमी) शरीर में पानी की कमी होने पर नाक की अंदरूनी लेयर सूख जाती है। इससे नाक की नाजुक ब्लड वेसल्स को सपोर्ट नहीं मिलता है। कमजोर होने से ब्लड वेसल्स फट सकती हैं

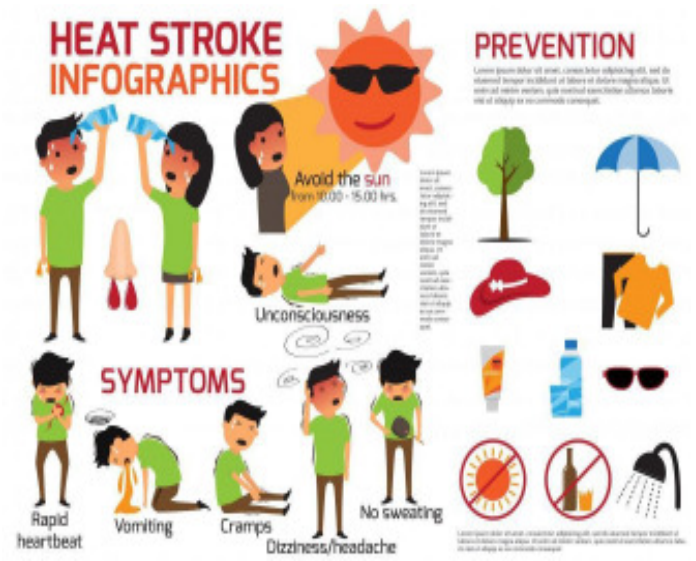
और नाक से खून आ सकता है। नाक में उंगली डालना नाक में उंगली या कोई चीज डालने से अंदर की स्किन में खरोंच आ सकती है।इससे नाक से खून आ सकता है। बच्चों की अंदरूनी लेयर नाजुक होने से उन्हें ज्यादा रिस्क होता है। एलर्जी या सर्दी-जुकाम एलर्जी, सर्दी या साइनस में नाक बहने से अंदरूनी लेयर कमजोर हो जाती है। इससे ब्लीडिंग का रिस्क बढ़ जाता है। चोट लगना-नाक या चेहरे पर चोट लगने से अंदर की ब्लड वेसल्स डैमेज हो सकती हैं। इससे तुरंत या कुछ समय बाद खून आ सकता है। नेजल स्प्रे का ज्यादा उपयोग लंबे समय तक एंटीहिस्टामिन नेजल स्प्रे का यूज म्यूकस को ड्राई कर देता है। इससे नोज ब्लीडिंग हो सकती है। ब्लड थिनर दवाएं- ब्लड थिनिंग मेडिसिन लेने से ब्लड की क्लॉटिंग कैपेसिटी कमजोर हो जाती है।इससे हल्की चोट या ड्राईनेस में भी ब्लीडिंग हो सकती है। हाई ब्लड प्रेशर- हाई बीपी में ब्लड वेसल्स पर दबाव बढ़ जाता है। इससे वे फट सकती हैं और नोज से ब्लीडिंग हो सकती है। स्मोकिंग और केमिकल्स- स्मोकिंग और केमिकल्स के संपर्क से नाक में जलन और ड्राईनेस होती है। इससे ब्लीडिंग का जोखिम बढ़ जाता है। ब्लड से जुड़ी बीमारियां-हीमोफीलिया जैसी बीमारियों में ब्लड क्लॉटिंग में दिक्कत होती है। इससे बार-बार या देर तक नोज ब्लीडिंग हो सकती है।यह नाक के अंदर ट्यूमर या पॉलिप के कारण भी हो सकता है। सवाल- क्या नोज ब्लीड किसी बीमारी का संकेत भी हो सकता है? जवाब- हां, बार-बार या तेज नोज ब्लीड किसी गंभीर समस्या का संकेत हो सकता है। जैसेकि- हाई ब्लड प्रेशर। बार-बार होने वाली एलर्जी या साइनस इन्फेक्शन। खून से जुड़ी बीमारियां (जैसे हीमोफीलिया)। विटामिन सी और के डेफिशिएंसी। लिवर और किडनी से जुड़ी प्रॉब्लम्स। नाक में पॉलिप या ट्यूमर। एथेरोस्क्लेरोसिस (धमनियों का सख्त होना)। प्लेटलेट्स की कमी। ल्यूकेमिया (ब्लड कैंसर)। सवाल- किन लोगों को नोज ब्लीड का रिस्क ज्यादा होता है? जवाब- उम्र, हेल्थ कंडीशन और वातावरण के कारण कुछ लोगों को नोज ब्लीड का रिस्क ज्यादा होता है। जैसेकि- 2 से 10 साल के बच्चे- ड्राई एयर, सर्दी-एलर्जी और नाक में उंगली या चीजें डालने की आदत के कारण रिस्क ज्यादा रहता है। 45 से 80 साल के वयस्क- इस उम्र में ब्लड क्लॉटिंग में समय लगता है। साथ ही हाई बीपी, एथेरोस्क्लेरोसिस (धमनियों का सख्त होना) और ब्लीडिंग डिसऑर्डर का रिस्क बढ़ जाता है। गर्भवती महिलाएं- प्रेग्नेंसी में नाक की ब्लड वेसल्स फैल जाती हैं, जिससे उन पर दबाव बढ़ता है और ब्लीडिंग की का रिस्क बढ़ जाता है। ब्लड थिनर दवाएं लेने वाले लोग- एस्पिरिन या वॉरफारिन जैसी दवाओं से खून जल्दी नहीं जमता। इससे नोज ब्लीड का रिस्क बढ़ जाता है। ब्लड क्लॉटिंग डिसआर्डर से पीड़ित लोग- हीमोफीलिया जैसी बीमारियों में बार-बार या हैवी ब्लीडिंग हो सकती है। एलर्जी या साइनस की समस्या वाले लोगों में भी यह रिस्क ज्यादा होता है। सवाल- क्या गर्मियों में नोज ब्लीड का रिस्क बढ़ जाता है?जवाब- हां, तेज गर्मी और सूखी हवा नाक की अंदरूनी लेयर को ड्राई कर देती है। इससे नाक की नाजुक ब्लड वेसल्स कमजोर हो जाती हैं और इनके फटने का रिस्क बढ़ जाता है। डिहाइड्रेशन भी नाक की अंदरूनी लेयर को ड्राई बना देती है। इससे ब्लीडिंग का रिस्क और बढ़ जाता है। सवाल- नाक से खून आने पर तुरंत क्या करें? जवाब- ऐसी स्थिति में घबराएं नहीं, सही तरीके से तुरंत प्राथमिक इलाज करने से ब्लीडिंग कंट्रोल हो सकती है। ज्यादातर मामलों में नोज ब्लीडिंग सामान्य है। लेकिन कुछ स्थितियों में तुरंत डॉक्टर से कंसल्ट करना चाहिए। सवाल- क्या खानपान का भी नोज ब्लीड पर असर पड़ता है? जवाब- हां, इसका नोज ब्लीड पर सीधा असर पड़ता है। सही डाइट नाक की नॉस्ट्रिल्स को मजबूत रखती है, जबकि गलत खानपान से समस्या बढ़ सकती है। जैसेकि-कम पानी पीने से नाक की म्यूकस लेयर ड्राई हो सकती है। इससे ब्लीडिंग का रिस्क बढ़ता है। विटामिन सी की कमी से ब्लड वेसल्स कमजोर हो सकती हैं। इसलिए भोजन में साइट्रस फूड शामिल करें। विटामिन के ब्लड क्लॉट बनाने में मदद करता है। इसकी कमी से ब्लड क्लॉटिंग देर से होती है। ज्यादा मसालेदार और गर्म तासीर वाला भोजन शरीर में गर्मी बढ़ाकर नोज ब्लीड का रिस्क बढ़ा सकता है। कैफीन और अल्कोहल शरीर को डिहाइड्रेट करते हैं, जिससे नाक की प्रोटेक्टिव लेयर ड्राई हो सकती है। न्यूट्रिशन की कमी से भी ब्लड वेसल्स कमजोर हो सकती हैं। लाइफस्टाइल और डाइट में क्या बदलाव करें? दिनभर पर्याप्त पानी पिएं, शरीर को हाइड्रेट रखें। तरबूज, खीरा, संतरा जैसे पानी और विटामिन से भरपूर फल खाएं। विटामिन सी और के से भरपूर डाइट (हरी सब्जियां, फल) लें। बहुत ज्यादा मसालेदार और गर्म तासीर वाले भोजन से बचें। घर में ह्यूमिडिटी बनाए रखें, जरूरत हो तो ह्यूमिडिफायर यूज करें।सलाइन स्प्रे या हल्का मॉइश्चर इस्तेमाल करें। नाक को जोर से न फूंकें और बार-बार छेड़ने से बचें। धूल, धुआं और केमिकल्स से दूरी बनाएं। धूप में निकलते समय सिर और नाक को कवर करें। स्मोकिंग और ड्रिंकिंग बिल्कुल न करें।

नोज ब्लीड से जुड़े कुछ जरूरी सवाल-जवाब- सवाल- क्या नोज ब्लीड खतरनाक हो सकता है? जवाब- आमतौर पर नहीं, लेकिन बार-बार या ज्यादा खून आने पर यह किसी बीमारी का संकेत हो सकता है। सवाल- क्या सिर पीछे करने से नोज ब्लीड रुकता है? जवाब- नहीं, इससे खून गले में जा सकता है।

इसलिए हमेशा सिर थोड़ा आगे झुकाना चाहिए। सवाल- क्या एसी में रहने से नोज ब्लीड का रिस्क कम होता है? जवाब- नहीं, एसी की सूखी हवा नाक को ड्राई करके रिस्क बढ़ा सकती है। सवाल- नोज ब्लीड का इलाज कैसे होता है? जवाब- हल्के मामलों में नाक दबाकर और ठंडी पट्टी से कंट्रोल हो जाता है। जबकि गंभीर मामलों में डॉक्टर दवा देते हैं या अन्य इलाज करते हैं।

नौतपा में घर से सावधानी से निकले-ये 7 चीजें साथ रखें, 11 सावधानियां/ 9 संकेतों को इग्नोर न कर

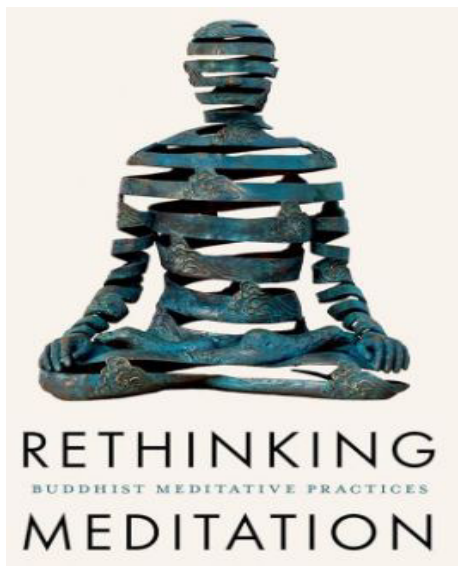
नयी दिल्ली। नौतपा के 9 दिन साल के सबसे गर्म दिन माने जाते हैं। इस दौरान तापमान 40-45 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच जाता है। इस समय घर से बाहर निकलना रिस्की होता है। बहुत से लोगों को रोजमर्रा के काम, ऑफिस या जरूरी जिम्मेदारियों के कारण बाहर निकलना मजबूरी होती है। लेकिन इस दौरान जरा-सी लापरवाही से डीहाइड्रेशन, हीट स्ट्रोक, थकान, कमजोरी और चक्कर जैसी समस्याएं हो सकती हैं। हालांकि सही प्लानिंग, सतर्कता और हेल्दी आदतें अपनाकर नौतपा के असर को काफी हद तक कम किया जा सकता है। इसलिए 'जरूरत की खबर' में आज हम बात करेंगे कि नौतपा में बाहर निकलते समय किन बातों का ध्यान रखें। साथ ही जानेंगे कि-नौतपा में घर से निकलते वक्त कौन-सी चीजें साथ रखें? नौतपा में खुद को हाइड्रेटेड कैसे रखें। साथ ही विषय को समझेंगे एक्सपर्टः डॉ. अरविंद अग्रवाल, डायरेक्टर, इंटरनल मेडिसिन, श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, दिल्ली जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से- सवाल- नौतपा में गर्मी क्यों बढ़ जाती है? जवाब- मई के आखिरी सप्ताह में सूर्य की किरणें भारत के बड़े हिस्से पर लगभग सीधी पड़ती हैं। इससे जमीन तेजी से गर्म होती है और तापमान बढ़ जाता है। इस समय आमतौर पर बादल कम होते हैं। इसलिए सूर्य की गर्मी सीधे धरती तक पहुंचती है। दिन लंबा होने से जमीन को ज्यादा देर तक गर्मी मिलती है। इससे आसपास की हवा भी गर्म हो जाती है और लू चलने लगती है। इसी कारण नौतपा के दौरान कई जगह तापमान 45 डिग्री सेल्सियस या उससे ज्यादा तक पहुंच जाता है। सवाल- नौतपा में घर से बाहर निकलते हुए कौन-सी चीजें जरूर साथ रखें? जवाब- नौतपा की तेज गर्मी और लू से बचने के लिए बाहर निकलते समय कुछ जरूरी चीजें साथ रखें, ताकि शरीर हाइड्रेट रहे और धूप का असर कम हो। नौतपा के दौरान बाहर निकलते समय सावधानी रखना बेहद जरूरी है, क्योंकि तेज धूप और लू शरीर पर जल्दी असर डालती है। सही समय, सही तैयारी और थोड़ी सतर्कता हमें बड़ी समस्याओं से बचा सकती है। सवाल- नौतपा में घर से बाहर निकलने का सेफ समय क्या है? किस समय निकलने से बचना चाहिए? जवाब- नौतपा के दौरान सुबह 6 से 10 बजे और शाम 5 बजे के बाद बाहर निकलना सुरक्षित माना जाता है, क्योंकि इस समय धूप कम होती है। वहीं दोपहर 12 से 4 बजे के बीच बाहर निकलने से बचना चाहिए, क्योंकि इस दौरान तापमान सबसे ज्यादा होता है और लू का रिस्क बढ़ जाता है। सवाल- नौतपा में बाइक पर या पैदल चलने वालों को क्या सावधानियां बरतनी चाहिए? जवाब- बाइक राइडर्स और पैदल चलने वालों के लिए नौतपा के दौरान बाहर निकलना ज्यादा रिस्की होता है। इसलिए इन बातों का ध्यान रखें- पैदल चलने वालों के लिए- धूप के पीक टाइम (सुबह 12 से शाम 4 बजे) में बाहर निकलने से बचें। निकलें तो सिर को गमछा, टोपी या छाते से ढककर रखें। हल्के रंग के ढीले कपड़े पहनें। पानी की बोतल हमेशा साथ रखें। हर 20-30 मिनट में थोड़ा-थोड़ा पीते रहें। लंबी दूरी हो तो बीच-बीच में छांव में आराम करें। खाली पेट घर से न निकलें। बाइक चलाने वालों के लिए- हेलमेट के अंदर कॉटन कैप/कपड़ा लगाएं ताकि सिर ज्यादा गर्म न हो। फुल स्लीव कपड़े पहनें, ताकि शरीर सीधे धूप से बचा रहे। ग्लव्स और सनग्लासेस का इस्तेमाल करें। लंबी दूरी में हर 30-40 मिनट पर ब्रेक लें और पानी पिएं। बाइक को सीधे धूप में ज्यादा देर खड़ी न करें (सीट बहुत गर्म हो जाती है)। ज्यादा ट्रैफिक और जाम वाले रास्तों से बचें। कॉमन सावधानियां-ओआरएस, नींबू पानी या छाछ जैसे ड्रिंक्स लेते रहें। चक्कर, कमजोरी या सिरदर्द महसूस हो तो तुरंत रुक जाएं। शरीर को ओवरहीट होने से बचाना सबसे जरूरी है। नौतपा के दौरान कुछ शारीरिक संकेतों को नजरअंदाज करना खतरनाक हो सकता है। ये हीट एग्जॉशन या हीट स्ट्रोक की संकेत हो सकते हैं। भीषण गर्मी में पसीने के जरिए शरीर से पानी और जरूरी मिनरल्स निकलते हैं। इसलिए सिर्फ पानी नहीं, इलेक्ट्रोलाइट्स लेना भी जरूरी है। सवाल- नौतपा में बच्चों, बुजुर्गों का ख्याल कैसे रखें? जवाब- नौतपा की तेज गर्मी में बच्चों और बुजुर्गों का शरीर तापमान को जल्दी संतुलित नहीं कर पाता। ऐसे में उनके लिए अतिरिक्त सावधानी जरूरी है- बच्चों का ख्याल कैसे रखें- खेलने का समय सुबह या शाम तक सीमित रखें। घर के अंदर का माहौल ठंडा और हवादार रखें। थोड़ी-थोड़ी देर पर पानी, नींबू पानी या छाछ देते रहें। हल्के, ढीले और सूती कपड़े पहनाएं। बाहर जाते समय टोपी या छाता जरूर दें। जंक फूड और मसालेदार खाना न दें। सुस्ती, चिड़चिड़ापन, ज्यादा/कम पसीना दिखे तो तुरंत ध्यान दें। बुजुर्गों का ख्याल कैसे रखें- ज्यादा देर धूप में न रहने दें। समय-समय पर पानी और इलेक्ट्रोलाइट देते रहें, भले ही प्यास न लगी हो। दवाइयों के समय और असर (जैसे बीपी/शुगर) पर नजर रखें। कमरे में अच्छी वेंटिलेशन और कूलिंग रखें। कमरे का तापमान बहुत ज्यादा ठंडा न करें। अचानक तापमान बदलने से परेशानी हो सकती है। हल्का, सुपाच्य और पानी से भरपूर भोजन दें। जरूरत पड़े तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। सवाल- नौतपा में लाइफस्टाइल में कौन से जरूरी बदलाव करें? जवाब- नौतपा में शरीर को तेज गर्मी, लू और डीहाइड्रेशन से बचाने के लिए लाइफस्टाइल में कुछ बदलाव करना जरूरी है। जैसेकि- दोपहर 12 बजे से शाम 4 बजे तक तेज धूप में निकलने से बचें। बाहर जाना जरूरी हो तो छाता, टोपी, सनग्लास और कॉटन के ढीले कपड़े पहनें। दिनभर थोड़ा-थोड़ा करके पर्याप्त पानी पीते रहें, प्यास लगने का इंतजार न करें। नींबू पानी, छाछ, नारियल पानी और घर के बने शरबत जैसे हाइड्रेटिंग ड्रिंक्स लें। ज्यादा तला-भुना, मसालेदार और हैवी खाना न खाएं। तरबूज, खरबूजा, खीरा, ककड़ी और मौसमी फलों को डाइट में शामिल करें। बहुत ज्यादा कैफीन, शराब और शुगर वाली ड्रिंक्स से बचें, क्योंकि ये शरीर में पानी की कमी बढ़ा सकती हैं।दोपहर में जरूरत हो तो थोड़ी देर आराम करें और पर्याप्त नींद लें। बच्चों, बुजुर्गों और पहले से बीमार लोगों को धूप और गर्मी से खास बचाव की जरूरत होती है। चक्कर, तेज कमजोरी, उल्टी, सिरदर्द या ज्यादा पसीना आए तो तुरंत ठंडी जगह पर जाएं और पानी/ओआरएस लें।



25 मिनट' तकनीक से व्यक्ति सर्वश्रेष्ठ परिणाम हासिल कर सकता है

'सर, प्लीज बताइए कि हमारे समय को कैसे मैनेज करें?' युवा मुझसे यही एक सवाल कई बार पूछ चुके हैं। जब भी वे पूछते हैं, मैं

तुरंत अपना जवाब ऐसे देता हूं कि 'माइंड को मैनेज करने के लिए आपको योग करने की जरूरत है।' और मेरी बात पूरी होने से पहले ही स्टूडेंट बीच में बोलेगा, 'सर, मैंने टाइम मैनेजमेंट के बारे में पूछा है।' मैं आत्मविश्वास से जवाब दूंगा-



'मैं भी यही कह रहा हूं कि माइंड को कैसे मैनेज करें।' युवक झुंझला कर कहेगा कि 'सर टाइम, टाइम ।' मैं जवाब दूंगा, 'क्या तुमने माइंड कहा?' वह भागता हुआ आएगा और सामने खड़े होकर चिल्लाएगा- 'सर, टाइम।' इससे अन्य लोग हंसेंगे, क्योंकि कुछ को लगेगा कि मैं कम सुनता हूं, बाकी समझ जाएंगे कि मैं प्रैंक कर रहा हूं। फिर मैं उसे स्टेज पर बुलाऊंगा और 1980 की एक कहानी सुनाऊंगा, जिसमें इटालियन यूनिवर्सिटी का एक छात्र फ्रांसेस्को सिरिलो परीक्षा की तारीखों को लेकर भारी दबाव में था और पढ़ाई से बेहद परेशान हो चुका था। उसे एहसास हुआ कि उसका दिमाग ध्यान भटकाने में माहिर है। वह घंटों डेस्क पर बैठता, लेकिन कुछ भी हासिल नहीं होता। परेशान होकर उसने खुद से शर्त लगाई कि क्या वह सिर्फ 10 मिनट तक पूरी तल्लीनता से और बिना रुकावट के पढ़ सकता है? उसने किचन में जाकर टमाटर जैसे आकार का और तेज आवाज करने वाला मैकेनिकल किचन टाइमर उठाया, जिसे इटालियन भाषा में 'पोमोडोरो' कहते हैं। उसने टाइमर को घुमा कर सेट किया और बैठ गया। शुरुआती कुछ कोशिशों में वह विफल रहा, क्योंकि अंदरूनी भटकाव उसे रोक रहा था। लेकिन वह समय सीमा बदलता रहा। आखिरकार उसे पता चला कि 25 मिनट का समय सबसे सही 'स्वीट

स्पॉट' है- पर्याप्त लंबा कि काम में सार्थक प्रगति हो सके और पर्याप्त छोटा कि दिमाग भटकने की न सोचे। एक समय पर सिर्फ 25 मिनट के एक-एक ब्लॉक पूरे करते हुए सिरिलो फोकस की विफलता से यूनिवर्सिटी की परीक्षा पास करने तक पहुंच गया। अंततः उसने उसी छोटे किचन टाइमर को वैश्विक प्रोडक्टिविटी मूवमेंट में बदल दिया। आज सिरिलो द्वारा विकसित 'पोमोडोरो तकनीक' का इस्तेमाल पश्चिमी दुनिया में ऐसे बहुत-से लोग करते हैं, जिन्होंने टालमटोली की आदत छोड़ने के लिए सब आजमा लिया लेकिन विफल रहे। तो इसे कैसे करें? 5 स्टेप यहां पेश हैं :1. एक काम चुनें : जो करना चाहते हैं, वो एक खास काम चुनें। 2. टाइमर सेट करें : 25 मिनट का टाइमर सेट करें। 3. काम करें : टाइमर बजने तक पूरा ध्यान उसी काम पर लगाएं। न मल्टीटास्किंग और न फोन चेक करें। 4. छोटा ब्रेक लें : टाइमर बजते ही 5 मिनट का ब्रेक लें। स्ट्रेच करें या कुछ पी लें। 5. लंबा ब्रेक लें : लगातार 25 मिनट के चार 'पोमोडोरो' पूरे करने के बाद 15-30 मिनट का री-स्टोरेटिव ब्रेक लें। यह तरीका इसलिए कारगर है, क्योंकि महज 25 मिनट काम का संकल्प लेना किसी घंटों लंबे भारी प्रोजेक्ट के बजाय कहीं कम डरावना होता है। सख्त टाइमर व्यक्ति का ध्यान कई चीजों में भटकाने के बजाय सिंगल टास्किंग माइंडसेट को प्रोत्साहित करता है। युवाओं को इसका यह फायदा मिलता है कि छोटे और नियमित अंतराल दिमाग को जरूरी आराम देते हैं, जिससे जानकारी प्रोसेस करना आसान होता है और दिनभर प्रोडक्टिविटी ऊंची रहती है। इसके लिए किसी खास टाइमर मशीन में निवेश की जरूरत नहीं है। पुराना साधारण टाइमपीस भी उपयोगी हो सकता है, लेकिन कृपया मोबाइल फोन न लें। अगर आप गहन अध्ययन या जटिल समस्या सुलझाने जैसे अत्यधिक दिमागी मेहनत के विषय पर काम कर रहे हैं तो इस तकनीक को अपनी ऊर्जा के हिसाब से ढाल सकते हैं। फंडा यह है कि कम से कम उन लोगों के लिए, जिन्हें टालमटोली की बहुत ज्यादा आदत है, 5 मिनट के ब्रेक लेते हुए काम को 25 मिनट के फोकस्ड हिस्सों में बांटना न सिर्फ थकान से बचाएगा, बल्कि फोकस को भी अधिकतम कर देगा। एन. रघुरामन

कहने का सलीका हो तो गैर-सलीकेदार बात भी ढंग से कह सकते हैं

लोकतंत्र की असली पहचान केवल चुनावों से ही नहीं, बल्कि इस बात से भी होती है कि वह असहमति को किस भाषा में व्यक्त करता है। राजनीति की भाषा समाज की संस्कृति गढ़ती है। जब संवाद में संयम, सम्मान और संवेदनशीलता होती है, तब लोकतंत्र मजबूत होता है। लेकिन जब भाषा अपमान, कटुता और उत्तेजना से भर जाती है, तब विरोध दुश्मनी में बदलने लगता है।आज सार्वजनिक जीवन में यही सबसे बड़ी चिंता है। भारतीय लोकतांत्रिक परंपरा ने हमेशा गरिमापूर्ण असहमति को महत्व दिया है। इसलिए आवश्यक है कि राजनीति आलोचना को बनाए रखे, लेकिन संवाद की मर्यादा और व्यक्ति की गरिमा को न छोड़े।

आज भारतीय लोकतंत्र के सामने जो सबसे गहरा संकट दिखाई देता है, वह केवल संस्थाओं का नहीं, बल्कि संवाद की संस्कृति का है। संसद से लेकर टीवी स्टूडियो तक, चुनावी मंचों से लेकर सोशल मीडिया तक- हर जगह भाषा में संयम कम हुआ है और आक्रामकता बढ़ी है। विचारों की जगह विशेषणों ने ले ली है, तर्क की जगह तंज ने और संवाद की जगह शोर ने। और इस शोर में ऐसा लगता है जैसे लोकतंत्र अब विमर्श नहीं, भौंडे प्रदर्शन का मंच बनता जा रहा है।

हमें बिसराना नहीं चाहिए कि लोकतंत्र केवल चुनावों और सरकारों का नाम नहीं होता। वह मूलतः संवाद की एक सतत प्रक्रिया है- जहां सहमति और असहमति दोनों को स्थान मिलता था और मिलना चाहिए भी। लेकिन संवाद तभी संभव है जब भाषा में गरिमा बरकरार रहे और सम्मान बचा रहे।

असहमति लोकतंत्र की स्वाभाविक शक्ति है; उसे अपमान में बदल देना लोकतंत्र की आत्मा को आहत करना है। किसी विचार से तीखा विरोध हो सकता है, किसी नीति की कठोर आलोचना भी जरूरी हो सकती है, लेकिन व्यक्ति की गरिमा पर हमला लोकतांत्रिक संस्कार का हिस्सा नहीं।

हमारे समय की विडम्बना यह है कि अब भाषा का उद्देश्य समझाना कम और पराजित करना अधिक हो गया है। सार्वजनिक जीवन में शब्द अब पुल नहीं बनाते, खाइयां बनाते हैं। विरोधी विचार रखने वाला व्यक्ति तुरंत देशद्रोही, एंटी-नेशनल, गोदी, अर्बन नक्सल या किसी अन्य खांचे में डाल दिया जाता है। यह प्रवृत्ति केवल राजनीतिक असहमति को सीमित नहीं करती, समाज के भीतर संवाद की संभावनाओं को भी कमजोर करती है। भारतीय लोकतंत्र की एक बड़ी खूबी उसकी विविधता रही है। यह देश अनेक भाषाओं, धर्मों, जातियों और संस्कृतियों का साझा घर है। ऐसे समाज में संवाद की भाषा स्वाभाविक रूप से संवेदनशील और समावेशी होनी चाहिए। लेकिन पिछले कुछ वर्षों में राजनीति का स्वर अधिक विभाजनकारी हुआ है। हम बनाम वे की मानसिकता ने भाषा को भी प्रभावित किया है। अब संवाद का उद्देश्य समाधान खोजना नहीं, बल्कि विरोधी को नैतिक रूप से बुरा साबित करना बनता जा रहा है। सोशल मीडिया ने इस संकट को और गहरा किया है। यह सच है कि सोशल मीडिया ने संवाद को लोकतांत्रिक बनाया, लेकिन उसने संवाद की गरिमा को भी कमजोर किया है। अब किसी विचार की गंभीरता से अधिक उसकी वायरल होने की क्षमता महत्वपूर्ण हो गई है। संयमित और विवेकपूर्ण बातों की तुलना में उत्तेजक टिप्पणियां अधिक तेजी से फैलती हैं।

ट्रोल संस्कृति ने असहमति को गाली में बदल दिया है। अब यह कम महत्वपूर्ण है कि किसने बेहतर तर्क दिया; अधिक महत्वपूर्ण यह हो गया है कि किसने अधिक आक्रामक प्रतिक्रिया दी। इसलिए आज सबसे बड़ा प्रश्न यह नहीं है कि कौन सत्ता में है, बल्कि यह है कि हम एक-दूसरे से किस भाषा में बात कर रहे हैं। (ये लेखक के अपने विचार हैं,प्रो. मनोज कुमार झा)

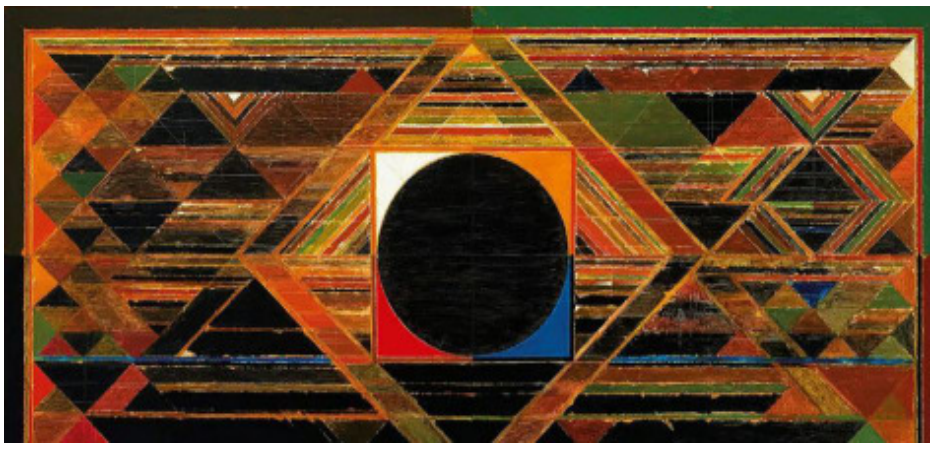
अमेरिका में बढ़ता नस्लवाद भारतवंशी नेताओं के लिए चुनौती है

भारतीय-अमेरिकी मूल के सॉफ्टवेयर आंत्रप्रेन्योर विवेक रामास्वामी अपनी हिंदू पहचान को

छिपाने की कोशिश नहीं करते। पिछले हफ्ते उन्होंने ओहायो के गवर्नर पद के लिए रिपब्लिकन पार्टी का नामांकन जीत लिया। ओहायो में राज्य विधानसभा के दोनों सदनों, गवर्नर कार्यालय और सभी प्रमुख सरकारी संस्थानों पर रिपब्लिकन पार्टी का नियंत्रण है। अमेरिकी राजनीति में गवर्नर का कद भारत के किसी मुख्यमंत्री जैसा होता है। ऐसा नहीं ?है कि रामास्वामी किसी अमेरिकी राज्य के पहले भारतीय मूल के गवर्नर होंगे। इससे पहले बॉबी जिंदल लुइसियाना के और निक्की हेली साउथ कैरोलाइना की गवर्नर रह चुकी हैं। लेकिन रामास्वामी उन दोनों से अलग हैं। जिंदल ने श्वेत ईसाई अमेरिकी समुदाय में अपनी स्वीकार्यता बढ़ाने के लिए ईसाइयत अपनाकर खुद का नाम पीयूष की जगह बॉबी रख लिया था। वहीं साउथ कैरोलाइना में एक सिख माता-पिता के घर निमरत रंधावा के रूप में जन्मीं हेली ने भी सिख धर्म छोड़कर ईसाई धर्म अपना लिया था। इनके विपरीत रामास्वामी को अपनी हिंदू पृष्ठभूमि पर गर्व है। वे शान से अपनी पत्नी अपूर्वा और बेटों कार्तिक व अर्जुन का नाम लेते हैं। जिंदल और हेली की तरह रामास्वामी भी अमेरिका में जन्मे हैं, लेकिन उन्होंने अपने बच्चों के नामों का अमेरिकीकरण करने या उनकी हिंदू धारणाओं को बदलने की कोशिश नहीं की। ईसाई धर्म अपनाने के बावजूद जिंदल और हेली अमेरिकी राजनीति में ज्यादा आगे नहीं बढ़ पाए। क्या रामास्वामी इसमें सफल होंगे?जिंदल और हेली की तुलना में आज रामास्वामी के सामने सामाजिक और राजनीतिक चुनौतियां कहीं अधिक हैं। राष्ट्रपति ट्रम्प ने नस्लवाद और वाइट सुप्रीमेसी को मुख्यधारा में ला दिया है। ट्रम्प का 'मेक अमेरिका ग्रेट अगेन' यानी 'मागा' समर्थक आधार ऐसे कम पढ़े-लिखे और बेरोजगार अमेरिकियों से बना है, जिन्हें डर है कि भारतीय और चीनी आप्रवासी उनकी नौकरियां खा रहे हैं। ओहायो में प्रचार के दौरान रामास्वामी को इतनी ऑनलाइन नस्लवादी नफरत का सामना करना पड़ा कि उन्होंने अपने इंस्टाग्राम और 'एक्स' अकाउंट का इस्तेमाल ही बंद कर दिया। ये अकाउंट अब उनकी टीम अपडेट करती है। ट्रम्प प्रशासन की आप्रवासियों के ?खिलाफ इस्तेमाल की जाने वाली भाषा ने अमेरिका में इस विषैले माहौल को और हवा दे दी है। अपने दूसरे कार्यकाल में ट्रम्प ने रामास्वामी को इलॉन मस्क के साथ 'डीओजीई' (डिपार्टमेंट ऑफ गवर्नमेंट इफिशिएंसी) का सह-प्रमुख बनाया था। लेकिन जल्द ही दोनों के बीच टकराव हो गया। रंगभेद नीति के जमाने में दक्षिण अफ्रीका में जन्मे और पले-बढ़े मस्क खुद को नस्लवादी नहीं मानते, लेकिन उनके खुद के 'एक्स' हैंडल पर वाइट सुप्रीमेसी और पश्चिमी सभ्यता को बचाने संबंधी पोस्ट भरे पड़े हैं। अमेरिका में नफरती और नस्लभेदी बयानबाजी पर 'द न्यूयॉर्क टाइम्स' में लिखे एक ?लेख में रामास्वामी ने कहा कि अमेरिकी दक्षिणपंथ में अब दो दृष्टिकोण उभर रहे हैं और दोनों ही परस्पर विरोधी हैं। एक नजरिए के मुताबि?क अमेरिकी पहचान वंश, खून और मिट्टी पर आधारित है, जहां विरासत में मिली पहचान ही सर्वाधिक मायने रखती है। इस सोच के अनुसार सबसे शुद्ध अमेरिकी वही हैं, जिनके वंश की जड़ें अमेरिका की स्थापना या उससे भी पहले की हैं। उन्होंने कहा कि श्वेत-केंद्रित पहचान को गढ़ना कुछ ऐसा था, जिसका अंदाजा पहले से था। 2022 की अपनी किताब 'नेशन ऑफ विक्टिम्स' में उन्होंने इसका अनुमान लगाया था। लेकिन बीते पांच सालों में गैर-श्वेतों से भेदभाव के चलते अब यह चंद लोगों की विचारधारा मात्र नहीं रह गई। इसके बावजूद रामास्वामी कहते हैं, आज आप अमेरिकी तब हैं, जब कानून के शासन, अंतरात्मा की स्वतंत्रता, अभिव्यक्ति की आजादी, रंगभेद से रहित व्यवस्था और संविधान में विश्वास रखते हैं। ऐसे नस्लीय तनाव से भरे माहौल में ओहायो का गवर्नर चुनाव जीतना रामास्वामी के लिए बड़ी चुनौती होगा। उनका मुकाबला डेमोक्रेटिक पार्टी उम्मीदवार एमी एक्टन से है। ताजा जनमत सर्वेक्षण बताते हैं कि दोनों के बीच कांटे की टक्कर है। रामास्वामी को 48इ और एक्टन को 47फीसदी समर्थन मिल रहा है। ट्रम्प ने भी रामास्वामी को अगला गवर्नर बनाने को लेकर समर्थन दे दिया है। एक साल पहले तक यह समर्थन रामास्वामी के पक्ष में माहौल बना सकता था, लेकिन अब शायद नहीं। क्योंकि खुद ट्रम्प की लोकप्रियता ऐतिहासिक रूप से नीचे पहुंच चुकी है। महज 30% लोगों ने ही उनका समर्थन किया है। (ये लेखक के अपने विचार हैं) मिन्हाज मर्चेंट

कला में डूबे रहें, ये आपकी उम्र बढ़ने की रफ्तार घटाएगा

क्या आपको दादाजी-नानाजी का दौर याद है? वे हर शाम कहां जाते थे- किसी मंदिर में, स्कूल या सामुदायिक सांस्कृतिक मीटिंग में। हमारी दादी-नानी अकसर रसोई में कहती रहती थीं- 'पता नहीं उन जगहों पर ऐसा क्या है कि दिनभर के काम से लौटने के बाद 15 मिनट भी घर नहीं रुकते।'दूसरों के बारे में तो नहीं जानता, लेकिन हमारी चॉल में उस दौर के ज्यादातर बुजुर्ग किसी न किसी सांस्कृतिक गतिविधि में जरूर व्यस्त रहते थे। बाद में मेरे पिता भी ऐसे ही हो गए। नागपुर में 'सरस्वती विद्यालय' संचालित करने वाली संस्था 'साउथ इंडियन एसोसिएशन' में उनकी सोमवार को मीटिंग होती थी।इसी स्कूल में मैं पढ़ा था और तीन यूनिट्स में फैले उन 150 घरों के लगभग 90% बच्चे वहीं पढ़ते थे। उन घरों के ज्यादातर लोग किसी न किसी मंदिर से जुड़े थे, जिनकी मीटिंग मंगलवार या गुरुवार को होती थीं। शनिवार, रविवार को सांस्कृतिक कार्यक्रम होते थे।जैसे, कर्नाटक म्यूजिक कॉन्सर्ट, घुमंतू मंडली का ड्रामा। कभी बच्चों का 'अरंगेत्रम', जिसमें वे पहली बार सार्वजनिक नृत्य प्रस्तुति देते थे या फिर दक्षिण भारत से कोई संत आकर 15 दिन या एक महीने तक रामायण, भगवान शिव, उनके पुत्र भगवान कार्तिकेय या दुर्गा मां जैसे विषयों पर धार्मिक प्रवचन देते थे। अब इस विषय से अलग एक बात बताता हूं। मेरे परिवार के और जहां मैंने बचपन बिताया, उस इलाके के ज्यादातर पुरुष- जो खुद को सांस्कृतिक गतिविधियों में सक्रिय रखते थे- 90 साल से ज्यादा या कम से कम 80 के पार तो जरूर जिए। जबकिउनकी पत्नियां पहले गुजर गईं। तब हममें से किसी को नहीं पता था कि इसका कला-संस्कृति में समय बिताने से भी कोई संबंध हो सकता है।लेकिन मुझे यह किस्सा इस बुधवार को याद आया, जब मैंने यूनिवर्सिटी कॉलेज लंदन की एक रिसर्च पढ़ी कि हफ्ते में एक बार सांस्कृतिक गतिविधि में शामिल होने से उम्र बढ़ने की रफ्तार कम से कम एक साल तक धीमी हो सकती है। रिसर्च कहती है कि आज के दौर की सांस्कृतिक गतिविधियों में पढ़ना, म्यूजिक कॉन्सर्ट सुनना, आर्ट गैलरी और थिएटर जाना, पेंटिंग करना, वाद्ययंत्र बजाना, आर्ट डॉक्यूमेंट्री देखना और म्यूजियम या प्रदर्शनियों में जाना शामिल है।दरअसल, अपने वयस्क जीवन से ज्यादा सांस्कृतिक कार्यक्रम मैंने बचपन में अपने ग्रैंडपैरेंट्स के साथ देखे थे। मेरे नाना सुबह-शाम मंदिर जाना कभी नहीं छोड़ते थे। उन्हीं से मुझे संगीत कार्यक्रम और प्रवचन सुनने की आदत लगी। यहां तक कि आज भी मैं पवई फाइन आर्ट्स सोसाइटी और षणमुखानंद सभा जैसी कई 'सभाओं' का आजीवन सदस्य हूं। लाइव परफॉर्मेंस देखना मेरे लिए बेहद आनंददायक होता है। चूंकि मैं खुद भी परफॉर्मर हूं, इसलिए कलाकारों की बॉडी लैंग्वेज, शब्द-चयन और हास्यबोध से सीखता हूं। लाइव परफॉर्मेंस मुझे सिनेमा से ज्यादा ?सिखाती हैं। हाल ही में 12 मई को मेरी बेटी न्यूयॉर्क के म्यूजियम ऑफ मॉडर्न आर्ट गई थी और पूरे दिन में वह पांच मंजिला इमारत के तीन से ज्यादा फ्लोर नहीं देख पाई। मुंबई में बैठे-बैठे उसने मुझे वीडियो कॉल पर वे फ्लोर दिखाए। नतीजतन, आज मैं मॉडर्न आर्ट पर पांच मिनट तो बात कर ही सकता हूं। ऐसे जुड़ाव मुझे अपनी 'सिसिफस' जैसी अंतहीन टु-डु लिस्ट के बारे में सोचते रहने से बचाते हैं। फिर चाहे यह स्टेडियम में फुटबॉल या क्रिकेट मैच देखना ही क्यों न हो, मुझे बाहर जाकर ऐसी चीज से जुड़ना पसंद है, जो मुझसे बहुत बड़ी हो और जिसे मैं अकेला नहीं कर सकता। किसी दूसरी दुनिया में झांकना और अपनी संभावनाओं को समझना मुझे रोमांचित करता है। फंडा यह है कि आधुनिक रिसर्च भले यह दावा करती हो कि सांस्कृतिक गतिविधियों में शामिल होने से जिंदगी के कुछ साल बढ़ जाते हैं, लेकिन शायद हमारे बुजुर्ग शायद पहले से यह जानते थे कि निश्चित ही इससे जिंदगी ज्यादा अर्थपूर्ण बन जाती है। एन. रघुरामन



नीला ड्रम

नीले ड्रम में मिली युवती की लाश,ढक्कन बंद कर सुनसान जगह पर फेंका-हाथ पर नेहा और दिल का टैटू,चेहरे पर चोट

पटियाला। पंजाब के पटियाला में मंगलवार को नीले रंग के ड्रम में एक युवती की लाश मिली। यह ड्रम रेलवे कॉलोनी में पड़ा हुआ था। हत्यारों ने शव को ड्रम के अंदर ठूंसा और ऊपर लाल रंग का ढक्कन लगा दिया, ताकि किसी को शक न हो। सूचना मिलते ही पुलिस की टीमें मौके पर पहुंचीं। युवती के एक हाथ पर 'नेहा' लिखा हुआ है, जबकि दूसरे हाथ पर दिल का टैटू बना है। इस टैटू के अंदर अंग्रेजी के अक्षर 'एन' और 'ए' गुदे हुए हैं। युवती के चेहरे पर हल्की चोट के निशान भी हैं। शव को कब्जे में लेकर राजिंदरा अस्पताल भिजवाया गया। पुलिस युवती की पहचान कराने की कोशिश कर रही है। लुधियाना में डीसीडब्ल्यू रोड फ्लाईओवर के नजदीक लगे कूड़े के ढेर पर एक प्लास्टिक के ड्रम में युवती की डेडबॉडी संदिग्ध हालत में बरामद हुई। एएसआई गुरविंदर सिंह ने बताया कि मंगलवार सुबह करीब सवा 5 बजे कचरा उठाने वाले व्यक्ति ने ड्रम को खोलकर चेक किया तो उसमें डेडबॉडी मिली। उसने पुलिस को मामले की सूचना दी। इसके बाद मौके पर पहुंचकर डेडबॉडी को कब्जे में लिया गया। कहीं और हत्या किए जाने का शक- पुलिस को आशंका है कि युवती की हत्या किसी दूसरी जगह पर की गई और बाद में सबूत मिटाने

के इरादे से शव को ठिकाने लगाने की साजिश रची गई। आरोपी ड्रम को रेलवे कॉलोनी के पास सुनसान जगह पर लाकर फेंक गए। पुलिस अब यह पता लगाने में जुटी है कि शव को वहां तक किस वाहन से लाया गया और इस वारदात में कितने लोग शामिल थे। जांच अधिकारी बोले- मामला प्रेम प्रसंग का लग रहा-जांच अधिकारी एएसआई गुरबिंदर सिंह ने बताया कि शुरुआती जांच में मामला प्रेम प्रसंग से जुड़ा हुआ प्रतीत हो रहा है। फिलहाल, पुलिस की पहली प्राथमिकता युवती की शिनाख्त करना है। इसके लिए आसपास के थानों में युवती की फोटो सर्कुलेट की गई है। पहचान होने के बाद शव का पोस्टमॉर्टम कराया जाएगा, जिससे मौत के सही कारणों का पता चल सकेगा। आरोपियों की गिरफ्तारी के लिए दो टीमें बनाईं- हत्यारों की जल्द गिरफ्तारी के लिए पुलिस ने दो टीमों का गठन किया है। घटनास्थल के आसपास लगे दो सीसीटीवी कैमरों की पहचान की गई है। फिलहाल, पुलिस इन कैमरों की फुटेज खंगाल रही है, ताकि यह पता लगाया जा सके कि ड्रम वहां कौन, कब और कैसे लेकर आया था। पिछले साल लुधियाना में मिली थी ड्रम में लाश- लुधियाना के शेरपुर इलाके में 25 जून 2025 को एक खाली प्लॉट में नीले ड्रम में एक व्यक्ति का शव मिला था। शव को प्लास्टिक के बोरे में लपेटा गया था और मृतक के हाथ-पैर व गला रस्सी से बंधे थे। शुरुआती जांच में शव की हालत बहुत खराब थी। बाद में मृतक की पहचान मनोज उर्फ राजू के रूप में हुई थी।पुलिस ने त्वरित कार्रवाई करते हुए एक महिला समेत 4 आरोपियों को गिरफ्तार किया था। पुलिस के अनुसार, शराब के नशे में आरोपियों ने पिटाई की, जिससे मनोज की मौत हुई थी।

खून की उल्टी, नसें फाड़ रहा इबोला वायरस,अफ्रीका में जहां फैला वहां 50 हजार से ज्यादा बिहारी

पटना। अफ्रीका के कांगो और युगांडा में इबोला वायरस फैलने के बाद बिहार हाई अलर्ट पर है। केंद्र की एडवाइजरी के बाद राज्य सरकार ने सख्ती बढ़ा दी है।दुनिया

के सबसे खतरनाक और जानलेवा वायरस में से एक इबोला के अफ्रिकी देशों में तेजी से फैलाव के बाद बिहार हाई अलर्ट पर है। केंद्र की एडवाइजरी जारी करने के बाद राज्य सरकार ने भी सभी 38 जिलों को अलर्ट जारी कर दिया है। शरीर की नसों को खोखला करने वाले इस वायरस के होने पर आधे से ज्यादा मरीज जिंदा नहीं बच रहे हैं। समझेंगे विषय को सवाल जवाब के माध्यम से-सवाल-1ः अफ्रीका में फैले इबोला वायरस का मामला क्या है? जवाबः फिलहाल मध्य अफ्रीका के डेमोक्रेटिक रिपब्लिक ऑफ कांगो (डीआरसी), युगांडा और दक्षिण सूडान में इबोला वायरस तेजी से फैल रहा है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लूएचओ) के मुताबिक, इस बार यह वायरस इबोला के बेहद दुर्लभ और खतरनाक 'बुंडिबुग्यो स्ट्रेन' के कारण फैला है। कांगो में 20 दिनों में 867 संदिग्ध केस आए हैं। जिसमें से 204 लोगों की मौत हो चुकी है। बुनिया शहर में सैनिटाइजर और डिसइन्फेक्टेंट की किल्लत है। मास्क मिलना मुश्किल है।कांगो और युगांडा की स्थिति देखने के बाद दुनियाभर के देशों की चिंताएं बढ़ गई है, क्योंकि इस स्ट्रेन के लिए फिलहाल कोई वैक्सीन या सटीक इलाज उपलब्ध नहीं है। सवाल-2ः इबोला वायरस क्या है और बिहार सरकार ने क्या एडवाइजरी जारी की है? जवाबः यह एक घातक और गंभीर वायरल बीमारी है, जिसे 'इबोला हेमोरेजिक फीवर' भी कहा जाता है। यह वायरस जंगली जानवरों (जैसे फ्रूट बैट्स या चमगादड़) से इंसानों में आता है और फिर इंसानों से इंसानों में फैलता है। इसके लक्षणों में तेज बुखार, बदन दर्द, उल्टी, डायरिया और गंभीर मामलों में आंतरिक या बाहरी ब्रीडिंग (खून बहना) शामिल है। हालांकि, अच्छी बात है कि भारत में अब तक इबोला वायरस का एक भी केस सामने नहीं आया है। अफ्रिकी देशों में जाने से बचने की सलाह-केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय और स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय (डीजीएचएस) ने राज्य सरकारों के लिए एसओपीज़ जारी किए हैं- भारतीय नागरिकों को कांगो, युगांडा और दक्षिण सूडान की गैर-जरूरी यात्रा से बचने की सलाह दी गई है। प्रभावित देशों से आने वाले या वहां से होकर गुजरने वाले अंतरराष्ट्रीय यात्रियों की एयरपोर्ट पर थर्मल स्क्रीनिंग और कड़ी निगरानी करें। संदिग्ध यात्रियों को तुरंत आइसोलेट करें। सभी राज्यों को अस्पतालों में आइसोलेशन वार्ड, एम्बुलेंस, पीपीई किट, जरूरी दवाएं और लैब टेस्टिंग की सुविधाएं अलर्ट मोड पर रखने को कहा गया है। एयरपोर्ट वाले शहरों के अस्पतालों में 15-15 बेड के आइसोलेशन वार्ड तैयार रखें।बिहार में हाई अलर्ट- 22 मई को इबोला वायरस को लेकर बिहार सरकार के स्वास्थ्य विभाग के तहत संचालित राज्य स्वास्थ्य समिति ने हाई लेवल मीटिंग की। इसमें राज्य सरकार ने अपनी एसओपी बनाई। सभी 38 जिलों के अफसरों को सीधा निर्देश है कि अफ्रीकी देशों से आने वाले लोगों और उनके संपर्क में आने वाले संदिग्ध मरीजों की विशेष निगरानी और जांच की जाए। इबोला के संदिग्ध मरीज की पहचान होते ही उसे तुरंत आइसोलेट किया जाएगा। उसकी ट्रैवल हिस्ट्री और संपर्क में आए लोगों की भी जांच की जाएगी। सवाल-3ः इबोला वायरस कितना खतरनाक है? जवाबः विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लूएचओ) के अनुसार, इबोला वायरस दुनिया के सबसे जानलेवा वायरसों में से एक है। इसकी औसत मृत्यु दर लगभग 50फीसदी है। पिछले कुछ वायरसों में मृत्यु दर 25फीसदी से लेकर 90फीसदी तक है। यानी अगर सही समय पर इलाज न मिले, तो अधिकांश संक्रमित मरीजों की जान जाने का खतरा है। यह इतना घातक क्यों है-इबोला वायरस के पास कुछ ऐसे खास प्रोटीन और तंत्र होते हैं, जो इसे बेहद जानलेवा बनाते हैं। जैसे ही इबोला शरीर में प्रवेश करता है, यह सबसे पहले हमारी रक्षा करने वाली सफेद रक्त कोशिकाओं जैसे-डेंड्रिटिक सेल्स और मैक्रोफेज पर हमला करता है। यह शरीर के शुरुआती अलार्म सिस्टम (इंटरफेरॉन) को ब्लॉक कर देता है, जिससे शरीर को पता ही नहीं चलता कि उस पर कोई हमला हुआ है। जब तक शरीर को वायरस का पता चलता है, वायरस बहुत तेजी से अपनी कॉपियां बना चुका होता है। इसके जवाब में हमारा इम्यून सिस्टम पागलों की तरह काम करने लगता है और भारी मात्रा में 'साइटोकाइन' नाम का केमिकल रिलीज करता है। यह वायरस को मारने के बजाय खुद हमारे ही अंगों को नष्ट करने लगता है। यह वायरस खून की नलियों की अंदरूनी परत को पूरी तरह से खोखला और कमजोर कर देता है, जिससे नसें फटने लगती हैं और अंदरूनी ब्लीडिंग शुरू हो जाती है। यह आंतों की परतों को गंभीर नुकसान पहुँचाता है, जिससे मरीज को लगातार उल्टी और खूनी दस्त होते हैं। इससे शरीर का सारा पानी और इलेक्ट्रोलाइट्स खत्म हो जाते हैं। सवाल-4ः इबोला वायरस का इलाज क्या है? जवाबः कोई निश्चित इलाज नहीं है। इबोला के 'जायरे स्ट्रेन' के लिए पहले दो मोनोक्लोनल एंटीबॉडी दवाएं और 'एरवेबो' नाम की वैक्सीन स्वीकृत हैं। लेकिन वर्तमान में अफ्रीका में फैल रहे 'बुंडिबुग्यो स्ट्रेन' के लिए अभी तक कोई स्वीकृत वैक्सीन या दवा उपलब्ध नहीं है। यूएस सीडीसी (सीडीसी) और डब्लूएचओ के मुताबिक, शुरुआती चरणों में मरीज को 'इंटेंसिव सपोर्ट केयर' देकर उसकी जान बचाई जा सकती है। इसमें शामिल हैं-ओआरएस या नसों के जरिए आईवी फ्लुइड्स शरीर में पानी और इलेक्ट्रोलाइट्स का संतुलन बनाए रखना। ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखने वाली दवाएं देना। बुखार, उल्टी, दर्द और अन्य सहायक संक्रमणों (जैसे मलेरिया या बैक्टीरियल इन्फेक्शन) का इलाज करना। सवाल-5ः तो क्या इससे कोरोना जैसी महामारी भी फैल सकती है?जवाबः नहीं, इबोला के कोरोना की तरह फैलने की आशंका बेहद कम है। इसे ऐसे समझिए-कोरोनाः यह हवा से फैलता है। कोई व्यक्ति बिना लक्षण के भी दूसरों को संक्रमित कर सकता था। लक्षण दिखने से पहले ही फैल सकता है। बहुत तेजी से फैलता है। इबोलाः यह हवा से नहीं फैलता। यह केवल संक्रमित व्यक्ति के शारीरिक तरल पदार्थ (खून, लार, पसीना, उल्टी, मल) के सीधे संपर्क में आने से फैलता है। मरीज केवल तभी संक्रमण फैला सकता है जब उसमें बीमारी के लक्षण (जैसे बुखार या ब्लीडिंग) दिखने शुरू हो चुके हों। इसके फैलने की रफ्तार धीमी है। यह आदमी टू आदमी फैलेगा। सवाल-6ः बिहार को इबोला वायरस से कितना खतरा? जवाबः वैज्ञानिक और भौगोलिक दृष्टि से बिहार को इबोला से सीधा या तत्काल कोई बड़ा खतरा नहीं है। इसके 2 कारण हैं-बिहार में कोई ऐसा व्यस्त अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डा नहीं है जहां सीधे अफ्रीका के प्रभावित देशों से उड़ानें आती हों। अधिकांश अंतरराष्ट्रीय यात्री दिल्ली, मुंबई या कोलकाता होकर ही आते हैं, जहां पहले ही केंद्रीय स्तर पर सख्त स्क्रीनिंग की जा रही है। खतरा केवल तभी हो सकता है जब कोई व्यक्ति कांगो या युगांडा से संक्रमण लेकर लौटे, एयरपोर्ट स्क्रीनिंग से बच जाए और बिहार में अपने परिवार के संपर्क में आए। हालांकि-मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक, अफ्रीकी देशों (मुख्य रूप से दक्षिण अफ्रीका, सूडान और दक्षिण सूडान) में लगभग 70 हजार से अधिक बिहारी मूल के लोग रहते हैं। अकेले दक्षिण अफ्रीका में ही लगभग 63 हजार भोजपुरी बिहारी समुदाय के लोग बसे हुए हैं। अफ्रीका से अगर प्रवासी लोग सीधे बिहार लौटे तो वायरस फैल सकता है। अफ्रीका के करीब अरब देश हैं, जहां बिहार के ज्यादा प्रवासी काम करने जाते हैं। अगर यह वायरस अरब में पहुंचता है तो बिहारियों की जान को खतरा हो सकता है। अरब से लौटने वाले लोग भी वायरस ला सकते हैं।

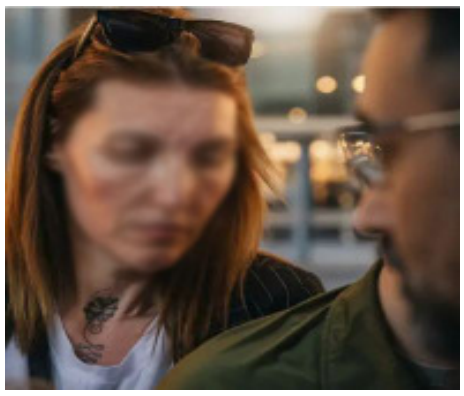
सैम ऑल्टमैन बोले- एआई से नौकरी जाने का कोई खतरा नहीं,बिना विवेक रोजगार में इंसानी हिस्सा बदलना नामुमकिन,शुरुआती डर गलत साबित हुआ

नयी दिल्ली। ओपन-एआई के सीईओ सैम ऑल्टमैन ने मंगलवार को सिडनी में कहा कि एआई की तेज ग्रोथ और इस्तेमाल से दुनिया में जॉब्स एपोकैलिप्स यानी नौकरियों

का संकट नहीं आएगा। उन्होंने माना कि तकनीक ने उतने व्हाइट कॉलर जॉब्स खत्म नहीं किए हैं, जितने का उन्हें पहले डर था। ऑल्टमैन ने कहा- मैं गलत साबित होने पर खुश हूं-कॉमनवेल्थ बैंक ऑफ ऑस्ट्रेलिया (सीबीए) की एक कॉन्फ्रेंस में वर्चुअली शामिल हुए सैम ऑल्टमैन ने कई महत्वपूर्ण बातें साझा कीं। सीबीए के चीफ एजीक्यूटिव मैट कॉम्यन को दिए इंटरव्यू में ऑल्टमैन ने कहा कि शुरुआत में वह ग्लोबल एम्प्लॉयमेंट लेवल पर एआई के प्रभाव को लेकर चिंतित थे। उन्होंने कहा कि जब 2022 में चैटजीपीटी लॉन्च हुआ था, तब ओपन-एआई ने जो तकनीकी भविष्यवाणियां की थीं, वे लगभग सही साबित हुईं। लेकिन, इसके सोशल और इकोनॉमिक प्रभावों को लेकर वे काफी गलत थे। ऑल्टमैन ने कहा कि वे इस बात पर गलत साबित होने के लिए बहुत खुश हैं। एंट्री-लेवल व्हाइट कॉलर जॉब्स पर नहीं पड़ा असर-ऑल्टमैन ने कहा कि उन्हें लगता था कि अब तक एंट्री-लेवल की व्हाइट कॉलर नौकरियां खत्म हो चुकी होंगी, लेकिन असल में ऐसा नहीं हुआ। अब वे बेहतर तरीके से समझ पा रहे हैं कि ऐसा क्यों नहीं हुआ। वे इसके लिए आभारी हैं, क्योंकि पुरानी आशंकाएं अब गलत साबित हो चुकी हैं। उन्होंने आगे कहा कि लोग उनसे कह रहे हैं कि आप दुनिया को इस डर और चिंता से बचा सकते थे। लेकिन उस समय मुझे यह एक वास्तविक जोखिम लगा, जिसके बारे में बात करना जरूरी था। उन्होंने यह भी कहा कि आगे चलकर यह जोखिम अभी भी सामने आ सकता है। कंपनियों में एआई से बदलाव जारी, ओपन-एआई ला सकती है आईपीओ- हालांकि ऑल्टमैन ने नौकरियों से जुड़े कोई सटीक आंकड़े नहीं दिए, लेकिन वे पहले भी एआई के बढ़ने से इंडस्ट्री में छंटनी की संभावना जता चुके हैं। दुनिया की कई बड़ी कंपनियां जैसे एचएसबीसी, अमेजन, स्टैंडर्ड चार्टर्ड और सीबीए पहले ही घोषणा कर चुकी हैं कि उनके यहां कुछ नौकरियों को एआई से बदला जा रहा है। इसी बीच रॉयटर्स की रिपोर्ट के अनुसार, ओपन-एआई आने वाले हफ्तों में अमेरिका में आईपीओ (इनिशियल पब्लिक ऑफरिंग) लॉन्च करने के लिए तैयारी कर रही है। अक्टूबर की एक रिपोर्ट के मुताबिक, कंपनी 1 ट्रिलियन डॉलर की वैल्यूएशन का टारगेट रख सकती है और कम से कम 60 बिलियन डॉलर जुटा सकती है। रोजगार में इंसानी हिस्सा बदलना नामुमकिनऑल्टमैन ने बताया कि उन्हें इस बात का अहसास हो चुका है कि भले ही एआई कई इंडस्ट्री और नौकरियों में एक्टिव भूमिका निभा रहा है, लेकिन रोजगार का एक इंसानी हिस्सा ऐसा है जिसे कभी बदला नहीं जा सकता। उन्होंने अपना उदाहरण देते हुए कहा कि वे स्लैक और ईमेल मैसेज का जवाब देने के लिए एआई का इस्तेमाल कर रहे थे, लेकिन बाद में वे खुद जवाब देने लगे। खुद के उदाहरण से समझी इंसानी बातचीत की अहमियत-ऑल्टमैन ने बताया कि जब उन्होंने एआई से मैसेज का जवाब दिलवाना शुरू किया, तो वह 'यह सैम का एआई है' लिखकर जवाब देता था। यह उनके लिए एक बड़ा उदाहरण था कि हम सच में लोगों की परवाह करते हैं। उन्होंने कहा कि लोगों के साथ बातचीत करना उनके समय का एक बड़ा हिस्सा है। वे आने वाले समय में इसे एआई को सौंपने के बारे में सोच भी नहीं सकते। इस अहसास ने उन्हें यह विश्वास दिलाया कि नौकरियों में आवश्यक मानवीय बातचीत को एआई कभी रिप्लेस नहीं कर पाएगा। सैम ने कहा कि सकारात्मक और नकारात्मक दोनों ही तरीकों से यह साफ है कि नौकरियों की तस्वीर हमारी सोच से काफी अलग होने वाली है। उन्हें नहीं लगता कि नौकरियों का कोई ऐसा महासंकट आएगा, जैसा कि इस सेक्टर की कुछ कंपनियां दावा करती हैं। क्या है जॉब्स एपोकैलिप्स? यह वह स्थिति होती है, जिसके तहत यह आशंका जताई जा रही थी कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) और ऑटोमेशन के आने से पूरी दुनिया में बड़े पैमाने पर इंसानी नौकरियां खत्म हो जाएंगी और एक गंभीर आर्थिक संकट खड़ा हो जाएगा। हालांकि, अब एक्सपर्ट्स का मानना है कि एआई नौकरियां पूरी तरह खत्म करने के बजाय काम करने के तरीकों को बदल रहा है।

गर्लफ्रेंड को सैकड़ों पुरुषों से संबंध बनाने को किया मजबूर,पीड़िता बोली- 487 लोगों के बाद गिनती छोड़ दी, दोषी को 25 साल की सजा

पेरिस। फ्रांस में 51 साल के पूर्व बैंक मैनेजर को गर्लफ्रेंड का 7 साल तक शारीरिक, मानसिक



और यौन शोषण करने के मामले में 25 साल जेल की सजा सुनाई गई। आरोपी पर महिला को हिंसा और जबरन यौन संबंधों के लिए मजबूर करने का आरोप था। 42 साल की पीड़ित का नाम लेटेसिया आर है। उसने मामले की सुनवाई के दौरान कोर्ट में कहा कि बैंककर्मी गिलौम बुची ने सेक्स गेम रिश्ते का बहाना बनाकर उन्हें धीरे-धीरे अपने कंट्रोल में लिया और फिर देह व्यापार में धकेल दिया। वह उन्हें अपने दोस्तों, सहकर्मियों और अजनबियों के साथ संबंध बनाने के लिए मजबूर करता था और ग्राहकों की सूची भी बनवाता था। लेटेसिया ने कहा, 'मैंने 487 पुरुषों के बाद गिनती करना बंद कर दिया था। इनमें कुछ लोग ऐसे थे जिनसे मुझे कई बार मिलना पड़ा।' कोर्ट में चार घंटे से ज्यादा समय तक चली बहस के बाद जैसे ही फैसला सुनाया गया, पीड़ित रो पड़ीं, जबकि आरोपी बिना किसी भाव के खड़ा रहा। बेटी के जन्म के एक ही दिन बाद रेप- लेटिसिया ने बताया कि यह सिलसिला 2015 में क्रिसमस के समय शुरू हुआ। तब बुची ने उसे हाईवे के पास एक सर्विस स्टेशन पर दूसरे व्यक्ति के साथ संबंध बनाने के लिए मजबूर किया। उसे रेलवे स्टेशन और हाईवे के पास अजनबियों के साथ संबंध बनाने को मजबूर किया जाता था। उसने कहा कि कई बार 24 घंटे में 14 लोग तक आते थे। लेटिसिया ने कहा कि शुरुआत में उसे लगा था कि यह सिर्फ हल्के-फुल्के सेक्स गेम्स होंगे और अगर उन्हें कुछ पसंद नहीं आया तो सब रुक जाएगा। लेकिन धीरे-धीरे हालात बेहद हिंसक होते गए। जब वह किसी बात से इनकार करती थीं तो आरोपी उन्हें मुक्के और लात मारता था। कई जब उसका यौन शोषण हो रहा होता था तो कई बार आरोपी फोन पर ये सब सुनता रहता था। लेटिसिया ने बताया कि बुची ग्राहकों का इंतजाम करता, पैसे तय करता और कमाई का हिस्सा खुद रखता था। पीड़ित ने बताया कि 2017 में बेटी के जन्म के बाद अस्पताल से छुट्टी मिलने के अगले ही दिन उसे एक ट्रक ड्राइवर के साथ यौन संबंध बनाने के लिए मजबूर किया। महिला चार बच्चों की मां है। हालांकि रिपोर्ट में यह स्पष्ट नहीं है कि उसके कितने बच्चे आरोपी के साथ संबंध के दौरान उसके साथ रह रहे थे। जान से मारने की धमकी देता था बुची- सुनवाई के दौरान बुची ने गला दबाने, शरीर जलाने, बेस्टियलिटी (पशुओं से जुड़े यौन कृत्य) और स्कैटोफिलिया (मानव मल से जुड़ी चीजों से यौन उत्तेजना महसूस) जैसे कई काम स्वीकार किए। लेकिन उसने दावा किया कि यह सब आपसी सहमति से हो रहा था। उसने अदालत में कहा कि उसे नहीं लगता था कि वह अपनी पार्टनर को नुकसान पहुंचा रहा है।हालांकि सरकारी वकील ने कोर्ट में ऐसे मैसेज और वॉइस रिकॉर्डिंग पेश किए जिनमें बुची महिला को आदेश न मानने पर जान से मारने की धमकी देता दिखा। इससे साबित हुआ कि महिला दबाव और डर में यह सब करने को मजबूर थी। मामले में सिर्फ यौन हिंसा ही नहीं बल्कि बेहद क्रूर शारीरिक हिंसा के आरोप भी हैं। एक ऑडियो

रिकॉर्डिंग में लेटिसिया की चीखें और रोने की आवाज सुनाई देती है, जबकि एक ग्राहक उसे छड़ी, बेल्ट और लकड़ी के तख्ते से पीट रहा था। जांचकर्ताओं के मुताबिक जिस लकड़ी के पैडल से उसे मारा गया, उस पर खून के निशान थे। अदालत में पीड़ित के सूजे हुए चेहरे की तस्वीरें भी दिखाई गईं। अभियोजकों ने कहा कि बुची से दूसरी महिलाओं को भी खतरा हो सकता है, इसलिए उसके लिए उम्रकैद की मांग की गई थी। लेकिन अदालत ने उसे 25 साल जेल की सजा सुनाई और कहा कि उसे कम से कम दो-तिहाई सजा काटने के बाद ही पैरोल के लिए आवेदन करने का अधिकार मिलेगा। लेटिसिया ने यह मुकदमा बंद कमरे में चलाने की मांग को ठुकरा दिया। उसने कहा कि उसे अपनी कहानी सार्वजनिक करने की प्रेरणा गिसेल पेलिकॉट नाम की महिला से मिली। पेलिकॉट वही महिला हैं, जिनके पति ने ड्रग्स उन्हें नशीला पदार्थ देकर अजनबियों से रेप करवाया था। वह मामला 2024 में पूरी दुनिया में चर्चा का विषय बना था। पेलिकोट ने अपने साथ हुए सामूहिक दुष्कर्म मामले की खुली सुनवाई की मांग की थी और बाद में वह फ्रांस में महिला अधिकारों की प्रतीक बन गईं। हालांकि इस मामले में एक बड़ा फर्क यह था कि बुची महिला को बेहोश नहीं करता था, बल्कि पूरी तरह होश में रखकर अत्याचार करता था। अब सवाल उठ रहा है कि पेलिकॉट की तरह लेटिसिया के मामले में भी उन दूसरे पुरुषों पर कार्रवाई क्यों नहीं हुई। पीड़ित के वकील फिलिप-आनरी ओनेगर के मुताबिक उन सभी लोगों की पहचान करना बेहद मुश्किल और लंबा काम होता। उन्होंने कहा कि अगर सभी आरोपियों को शामिल किया जाता तो जांच में बहुत ज्यादा समय लग सकता था और आरोपी को हिरासत से रिहा होने का मौका मिल सकता था। वकील के मुताबिक लेटिसिया चाहती थीं कि मुकदमा जल्दी चले। पेरिमिनिस्ट कार्यकर्ताओं का कहना है कि इस मामले में सिर्फ मुख्य आरोपी पर ध्यान गया और बाकी पुरुष पीछे छूट गए। उनका मानना है कि अगर जांच एजेंसियां पूरी ताकत लगाएं तो दूसरे आरोपियों की पहचान भी हो सकती है। हालांकि इस मामले में वैसा डिजिटल सबूत नहीं मिला जैसा चर्चित पेलिकॉट मामले में मिला था। पेलिकॉट के पति ने अपने कंप्यूटर में वीडियो और नाम सेव कर रखे थे।

गुजरात-दुनिया का दूसरा सबसे बड़ा बैटरी एनर्जी स्टोरेज सिस्टम शुरू,इसमें दो दो शहरों को 24 घंटे बिजली देने की क्षमता

भुज। भारत ने ग्रीन एनर्जी ट्रांजिशन (हरित ऊर्जा परिवर्तन) में इतिहास रच दिया है। अडाणी समूह की रिन्यूएबल एनर्जी कंपनी अडाणी ग्रीन एनर्जी लिमिटेड ने कच्छ सीमा पर स्थित खवड़ा में कुल 3.37 गीगावाट/घंटे की क्षमता का बैटरी एनर्जी स्टोरेज सिस्टम (बीईएसएस) शुरू कर दिया है। चीन को छोड़कर पूरी दुनिया में एक ही जगह पर बना यह सबसे बड़ा बैटरी स्टोरेज प्रोजेक्ट है। यहां रखी बैटरियों में सौर या पवन ऊर्जा से बनी बिजली को स्टोर कर जरूरत पड़ने पर किसी भी शहर को सप्लाई दी जा सकती है। रिकॉर्ड 10 महीने में बने इस सिस्टम से पूरे गोवा, इंदौर-चंडीगढ़ जैसे शहरों या यूं कहें कि 10 लाख घरों को 24 घंटे बिजली दी जा सकती है। यह स्टोरेज 1.2 करोड़ एलईडी बल्ब 10 घंटे लगातार जलाकर रख सकता है। खवड़ा प्रोजेक्ट पेरिस से भी बड़ा-खवड़ा प्रोजेक्ट आकार (538 वर्ग किमी) में यह पेरिस शहर से भी पांच गुना बड़ा है। यहां दुनिया का सबसे बड़ा 30 गीगा वॉट का रिन्यूएबल एनर्जी प्लांट बन रहा।

इसमें से 9.9 गीगावॉट चालू हो चुका है। चीन सबसे आगे क्यों- रिन्यूएबल एनर्जी स्टोरेज में चीन सबसे आगे हैं। उसके इनर मंगोलिया और शिनजियांग प्रांतों में दुनिया के सबसे बड़े बैटरी प्रोजेक्ट्स स्थित हैं, जिनमें छगन हाडा प्रोजेक्ट की क्षमता 4 हजार मेगा वॉट घंटा है। ये बैटरियां माइनस 35 डिग्री सेल्सियस में भी बिना रुके काम करती हैं। बीईएसएस के बारे में जानें- बैटरी एनर्जी स्टोरेज सिस्टम यानी ऐसी बड़ी बैटरियां जो-अतिरिक्त बिजली स्टोर करती हैं, जरूरत पड़ने पर ग्रिड को बिजली देती हैं, सोलर/विंड पॉवर को स्थिर बनाती हैं, बिजली कटौती कम करने में मदद करती हैं, भारत के प्रमुख बीईएसएस प्रोजेक्ट्स-1. अडाणी ग्रीन- खवड़ा बीईएसएस, गुजरात,क्षमता- 3.37 गीगावाट-घंटा,चीन के बाहर सबसे बड़े सिंगल लोकेशन बीईएसएस में शामिल रिन्यूवल एनर्जी बैलेंसिंग के लिए उपयोग,लगभग 10 लाख घरों को एक दिन बिजली सपोर्ट देने की क्षमता। 2. भारत का पहला मर्चेंट बीईएसएस- जुनिपर ग्रीन - बीकानेर, राजस्थान क्षमता- 100 मेगावाट-घंटा। भारत का पहला मर्चेंट बैटरी स्टोरेज सिस्टम, पीक पॉवर और ग्रिड बैलेंसिंग में उपयोग सबसे तेजी से बढ़ने वाले राज्यः- गुजरात, राजस्थान, तमिलनाडु, आंध्र प्रदेश, महाराष्ट्र, कर्नाटक हैं।

क्या रणवीर सिंह अब फिल्में नहीं कर पाएंगे, डॉन-3 को लेकर फरहान से किस बात का झगड़ा, जिससे एफडब्लूआईसीई ने लगाया बैन

मुंबई। अगस्त 2023 में डॉन-3 का टीजर रिलीज हुआ। अमिताभ बच्चन, शाहरूख खान के बाद फ्रेंचाइजी में रणवीर सिंह

की एंट्री सुर्खियों में आ गई। इसके बाद एक लंबी खामोशी का दौर। न शूटिंग की तारीख, न फाइनल कास्ट और न कोई रिलीज डेट। करीब 3 साल बाद 25 मई को अचानक खबर आई कि फेडरेशन ऑफ वेस्टर्न इंडिया सिने एम्पलॉइज यानी (एफडब्लूआईसीई) ईर्ष्ा ने डॉन-3 छोड़ने और नोटिस का जवाब न देने पर रणवीर सिंह पर बैन लगा दिया है।सवाल-1ः डॉन-3 को लेकर रणवीर सिंह का झगड़ा क्या है? जवाबः 2006 की डॉन और 2011 की डॉन-2 के हीरो शाहरुख थे। डॉन फ्रेंचाइज की तीसरी फिल्म को लीड करने वाले थे रणवीर सिंह। इसके राइटर-डायरेक्टर थे फरहान अख्तर। उन्हीं का प्रोडक्शन हाउस 'एक्सेल एंटरटेनमेंट' इसे बना रहा था।

अंग्रेजी अखबार हिंदुस्तान टाइम्स के मुताबिक, रणवीर को फिल्म में साइन करने के लिए 10 करोड़ रुपए का साइनिंग अमाउंट भी मिला था। फिल्म में रणवीर सिंह के अपोजिट पहले कियारा आडवाणी को कास्ट किया गया, लेकिन प्रेग्नेंसी के चलते कियारा ने फिल्म छोड़ दी, जिसके बाद कृति सेनन को कास्ट करने की खबरें आईं। 2025 में डॉन-3 की शूटिंग शुरू होनी थी, लेकिन फिर अचानक रणवीर ने फिल्म छोड़ दी। इसके पीछे 3 वजहें बताई जा रही हैंष्ठ

1. फिल्म में लगातार देरी- करता है। अगर किसी को अपना लेफ्ट प्रोफाइल पसंद नहीं है, तो वो शॉट नहीं देगा। स्क्रिप्ट में बदलाव होना बहुत बड़ी बात नहीं है। लीड एक्टर्स ऐसा करते रहते हैं। लेकिन जब उनका दौर कमजोर होता है, तब उनकी बातें मेकर्स को दखल लगने लगती हैं।' 3. रणवीर को निकालने की चर्चाः ये भी खबरें आईं कि रणवीर सिंह मुश्किल दौर से गुजर रहे थे। उनकी फिल्में बॉक्स ऑफिस पर अच्छा परफॉर्म नहीं कर रही थीं। इसलिए फरहान उनके अलावा किसी और एक्टर को शामिल करने की सोच रहे थे। जब रणवीर को ये पता चला, तो विवाद और बढ़ गया और उन्होंने फिल्म छोड़ने का ऐलान कर दिया। डायरेक्टर धीरज मिश्रा ने को बताया, 'बुरे दौर से गुजर रहे रणवीर के लिए उस वक्त 'डॉन' बहुत जरूरी प्रोजेक्ट रहा होगा, क्योंकि बड़ी फ्रेंचाइजी है। ऐसे में किसी दूसरे एक्टर को लेने की बात उठी होगी, जिसका मार्केट अच्छा हो। ये बातें छिपती नहीं हैं। रणवीर तक भी ये बात गई होगी।' दिसंबर 2025 में धुरंधर का पहला पार्ट रिलीज होने के बाद 'मिडडे' अखबार में दावा किया गया कि रणवीर ने फिल्म छोड़ दी है और वो जल्द ही फिल्म का साइनिंग अमाउंट लौटा देंगे। धीरज कहते हैं, 'धुरंधर' की सफलता ने ही इस पूरे विवाद को नया रूप दे दिया। रणवीर को शायद लगा होगा, जब मेरा खराब दौर था, तब मुझे नीचे दिखाने की कोशिश हुई। अब मेरी बारी है।' धीरज बताते हैं, 'रणवीर शायद आदित्य चोपड़ा से मिलने गए थे। बातें हैं कि दोनों के बीच सहमति बन गई है। हो सकता है कि 'धूम' जैसी कोई बड़ी सीरीज अनाउंस हो जाए। जो मतभेद रणवीर सिंह मुश्किल दौर से गुजर रहे थे। उनकी फिल्में बॉक्स ऑफिस पर अच्छा परफॉर्म नहीं कर रही थीं। इसलिए फरहान उनके अलावा किसी और एक्टर को शामिल करने की सोच रहे थे। जब रणवीर को ये पता चला, तो विवाद और बढ़ गया और उन्होंने फिल्म छोड़ने का ऐलान कर दिया। डायरेक्टर धीरज मिश्रा ने को बताया, 'बुरे दौर से गुजर रहे रणवीर के लिए उस वक्त 'डॉन' बहुत जरूरी प्रोजेक्ट रहा होगा, क्योंकि बड़ी फ्रेंचाइजी है। ऐसे में किसी दूसरे एक्टर को लेने की बात उठी होगी, जिसका मार्केट अच्छा हो। ये बातें छिपती नहीं हैं। रणवीर तक भी ये बात गई होगी।' दिसंबर 2025 में धुरंधर का पहला पार्ट रिलीज होने के बाद 'मिडडे' अखबार में दावा किया गया कि रणवीर ने फिल्म छोड़ दी है और वो जल्द ही फिल्म का साइनिंग अमाउंट लौटा देंगे। धीरज कहते हैं, 'धुरंधर' की सफलता ने ही इस पूरे विवाद को नया रूप दे दिया। रणवीर को शायद लगा होगा, जब मेरा खराब दौर था, तब मुझे नीचे दिखाने की कोशिश हुई। अब मेरी बारी है।' धीरज

एनाउंसमेंट के सालों बाद भी फिल्म की कोई फाइनल स्क्रिप्ट नहीं थी और कहानी के कई पहलू उलझे हुए थे। रणवीर प्रोडक्शन की तरफ से इस देरी पर नाराज हुए। फिर वो धुरंधर की शूटिंग में व्यस्त हो गए। वहीं फरहान का कहना था कि स्क्रिप्ट कई फेज में तैयार हुई और रणवीर से शेयर की गई, उन्होंने बिना किसी आपत्ति के हर ड्राफ्ट को मंजूरी दी थी। 2. रणवीर का क्रिएटिव दखलः फिल्म मेकर्स का ये भी आरोप है कि रणवीर फिल्म की स्क्रिप्ट में दखल दे रहे थे। वो डॉन का एक सीरियस और एग्रेसिव वर्जन बनाना चाहते थे। उनकी मांग थी कि फिल्म में गाली-गलौज, धारदार एक्शन और ज्यादा हिंसक सीन होने चाहिए। जबकि फरहान चाहते थे कि पिछली दोनों फिल्मों में जिस तरह की रियलिस्टिक कहानी थी, ये भी उसके करीब ही रहे। वो रणवीर की मांग पर राजी नहीं हुए। डायरेक्टर धीरज कहते हैं, 'स्क्रिप्ट छोटी चीज है, एक आर्टिस्ट का लेफ्ट और राइट प्रोफाइल तक मैटर के मुताबिक, 'रणवीर की 4 फिल्में फ्लॉप होने पर लोग आलोचना कर रहे थे, लेकिन एक 'धुरंधर' ने उन्हें सबसे ऊपर पहुंचा दिया। रणवीर को 'डॉन' की उतनी जरूरत नहीं रही। पहले उन्होंने पैसे वगैरह को लेकर जो भी कॉम्प्रोमाइज किए हों, लेकिन अब उन्हें लग रहा होगा कि 'धुरंधर' से जो इमेज बनी है, उसके बराबर 'डॉन' फिट नहीं बैठती। इसलिए अब रणवीर की तरफ से वैसा इंटरेस्ट नहीं है।' मेकर्स का दावा है कि वह पहले ही फिल्म के प्री-प्रोडक्शन और बाकी चीजों पर करीब 40 करोड़ रुपए खर्च कर चुके थे। फरहान ने 'प्रोड्यूसर्स गिल्ड ऑफ इंडिया' में शिकायत की और रणवीर से 45 करोड़ रुपए के हर्जाने की मांग की है। एक्टर आमिर खान ने भी इस विवाद सुलझाने की कोशिश की थी, लेकिन बात नहीं बनी। प्रोड्यूसर गिल्ड ने दोनों को सुलह का समय भी दिया, लेकिन कोई हल नहीं निकला। इसके बाद 11 अप्रैल 2026 को फरहान अख्तर ने इंडियन फिल्म एंड टेलीविजन (एफडब्लूआईसीई) फिल्म इंडस्ट्री से जुड़े वर्कर्स और कलाकारों के हितों के लिए काम करने वाली सबसे बड़ी संस्था है। ये फिल्मों और टीवी शोज में वर्कर्स के पेमेंट और अधिकारों की लड़ाई लड़ता रहा है। एफडब्लूआईसीई द्वारा जारी प्रेस रिलीज में बताया गया कि फरहान अख्तर ने अपनी शिकायत में कहा कि रणवीर के अचानक फिल्म छोड़ देने से आर्थिक नुकसान होगा और फिल्म के प्रोडक्शन पर भी असर पड़ेगा। इस तरह फिल्म छोड़कर जाना स्वीकार्य नहीं है। साथ ही इंडस्ट्री की नीतियों और प्रोफेशनल नियमों के खिलाफ है। फरहान के 'प्रोड्यूसर्स गिल्ड ऑफ इंडिया' में शिकायत की और रणवीर से 45 करोड़ रुपए के हर्जाने की मांग की है। एक्टर आमिर खान ने भी इस विवाद सुलझाने की कोशिश की थी, लेकिन बात नहीं बनी। प्रोड्यूसर गिल्ड ने दोनों को सुलह का समय भी दिया, लेकिन कोई हल नहीं निकला। इसके बाद 11 अप्रैल 2026 को फरहान अख्तर ने इंडियन फिल्म एंड टेलीविजन (एफडब्लूआईसीई) फिल्म इंडस्ट्री से जुड़े वर्कर्स और कलाकारों के हितों के लिए काम करने वाली सबसे बड़ी संस्था है। ये फिल्मों और टीवी शोज में वर्कर्स के पेमेंट और अधिकारों की लड़ाई लड़ता रहा है। एफडब्लूआईसीई द्वारा जारी प्रेस रिलीज में बताया गया कि फरहान अख्तर ने अपनी शिकायत में कहा कि रणवीर के अचानक फिल्म छोड़ देने से आर्थिक नुकसान होगा और फिल्म के प्रोडक्शन पर भी असर पड़ेगा। इस तरह फिल्म छोड़कर जाना स्वीकार्य नहीं है। साथ ही इंडस्ट्री की नीतियों और प्रोफेशनल नियमों के खिलाफ है। फरहान ने 'प्रोड्यूसर्स गिल्ड ऑफ इंडिया' में शिकायत की और रणवीर से 45 करोड़ रुपए के हर्जाने की मांग की है। एक्टर आमिर खान ने भी इस विवाद सुलझाने की कोशिश की थी, लेकिन बात नहीं बनी। प्रोड्यूसर गिल्ड ने दोनों को सुलह का समय भी दिया, लेकिन कोई हल नहीं निकला। इसके बाद 11 अप्रैल 2026 को फरहान अख्तर ने इंडियन फिल्म एंड टेलीविजन एक नॉन-कोऑपरेशन डायरेक्टिव है, यानी एफडब्लूआईसीई ने एक्टर्स, डायरेक्टर्स, प्रोड्यूसर्स, कैमरामैन, टेक्नीशियंस जैसे बॉलीवुड से जुड़े लोगों को निर्देश दिया है कि कोई रणवीर सिंह के साथ काम नहीं करेगा। सवाल-3ः तो क्या अब रणवीर बॉलीवुड फिल्मों में काम नहीं कर पाएंगे? जवाबः एफडब्लूआईसीई ट्रेड यूनियन एक्ट के तहत रजिस्टर्ड ट्रेड यूनियन फेडरेशन है। कोई यूनियन कानूनी तौर पर किसी व्यक्ति के खिलाफ नॉन-कोऑपरेटिव निर्देश जारी कर सकता है। भारतीय प्रतिस्पर्धा आयोग ने 2017 में एक केस की सुनवाई के दौरान कहा था, 'एफडब्लूआईसीई को क्रू और टेक्नीशियंस की मांग उठाने वाला संगठन कहा जा सकता है, न कि संसद द्वारा बनाया गया कोई नियामक निकाय यानी रेगुलेटरी बॉडी। हालांकि, एफडब्लूआईसीई फिल्म इंडस्ट्री के कामकाजी माहौल को नियंत्रित करने की बड़ी ताकत रखता है। एफडब्लूआईसीई के जनरल सेक्रेटरी अशोक दुबे के मुताबिक जब तक विवाद नहीं सुलझता, तब तक फेडरेशन का कोई भी मेंबर रणवीर के साथ काम नहीं करेगा। कैमरामैन, स्पॉट बॉय और लाइट

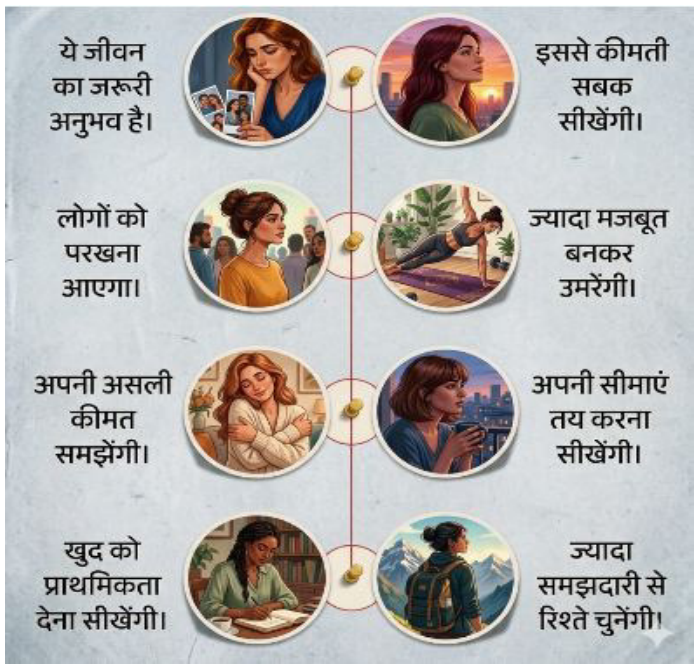
फरहान की स्थिति मजबूत थी। अब रणवीर ऊपर हैं, तो हालात बदल गए हैं। 'सवाल-2ः एफडब्लूआईसीई ने रणवीर सिंह पर बैन क्यों लगाया? जवाबः फेडरेशन ऑफ वेस्टर्न इंडिया सिने एम्प्लॉइज टेक्नीशियन कोई भी नहीं। इंडस्ट्री के करीब 90फीसदी लोग, एफडब्लूआईसीई के किसी न किसी एसोसिएशन के मेंबर हैं। अगर ये मेंबर रणवीर के साथ काम करने से मना कर दें, तो उनकी अपकमिंग फिल्मों की शूटिंग रुक सकती है। रणवीर 3-4 बहुत बड़े बजट की फिल्में कर रहे हैं। इसमें शाहरुख खान के साथ 'किंग', डायरेक्टर जय मेहता के साथ प्रलय, कियारा अडवाणी के साथ एक फिल्म और धुरंधर के डायरेक्टर आदित्य धर के साथ भी एक बड़ा प्रोजेक्ट शामिल है। इन फिल्मों के मेकर्स को प्रोजेक्ट्स आगे बढ़ाने के लिए फेडरेशन से मंजूरी लेनी पड़ सकती है। यानी रणवीर के लीड रोल वाली ये फिल्में लटक भी सकती हैं। सवाल-4ः इससे पहले एफडब्लूआईसीई ने ऐसे बैन लगाए, तब क्या हुआ? जवाबः एफडब्लूआईसीई अपनी बातें मनवा लेता है। 4 मामले- 1. कानूनी मामला हो जाएगा। इसमें कांट्रैक्ट और एग्रीमेंट के कानून के मुताबिक, कोर्ट ही कोई फैसला ले सकता है। एक्सपर्ट्स मानते हैं कि एफडब्लूआईसीई के पास रणवीर को फिल्मों में काम करने से रोकने का कोई कानूनी अधिकार नहीं है। ये विवाद अब मीडिया के सामने है, इसीलिए इसे बातचीत से सुलझा लिया जाएगा। फिल्म और मीडिया इंडस्ट्री से जुड़े कानूनी मामलों की एक्सपर्ट एडवोकेट सवीना बेदी ने बताया, 'रणवीर को जारी नोटिस कानूनी तौर पर कमजोर दिख रहा है। एफडब्लूआईसीई के पास सिने एंड टीवी आर्टिस्ट्स एसोसिएशन, सीआईएनटीएए की भागीदारी के बिना रणवीर के खिलाफ सीधे कोई ठोस कार्रवाई करने का आधिकार नहीं है।' 'रणवीर बड़े एक्टर हैं, उनके पास कई बड़े फिल्म स्टूडियोज का सपोर्ट है। उनके लिए इस विवाद को

सलमान खानः दबाव में पाकिस्तानी सिंगर आतिफ का गाना हटाया-2019 के पुलवामा आतंकी हमले के बाद, ऑल इंडिया सिने वर्कर्स एसोसिएशन, यानी एआईसीडब्लूए ने पाकिस्तानी कलाकारों पर बैन की घोषणा की। तब सलमान अपने प्रोडक्शन हाउस के बैनर तले फिल्म 'नोटबुक' बना रहे थे, जिसके लिए पाकिस्तानी सिंगर आतिफ असलम पहले ही एक गाना रिकॉर्ड कर चुके थे। एफडब्लूआईसीई ने गाना दोबारा किसी भारतीय सिंगर से रिकॉर्ड सुलझाना ज्यादा मुश्किल नहीं होगा। दोनों पक्ष किसी नतीजे पर पहुंचना चाहेंगे। रणवीर की फिल्म में वापसी भी हो सकती है।' जाने-माने फिल्म क्रिटिक और ट्रेड एनालिस्ट तरण आदर्श बताते हैं, 'मुझे लगता है कि फिल्म प्रोड्यूसर फरहान अख्तर, रितेश सिधवानी और रणवीर सिंह को आमने-सामने बैठकर विवाद सुलझा लेना चाहिए। 80-90 के दशक में भी ऐसे कई विवाद होते थे, आज भी होते हैं, लेकिन बातचीत से उनका हल निकाल लिया जाता है।'

बॉयफ्रेंड ने दिया धोखा-मेरी ही सहेली को डेट कर रहा है, दोनों ने मिलकर मेरा दिल तोड़ा है, खुद को कैसे हील करूं

नोएडा। सवाल- मेरी उम्र 20 साल है। मैं 6 महीने से कॉलेज में एक लड़के के साथ रिलेशनशिप में थी। मैंने उसे अपनी एक फ्रेंड से मिलवाया। हम तीनों साथ में कभी-कभी हैंगहाउट करते थे। एग्जाम्स के

बाद समर वेकेशन में मैं 2 महीने के लिए पर घर चली गई। जब मैं वापस आई, तो वे दोनों मुझसे ठीक से बात नहीं कर रहे थे। अब पता चला है कि वे दोनों एक-दूसरे को डेट कर रहे हैं। मुझे बहुत बुरा लग रहा है और मैं खुद को चीटेड फील कर रही हूं। मैं समझ नहीं पा रही हूं कि इस सिचुएशन को कैसे संभालूं और अपने इमोशन्स से कैसे डील करूं? विषय को समझेंगे सवाल जवाब के माध्यम से एक्सपर्टः डॉ. जया सुकुल, क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट, नोएडा जी के साथ- जवाब- सवाल पूछने के लिए आपका शक्रिया। 20 साल की उम्र जीवन का वह पड़ाव है, जब भावनाएं काफी तेज होती हैं। आपने बताया है कि बॉयफ्रेंड और दोस्त ने मिलकर आपका दिल तोड़ा है। साइकोलॉजी में इसे 'डबल बिट्रेयल' (दोहरा विश्वासघात) कहते हैं। अभी आपको ये ट्रेजेडी जैसा महसूस हो रहा है, लेकिन विश्वास करिए 10 साल बाद यह घटना एकदम सामान्य लगेगी। चलिए आपकी पूरी सिचुएशन समझते हैं और उसके सॉल्यूशन पर बात करते हैं। 20-25 साल की उम्र एक्सप्लोर करने और अनुभव बटोरने की होती है। इस उम्र में हम रिश्ते, करियर और खुद को समझना शुरू करते हैं। इस दौर में बने रिश्ते अक्सर भावनाओं पर आधारित होते हैं। इसलिए ये बहुत स्थायी नहीं होते हैं। इस घटना को 'ट्रेजेडी' की तरह देखने की बजाय 'लाइफ लेसन' की तरह देखना बेहतर होगा, क्योंकि यही अनुभव आपको आगे बेहतर निर्णय लेने में मदद करेगा। अभी पूरी उम्र और बेहतर संभावनाओं का आसमान आपके सामने खुला है। अपनी भावनाओं को दबाएं नहीं-धोखा मिलने पर दुखी होना, गुस्सा आना या रोना बिल्कुल सामान्य है। खुद को यह कहने की जरूरत नहीं है कि, 'मुझे इतना परेशान नहीं होना चाहिए।' बल्कि खुद से कहें- 'मुझे दुख हो रहा है और यह बिल्कुल सही है।'रोना आए तो रो लें। किसी भरोसेमंद दोस्त से बात करें। अपनी भावनाओं को डायरी में लिखें। यही हीलिंग का पहला कदम है। यह एक नई शुरुआत है-अभी आपको लग सकता है कि सब खत्म हो गया, लेकिन सच्चाई इससे अलग है। ब्रेकअप अंत नहीं, प्यार में धोखा मिलने पर लोग अक्सर खुद में कमियां ढूंढने लगते हैं। वह कारण खोजते हैं कि उन्हें धोखा क्यों मिला है। जबकि असल में कमी सामने वाले की नीयत में होती है। इस तरह के इंसिडेंट्स को अनुभव की तरह लेना चाहिए। आगे आसमां और भी है-यह सोचिए कि जो इंसान मात्र 2 महीने आपकी एब्सेंस में आपकी सहेली के साथ रिश्ते में आ गया, क्या वह कभी आपके प्रति सीरियस था? शायद नहीं। इसलिए जो आपका था ही नहीं, उसे खोने का अफसोस ही क्यों करना है। 20 की उम्र जीवन का केवल एक छोटा सा हिस्सा भर है, पूरी फिल्म अभी बाकी है। अपनी नजरें समेटने की बजाय सामने देखिए, अभी पूरा आसमान बाकी है। आपको भविष्य में ऐसे कई सच्चे लोग, वफादार दोस्त और बेहतर रिश्ते मिलेंगे, जो आपकी कद्र करना जानते होंगे। इस एक कड़वे अनुभव को अपनी पूरी जिंदगी न समझें, बल्कि इसे एक नई और बेहतर शुरुआत का मौका मानें। क्या करें? भावुकता से निकलकर अब आपको एक्शन-ओरिएंटेड होना पड़ेगा। जब आप व्यस्त रहेंगी तो इस दुख से उबरने में मदद मिलेगी। करियर और स्किल्स पर ध्यान दें- अपनी पढ़ाई, इंटर्नशिप या किसी नई भाषा/हुनर को सीखने में अपनी पूरी ऊर्जा लगा दें। आपकी सफलता ही आपका सबसे बड़ा बदला होगा। सोशल मीडिया डिटॉक्स- उसे ब्लॉक या अनफॉलो करना कमजोरी नहीं, बल्कि एक तरह से 'मानसिक सुरक्षा' है। इसलिए उसकी लाइफ अपडेट्स देखना बंद करें। नए लोगों से मिलें- अपनी दुनिया को उस एक कॉलेज ग्रुप तक सीमित न रखें। नए क्लब जॉइन करें, वर्कशॉप में जाएं। हॉबीज को समय दें- डांस, पेंटिंग, राइटिंग या स्पोर्ट्स, जो भी आपको खुशी देता है, उसमें भाग लें। इससे आपका 'डोपामाइन' लेवल बढ़ेगा और कॉन्फिडेंस वापस आएगा। हीलिंग पर ध्यान दें-इस दुख से उबरने की यात्रा में आप किसी दिन आप बहुत अच्छा महसूस करेंगी और किसी दिन बहुत तकलीफ भी होगी। यह सामान्य है। बस उस पुराने घाव को बार-बार 'चेक' करके कुरेदना बंद करें। डबल बिट्रेयल से निपटने के 5 गोल्डन रूल-1. खामोशी में ही ताकत है-उसे फोन या मैसेज करके यह न बताएं कि आप कितनी दुखी हैं। भावनाओं को उसके सामने जाहिर करने की बजाय डायरी में लिखें या किसी भरोसेमंद से बांटें। 2. जवाब की उम्मीद छोड़ दें-उससे यह पूछकर वक्त बर्बाद न करें कि ऐसा क्यों किया? सफाई की उम्मीद आपको उसी दुख में अटकाए रखेगी। इसलिए सच को स्वीकार कर आगे बढ़ें। 3. खुद पर विश्वास बनाए रखें-दो गलत लोगों की वजह से खुद को कम न आंकें। याद रखें, आप आज भी उतनी ही अच्छी इंसान हैं। सिर्फ इसलिए कि किसी ने भरोसा तोड़ा, पूरी दुनिया को बुरा न समझें। अच्छे लोग और सच्चे दोस्त अभी भी आपकी लाइफ में आएंगे। 4. कॉलेज में गरिमा रखें-जब भी वे सामने आएं, न गुस्सा करें और न ही रोएं। बस ऐसे रहें जैसे वे कोई अजनबी हों। आपका आत्मविश्वास और आपकी मुस्कान यह साबित करेगी कि आपकी खुशी किसी इंसान की मोहताज नहीं है। 5. खुद को दोष न दें-'मैंने गलत इंसान पर भरोसा क्यों किया' जैसे विचार छोड़ दें। भरोसा करना आपकी अच्छाई थी, कमजोरी नहीं। खुद को माफ करें और खुद से प्यार करें। आप एक नई और खूबसूरत शुरुआत की हकदार हैं। अंतिम सलाह-20 साल की उम्र में दिल टूटने पर ऐसा लगता है जैसे दुनिया रुक गई हो, लेकिन सच ये है कि आपकी कहानी अभी शुरू हुई है। आपको आगे बेहतर लोग, बेहतर रिश्ते और ढेर सारी खुशियां मिलेंगी।



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।