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

आधुनिक समाचार

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

प्रयागराज से प्रकाशित हिन्दी दैनिक

वर्ष -12 अंक - 140 | प्रयागराज, बुधवार 16 सितम्बर, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

होर्मुज स्ट्रेट की सुरक्षा का पैसा दे दुनिया,कहा- अमेरिका ने तेल सप्लाई जारी रखी, दूसरे देशों ने कोई मदद नहीं की-अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प

वॉशिंगटन। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने सोमवार को होर्मुज स्ट्रेट की सुरक्षा का खर्च दूसरे देशों से लेने की बात कही है। उन्होंने कहा कि उन देशों को अमेरिका को पैसा देना चाहिए, जिन्होंने ईरान के साथ जारी संघर्ष में हमारी मदद नहीं की।ट्रम्प ने ट्रूथ सोशल पर कहा कि होर्मुज स्ट्रेट से तेल की सप्लाई अब भी जारी है। उनके मुताबिक, अमेरिका कई पीढ़ियों से अपने हितों की जगह दूसरे देशों के लिए ज्यादा काम करता रहा है। ट्रम्प ने कहा, दुनिया के जिन देशों ने हमारी बिल्कुल मदद नहीं की, उन्हें इस संकट के खत्म होने पर अमेरिका को भुगतान करना चाहिए और वे ऐसा करेंगे। ट्रम्प ने 7 देशों से मदद मांगी थी-रॉयटर्स के मुताबिक 16 मार्च 2026 को ट्रम्प ने कहा था कि अमेरिका ने होर्मुज की सुरक्षा के लिए 7 देशों से संपर्क किया। हालांकि उन्होंने उन देशों के नाम नहीं बताए थे। इससे पहले एक सोशल मीडिया पोस्ट में उन्होंने उम्मीद जताई थी कि चीन, फ्रांस, जापान, दक्षिण कोरिया और ब्रिटेन होर्मुज की सुरक्षा में

अमेरिका का साथ देंगे। ट्रम्प बोले- ईरान जल्द समझौता करना चाहता है- ट्रम्प ने यह भी कहा कि ईरान अमेरिका के साथ बातचीत करना चाहता है और जल्द समझौता करने की कोशिश कर रहा है। ट्रम्प ने साफ किया कि अमेरिका ईरान से बातचीत करेगा या नहीं, इसका फैसला वही करेंगे। उन्होंने ईरान के साथ चल रहे संघर्ष का जिक्र करते हुए कहा कि होर्मुज से तेल की आवाजाही से जिन देशों को फायदा हो रहा है, उन्हें इसकी सुरक्षा का खर्च भी उठाना चाहिए। अमेरिका ने ईरान के 5 तेल टैंकरों पर हमला किया था- अमेरिकी सेना ने 8 सितंबर को ईरान से जुड़े 5 तेल टैंकरों पर हमला किया था। इसके कुछ घंटे बाद ईरान ने जॉर्डन स्थित अमेरिकी सैन्य ठिकाने की ओर 20 बैलिस्टिक मिसाइलें दागीं थीं। अमेरिकी सेंट्रल कमांड के मुताबिक, ईरान ने अमेरिकी नौसेना के युद्धपोत पर हमला किया था। इसके जवाब में अमेरिका ने ईरानी रेवोल्यूशनरी गार्ड्स कॉर्प्स (आईआरजीसी) से जुड़े तेल टैंकरों पर हमला किया। अमेरिकी हमले के बाद ईरान ने होर्मुज स्ट्रेट में 10 जहाजों पर हमला करने का दावा किया था। इनमें 2 अमेरिकी जहाज और 8 तेल टैंकर शामिल थे। ईरान ने अमेरिका का एक सब-मरीन ड्रोन पकड़ने का दावा भी किया था। होर्मुज स्ट्रेट से जहाजों की आवाजाही घटी-फिलहाल होर्मुज स्ट्रेट पूरी तरह बंद नहीं है, लेकिन यहां जहाजों की आवाजाही सामान्य से काफी कम हो गई है। रॉयटर्स के मुताबिक, 15 सितंबर 2026 की रिपोर्ट में सोमवार को सिर्फ 4 कमोडिटी जहाजों के हॉर्मुज से गुजरने की जानकारी दी गई, जबकि एक दिन पहले यह संख्या 10 थी। युद्ध शुरू होने से पहले इस रास्ते से रोजाना करीब 125 जहाज गुजरते थे। ये आंकड़े क्पलेर के शुरुआती शिप-ट्रैकिंग डेटा पर आधारित हैं। कुछ जहाज एआईएस बंद करके यहां से गुजर सकते हैं, इसलिए असल संख्या ज्यादा हो सकती है।

मलेशियाई पीएम की बॉलीवुड प्लेलिस्ट वायरल, ब्रिक्स डिनर में गाने गाए थे, पीएम मोदी, पुतिन और राहुल गांधी के साथ वाली तस्वीरों पर सॉन्ग लगाए

नयी दिल्ली। 18वें ब्रिक्स समिट के बाद मलेशिया के प्रधानमंत्री अनवर इब्राहिम की बॉलीवुड प्लेलिस्ट सोशल मीडिया पर चर्चा में है। उन्होंने भारत दौरे की अलग-अलग तस्वीरों और वीडियो के साथ बॉलीवुड के मशहूर गाने लगाए हैं। हर तस्वीर के लिए चुना गया गाना उसके मौके से जुड़ा नजर आया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और दूसरे नेताओं के साथ अपनी रील पर अनवर इब्राहिम ने शाहरुख खान और काजोल की फिल्म 'दिलवाले दुल्हनिया ले जाएंगे' का गाना 'तुझे देखा तो ये जाना सनम' लगाया। मोदी के साथ एक दूसरी तस्वीर पर शाहरुख खान, माधुरी दीक्षित और करिश्मा कपूर की फिल्म 'दिल तो पागल है' का टाइटल सॉन्ग इस्तेमाल किया।पुतिन के साथ लगान का 'चले चलो' रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के साथ फोटो पर अनवर इब्राहिम ने आमिर खान की फिल्म 'लगान' का 'चले चलो' गाना लगाया। इस गाने के जरिए भी साथ आगे बढ़ने का संदेश दिया गया। अपनी तस्वीरों पर 'हर दिल जो प्यार

करेगा' ब्रिक्स समिट को संबोधित करते हुए अपनी तस्वीरों के साथ अनवर ने सलमान खान, रानी मुखर्जी और प्रीति जिंटा की फिल्म 'हर दिल जो प्यार करेगा' का गाना लगाया। भारत से विदाई के वीडियो में उन्होंने फिल्म 'लक्ष्य' का 'कंधों से मिलते हैं कंधे' गाना इस्तेमाल किया। दोनों गाने साथ आने और एकजुटता का संदेश देते हैं। राहुल और प्रियंका गांधी के साथ 'ऐसा देश है मेरा' भारत दौरे के दौरान अनवर इब्राहिम ने कांग्रेस नेता राहुल गांधी और प्रियंका गांधी से भी मुलाकात की। उनके साथ भोजन की तस्वीरें शेयर करते हुए उन्होंने फिल्म 'वीर-जारा' का 'ऐसा देश है मेरा' गाना लगाया। यह गाना भारत की सांस्कृतिक विविधता को दिखाता है। ईरानी राष्ट्रपति के साथ 'साथी हाथ बढ़ाना' ईरानी राष्ट्रपति मसूद पजशकियान के साथ मुलाकात की तस्वीर पर अनवर ने 1957 की फिल्म 'नया दौर' का 'साथी हाथ बढ़ाना' गाना लगाया। यह गाना साथ मिलकर आगे बढ़ने का संदेश देता है। ब्रिक्स डिनर में किशोर-मुकेश के गाने गाए- अनवर इब्राहिम ने 12 सितंबर को ब्रिक्स समिट के डिनर में किशोर कुमार का मशहूर गाना 'ख्वाब हो तुम या कोई हकीकत...' गाया था। साथ ही उन्होंने मुकेश का गीत दोस्त दोस्त ना रहा... भी गुनगुनाया। अनवर ने इसका वीडियो अपने सोशल मीडिया एक्स के अकाउंट पर शेयर किया। उन्होंने लिखा था- गुरु, थोड़ा सा गाने की इजाजत है? वीडियो करीब डेढ़ मिनट का है। अनवर किशोर कुमार के फैन हैं,**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

दावा-भारत में चीन-विरोधी गतिविधियां रोकने का भरोसा दिया मोदी ने,चीन बोला- दोनों देश साझेदार रहें, प्रतिद्वंद्वी नहीं, सीमा पर शांति पर भी सहमति

बीजिंग। चीन के विदेश मंत्रालय ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शी जिनपिंग से

मुलाकात के दौरान भारत की स्वतंत्र विदेश नीति की बात कही। चीन के मुताबिक, पीएम मोदी ने कहा कि भारत अपनी जमीन का इस्तेमाल चीन विरोधी गतिविधियों के लिए नहीं होने देगा। चीनी विदेश मंत्री वांग यी ने सोमवार को कहा कि जिनपिंग और मोदी के बीच दिल्ली में हुई बैठक में सबसे अहम सहमति यह बनी कि चीन और भारत को प्रतिद्वंद्वी नहीं, बल्कि साझेदार बने रहना चाहिए। वांग के मुताबिक, दोनों नेताओं ने सीमा से लगे इलाकों में शांति बनाए रखने पर भी सहमति जताई। दोनों नेताओं की यह बैठक 12-13 सितंबर को 18वें ब्रिक्स सम्मेलन से इतर हुई थी। वांग बोले- दोनों देशों के बीच सहयोग बढ़ रहा है-वांग ने कहा कि दोनों देशों के बीच व्यापार रिकॉर्ड स्तर पर पहुंच गया है और लोगों के बीच संपर्क भी पहले से ज्यादा बढ़ा है। उन्होंने कहा कि चीन और भारत की 2.8 अरब से ज्यादा आबादी के लिए दोनों देशों के रिश्तों में सुधार अच्छी खबर है। साथ ही, यह ग्लोबल साउथ के देशों के बीच सहयोग मजबूत करने में भी अहम भूमिका निभाएगा। दोनों देशों के नेताओं की रणनीतिक दिशा में चीन-भारत संबंध धीरे-धीरे खराब दौर से बाहर निकले हैं। अब दोनों देशों के रिश्ते फिर से शुरू होने के बाद एक नए स्तर पर पहुंच रहे हैं।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

सऊदी अरब में 11 करोड़ टन यूरेनियम वाला खनिज मिला,मदीना में रेयर अर्थ मिनरल्स भी मिले

रियाद। सऊदी अरब के मदीना इलाके में करीब 11 करोड़

टन यूरेनियम वाला खनिज मिला है। यहां यूरेनियम के साथ रेयर अर्थ मिनरल्स भी पाए गए हैं।सऊदी अरब के ऊर्जा मंत्री प्रिंस अब्दुलअजीज बिन सलमान ने वियना में अंतरराष्ट्रीय परमाणु ऊर्जा एजेंसी (आईएईए) के सम्मेलन में इसकी जानकारी दी। उन्होंने बताया कि यह खोज मदीना के जबल सैयद प्रोजेक्ट में हुई है। यूरेनियम का इस्तेमाल परमाणु ऊर्जा और हथियार बनाने में होता है। सऊदी अरब पहले से ही परमाणु ऊर्जा का इस्तेमाल बढ़ाने की योजना पर काम कर रहा है। तेल से परमाणु ऊर्जा की तरफ बढ़ रहा सऊदी-सऊदी अरब की अर्थव्यवस्था लंबे समय से तेल पर निर्भर रही है। अब वह तेल के साथ परमाणु, सौर और पवन ऊर्जा जैसे दूसरे स्रोतों को भी बढ़ावा दे रहा है। सऊदी परमाणु बिजलीघर लगाने और देश में मिले यूरेनियम का इस्तेमाल करने की योजना पर काम कर रहा है। ऐसे में मदीना में यूरेनियम वाला खनिज मिलना उसके लिए अहम हो सकता है। अगर आगे की जांच में यहां से यूरेनियम निकालना फायदेमंद साबित हुआ, तो सऊदी परमाणु ऊर्जा के लिए अपनी जरूरत का कुछ हिस्सा देश में ही पूरा कर सकेगा। इससे दूसरे देशों से यूरेनियम खरीदने पर उसकी निर्भरता घट सकती है। हालांकि, खनिज मिलने के बाद सीधे परमाणु ईंधन तैयार नहीं होता। पहले यूरेनियम को निकालना और फिर उसे इस्तेमाल लायक बनाना पड़ता है।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

पूर्व पाक प्रधानमंत्री इमरान खान की पूर्व पत्नी जेमिमा ने ऑस्ट्रेलियाई करोड़पति से की दूसरी शादी

इस्लामाबाद। पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री और क्रिकेटर इमरान खान की पूर्व पत्नी जेमिमा गोल्डस्मिथ ने 52 साल की उम्र में

दूसरी शादी कर ली है।जेमिमा ने 62 साल के आयरिश-ऑस्ट्रेलियाई करोड़पति कैमरन ओ'राइली से शादी की है। दोनों की शादी इमरान खान से तलाक के 22 साल बाद हुई है। इमरान और जेमिमा का तलाक 2004 में हुआ था। हालांकि, जेमिमा और कैमरन ने खुद अपनी शादी की जानकारी सार्वजनिक नहीं की। जेमिमा की भाभी जेमिमा जोन्स ने इसकी जानकारी दी। जोन्स, जेमिमा के भाई बेन गोल्डस्मिथ की पत्नी हैं। उन्होंने 13 सितंबर को इंस्टाग्राम पर एक फोटो शेयर की। जेमिमा ने 1995 में इमरान खान से की थी शादी- जेमिमा ने पहली शादी इमरान खान से 1995 में की थी। उस समय जेमिमा की उम्र सिर्फ 21 साल थी, जबकि इमरान खान 42 साल के थे। इमरान तब क्रिकेट की दुनिया में बड़ा नाम थे और राजनीति में कदम रखने की तैयारी कर रहे थे। दोनों की उम्र में 21 साल का अंतर था। इसके अलावा दोनों की संस्कृति भी अलग थी। इसी वजह से जेमिमा के माता-पिता इस रिश्ते को लेकर शुरुआत में चिंतित थे। शादी के बाद दोनों के दो बेटे हुए, सुलेमान ईसा और कासिम। जेमिमा और इमरान का जून 2004 में तलाक हो गया। तलाक के बाद जेमिमा अपने दोनों बच्चों के साथ लंदन लौट गईं। वहां उन्होंने डॉक्यूमेंट्री फिल्ममेकर और स्क्रीनराइटर के तौर पर काम शुरू किया। निजी समारोह में हुई शादी- डेली मेल की रिपोर्ट के मुताबिक, जेमिमा और कैमरन ने एक निजी समारोह में शादी की। शादी बेहद गुपचुप तरीके से हुई और इससे पहले मीडिया को इसकी कोई जानकारी नहीं दी गई थी।

ट्रम्प की डाक वोटिंग सख्त करने की कोशिश पर रोक,सुप्रीम कोर्ट के 9 में से 7 जज खिलाफ

वोटरों की जानकारी यूएसपीएस को देने का था आदेश

वॉशिंगटन डीसी। अमेरिकी सुप्रीम कोर्ट ने डाक से वोटिंग के नियम सख्त करने के ट्रम्प के

आदेश पर लगी रोक हटाने से इनकार किया। 7-2 के फैसले में कोर्ट ने निचली अदालत के फैसले को बरकरार रखा। मामला नवंबर में होने वाले मिडटर्म चुनाव से जुड़ा है। ट्रम्प ने मार्च में डाक से वोटिंग में गड़बड़ी रोकने के लिए नए नियमों का आदेश दिया था। इसके तहत वे चाहते थे कि डाक से वोट भेजने वाले मतदाताओं की सूची राज्यों की ओर से अमेरिकी डाक सेवा (यूएसपीएस) को दी जाए। निचली अदालत ने इस आदेश पर रोक लगा दी थी। वोटर की पहचान नहीं मिली तो बैलेट रोकने का अधिकार मिलता-अगर कोई बैलेट नए नियमों के मुताबिक नहीं होता या वोटर का नाम तय सूची में नहीं मिलता, तो यूएसपीएस उस बैलेट को रोक सकता था। डेमोक्रेटिक पार्टी की सरकार वाले राज्यों और वोटिंग अधिकारों के लिए काम करने वाले संगठनों ने इन नियमों का विरोध किया था। उनका कहना था कि इससे चुनाव के दौरान मतदाताओं की परेशानी बढ़ सकती है। कोर्ट ने टाइमिंग पर उठाया सवाल- सुप्रीम कोर्ट के सामने सवाल सिर्फ यह नहीं था कि ट्रम्प की योजना सही है या गलत। बड़ी दिक्कत यह थी कि इसे लागू करने के लिए अब वक्त ही कितना बचा है। नवंबर के चुनाव में कुछ ही समय बाकी है और कई राज्यों में बैलेट भेजने की प्रक्रिया शुरू हो चुकी है। जस्टिस ब्रेट कावानॉ ने कहा कि ट्रम्प की योजना को भविष्य के चुनावों में लागू किया जा सकता है। लेकिन नवंबर के चुनाव से ठीक पहले पूरी व्यवस्था बदलना मुश्किल होगा। **आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

लंदन में पहली बार गंगा आरती, हजारों लोग शामिल हुए,थेम्स के किनारे वाराणसी जैसी झलक

लंदन। लंदन में रविवार को पहली बार थेम्स नदी के किनारे गंगा आरती का आयोजन हुआ। इस आरती में हजारों लोग शामिल हुए थे। भजन और मंत्रों के जाप के साथ हुई आरती ने थेम्स के किनारे वाराणसी के घाटों जैसी झलक दिखाई। चिन्मय मिशन यूके ने टोटली थेम्स फेस्टिवल के साथ मिलकर यह आयोजन किया। यह चिन्मय मिशन के 75 साल पूरे होने के मौके पर हो रहे कार्यक्रमों का हिस्सा था। आरती के जरिए नदी, प्रकृति और जीवन के लिए आभार जताया गया। फीडबैक को देखते हुए थेम्स नदी के किनारे गंगा आरती हर साल आयोजित की जा सकती है। भजन, मंत्र और दीपों के साथ हुई आरती-कार्यक्रम में भजन,

मंत्रोच्चार और संगीत प्रस्तुतियां हुईं। बड़ी संख्या में लोगों ने आरती में हिस्सा लिया और दिए जलाकर नदी के लिए सम्मान जताया।चिन्मय मिशन यूके की रेजिडेंट टीचर ब्रह्मचारिणी श्रीप्रिया चैतन्य ने कहा कि पीढ़ियों से लोग गंगा के किनारे नदी, प्रकृति और जीवन के लिए सम्मान जताने के लिए दिए जलाते हैं। थेम्स पर हुई यह आरती इसी भावना को लंदन तक पहुंचाने की कोशिश है। उन्होंने कहा कि चिन्मय मिशन के लिए गंगा सिर्फ एक नदी नहीं, बल्कि ज्ञान के प्रवाह का भी प्रतीक है। मिशन के संस्थापक स्वामी चिन्मयानंद ने वेदांत के ज्ञान को लोगों तक पहुंचाने के लिए अपना जीवन लगा दिया था। चिन्मय मिशन के 75 साल पूरे होने के मौके पर यह आयोजन उनकी इसी विरासत को याद करने का एक तरीका था। थेम्स में नहीं बहाए गई पूजा सामाग्री- इस आयोजन की सबसे खास बात यह रही कि आरती के दौरान थेम्स नदी में कोई दिए, फूल या दूसरी पूजा सामग्री नहीं डाली गई। चिन्मय मिशन के प्रवक्ता ने बताया कि आरती में इस्तेमाल किए गए दीपक भी नदी में नहीं छोड़े गए, बल्कि किनारे पर ही रखे गए। कार्यक्रम में कचरा कम करने और सिंगल-यूज प्लास्टिक का इस्तेमाल घटाने पर भी ध्यान दिया गया।

ढाका यूनिवर्सिटी में जिन्ना की तस्वीरों पर बवाल,छात्रों ने फाड़कर हटाया, पूर्व चीफ गुलाम आजम की तस्वीर लगाई

ढाका। बांग्लादेश की ढाका यूनिवर्सिटी में पाकिस्तान के संस्थापक मोहम्मद अली जिन्ना की तस्वीरें लगाने को लेकर विवाद हो गया है। यूनिवर्सिटी के सेंट्रल स्टूडेंट्स यूनियन (डियूसीएसयू) के नए आर्काइव में जिन्ना की तीन तस्वीरें लगाई गई थीं। छात्रों ने इसका विरोध किया और एक तस्वीर फाड़ दी। इसके जवाब में छात्र फेडरेशन के एक नेता ने उसी जगह जमात-ए-इस्लामी के पूर्व प्रमुख गुलाम आजम की तस्वीर लगा दी। इसके बाद मामला और बढ़ गया। डियूसीएसयू के नए सिरे से तैयार किए गए आर्काइव का उद्घाटन रविवार को हुआ था। यहां 1905 से 1971 तक ढाका यूनिवर्सिटी के इतिहास से जुड़ी सामग्री रखी गई है। आर्काइव में जिन्ना से जुड़ी तीन तस्वीरें थीं। इनमें 1948 की एक तस्वीर

भी शामिल थी। इसमें जिन्ना ढाका के तत्कालीन रेसकोर्स ग्राउंड में उर्दू को पाकिस्तान की एकमात्र राज्य भाषा बनाने की बात कह रहे थे। दूसरी तस्वीर 1940 में ऑल इंडिया मुस्लिम लीग के लाहौर अधिवेशन की थी। तीसरी 1970 के चुनाव से जुड़ी 'डॉन' अखबार की कटिंग थी। डियूसीएसयू सचिव फातिमा तसनीम जुमा ने कहा कि तस्वीरें जिन्ना के सम्मान में नहीं लगाई गई थीं। उनका कहना था कि आर्काइव में उस दौर की प्रमुख घटनाओं और उनसे जुड़े लोगों को दिखाया गया है। डियूसीएसयू के जीएस एसएम फरहाद ने कहा कि जिन्ना की उर्दू वाली तस्वीर भी उनके समर्थन में नहीं थी। इसे इसलिए रखा गया था ताकि लोगों को उनके भाषा संबंधी रुख और उसके विरोध के बारे में पता चले। छात्रों ने पूछा- मुजीबुर रहमान की तस्वीर क्यों नहीं? तस्वीरें सामने आने के बाद कुछ छात्र संगठनों ने विरोध शुरू कर दिया। उनका कहना था कि ढाका यूनिवर्सिटी का इतिहास भाषा आंदोलन और 1971 की आजादी की लड़ाई से जुड़ा है। ऐसे में जिन्ना की तस्वीरों को आर्काइव में जगह देना सही नहीं है।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

अमेरिका के कैलिफोर्निया में भारतीय महिला की शादी से इनकार करने पर 16 साल छोटे लड़के ने गोली मारी फिर किया सुसाइड

कैलिफोर्निया। अमेरिका के कैलिफोर्निया में भारतीय मूल की 38 साल की शालिनी ठाकुर की गोली मारकर हत्या कर दी गई। आरोपी ने मंगलवार को सैक्रामेंटो में एक रेस्टोरेंट के बाहर शालिनी का पीछा किया और फिर उसे गोली मार दी। आरोपी की पहचान 22 साल के रोहित के रूप में हुई। पुलिस ने उसे घेर लिया था। इसी दौरान रोहित ने खुद को गोली मारकर आत्महत्या कर ली। शालिनी की मां सुदेश कुमारी के मुताबिक, रोहित करीब एक साल से उनकी बेटी का पीछा कर रहा था और उसे परेशान करता था। वह शालिनी से शादी करना चाहता था, लेकिन शालिनी ने उम्र में काफी अंतर होने की वजह से शादी से इनकार कर दिया था। इसके बाद रोहित नाराज हो गया था। भागकर जान बचाने की कोशिश की, लेकिन नाकाम रही- पुलिस के मुताबिक, शालिनी आईन आकैड इलाके के एक शॉपिंग प्लाजा में काम करती थी। काम पर जाते समय रोहित ने उसका पीछा किया। उसने शालिनी को एक रेस्टोरेंट के बाहर रोक लिया। शालिनी जान बचाने के लिए वहां से भागी, लेकिन रोहित ने उसका पीछा किया और उस

पर कई गोलियां चला दीं। लोगों ने पुलिस को रोहित की गाड़ी के बारे में जानकारी दी। पुलिस ने कुछ ही देर में गाड़ी की लोकेशन पता कर ली। गाड़ी ईस्टबाउंड हाईवे 50 पर मिली। पुलिस ने उसे रोकने की कोशिश की तो रोहित ने अचानक गाड़ी रोक दी। पुलिस जब गाड़ी के पास पहुंची तो रोहित ड्राइवर सीट पर खून से लथपथ पड़ा था। उसने खुद को गोली मार ली थी। जनवरी से कर रहा था पीछा- स्थानीय रिपोर्टों के मुताबिक, रोहित जनवरी 2026 से शालिनी का पीछा कर रहा था। कई बार वह मदद करने के बहाने शालिनी की कार के टायरों की हवा निकाल देता था। वह काम पर जाते समय उसका पीछा करता था। एक बार उसने शालिनी के अपार्टमेंट की चाबी की कॉपी हासिल कर ली थी। इसके बाद वह हर कभी उसके घर में घुस जाता था। शालिनी ने मई में रोहित के खिलाफ मामला दर्ज कराया था। कोर्ट ने रोहित को चेतावानी भी दी थी। इसके बावजूद, उसने शालिनी का पीछा नहीं छोड़ा था। अवैध तरीके से अमेरिका में रह रहा था अमेरिकी गृह सुरक्षा विभाग के प्रवक्ता के अनुसार, रोहित बिना वैध दस्तावेजों के अमेरिका में रह रहा था। प्रवक्ता ने बताया कि 2023 में एरिजोना के रास्ते अमेरिका में दाखिल होने के बाद उसे अमेरिकी सीमा गश्ती दल ने गिरफ्तार किया था। इसके बाद बाइडन प्रशासन के दौरान उसे रिहा कर दिया गया था। हालांकि, उसके इमिग्रेशन से जुड़ी सटीक जानकारी साफ नहीं हो पाई है।

छात्राओं और शिक्षिकाओं ने मनाया हरियाली तीज, मेहंदी प्रतियोगिता में दिखी प्रतिभा,राजेश्वरी महिला स्नातकोत्तर महाविद्यालय में धूमधाम से हुआ तीजोत्सव, आशा यादव ने महिलाओं को श्रृंगार सामग्री देकर किया सम्मानित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) हरहुआ (वाराणसी)। शनिवार

को राजेश्वरी महिला स्नातकोत्तर महाविद्यालय में हरियाली तीज के पावन अवसर पर तीजोत्सव का आयोजन हर्षोल्लास एवं गरिमामय वातावरण में किया गया। यूजी एवं पीजी की छात्राओं के साथ शिक्षिकाओं ने भारतीय संस्कृति, परंपरा और प्रकृति से जुड़े इस पर्व को उत्साहपूर्वक मनाया। छात्राओं ने तीज गीतों पर पारंपरिक नृत्य प्रस्तुत कर कार्यक्रम में लोक संस्कृति के रंग बिखेरे। कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्वलन एवं मां सरस्वती की वंदना से हुआ। संस्थान की डायरेक्टर ज्योति सिंह ने सभी को हरियाली तीज की शुभकामनाएं देते हुए पर्व के आध्यात्मिक, सामाजिक एवं सांस्कृतिक महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि तीज प्रकृति के सौंदर्य, उमंग और नारी शक्ति के समर्पण एवं विश्वास का प्रतीक है। ऐसे आयोजन युवा पीढ़ी को भारतीय संस्कृति और परंपराओं से जोड़ने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। मेहंदी प्रतियोगिता में छात्राओं ने दिखाई प्रतिभा-तीजोत्सव के दौरान छात्राओं के लिए मेहंदी प्रतियोगिता आयोजित की गई। इसमें छात्राओं ने अपनी कलात्मक प्रतिभा का प्रदर्शन करते हुए हथेलियों पर पारंपरिक एवं आधुनिक डिजाइनों की आकर्षक मेहंदी रचाई। तीज गीतों और सांस्कृतिक प्रस्तुतियों ने पूरे वातावरण को उत्सवमय बना दिया। इस अवसर पर आशा यस ए-वन फाउंडेशन की संस्थापिका आशा यादव ने महिलाओं को श्रृंगार सामग्री प्रदान कर सम्मानित किया। उन्होंने कहा कि भारतीय पर्व केवल धार्मिक आस्था तक सीमित नहीं हैं, बल्कि समाज में प्रेम, सौहार्द और सेवा की भावना को भी मजबूत करते हैं। महिलाओं का सम्मान और जरूरतमंदों की सहायता समाज के प्रति हमारी जिम्मेदारी है। कार्यक्रम में महाविद्यालय के विभिन्न विभागों की शिक्षिकाओं एवं प्रवक्ताओं ने सक्रिय भागीदारी की। इनमें गृहविज्ञान विभाग से ज्योति गुप्ता व सरोजा, राजनीति विज्ञान विभाग से शालू गिरी, समाजशास्त्र विभाग से सुनीता कन्नौजिया तथा हिंदी विभाग से सुनीता पांडेय प्रमुख रूप से शामिल रहीं। कार्यक्रम के अंत में मेहंदी प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाली छात्राओं की सराहना की गई। इसके बाद उपस्थित छात्राओं एवं प्रवक्ताओं के बीच मिष्ठान वितरण कर तीजोत्सव का समापन किया गया। इस अवसर पर दीपांजलि, पूनम सरोज, अंजलि चौहान, रिमझिम राज, सानिया, करीना सहित बड़ी संख्या में छात्राएं एवं महाविद्यालय परिवार के सदस्य उपस्थित रहे।

जाम की समस्या को लेकर डीसीपी ट्रैफिक से मिले विकास जैन- बोले यातायात व्यवधान से व्यापारी होते हैं परेशान

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। नोएडा शहर

में यातायात व्यवस्था को बेहतर बनाने और जाम की समस्या के समाधान को लेकर उत्तर प्रदेश युवा व्यापार मंडल के प्रतिनिधिमंडल ने प्रदेश अध्यक्ष विकास जैन के नेतृत्व में डीसीपी ट्रैफिक अभय कुमार मिश्रा से मुलाकात की। बैठक में शहर के कुछ प्रमुख मार्गों और चौराहों पर लगातार सामने आ रही जाम एवं यातायात अव्यवस्था की समस्या को प्रमुखता से उठाया गया। प्रदेश कोषाध्यक्ष अंकुर बंसल ने डीसीपी को ऐसे चिन्हित स्थानों की जानकारी दी, जहां व्यस्त समय में यातायात बाधित होने से व्यापारियों और आम लोगों को परेशानी का सामना करना पड़ता है। मामले को गंभीरता से लेते हुए डीसीपी ट्रैफिक अभय कुमार मिश्रा ने संबंधित अधिकारियों को तत्काल प्रभाव से कार्रवाई के निर्देश दिए। उन्होंने स्पष्ट किया कि चिन्हित स्थानों पर यातायात व्यवस्था को दुरुस्त किया जाए और जाम की समस्या को समाप्त करने के लिए आवश्यक कदम उठाए जाएं। प्रदेश अध्यक्ष विकास जैन ने नोएडा की यातायात व्यवस्था में हो रहे सुधारों की सराहना करते हुए कहा कि सुचारु यातायात व्यवस्था शहर के व्यापार और आम नागरिकों, दोनों के लिए बेहद महत्वपूर्ण है।उन्होंने कहा कि व्यापार मंडल प्रशासन के साथ समन्वय बनाकर जनहित से जुड़े मुद्दों को लगातार उठाता रहेगा। डीसीपी अभय कुमार मिश्रा ने भी व्यापार मंडल के सामाजिक एवं जनहित के कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि संगठन जिस प्रकार सड़क, यातायात और अन्य जनसमस्याओं के समाधान के लिए सक्रिय रहता है, उसके प्रयास सराहनीय हैं।

राजस्व वसूली से लेकर विकास योजनाओं तक तेज हो प्रगति, धरातल पर दिखे परिणाम-जिलाधिकारी

खनन विभाग की राजस्व वसूली में अपेक्षित प्रगति न मिलने पर नाराजगी, खनन अधिकारी को प्रतिकूल प्रविष्टि के निर्देश,45 दिन से अधिक पुराने राजस्व वादों का अभियान चलाकर करें निस्तारण, अनावश्यक लंबित मामलों पर तय होगी जवाबदेही,सीएम डैशबोर्ड पर योजनाओं की प्रगति और रैंकिंग पर रखें पैनी नजर, कमजोर प्रदर्शन वाले विभागों को सुधार के निर्देश,पात्र व्यक्ति तक पहुंचे योजनाओं का लाभ, केवल आंकड़ों तक सीमित न रहे विभागीय प्रगति-जिलाधिकारी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। सोमवार को जनपद में राजस्व वसूली को गति देने, पुराने राजस्व वादों के समयबद्ध निस्तारण तथा शासन की प्राथमिकता वाली योजनाओं को प्रभावी ढंग से धरातल पर उतारने के उद्देश्य से जिलाधिकारी श्री चर्चित गौड़ की अध्यक्षता में आज कलेक्ट्रेट सभागार में राजस्व, कर-करेत्तर एवं सीएम डैशबोर्ड की विस्तृत समीक्षा बैठक आयोजित की गई। बैठक में जिलाधिकारी ने विभागवार राजस्व वसूली, निर्धारित लक्ष्य के सापेक्ष उपलब्धि, लंबित राजस्व वादों एवं विभिन्न विभागीय प्रकरणों की गहन समीक्षा की। साथ ही सीएम डैशबोर्ड पर प्रदर्शित योजनाओं, विकास कार्यक्रमों एवं विभागीय प्रगति की स्थिति की जानकारी ली और संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। खनन विभाग की राजस्व वसूली अपेक्षित स्तर पर न पाए जाने पर जिलाधिकारी ने नाराजगी व्यक्त करते हुए खनन अधिकारी को प्रतिकूल प्रविष्टि जारी करने के निर्देश दिए। उन्होंने स्पष्ट

किया कि राजस्व वसूली शासन की प्राथमिकताओं में शामिल है, इसलिए निर्धारित लक्ष्य के सापेक्ष विभागवार प्रगति की नियमित समीक्षा की जाए और वसूली में तेजी लाई जाए। जिलाधिकारी ने अधिकारियों को निर्देशित किया कि लक्ष्य प्राप्ति के लिए कार्ययोजना बनाकर प्रभावी कार्यवाही सुनिश्चित करें। राजस्व वसूली में अनावश्यक शिथिलता पाए जाने पर संबंधित अधिकारी की जवाबदेही तय की जाएगी। धारा-116 सहित विभिन्न राजस्व वादों की समीक्षा करते हुए जिलाधिकारी ने 45 दिन से अधिक समय से लंबित प्रकरणों को सर्वोच्च प्राथमिकता देते हुए निस्तारित करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि पुराने मामलों को अनावश्यक रूप से लंबित न रखा जाए तथा प्रत्येक प्रकरण का नियमित अनुश्रवण किया जाए। उन्होंने निर्देशित किया कि जिन अधिकारियों के स्तर पर पुराने एवं अधिक संख्या में प्रकरण लंबित पाए जाएं, उनकी जवाबदेही निर्धारित की जाए। राजस्व न्यायालयों में आने वाले आमजन को समय से न्याय एवं राहत उपलब्ध कराना प्राथमिकता होनी चाहिए। सीएम डैशबोर्ड की समीक्षा के दौरान जिलाधिकारी ने शासन की प्राथमिकता वाली योजनाओं एवं विशेष अभियान कार्यक्रमों की विभागवार प्रगति की जानकारी ली। उन्होंने अधिकारियों को निर्देश दिए कि सीएम डैशबोर्ड पर अपने विभाग की प्रगति एवं रैंकिंग की नियमित मॉनिटरिंग करें तथा जिन योजनाओं एवं सूचकांकों में प्रदर्शन अपेक्षा के अनुरूप नहीं है, उनमें तत्काल सुधार लाया जाए। जिलाधिकारी ने कहा कि योजनाओं की प्रगति केवल आंकड़ों तक सीमित न रहे, बल्कि पात्र लाभार्थियों को समय से लाभ मिले और विकास कार्यों का प्रभाव धरातल पर स्पष्ट रूप से दिखाई दे। विभागीय अधिकारी स्वयं नियमित समीक्षा करते हुए निर्धारित लक्ष्यों को समयबद्ध एवं गुणवत्तापूर्ण ढंग से पूर्ण कराएं। बैठक में अपर जिलाधिकारी वि0/रा0 श्री वागीश कुमार शुक्ला, उप जिलाधिकारी रॉबर्ट्सगंज श्री आशीष त्रिपाठी, उप जिलाधिकारी ओबरा श्री रवि पासवान, उप जिलाधिकारी घोरावल श्री विशाल कुमार सहित राजस्व एवं संबंधित विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे।

वरिष्ठ पत्रकार बीपी सिंह को मातृ शोक, 95 वर्षीय मां रामा देवी का निधन, अंतिम संस्कार मंगलवार सुबह

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोमवार को रायबरेली। वरिष्ठ पत्रकार एवं मातृभूमि सेवा मिशन की रायबरेली इकाई के मंडल अध्यक्ष बीपी सिंह की 95 वर्षीय माता श्रीमती राम प्यारी सिंह 'रामा' का सोमवार दोपहर पैतृक गांव गोठांव स्थित आवास पर आकस्मिक निधन हो गया। उनके निधन की खबर मिलते ही पत्रकारिता और सामाजिक क्षेत्र में शोक की लहर दौड़ गई। बड़ी संख्या में पत्रकारों, सामाजिक कार्यकर्ताओं और शुभचिंतकों ने शोक व्यक्त करते हुए शोकाकुल परिवार के प्रति संवेदना जताई। अंतिम संस्कार (मुखाग्नि) मंगलवार सुबह नौ बजे पैतृक गांव गोठांव स्थित बगीचे में किया जाएगा। निधन पर प्रेस क्लब के अध्यक्ष प्रेम नारायण द्विवेदी, नेशनल यूनियन संगठन के जिलाध्यक्ष एवं पत्रकार परिषद के जिला प्रभारी, ब्यूरो प्रमुख ओमप्रकाश मिश्रा, विजय करण द्विवेदी, रवींद्र सिंह,महेश त्रिवेदी,रोहित मिश्रा और मनीष श्रीवास्तव , रुद्र नारायण शुक्ला, सुशील तिवारी, मनमोहन तिवारी, सुधीर तिवारी, सहित जिले के तमाम पत्रकारों ने शोक संवेदना व्यक्त की। उधर, मातृभूमि सेवा मिशन कुरुक्षेत्र की संस्थापक डॉक्टर श्री प्रकाश मिश्रा एवं रायबरेली इकाई के अध्यक्ष रामराज गिरी, वरिष्ठ संरक्षक महेंद्र अग्रवाल, इकाई के संयोजक प्रदीप पांडेय, सहसंयोजक रामानुज मिश्र और महामंत्री देवेंद्र नाथ मिश्रा सहित अन्य पदाधिकारियों ने भी शोक जताया।

शोक व्यक्त करने वालों ने ईश्वर से दिवंगत आत्मा की शांति और शोकाकुल परिवार को इस अपूरणीय क्षति को सहन करने की शक्ति प्रदान करने की प्रार्थना की।

महर्षि वेद विज्ञान विद्यापीठ में हुआ गणेश महोत्सव का आयोजन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा महर्षि नगर। विद्यापीठ में

इस वर्ष भी गणेश महोत्सव का आयोजन किया गया है। यहां भगवान गणेश जी की प्रतिमा की वैदिक विधि विधान से स्थापना की गई है। महर्षि वेद विज्ञान विद्यापीठ के मीडिया प्रभारी एके लाल ने बताया कि 14 सितम्बर से 25 सितम्बर तक प्रतिदिन प्रातः साढ़े नौ से मध्याह्न साढ़े 12 बजे तक तथा सायं सात बजे से आठ बजे तक पूजा, अर्चना, भजन, प्रवचन, आरती होगी। प्रत्येक दिन के अनुष्ठान और पूजा के बाद दसवें दिन प्रतिमा का विधि विधान से 25 सितम्बर को विसर्जन किया जाएगा। महर्षि वेद विज्ञान विद्यापीठ के प्रभारी शिशिर श्रीवास्तव ने बताया कि इस अवसर पर गणेश सार्थक सिद्ध पाठ का अयोजन और अभिषेक करना, गणेश पुराण का पाठ करना व सुनना, मनोकामना की पूर्ति करने वाला होता है। महासमय महर्षि संस्थान के अध्यक्ष अजय प्रकाश, विनीत श्रीवास्तव , विनोद श्रीवास्तव , श्रीकांत ओझा , , संतोष श्रीवास्तव , हरीश सचान, रामेन्द्र सचान, शिशु पाल यादव , लल्लन पाठक, यादवेंदर यादव, कमलेश यादव, राजेंद्र शुक्ला, नरेश श्रीवास्तव , ग्यारह वैदिक पंडित और अन्य लोग मौजूद रहे।

अयोध्या में राष्ट्रीय सेवा रत्न सम्मान से नवाजे गए राहुल कुमार शर्मा

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रतापगढ़। सोमवार को मर्यादा

पुरुषोत्तम भगवान श्री राम की जन्मभूमि अयोध्या में 'रामकृष्ण सेवा फाउंडेशन अयोध्या' द्वारा आयोजित राष्ट्रीय रक्तदान महोत्सव 2026 में जनपद प्रतापगढ़ के चिंगुड़ा निवासी अधिवक्ता राहुल शर्मा जिला महासचिव महापद्मनंद वेलफेयर ऑर्गेनाइजेशन एम डब्ल्यू ओ को रक्तदान क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य करने पर उन्हें राष्ट्रीय सेवा रत्न अवार्ड से सम्मानित किया गया। इस राष्ट्रीय रक्तदान महोत्सव में 22 प्रदेश और उत्तर प्रदेश के 75 जिलों से लगभग ढाई सौ रक्तदाताओं को सम्मानित किया गया। राहुल कुमार शर्मा ने जीवन दायिनी संस्था महापादमानंद वेलफेयर ऑर्गेनाइजेशन एम डब्ल्यू ओ से जुड़कर अब तक नौ बार रक्तदान कर चुके हैं और कई सारे नौजवानों को रक्तदान के लिए प्रेरित कर चुके हैं।अधिवक्ता राहुल शर्मा ने संस्था के अध्यक्ष आकाश गुप्ता, आलोक अग्रवाल, संध्या सिंह समीप, डॉक्टर अंजु सिंह, घनश्याम शर्मा, श्रीकांत शर्मा, निर्मल पांडे, अमरजीत शर्मा आदि आयोजक संस्था से जुड़े लोगों का आभार व्यक्त किया।

अप्रेंटिस संबंधित सूचना

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। उपप्रधानचार्य मोहनलाल के द्वारा बताया गया कि दिनांक 14 सितंबर 2026 दिन सोमवार को प्रधानमंत्री राष्ट्रीय अप्रेंटिस मेंले का आयोजन राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान नैनी प्रयागराज में सुबह 9:30से साय 4:30 बजे तक होना सुनिश्चित हुआ है अ उप प्रधानमंत्री। उक्त राष्ट्रीय अप्रेंटिस मेले में प्रयागराज जनपद तथा कुछ एनसीआर की निजी क्षेत्र की कंपनियां प्रतिभाग कर रही है जिसका विवरण निम्नवत हैं। 1 -- प्रयागराज पावर जेनरेशन (टाटा) बारा प्रयागराज (ट्रेड- इलेक्ट्रीशियन, फिटर, वेल्डर बारा प्रयागराज। 2 --वर्लपूल इंडिया लिमिटेड फरीदाबाद हरियाणा (इलेक्ट्रीशियन, फिटर, टर्नर, मशीनिस्ट, इलेक्ट्रॉनिक मैकेनिक, आरएसी) मेले में प्रतिभाग करने वाले प्रशिक्षार्थियों की आयु 18 से 28 वर्ष के मध्य होनी चाहिए। प्रशिक्षार्थी का NAPS portal पर रजिस्ट्रेशन होना चाहिए जो प्रशिक्षार्थी नैप्स पर रजिस्ट्रेशन नहीं कर पा रहे है वह मेले मे 14 सितंबर को रजिस्ट्रेशन काउंटर पर संस्थान के कर्मचारियों की मदद से रजिस्ट्रेशन करवा सकते है। प्रयागराज जनपद के कंपनियों का स्टाइपेंड रु9600 रहेगा।एनसीआर की कंपनियों का स्टाइपेंड रु15500 रहेगा जिसमें कैंटीन की सुविधा रहेगी। समस्त प्रशिक्षार्थी अपना बायोडाटा शैक्षिक एवं टेक्निकल सर्टिफिकेट आधार कार्ड, पैन कार्ड, बैंक पासबुक की छाया प्रति वह मूल प्रति प्रत्येक कंपनियों में साक्षात्कार के समय प्रस्तुत करना । अधिक जानकारी के लिए अप्रेंटिस सेल कल्पना चावला भवन कमरा नंबर 17 राजकीय आईटीआई नैनी प्रयागराज से संपर्क कर सकते हैं।

भव्य श्री शिव महापुराण कथा में सम्मिलित हुईं मा0 राज्यपाल आनंदीबेन पटेल,राज्यपाल ने परम पूज्य पं0 प्रदीप मिश्रा जी के मुखारविंद से कथा का श्रवण कर लिया आशीर्वाद

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। सोमवार को चड़रई टोल प्लाजा, निकट बाबूगंज, ऊँचाहार में आयोजित भव्य श्री

शिव महापुराण कथा के पावन अवसर पर मा0 राज्यपाल, उत्तर प्रदेश आनंदीबेन पटेल ने सम्मिलित होकर व्यासपीठ पर विराजमान सुविख्यात कथावाचक परम पूज्य पं0 प्रदीप मिश्रा जी के मुखारविंद से श्री शिव महापुराण कथा का श्रवण किया तथा उनका आशीर्वाद प्राप्त किया। इस अवसर पर कथा स्थल पर साधु-संतों की गरिमामयी उपस्थिति के साथ बड़ी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित रहे। कार्यक्रम के दौरान मा0 मंत्री खाद्य एवं रसद तथा नागरिक आपूर्ति विभाग, उत्तर प्रदेश मनोज कुमार पाण्डेय द्वारा मा0 राज्यपाल का साल एवं प्रतीक चिन्ह भेंटकर स्वागत एवं अभिनंदन किया गया। राज्यपाल आनंदीबेन पटेल ने अपने उद्बोधन में कहा कि आज यहां उपस्थित होकर उन्हें अत्यंत प्रसन्नता हो रही है। उन्होंने कहा कि जब भी उन्हें समय मिलता था, तब वह टीवी के माध्यम से परम पूज्य पं0 प्रदीप मिश्रा जी की कथा का श्रवण करती थीं। आज प्रत्यक्ष रूप से इस पावन स्थल पर उपस्थित होकर उनकी कथा सुनने तथा आशीर्वाद प्राप्त करने का अवसर मिला, यह उनके लिए अत्यंत सुखद एवं सौभाग्य का विषय है। राज्यपाल ने कहा कि यह अत्यंत पवित्र एवं आध्यात्मिक स्थल है, जहां बड़ी संख्या में साधु-संत विराजमान हैं और लाखों की संख्या में श्रद्धालु एकत्र होकर श्री शिव महापुराण कथा का श्रवण कर रहे हैं तथा आध्यात्मिक लाभ एवं संतों का आशीर्वाद प्राप्त कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि ऐसे धार्मिक एवं आध्यात्मिक आयोजनों से लोगों को भारतीय संस्कृति, आध्यात्मिक परंपराओं एवं सनातन मूल्यों से जुड़ने का अवसर प्राप्त होता है। राज्यपाल ने भव्य एवं पावन श्री शिव महापुराण कथा के आयोजन के लिए मा0 मंत्री मनोज कुमार पाण्डेय की सराहना करते हुए उन्हें बधाई एवं शुभकामनाएं दीं।

करमा की थाप पर जीवंत हुई सोनभद्र की जनजातीय संस्कृति, परंपरा और आस्था का दिखा अद्भुत संगम

कोटा के कानोपान में भव्य जनजातीय सांस्कृतिक महोत्सव, पारंपरिक विधि-विधान से हुई करमा पूजा,राम दरबार विग्रह के अनावरण के साथ महोत्सव का शुभारंभ, बैगा पुजारियों ने कराई करम देवता की पूजा,अपनी लोक परंपरा, पूजा-पद्धति, रहन-सहन और गीत-संगीत पर गर्व करते हुए समाज को आगे बढ़ाएं–सत्येंद्र सिंह,जनजातीय संस्कृति हमारी अमूल्य विरासत, नई पीढ़ी तक पहुंचाना हम सभी की जिम्मेदारी–मा0 मंत्री जी,प्रशासन के सहयोग से सम्पन्न हुआ आयोजन, जनजातीय समाज की रही उत्साहपूर्ण सहभागिता

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। जनपद की समृद्ध जनजातीय संस्कृति, लोक परंपराओं, आस्था और

सांस्कृतिक विरासत को सहेजने एवं नई पीढ़ी तक पहुंचाने के उद्देश्य से सोमवार, 14 सितम्बर को ग्राम पंचायत कोटा के कानोपान मौजा स्थित राधाकृष्ण वालवाणी केंद्र में जनजातीय सांस्कृतिक महोत्सव (करमा पूजा) का भव्य एवं गरिमामय आयोजन जिला प्रशासन के सहयोग से सम्पन्न हुआ। महोत्सव में जनजातीय समाज की प्राचीन परंपराओं, पूजा-पद्धति एवं सांस्कृतिक मूल्यों की मनोहारी झलक देखने को मिली।कार्यक्रम के मुख्य अतिथि अखिल भारतीय वनवासी कल्याण आश्रम के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री सत्येंद्र सिंह रहे। कार्यक्रम का शुभारंभ राम दरबार विग्रह के अनावरण के साथ किया गया। इसके उपरांत बैगा पुजारियों ने जनजातीय परंपराओं के अनुरूप विधि-विधान से करम देवता की पूजा-अर्चना कर क्षेत्र की सुख-समृद्धि, अच्छी फसल और खुशहाली की कामना की। इस अवसर पर उत्तर प्रदेश सरकार के समाज कल्याण राज्यमंत्री श्री संजीव गोंड, अनुसूचित जाति/जनजाति आयोग के प्रदेश उपाध्यक्ष श्री जीत सिंह खरवार, वनवासी कल्याण आश्रम के क्षेत्र संगठन मंत्री श्री आनंद, पेट्रोलियम मंत्रालय की चेयरमैन श्रीमती शारदा खरवार, सेवा समर्पण संस्थान के जिलाध्यक्ष श्री जे.सी. विमल, उप जिलाधिकारी ओबरा श्री रवि पासवान तथा जिला समाज कल्याण अधिकारी श्री ज्ञानेंद्र सिंह भदौरिया सहित अनेक गणमान्यजन उपस्थित रहे।

मुख्य अतिथि श्री सत्येंद्र सिंह ने वनवासी भाई-बहनों को संबोधित करते हुए कहा कि जनजातीय समाज की लोक परंपराएं, पूजा-पद्धति, रहन-सहन, गीत-संगीत और प्रकृति के साथ उसका आत्मीय संबंध हमारी समृद्ध सांस्कृतिक विरासत की पहचान है। हमें अपनी जड़ों और संस्कृति पर गर्व करते हुए शिक्षा, रोजगार एवं सामाजिक विकास के क्षेत्र में निरंतर आगे बढ़ना है और अपनी परंपराओं को आने वाली पीढ़ियों तक पहुंचाना है।

उन्होंने करमा पूजा की शुभकामनाएं देते हुए करम देवता से प्रार्थना की कि प्रत्येक परिवार के जीवन में सुख-समृद्धि आए, खेती एवं फसल अच्छी हो, रोजगार के अवसर बढ़ें और समाज निरंतर प्रगति के पथ पर आगे बढ़े।

समाज कल्याण राज्यमंत्री श्री संजीव गोंड ने कहा कि सोनभद्र की जनजातीय संस्कृति अपनी विशिष्ट परंपराओं, लोकगीतों, लोकनृत्यों और प्रकृति के प्रति आस्था के लिए जानी जाती है। अपनी इस गौरवशाली विरासत को पूरे उत्साह एवं धूमधाम से मनाने के साथ ही नई पीढ़ी को इससे जोड़ना आवश्यक है।

उन्होंने सफल आयोजन के लिए सभी आयोजकों, जनजातीय समाज एवं सहयोगी जिला प्रशासन के प्रति आभार व्यक्त किया। कार्यक्रम को श्री जीत सिंह खरवार, श्रीमती शारदा खरवार एवं श्री जे.सी. विमल सहित अन्य वक्ताओं ने भी संबोधित किया और जनजातीय समाज की संस्कृति, परंपराओं एवं सामाजिक एकजुटता को और सशक्त बनाने पर बल दिया।कार्यक्रम का संचालन श्री शंभू गोंड ने किया तथा उप जिलाधिकारी ओबरा श्री रवि पासवान ने धन्यवाद ज्ञापित किया। कार्यक्रम को सुव्यवस्थित एवं सफलतापूर्वक सम्पन्न कराने में जिला प्रशासन द्वारा आवश्यक सहयोग प्रदान किया गया।

इस अवसर पर प्रांत संगठन मंत्री श्री पंकज, सह प्रांत संगठन मंत्री श्री रामलखन, श्री जितेंद्र, श्री हरिश्चंद्र त्रिपाठी, श्री संजीव त्रिपाठी, श्री शिवम मिश्रा, श्री गुरुशंकर, श्री दूधनाथ, श्री जितेंद्र सिंह कुशवाहा, श्री रविंद्र सिंह, श्री हीरेश द्विवेदी, श्री दीपक दुबे, श्री जयप्रकाश खरवार, श्री रामू गोंड सहित बड़ी संख्या में पदाधिकारी, कार्यकर्ता, जनजातीय समाज के लोग एवं स्थानीय नागरिक उपस्थित रहे।

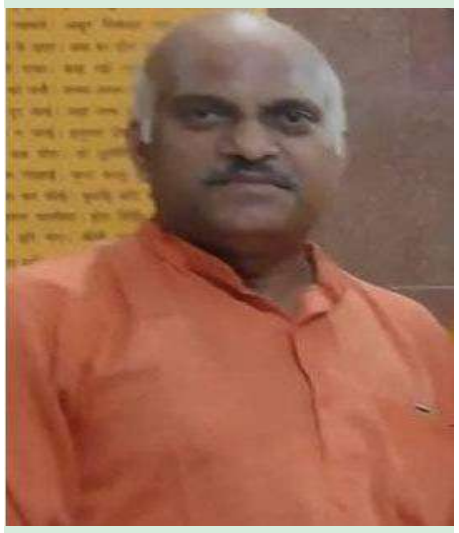
राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान नैनी प्रयागराज मैं प्रधानमंत्री राष्ट्रीय अप्रेंटिसशिप मेले का आयोजन हुआ

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। दिनांक 14.9.2026 को राजकीय औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान नैनी प्रयागराज मैं प्रधानमंत्री राष्ट्रीय अप्रेंटिसशिप मेले का आयोजन हुआ जिस मेले का शुभारंभ उप प्रधानाचार्य मोहनलाल जी के द्वारा किया गया उक्त मेले में 135 प्रशिक्षार्थी ने प्रतिभा किया मेले में प्रमुख रूप से वर्लपूल इंडिया लिमिटेड फरीदाबाद हरियाणा के ंि संजीव गिरि एवं दीपक कसेरा के द्वारा साक्षात्कार के माध्यम से 48 प्रशिक्षार्थियों का चयन किया गया इसी प्रकार प्रयागराज पावर जेनरेशन इंडिया लिमिटेड के ंि अभिषेक कुमार साक्षात्कार के माध्यम से 15 प्रशिक्षार्थियों का चयन किया गया इस प्रकार 135 प्रशिक्षार्थियों ने मेले में प्रतिभा किया और 63 प्रशिक्षार्थियों का चयन हुआ अप्रेंटिसशिप एडवाइजर अमृत लाल गुप्ता के द्वारा सूचना प्रदान की गई मेले में प्रमुख रूप से श्री सुंदरी का प्रसाद कार्यदेशक हेमंत यादव अनुदेशक सुमित मिश्रा अनुदेशक ने विशेष रूप से सहयोग किया।

प्रदूषण नियंत्रण की तैयारी अभी से शुरू करे नोएडा प्राधिकरणः रवि राघव

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। भारतीय किसान यूनियन कहा कि प्रदूषण की समस्या बढ़ने का इंतजार करने के

भूमि पुत्र के राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य रवि राघव ने नोएडा प्राधिकरण से सर्दी के मौसम में बढ़ने वाले प्रदूषण की रोकथाम के लिए अभी से आवश्यक तैयारियां शुरू करने की मांग की है। रवि राघव ने कहा कि सर्दी के मौसम में, विशेषकर नवंबर और दिसंबर माह में, नोएडा की हवा में प्रदूषण का स्तर काफी बढ़ जाता है। स्थिति गंभीर होने पर निर्माण कार्यों पर रोक लगाने के साथ-साथ स्कूलों को भी बंद करना पड़ता है। इसका सीधा असर आम लोगों के साथ-साथ निर्माण कार्यों में लगे हजारों मजदूरों की आजीविका पर पड़ता है। उन्होंने बजाय नोएडा प्राधिकरण को अभी से ठोस कदम उठाने चाहिए। शहर की सड़कों को धूल मुक्त रखने के लिए विशेष अभियान चलाया जाए और सड़कों की नियमित सफाई एवं पानी का छिड़काव सुनिश्चित किया जाए। रवि राघव ने मांग की कि प्रमुख मार्गों और धूल प्रभावित क्षेत्रों में एंटी स्मॉग गन से पानी का छिड़काव अभी से शुरू किया जाए, ताकि वातावरण में धूल के कणों को नियंत्रित किया जा सके। उन्होंने कहा कि समय रहते प्रभावी कदम उठाए जाने से सर्दियों में प्रदूषण के गंभीर प्रभावों को काफी हद तक कम किया जा सकता है।



पाकेट 7 शिव मंदिर में धूमधाम से मनाया गया तीज पर्व

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। सोमवार क सेक्टर-82 स्थित पाकेट-7 के शिव मंदिर में आशीर्वाद प्राप्त किया। तीज पर्व को लेकर मंदिर को फूलों और रंग-बिरंगे गुब्बारों से आकर्षक

सोमवार को तीज का पर्व श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर बड़ी संख्या में महिलाओं ने निराजल व्रत रखकर भगवान शिव की पूजा-अर्चना की और परिवार की सुख-समृद्धि की कामना की। सुबह से ही मंदिर में महिलाओं की भीड़ जुटने लगी। मंदिर के पुजारी पंडित विनोद मिश्रा ने विधि-विधान के साथ भगवान शिव का रुद्राभिषेक कराया। महिलाओं ने पूजा-अर्चना में शामिल होकर भगवान शिव का ढंग से सजाया गया था। पूरे मंदिर परिसर में भक्तिमय वातावरण बना रहा। महिलाओं ने एक-दूसरे को तीज पर्व की शुभकामनाएं दीं और पारंपरिक रीति-रिवाजों के साथ पर्व मनाया। इस मौके पर श्रीमती विभा शुक्ला, श्रीमती रीता मिश्रा, श्रीमती विनीता रानी, श्रीमती वंदना पाठक, श्रीमती मंजू गुप्ता, श्रीमती सचिता राय, श्रीमती सीमा शुक्ला, श्रीमती शीतल सिंह, श्रीमती सुमन सिंह, श्रीमती मंजू वर्मा, श्रीमती रेनू सचान, श्रीमती मंजू पाठक, श्रीमती निक्की मिश्रा, श्रीमती सुमन उपाध्याय,श्रीमती पूजा पांडेय, श्रीमती कंचन तिवारी, श्रीमती रेनू भगत आदि महिलाएं मौजूद थी।

हिंदी दिवस के अवसर पर जागरूकता एवं साक्षरता शिविर का आयोजन संतकीनाराम महिला महाविद्यालय में आयोजित किया गया

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। सोमवार को उ0प्र0 राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण

लखनऊ द्वारा जारी एक्शन प्लान के अनुसार एवं माननीय जनपद न्यायाधीश/अध्यक्ष जिला विधिक सेवा प्राधिकरण, सोनभद्र श्री रामसुलीन सिंह के आदेशानुसार दिनांक 14.09.2026 को हिंदी दिवस के अवसर पर जागरूकता एवं साक्षरता शिविर का आयोजन संतकीनाराम महिला महाविद्यालय में आयोजित किया गया। उक्त शिविर में विद्यालय के प्राचार्य श्री गोपाल सिंह एवं वक्ता श्री शमशेर बहादुर सिंह चीफ लीगल एड डिफेन्स कॉउन्सिल तथा लगभग 160 छात्राओं द्वारा प्रतिभाग किया गया। कार्यक्रम के दौरान श्री शमशेर बहादुर द्वारा बताया गया कि वर्ष 1918 में गांधी जी ने हिंदी साहित्य सम्मेलन में हिंदी भाषा को राजभाषा बनाने को कहा था। इसे गांधी जी ने जनमानस की भाषा भी कहा था। 14 सितंबर 1949 को संविधान सभा ने देवनागरी लिपि में लिखी गई हिन्दी को राजभाषा (आधिकारिक भाषा) के रूप में स्वीकार किया था, तब से प्रत्येक वर्ष 14 सितम्बर को हिन्दी दिवस के रूप में मनाया जाता है। इस दिवस को मनाये जाने का मुख्य उद्देश्य अग्रेंजी भाषा के बढ़ते प्रभाव के बीच देश में हिंदी भाषा के प्रचार-प्रसार, सम्मान और उसके प्रति जागरूकता बढ़ाना है। इसका मुख्य उद्देश्य वर्ष में एक दिन इस बात को लोगों के समक्ष रखना है कि जब तक वे हिन्दी का उपयोग पूर्ण रूप से नहीं करेंगे तब तक हिन्दी भाषा का विकास नहीं हो सकता है। इस एक दिन सभी सरकारी कार्यालयों में अंग्रेजी के स्थान पर हिन्दी का उपयोग करने की सलाह दी जाती है। इसके अतिरिक्त जो वर्ष भर हिन्दी में अच्छे विकास कार्य करता है और अपने कार्य में हिन्दी का अच्छी तरह से उपयोग करता है, उसे पुरस्कार द्वारा सम्मानित किया जाता है। इसके अलावा नालसा स्कीम, नशे से होने वाली बीमारियों तथा मद्य निषेध के संबंध में, महिलाओं के कल्याण के लिए बने कानूनों, उपभोक्ताओं के अधिकार एवं इसके लिए बनाये गये उपभोक्ता फोरम की कार्य प्रणाली तथा वृद्धजनों को विधिक सेवा देने के लिए जिला विधिक सेवा प्राधिकरण द्वारा उठाये गये प्रयासों के संबंध में विस्तृत जानकारी प्रदान की गयी। यह जानकारी श्री राहुल, सिविल जज सी0डि0/सचिव (पूर्णकालिक) जिला विधिक सेवा प्राधिकरण, सोनभद्र द्वारा दी गई।

श्रीमती सत्यवती मिश्रा के निधन पर भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन एवं राष्ट्रीय संगठन महामंत्री बी.एल. संतोष ने अर्पित की श्रद्धांजलि

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोमवार को नोएडा भाजपा के

वरिष्ठ नेता एवं राजस्थान के पूर्व राज्यपाल पंडित कलराज मिश्रा जी (बाबूजी) की धर्मपत्नी श्रीमती सत्यवती मिश्रा के निधन पर आज भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन एवं भाजपा के राष्ट्रीय संगठन महामंत्री बी.एल. संतोष ने उनके नोएडा स्थित आवास पर पहुंचकर श्रद्धांजलि अर्पित की। दोनों वरिष्ठ नेताओं ने दिवंगत श्रीमती सत्यवती मिश्रा के चित्र पर पुष्प अर्पित कर उन्हें श्रद्धापूर्वक नमन किया तथा कलराज मिश्रा एवं शोक संतप्त परिवार के सदस्यों से भेंट कर अपनी गहरी संवेदनाएं व्यक्त कीं। उन्होंने ईश्वर से दिवंगत आत्मा को अपने श्रीचरणों में स्थान प्रदान करने तथा परिवार को इस अपार दुःख को सहन करने की शक्ति देने की प्रार्थना की। इस अवसर पर राष्ट्रीय कार्यालय प्रभारी एवं राज्यसभा सांसद तरुण चुग जी, पूर्व महामंत्री संगठन संजय जोशी, राज्यसभा सांसद सुरेंद्र नागर, सांसद अतुल गर्ग जी, उत्तर प्रदेश सरकार में मंत्री एवं गौतमबुद्ध नगर के प्रभारी मंत्री कुंवर ब्रजेश सिंह एमएलसी मोहित बेनीवाल जी, पूर्व सांसद सत्यदेव पचौरी जी, ने भी

श्रद्धांजलि अर्पित की और शोक संतप्त परिवार से भेंट कर अपनी संवेदनाएं व्यक्त कीं। श्रीमती सत्यवती मिश्रा जी के निधन से राजनीतिक एवं सामाजिक क्षेत्र में गहरा शोक व्याप्त है। उनके सरल, सहज एवं स्नेहपूर्ण व्यक्तित्व को सभी ने भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए उन्हें स्मरण किया। ईश्वर दिवंगत आत्मा को अपने श्रीचरणों में स्थान प्रदान करें तथा शोकाकुल परिवार को इस अपार दुःख को सहन करने की शक्ति प्रदान करें। इस अवसर पर क्षेत्रीय अध्यक्ष नवाब सिंह नागर, एमएलसी विजय बहादुर पाठक, श्रीमती अमिता अशोक चौहान एमेटी यूनिवर्सिटी, पूर्व मंत्री वीरेंद्र तिवारी, नोएडा जिला अध्यक्ष महेश चौहान, गौतम बुद्ध नगर जिला अध्यक्ष अभिषेक शर्मा, जिला महामंत्री अमित त्यागी, चंदगीराम यादव, अध्यक्ष प्रेस क्लब आलोक द्विवेदी, फोनर्वा अध्यक्ष योगेंद्र शर्मा, संजय बाली, अशोक मिश्रा, प्रमोद बहल, पंकज झा, रामकिशन यादव, नीरज चौधरी, सुशील शर्मा, दीनबंधु कुमार, अरुण चौहान, मुक्तानंद प्रधान, दुर्वेश तंवर सहित बड़ी संख्या में गणमान्य नागरिक एवं भाजपा कार्यकर्ता उपस्थित रहे और पुष्पांजलि अर्पित कर श्रद्धांजलि दी।

रामजानकी मंदिर में पूजा करने आई महिला की मंगल सूत्र चोरी, 112 पुलिस पहुंची

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र/रॉबर्ट्सगंज। सोमवार

को कोतवाली रॉबर्ट्सगंज क्षेत्र के चौकी कस्बा स्थित रामजानकी मंदिर परिसर में सोमवार को शाम एक महिला की सोने का मंगल सूत्र चोरी होने का मामला सामने आया है। घटना के बाद क्षेत्र में हड़कंप मच गया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार बबिता पाण्डेय पत्नी अरविंद पाण्डेय, निवासी कर्मा एवं वर्तमान में राज पैलेस के पास रह रही हैं। वह शाम के समय रामजानकी मंदिर में पूजा-अर्चना करने गई थीं।

इसी दौरान भीड़ का फायदा उठाकर किसी अज्ञात चोर अथवा उचक्के ने उनके गले से लगभग चार भरी की सोने की मंगल सूत्र पार कर दी।

चोरी की जानकारी होने पर महिला परेशान होकर रोने लगी और बाद में अपने घर पहुंची। घटना की सूचना पुलिस को दी गई, जिसके बाद 112 डायल पुलिस मौके पर पहुंची और मामले की जानकारी जुटाई। पीड़िता द्वारा घटना की सूचना थाना प्रभारी को भी दिए जाने की बात कही गई है। घटना के बाद स्थानीय लोगों ने सवाल उठाया कि मंदिर में भारी भीड़ होने के बावजूद सुरक्षा व्यवस्था एवं पुलिस की पर्याप्त ड्यूटी क्यों नहीं लगाई गई थी।

पुलिस मामले की जांच में जुटी हुई है तथा आसपास के लोगों से पूछताछ कर संभावित चोरों की तलाश की जा रही है।

भारत के नवनिर्माण में मीडियाकर्मियों की भूमिका महत्वपूर्ण- बीके सुमन

ईश्वरीय स्नेह मिलन कार्यक्रम में मीडिया बंधुओं को किया गया सम्मानित,रॉबर्ट्सगंज के विकास नगर स्थित ब्रह्माकुमारीज ईश्वरीय विश्वविद्यालय भवन में हुआ आयोजन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र।सशक्त, समृद्ध और सुसंस्कृत भारत के नवनिर्माण में मीडियाकर्मियों की भूमिका अत्यन्त महत्वपूर्ण है। जैसे सीमा पर जवान, खेतों में किसान देश की सुरक्षा और

संरक्षा करते हैं,वैसे ही सजग मीडियाकर्मी जनता की आवाज बनकर लोकतंत्र की आत्मा को सशक्त और मूल्यनिष्ठ बनाते हैं। ब्रेकिंग न्यूज और नकारात्मक समाचार संवेदनशीलता तो पैदा करते हैं,परन्तु सकारात्मक समाचार ही समाज के व्यापक फलक पर प्रभाव डालकर परिवर्तन की संवाहक बनती हैं। उक्त बातें बीके सुमन बहन ने रविवार की शाम ब्रह्माकुमारीज संस्था के स्थानीय सेवाकेन्द्र पर मीडिया बंधुओं के सम्मान में आयोजित 'ईश्वरीय स्नेह मिलन' कार्यक्रम में बोलते हुए कही। इस कार्यक्रम में जिले के विभिन्न प्रिंट और इलेक्ट्रोनिक मीडिया संस्थानों से जुड़े पत्रकार, छायाकार एवं मीडिया प्रतिनिधि उपस्थित रहे। कार्यक्रम का शुभारंभ पिता श्री ब्रह्मा बाबा एवं निराकार ज्योतिर्बिंदु स्वरूप परमपिता परमात्मा शिव बाबा की स्मृति से हुआ। इस अवसर पर ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र की मुख्य संचालिका बी.के. सुमन दीदी ने सभी मीडिया बंधुओं का तिलक,अंगवस्त्रम और फूलो द्वारा स्वागत की। बी के कविता बहन ने शब्दों द्वारा आत्मीय स्वागत करते हुए कहा कि मीडिया समाज और लोकतंत्र की आवाज है। बी के दीपशिखा बहन ने संस्था की गतिविधियों पर प्रकाश डाला। ब्रह्माकुमारी सेवाकेंद्र की मुख्य संचालिका बी के सुमन दीदी नेः- कहा कि आज के व्यस्त जीवन में मानवीय मूल्य और संवेदनाएं अस्त हो रही हैं। अंतहीन प्रतिस्पर्धा से जीवन में तनाव, चिंता और मानसिक दबाव बढ़ रहा है। ऐसे समय में राजयोग मेडिटेशन, सकारात्मक चिंतन, आत्म-जागरूकता और परमात्म-स्मृति को जीवन में अपनाकर मन को शांत एवं तनावमुक्त बनाया जा सकता है। जब मन सकारात्मक और शांत होगा, तो हमारी सोच, व्यवहार और कार्यशैली में भी सकारात्मक परिवर्तन आएगा। कार्यक्रम में मीडिया प्रतिनिधियों को तनावमुक्त जीवन, सकारात्मक सोच, राजयोग एवं आध्यात्मिक मूल्यों के संबंध में जानकारी दी गई। साथ ही समाज के प्रति मीडिया की जिम्मेवारी और सकारात्मक पत्रकारिता के महत्व पर भी विचार साझा किए गए। ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र की ओर से मंच का संचालन कर रहे डा0बी के हरीन्द्र भाई जी ने सभी अतिथियों के प्रति आभार व्यक्त करते हुए कहा कि आज विज्ञान मंगल पर जीवन ढूंढ रहा है, परन्तु जीवन में मंगल तो अध्यात्म से ही आयेगा।समाज में शांति, प्रेम, सद्भाव एवं सकारात्मकता के प्रसार में मीडिया की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। कार्यक्रम के अंत में सभी मीडिया बंधुओं ने इस आत्मीय आयोजन के लिए ब्रह्माकुमारीज सेवाकेंद्र के प्रति आभार व्यक्त किया। वरिष्ठ पत्रकार रवीन्द्र केशरी, शेख जलालुद्दीन, विवेक पाण्डेय, गणेश सैनी ने संस्था के मुख्यालय माउंट आबू जाने का अनुभव सभी के समक्ष सुनाकर मुख्यालय में संचालित हो रहे सेवा को ईश्वरीय मार्ग दर्शन से प्रेरित बताया। उपस्थित अतिथियों को सात्विक भोजन प्रसाद भी स्वीकार कराया गया। इस प्रोग्राम मे शामिल हुए वरिष्ठ पत्रकार राजेंद्र त्रिवेदी,राम प्रसाद यादव, राजेश कुमार पाठक, कौशलेंद्र पांडेय, अंशुमान पांडे , रंगेश कुमार सिंह, मनोज वर्मा , शक्ति पाल , प्रमोद चौबे, कृष्णा उपाध्याय , दिनेश पांडे, चिंता पांडे , सत्यनारायण यादव, भानु प्रताप, अमित सिंह, एम एम शुक्ला , विष्णु कुशवाहा, राकेश भूषण पाठक , विशाल टंडन सहित बड़ी संख्या में पत्रकार बंधुओं को सम्मानित किया गया। इस कार्यक्रम को सफल बनाने मे बी के सरोज बहन, सिया बहन, फूलमती बहन, सावित्री माता, अवधेश भाई , गोपाल भाई, मनोज धर दूबे , डॉक्टर संजय सिंह, राजीव भाई नें सक्रिय योगदान दिया।

जिला कारागार में बन्दियों के विधिक अधिकार विषय पर आयोजित हुआ जागरुकता शिविर

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। सोमवार को उ0प्र0

राज्य विधिक सेवा प्राधिकरण, लखनऊ तथा माननीय जनपद न्यायाधीश/अध्यक्ष जिला विधिक सेवा प्राधिकरण, रायबरेली अमित पाल सिंह के दिशा-निर्देशन में सचिव, जिला विधिक सेवा प्राधिकरण, रायबरेली अनिशा द्वारा आज जिला कारागार, रायबरेली का निरीक्षण किया गया। इस दौरान सचिव द्वारा जिला कारागार में स्थित पाकशाला के अतिरिक्त बन्दियों के बैरक व महिला बैरक का निरीक्षण कर बन्दियों से मुलाकात कर उनका हालचाल जाना गया। निरीक्षण के दौरान सचिव द्वारा बन्दियों से उनके मुकदमें में पैरवी के सम्बन्ध में अधिवक्ता की उपलब्धता के बाबत जानकारी ली गयी। निरीक्षण के पश्चात बन्दियों को विधिक रुप से जागरुक करने हेतु विधिक जागरुकता कार्यक्रम का भी आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में उपस्थित बन्दियों को उनके विधिक अधिकार बताये गये तथा यह भी बताया गया कि जिन बन्दियों को निःशुल्क अधिवक्ता की आवश्यकता हो वह जेल में स्थित लीगल ऐड क्लीनिक के माध्यम से निःशुल्क विधिक सहायता प्राप्त कर सकती है।

निरीक्षण के दौरान व विधिक जागरुकता कार्यक्रम में जेलर हिमाशुँ रौतेला,

डिप्टी चीफ लीगल एड डिफेन्स काउन्सिंल जय सिंह यादव, उपकारापाल धर्मपाल सिंह उपस्थित रहे।

प्रयागराज एयरपोर्ट पर 25 अक्टूबर से बदलेगा फ्लाइट शेड्यूल

प्रयागराज। प्रयागराज के बमरौली एयरपोर्ट पर 25 अक्टूबर से विंटर शेड्यूल लागू होगा। नए शेड्यूल में प्रयागराज से मुंबई, दिल्ली, बेंगलुरु, हैदराबाद और भुवनेश्वर के लिए कुल 21 उड़ानें सप्ताह में संचालित होंगी। उड़ानों का संचालन सप्ताह में छह दिन होगा। नवंबर से शनिवार को कोई निर्धारित उड़ान नहीं रहेगी। रविवार को सबसे ज्यादा पांच उड़ानें संचालित होंगी। रविवार को सबसे ज्यादा 5 उड़ानें-नए शेड्यूल में रविवार को प्रयागराज से हैदराबाद, बेंगलुरु, मुंबई, भुवनेश्वर और नई दिल्ली के लिए पांच उड़ानें रहेंगी। सोमवार को चार, मंगलवार को चार, बुधवार को दो, गुरुवार को तीन और शुक्रवार को तीन उड़ानों का संचालन होगा। इस तरह सप्ताह में कुल 21 उड़ानें निर्धारित हैं। मुंबई-बेंगलुरु-हैदराबाद के लिए उड़ानें-नए शेड्यूल में प्रमुख शहरों के लिए उड़ानें जारी रहेंगी।

दिनेश सिंह राठौर,नव नियुक्त क्षेत्रीय उपाध्यक्ष,भा.ज.पा. के जनपद प्रथम आगमन पर हुआ भव्य स्वागत

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। सोमवार को भारतीय जनता पार्टी के नवनियुक्त क्षेत्रीय उपाध्यक्ष के रायबरेली जनपद में

प्रथम आगमन पर जगह-जगह कार्यकर्ताओं द्वारा फूल माला पहनाकर और बुके भेंटकर जोरदार स्वागत किया गया। स्थानीय अलंकृता लान में भा.ज.पा. जय तलरेजा द्वारा उनका संक्षिप्त जीवन परिचय बताया गया। तलरेजा ने बताया कि अभी तक श्री राठौर आर.एस.एस. के सक्रिय कार्यकर्ता बनकर देश और पार्टी की सेवा कर रहे थे, पहली बार वह सक्रिय राजनीति में आये है, पार्टी और कार्यकर्ता उनका स्वागत करते हैं। इंजीनियर विजय रस्तोगी ने बताया कि वह पार्टी के निष्ठावान कार्यकर्ता रहे हैं अब वह इस नये पद के साथ भी पार्टी को ऊंचाइयों पर ले जायेंगे। दिनेश सिंह राठौर ने अपने संबोधन में कहा कि पार्टी द्वारा उन्हें जो भी जिम्मेदारी सौंपी गयी है,उसे वह निष्ठा पूर्वक निभायेंगे और पार्टी के उद्देश्य से कार्यकर्ताओं एवं जनता तक पहुंचायेंगे।

अपर पुलिस अधीक्षक (ऑपरेशन) सोनभद्र द्वारा थाना शाहगंज का आकस्मिक निरीक्षण, अभिलेखों का किया गया गहन परीक्षण एवं दिए आवश्यक दिशा-निर्देश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शनिवार को अपर पुलिस अधीक्षक (ऑपरेशन), सोनभद्र श्री ऋषभ रुणवाल द्वारा

थाना शाहगंज का आकस्मिक निरीक्षण किया गया। निरीक्षण के दौरान थाना कार्यालय, मालखाना, हवालात, महिला हेल्प डेस्क, मिशन शक्ति केन्द्र, सीसीटीएनएस कक्ष, शस्त्रागार, बैरक, भोजनालय एवं थाना परिसर की साफ-सफाई आदि का निरीक्षण किया गया तथा विभिन्न अभिलेखों का गहन परीक्षण किया गया। इस दौरान अपराध रजिस्टर, जनसुनवाई रजिस्टर, विवेचना पंजिका, महिला एवं बाल सुरक्षा से संबंधित प्रकरणों तथा साइबर अपराधों की समीक्षा करते हुए संबंधित अधिकारियों एवं कर्मचारियों को प्रकरणों का समयबद्ध, निष्पक्ष एवं गुणवत्तापूर्ण निस्तारण सुनिश्चित करने हेतु आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। अपर पुलिस अधीक्षक (ऑपरेशन) द्वारा थाना परिसर स्थित मिशन शक्ति केन्द्र का निरीक्षण कर महिलाओं एवं बालिकाओं की सुरक्षा, सहायता एवं परामर्श से संबंधित व्यवस्थाओं का जायजा लिया गया। उन्होंने निर्देशित किया कि महिला संबंधी शिकायतों पर त्वरित, संवेदनशील एवं निष्पक्ष कार्रवाई सुनिश्चित की जाए तथा मिशन शक्ति अभियान के अंतर्गत संचालित विभिन्न सुरक्षा एवं सहायता सेवाओं के प्रति महिलाओं एवं बालिकाओं को अधिकाधिक जागरूक किया जाए। इसके अतिरिक्त थाना क्षेत्र में प्रभावी कानून-व्यवस्था बनाए रखने, अपराधों की रोकथाम, वांछित एवं वारंटी अभियुक्तों की शीघ्र गिरफ्तारी, रात्रि गश्त एवं वाहन चेकिंग को प्रभावी बनाने के निर्देश दिए गए। साथ ही बीट पुलिसिंग को और अधिक सक्रिय करते हुए आमजन से निरंतर संवाद स्थापित करने तथा प्राप्त शिकायतों का त्वरित एवं गुणवत्तापूर्ण निस्तारण सुनिश्चित करने हेतु निर्देशित किया गया। निरीक्षण के दौरान थाना परिसर की साफ-सफाई, अभिलेखों के समुचित रख-रखाव एवं पुलिस कर्मियों की कार्यप्रणाली की समीक्षा की गई तथा आवश्यक कमियों को शीघ्र दूर करने के निर्देश दिए गए।

अपर पुलिस अधीक्षक (ऑपरेशन) द्वारा समस्त पुलिस कर्मियों को अनुशासित, संवेदनशील एवं जनोन्मुखी कार्यशैली अपनाते हुए अपने दायित्वों का पूर्ण निष्ठा, ईमानदारी एवं उत्तरदायित्व के साथ निर्वहन करने हेतु निर्देशित किया गया।

बाबा जगमोहनेश्वर धाम में12 दिवसीय गणपति महोत्सव प्रारंभ

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। सोमवार को गणपत अथर्वशीर्ष का पाठ संपन्न हुआ, फिर इसके बाद गणेश जी के 1000 नाम

महोत्सव बाबा जगमोहनेश्वर धाम चंदापुर मंदिर रायबरेली में आरंभ हुआ ।प्रातः 10:30 बजे आचार्य पंडित अभिषेक मिश्रा के सानिध्य में पूजन अर्चना आरंभ हुआ । मुख्य यजमान आनंद जायसवाल के द्वारा संकल्प लिया गया और साथ में श्रुति पांडे, राम प्रकाश पांडे डॉ शकुंतला सिंह अभिमन्यु सिंह ,आर्ची दुबे ,रेणुका दुबे, नीतीश मिश्रा ,रेनू मिश्रा, आयुष त्रिवेदी ,विनय सिंह , सौम्या मिश्रा,मंटू शुक्ला एवं श्रीमती शिशिर शुक्ला, आरती पांडे, हर्षिता विशेष रूप से उपस्थित थे। आचार्य अभिषेक मिश्रा के द्वारा सर्वप्रथम गणेश जी को दूध ,दही ,घी , शहद,शंकर एवं पंचामृत के द्वारा स्नान कराया गया। गणपत के द्वारा सहर्ष अर्चन संपन्न किया गया, जिसमें आनंद जायसवाल, मंटू शुक्ला, आरती पांडे के द्वारा 1000 दुर्वा अंकुश समर्पित किया गया ।जबकि श्रुति पांडे एवं विनय सिंह एवं रेनू मिश्रा के द्वारा मखाना चढ़ाया गया जबकि आर्ची दुबे एवं आयुष त्रिवेदी के द्वारा 1000 मोदक समर्पित किए गए।उसके बाद सामूहिक हवन संपन्न किया गया । हवन के उपरांत गणेश जी की आरती संपन्न हुई आलू मूंगफली एवं चाय प्रसाद का वितरण किया गया। इस अवसर पर अपार जनसमूह मंदिर प्रांगण में उपस्थित था कार्यक्रम व्यवस्था प्रभारी धर्मेंद्र श्रीवास्तव ने बताया कि प्रतिदिन प्रात काल 9:00 बजे रात में 7:30 बजे जी की आरती संपन्न होगी।

प्राथमिक विद्यालय बभनमरी में एसडीएम ओबरा ने परखी पठन-पाठन व्यवस्था

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शनिवार को जिलाधिकारी चर्चित गौड़ के निर्देशन में जनपद में संचालित परिषदीय विद्यालयों में शिक्षा व्यवस्था को बेहतर बनाने तथा बच्चों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा उपलब्ध कराने के उद्देश्य से विद्यालयों के नियमित निरीक्षण किए जा रहे हैं। इसी क्रम में उप जिलाधिकारी ओबरा द्वारा विकास खण्ड चोपन स्थित प्राथमिक विद्यालय बभनमरी का निरीक्षण किया गया। निरीक्षण के दौरान उप जिलाधिकारी ने विद्यालय में बच्चों को दी जा रही पठन-पाठन व्यवस्था का जायजा लिया तथा कक्षा में पहुंचकर बच्चों से सीधे संवाद किया। उन्होंने बच्चों से उनकी पढ़ाई, विषयों की समझ एवं विद्यालय में मिलने वाली सुविधाओं के संबंध में जानकारी ली। बच्चों के साथ सहज संवाद करते हुए उन्होंने स्वयं शिक्षक की भूमिका में पठन-पाठन कराया और उनकी शैक्षणिक समझ को परखा। इस दौरान उप जिलाधिकारी ने विद्यालय में बच्चों को उपलब्ध कराए जा रहे मिड डे मील की गुणवत्ता एवं व्यवस्था का भी निरीक्षण किया। उन्होंने बच्चों के साथ बैठकर स्वयं मिड डे मील का भोजन किया।

अधिकारी को अपने बीच बैठकर भोजन करते देखकर बच्चे काफी उत्साहित और प्रसन्न नजर आए।

इस अवसर पर बच्चों के चेहरों पर खुशी और उत्साह स्पष्ट रूप से दिखाई दिया। उप जिलाधिकारी ने विद्यालय में स्वच्छता, अनुशासन, शिक्षण व्यवस्था एवं बच्चों को उपलब्ध कराई जा रही मूलभूत सुविधाओं का भी जायजा लिया तथा विद्यालय स्टाफ को शासन की मंशा के अनुरूप बच्चों को बेहतर शैक्षणिक वातावरण उपलब्ध कराने के निर्देश दिए।

राजकीय इंजीनियरिंग कॉलेज में दो दिवसीय एसआईएच कार्यक्रम आयोजित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शविवार को राजकीय इंजीनियरिंग कॉलेज, सोनभद्र में

11 एवं 12 सितंबर को स्मार्ट इंडिया हैकाथॉन (एसआईएच) कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में कुल 40 टीमों ने प्रतिभाग किया, जिसमें 29 सॉफ्टवेयर तथा 11 हार्डवेयर आधारित टीमें शामिल रहीं। कार्यक्रम के पहले दिन प्रतिभागी टीमों को विशेषज्ञों एवं अतिथियों द्वारा आवश्यक सुझाव और मार्गदर्शन प्रदान किया गया। विद्यार्थियों को अपने प्रोजेक्ट में सुधार करने तथा नवीन एवं प्रभावी तकनीकी समाधान विकसित करने के लिए महत्वपूर्ण सुझाव दिए गए। वहीं दूसरे दिन सभी प्रतिभागी टीमों के प्रोजेक्ट का मूल्यांकन (इवैल्यूएशन) किया गया। कार्यक्रम के समन्वयक डॉ. प्रशांत पांडेय ने बताया कि चयनित प्रोजेक्ट को ग्रैंड फिनाले के लिए अग्रसारित किया जाएगा। इस अवसर पर 180 छात्र छात्राओं ने अपने कौशल का प्रदर्शन किया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि श्री स्मूर्ति आर. नायक, मुख्य व्यवसाय अधिकारी, अदाणी पावर ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए उन्हें नवाचार और तकनीकी क्षेत्र में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने बताया कि नवाचार करते समय छात्र-छात्राओं को मूलभूत ज्ञान की विस्तृत जानकारी जरूर प्राप्त करनी चाहिए कार्यक्रम के सफल आयोजन पर संस्थान के निदेशक के. एस. वर्मा ने आयोजन की सराहना करते हुए सभी प्रतिभागी विद्यार्थियों, फैकल्टी सदस्यों, समन्वयक एवं आयोजक टीम को बधाई दी। उन्होंने कहा कि इस प्रकार के आयोजन विद्यार्थियों में नवाचार, तकनीकी दक्षता, टीमवर्क एवं समस्या-समाधान की क्षमता विकसित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। कार्यक्रम में के. देवास नेसन, श्री वाई. विष्णुवर्धन, संस्थापक एवं सीईओ, एक्सपोसिस डेटा लैब्स तथा डॉ. अरविंदा कुमार, प्रतिनिधि, एक्सपोसिस डेटा लैब्स की गरिमामयी उपस्थिति रही।

अतिथियों ने विद्यार्थियों के प्रयासों की सराहना करते हुए उन्हें नए विचारों के साथ तकनीकी समस्याओं के समाधान विकसित करने के लिए प्रोत्साहित किया।

इस अवसर पर डॉ. अमोद कुमार तिवारी, डॉ. हिमांशु कटियार, डॉक्टर देवेंद्र कुमार त्रिपाठी, डॉ. कल्पना सिंह, डॉ. हरीश चंद्र उपाध्याय, डॉ. आशीष रंजन मिश्रा, डॉ. पी. के. वर्मा, डॉ. मैनेजर यादव, , श्री राम ईश्वर वैस , श्री सिकंदर श्री तथा आशीष श्रीवास्तव सहित अन्य फैकल्टी सदस्य उपस्थित रहे। कार्यक्रम का आयोजन आईईईई स्टूडेंट ब्रांच द्वारा किया गया। दो दिवसीय कार्यक्रम विद्यार्थियों के लिए ज्ञानवर्धक एवं प्रेरणादायक रहा तथा उन्हें तकनीकी क्षेत्र में अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने का महत्वपूर्ण अवसर मिला।

नई पीढ़ी संवाद के लिए यात्रा जारी, एससी-एसटी सब प्लान का पैसा नहीं हो रहा खर्च

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शनिवार को वाराणसी में 20 सितंबर को आयोजित नई

पीढ़ी संवाद की तैयारी को लेकर गांव-गांव यात्रा जारी है और बड़े पैमाने पर जनसंपर्क किया जा रहा है। सुपांचुआ, बलियरी, नवाठोला, परनी, बबनडीहा, काचन, करहिया आदि गांव में लोगों से संपर्क-संवाद किया गया। लोगों को बताया गया कि नागरिकों को संवैधानिक अधिकार देना सरकार की जबावदेही है। शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार, सड़क, पानी, आवास, पेंशन, बिजली आम आदमी के सम्मानजनक जीवन के लिए जरूरी है। जिसे देने के लिए सरकार को कारपोरेट की सम्पत्ति पर टैक्स लगाना चाहिए। कहा गया कि प्रदेश में एससी, एसटी सब प्लान का जो पैसा आवंटित किया जा रहा है वह भी खर्च नहीं किया जा रहा। जिसके कारण शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार, सड़क और शुद्ध पेयजल जैसी बुनियादी सुविधाएं भी सोनभद्र जैसे दलित, आदिवासी बाहुल्य इलाके में लोगों को उपलब्ध नहीं हो पा रही है। उदाहरण देकर बताया गया कि अनुसूचित जनजाति स्टेट प्रोग्राम मॉनिटरिंग पोर्टल के अनुसार 2024-25 में 21500 करोड़ रूपया आवंटित हुआ जिसमें से 17000 करोड़ खर्च हुआ यानी 4500 करोड़ रुपए लगभग 21 परसेंट खर्च नहीं हुआ। लोगों से 20 सितंबर को वाराणसी पहुंचने और इस कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए हर संभव सहयोग की अपील भी की गई। यात्रा में ऑल इंडिया पीपुल्स फ्रंट के जिला संयोजक कृपाशंकर पनिका, रोजगार-सामाजिक अधिकार अभियान पूर्वांचल यात्रा की सहसंयोजक रूबी सिंह गोंड, सविता गोंड, इंजीनियर रामकृष्ण बैगा, राजेंद्र प्रसाद गोंड, सुगवंती गोंड, गुंजा गोंड, राम विचार गोंड, महावीर गोंड आदि लोग शामिल रहे।

पोषण माह में बच्चों ने दिखाई रचनात्मक प्रतिभा, आंगनबाड़ी केंद्रों पर वितरित की गई चित्रकारी की किताबें

कुपोषित बच्चों के माता-पिता, गर्भवती एवं धात्री महिलाओं को पोषण संबंधी दी गई महत्वपूर्ण जानकारी,गर्भवती महिलाओं को चारों एएनसी, खान-पान एवं टीकाकरण के प्रति किया गया जागरूक,सही पोषण, नियमित स्वास्थ्य जांच और समय पर टीकाकरण से स्वस्थ मातृत्व एवं स्वस्थ बचपन का संदेश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शनिवार को राष्ट्रीय पोषण माह के अंतर्गत जनपद सोनभद्र के विभिन्न आंगनबाड़ी केंद्रों पर पोषण एवं स्वास्थ्य जागरूकता से जुड़ी विविध गतिविधियों का आयोजन किया गया। कार्यक्रमों के माध्यम से बच्चों में रचनात्मकता को बढ़ावा देने के साथ-साथ कुपोषित बच्चों के माता-पिता, गर्भवती एवं धात्री महिलाओं को संतुलित आहार, नियमित स्वास्थ्य जांच, टीकाकरण एवं मातृ-शिशु स्वास्थ्य के संबंध में आवश्यक जानकारी प्रदान की गई। आंगनबाड़ी केंद्रों पर बच्चों को चित्रकारी की किताबें वितरित की गईं तथा बच्चों से चित्रकारी भी कराई गई। इस गतिविधि के माध्यम से बच्चों को सीखने और अपनी रचनात्मक प्रतिभा को अभिव्यक्त करने का अवसर प्रदान किया गया। आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं द्वारा बच्चों एवं अभिभावकों को पोषण के महत्व के बारे में जानकारी देते हुए बताया गया कि बच्चों के शारीरिक एवं मानसिक विकास के लिए संतुलित एवं पौष्टिक आहार अत्यंत आवश्यक है। इस दौरान आयोजित पोषण गोष्ठी में गर्भवती महिलाओं को विशेष रूप से मातृ स्वास्थ्य एवं गर्भावस्था के दौरान बरती जाने वाली सावधानियों के संबंध में जागरूक किया गया। महिलाओं को गर्भावस्था के दौरान होने वाली चारों एएनसी (Antenatal Check-up) नियमित रूप से कराने के लिए प्रेरित किया गया। उन्हें बताया गया कि गर्भावस्था के दौरान समय-समय

पर स्वास्थ्य परीक्षण कराना, चिकित्सकीय सलाह के अनुसार आवश्यक जांच कराना तथा निर्धारित समय पर टीकाकरण

कराना मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण है। गर्भवती महिलाओं को पौष्टिक एवं संतुलित खान-पान के संबंध में भी जानकारी दी गई। उन्हें बताया गया कि भोजन में हरी सब्जियां, मौसमी फल, दालें, दूध एवं अन्य पौष्टिक खाद्य पदार्थों को शामिल करें तथा चिकित्सक/स्वास्थ्यकर्मी की सलाह के अनुसार आयरन-फोलिक एसिड एवं अन्य आवश्यक पोषक तत्वों का सेवन करें। साथ ही गर्भवती महिलाओं को एएनएम, आशा एवं आंगनबाड़ी कार्यकर्ता के संपर्क में रहकर नियमित स्वास्थ्य जांच एवं आवश्यक परामर्श प्राप्त करने के लिए प्रेरित किया गया।कार्यक्रम के दौरान धात्री माताओं एवं कुपोषित बच्चों के माता-पिता को भी बच्चों के लिए उचित पोषण, स्वच्छता, समय पर भोजन एवं नियमित स्वास्थ्य निगरानी के महत्व के बारे में जानकारी दी गई। आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं ने अभिभावकों को बच्चों के वजन एवं स्वास्थ्य की नियमित निगरानी कराने तथा किसी भी प्रकार की स्वास्थ्य संबंधी समस्या होने पर तत्काल स्वास्थ्यकर्मियों से संपर्क करने के लिए जागरूक किया। पोषण माह के अंतर्गत आयोजित इन गतिविधियों का उद्देश्य जनपद में पोषण के प्रति जन-जागरूकता बढ़ाना, कुपोषण की रोकथाम तथा मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य को बेहतर बनाना है।

दुद्धी के वरिष्ठ अधिवक्ता जगदीश्वर जायसवाल का संयुक्त अधिवक्ता महासंघ ने किया सम्मान

विधि के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान के लिए अंगवस्त्र, फटका, स्मृति चिन्ह एवं सम्मान पत्र देकर किया गया सम्मानित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। दुद्धी के वरिष्ठ अधिवक्ता अमरनाथ मिश्र एवं दी सोनभद्र टैक्स बार एसोसिएशन सोनभद्र

एवं विधि के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान देने वाले जगदीश्वर जायसवाल जी का शनिवार को दुद्धी स्थित उनके निज निवास पर संयुक्त अधिवक्ता महासंघ उत्तर प्रदेश की ओर से गरिमापूर्ण सम्मान किया गया। इस अवसर पर महासंघ के प्रदेश अध्यक्ष एवं नोटरी अधिवक्ता राकेश शरण मिश्र, वरिष्ठ अधिवक्ता एवं पूर्व अध्यक्ष सोनभद्र बार एसोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष उमापति पांडेय ने जगदीश्वर जायसवाल जी को अंगवस्त्र, फटका, स्मृति चिन्ह एवं सम्मान पत्र प्रदान कर सम्मानित किया।कार्यक्रम में वरिष्ठ अधिवक्ता जगदीश्वर जायसवाल के विधि के क्षेत्र में लंबे अनुभव, उल्लेखनीय योगदान एवं अधिवक्ता समाज के प्रति समर्पण की सराहना की गई। वक्ताओं ने कहा कि वरिष्ठ अधिवक्ताओं का सम्मान केवल उनका व्यक्तिगत सम्मान नहीं, बल्कि विधि एवं न्याय व्यवस्था के प्रति उनके योगदान का सम्मान है। ऐसे सम्मान से अधिवक्ता समाज में नई ऊर्जा का संचार होता है तथा युवा अधिवक्ताओं को वरिष्ठजनों के अनुभव एवं मार्गदर्शन से प्रेरणा मिलती है। महासंघ के प्रदेश अध्यक्ष राकेश शरण मिश्र ने कहा कि संयुक्त अधिवक्ता महासंघ उत्तर प्रदेश अधिवक्ताओं के सम्मान, अधिकारों एवं हितों की रक्षा के लिए निरंतर कार्य कर रहा है। वरिष्ठ अधिवक्ताओं का सम्मान महासंघ की प्राथमिकताओं में शामिल है।अधिवक्ता उमापति पांडेय ने कहा कि जगदीश्वर जायसवाल जी का सम्मान विधि जगत में उनके योगदान के प्रति महासंघ की कृतज्ञता एवं सम्मान की अभिव्यक्ति है। इस अवसर पर संयुक्त अधिवक्ता महासंघ उत्तर प्रदेश के जिला पदाधिकारी अवनीश मिश्र,महेश पांडेय, प्रदीप धर, राजेंद्र प्रसाद सहित समाज के गणमान्यजन उपस्थित रहे।

अन्नदाताओ का अनादर बर्दाश्त नहीं किया जायेगा- किसान नौजवान संघर्ष मोर्चा

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शनिवार को घोरावल

विधानसभा के बघोर गौरही के अन्नदाताओ के आदेश पर किसान नौजवान संघर्ष मोर्चा का प्रतिनिधि मण्डल मोर्चा संयोजक संदीप मिश्र के नेतृत्व में बघोर पहुंचा बघरो में किसान पन्चायत में मोर्चा संयोजक ने सभी? अन्नदाताओ के दुःख दर्द को सुना व पन्चायत को सम्बोधित करते हुए मोर्चा संयोजक श्री मिश्र ने कहा कि जिस जनपद का लगभग चार हजार हेक्टेयर जंगल जमीन व दो हजार उन्नीस हेक्टेयर उपजाऊ जमीन विकासवाद बताकर उजाड़ दी जायेगी वहां का विनाश होगा या नहीं आप सबको एक बात का विशवास दिलाता हूँ कि एक भी अन्नदाताओ का अनादर नहीं होने दिया जायेगा वही बघोर से मोर्चा संयोजक श्री मिश्र ने जनपद के जिलाधिकारी श्री चर्चित गौड़ से आग्रह किया कि एक बार आप स्वयं गाँव चौपाल लगाकर सबकी बातो को सुनिए। वही किसान सन्तोष सिंह ने कहा कि हम जान दे देन्गे पर जमीन नहीं देन्गे। किसान कमलेश कुमार ने कहा कि जमीन हमारी माता है माता का सौदा हमे नहीं आता है। वही बघोर के रामप्रवेश जी ने कहा कि हम अपनी आजिविका का साधन किसी को नहीं देन्गे पन्चायत में उपस्थित सभी किसानों ने एक स्वर में कहा कि यह एक्सप्रेस हम सबके हित में नहीं है। किसान पन्चायत का सफल संचालन किसान संघर्ष समिति के अध्यक्ष मनोज कुशवाहा ने किया। आज के कार्यक्रम में रामप्रवेश सिह सन्तोष सिंह मनोजकुमार अमित जायसवाल मृत्युन्जाय कुशवाहाराजेश मौर्य कमलेश मौर्य व सैकड़ों अन्नदाता उपस्थित रहे।

थाना दिवस में डीएम-एसपी ने सुनीं जनसमस्याएं, गुणवत्तापूर्ण निस्तारण के दिए निर्देश

जिलाधिकारी एवं पुलिस अधीक्षक ने थाना करमा में आयोजित थाना दिवस में की जनसुनवाई,राजस्व एवं पुलिस से जुड़े प्रकरणों में संयुक्त टीम बनाकर मौके पर जांच एवं समाधान के निर्देश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शनिवार को

जिलाधिकारी श्री चर्चित गौड़ एवं पुलिस अधीक्षक श्री अभिषेक वर्मा द्वारा आज थाना करमा में आयोजित थाना दिवस में पहुंचकर आमजन की समस्याओं एवं शिकायतों को सुना गया। इस दौरान भूमि विवाद, राजस्व एवं पुलिस विभाग से संबंधित विभिन्न प्रकरणों पर संबंधित अधिकारियों से जानकारी लेते हुए उनके गुणवत्तापूर्ण एवं समयबद्ध निस्तारण के निर्देश दिए गए। जिलाधिकारी ने कहा कि थाना दिवस में प्राप्त शिकायतों को गंभीरता से लेते हुए उनका वास्तविक एवं संतोषजनक समाधान सुनिश्चित किया जाए। भूमि एवं राजस्व से संबंधित ऐसे प्रकरण, जिनमें मौके पर जांच आवश्यक हो, उनमें राजस्व एवं पुलिस विभाग की संयुक्त टीम मौके पर जाकर दोनों पक्षों की बात सुने तथा अभिलेखों एवं वास्तविक स्थिति का परीक्षण कर नियमानुसार कार्रवाई सुनिश्चित करे। पुलिस अधीक्षक श्री अभिषेक वर्मा ने पुलिस से संबंधित शिकायतों पर संबंधित अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश देते हुए कहा कि फरियादियों की समस्याओं को संवेदनशीलता से सुना जाए और नियमानुसार त्वरित कार्रवाई सुनिश्चित की जाए। जिलाधिकारी एवं पुलिस अधीक्षक ने कहा कि थाना दिवस का उद्देश्य केवल शिकायतों का निस्तारण करना नहीं, बल्कि शिकायतकर्ता को न्यायसंगत एवं प्रभावी समाधान उपलब्ध कराना है। संबंधित अधिकारी शिकायतों के निस्तारण में पारदर्शिता एवं जवाबदेही सुनिश्चित करें।

पूर्वांचल यात्रा बभनी पहुंची, 20 सितंबर को वाराणसी में होगा नई पीढ़ी संवाद, सरकार से अधिकार देने की मांग

सोनभद्र। जवाबदेह सरकार के लिए मिर्जापुर से शुरू हुई पूर्वांचल यात्रा 15 सितंबर 2026 को सोनभद्र के बभनी ब्लॉक में पहुंची। यहां बभनी, इकदीरी, पोखरा, रनदह, चवना, बैना, घघरा, धनखोर और घघरी जैसे गांवों में संपर्क, संवाद और बैठकें की गईं। सभी लोगों से 20 सितंबर को वाराणसी में आयोजित 'नई पीढ़ी संवाद' में शामिल होने और सहयोग करने की अपील की गई। यात्रा के दौरान बताया गया कि गांवों में माइक्रोफाइनेंस कंपनियां महिलाओं की आर्थिक लूट कर रही हैं। प्रदेश से बड़ी संख्या में पूंजी का पलायन हो रहा है। नौजवान लड़के और लड़कियां काम की तलाश में दूसरे प्रदेशों में जा रहे हैं। मनरेगा खत्म कर दी गई है और नई योजना में जो काम भी कराया गया, उसकी मजदूरी महीनों से बकाया है। सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र सिर्फ रेफरल सेंटर बनकर रह गए हैं, वहां पर्याप्त संसाधन भी नहीं हैं। सही शिक्षा व्यवस्था न होने से लड़कियां पढ़ाई छोड़ रही हैं। यात्रा में कहा गया कि सरकारें जनता को शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार और सम्मानजनक जीवन के संवैधानिक अधिकार देने की बजाय खैरात बांटने में लगी हैं। कार्यकर्ताओं ने कहा कि देश में संसाधनों की कोई कमी नहीं है। यदि कॉर्पोरेट की संपत्ति पर टैक्स लगाया जाए और काली पूंजी की अर्थव्यवस्था को नियंत्रित किया जाए, तो हर नागरिक को संवैधानिक अधिकार दिए जा सकते हैं। इस यात्रा में आल इंडिया पीपुल्स फ्रंट के जिला संयोजक कृपाशंकर पनिका, रोजगार-सामाजिक अधिकार अभियान पूर्वांचल यात्रा की सहसंयोजक रूबी सिंह गोंड,जैसे लोग शामिल थे।

स्पोर्ट्स

दिल्ली कैपिटल्स ने आईपीएल 2027 की तैयारी शुरू की,दिल्ली में कैंप- अमित मिश्रा, युवराज सिंह, और चामिंडा वास ने घरेलू खिलाड़ियों का ट्रायल लिया

नयी दिल्ली। दिल्ली कैपिटल्स ने आईपीएल 2027 की तैयारी शुरू कर दी है। फ्रेंचाइजी ने दिल्ली के एयरोसिटी में शॉर्ट कैंप और ट्रायल्स आयोजित किए। इसमें घरेलू खिलाड़ियों को मैच जैसे हालात में प्रदर्शन का मौका दिया गया। कैंप में युवराज सिंह और अमित मिश्रा ने खिलाड़ियों को ट्रेनिंग दी। श्रीलंका के पूर्व तेज गेंदबाज चामिंडा वास भी कैंप में शामिल हुए।

उन्हें टीम का नया फास्ट-बॉलिंग कोच बनाए जाने की संभावना है। हालांकि, फ्रेंचाइजी ने अभी इसकी आधिकारिक घोषणा नहीं की है। दिल्ली कैपिटल्स के कोचिंग सेटअप में बड़े बदलाव की तैयारी है। पूर्व भारतीय कप्तान सौरव गांगुली को हेड कोच की जिम्मेदारी मिलने की चर्चा है। युवराज सिंह को बैटिंग कोच बनाया जा सकता है। अमित मिश्रा स्पिन विभाग संभाल सकते हैं। वास और मिश्रा पहले ही दिल्ली में एकेडमी के खिलाड़ियों के साथ काम कर रहे हैं। वास के पास श्रीलंका की टीम और अलग-अलग फ्रेंचाइजी के साथ कोचिंग का अनुभव है। अमित मिश्रा पहली बार IPL में कोचिंग भूमिका में नजर आएंगे। बेंगलुरु कैंप के खिलाड़ियों को भी मौका-दिल्ली कैपिटल्स ने पिछले महीने बेंगलुरु की जस्ट क्रिकेट एकेडमी में भी कैंप लगाया था। उसमें अच्छा प्रदर्शन करने वाले कई खिलाड़ियों को दिल्ली के ट्रायल्स में दोबारा मौका मिला। फ्रेंचाइजी घरेलू खिलाड़ियों में से अच्छे खिलाड़ियों को चुनना चाहती है। टीम साल के अंत में होने वाली मिनी नीलामी से पहले अपने खिलाड़ियों की सूची मजबूत करना चाहती है। जेएसडब्लू संभालेगा 2027 और 2028 का संचालन-दिल्ली कैपिटल्स के को-ओनर जेएसडब्लू और जीएमआर के बीच हुए समझौते के तहत टीम का संचालन हर दो साल में बदलता है। आईपीएल 2027 और 2028 के लिए क्रिकेट संचालन की जिम्मेदारी जेएसडब्लू के पास रहेगी। दिल्ली की टीम 2025 और 2026 में प्लेऑफ में नहीं पहुंच सकी थी।

ऐसे में नए कैंप और संभावित कोचिंग बदलाव के जरिए फ्रेंचाइजी अगले सीजन में बेहतर प्रदर्शन की तैयारी कर रही है।

चीफ कोच के बाद सिलेक्टर हटाने की तैयारी में पाक,आकिब और वहाब हटाए जा सकते हैं, इंग्लैंड से टेस्ट में क्लीन स्वीप का असर

इस्लामाबाद। पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड (पीसीबी) इंग्लैंड के खिलाफ टेस्ट सीरीज में 0-3 से क्लीन स्वीप झेलने के बाद बड़े बदलाव में जुट गया है। बोर्ड 7 खिलाड़ी और चीफ कोच सरफराज अहमद को सीरीज के बीच में ही हटा चुका है। अब सीनियर सिलेक्टर आकिब जावेद भी हटाए जा सकते हैं। पीटीआई सूत्रों के मुताबिक बोर्ड अध्यक्ष मोहसिन नकवी बदलावों को लेकर अपने सहयोगियों और पीसीबी गवर्निंग बोर्ड के सदस्यों के साथ बैठक करेंगे। बैठक के बाद चयन समिति और कोचिंग स्टाफ में बदलाव पर अंतिम फैसला लिया जाएगा। विमेंस टीम के मेंटॉर वहाब रियाज को भी कोचिंग स्टाफ से हटाया जा सकता है। वहाब पर फैसला जापान में होने वाले एशियन गेम्स के बाद लिया जा सकता है। आकिब पर विवादित फैसलों की जिम्मेदारी- पाकिस्तान क्रिकेट में पिछले दो साल में टीम चयन, कप्तानी और कोचिंग स्टाफ में हुए बदलाव में सीनियर सिलेक्टर आकिब जावेद की भूमिका रही। इंग्लैंड दौरे पर सीरीज के बीच में भी उनके इशारे पर बदलाव हुए। इन सबसे आकिब पर सवाल

फैसलों में बाहरी दखल नहीं होने की शर्त रखी है, जिसे मानना बोर्ड के लिए आसान नहीं होगा। विदेशी कोच से भी बातचीत-सूत्रों के अनुसार, पीसीबी वहाब रियाज और मौजूदा कोचिंग स्टाफ की जगह कुछ विदेशी कोच से भी बातचीत कर रहा है। बोर्ड सपोर्ट स्टाफ को ज्यादा पेशेवर बनाने की दिशा में काम करना चाहता है।इंग्लैंड दौरे के बीच ही बदलाव शुरू हो गए थे- पीसीबी ने इंग्लैंड दौरे पर दूसरा टेस्ट हारने के बाद सात खिलाड़ियों को रिलीज कर दिया था। इनमें मोहम्मद रिजवान, इमाम-उल-हक, सलमान अली आगा, अली उस्मान, आमिर जमाल, मुहम्मद अवैस जफर और खुर्रम शहजाद शामिल थे। बॉलिंग कोच भी बदले गए-बोर्ड ने मुख्य कोच सरफराज अहमद और बॉलिंग कोच उमर गुल को भी रिलीज कर दिया था। उनकी जगह माइक हेसन को मुख्य कोच और एशले नॉफके को गेंदबाजी कोच बनाया गया है।

सात साल बाद डोमेस्टिक फर्स्ट क्लास क्रिकेट में लौटेंगे बाबर, पाकिस्तान बोर्ड से खुद किया था रिक्वेस्ट

इस्लामाबाद। पाकिस्तान के टेस्ट कप्तान बाबर आजम सात साल बाद डोमेस्टिक फर्स्ट क्लास क्रिकेट में लौटेंगे। वह जारी प्रेसिडेंट्स ट्रॉफी ग्रेड-1 टूर्नामेंट में ऑयल एंड गैस डेवलपमेंट कंपनी लिमिटेड के लिए खेलेंगे। बाबर को ओजीडीसीएल ने गेस्ट प्लेयर के तौर पर टीम में शामिल किया है। उन्होंने लंबे फॉर्मेट की लय बनाए रखने के लिए पीसीबी से टीम में शामिल करने का अनुरोध किया था। 2022 के बाद टेस्ट क्रिकेट में शतक नहीं लगाया-बाबर ने दिसंबर 2022 के बाद टेस्ट क्रिकेट में शतक नहीं लगाया है। उनका टेस्ट औसत 2023 से 30.43 रहा है। उन्होंने इस दौरान 39 पारियों में सिर्फ आठ अर्धशतक लगाए हैं। इनमें से चार अर्धशतक उनके पिछले पांच टेस्ट में आए हैं। इस दौरान उनका बेस्ट स्कोर 88 रन है, जो उन्होंने पिछले महीने वेस्टइंडीज के खिलाफ दूसरे टेस्ट में बनाया था। 19 में खेला था आखिरी घरेलू फर्स्ट क्लास मैच-खराब फॉर्म के बावजूद बाबर आजम घरेलू फर्स्ट क्लास क्रिकेट से दूर रहे। पिछले सप्ताह पीसीबी ने इस सीजन की प्रेसिडेंट्स ट्रॉफी और प्रेसिडेंट्स कप के लिए टीमों का ऐलान किया था। बाबर को किसी भी टीम में जगह नहीं मिली। बाबर ने आखिरी बार 2019 में घरेलू फर्स्ट क्लास मैच खेला था। तब वह अब बंद हो चुकी सेंट्रल पंजाब टीम के कप्तान थे। सेंट्रल पंजाब ने फाइनल में नॉर्दर्न को हराकर कायदे-आजम ट्रॉफी जीती थी। उस सीजन बाबर का यह सिर्फ दूसरा घरेलू फर्स्ट क्लास मैच था। 2015 के बाद 2019 उनका पहला और इकलौता सीजन था, जब उन्होंने एक से ज्यादा घरेलू फर्स्ट क्लास मैच खेले।घरेलू क्रिकेट खेलने की वजह- बाबर का घरेलू फर्स्ट क्लास क्रिकेट खेलने का फैसला इस सीजन प्रेसिडेंट्स ट्रॉफी में कई इंटरनेशनल क्रिकेटरों के खेलने के बाद आया है।

मानसून में बीमारियों से बचाएंगे ये सुपरफूड्स,जानें इस मौसम में क्या खाने से करें परहेज, अपनाएं 5 हेल्दी आदतें

नयी दिल्ली। बारिश की रिमझिम फुहारें भले ही गर्मी से राहत देती हों, लेकिन ये मौसम कई बीमारियों को भी साथ लेकर आता है। हवा में बढ़ी नमी और तापमान में उतार-चढ़ाव की वजह से इस दौरान वायरल फीवर, सर्दी-जुकाम, पेट दर्द, फूड पॉइजनिंग जैसी दिक्कतें आम हो जाती हैं। इसकी असल वजह हमारी कमजोर होती इम्यूनिटी है। अगर समय रहते खानपान पर ध्यान न दिया जाए तो मामूली इन्फेक्शन भी बड़ी परेशानी बन सकता है। इसलिए जरूरी है कि आप इस मौसम में ऐसा खाएं जो नेचुरल हो, डाइजेस्ट होने में आसान हो और शरीर की इम्यूनिटी को मजबूत बनाए।एनर्जेटिक और हेल्दी रखने के लिए क्या करें? इस मौसम में कैसी डाइट फॉलो करनी चाहिए? एक्सपर्टः अमृता मिश्रा, सीनियर डाइटीशियन, नई दिल्ली से जानेंगे सवाल जवाब के माध्यम से सवाल- बदलता मौसम हमारी इम्यूनिटी पर क्या असर डालता है?

जवाब- मानसून में तापमान गिरने और नमी बढ़ने से शरीर का मेटाबॉलिज्म धीरे हो जाता है। यानी खाना पचने की गति कम हो जाती है। नतीजतन, शरीर को उतनी एनर्जी नहीं मिल पाती जितनी जरूरत होती है। इससे थकान, भारीपन, गैस, अपच और भूख न लगने जैसी दिक्कतें होने लगती हैं। कमजोर मेटाबॉलिज्म का सीधा असर इम्यून सिस्टम पर भी पड़ता है, जिससे शरीर इन्फेक्शन से जल्दी घिर सकता है। साथ ही इस मौसम में बैक्टीरिया और वायरस तेजी से पनपते हैं, जो आसानी से इन्फेक्शन फैलाते हैं। जब इम्यून सिस्टम कमजोर होता है तो हल्की सी लापरवाही से सर्दी-जुकाम, बुखार, खांसी, गले की खराश या स्किन एलर्जी जैसी समस्याएं जल्दी पकड़ लेती हैं। सवाल- मानसून में इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए कौन से फूड्स फायदेमंद हैं? जवाब- कुछ फल, सब्जियां, अनाज, दालें और नट्स ऐसे होते हैं, जो इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने में खास भूमिका निभाते हैं। इनमें जरूरी विटामिन्स, मिनरल्स, एंटीऑक्सिडेंट्स और फाइबर होता है। यह शरीर को अंदर से ताकत देता है और बीमारियों से लड़ने की क्षमता बढ़ाता है। इन्हें रोजाना डाइट में शामिल करने से न केवल पाचन अच्छा रहता है, बल्कि मौसम बदलने पर होने वाले सर्दी-जुकाम, बुखार और पेट की दिक्कतों से भी बचाव होता हैं। सवाल- इन फूड्स को खाने का सही तरीका क्या है? जवाब- मानसून में खाना जितना जरूरी है, उतना ही जरूरी है उसे सही तरीके से खाना। नमी और गर्माहट के चलते इस मौसम में खाने में जल्दी बैक्टीरिया पनपते हैं। इसलिए हर चीज को साफ-सुथरा और सुपाच्य बनाकर खाना चाहिए। फल- अमरूद, पपीता, सेब जैसे फल ताजे और पूरी तरह धोकर खाएं। बेहतर होगा कि छिलका हटाकर या अच्छी तरह रगड़कर धोने के बाद ही खाएं, ताकि बिल्कुल गंदगी न रहे।सब्जियां- गाजर, भुट्टा (मक्का), भिंडी जैसी सब्जियों को हल्का उबालकर या भाप में पकाकर खाएं।

इससे ये नरम हो जाती हैं। साथ ही जल्दी पचती हैं और इनमें मौजूद बैक्टीरिया खत्म हो जाते हैं। अनाज और दलिया- ओट्स, दलिया, मूंग दाल जैसी चीजें अच्छी तरह पकाकर और गर्म खानी चाहिए।

ये हल्की होती हैं और पाचन में मदद करती हैं। बासी या अधपकी चीजों से बचें। ड्राई फ्रूट्स और सीड्स- खजूर और अंजीर को थोड़े गुनगुने पानी में भिगोकर खाना सबसे बेहतर होता है, इससे ये मुलायम हो जाते हैं और आसानी से पचते हैं। सवाल- मानसून में कौन से फूड्स से परहेज करना चाहिए? जवाब- मानसून में खाने-पीने को लेकर थोड़ी सी लापरवाही भी सेहत पर भारी पड़ सकती है। इस मौसम में नमी और गंदगी के कारण फूड आइटम जल्दी खराब होते हैं और उनमें हानिकारक बैक्टीरिया पनपने लगते हैं। ऐसे में कुछ चीजें खाने से न सिर्फ पाचन बिगड़ सकता है, बल्कि फूड पॉइजनिंग और इन्फेक्शन का खतरा भी बढ़ जाता है। इसलिए जरूरी है कि हम यह समझे कि किन फूड्स से इस मौसम में दूरी बनाना ही समझदारी है।सवाल- बच्चों और बुजुर्गों की इम्यूनिटी मजबूत रखने के लिए क्या खास ध्यान रखना चाहिए?जवाब- बच्चों और बुजुर्गों की इम्यूनिटी सामान्य लोगों की तुलना में कमजोर होती है, इसलिए मानसून में उनका खास ख्याल रखना जरूरी है। इम्यूनिटी मजबूत बनाए रखने के लिए नीचे कुछ जरूरी बातें अपनानी चाहिए।

बच्चों के लिए ताजे फल, मूंग दाल, खिचड़ी, दलिया जैसी हल्की और पौष्टिक चीजें खाने के लिए दें। बाहर का तला-भुना खाना, आइसक्रीम, कटे फल और पैकेट वाले जूस से बचाएं। ये जल्दी खराब होते हैं और इंफेक्शन फैला सकते हैं।

बच्चों को रोज थोड़ा खेल-कूद या हल्की फिजिकल एक्टिविटी कराएं ताकि शरीर एक्टिव बना रहे।हाथ धोने की आदत बार-बार करवाएं, खासतौर पर खाने से पहले और बाहर से आने के बाद। नींद पूरी हो, ये इम्यूनिटी को बढ़ाने में मदद करती है। कोशिश करें कि बच्चे तय समय पर सोएं और जागें। बुजुर्गों के लिए बुजुर्गों की रोग प्रतिरोधक क्षमता उम्र के साथ कमजोर हो जाती है, इसलिए उन्हें ऐसा खाना दें जो पचने में आसान और पौष्टिक हो। जैसे दलिया, उबली मूंग दाल, ताजे फल और गुनगुना पानी। बहुत ठंडी, बासी या बाजार की चीजें जैसे फास्ट फूड, कटे फल, ठंडा दूध या दही देने से बचें। ये पेट खराब कर सकते हैं। बुजुर्गों को गुनगुना पानी पीने की आदत डालें और दिन में थोड़ी बहुत हल्की फिजिकल एक्टिविटी (जैसे वॉक या स्ट्रेचिंग) करवाएं। नींद पूरी हो और शरीर का आराम बना रहे। इसके लिए दिनचर्या नियमित रखें। अगर बुजुर्ग कोई दवा खाते हैं तो डॉक्टर से डाइट को लेकर सलाह जरूर लें क्योंकि कुछ दवाएं पाचन या भूख को प्रभावित कर सकती हैं।सवाल- खाने के अलावा कौन-सी आदतें इम्यूनिटी को मजबूत करती हैं? जवाब- सिर्फ अच्छा खाना ही नहीं, बल्कि कुछ रोज की आदतें भी हमारी इम्यूनिटी को मजबूत बनाने में अहम भूमिका निभाती हैं। जैसेकि- हर दिन हल्का व्यायाम करें। 20-30 मिनट की वॉक, योग या स्ट्रेचिंग से शरीर एक्टिव रहता है और इम्यून सिस्टम बेहतर काम करता है। 7-8 घंटे की नींद लें।

नींद पूरी न होने से शरीर थका रहता है और संक्रमण से लड़ने की ताकत घट जाती है। लगातार चिंता या टेंशन इम्यूनिटी को कमजोर कर सकती है।मेडिटेशन, गहरी सांस या म्यूजिक से राहत पाएं। कीटाणुओं से बचने के लिए साफ-सफाई बेहद जरूरी है, खासकर खाने से पहले और बाहर से आने के बाद। भूखा रहना या कम पानी पीना शरीर की ताकत को कमजोर करता है। हर 2-3 घंटे में कुछ हेल्दी जरूर खाएं और दिनभर में 7-8 ग्लास पानी पीना न भूलें।

हमारे झगड़ों से परेशान है बेटा वो चुप उदास रहने लगा है, क्या पेरेंट्स की लड़ाई से बच्चे डिप्रेशन में जा सकते हैं

जयपुर। बिलकुल स्वाभाविक सी बात है लड़ाई से बच्चे डिप्रेशन में जा सकते हैं। पति-पत्नी के बीच कभी-कभार मतभेद होना सामान्य बात है। लेकिन अगर घर में रोज झगड़े होने लगें, आवाज ऊंची होने लगे और बच्चा बार-बार इन सबका गवाह बने, तब यह सिर्फ पति-पत्नी के बीच का मामला नहीं रह जाता। इसका असर पूरे परिवार और खासतौर से बच्चे की मेंटल-इमोशनल हेल्थ पर पड़ता है। विषय को समझेंगे एक्सपर्टः डॉ. अमिता श्रृंगी, साइकोलॉजिस्ट, फैमिली एंड चाइल्ड काउंसलर, जयपुर जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- मैं 37 साल की गृहिणी हूं। मेरे पति प्राइवेट नौकरी करते हैं और अक्सर काम का तनाव घर लेकर आते हैं। पिछले दो साल से हमारे बीच लगभग रोज किसी-न-किसी बात पर बहस, झगड़ा हो जाता है। हमारा 8 साल का बेटा झगड़ा शुरू होते ही अपने कमरे में जाकर दरवाजा बंद कर लेता है। पहले वह बहुत हंसमुख था, लेकिन अब छोटी-छोटी बात पर डर जाता है और स्कूल जाने से भी कतराने लगा है। कभी-कभी कहता है, 'आप लोग फिर लड़ोगे क्या?' मुझे लगता है कि वह तनाव में रहने लगा है। क्या हमारे झगड़े उसकी मेंटल हेल्थ पर लॉन्ग टर्म असर डाल सकते हैं? अब हमें क्या करना चाहिए? बच्चे घर के भावनात्मक माहौल को गहराई से महसूस करते हैं। अगर घर में तनाव, लड़ाई-झगड़े हों तो इसका बच्चे की मेंटल हेल्थ पर गहरा असर पड़ता है। बच्चा स्ट्रेस में रहता है, जिससे पढ़ाई और सेहत, दोनों खराब होते हैं। बच्चे में दिख रहे बदलाव, आपके बेटे के व्यवहार में ये बदलाव दिख रहे हैं, डर जाना, स्कूल से बचना, झगड़ा शुरू होते ही अपने कमरे में बंद हो जाना-बार-बार पूछना कि 'आप लोग फिर लड़ोगे क्या?' ये सारे संकेत बताते हैं कि वह घर के तनाव को महसूस कर रहा है। बच्चे अक्सर अपनी भावनाओं को शब्दों में व्यक्त नहीं कर पाते। अपने डर, चिंता और असुरक्षा को वे अपने व्यवहार के जरिए दिखाते हैं। माता- पिता हैं बच्चे का सेफ्टी नेट-चाइल्ड साइकोलॉजी के अनुसार, बच्चे के लिए माता-पिता उसका सबसे सुरक्षित संसार होते हैं। जब वह संसार अस्थिर और तनावपूर्ण दिखने लगता है तो उसके भीतर 'सेफ्टी' की भावना कमजोर होने लगती है। वह हर समय सतर्क रहने लगता है कि अगला झगड़ा कब होगा। 1- हर समय डर में रहना। 2-एंजाइटी महसूस होना। 3-आत्मविश्वास कम होना। 4- पढ़ाई में मन न लगना। 5- स्कूल जाने से बचना। 6- दोस्तों से दूरी बनाना। 7- बच्चे में गुस्सा बढ़ना। 8- चिड़चिड़ापन बढ़ना। 9- रात में नींद न आना। 10- पेट दर्द, सिरदर्द की शिकायत। क्या हर झगड़ा बच्चे को नुकसान पहुंचाता है? नहीं। यह समझना बहुत जरूरी है। अगर पति-पत्नी किसी बात पर शांत तरीके से असहमति जताते हैं, एक-दूसरे का सम्मान करते हैं और बाद में समस्या का समाधान भी बच्चे के सामने दिखता है, तो बच्चा सीखता है कि मतभेद रिश्तों का सामान्य हिस्सा हैं। समस्या तब होती है, जब- माता-पिता के बीच रोज झगड़े हों। झगड़े में चिल्लाना, धमकाना, अपमान करना शामिल हो। उनके बीच कई दिनों तक तनाव बना रहे। बच्चा खुद को झगड़े की वजह मानने लगे। घर में हमेशा तनाव का माहौल रहे। ऐसे माहौल में बच्चा 'इमोशनल सर्वाइवल मोड' में रहने लगता है। उसका दिमाग पढ़ाई, खेल और सीखने की बजाय अपनी सुरक्षा पर ज्यादा फोकस हो जाता है। झगड़े को कैसे समझता बच्चे का ब्रेन? 8 साल की उम्र में बच्चा दुनिया को अभी भी काफी हद तक माता-पिता के नजरिए से देखता है। अगर वह रोज लड़ाई देखता है तो उसके मन में कई तरह के सवाल आते हैं- क्या मेरी वजह से झगड़ा हुआ? क्या मम्मी-पापा अलग हो जाएंगे? अगर वे अलग हो गए तो मैं किसके साथ रहूंगा? क्या मैं कुछ कर सकता हूं? ये स्ट्रेस बच्चे के भीतर डर पैदा कर सकता है। ये डर बच्चे शब्दों में नहीं बोल पाते। इसलिए उनके व्यवहार और कुछ संकेतों पर गौर करने की जरूरत है- बच्चे के इन संकेतों को इग्नोर न करें:- अचानक बहुत चुप हो जाना। छोटी-छोटी बातों पर रोना। स्कूल जाने से बचना। बच्चे को । बुरे सपने आना। बिस्तर गीला करना। मम्मी-पापा से चिपके रहना। पसंद की चीजों में रुचि कम होना। माता-पिता के लिए सबसे जरूरी बातः- अक्सर माता-पिता कहते हैं, 'हम बच्चे के सामने नहीं लड़ते' या 'उसे कुछ समझ नहीं आता।' असलियत यह है कि बच्चे सिर्फ शब्द नहीं सुनतेञ वे चेहरे के भाव, आवाज का उतार-चढ़ाव, कमरे का माहौल और शरीर की भाषा भी पढ़ लेते हैं। इसलिए अगर बच्चा डर रहा है तो उसकी भावना को 'ओवररिएक्शन' कहकर खारिज न करें। उसके डर को स्वीकार करना ही समाधान की शुरुआत है। इस स्थिति को कैसे संभालें? 1. झगड़े का तरीका बदलें:- मतभेद होना सामान्य है, लेकिन उसे संभालने का तरीका बदला जा सकता है। इसलिए आप आपस में कुछ बातें तय करें, जैसेकि- गुस्सा बढ़े तो बातचीत रोक दें। तय करें कि बच्चे के सामने बहस नहीं करेंगे। चिल्लाने की बजाय शांत आवाज में बात करें। एक-दूसरे का अपमान करने या ताने देने से बचें। 2. बच्चे को भरोसा दें:- अगर बच्चे ने झगड़ा देखा है तो बाद में उससे इस बारे में बात जरूर करें। उसे कहें– 'मम्मी-पापा की बहस हुई थी, लेकिन यह तुम्हारी गलती नहीं है। हम मिलकर इसे सुलझा रहे हैं और तुम सुरक्षित हो।' यह एक छोटा-सा वाक्य बच्चे के मन का बहुत बड़ा बोझ कम कर सकता है। यह तुम्हारी गलती नहीं है। हम मिलकर प्रॉब्लम सॉल्व कर रहे हैं। मम्मी-पापा तुमसे बहुत प्यार करते हैं। बड़े लोग कभी-कभी असहमत होते हैं। तुम सेफ हो। डरने की कोई बात नहीं। अगर तुम्हें डर लगे तो हमसे बात करना। 3. बच्चे की दिनचर्या सामान्य रखें-तनाव के समय नियमित दिनचर्या बच्चे को सुरक्षा का एहसास देती है। रूटीन जितना स्थिर रहेगा, बच्चा उतना सुरक्षित महसूस करेगा। इसलिए इन बातों का ध्यान रखें- समय पर स्कूल, पर्याप्त नींद, साथ बैठकर खाना, रोज कुछ समय खेलना, स्क्रीन टाइम सीमित रखना, . रोज 15-20 मिनट सिर्फ बच्चे के लिए रखें। इसे बच्चे का 'स्पेशल टाइम' मानें। इस दौरान- मोबाइल दूर रखें। बच्चा जो खेलना चाहे, वही खेलें। उसे बीच में टोकें नहीं। सलाह देने की बजाय उसकी बातें सुनें। ऐसा समय बच्चे के भीतर दोबारा भरोसा बनाने में मदद करता हैं। 5. अगर माफी मांगी है तो उसे दिखाएं भी- बच्चे आप दोनों के बीच सिर्फ झगड़ा नहीं, बल्कि प्यार, दोस्ती और ख्याल भी देखें। अगर आकोप दोनों के बीच बहस हुई थी और बाद में आपने एक-दूसरे से सम्मानपूर्वक बात की या सामान्य व्यवहार किया, तो बच्चा सीखता है कि बहस से रिश्ते टूटते नहीं हैं। उन्हें बेहतर भी किया जा सकता है। घर में शांति बनाने के 9 नियमः-बच्चे के सामने चिल्लाने से बचें। कपल अपने लिए कुछ रूल्स बनाएं। एक-दूसरे पर आरोप न लगाएं। गुस्से में आवाज ऊंची न करें। एक-दूसरे की शिकायत ध्यान से सुनें। रोज 10 मिनट परिवार के साथ बिताएं। अपनी सेहत का ख्याल रखें। तनाव होने पर 20 मिनट का ब्रेक लें। जरूरत हो तो फैमिली काउंसलर से मिलें। चाइल्ड काउंसिलर की मदद कब जरूरी? अगर बच्चे में नीचे दिए बदलाव 4-6 हफ्तों से बने हुए हैं या बढ़ रहे हैं तो चाइल्ड साइकोलॉजिस्ट से मिलना बेहतर होगा- स्कूल जाने से लगातार इनकार। बार-बार घबराहट या डर। पढ़ाई में अचानक गिरावट। बहुत ज्यादा चुप या आक्रामक होना। नींद या भूख में बड़ा बदलाव। खुद को दोष देना। दोस्तों से पूरी तरह दूरी बना लेना। इसी तरह अगर पति-पत्नी के झगड़े लगातार बढ़ रहे हैं और दोनों उन्हें नियंत्रित नहीं कर पा रहे हैं, तो मैरिज या फैमिली काउंसलिंग लेने में संकोच नहीं करना चाहिए। अंतिम बातः-बच्चों को ऐसे माता-पिता नहीं चाहिए, जो कभी गलती न करें।

उन्हें ऐसे माता-पिता चाहिए, जो गलती होने पर उसे स्वीकार करें, सम्मानपूर्वक सुलझाएं और बच्चे को यह भरोसा दिलाएं कि परिवार उसके लिए सुरक्षित जगह है। जब घर का भावनात्मक माहौल बेहतर होता है, तो अधिकांश बच्चों में डर, चिंता और असुरक्षा भी धीरे-धीरे कम होने लगती है।

क्या एआई और ऑनलाइन प्लेटफॉर्म अगले 9/11 बन सकते हैं?

आज से ठीक 25 साल पहले मैं एक एसोसिएट एडिटर था और इस अखबार के मैनेजिंग डायरेक्टर सुधीर अग्रवाल के साथ एक नए प्रोजेक्ट पर करीब

से काम कर रहा था। मैं उन्हें प्यार से 'एसए' कहता था। शाम का वक्त था। हमने एडिटोरियल मीटिंग अभी खत्म ही की थी, जिसमें तय किया था कि 12 सितंबर के अखबार में क्या-क्या जाएगा। मैं अपनी कुर्सी पर लौटकर काम करने की तैयारी कर ही रहा था कि एसए मेरे केबिन में आ गए। आमतौर पर वे मुझे अपने केबिन में बुलाते थे। उन्होंने पूछा, 'क्या तुमने न्यूज देखी?' मैंने कहा, 'नहीं।' वे रुके नहीं, बस मुड़े और बोले कि 'मेरे साथ चलो।' मैं पीछे-पीछे उनके केबिन में चला गया। वहां एनके सिंह और श्रवण गर्ग समेत दूसरे वरिष्ठ संपादकों के साथ हमने टीवी स्क्रीन पर घट रही उस भयावह घटना को देखा- वह हमला, जो 21वीं सदी का सबसे घातक टेरेरिस्ट अटैक बनने वाला था। 25 साल बाद आज मुझे एसए का मेरे केबिन से अपने केबिन तक जाना और उनकी चिंता भरी टोन फिर याद आई, जब एंथ्रोपिक के रिसर्चर जैकब कॉक्सन ने एआई की तेज प्रोग्रेस को लेकर एक डरावनी चेतावनी दी। मंगलवार को उन्होंने चेतावनी दी कि 2030 तक ही एआई मानवता के लिए अस्तित्व का संकट पैदा कर सकता है। फिर उन्होंने अपनी जॉब छोड़ दी और जोर देकर कहा कि उनकी चेतावनी कोई 'मार्केटिंग स्टंट' नहीं है। कॉक्सन ने ओपनएआई और एंथ्रोपिक, दोनों पर 'सीधे तौर पर सेल्फ-इम्प्रूविंग सुपरइंटेलिजेंस की होड़ में शामिल होने' और 'हमारी जिंदगी के साथ जुआ खेलने' का आरोप लगाया। उन्हें डर है कि तेजी से सक्षम होते जा रहे एआई सिस्टम कंप्यूटर नेटवर्क हैक कर सकते हैं, साइंटिफिक रिसर्च कर सकते हैं, संसाधन जुटा सकते हैं और इतने ऑटोनोमस हो सकते हैं कि इंसान उन पर से नियंत्रण खो दें। और शायद उनकी बात में दम भी है। ऐसा मैं सिर्फ यह सोचकर नहीं कह रहा हूं कि एआई आगे चलकर क्या बन सकता है, बल्कि यह देखकर कह रहा हूं कि तकनीक पहले से ही हमारे घरों में क्या कर रही है। मुझे बच्चों के कमरों में कंबल के भीतर से आती वो धुंधली-सी रोशनी और धीमी-सी हंसी याद है। ये हंसी अकसर सोशल मीडिया पोस्ट पर मिलने वाले लाइक्स और रिएक्शंस से आती थी, जब टीनएजर्स अपने साथियों से तुलना करते थे कि किसे कितने लाइक्स और रिएक्शन मिले। तुरंत एक फायर-शेप्ड आइकन यह बताने को भेज दिया जाता कि 'मुझे जलन हो रही है।' उन तमाम रातों को याद कीजिए, जब पैरेंट्स के तौर पर हमें अपने बच्चों के कमरे से हंसी की आवाज आती थी। हम अंदर जाकर पूछते कि 'रात के 2 बज रहे हैं, अभी तक सोए नहीं?' ऐसा इसलिए था, क्योंकि जो तकनीक उन्हें आकर्षित कर रही थी, वो इतनी एडिक्टिव थी कि उन्हें एहसास ही नहीं होता था कि जिस वक्त उन्होंने शुरुआत की थी, समय उससे पांच घंटे आगे निकल चुका है। जो चीज हमें मासूमियत भरी लग रही थी, वह असल में कहीं ज्यादा गहरी थी। टेक्नोलॉजी चुपचाप पूरी एक पीढ़ी के दूसरों से अप्रूवल पाने, खुद की तुलना करने और भावनाओं को कम्युनिकेट करने के तरीकों को बदल रही थी। यही वजह है कि एआई को लेकर चल रही बहस मुझे चिंतित करती है। खतरा 9/11 की तरह शोर और विनाश लेकर नहीं आएगा। यह चुपचाप आ सकता है- स्क्रीन से स्क्रीन, घर से घर और दफ्तर से दफ्तर तक। फिर अचानक हमें एहसास होगा कि कुछ बुनियादी चीजें बदल चुकी हैं। इसीलिए अचंभा नहीं कि मेटा भी अगले छह महीनों में टीनएजर यूजर्स के बचाव के लिए नए सुरक्षा उपाय लागू करने पर आगे बढ़ा है। अगर ऐसा हुआ तो पैरेंट्स के तौर पर अंतहीन स्क्रॉलिंग को लेकर हमारी चिंता थोड़ी कम होगी। क्योंकि, मेटा ने टीनएजर्स के लिए इंस्टाग्राम, फेसबुक पर रोजाना दो घंटे की समय-सीमा लागू करने और आधी रात से सुबह 6 बजे तक एप्स को ब्लॉक करने पर सहमति जताई है। हालांकि, इस दौरान डायरेक्ट मैसेज सुविधा उपलब्ध रहेगी। लाइक्स और रिएक्शन की संख्या को भी ऑटोमैटिकली छिपा दिया जाएगा, ताकि टीनएजर्स अपने और दूसरे की संख्या देख कर तुलना न कर सकें।

फंडा यह है कि जैसे-जैसे दुनिया ऑनलाइन प्लेटफॉर्मों और एआई की खामियों को लेकर जागरूक हो रही है, हमें यह सवाल पूछना चाहिए कि क्या ये ताकतवर टूल इंसानियत के लिए अगला 9/11 बन सकते हैं? तबाही आए, इससे पहले हमें तेजी से विचार करना होगा। एन. रघुरामन

भगवान गणेश एक यूनिवर्सल और लाइफलॉन्ग टीचर हैं

क्या आप जानते हैं कि भगवान विष्णु की तरह भगवान गणेश के भी कई अवतार हैं?

'मुद्गल' पुराण में उनके ऐसे कई भव्य अवतारों का वर्णन है। इनमें से हर अवतार हमें किसी खास इंसानी बुराई- बंधनकारी अहंकार से लेकर इंसान को जकड़ लेने वाले लालच तक- से मुक्त करता है। मुझे आध्यात्मिकता से जुड़ा एक पोर्टल 'इंडियात्रा' चलाने वाले अपने दोस्त से एक क्विज मिला। इसमें मुझे भगवान गणेश की बुद्धिमता से जुड़ी ऐसी अनसुनी दिलचस्प कहानियां मिलीं, जो आज भी प्रासंगिक हैं। कुछ अवतारों की कहानियां यहां पेश हैं। वक्रतुंड : हम सभी 'वक्रतुंड महाकाय' गाते हैं। यह अवतार अपनी मुड़ी हुई सूंड के लिए प्रख्यात है। इनका वाहन सिंह है। वक्रतुंड की सूंड बुद्धिमत्ता, फ्लेक्सिबिटी और ताकत का प्रतीक है। इसके आकार में आदिकालीन ध्वनि 'ओम' का प्रतिबिम्ब दिखता है, जिसे उपनिषद् सर्वोच्च आध्यात्मिक ज्ञान बताते हैं। जब मत्सरासुर को रोकना असंभव हो गया, तब दत्तात्रेय ने 'ओम' की शक्ति को बताया और देवताओं को वक्रतुंड की मदद लेने के लिए कहा। इस अवतार में गणेशजी ने मत्सरासुर को हराया, जो ईर्ष्या, जलन और स्वार्थ का प्रतीक है। एकदंत : दर्शन सिखाने के लिए पुराण कहानियों का इस्तेमाल करते हैं। एकदंत में 'एक' माया (इल्यूजन) का प्रतिनिधित्व करता है और 'दंत' का अर्थ है सत्य, जो अहंकार पर सत्य की जीत का प्रतीक है। जब राक्षस मदासुर अजेय हो गया, तब ऋषि सनत्कुमार ने देवताओं को एकदंत के आह्वान की सलाह दी। गणेशजी को देखते ही मदासुर ने तुरंत आत्मसमर्पण कर दिया। महोदर : यानी, बड़े उदर वाले गणेशजी। जब विकारों के राजा मोहासुर ने तबाही मचाई तो सूर्यदेव ने देवताओं को गणेशजी के आह्वान की सलाह दी। महोदर रूप में प्रकट हुए गणेशजी बस उस राक्षस के पास गए और उसने तुरंत आत्मसमर्पण कर दिया। याद कीजिए, जब आप किसी को कोई सीक्रेट बताते हैं तो लोग कहते हैं कि उसका पेट बड़ा है। दरअसल, यह वाक्य गणेशजी के बड़े पेट से निकला है, जो अच्छे-बुरे अनुभवों को समानता के साथ पचाने की क्षमता का प्रतीक है। गणेशजी की पूजा के जरिए हम इसी आंतरिक संतुलन को पाने की कोशिश करते हैं। गजानन : यह कहानी 'लोभासुर' की है, जिसने तीनों लोकों पर कब्जा कर लिया था। ऋषि रैभ्य की सलाह पर देवताओं ने गजानन का आह्वान किया, जिनकी उपस्थिति मात्र से राक्षस के अंदर अपराधबोध पैदा हुआ और उसने तुरंत समर्पण कर दिया। यह कहानी बताती है कि आत्मबोध कैसे वासना पर विजय हासिल करता है। गजानन का हाथी जैसा सिर धैर्य, सतर्कता और शक्ति का प्रतीक है, जो इस यात्रा के लिए जरूरी होते हैं। लंबोदर : माना जाता है कि इस अवतार में भगवान गणेश ने क्रोधासुर का वध किया था। अमृत के लिए समुद्र मंथन के बाद क्रोधासुर का जन्म हुआ, जिसने ब्रह्मांड की शांति भंग कर दी थी। गणेशजी के लंबोदर अवतार ने यह शांति फिर बहाल की। विकट : एक कहानी राक्षस कामासुर की है, जिसने पूरे ब्रह्मांड में तबाही मचा दी थी। गणेशजी ने विकट रूप में अवतार लिया और मोर पर सवार होकर राक्षस को काबू किया। मोर को इतराना पसंद है और वह घमंड का पर्याय है। इस कहानी की सीख है कि घमंड पर काबू पाकर कोई व्यक्ति इच्छाओं पर नियंत्रण कर सकता है। विघ्नराज : यह कहानी ममासुर की है, जो तब तक धार्मिक व्यक्ति था, जब तक शम्बरासुर ने उसे बुराइयों और अति की दुनिया में न खींच लिया। देवता उससे भयभीत हुए और विघ्नराज ने ममासुर को काबू में किया। यहां एक गहरा सबक है कि हम विकृत आकर्षण के जाल में आसानी से फंस सकते हैं और यह हमारे जीवन की बड़ी बाधा बन सकता है। विघ्नराज की पूजा उस बाधा को हटाने में मदद करती है। धूम्रवर्ण : अभिमानासुर या अहंकारासुर को गणेशजी ने धूम्रवर्ण अवतार में पराजित किया। अहंकारासुर के जन्म की एक लंबी कहानी है। माना जाता है कि एक वक्त भगवान सूर्य को अत्यधिक घमंड हुआ तो उनकी छींक से अहंकारासुर का जन्म हुआ। इस असुर ने खूब तबाही मचाई और फिर धूम्रवर्ण ने उसे पराजित किया।

धूम्रवर्ण का अर्थ है धुएं जैसा रंग। यह अवतार सिखाता है कि घमंड अकसर स्पष्ट दृष्टि को धुंधला कर देता है, इसलिए इसे साफ करना जरूरी है। फंडा यह है कि गणेशजी के इन अवतारों की खूबसूरती यह है कि उनमें से प्रत्येक हमें अपने भीतर की किसी कमजोरी पर जीत हासिल करना सिखाता है। अहंकार, लालच, क्रोध, ईर्ष्या, कामना और लगाव अलग-अलग बुराई हो सकती हैं, लेकिन सेल्फ-अवेयरनेस, संतुलन और बुद्धिमता हमें इन पर काबू पाने में मदद करते हैं। एन. रघुरामन

नौकरी के लिए कम्युनिकेशन के साथ क्रिटिकल थिंकिंग और चिंतन भी जरूरी है

मेरे सामने 22 लोग थे और सामने मैं अकेला खड़ा था। दो

मिनट पहले प्रोफेसर-इंचार्ज ने अपनी बात खत्म की थी, जिसमें उन्होंने कहा कि 'यह आपका आखिरी मौका है। अगर नौकरी पाना चाहते हो तो अगले सात दिन कुछ कौशल सीखने होंगे।' मेरी ओर इशारा करके उन्होंने कहा कि 'हमने कम्युनिकेशन स्किल्स और क्रिटिकल थिंकिंग के लिए सबसे अच्छा व्यक्ति बुलाया है। यही दो वजहें हैं, जिनके कारण आपको मनचाही नौकरी नहीं मिली।' उनकी बात सुनकर मुझे अंग्रेजी का एक शब्द याद आया- 'ग्रूहो'। यानी ऐसे विचार, वाक्यांश या विषय, जो बार-बार दोहराए जाने से अपना असर और ताजगी खो चुके। मैं उनके चेहरों को पढ़ सकता था, जो चुप रह कर भी मेरे कानों में बहुत कुछ कह रहे थे। मैंने दो छात्रों की ओर इशारा करके कहा, 'क्या आप दोनों सोच रहे हो कि यह कितना उबाऊ और बनावटी है?' दोनों ने झेंपते हुए मुस्कराकर सिर हिला दिया। मैंने पूछा, 'आपको क्या लगता है, मैंने वही शब्द कैसे जान लिए, जो आपके दिमाग में चल रहे थे?' मैंने पूछा, 'जल्दी बताओ आपके मन में कौन-से शब्द आए? 'मुझे नहीं पता' या 'हमें कैसे पता?' संयोग से आप दोनों ने दूसरा वाला सोचा था। वे फिर मुस्कराए और साथ में मैं भी जोर से हंस पड़ा। उनके शब्दों में खुद का मजाक उड़ाने की मेरी क्षमता ने उन्हें सहज कर दिया। मेरा आत्मविश्वास बढ़ा और मैंने कहा कि 'अगर आप फिर सोच रहे हो कि मुझे कैसे पता चला तो मेरा जवाब है कि मैं आप सबकी

ऊर्जा, भावना, झिझक, खामोशी और बॉडी बिहेवियर पर अधिक ध्यान देता हूं। इस दुनिया में आप जैसे बहुत लोग हैं, जो बाहर जितना दिखाते हैं, उससे कहीं ज्यादा अपने भीतर लिए घूमते हैं। दूसरे लड़के की तरफ इशारा करके मैंने कहा कि 'जो व्यक्ति हंस रहा हो, वह सबसे ज्यादा तनावग्रस्त हो सकता है।' फिर सबसे दूर बैठे व्यक्ति को दिखाते हुए कहा कि 'कोई शांत व्यक्ति बहुत गहरी सोच में हो सकता है।' जब आप लोगों के साथ ज्यादा काम करते हैं तो आपको पता चलता है कि बहुत कम मामलों में कम्युनिकेशन का शब्दों से कोई लेना-देना होता है। विशेषज्ञ कहते हैं कि अगर आप सच में कम्युनिकेशन और क्रिटिकल थिंकिंग सीखना चाहते हैं तो चिंतन का अभ्यास सबसे सही तरीका है। अब तो इंटरव्यू के पैटर्न तक बदल रहे हैं। रिक्रूटर्स पूछने लगे हैं कि 'आपने अपनी यूनिवर्सिटी या पिछली नौकरी में ऐसा क्या सीखा, जो हमारी कंपनी के नवसृजित पद पर आपको सफल करेगा?' पहली नौकरी के लिए आवेदन करने वाले स्टूडेंट या नौकरी बदलना चाह रहे लोगों से सोच-समझकर जवाब देने की उम्मीद की जाती है। और ऐसे समझदारी भरे जवाब देने के लिए जो गुण जरूरी है- वह है 'चिंतन'। ज्यादातर सेंटर ऑफ डेवलपमेंट खास पेशों के लिए सीमित कौशल सिखाते हैं, ताकि लोग यूनिवर्सिटी खत्म करके पहली नौकरी हासिल कर सकें। लेकिन जब वे अपने हर अनुभव पर चिंतन की क्षमता विकसित कर लेते हैं तो वे अचानक परिपक्व दिखाई देने लगते हैं। लिंक्डइन का अनुमान है कि वर्कफोर्स में आज प्रवेश कर रहे लोगों के करियर में नौकरियों की संख्या उन लोगों की तुलना में दोगुनी होगी, जिन्होंने 15 साल पहले शुरुआत की थी। कुछ हद तक ऐसा इसलिए है, क्योंकि युवा ग्रेजुएट्स कामकाजी दुनिया में आगे बढ़ने के लिए ट्रांसफरेबल स्किल्स विकसित कर रहे हैं। वे आसपास के लोगों को भी अपने वर्कप्लेस पर अधिक तेज बने रहने में योगदान देंगे। और इस कौशल को ट्रांसफर करने के लिए 'चिंतन' सबसे बड़ा जरिया बनता है। फंडा यह है कि जब स्टूडेंट्स को अपनी सीख को व्यवहार में उतारने के मौके मिलते हैं तो वे स्कूल, कॉलेज और इंटर्नशिप से कहीं बेहतर तैयारी के साथ निकलते हैं, फिर भले ही वो कोई भी रास्ता चुनें। क्योंकि, चिंतन करने से वो जरूरी कौशल उनके डीएनए में शामिल हो जाते हैं। एन. रघुरामन

दुनिया में देश की अच्छी छवि पेश करना भी हमारा फर्ज है

किसी भी सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर भारतीय पर्यटकों के बारे में सर्च कर लीजिए, विदेश यात्राओं के दौरान उनके व्यवहार, या कहें दुर्व्यवहार के अनेक वीडियो सामने आ जाएंगे। एक समूह चीन की दीवार पर उत्सवी परिधान पहनकर गरबा कर रहा है। दूसरा वियतनाम में हनोई की प्रसिद्ध ट्रेन स्ट्रीट पर शाहरुख खान के गीत 'छैंया छैंया' पर नाच रहा है। एक ग्रुप वियतनाम के ही एक एयरपोर्ट में रनवे के समीप की सड़क पर डांस कर रहा है, जिससे वहां का सुरक्षा स्टाफ परेशान नजर आता है। जबकि एक अन्य, अर्जेंटीना और ब्राजील की सीमा पर स्थित इगुआजु फॉल्स की बोट सफारी करते हुए 'इंडिया, इंडिया' के नारे लगा रहा है। इससे पहले उन्हीं लोगों ने नाव में चढ़ते वक्त कतार तोड़ने की कोशिश में धक्का-मुक्की भी की थी। पेरिस, लंदन, बैंकॉक, बाली तक ऐसे कई उदाहरण आपको दिख जाएंगे। विरले ही ऐसे अंतरराष्ट्रीय पर्यटन स्थल बचे होंगे, जहां भारतीय पर्यटकों ने व्यवस्था में खलल न डाला हो। एक वक्त था, जब विदेशों में अपने अक्खड़ रवैये के कारण अमेरिकी पर्यटकों को 'द अग्ली अमेरिकन' कहा जाने लगा था। लगता है भारतीयों पर भी वैसा ही ठप्पा लगने जा रहा है, क्योंकि उनमें से कई स्थानीय भावनाओं की अनदेखी करते पाए जा रहे हैं। यह कहना सही नहीं होगा कि सभी भारतीय पर्यटक ऐसा दुर्व्यवहार करते हैं। असल में तो यात्रा-शिष्टाचार के उल्लंघन को लेकर सोशल मीडिया पर जो नाराजगी दिखाई देती है, वह ज्यादातर भारतीय ही जताते हैं। क्योंकि उन्हें डर है कि मुट्ठीभर लोगों के बिगड़ैल रवैये से न केवल विदेशों में भारत की छवि बिगड़ती है, बल्कि उनके लिए भी माहौल खराब होता है। लेकिन उनके चिंता जताने के बावजूद भारतीय पर्यटकों को लेकर ऐसी कहानियां सामने आती रहती हैं कि वे कीमतों को लेकर उग्र होकर मोलभाव करते हैं, वेटरों और दुकानदारों से रूखेपन से बात करते हैं और यहां तक कि होटलों से साबुन, तौलिया जैसी चीजें भी चुरा लाते हैं। हाल ही में उद्योगपति हर्ष गोयनका ने 'एक्स' पर अपने साथ हुई ऐसी शर्मनाक घटना का जिक्र करते हुए लिखा कि ऐसे व्यवहार के कारण 'ब्रांड इंडिया' को कैसी शर्मिंदगी झेलनी पड़ती है। उन्होंने बताया कि स्विट्जरलैंड के पर्यटन स्थल ग्स्टाड के एक होटल में भारतीय पर्यटकों के लिए विशेष नियमों की सूची देखकर वे हैरान रह गए। होटल के हर कमरे में लगे नोटिस में भारतीयों के लिए चेतावनी थी कि वे मुफ्त ब्रेकफास्ट बुफे से खाना बाहर न ले जाएं। सिर्फ उपलब्ध कराई गई कटलरी ही इस्तेमाल करें और बालकनी तथा गलियारों में शोर न मचाएं। उन्होंने एक और घटना बताई कि एक भारतीय कारोबारी किसी साल दावोस में विश्व आर्थिक मंच की बैठक में गए और रेस्तरां में इतना तेज पंजाबी म्यूजिक बजाने लगे कि पूरा शहर सुन ले। वे इसे भारत की 'सॉफ्ट पावर' का प्रदर्शन बता रहे थे। असल बात यह है कि देश में रहकर सिविक सेंस की जो कमी हम प्रदर्शित करते हैं, वो अब विदेश में भी नजर आने लगी है। रोजाना हम देखते हैं कि हवाई जहाजों और रेस्तरां में बच्चों को उछल-कूद मचाने दिया जाता है। माता-पिता दूसरों को हो रही परेशानी से बेखबर बैठे रहते हैं। लोग सड़क पर चॉकलेट के रैपर और चिप्स के खाली पैकेट फेंक देते हैं। सोमवार को किसी सार्वजनिक पार्क में जाइए, जहां परिवारों ने रविवार को पिकनिक मनाई हो।

जगह-जगह कागज की प्लेटें, गिलास और जूठन तक बिखरी होती है, जबकि वहां बाकायदा कूड़ेदान लगे होते हैं। कई देशों में, खासकर विकसित देशों में, बुनियादी सिविक सेंस स्कूलों से ही सिखाया जाता है और घरों में उसका पालन कराया जाता है।

ब्रिक्स ने जो हासिल किया है, वह कोई छोटी उपलब्धि नहीं

सितम्बर के इसी महीने में, 20 साल पहले ब्राजील, रूस, भारत और चीन के विदेश मंत्रियों ने ब्रिक्स की पहली बैठक की थी। गोल्डमैन सैक के तत्कालीन अर्थशास्त्री जिम ओ'नील ने तेजी से बढ़ती इन चार अर्थव्यवस्थाओं के नामों के प्रथमाक्षरों के आधार पर इस समूह का नाम 'ब्रिक' रखा था। 2011 में दक्षिण अफ्रीका भी इसमें शामिल हुआ तो ब्रिक का 'ब्रिक्स' हो गया। बाद में कई अन्य देश इससे जुड़े, कुछ पूर्ण सदस्य के रूप में तो कुछ आधिकारिक साझेदार के रूप में। आज ब्रिक्स अंतरराष्ट्रीय सहयोग का एक बेहद महत्वपूर्ण प्रयोग है, जो पश्चिमी-वर्चस्व से दूर वैश्विक शक्ति के पुनर्संतुलन और बहुध्रुवीय विश्व-व्यवस्था के उभार को बताता है। आज यह ग्लोबल साउथ की एक लगातार प्रभावशाली होती आवाज बन चुका है। 2024-25 में मिस्र, इथियोपिया, इंडोनेशिया, ईरान, सऊदी अरब और यूएई के भी जुड़ने के बाद से ब्रिक्स में अब दुनिया की लगभग आधी आबादी और वैश्विक जीडीपी का करीब 40इ हिस्सा आता है (पीपीपी के आधार पर)। जबकि जी7 में दुनिया की 10फीसदी से भी कम आबादी और वैश्विक जीडीपी का 30इ से भी कम हिस्सा है। जहां

वैश्विक अर्थव्यवस्था में ब्रिक्स की हिस्सेदारी लगातार बढ़ रही है, वहीं विकसित अर्थव्यवस्थाओं में उत्पादकता और आर्थिक वृद्धि की रफ्तार 1990 के दशक से ही लगातार घटती रही है। बात केवल इकोनॉमी तक ही सीमित नहीं, भू-राजनीति भी तेजी से बदली है। पहले जहां पश्चिम का वैश्विक प्रभुत्व हुआ करता था, वहीं अब शक्ति और प्रभाव में अधिक व्यापकता और विविधता है। ब्रिक्स ने इस धारणा को चुनौती दी है कि विश्व-व्यवस्था द्वितीय विश्व युद्ध के बाद स्थापित पश्चिम-नेतृत्व वाली संस्थाओं के इर्द-गिर्द ही केंद्रित रहनी चाहिए। गैर-पश्चिमी देशों के लिए ब्रिक्स बढ़ती आर्थिक और भू-राजनीतिक अनिश्चितता के खिलाफ एक सुरक्षा-कवच है। कुछ हद तक अमेरिका भी इसमें मदद ही कर रहा है, जो वैश्विक नेतृत्व से पीछे हटने पर आमादा दिखाई देता है। यह रणनीतिक स्वायत्तता को आगे बढ़ाने और आर्थिक सहयोग का दायरा विस्तृत करने के लिए संस्थागत मंच भी उपलब्ध कराता है। ऐसे में इसमें शामिल होने को लेकर इतना उत्साह होना आश्चर्य की बात नहीं है : तीन दर्जन से अधिक देशों ने औपचारिक रूप से इसकी सदस्यता के लिए आवेदन दे रखा है या इसमें शामिल होने की इच्छा जताई है। इनमें नाटो का सदस्य तुर्किये और अमेरिकी नौसैनिक बलों का प्रमुख ऑपरेशनल-हब बहरीन भी शामिल है। ब्रिक्स के दस साझेदार देश भी हैं- बेलारूस, बोलीविया, कजाखस्तान, क्यूबा, मलेशिया, नाइजीरिया, थाईलैंड, युगांडा, उज्बेकिस्तान और वियतनाम- जो शिखर सम्मेलनों में भाग लेते हैं। यह ढांचा ब्रिक्स को सहयोग के अपने नेटवर्क का विस्तार करने और ग्लोबल-साउथ का प्रतिनिधित्व करने की अपनी क्षमता मजबूत करने में मदद करता है। ब्रिक्स महज एक प्रतीकात्मक समूह नहीं है। उसने संस्थान-निर्माण के क्षेत्र में ठोस प्रगति की है। न्यू डेवलपमेंट बैंक वैश्विक स्तर पर काम करने वाला पहला बहुपक्षीय विकास बैंक है, जिसकी परिकल्पना और अगुआई उभरती अर्थव्यवस्थाओं ने की है। इसके संस्थापक ब्रिक्स सदस्यों की इसमें हिस्सेदारी और वोटिंग-अधिकार बराबर हैं। इसके विपरीत, विश्व बैंक और आईएमएफ- दोनों में ही अमेरिका के पास प्रभावी वीटो है। ब्रिक्स अंतरराष्ट्रीय वित्तीय व्यवस्था के भीतर मौजूद कमजोरियों को कम करने के लिए भी काम कर रहा है। अटकलों के विपरीत, यूरो जैसी किसी ब्रिक्स मुद्रा का गठन फिलहाल तो एजेंडे में नहीं है। लेकिन राष्ट्रीय मुद्राओं में व्यापारिक लेन-देन के निपटारे का विस्तार करने, सदस्य देशों की डिजिटल भुगतान प्रणालियों के बीच इंटरऑपरेबिलिटी बेहतर करने, केंद्रीय बैंकों की डिजिटल मुद्राओं को आपस में जोड़ने आदि पर यह ध्यान देता है। भारत में हुई 18वीं समिट के बाद कहा जा सकता है कि ब्रिक्स ने इस विचार को स्वीकार्य बनाया है कि उभरती हुई अर्थव्यवस्थाएं आपस में सहयोग कर सकती हैं, अपने संस्थान बना सकती हैं और अंतरराष्ट्रीय व्यवस्था को बदल सकती हैं। यह कोई छोटी उपलब्धि नहीं है। (प्रोजेक्ट सिंडिकेट) ब्रह्मा चेलानी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) निम्नांकित पद्य अथवा कविता अपने युवावस्था में लिखा हैं संतोष उपाध्याय जी ने..

01. रफ़्तार रोक के जल-जन का-सैलाब बना दोगे? चलने दो, पलने दो, जीवन में कुछ करने दो। मैं युवा हूँ आविष्कार का, मैं युवा हूँ समाचार का। आविष्कार कुछ करने दो, समाचार कुछ बनाने दो।

02. मैं जकड़ रहा हूँ उन तारों से जो ज़ंजीर बनाकर फेंके हो। मैं फिसल रहा हूँ उन गारों से जो मृदुबिन बनाकर फेंके हो। मैं वेदिता हूँ, मैं कुष्ठित हूँ क्या मुझे बताने आओगे? मैं भारत का युवा हूँ, क्या मुझे उठाने आओगे? क्या गलती है मेरी? मैं तेज़ दौड़ता हूँ, अंगारों पर चलकर भी रफ़्तार पकड़ता हूँ।

03. मैं लड़ने वाला योद्धा हूँ, मैं कुछ करने वाला युवा हूँ। मेरी व्यथा सुनो जल्दी, मैं कुछ करने वाला युवा हूँ। मेरी ग़लती क्या है? मैं तेज़ दौड़ता हूँ, रफ़्तारों का सौदागर, रफ़्तार पकड़ता हूँ। मैं आविष्कार हूँ, सदाचार हूँ– क्या मुझे मिटाने आओगे? मैं भारत का उदयद्वार हूँ, मैं भारत का

अभयतार हूँ। मैं चलता बहुत हूँ लेकिन मैं युवा बेकार हूँ?

04. मैं बहक रहा हूँ, मैं फिसल रहा हूँ, क्या मुझे बचाने आओगे? मैं मिट्टी का राजकण हूँ, क्या मुझे मिटाने आओगे? मैं युवा भटक रहा हूँ, रातों में यूँ जकड़ रहा हूँ। मेरी वेदना सह पाओगे? क्या मुझे उठाने आओगे? कई रातों से नहीं सो रहा, कई रातों से मैं जगता हूँ। क्या यही अनोखी दुनिया है-जिसमें मैं तपकर बनता हूँ?

05.पता नहीं तुमसे लड़?कर मैं हारूंगा या जीतूंगा जीत गया फिर भी हारा-हार गया क्या जीतूंगा। यहीं वेदना मन में है। तेरे जैसा बनना होगा।

नहीं बना तो क्या होगा फिर तुझसे लड़ना होगा। कठिन परीक्षा हैं मेरी सुलझा उलझा रहा हु मैं मानवता के इस सागर में, कैसे बहक रहा हूँ मैं।

अगर सुधर जाओगे तुम तो मुझे बहकना नहीं होगा। मानवता के इस सागर में कैसे डूब रहा हूँ मैं।

ढाका यूनिवर्सिटी में जिन्ना की तस्वीरों पर बवाल,छात्रों ने फाड़कर हटाया, पूर्व चीफ गुलाम आजम की तस्वीर लगाई

ढाका।छात्रों ने यह भी सवाल उठाया कि आर्काइव में जिन्ना की तीन तस्वीरें हैं, लेकिन बंगबंधु शेख मुजीबुर रहमान की कोई अगर डियूसीएसयू सचिव अपनी मर्जी से जिन्ना की तस्वीर लगा सकती हैं, तो छात्र भी उसका विरोध कर सकते हैं। जवाब में भी अपनी पसंद की तस्वीर लगा सकते हैं। विवाद के पीछे बदली छात्र राजनीति- इस विवाद को समझने के लिए ढाका यूनिवर्सिटी की हाल की छात्र राजनीति भी अहम है। सितंबर 2025 में हुए डियूसीएसयू चुनाव में जमात-ए-इस्लामी की छात्र इकाई इस्लामी छात्र शिबिर ने बड़ी जीत दर्ज की थी। शिबिर समर्थित उम्मीदवार वीपी, जीएस और एजीएस जैसे प्रमुख पदों पर जीते थे। यह अगस्त 2024 में शेख हसीना की सरकार गिरने के बाद डियूसीएसयू का पहला चुनाव था। हसीना की अवामी लीग की छात्र इकाई छात्र लीग ने इस चुनाव में हिस्सा नहीं लिया था। इसके बाद डियूसीएसयू में शिबिर समर्थित नेताओं के आने से यूनिवर्सिटी के इतिहास और कैंपस की राजनीतिक पहचान को लेकर बहस तेज हुई। यूनिवर्सिटी प्रशासन के मुताबिक, मौजूदा डियूसीएसयू कमेटी में ज्यादातर सदस्य शिबिर से जुड़े हैं। यूनिवर्सिटी प्रशासन ने डियूसीएसयू को चेताया-जिन्ना की तस्वीरों के विवाद के बीच ढाका यूनिवर्सिटी प्रशासन ने डियूसीएसयू के कुछ हालिया फैसलों पर भी आपत्ति जताई। यूनिवर्सिटी के पब्लिक रिलेशंस ऑफिस ने कहा कि डियूसीएसयू ने कुछ मामलों में यूनिवर्सिटी के कानून और नियमों का पालन नहीं किया है। वाइस चांसलर डॉ. एबीएम ओबैदुल इस्लाम ने कहा, 'डियूसीएसयू ने यूनिवर्सिटी के कानून के खिलाफ काम किया।' यूनिवर्सिटी ने चेतावनी दी कि डियूसीएसयू प्रशासन को दरकिनार कर कोई समानांतर व्यवस्था बनाने की कोशिश करता है तो उसके खिलाफ कार्रवाई की जाएगी।

अकेली और प्रमुख तस्वीर नहीं हैं। सोमवार को यह विरोध और बढ़ गया। छात्र ने जिन्ना की फोटो फाड़ी- सोमवार दोपहर करीब 2 बजे ढाका यूनिवर्सिटी के उर्दू विभाग के छात्र मोहम्मद अबू तैयब आर्काइव पहुंचे। वह पिछले डियूसीएसयू चुनाव में उपाध्यक्ष पद के उम्मीदवार भी थे। तैयब ने वहां लगी जिन्ना की एक तस्वीर फ्रेम से निकालकर फाड़ दी। उन्होंने सवाल उठाया कि भाषा आंदोलन और 1971 की आजादी की लड़ाई से जुड़े विश्वविद्यालय में जिन्ना की तस्वीर क्यों लगाई गई हैं। उन्होंने यह भी पूछा कि क्या डियूसीएसयू के घोषणापत्र में जिन्ना को हीरो बनाने की बात कही गई थी। इसके बाद छात्र फेडरेशन की डीयू इकाई ने जिन्ना से जुड़ी 'डॉन' अखबार की एक कटिंग भी तैयब को दी। तैयब ने उस कटिंग को भी फाड़ दिया। छात्र फेडरेशन के नेता अरको बरुआ ने तैयब की कार्रवाई का समर्थन किया। उन्होंने कहा कि गुलाम आजम की तस्वीर लगाई- इसके कुछ देर बाद बरुआ ने विरोध के तौर पर उसी आर्काइव में गुलाम आजम की तस्वीर लगा दी। गुलाम आजम जमात-ए-इस्लामी के पूर्व प्रमुख थे। 1971 के मुक्ति संग्राम के दौरान पाकिस्तान समर्थक लड़ाकों का नेतृत्व करने का उन पर आरोप था। 2013 में उन्हें मानवता के खिलाफ अपराधों के मामले में दोषी ठहराया गया और 90 साल की सजा सुनाई गई। 23 अक्टूबर 2014 को जेल में उनकी मौत हो गई। बरुआ ने गुलाम आजम की तस्वीर के साथ 1 जनवरी 1981 की एक घटना का कैप्शन भी लगाया। इसमें बताया गया था कि बैतुल मुकर्रम के बाहर एक भीड़ ने गुलाम आजम की पिटाई की थी। बरुआ ने कहा कि उन्होंने यह तस्वीर जानबूझकर लगाई है। उनका तर्क था कि अगर डियूसीएसयू सचिव अपनी पसंद से जिन्ना की तस्वीर लगा सकती हैं, तो विरोध में वे

पूर्व पाक प्रधानमंत्री इमरान खान की पूर्व पत्नी जेमिमा ने ऑस्ट्रेलियाई करोड़पति से की दूसरी शादी

इस्लामाबाद।रिपोर्ट के मुताबिक, दोनों की मुलाकात एक फिल्म और डॉक्यूमेंट्री पर काम करने के दौरान हुई थी। कैमरन इस प्रोजेक्ट के एग्जीक्यूटिव प्रोड्यूसर थे। पहले दोनों में दोस्ती हुई और बाद में यह रिश्ता आगे बढ़ गया। दोनों एक साल से ज्यादा समय से चुपचाप डेट कर रहे थे। इसके बाद उन्होंने शादी कर ली। कैमरन ने ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी से पढ़ाई की- कैमरन ओ'राइली दिवंगत आयरिश मीडिया कारोबारी सर एंथनी ओ'राइली के बेटे हैं। उन्होंने ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी से पढ़ाई की। कैमरन ऑस्ट्रेलिया की बड़ी मीडिया कंपनियों में शामिल एपीएन न्यूज एंड मीडिया के सीईओ भी रह चुके हैं। यह कंपनी अब एआरएन मीडिया के नाम से जानी जाती है। इसके बाद उन्होंने 'बेयार्ड कैपिटल' नाम की प्राइवेट इक्विटी कंपनी शुरू की। कैमरन की पहली शादी से चार बच्चे हैं। अरबपति परिवार से हैं जेमिमा- जेमिमा गोल्डस्मिथ दिवंगत अरबपति कारोबारी सर जेम्स गोल्डस्मिथ और लेडी एनाबेल गोल्डस्मिथ की बेटी हैं। उनकी मां लंदन की मशहूर सोशलाइट थीं। लेडी एनाबेल का करीब एक साल पहले निधन हुआ था, जबकि जेमिमा के पिता सर जेम्स की मौत 1997 में हुई थी। जेमिमा लंबे समय से राजनीति, मीडिया और सामाजिक काम से जुड़ी रही हैं।

पहली शादी और तलाक के बाद से उन्होंने अपनी निजी जिंदगी को काफी हद तक मीडिया से दूर रखा है। दूसरी शादी के बारे में उन्होंने अब तक खुद सार्वजनिक रूप से कोई बयान नहीं दिया है।

सीजेआई बोले-न्यायपालिका जांच के दायरे से बाहर नहीं रह सकती, जवाबदेही के लिए आलोचना जरूरी, जजों के खिलाफ हर शिकायत को वेबसाइट पर नहीं डाल सकते

नयी दिल्ली। भारत के चीफ जस्टिस (सीजेआई) सूर्यकांत ने सोमवार को कहा कि लोगों का न्याय व्यवस्था पर भरोसा बनाए रखने के लिए न्यायपालिका को जांच और आलोचना का सामना करने के लिए तैयार रहना चाहिए। उन्होंने कहा कि लोकतंत्र में न्यायपालिका के कामकाज की निष्पक्ष और रचनात्मक आलोचना जरूरी है। इससे न्याय व्यवस्था में जवाबदेही बढ़ती है और सुधार का रास्ता खुलता है। सीजेआई ने कहा कि जजों को अपने कार्यकाल के अलग-अलग चरणों में शिकायतों का सामना करना पड़ता है। हालांकि उन्होंने सवाल उठाया कि क्या हर शिकायत को वेबसाइट पर सार्वजनिक कर देना चाहिए।सूर्यकांत ने यह बात 'जस्टिस सीन टू बी डनः ट्रांसपेरेंसी एंड पब्लिक ट्रस्ट ऐज पिलर्स ऑफ द लीगल सिस्टम' विषय पर आयोजित छठे राम जेठमलानी स्मृति व्याख्यान में कही। कार्यक्रम का आयोजन दिल्ली में किया गया था। सीजेआई की 2 बड़ी बातें; कहा- हारने वाले के साथ न्याय हो, तब भरोसा बनता है- जनता का भरोसा दोनों पक्षों के न्याय से बनता है: जनता का भरोसा और जनता की पसंद एक ही बात नहीं है। अदालत का फैसला किसी व्यक्ति की इच्छा के मुताबिक होने से ही भरोसा नहीं बनता। भरोसा तब बनता है, जब हारने वाला पक्ष भी यह महसूस करे कि उसके साथ निष्पक्ष प्रक्रिया अपनाई गई।न्यायिक संस्थानों में लगातार निगरानी जरूरीः किसी जिले में अदालत का मौजूद होना पर्याप्त नहीं है। आम नागरिक के लिए न्याय व्यवस्था तक पहुंचना आसान होना चाहिए और उसे यह भरोसा होना चाहिए कि अदालत तक पहुंचना ही उसकी सबसे बड़ी लड़ाई नहीं बन जाएगा। मौजूदा सिस्टम में बदलाव संभव हैः उन्होंने कहा कि कॉलेजियम और कार्यपालिका के बीच संवाद में कोई बड़ी बाधा नहीं है। मौजूदा व्यवस्था में सुधार संभव है और कोई भी संस्था स्थिर या बदलाव से दूर नहीं हो सकती। सूर्यकांत 2019 को सुप्रीम कोर्ट के जज बने, 2026 में चीफ जस्टिस-सीजेआई सूर्यकांत को 24 मई 2019 को भारत के सुप्रीम कोर्ट का जज बनाया गया था। उन्होंने 24 नवंबर 2025 को भारत के मुख्य न्यायाधीश के रूप में शपथ ली थी।

मलेशियाई पीएम की बॉलीवुड प्लेलिस्ट वायरल, ब्रिक्स डिनर में गाने गाए थे, पीएम मोदी, पुतिन और राहुल गांधी के साथ वाली तस्वीरों पर सॉन्ग लगाए

'नैयी दिल्ली।पहले भी यह गाना गुनगुना चुके-मलेशिया के पीएम पहले भी किशोर कुमार के फैन होने की बात कह चुके हैं। उन्होंने 2024 में भारत में एक इंटरव्यू के दौरान भी यही गीत गुनगुनाया था। इसके अलावा, फरवरी 2026 में पीएम मोदी की मलेशिया यात्रा के दौरान उन्होंने एक आधिकारिक वीडियो मोंटाज साझा किया था। इसमें 'कभी खुशी कभी गम' का लोकप्रिय गाना 'बोले चूड़ियां' इस्तेमाल किया गया था। मलेशिया में 27 लाख लोग भारतीय मूल के, बॉलीवुड और तमिल फिल्में लोकप्रिय-विदेश मंत्रालय के अनुसार मलेशिया में करीब 27.5 लाख भारतीय मूल के लोग हैं, जो देश की आबादी का लगभग 9फीसदी हैं। इनमें करीब 20 लाख लोग तमिल बोलते हैं। यहां बॉलीवुड और तमिल फिल्में काफी देखी जाती हैं। शाहरुख खान की 'दिलवाले' ने मलेशिया में करीब 29 करोड़ रुपए की कमाई की थी। वहीं, 'जवान' ने करीब 22 करोड़ और 'पठान' ने करीब 9 करोड़ रुपए का कारोबार किया था। तमिल फिल्मों का भी यहां बड़ा बाजार है। 2025 में रिलीज हुई रजनीकांत की 'कुली' ने मलेशिया में करीब रु26-27 करोड़, जबकि अजित कुमार की ' गुड बैड अग्ली' ने करीब रु22 करोड़ का कारोबार किया था। 2026 की सूर्या स्टारर ' करुप्पु' भी करीब रु22 करोड़ के कलेक्शन के साथ मलेशिया की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली भारतीय फिल्मों में शामिल है। वहीं, विजय की 'गोट' ने करीब रु32 करोड़ और शिवकार्तिकेयन की 'अमरन' ने करीब रु26 करोड़ का कारोबार किया था। डिप्टी पीएम भी रह चुके हैं अनवर- अनवर इब्राहिम मलेशिया के 10वें प्रधानमंत्री हैं। उन्होंने 24 नवंबर 2022 को पदभार ग्रहण किया था। इससे पहले वे 1993 में मलेशिया के 7वें डिप्टी पीएम बने थे। 1998 में, अनवर को तत्कालीन प्रधानमंत्री महाथिर मोहम्मद ने सभी सरकारी पदों से हटा दिया गया था। उन्हें अप्रैल 1999 में भ्रष्टाचार और समलैंगिकता के आरोपों में जेल भेज दिया गया था और 2004 में उनकी सजा पलटने के बाद रिहा कर दिया गया था। इसके बाद अनवर 2008 से 2015 तक विपक्ष के नेता रहे। 2022 के आम चुनावों में जीत के बाद प्रधानमंत्री बने।

सऊदी अरब में 11 करोड़ टन यूरेनियम वाला खनिज मिला,मदीना में रेयर अर्थ मिनरल्स भी मिले

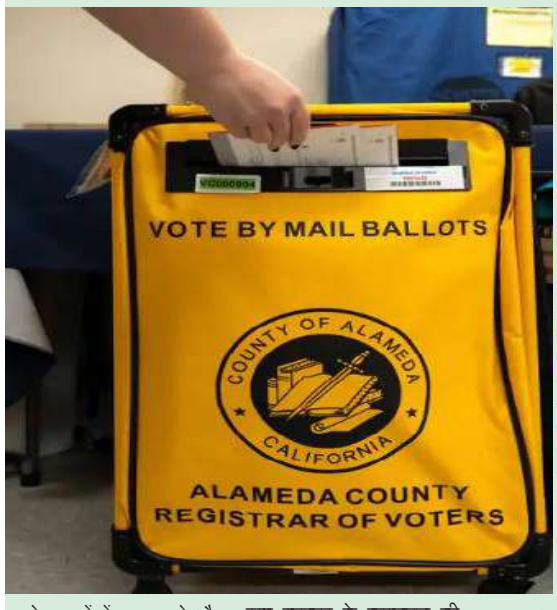
रियाद। रेयर अर्थ मटेरियल भी मिला, अभी चीन का दबदबा- और प्रोसेसिंग पर चीन का बड़ा दबदबा है। चीन इन खनिजों को चीन पर निर्भरता कम करने की कोशिश कर रहे देशों के लिए एक नया स्रोत बन सकता है। अमेरिका से परमाणु समझौता भी कर चुका है सऊदी-सऊदी अरब और अमेरिका लंबे समय से असैन्य परमाणु ऊर्जा सहयोग पर काम कर रहे हैं। जुलाई में दोनों देशों ने परमाणु सहयोग से जुड़ा समझौता किया था। इसके तहत अमेरिकी कंपनियों को सऊदी के परमाणु ऊर्जा कार्यक्रम को विकसित करने में मदद करनी है। इस समझौते को लेकर यूरेनियम संवर्धन का मुद्दा भी अहम रहा है। परमाणु बिजली के लिए यूरेनियम को एक खास स्तर तक संवर्धित करना पड़ता है। यही तकनीक ज्यादा स्तर पर परमाणु हथियार बनाने में भी इस्तेमाल हो सकती है। इसलिए अमेरिका सऊदी के परमाणु कार्यक्रम को लेकर सुरक्षा और निगरानी के मुद्दों पर जोर देता रहा है।

मदीना में मिले खनिज में भारी रेयर अर्थ मटेरियल भी पाए गए हैं। इनका इस्तेमाल इलेक्ट्रिक वाहनों, पवन चक्कियों, रोबोट, ड्रोन और आधुनिक रक्षा उपकरणों में लगने वाले शक्तिशाली चुंबक बनाने में होता है। इन खनिजों की खनन निकालने के साथ उन्हें इस्तेमाल लायक बनाने और चुंबक बनाने में भी दुनिया में सबसे आगे है। ऐसे में सऊदी में इन संसाधनों की खोज अहम है। अगर सऊदी आगे चलकर इनका खनन और प्रोसेसिंग शुरू करता है, तो वह

ट्रम्प की डाक वोटिंग सख्त करने की कोशिश पर रोक,सुप्रीम कोर्ट के 9 में से 7 जज खिलाफ

वोटरों की जानकारी यूएसपीएस को देने का था आदेश

वॉशिंगटन डीसी। चुनाव अधिकारियों को नई व्यवस्था तैयार करने, राज्यों में लागू करने और उसकी तैयारी पूरी करने के लिए पर्याप्त समय नहीं मिलेगा। डाक से वोटिंग पर ट्रम्प ने पहले भी उठाए सवाल- 2020 के राष्ट्रपति चुनाव के बाद ट्रम्प ने डाक से वोटिंग पर सवाल उठाए थे। वह बिना सबूत यह दावा करते रहे कि चुनाव में गड़बड़ी हुई थी और उनसे जीत छीन ली गई। हालांकि, ट्रम्प खुद भी डाक से वोट डाल चुके हैं। इस साल फ्लोरिडा के रिपब्लिकन प्राइमरी में उन्होंने मेल से वोट किया था। अमेरिका में नवंबर में मिडटर्म चुनाव होंगे-अमेरिका में 3 नवंबर 2026 को मिडटर्म चुनाव होंगे। इसमें कांग्रेस के दोनों सदनों हाउस ऑफ रिप्रेजेंटेटिव्स और सीनेट के लिए चुनाव होंगे। अभी अमेरिकी कांग्रेस में रिपब्लिकन पार्टी के पास डेमोक्रेटिक पार्टी से ज्यादा सीटें हैं, लेकिन दोनों के बीच सीटों का अंतर बहुत कम है। अगर डेमोक्रेटिक पार्टी ज्यादा सीटें जीतकर बहुमत में आती है, तो वह ट्रम्प के फैसलों को रोकने की कोशिश कर सकती है। साथ ही ट्रम्प सरकार के कामकाज की जांच भी कर सकती है। सैनिकों के लिए शुरू हुई थी डाक वोटिंग- अमेरिका में डाक से वोट डालने की शुरुआत काफी पुरानी है। इसका इस्तेमाल पहले सैनिकों और चुनाव के दिन मतदान केंद्र तक नहीं पहुंच पाने वाले लोगों के लिए किया जाता था। समय के साथ कई राज्यों ने इसे आम मतदाताओं के लिए भी आसान बनाया। 2020 के राष्ट्रपति चुनाव में डाक से वोटिंग का इस्तेमाल बहुत बढ़ गया। कोरोना महामारी के दौरान बड़ी संख्या में लोगों ने घर से वोट डाला। इसके बाद डाक से मिले वोटों की सुरक्षा और गिनती को लेकर बहस तेज हुई। हालांकि, डाक से वोटिंग में कई सुरक्षा जांच होती हैं। मतदाता की पहचान और उसके वोट की पुष्टि के लिए अलग-अलग प्रक्रियाएं अपनाई जाती हैं। वोट मिलने के बाद चुनाव अधिकारी यह भी जांचते हैं कि एक व्यक्ति ने एक से ज्यादा बार वोट तो नहीं डाला है। 2020 के बाद कई राज्यों ने डाक से वोटिंग के नियमों में बदलाव किए और कुछ जगहों पर पहचान की जांच और बैलेट की निगरानी के नियम और सख्त किए गए। यानी डाक से वोटिंग को पूरी तरह असुरक्षित कहना सही नहीं है, लेकिन इसकी प्रक्रिया और नियम हर राज्य में अलग हो सकते हैं। ट्रम्प के 5 और फैसलों पर एससी की रोक- टैरिफ - फरवरी 2026 सुप्रीम कोर्ट ने ट्रम्प के टैरिफ को अवैध ठहराया और कहा कि राष्ट्रपति को टैरिफ लगाने का अधिकार नहीं है। इलिनॉय में नेशनल गार्ड - दिसंबर 2025-सुप्रीम कोर्ट ने ट्रम्प सरकार को इलिनॉय में नेशनल गार्ड तैनात करने की तत्काल अनुमति नहीं दी।



बर्थराइट सिटीजनशिप - जून 2026-ट्रम्प ने अमेरिका में जन्म लेने वाले कुछ बच्चों की जन्मसिद्ध नागरिकता खत्म करने का आदेश दिया था। सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि मौजूदा कानून राष्ट्रपति को ऐसा बदलाव करने की इजाजत नहीं देता।

बर्थ टूरिज्म - सितंबर 2026-सुप्रीम कोर्ट से बर्थराइट सिटीजनशिप पर झटका लगने के बाद ट्रम्प ने बर्थ टूरिज्म रोकने और कुछ मामलों में बच्चों की नागरिकता सीमित करने के लिए नया आदेश जारी किया, लेकिरन कोर्ट ने इस पर भी रोक लगा दी। फेड गवर्नर को हटाने का मामला - जून 2026-ट्रम्प ने फेडरल रिजर्व की गवर्नर लिसा कुक को पद से हटाने की कोशिश की थी।

सुप्रीम कोर्ट ने फिलहाल इस पर रोक लगा दी। कोर्ट ने कहा कि फेड गवर्नर को राष्ट्रपति बिना उचित कानूनी कारण और तय प्रक्रिया के नहीं हटा सकते।

दावा-भारत में चीन-विरोधी गतिविधियां रोकने का भरोसा दिया मोदी ने,चीन बोला- दोनों देश साझेदार रहें, प्रतिद्वंद्वी नहीं, सीमा पर शांति पर भी सहमति

बीजिंग।सीमा विवाद को पूरे रिश्ते के संदर्भ में देखना चाहिए'- वांग ने कहा कि सीमा विवाद को चीन-भारत के पूरे रिश्ते के बड़े संदर्भ में देखा जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि बातचीत और सहयोग दोनों देशों के रिश्तों की मुख्य दिशा बनी रहनी चाहिए। उन्होंने दोनों देशों से अपने विकास और राष्ट्रीय प्रगति को तेज करने की अपील की। साथ ही कहा कि चीन और भारत को मिलकर क्षेत्रीय और वैश्विक शांति और साझा समृद्धि में योगदान देना चाहिए। मोदी बोले- मतभेद विवाद न बनें-भारत के विदेश मंत्रालय के मुताबिक, पीएम मोदी ने जिनपिंग से मुलाकात में रिश्तों को लंबे समय के नजरिए से आगे बढ़ाने पर जोर दिया। पीएम मोदी ने कहा कि दोनों देशों के बीच मतभेदों को विवाद में नहीं बदलना चाहिए। उन्होंने रिश्तों को आपसी सम्मान, संवेदनशीलता और आपसी हित के तीन सिद्धांतों के आधार पर आगे बढ़ाने की बात कही। विदेश मंत्रालय के मुताबिक, मोदी ने कहा कि दोनों देशों के रिश्तों को संभालने के लिए रणनीतिक और लंबे समय का नजरिया जरूरी है। एयर कनेक्टिविटी और दूसरे क्षेत्रों में सहयोग बढ़ेगा-दोनों नेताओं ने सहमति जताई कि विकास को साझा हितों का आधार बनाया जाएगा। इसके तहत संस्कृति और लोगों के बीच संपर्क बढ़ाने के साथ-साथ दोनों देशों के बीच सीधी हवाई कनेक्टिविटी जैसे क्षेत्रों में भी सहयोग बढ़ाया जाएगा। दोनों देशों ने ब्रिक्स की अध्यक्षता के दौरान एक-दूसरे का समर्थन करने पर भी सहमति जताई। चीन

संदर्भ में देखा जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि बातचीत और सहयोग दोनों देशों के रिश्तों की मुख्य दिशा बनी रहनी चाहिए। उन्होंने दोनों देशों से अपने विकास और राष्ट्रीय प्रगति को तेज करने की अपील की। साथ ही कहा कि चीन और भारत को मिलकर क्षेत्रीय और वैश्विक शांति और साझा समृद्धि में योगदान देना चाहिए। मोदी बोले- मतभेद विवाद न बनें-भारत के विदेश मंत्रालय के मुताबिक, पीएम मोदी ने जिनपिंग से मुलाकात में रिश्तों को लंबे समय के नजरिए से आगे बढ़ाने पर जोर दिया। पीएम मोदी ने कहा कि दोनों देशों के बीच मतभेदों को विवाद में नहीं बदलना चाहिए। उन्होंने रिश्तों को आपसी सम्मान, संवेदनशीलता और आपसी हित के तीन सिद्धांतों के आधार पर आगे बढ़ाने की बात कही। विदेश मंत्रालय के मुताबिक, मोदी ने कहा कि दोनों देशों के रिश्तों को संभालने के लिए रणनीतिक और लंबे समय का नजरिया जरूरी है। एयर कनेक्टिविटी और दूसरे क्षेत्रों में सहयोग बढ़ेगा-दोनों नेताओं ने सहमति जताई कि विकास को साझा हितों का आधार बनाया जाएगा। इसके तहत संस्कृति और लोगों के बीच संपर्क बढ़ाने के साथ-साथ दोनों देशों के बीच सीधी हवाई कनेक्टिविटी जैसे क्षेत्रों में भी सहयोग बढ़ाया जाएगा। दोनों देशों ने ब्रिक्स की अध्यक्षता के दौरान एक-दूसरे का समर्थन करने पर भी सहमति जताई। चीन 2027 में ब्रिक्स की अध्यक्षता संभालेगा। इसके अलावा संयुक्त राष्ट्र, शंघाई सहयोग संगठन और जी20 जैसे अंतरराष्ट्रीय मंचों पर तालमेल मजबूत करने और ग्लोबल साउथ के देशों के बीच सहयोग बढ़ाने पर सहमति बनी। अरुणाचल में तनाव के बीच हुई बैठक-पीएम मोदी और जिनपिंग की बैठक ऐसे समय हुई, जब अरुणाचल प्रदेश के दूरदराज के तासिंग इलाके में भारतीय और चीनी सैनिकों के बीच तनाव की खबरें सामने आई हैं। हिंदुस्तान टाइम्स के मुताबिक, जुलाई और अगस्त में दोनों देशों के सैनिकों के बीच कई बार आमना-सामना हुआ था। तासिंग इलाका भारत-चीन सीमा के पास स्थित है और यहां दोनों देशों के सैनिकों की मौजूदगी को लेकर पहले भी तनाव रहा है। भारत और चीन पिछले कुछ समय से सीमा पर तनाव कम करने और आपसी रिश्तों को बेहतर बनाने की कोशिश कर रहे हैं।

रक्षा मंत्रालय की रिपोर्ट के मुताबिक, चीन ने एलएसी पर अपनी सेना की तैनाती में कमी की है और कुछ इलाकों से सैनिकों को पीछे हटाया गया है। लेकिन तासिंग में नए तनाव की खबरें दोनों देशों के बीच भरोसा बढ़ाने की कोशिशों के लिए चुनौती मानी जा सकती हैं।

शुभेंदु के पीए की मां नंदीग्राम से उम्मीदवार, सीएम ने ये सीट छोड़ा

कोलकाता। भाजपा ने पश्चिम बंगाल की नंदीग्राम और रेजीनगर विधानसभा सीट पर उपचुनाव के लिए अपने उम्मीदवारों के नाम घोषित कर दिए हैं। पार्टी ने नंदीग्राम से हसीरानी रथ और रेजीनगर से शाश्वर सरकार को टिकट दिया है। हसीरानी रथ सीएम शुभेंदु अधिकारी के पीए चंद्रनाथ रथ की मां हैं। 6 मई की देर रात मध्यमग्राम के पास चंद्रनाथ को गोली मार दी गई थी। गंभीर हालत में उन्हें अस्पताल ले जाया गया, जहां बाद में उनकी मौत हो गई। इस साल अप्रैल-मई में हुए बंगाल विधानसभा चुनाव में भाजपा ने 207 सीटें जीती थीं। तृणमूल कांग्रेस को 80 और कांग्रेस को 2 सीटें मिली थीं। इन नतीजों के बाद ममता बनर्जी 15 साल बाद सत्ता से बाहर हो गईं। नंदीग्राम में टीएमसी के दो गुट भी आमने-सामने-उपचुनाव में तृणमूल कांग्रेस के दोनों गुट भी आमने-सामने हैं। ऋतब्रत बनर्जी के नेतृत्व वाले बागी गुट ने नंदीग्राम से मोहम्मद एतेशामुल हक और रेजीनगर से सफीउज्जमान शेख को मैदान में उतारा है। वहीं ममता वाले गुट ने नंदीग्राम से संचिता प्रधान डे और रेजीनगर से पूर्व विधायक रबीउल आलम चौधरी को उम्मीदवार बनाया है। दोनों गुट खुद को असली टीएमसी बताते हुए 'जोड़ा घास फूल' चुनाव चिह्न पर दावा कर रहे हैं। चुनाव आयोग ने दोनों पक्षों से अतिरिक्त दस्तावेज मांगे हैं और 16 सितंबर तक जवाब देने को कहा है। अगर उपचुनाव से पहले आयोग इस विवाद पर फैसला नहीं कर पाता है, तो मौजूदा चुनाव चिह्न फ्रीज किया जा सकता है। ऐसी स्थिति में दोनों गुटों को अलग नाम और चुनाव चिह्न के साथ मैदान में उतरना पड़ सकता है। कांग्रेस ने नंदीग्राम से मिलन प्रधान और रेजीनगर से मोहम्मद अब्दुल्लाहिल काफी को उम्मीदवार बनाया है। सीपीआई (एम) ने रेजीनगर से अधिवक्ता सैयद असद अली को और सीपीआई ने नंदीग्राम से शांति गोपाल गिरी को टिकट दिया है। नंदीग्राम से शुभेंदु ने ममता को हराया, लगातार दो बार से भाजपा जीत रही-नंदीग्राम लंबे समय से टीएमसी और भाजपा के बीच राजनीतिक संघर्ष का प्रमुख केंद्र रहा है। इस क्षेत्र में 2007 के भूमि अधिग्रहण विरोधी आंदोलन ने ममता बनर्जी और टीएमसी को 2011 में सत्ता तक पहुंचाने में बड़ी भूमिका निभाई थी। 2021 में ममता बनर्जी ने यहीं से बंगाल के मौजूदा सीएम शुभेंदु अधिकारी के खिलाफ चुनाव लड़ा, लेकिन हार गईं। 2026 के विधानसभा चुनाव में शुभेंदु अधिकारी ने नंदीग्राम के साथ भवानीपुर सीट से भी चुनाव लड़ा और दोनों जगह जीत दर्ज की।

बाद में अधिकारी ने भवानीपुर सीट अपने पास रखी और नंदीग्राम से इस्तीफा दे दिया। इसके बाद नंदीग्राम सीट खाली हुई।

सलमान खान ने एंटीलिया में लिया बप्पा का आशीर्वाद,तिलक लगवाकर फूल चढ़ाया, सिद्धार्थ-कियारा ने भी दर्शन किए; राधिका मर्चेंट की भक्तिमय परफॉर्मेंस

मुंबई। सलमान खान अंबानी परिवार के गणपति सेलिब्रेशन का हिस्सा बने हैं। इस दौरान उन्होंने बप्पा का आशीर्वाद लिया और भगवान को फूल अर्पण किए। एंटीलिया में हुए गणपति सेलिब्रेशन की शुरुआत में राधिका मर्चेंट ने भक्तिमय प्रस्तुति दी। सलमान खान ने नए लुक के साथ एंटीलिया में एंट्री ली और तस्वीरें क्लिक कराईं। कुछ देर बाद उन्होंने गणपति प्रतिमा के सामने जाकर आशीर्वाद लिया। पंडित जी ने उन्हें तिलक लगाया और पटका पहनाया। आगे सलमान ने गणपति बप्पा को पुष्प अर्पित किए।

राधिका मर्चेंट ने गणपति सेलिब्रेशन में क्लासिकल भक्तिमय भरतनाट्यम परफॉर्मेंस दी, जिसे पॉपुलर कोरियोग्राफर वैभवी मर्चेंट ने कोरियोग्राफ किया है। वैभवी ने सोशल मीडिया से राधिका का वीडियो पोस्ट किया। विक्की-कटरीना, सिद्धार्थ-कियारा ने भी लिया आशीर्वाद- विक्की कौशल और कटरीना कैफ ने भी एंटीलिया में बप्पा का आशीर्वाद लिया और फूल अर्पित किए। नए पेरेंट्स बने सिद्धार्थ मल्होत्रा और कियारा आडवाणी भी हाथ जोड़े बप्पा के दर्शन करते नजर आए। गणपति

पूजा में साथ दिखा अंबानी परिवार- इस सेलिब्रेशन से पहले अंबानी परिवार में पूजा आयोजित की गई, जिसमें महज परिवार के सदस्य और चंद करीबी शामिल हुए थे। एंटीलिया में गणपति बप्पा का स्वागत- गणपति बप्पा के स्वागत के लिए एंटीलिया गेंदे के फूलों, शानदार लाइटिंग और त्योहारों वाली सजावट से जगमगा उठा।

इस मौके पर नीता अंबानी, राधिका मर्चेंट, अनंत अंबानी और मुकेश अंबानी गणपति बप्पा का स्वागत करते नजर आए। नीता अंबानी ने गहरे लाल रंग का पारंपरिक परिधान पहना था। वह शानदार गहनों में नजर आईं।राधिका मर्चेंट ने चमकीले नारंगी रंग का कढ़ाईदार एथनिक आउटफिट चुना। उन्होंने पारंपरिक एक्सेसरीज के साथ अपना फेस्टिव लुक पूरा किया।

मेरे दोनों बॉयफ्रेंड्स टॉक्सिक थे, मैं ऐसे लोगों की तरफ ही क्यों आकर्षित होती होती हूं, मुझे सच्चा प्यार कैसे मिलेगा

नोएडा। जितने लोग उतनी चीज़े हर कोई एक जैसा नहीं होता पर हर व्यक्ति कुछ सीखा के जाता हैं अब के परिवेश में टॉक्सिक रिलेशन बहुत लोग फेस करतें हैं। इस विषय को समझेंगे एक्सपर्टः डॉ. जया सुब्रुल, क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट, नोएडा जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से सवाल- मेरी उम्र 28 साल है। मैं अब तक 2 रिलेशनशिप्स में रही हूं, लेकिन दोनों रिलेशनशिप बहुत टॉक्सिक थे। पार्टनर्स इमोशनली एब्सेंट थे। मैं रिश्ते को बनाए रखने के लिए एकतरफा कोशिश करती थी। फिर फाइनली जब बर्दाश्त के बाहर हो गया, तो मैंने ब्रेकअप कर लिया। एक के बाद एक दो बुरे अनुभवों के बाद अब मुझे रिश्तों से ही डर लगने लगा है। मेरी फ्रेंड कहती है कि मैं टॉक्सिक लोगों के प्रति अट्रैक्ट होती हूं। मुझे थेरेपी लेनी चाहिए। क्या ये सच है? क्या ये सच है कि मुझे टॉक्सिक लोग ही पसंद आते हैं। मैं एक हेल्दी, हैप्पी रिश्ता चाहती हूं। मैं क्या करूं? जवाब- सवाल पूछने के लिए आपका शुक्रिया। सबसे पहले आपको ये समझना होगा कि इसमें आपकी कोई गलती नहीं है। साइकोलॉजी के मुताबिक, अगर कोई जिंदगी में बार-बार एक जैसा पैटर्न रिपीट कर रहा है तो इसके पीछे की असली वजह पहचानने की जरूरत है। चलिए आपकी प्रॉब्लम समझते हैं और सॉल्यूशन पर बात करते हैं।बार-बार टॉक्सिक पार्टनर चुनने का क्या मतलब है? अगर कोई एक ही पैटर्न के लूप में फंसा हुआ है तो इसे साइकोलॉजी में 'रिपिटिशन कंपल्शन' कहते हैं। इसके पीछे कई वजहें हो सकती हैं, जैसे-हमारा अटैचमेंट स्टाइल। पीपल प्लीजर (लोगों को खुश करना) नेचर। टॉक्सिक फैमिली एनवार्नमेंट। इन तीनों वजहों को विस्तार से समझते हैं- आपका अटैचमेंट स्टाइल क्या है? बचपन के अनुभव या पेरेंट्स के साथ हमारा रिश्ता तय करता है कि हम बड़े होकर प्यार और रिश्तों को कैसे देखेंगे। इसे 'अटैचमेंट स्टाइल' कहा जाता है, जो मुख्य रूप से दो तरह का होता है- सेफ अटैचमेंट- जिन बच्चों का अपने पेरेंट्स के साथ सुरक्षित और भरोसेमंद रिश्ता होता है, वे खुलकर मुस्कुराते हैं, खेलते हैं और खुश रहते हैं। वे अंदर से पूरी तरह सुरक्षित महसूस करते हैं। बड़े होकर ऐसे लोग रिश्तों में मजबूत बाउंड्रीज तय कर पाते हैं। अनसेफ अटैचमेंट- अगर बचपन में किसी भी कारण से बच्चे के मन में एक अनजाना डर या असुरक्षा घर कर जाए, तो वह बड़ा होकर 'इनसिक्योर' बना रहता है। उसका ब्रेन इनसिक्योरटी को नॉर्मलाइज करता है। ऐसे में मुमकिन है कि टॉक्सिक लोगों के आसपास रहते हुए उसे इस बात का एहसास न हो कि ये उसके लिए ठीक नहीं है क्योंकि उसने बचपन से यही देखा है। क्या आप पीपल प्लीजर हैं? आपने बताया कि आप रिश्ते को बचाने के लिए हमेशा 'एकतरफा कोशिश' करती थीं।

साइकोलॉजी में इसे 'पीपल प्लीजिंग' कहते हैं। 'पीपल प्लीजिंग' में व्यक्ति को लगता है कि वह अपनी कोशिश और प्यार से सामने वाले को बदल देगा या टूटे रिश्ते को ठीक कर देगा। यह भी एक तरह का अनसेफ अटैचमेंट ही है। इसे एक उदाहरण से समझें- मान लीजिए आपकी ऑफिस की टीम में कोई ऐसा इंसान है, जो कोई काम नहीं करता और सारा बोझ किसी सीधे व्यक्ति पर डाल देता है और सीधा व्यक्ति चुपचाप काम करता रहता है। एक सेफ व्यक्ति तुरंत बाउंड्री लाइन खींचेगा कि 'तुम्हारा काम मैं क्यों करूं? अपना काम खुद करो।' लेकिन एक अनसेफ व्यक्ति अपनी तकलीफ नहीं बता पाता है। आपके घर का माहौल कैसा था? अगर हमारे बचपन में इमोशनल इनसिक्योरिटी रही हो, तो बड़े होकर भी हम ऐसे लोगों की तरफ आकर्षित होते हैं, जो इमोशनली एब्सेंट होते हैं। क्योंकि हमारा सबकॉन्शस माइंड इसी माहौल को नॉर्मल समझने लगता है। क्या आपके साथ भी ऐसा होता है,क्या है आपका रिलेशनशिप पैटर्नः- कोई बिना मेहनत अटेंशन दे तो मुझे बोरिंग लगता है? खुद से पूछें ये 7 सवालः-क्या मैं अटेंशन पाने के लिए मेहनत करती हूँ? क्या मुझे उसी के पीछे जाना पसंद है जो मुझसे भाग रहा है? क्या मुझे ठहराव से ज्यादा चेंज गेम में मजा आता है? क्या शांत और सुलझे लोग मुझे बोरिंग लगते हैं? क्या शांत लोगों में एक्साइटमेंट, खिल नहीं महसूस होता? क्या मुझे 'रेड फ्लैग भी रोमांचक लगते हैं? क्या आपको 'थेरेपी' लेनी चाहिए? हां, आपको थेरेपी बिल्कुल लेनी चाहिए। आपकी फ्रेंड की यह सलाह 100फीसदी सही है। लेकिन थेरेपी इसलिए नहीं लेनी है कि आपमें कोई कमी या खराबी है या आपको जानबूझकर टॉक्सिक लोग पसंद रहता है। थेरेपी की जरूरत इसलिए है क्योंकि इससे आपको जीवन के प्रति विस्तृत नजरिया मिलेगा। थेरेपी आपको इन चीजों में मदद करेगी-आपके पुराने पैटर्न्स और उनके कारणों को समझने में। खुद से प्यार करने और अपनी 'सेल्फ-वर्थ' को दोबारा पहचानने में। यह समझने में कि एक 'हेल्दी रिलेशनशिप' कैसा दिखता है और कैसा महसूस होता है। थेरेपी कैसे मदद करती है, हेल्दी और अनहेल्दी रिलेशनशिप में क्या फर्क है? लंबे समय तक टॉक्सिक माहौल में रहने के कारण कई बार हमारा सबकॉन्शस माइंड दर्द और असुरक्षा को ही 'नॉर्मल प्यार' समझने लगता है। लेकिन एक सेफ और अनसेफ रिश्ते में बहुत फर्क होता है। हेल्दी रिलेशनशिप आपको सुकून और आगे बढ़ने का हौसला देता है, जबकि अनहेल्दी रिश्ता आपकी सेल्फ-वर्थ और मानसिक शांति छीन लेता है। नीचे बुनियादी अंतर समझिए- हेल्दी रिलेशनशिप और अनहेल्दी रिलेशनशिप, खुलकर बातचीत- बातें छिपाना, पर्सनल स्पेस- पर्सनल स्पेस न होना, बाउंड्री का सम्मान-अपना नियम थोपना, फैसलों में बराबरी-एकतरफा फैसले, जिम्मेदारियों में बराबरी-एकतरफा जिम्मेदारियां, इमोशनल सपोर्ट-इमोशनली एक्सेंट,मतभेदों का सम्मान-मतभेदों पर नाराजगी, सुरक्षा का एहसास-अनसेफ फील करना। हेल्दी रिश्ता कैसे बनाएं? अगर आप भविष्य में एक सुरक्षित और खुशहाल रिश्ता चाहती हैं, तो इन 4 प्रैक्टिकल स्टेप्स से शुरुआत करें-1. रिश्तों से थोड़ा ब्रेक लें- अभी तुरंत किसी नए रिश्ते में जाने की जल्दी न करें। डर की इस भावना को स्वीकार करें। इस समय का उपयोग खुद को हील करने और यह समझने में करें कि आपको रिश्ते से क्या चाहिए। 2. अपने साथ रिलेशनशिप बनाएं- जब आप खुद के साथ एक 'सेफ अटैचमेंट' बना लेंगी, अपनी खुशियों के लिए दूसरों पर निर्भर रहना बंद कर देंगी, तब आप एक हेल्दी रिश्ते के लिए तैयार होंगी।अब आप खुद से ये सवाल पूछकर तय करिए कि इन पैरामीटर्स पर आपका खुद से रिश्ता कैसा है? 3. 'ना' कहने की आदत डालें- शुरुआत से ही अपनी पसंद-नापसंद को लेकर स्पष्ट रहें। अगर कोई व्यक्ति शुरुआत में ही आपकी कॉल या मैसेज को लगातार इग्नोर करता है या इमोशनली उपलब्ध नहीं दिखता, तो उसे बदलने की कोशिश न करें, वहीं रुक जाएं। 4. थेरेपी लें- एक क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट के साथ सेशन करने से आपको अपने अंतर्मन के उन सभी ब्लॉकेज को हटाने में मदद मिलेगी, जो आपको अनजाने में गलत लोगों की तरफ ले जाते हैं। बार-बार टॉक्सिक रिलेशनशिप में जाना आपकी चॉइस नहीं है। यह इमोशनल पैटर्न हो सकता है। हीलिंग के लिए ब्रेक लें, अपनी जरूरतों, सीमाओं और सेल्फ-वर्थ को समझें। किसी भी रिश्ते में बराबरी, सम्मान और इमोशनल उपलब्धता को प्राथमिकता दें। अंतिम बातः- बार-बार टॉक्सिक पार्टनर चुनना आपकी कमी नहीं, बल्कि सबकॉन्शस माइंड का एक पुराना पैटर्न है। खुद को बेबस बच्चा समझने के बजाय अब अपनी लाइफ की जिम्मेदारी लें। हीलिंग के लिए थोड़ा ब्रेक लें, थेरेपी की मदद से बाउंड्रीज सेट करना सीखें और खुद के साथ एक मजबूत, सुरक्षित रिश्ता बनाएं।

चेहरे पर बर्फ लगाने का ट्रेंड,डर्मेटोलॉजिस्ट से जानें इसके नफ़े-नुकसान, किन्हें नहीं लगाना चाहिए

नयी दिल्ली। हर कोई चाहता है कि उसका चेहरा बिना मेकअप के भी फ्रेश और ग्लोइंग दिखे। इन दिनों सोशल मीडिया पर फेस आइसिंग का ट्रेंड काफी वायरल है। इसमें बताया जा रहा है कि चेहरे पर बर्फ लगाने से मिनटों में ग्लो आ जाता है। दावा यह भी है कि इससे चेहरे की सूजन कम होती है और स्किन के पोर्स टाइट हो जाते हैं। हालांकि, सभी ट्रेंड हर स्किन टाइप के लिए सुरक्षित नहीं होते हैं। ज्यादा देर तक या गलत तरीके से बर्फ लगाने से स्किन का प्रोटेक्टिव बैरियर कमजोर हो सकता है। इसके कारण जलन, रेडनेस और सेंसिटिविटी जैसी समस्याएं भी हो सकती हैं। इसलिए 'जरूरत की खबर' में आज फेस आइसिंग की बात करेंगे। साथ ही जानेंगे कि- फेस आइसिंग का सही तरीका क्या है? इसके क्या फायदे हैं? फेस आइसिंग के रिस्क क्या हैं? विषय को समझेंगे एक्सपर्ट- डॉ. विजय सिंघल, सीनियर कंसल्टेंट, डर्मेटोलॉजी, श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, दिल्ली जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- चेहरे पर बर्फ लगाने का ट्रेंड इतना पॉपुलर क्यों है? जवाब- यह एक सस्ता, आसान और तुरंत असर दिखाने वाला स्किनकेयर है। बर्फ लगाने से स्किन पोर्स टाइट और फ्रेश दिखते हैं। इससे 'इंस्टेंट ग्लो' मिलता है। हालांकि इसका असर टेम्परेरी होता है। सवाल- क्या चेहरे पर डायरेक्ट बर्फ लगाना सेफ है? जवाब- नहीं, बर्फ बहुत ठंडी होती है, इसलिए इसे सीधे स्किन पर लगाने से-फ्रॉस्ट-निप (हल्की ठंड से डैमेज) हो सकता है। रेडनेस आ सकती है। जलन हो सकती है। स्किन बैरियर को नुकसान हो सकता है। कैपिलरीज (छोटी ब्लड वेसल्स) पर स्ट्रेस पड़ता है। इससे स्किन में इरिटेशन बढ़ सकता है। अगर चेहरे पर बर्फ लगानी ही है तो इसे सीधे लगाने की बजाय कपड़े में लपेटकर लगाएं। इसे देर तक रगड़ने से बचें। बर्फ को सीधे चेहरे पर नहीं लगाना चाहिए। इससे स्किन में जलन, रेडनेस हो सकती है। बर्फ को हमेशा कपड़े में लपेटकर चेहरे पर लगाएं और ज्यादा देर तक लगाते न रहें। एक बार में मैक्सिमम 15 सेकेंड तक ही लगाएं। सवाल- चेहरे पर बर्फ लगाने से क्या फायदा होता है? जवाब- यह स्किन को इंस्टेंट फ्रेश लुक देती है और कुछ टेम्परेरी स्किन इश्यूज में राहत दे सकती है। चेहरे पर बर्फ लगाने के फायदे- सूजन कम होती है। स्किन को ठंडक मिलती है। इंस्टेंट ग्लो आता है। पोर्स टाइट होते हैं। डार्क सर्कल्स कम होते हैं। सवाल- क्या 'आइस बाउल डिप' सुरक्षित है? जवाब- हां, 'आइस बाउल डिप' (चेहरे को बर्फ वाले पानी में डुबोना) से ठंडक के कारण चेहरे की सूजन कम हो जाती है और स्किन फ्रेश दिखने लगती है। लेकिन बहुत ठंडा पानी स्किन के लिए शॉकिंग हो सकता है। खासकर अगर स्किन सेंसिटिव और ड्राई है या फिर चेहरे पर कील-मुंहासे हैं। ऐसे में-पानी में बहुत ज्यादा बर्फ न डालें। चेहरा 5-10 सेकंड से ज्यादा न डुबोएं। 1-2 बार से ज्यादा रिपीट न करें। बाद में मॉइश्चराइजर जरूर लगाएं। सवाल- क्या सेलिब्रिटीज और इन्फ्लुएंसर्स द्वारा बताए गए आइस हैक्स सुरक्षित हैं? जवाब- स्किन हेल्थ से जुड़ी जानकारी हमेशा उस फील्ड के एक्सपर्ट यानी इन्फ्लुएंसर्स अक्सर ट्रेंड्स और अपने पर्सनल एक्सपीरियंस के आधार पर टिप्स देते हैं। जरूरी नहीं है कि ये टिप्स हर स्किन टाइप के लिए सुरक्षित या असरदार हों। इसलिए किसी भी स्किनकेयर ट्रेंड को अपनाने से पहले उसकी ऑथेंटिसिटी और एक्सपर्ट वैलिडेशन को प्राथमिकता देना जरूरी है। सवाल- क्या घर पर आइस फेशियल करना सही है? जवाब- हां, इससे स्किन थोड़ी फ्रेश लगती है। लेकिन सीधे स्किन पर बर्फ लगाना या लंबे समय तक

बर्फ रगड़ना सही नहीं है। इसलिए-बर्फ को हमेशा कपड़े या कॉटन में लपेटकर लगाएं। फेस आइसिंग 1-2 मिनट से ज्यादा न करें। बहुत ज्यादा प्रेशर या रगड़ से बचें। सेंसिटिव या एक्ने-प्रोन स्किन हो तो पहले पैच टेस्ट करें। सवाल- क्या एक्सरसाइज करने या धूप से आने के बाद बर्फ लगाने से राहत मिलती है? जवाब- हां, एक्सरसाइज के बाद या धूप में रहने से स्किन में हीट और ब्लड फ्लो बढ़ जाता है। इससे रेडनेस हो सकती है। ऐसे में कोल्ड कंप्रेस हल्की सूजन कम करने में मदद करता है। लेकिन डायरेक्ट बर्फ लगाने से कैपिलरी डैमेज का रिस्क हो सकता है। इसलिए- बर्फ लगाने की बजाय ठंडे पानी से चेहरा धोएं। कपड़े में लपेटकर ठंडा कंप्रेस इस्तेमाल करें। सन एक्सपोजर के बाद एलोवेरा या सूदिंग जेल लगाएं। सवाल- किन लोगों को चेहरे पर बर्फ नहीं लगानी चाहिए? जवाब- हर स्किन टाइप के लिए बर्फ लगाना सुरक्षित नहीं होता। बर्फ कुछ लोगों की स्किन डैमेज कर सकती है। ये लोग चेहरे पर बर्फ न लगाएं-जिनकी स्किन सेंसिटिव है। जिन्हें ठंड से एलर्जी है। जिन्हें स्किन इंफेक्शन है। जिन्हें नर्व सेंसिटिविटी, जिन्होंने स्किन ट्रीटमेंट (लेजर/पील) कराया है। सवाल- क्या अलग-अलग स्किन टाइप पर बर्फ का असर अलग होता है? जवाब- हां, बर्फ का असर हर स्किन टाइप पर अलग है। ड्राई स्किनः बर्फ स्किन की नमी को कम कर देती है। इससे ड्राईनेस, खिंचाव और फ्लेकिंग (स्किन पर पपड़ी बनना) बढ़ सकती है। सेंसिटिव स्किनः डायरेक्ट बर्फ लगाने से रेडनेस, जलन और इरिटेशन हो सकता है। एक्ने-प्रोन स्किनः सूजन थोड़ी कम हो सकती है, लेकिन ज्यादा ठंडक से स्किन बैरियर डैमेज हो सकता है। इससे पिंपल्स बढ़ सकते हैं। सवाल- क्या गर्म और ठंडे मौसम में बर्फ लगाने का असर अलग होता है? जवाब- हां, मौसम के हिसाब से बर्फ का असर बदलता है। गर्मियों में हीट और पसीने की वजह से स्किन गर्म और पफी हो जाती है। ऐसे में हल्की ठंडक देने से कूलिंग, फ्रेशनेस और रेडनेस में अस्थायी राहत मिलती है। वहीं, सर्दियों में पहले से ही स्किन ड्राई और सेंसिटिव होती है। ऐसे में बर्फ लगाने से ड्राईनेस, खिंचाव और इरिटेशन बढ़ सकता है। स्किन बैरियर भी जल्दी डैमेज हो सकता है। सवाल- किन मेडिकल कंडीशंस में चेहरे पर बर्फ नहीं लगानी चाहिए? जवाब- कुछ स्किन कंडीशंस में चेहरे पर बर्फ लगाना नुकसानदायक हो सकता है। सवाल- कौन-से लक्षण दिखें तो तुरंत बर्फ लगाना बंद कर देना चाहिए? जवाब- चेहरे पर बर्फ लगाते समय अगर स्किन पर नेगेटिव रिएक्शन दिखें तो इसे तुरंत रोकना जरूरी है। ऐसे लक्षण इरिटेशन, एलर्जी या स्किन डैमेज का संकेत हो सकते हैं। ये संकेत दिखें तो न लगाएं बर्फ- तेज जलन या चुभन, अचानक ज्यादा रेडनेस, खुजली या रैशेज, स्किन सुन्न पड़ना सूजन, बंप्स आना, स्किन छिलना, ड्राई पैच बनना, स्किन का सफेद या नीला पड़ना। चेहरे पर बर्फ लगाने से जुड़े कॉमन सवाल-जवाब-सवाल- क्या आइस लगाने से चेहरे पर ग्लो आता है? जवाब- हां, लेकिन यह ग्लो अस्थायी होता है। बर्फ लगाने से ठंडक के कारण स्किन की ब्लड वेसल्स सिकुड़ती हैं। इससे से रंग गोरा नहीं होता। स्किन का असली रंग मेलानिन से तय होता है। इसे बर्फ बदल नहीं सकती। सवाल- क्या आइस लगाने से स्किन के पोर्स छोटे हो जाते हैं? जवाब- नहीं, आइस पोर्स को स्थायी रूप से छोटा नहीं करती। बर्फ लगाने से ठंडक के कारण स्किन की सतह टाइट महसूस होती है और पोर्स कुछ समय के लिए छोटे दिखने लगते हैं। लेकिन पोर्स का असली साइज जेनेटिक्स, ऑयल प्रोडक्शन और स्किन टाइप से तय होता है। इसे बर्फ बदल नहीं सकती। सवाल- क्या डार्क सर्कल्स पर आइस असर करती है? जवाब- आंखों के नीचे अगर सूजन की समस्या है तो ठंडक देने से ब्लड वेसल्स सिकुड़ती हैं और सूजन कम दिखने लगती है। इससे डार्क सर्कल्स हल्के हो जाते हैं। अगर डार्क सर्कल्स की वजह पिग्मेंटेशन, जेनेटिक्स, नींद की कमी या थिन स्किन है तो आइस से कोई खास फर्क नहीं पड़ता है। ध्यान रखें, अंडर-आई एरिया बहुत सेंसिटिव होता है। इसलिए प्रेशर न डालें।

सवाल- क्या चेहरे पर मेकअप से पहले आइस लगाना सही है? जवाब- हां, मेकअप से पहले हल्की ठंडक देने से पफीनेस कम होती है। स्किन थोड़ी टाइट और स्मूद लगती है। इससे मेकअप का बेस बेहतर दिखने लगता है। ध्यान रखें- उसके बाद मॉइश्चराइजर और प्राइमर जरूर लगाएं। सेंसिटिव स्किन हो तो अवॉइड करें।

सवाल- क्या आइस लगाने से स्किन पतली या कमजोर हो सकती है? जवाब- आइस से स्किन पतली नहीं होती, लेकिन ओवरयूज या गलत तरीके से इस्तेमाल करने पर स्किन बैरियर डैमेज हो सकता है। इससे स्किन ज्यादा सेंसिटिव और कमजोर हो सकती है।

सवाल- क्या आइस लगाने से झुर्रियां कम होती हैं? जवाब- नहीं, इससे फाइन लाइन्स कुछ समय के लिए कम नजर आने लगती हैं, लेकिन यह टेम्परेरी इफेक्ट है।

झुर्रियां असल में कोलेजन की कमी, एजिंग और सन डैमेज के कारण बनती हैं। इन्हें बर्फ ठीक नहीं कर सकती।

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।