

युगल
महासंघ ने वर्ष -2026 के लिए अपनी
सरते हुए पत्रकारिता जगत के लिए
क्रम में
विश्व
सदस्य
देशभर
वितकों
गाँवों दी
ने इस
फ प्रति
लायित्व
क साथ
रक्षण
ने हेतु निरंतर प्रयासरत रहेंगे।यह
पत्रकार महासंघ के लिए एक
जा रही है।

संक्षिप्त समाचार

नोएडा में 'रफ्तार का कहर'। भंगोल एलिवेटेड रोड पर जगुआर ने बरपाया

मैत का तांडव एक युवती की मैत नई दिल्ली। दिल्ली से सटे नोएडा के भंगोल एलिवेटेड रोड पर मंगलवार को एक रूह कपा देने वाला सड़क हादसा हुआ। बेकाबू रफ्तार से दौड़ रही एक जगुआर कार ने कहर बरपाते हुए एक युवती की जान ले ली, जबकि तीन अन्य लोग इस टक्कर में गंभीर रूप से घायल हो गए। हादसे के बाद एलिवेटेड रोड पर चीख-पुकार मच गई और ट्रैफिक थम गया। यह तेज रफ्तार टक्कर एक जगुआर कार से हुई और इससे भारी नुकसान हुआ, जिससे इलाके में आने-जाने वालों में दहशत फैल गई। सबरीमाला सोना चोरी मामले में ईडी की बड़ी कार्रवाई, तीन राज्यों में 21 ठिकानों पर छापेमारी

नई दिल्ली। सबरीमाला मंदिर में सोने की चोरी और उससे जुड़े धन शोधन के मामले में प्रवर्तन निदेशालय ने मंगलवार को एक साथ तीन राज्यों में छापेमारी कर हड़कंप मचा दिया। जांच एजेंसी ने केरल, कर्नाटक और तमिलनाडु के लगभग 21 स्थानों पर धन शोधन निवारण अधिनियम के तहत यह तलाशी अभियान चलाया है। ऐसा माना जा रहा है कि संघीय जांच एजेंसी बैंगलुरु में मुख्य आरोपी उनीकुण्णन पोड्डी और त्रावणकोर देवस्वओम बोर्ड (टीडीबी) के पूर्व अध्यक्ष ए पम्बकुमार से जुड़े परिसरों की तलाशी ले रही है। ईडी ने हाल ही में केरल पुलिस की प्राथमिकी का संज्ञान लेते हुए पीएमएलए के तहत एक मामला दर्ज किया था।

'राष्ट्रगान का अपमान बर्दाश्त नहीं' तमिलनाडु विधानसभा में भारी झूमा

राज्यपाल आर.एम. रवि का बौकआउट नई दिल्ली। तमिलनाडु की राजनीति में मंगलवार को उस समय हड़कंप मच गया जब राज्यपाल आर.एम. रवि साल के पहले सत्र के उद्घाटन पर अपना पारंपरिक अभिभाषण बीच में ही छेड़कर सदन से बाहर निकल गए। राज्यपाल ने न केवल भाषण पढ़ने से इनकार किया, बल्कि राज्य सरकार और विधानसभा अध्यक्ष पर गंभीर आरोप भी लगाए। गवर्नर रवि ने राज्य विधानसभा में कहा, 'मेरा माइक बंद कर दिया गया था, मेरा अपमान किया गया और मुझे बोलने नहीं दिया गया। विधानसभा में अपने संक्षिप्त संबोधन के दौरान राज्यपाल रवि ने गहरी निराशा व्यक्त की। उन्होंने कहा, 'बहुत निराश हूँ। राष्ट्रगान को वह सम्मान नहीं दिया गया जिसका वह हकदार है। इसे उचित सम्मान निहानी ही चाहिए।

ब्लॉक परिसर में अधिकारी के समक्ष नामांकन दाखिल उपलक्ष्य योगेन्द्र सिंह

चित्रकूट।सहकारी भूमि विकास बैंक चित्रकूट के अध्यक्ष पद पर भारतीय जनता पार्टी उत्तर प्रदेश के समर्थित उम्मीदवार योगेन्द्र सिंह ने ब्लॉक परिसर में अधिकारी के समक्ष नामांकन दाखिल किया। नामांकन के उपलक्ष्य योगेन्द्र सिंह के नामांकन एवं उनके निर्विरोध निर्वाचित होने पर भाजपा-चित्रकूट के कार्यकर्ताओं ने प्रसन्नता व्यक्त की और फूल मालाओं से लादकर योगेन्द्र सिंह को बधाईयाँ दी।जिलाध्यक्ष महेंद्र कोटार्य ने प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा कि योगेन्द्र सिंह के बैंक अध्यक्ष बनने से नयी ऊर्जा बैंक को मिलेगी। ग्राहक और बैंक के बीच समन्वय और संवाद और प्रभावी होगा। पूर्व सांसद भैरों प्रसाद मिश्रा ने योगेन्द्र सिंह के निर्विरोध निर्वाचित होने

नितिन नबीन मेरे बाँस हैं और मैं एक कार्यकर्ता:नए अध्यक्ष की ताजपोशी पर पीएम मोदी का बड़ा बयान,बीजेपी मुख्यालय में गूँजी तालियाँ

नई दिल्ली (एजेंसी)। भारतीय जनता पार्टी (एॅक) के इतिहास में मंगलवार का दिन एक नई ऊर्जा और उत्साह लेकर आया। दिल्ली स्थित पार्टी मुख्यालय में आयोजित एक भव्य समारोह में नितिन नबीन ने औपचारिक रूप से दुनिया की सबसे बड़ी राजनीतिक पार्टी के 12वें राष्ट्रीय अध्यक्ष के रूप में कार्यभार संभाला। इस अवसर पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने न केवल नबीन को बधाई दी, बल्कि अपनी सादगी और पार्टी के प्रति समर्पण से सबका दिल जीत लिया। बीजेपी के 12वें राष्ट्रीय अध्यक्ष के रूप में कार्यभार संभालने पर नबीन को बधाई देते

हुए पीएम मोदी ने कहा, 'मैं नितिन नवीन को दुनिया की सबसे बड़ी पार्टी का अध्यक्ष बनने पर बधाई देता हूं। जब पार्टी की बात आती है, तो नितिन नवीन मेरे बाँस हैं और मैं एक पार्टी कार्यकर्ता हूं।' उनकी इस बात पर दर्शकों ने जोरदार तालियां बजाईं। पीएम मोदी ने देश भर में कई महीनों से चल रही व्यापक आंतरिक चुनाव प्रक्रिया के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने समझाया कि इस लोकतांत्रिक प्रक्रिया में बीजेपी के संविधान का सख्ती से पालन करते हुए जमीनी स्तर से लेकर शीर्ष संगठनात्मक पद तक नेताओं का चुनाव शामिल है। उन्होंने कहा

कि यह प्रक्रिया अब औपचारिक रूप से पूरी हो गई है और यह पार्टी के मजबूत लोकतांत्रिक मूल्यों, अनुशासन और कार्यकर्ता-प्रथम दर्शन का प्रमाण है। उन्होंने इस प्रक्रिया में शामिल लाखों पार्टी कार्यकर्ताओं के प्रयासों की सराहना करते हुए कहा, 'यह भव्य संगठनात्मक चुनाव प्रक्रिया भारतीय जनता पार्टी की लोकतांत्रिक आस्था, संगठनात्मक अनुशासन और कार्यकर्ता-केंद्रित दृष्टिकोण का प्रतीक है।' पीएम मोदी ने आगे इस बात पर जोर दिया कि भारतीय जनता पार्टी का नेतृत्व मॉडल अपनी विरासत और जनसेवा के प्रति अपनी प्रतिबद्धता से ताकत हासिल



करता है। उन्होंने कहा, 'मैं इस प्रक्रिया को सफल बनाने के लिए देश भर के सभी पार्टी कार्यकर्ताओं को हार्दिक बधाई देता हूँ... हमारा नेतृत्व परंपरा से निर्देशित है, अनुभव

उन्होंने कहा, 'पिछले डेढ़ साल में, हमने डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी की 125वीं जयंती, अटल जी की 100वीं जयंती और एेए के 100 साल पूरे होने का जश्न मनाया। ये प्रेरणाएं देश के लिए जीने के हमारे संकल्प को मजबूत करती हैं। हमारा नेतृत्व परंपरा के साथ आगे बढ़ता है, अनुभव से शक्ति प्राप्त करता है और जनसेवा की भावना से संगठन को आगे बढ़ाता है। मैं बीजेपी के सभी पूर्व अध्यक्षों को बधाई देता हूँ। आप जानते हैं कि बीजेपी संगठन के विस्तार पर उतना ही ध्यान देती है जितना कार्यकर्ताओं को बनाने पर।' प्रधानमंत्री ने पार्टी के ऐतिहासिक उदय को याद किया।

उन्होंने कहा, 'अटल जी , आडवाणी जी और मुरली मनोहर जोशी जी के नेतृत्व में, बीजेपी ने शून्य से शिखर तक का सफर देखा। इस सफर में, वैकैया नायडू जी और नितिन गडकरी जी सहित कई वरिष्ठ नेताओं ने संगठन का विस्तार किया। राजनाथ जी के नेतृत्व में, बीजेपी को पहली बार अपने दम पर पूर्ण बहुमत मिला। फिर अमित भाई के नेतृत्व में, बीजेपी ने कई राज्यों में सरकारें बनाईं और केंद्र में लगातार दूसरी बार सत्ता हासिल की। जेपी नन्हा जी के नेतृत्व में, बीजेपी पंचायत से लेकर संसद तक मजबूत हुई और तीसरी बार सत्ता में लौटी।

नितिन नबीन आज से मेरे बाँस, पीएम मोदी बोले हमारे यहां अध्यक्ष बदलते हैं, लेकिन आदर्श नहीं

नई दिल्ली (एजेंसी)। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने मंगलवार को भाजपा मुख्यालय में नितिन नबीन की नई राष्ट्रीय अध्यक्ष के रूप में नियुक्ति के समारोह के दौरान भाजपा नेताओं और कार्यकर्ताओं को संबोधित किया। वरिष्ठ नेताओं, कार्यकर्ताओं और समर्थकों के इस महत्वपूर्ण अवसर पर एकत्रित होने से वातावरण उत्साह से भरा हुआ था। भाजपा के 12वें राष्ट्रीय अध्यक्ष के रूप में नबीन को बधाई देते हुए पीएम मोदी ने कहा कि मैं नितिन नबीन को दुनिया की सबसे बड़ी पार्टी का अध्यक्ष बनने पर बधाई देता हूँ। जब पार्टी की बात आती है, तो नितिन नबीन मेरे बाँस हैं और मैं एक पार्टी कार्यकर्ता हूँ। उनके इस कथन पर उपस्थित लोगों ने जोरदार तालियां बजाईं। प्रधानमंत्री मोदी ने देश भर में कई महीनों से चल रही व्यापक आंतरिक चुनाव प्रक्रिया के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने स्पष्ट



किया कि इस लोकतांत्रिक प्रक्रिया में भाजपा के संविधान का कड़ाई से पालन करते हुए जमीनी स्तर से लेकर शीर्ष संगठनात्मक पद तक के नेताओं का चुनाव किया जाता है। उन्होंने कहा कि यह प्रक्रिया अब औपचारिक रूप से पूरी हो चुकी है और यह पार्टी

के मजबूत लोकतांत्रिक मूल्यों, अनुशासन और कार्यकर्ता-प्रथम दर्शन का प्रमाण है। उन्होंने इस प्रक्रिया में शामिल लाखों पार्टी कार्यकर्ताओं के प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि यह भव्य संगठनात्मक चुनाव प्रक्रिया भारतीय जनता पार्टी के

लोकतांत्रिक विश्वास, संगठनात्मक अनुशासन और कार्यकर्ता-केंद्रित दृष्टिकोण का प्रतीक है। प्रधानमंत्री मोदी ने आगे इस बात पर जोर दिया कि भारतीय जनता पार्टी का नेतृत्व मॉडल उसकी विरासत और जनसेवा के प्रति उसकी प्रतिबद्धता से

मजबूत होता है। उन्होंने कहा इस प्रक्रिया को सफल बनाने के लिए मैं देश भर के सभी पार्टी कार्यकर्ताओं को हार्दिक बधाई देता हूँ... हमारा नेतृत्व परंपरा से प्रेरित है, अनुभव से समृद्ध है और जनसेवा एवं राष्ट्रीय सेवा की भावना से संगठन को आगे बढ़ाता है।राष्ट्रीय स्तर पर पदेनति से पहले, नबीन नीतीश कुमार के नेतृत्व वाली बिहार सरकार में सड़क निर्माण और शहरी विकास मंत्रालयों के प्रभारी थे। भाजपा के कार्यकारी अध्यक्ष नियुक्त होने के बाद उन्होंने राज्य मंत्रिमंडल से इस्तीफा दे दिया, जो प्रशासनिक जिम्मेदारियों से पूर्णकालिक संगठनात्मक नेतृत्व की ओर उनके बदलाव का संकेत था। सोमवार को भाजपा अध्यक्ष के रूप में उनका औपचारिक चुनाव हुआ, जब वे पार्टी के संगठनात्मक चुनावों में एकमात्र उम्मीदवार के रूप में उभरे। भाजपा केद्रीय चुनाव प्राधिकरण द्वारा जारी एक बयान के अनुसार, नबीन निर्विरोध चुने गए।

बीएमसी मेयर चुनाव: 30 जनवरी को बीजेपी का मेयर तय, शिंदे गुट को नहीं मिलेगा पद?

नई दिल्ली। बृहन्मुंबई नगर निगम (बीएमसी) में 30 जनवरी को महापौर चुनाव हो सकते हैं। इस चुनाव के बाद भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) को नया महापौर मिलने की संभावना है। सूत्रों से यह भी संकेत मिलता है कि भाजपा शिंदे गुट को महापौर पद की पेशकश नहीं करेगी। बीएमसी आयुक्त महापौर चुनाव का औपचारिक कार्यक्रम घोषित करेंगे। इसमें महापौर के चुनाव के लिए श्रेणी तय करने हेतु लॉटरी निकाली जाएगी, जिसके बाद महापौर और उप महापौर दोनों के लिए मतदान होगा। बीएमसी में भाजपा और शिंदे के नेतृत्व वाली शिवसेना की संयुक्त शक्ति 118 पदों की है, जो बहुमत के लिए आवश्यक 114 सीटों से चार अधिक है। अजीत पवार की

केवल छह सीटें ही मिल सकीं। कांग्रेस ने 24 सीटें जीतीं, जबकि शरद पवार की एनसीपी (एसपी) को सिर्फ एक सीट मिली। इन सभी पार्टियों को मिलाकर भी कुल 96 सीटें मिली हैं, जो बहुमत के लिए आवश्यक सीमा से काफी कम है। शिवसेना (यूबीटी), कांग्रेस और एनसीपी (एसपी) महा विकास अग्राड़ी (एमवीए) के घटक दल हैं, लेकिन कांग्रेस और एनसीपी (एसपी) ने बीएमसी चुनाव स्वतंत्र रूप से लड़ने का विकल्प चुना। शिवसेना (यूबीटी) ने कांग्रेस को एमएनएस के साथ गठबंधन में शामिल होने का प्रस्ताव दिया था, लेकिन इस प्रस्ताव को ठुकरा दिया गया, जिसके परिणामस्वरूप एक खंडित विपक्षी मोर्चा बन गया।

कांग्रेस ने 24 सीटें जीतीं, जबकि शरद पवार की एनसीपी (एसपी) को सिर्फ एक सीट मिली। इन सभी पार्टियों को मिलाकर भी कुल 96 सीटें मिली हैं, जो बहुमत के लिए आवश्यक सीमा से काफी कम है। शिवसेना (यूबीटी), कांग्रेस और एनसीपी (एसपी) महा विकास अग्राड़ी (एमवीए) के घटक दल हैं, लेकिन कांग्रेस और एनसीपी (एसपी) ने बीएमसी चुनाव स्वतंत्र रूप से लड़ने का विकल्प चुना। शिवसेना (यूबीटी) ने कांग्रेस को एमएनएस के साथ गठबंधन में शामिल होने का प्रस्ताव दिया था, लेकिन इस प्रस्ताव को ठुकरा दिया गया, जिसके परिणामस्वरूप एक खंडित विपक्षी मोर्चा बन गया।

तेजी से बूढ़ा हो रहा चीन, 40 लाख घटी आबादी बीजिंग। सरकार द्वारा जन्म दर बढ़ाने के लिए कई प्रोत्साहन योजनाओं के बावजूद, चीन की जनसंख्या में लगातार चौथे वर्ष गिरावट दर्ज की गई और 2025 में जन्म दर रिकॉर्ड निचले स्तर पर पहुंच गई। जारी सरकारी आँकड़ों के अनुसार, देश की जन्म दर गिरकर 5.63 प्रति 1,000 व्यक्ति हो गई - जो 1949 में कम्युनिस्ट पार्टी के सत्ता में आने के बाद से अब तक का सबसे निचला स्तर है, जबकि मृत्यु दर बढ़कर 8.04 प्रति 1,000 व्यक्ति हो गई, जो 1968 के बाद से उच्चतम स्तर है। 2025 के अंत तक इसकी जनसंख्या 3.39 मिलियन घटकर 1.4 बिलियन हो गई, जो पिछले वर्ष की तुलना में अधिक तेजी से घटी है।

दावोस में हिमंता बिस्वा ने रचा इतिहास, विश्व आर्थिक मंच में पहुंचने वाले असम के पहले सीएम बने

नई दिल्ली। मुख्यमंत्री हिमंता बिस्वा सरमा ने स्विट्जरलैंड में आयोजित विश्व आर्थिक मंच (डब्ल्यूईएफ) की वार्षिक बैठक में भाग लेने वाले असम के पहले मुख्यमंत्री बनकर इतिहास रच दिया है। 19 से 23 जनवरी तक आयोजित हो रहे डब्ल्यूईएफ दावोस 2026 में उनकी भागीदारी वैश्विक आर्थिक और नीति-निर्माण मंच पर असम की स्थिति और राजबूत करने में एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है। सरमा का ज्यूरिख हवाई अड्डे पर प्रवासी भारतीय समुदाय के सदस्यों द्वारा गर्मजोशी से स्वागत किया गया। मुख्यमंत्री का औपचारिक स्वागत राजदूत मुदुल कुमार ने किया, जिन्होंने शिखर सम्मेलन से पहले उनके आगमन पर उनका अभिनंदन किया। अपनी यात्रा के दौरान, असम के मुख्यमंत्री ने आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री एन. चंद्रबाबू नायडू, विश्व बैंक के अध्यक्ष अजय बंगा, केंद्रीय मंत्री राम मोहन नायडू और दावोस में एकत्रित अन्य प्रमुख गणमान्य व्यक्तियों सहित कई प्रतिष्ठित वैश्विक और राजबूत करने से मुलाकात की। सरमा ने सिंगापुर के राष्ट्रपति थर्मन शनमुगरत्नम से भी मुलाकात की, जिनके साथ उनकी सौहार्दपूर्ण बातचीत हुई। विश्व आर्थिक मंच पर, सरमा भावी कार्यलय, वैश्विक साझेदारी, पर्यटन क्षमता, स्वास्थ्य सेवा में परिवर्तन और सतत विकास पर उच्च स्तरीय चर्चाओं में भाग लेगी। इन चर्चाओं का उद्देश्य असम को भविष्य के लिए तैयार विकास, नवाचार और अवसरों के वैश्विक परिदृश्य में मजबूती से स्थापित करना है। असम की ताकत को उजागर करते हुए, मुख्यमंत्री राज्य के फलते-फूलते चाय उद्योग, मजबूत अवसरचना विकास और विस्तारित हरित ऊर्जा क्षेत्र को प्रदर्शित कर रहे हैं, जो सभी अंतरराष्ट्रीय निवेश और सहयोग के लिए महत्वपूर्ण अवसर प्रदान करते हैं।

कर्नाटक में मचा हड़कंप: पुलिस ऑफिस में 'रंगीनमिजाजी' का वीडियो वायरल, डीजीपी लेवल के अधिकारी रामचंद्र राव सस्पेंड

नई दिल्ली। कर्नाटक सरकार ने मंगलवार को एक बड़ा और कड़ा कदम उठाते हुए अड्ड रैंक के वरिष्ठ आईपीएस अधिकारी रामचंद्र राव को तत्काल प्रभाव से निलंबित कर दिया है। यह कार्रवाई एक आपत्तिजनक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल होने के बाद की गई है, जिसमें कथित तौर पर अधिकारी को अपने सरकारी कार्यालय के भीतर विभिन्न महिलाओं के साथ आपत्तिजनक स्थिति में देखा गया था। यह फैसला अड्ड रैंक के अधिकारी के सरकारी ऑफिस में कथित व्यवहार को लेकर बढ़ते विवाद और लोगों के गुस्से के बीच आया। यह विवाद मुख्यमंत्री सिद्धारमैया के ऑफिस तक पहुंच गया, जिन्होंने सोमवार को संबंधित

विभाग से जानकारी ली। एक दिन बाद, राज्य प्रशासन ने सीनियर पुलिस अधिकारी को सस्पेंड करने का फैसला किया।

इस घटना ने राज्य के राजनीतिक गलियारों और पुलिस



महकमें में तूफान खड़ा कर दिया है। सूत्रों के अनुसार, मुख्यमंत्री सिद्धारमैया ने जब स्वयं फुटेज देखी, तो वे बेहद गुस्से में थे। उन्होंने विभाग से जवाब तलब किया कि पुलिस विभाग के सर्वोच्च पदों पर बैठे अधिकारी ऐसी गतिविधियों में कैसे शामिल हो

सकते हैं। मुख्यमंत्री कार्यालय के हस्तक्षेप के बाद 24 घंटे के भीतर निलंबन का आदेश जारी कर दिया गया। इस घटना से सत्ताधारी कांग्रेस सरकार पर राजनीतिक दबाव भी बढ़ा, विपक्षी पार्टियाँ इस पर करीब से नज़र रख रही थीं कि कोई औपचारिक जांच या अनुशासनात्मक कार्रवाई होगी या नहीं। एक दिन पहले, एक वीडियो सामने आया था जिसमें डीजीपी रैंक के छद्म अधिकारी और सोने की तस्करी के आरोपी राय्या राव के पिता रामचंद्र राव को अपने सरकारी चैंबर में आपत्तिजनक हालत में दिखाया गया था। वायरल हुए फुटेज में कथित तौर पर राव को ऑफिस के पुलिस विभाग के सर्वोच्च पदों पर बैठे अधिकारी ऐसी गतिविधियों में कैसे शामिल हो

बलिया ज्ञानकुंज एकेडमी में तीन दिवसीय वार्षिक खेलकुद प्रतियोगिता का शुभारंभ स्वस्थ शरीर के लिए पढ़ाई के साथ-साथ खेल भी जरूरी है-प्रबंधक

बलिया। शिक्षा की क्षेत्र में समूचे पूर्वांचल में अग्रणी विद्यालय ज्ञानकुंज एकेडमी बंशीबाजार जो शिक्षा संस्कार और अनुशासन के प्रति प्रतिबद्ध रहता है। मंगलवार को शिद्धारमैया का वार्षिक खेलकुद प्रतियोगिता का भव्य शुभारंभ हुआ। इस तीन दिवसीय खेलकुद प्रतियोगिता का शुभारंभ बच्चों की सुंदर प्रस्तुति द्वारा मशाल प्रज्वलित करके आरंभ हुआ इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि खंड शिक्षा अधिकारी पंकज सिंह नवानगर, विशिष्ट अतिथि दीपक कुमार जायसवाल के कर-कमलों द्वारा सामूहिक रूप से कार्यक्रम का शुभारंभ फीता काट कर किया गया ए मुख्य अतिथि का स्वागत विद्यालय के प्रबंधक डॉ देवेंद्र सिंह ने गुलदस्ता एवं अंग वस्त्र देकर किया तथा विद्यालय की प्रधानाचार्या श्रीमती सुधा पांडे ने विशिष्ट अतिथि का स्वागत स्मृति चिन्ह एवं गुलदस्ता देकर उनका स्वागत किया। इस



अवसर पर मुख्य अतिथि ने कहा कि ज्ञानकुंज एकेडमी बंशी बाजार बलिया जिले में ही नहीं बल्कि अपनी शिक्षा संस्कार और अनुशासन के लिए पूरे पूर्वांचल में चर्चित है।इसकी सराहना सी.बी.एस.ई. बोर्ड के स्कूलों में प्रमुख रूप से होती है उन्होंने

इस कार्यक्रम की बहुत ही सराहना की और उन्होंने कहा कि यह बच्चों के स्वास्थ्य और मानसिक विकास के लिए खेलकुद अति आवश्यक होता है उन्होंने बच्चों को इस प्रतियोगिता में शामिल होने की बहुत-बहुत बधाई दी और शुभकामनाएं दिया। इस

अवसर पर विद्यालय के प्रबंधक डॉ0 देवेंद्र सिंह ने कहा कि शिक्षा स्वस्थ शरीर से ही होती है इसलिए खेलकुद बच्चों के लिए अनिवार्य होता है स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का निवास होता है और खेलकुद से शरीर स्वस्थ रहता है घविद्यालय के प्रधानाचार्या श्रीमती सुधा पाण्डेय ने कहा कि विद्यालय में अनुशासन, शिक्षा और स्वास्थ्य की गार्थमिकता होती है लेकिन स्वस्थ शरीर में ही बच्चा स्वस्थ शिक्षा ग्रहण कर सकता है उन्होंने इस कार्यक्रम के शुभारंभ के अवसर पर सबको बधाई दिया।कार्यक्रम का आरंभ प्राइमरी विंग से शुरू हुआ यह खेल प्रतियोगिता तीन दिनों तक चलेगा जिसमें विभिन्न विंग के बच्चे अपनी भागीदारी सुनिश्चित करेंगे और विभिन्न खेलों के द्वारा खेल का सुंदर प्रदर्शन करेंगे।

अटल-आडवाणी से नट्टा-नबीन तक...45 सालों में किस-किस ने थामी कमल की कमान,अब 45 साल के युवा को सम्मान

नई दिल्ली। भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) ने मंगलवार को नई दिल्ली स्थित पार्टी मुख्यालय में नितिन नबीन को अपना नया राष्ट्रीय अध्यक्ष घोषित किया। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह, रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह और अन्य वरिष्ठ नेता इस अवसर पर उपस्थित थे। 45 वर्षीय नबीन निर्विरोध चुने गए और पार्टी के 12वें राष्ट्रीय अध्यक्ष बने, जिससे वे इस पद पर असैन होने वाले सबसे युवा अध्यक्ष बन गए हैं। इससे पहले 15 दिसंबर को उन्होंने भाजपा के राष्ट्रीय

कार्यकारी अध्यक्ष के रूप में कार्यभार संभाला था। भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष के चुनाव की प्रक्रिया 36 में से 30 राज्य अध्यक्षों के चुनाव के बाद शुरू हुई, जो आवश्यक 50 प्रतिशत की सीमा को पार कर गया। चुनाव कार्यक्रम और मतदाता सूची की घोषणा 16 जनवरी, 2026 को की गई। नामांकन प्रक्रिया सोमवार को दोपहर 2 बजे से 4 बजे के बीच हुई, जिसमें नितिन नबीन के पक्ष में कुल 37 नामांकन पत्र प्राप्त हुए। प्रधानमंत्री मोदी, अमित शाह और राजनाथ सिंह सहित कई शीर्ष नेता

प्रस्तावक थे। 1980 में भाजपा की स्थापना के बाद से कई प्रभावशाली नेताओं ने संगठन की बागडोर संभाली है। प्रत्येक अध्यक्ष ने पार्टी की वैचारिक दिशा, संगठनात्मक संरचना और चुनावी रणनीति को अपने विशिष्ट तरीके से आकार दिया है। अटल बिहारी वाजपेयी के नेतृत्व में शुरुआती वर्षों से लेकर नितिन नबीन के नेतृत्व में वर्तमान नेतृत्व तक, भाजपा अध्यक्षों का सफर एक छोटी राजनीतिक इकाई से सदस्यता के मामले में दुनिया की सबसे बड़ी राजनीतिक पार्टी बनने तक पार्टी के



विकास को दर्शाता है। **लालकृष्ण आडवाणी** (1986 से 1991): थोड़े कट्टर छवि के माने जाने वाले लाल

कृष्ण आडवाणी बीजेपी के नए अध्यक्ष बन गए। अब बीजेपी में नेतृत्व आडवाणी का था और

1991 में उनकी तिरंगा यात्रा निकली जिसका मकसद 26 जनवरी 1992 को श्रीनगर के लाल चौक पर तिरंगा फहराना था। **लालकृष्ण आडवाणी** (1993 से 1998): हिंदुत्व और राम के नाम पर बीजेपी बहुत तेजी से आगे बढ़ रही थी। 1984 में 2 सीटों पर सिमटी महज सात वर्षों में ही देश की नंबर दो पार्टी बन गई थी। ये सब हुआ लाल कृष्ण आडवाणी की बदौलत। साल 1993 में आडवाणी एक बार फिर बीजेपी के अध्यक्ष बनते हैं। आडवाणी को ये अंदाजा था कि पार्टी को नंबर दू से

नंबर 1 बनाने और इससे भी आगे प्रधानमंत्री देने के लिए कोई उदार छवि वाला चेहरा चाहिए। 1995 में वाजपेयी जी से बगैर पट्टे ही उनकी प्रधानमंत्री पद का उम्मीदवार घोषित कर दिया और उनके इस ऐलान के बाद सब के सब हैरान रह गए थे। **कुशाभाऊ ठाकरे (1998 से 2000):** आडल जी के नेतृत्व में बीजेपी सरकार बनाने में कामयाब रही। इसी दौर में भारतीय जनता पार्टी में पितृ पुरुष कहे जाने वाले कुशाभाऊ ठाकरे की बीजेपी के अध्यक्ष पद पर ताजपोशी होती है।

भारत-न्यूजीलैंड वनडे सीरीज हार पर बवाल,गावस्कर ने उठाए फील्डिंग और रणनीति पर सवाल

नई दिल्ली। दो साल पहले न्यूजीलैंड के खिलाफ टेस्ट सीरीज में व्हाइटवॉश झेलने के बाद जो सवाल उठे थे, वही चिंता अब वनडे क्रिकेट तक पहुंच गई है। घरेलू मैदान पर पहली बार भारत को न्यूजीलैंड के खिलाफ वनडे सीरीज गंवानी पड़ी है, जिसने टीम इंडिया की तैयारियों और रणनीति पर बहस तेज कर दी है। मौजूद जानकारी के अनुसार, भारत ने सीरीज की शुरुआत जरूर एक करीबी जीत के साथ की थी, लेकिन इसके बाद दूसरे और तीसरे वनडे में न्यूजीलैंड ने जोरदार वापसी करते हुए सीरीज अपने नाम कर ली। निर्णायक मुकाबले में भारतीय टीम ने मैच को अपने हाथ से फिसलने दिया। एक समय न्यूजीलैंड का स्कोर 5 रन पर 2 विकेट था, लेकिन वहां से टीम इंडिया विपक्षी बल्लेबाजों पर दबाव बनाए रखने में नाकाम रही। गौरतलब है कि न्यूजीलैंड ने संघर्ष से उबरते हुए 338 रन 7 विकेट पर बना दिए, जो बाव में भारत के लिए चुनौतीपूर्ण साबित हुए। लक्ष्य का पीछा करते हुए विराट कोहली ने एक बार फिर जिम्मेदारी उठाई और शानदार शतक जमाया। यह उनके



वनडे करियर का 54वां शतक था, लेकिन दूसरे छोर से लगातार विकेट गिरने के कारण उनका यह प्रयास टीम को जीत तक नहीं ले जा सका। अंततः भारत 41 रन से मुकाबला हार गया और न्यूजीलैंड को घरेलू सीरीज में हार की लकीर भी खत्म हो गई। मैच के बाद पूर्व कप्तान सुनील गावस्कर ने टीम इंडिया की हार का बेबाक विश्लेषण किया। उन्होंने किसी एक खिलाड़ी को सीधे तौर पर जिम्मेदार ठहराने से परहेज किया, लेकिन टीम की फील्डिंग को बड़ी कमजोरी बताया। गावस्कर का मानना था कि भारतीय खिलाड़ी मैदान पर सुस्त नजर आए और न्यूजीलैंड

के बल्लेबाजों को बेहद आसानी से सिंगल लेने का मौका मिलता रहा। उन्होंने कहा कि रोहित शर्मा और विराट कोहली जैसे फुर्तीले खिलाड़ी मैदान पर मौजूद थे, फिर भी कुल मिलाकर फील्डिंग उतनी आक्रामक नहीं दिखी, जितनी इस स्तर के क्रिकेट में होनी चाहिए। उनके मुताबिक, रन रोकने में ढिलाई ने विपक्षी टीम को लय में आने का मौका दिया और यहीं से मैच का रुख बदल गया। अगर मैच की स्थिति पर नजर डालें तो शुरुआती ओवरों में भारत ने शानदार शुरुआत की थी। अर्शदीप सिंह और हर्षित राणा ने डेवोन कॉनवे और हेनरी निकोल्स

ग्रीनलैंड के साथ कनाडा-वेनेजुएला पर अमेरिकी इंडा, ट्रंप ने नए पोस्ट ने मचाया हड़कंप!

वाशिंगटन। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने मंगलवार को अपने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर एक पुरानी तस्वीर साझा की, जिसमें वे



अन्य यूरोपीय नेताओं के साथ हैं और अमेरिकी ध्वज में कनाडा, ग्रीनलैंड और वेनेजुएला को संयुक्त राज्य अमेरिका का हिस्सा दिखाया गया है। तस्वीर में ट्रंप ओवल ऑफिस में बैठे हुए हैं, उनके साथ नाटो के नेता भी हैं, जिनमें फ्रांस के राष्ट्रपति एमैनुएल मैक्रॉन, इटली की जॉर्जिया

जेडी वैंस और विदेश मंत्री मार्को रूबियो के साथ ग्रीनलैंड में अमेरिकी ध्वज फहराते हुए देखा जा सकता है, जिस पर एक माइलस्टोन लगा है जिस पर लिखा है, 'ग्रीनलैंड अमेरिकी क्षेत्र, स्थापना 2026'। वेनेजुएला के राष्ट्रपति निकोलस मादुरो की गिरफ्तारी के तुरंत बाद,

मोहम्मद शमी क्यों पहुंचे निर्वाचन आयोग दफ्तर,पूरा मामला

नई दिल्ली। भारतीय तेज गेंदबाज मोहम्मद शमी मंगलवार को कोलकाता स्थित चुनाव आयोग कार्यालय से अपनी विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) सुनवाई पूरी करके निकले। उन्होंने कहा कि इस प्रक्रिया में कोई समस्या नहीं थी। शमी ने नागरिकों से आगे आकर चल रही एसआईआर प्रक्रिया में भाग लेने का आग्रह किया और जोर देकर कहा कि इससे किसी को कोई नुकसान नहीं होगा। शमी ने अपनी एसआईआर सुनवाई के बाद पत्रकारों से कहा कि कोई समस्या नहीं थी। एसआईआर से आपको कोई नुकसान नहीं होगा। जिनके पास एसआईआर फॉर्म नहीं है, उन्हें भी आना चाहिए। मीडिया रिपोर्टों के अनुसार, शमी द्वारा भरे गए जनगणना फॉर्म में कुछ जगहों पर विसंगतियां थीं, जिसके कारण उन्हें सुनवाई के लिए बुलाया गया था। उत्तर प्रदेश के मूल निवासी शमी अपने प्रक्रियात्मक अनियमितताओं के आरोपों वाली विभिन्न याचिकाओं पर ईसीआई को निर्देश जारी किए। सर्वोच्च न्यायालय ने पाया कि ईसीआई ने 'ताकिक विसंगतियों' की श्रेणी में आने वाले कुछ व्यक्तियों को नोटिस जारी किए हैं। अतः, इस श्रेणी में शामिल व्यक्तियों को सक्षम बनाने के उद्देश्य से, न्यायालय ने ग्राम पंचायत भवनों, लोकल कार्यालयों और वाई कार्यालयों में ऐसे व्यक्तियों के नाम प्रकाशित करने का निर्देश दिया।

टी-20 वर्ल्ड कप 2026 से पहले क्रिकेट में बवाल,बांग्लादेश ने कहा-आईसीसी की शर्तें नामंजूर,इण्डिया नहीं आएंगे

कोलकाता।। (एजेंसी)।। बांग्लादेश ने मंगलवार को आईसीसी द्वारा आगामी आईसीसी टी20 विश्व कप 2026 में भारत में भाग लेने के संबंध में लगाई गई 'अनुचित शर्तों' को अस्वीकार कर दिया। यह जानकारी युवा एवं खेल सलाहकार आसिफ नजरुल ने दी। बांग्लादेश के तेज गेंदबाज मुस्तफिजुर रहमान को आगामी इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) 2026 से बाहर किए जाने के बाद, बांग्लादेश क्रिकेट बोर्ड (बीसीबी) ने स्पष्ट कर दिया कि मौजूदा परिस्थितियों में टीम भारत में नहीं खेलेंगी।

अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) और बीसीबी अधिकारियों के बीच कई दौर की बातचीत के बावजूद कोई समाधान नहीं निकल पाया है, जिससे आगामी टी20 विश्व कप में बांग्लादेश की भागीदारी अनिश्चित बनी हुई है। मंगलवार को सचिवालय में बोलीवुड हार आसिफ नजरुल ने कहा कि यदि आईसीसी भारतीय क्रिकेट

बोर्ड के दबाव में आकर हम पर अनुचित शर्तें लगाता है, तो हम उन्हें स्वीकार नहीं करेंगे। उन्होंने आगे कहा कि अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में पहले भी ऐसे उदाहरण मौजूद हैं, जब भारत ने पाकिस्तान में खेलने से इनकार कर दिया था, तब आईसीसी ने आयोजन स्थल बदल दिया था। हमने भी आयोजन स्थल बदलने का उचित अनुरोध किया है। इससे पहले, बीसीबी ने इस बात से इनकार किया था कि आईसीसी ने उन्हें 7 फरवरी से शुरू होने वाले टी20 विश्व कप में भाग लेने के संबंध में 21 जनवरी की समय सीमा दी है। मीडिया समिति के अध्यक्ष अमजद हसन ने कहा था कि उनके लिए कोई विशिष्ट तिथि निर्धारित नहीं की गई है। आईसीसी क्रिकेट के अनुसार, विश्व क्रिकेट शासी निकाय ने बीसीबी को आगामी आईसीसी विश्व कप के लिए बांग्लादेश क्रिकेट टीम को भारत भेजने या न भेजने के संबंध में बुधवार (21 जनवरी) तक अंतिम

निर्णय देने का अल्टीमेटम दिया था। यदि बीसीबी अपनी टीम को भारत भेजने से इनकार करती है, तो आईसीसी संभवतः किसी अन्य टीम का नाम घोषित करेगी, और वर्तमान रैंकिंग के अनुसार, यह स्कॉटलैंड हो सकता है। सूत्रों ने बताया कि टी20 विश्व कप 7 फरवरी से शुरू होगा। हालांकि, ढाका में मीडिया से बात करते हुए, अमजद ने डेली स्टार को बताया, पिछले शनिवार, 17 जनवरी को, आईसीसी के एक प्रतिनिधि आए और हमारे क्रिकेट बोर्ड के प्रतिनिधियों ने उनसे मुलाकात की। विश्व कप में भाग लेने के संबंध में, आयोजन स्थल को लेकर कुछ समस्या थी और हमने उन्हें वहां खेलने के प्रति अपनी अनिच्छा से अवगत कराया। हमने एक वैकल्पिक स्थल का अनुरोध किया और प्रतिनिधियों के साथ विस्तृत चर्चा की। उन्होंने हमें बताया कि वे आईसीसी को इस मुद्दे के बारे में सूचित करेंगे और हमें बाद में निर्णय के बारे में बताएंगे।

को जल्दी पवेलियन भेज दिया था। इसके बाद विल यंग का विकेट भी गिरा, लेकिन फिर भारतीय गेंदबाजों को अगले विकेट के लिए 31 ओवर तक इंतजार करना पड़ा। इस दौरान डैरिल मिचेल और ग्लेन फिलिप्स ने चौथे विकेट के लिए 219 रनों की बड़ी साझेदारी कर डाली। हालांकि इंदौर में खेले गए इस मुकाबले में भारत की फील्डिंग पिछले मैचों के मुकाबले कुछ बेहतर जरूर रही और टीम ने केवल तीन अतिरिक्त रन दिए। रवींद्र जडेजा ने एक शानदार कैच भी पकड़ा, लेकिन यह प्रयास मैच का रुख बदलने के लिए काफी नहीं रहे। इससे पहले राजकोट में खेले गए दूसरे वनडे के बाद भी सुनील गावस्कर ने हैरानी जताई थी। उन्होंने कहा था कि जिस तरह न्यूजीलैंड ने 285 रनों का लक्ष्य आसानी से हासिल कर लिया, उससे भारतीय टीम की रणनीति पर सवाल उठते हैं। उनके मुताबिक, पिच की सुस्ती का फायदा भारतीय गेंदबाज नहीं उठा सके, जबकि न्यूजीलैंड के बल्लेबाजों ने संयम और फिटनेस के दम पर लक्ष्य को आसान बना दिया।

गौतमी नाइक के बल्ले का कमाल आरसीबीने डब्लूपीएलमें गुजरात दिमाज को दी करारी शिकस्त

नई दिल्ली। गौतमी नाईक के अर्धशतक की मदद से रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु ने सोमवार को गुजरात जाइंट्स को 61 रन से हराकर महिला प्रीमियर लीग में अपना अपराजय अभियान बरकरार रखा।

आरसीबी की टूर्नामेंट में यह लगातार पांचवीं जीत थी। पहले बल्लेबाजी के लिये भेजे जाने पर आरसीबी ने छह विकेट पर 178 रन का सम्मानजनक स्कोर बनाया। शीर्ष पर काबिज आरसीबी की शुरुआत अच्छी नहीं रही।

पहले ओवर में ग्रेस हैरिस और दूसरे ओवर में जॉर्जिया वोल पवेलियन लौट गए जब स्कोर नौ रन ही था लेकिन इसके बाद नाईक अमेरिका का 51वां रनज बनाे। चुनाव जीतने के तुरंत बाद, प्रधानमंत्री मार्क कार्नी ने मई में अपनी पहली प्रेस कॉन्फ्रेंस में ट्रंप के इस सुझाव को सिर्रे से खारिज कर दिया था कि कनाडा अमेरिका का 51वां राज्य बने।

रोहित शर्मा की वनडे फॉर्म पर सवाल, भूख और भविष्य को लेकर फिर शुरू हुई बहस



सकी और वह 11 रन बनाकर जैकरी फाउल्क्स का शिकार हो गए। जब रोहित पवेलियन लौट रहे थे, उसी दौरान कमेट्री बॉक्स में मौजूद पूर्व न्यूजीलैंड तेज गेंदबाज साइमन डूल ने उनकी तकनीक नहीं, बल्कि उनकी भूख और जज्बे पर सवाल खड़े किए। डूल ने कहा कि रोहित के करियर में हमेशा कोई न कोई बड़ा लक्ष्य रहा है, चाहे वह टी20 वर्ल्ड कप हो या 50 ओवर का वर्ल्ड कप। उन्होंने कहा कि जोड़ा कि 2027 का वनडे वर्ल्ड कप अभी काफी दूर है और सवाल यह है कि क्या

बांग्लादेश विवाद में पाकिस्तान की भागीदारी पर सवाल

नई दिल्ली। टी20 वर्ल्ड कप 2026 से पहले माहौल लगातार गर्म होता जा रहा है और अब इसमें एक नया मोड़ सामने आया है। बता दें कि फरवरी से भारत और श्रीलंका में शुरू होने वाले इस टूर्नामेंट को लेकर पाकिस्तान ने भी अपनी भागीदारी की समीक्षा करने के संकेत दिए हैं, अगर बांग्लादेश क्रिकेट टीम से जुड़ी चिंताओं का समाधान नहीं होता है। मौजूद जानकारी के अनुसार, यह फैसला तब सामने आया जब बांग्लादेश सरकार ने पाकिस्तान से संपर्क कर सुरक्षा से जुड़े मुद्दों पर समर्थन मांगा है। रिपोर्ट्स में कहा गया है कि पाकिस्तान ने इस पूरे घटनाक्रम पर गंभीरता से विचार किया है और साफ तौर पर कहा है कि किसी भी देश पर मेजबानी या खेलने को लेकर दबाव नहीं डाला जाना चाहिए है। गौरतलब है कि बांग्लादेश से जुड़ा विवाद उस समय शुरू हुआ जब भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड यानी बीसीसीआई ने कोलकाता नाइट राइडर्स को आईपीएल 2026 की टीम से मुस्तफिजुर रहमान को बाहर करने का निर्देश दिया, हालांकि इसके पीछे कोई आधिकारिक कारण सार्वजनिक नहीं किया गया है।

भारत ने बांग्लादेश से राजदूत के परिवार को वापस बुलाया, कुछ बड़ा होने वाला है?

ढाका। बांग्लादेश में कुछ बड़ा होने वाला है। जिसकी भनक भारत को लगते ही ताबड़तोड़ एक्शन शुरू हो चुका है। जिसने पूरी दुनिया में हलचल मचा के रख दी है। बांग्लादेश के अंतरिम सरकार के मुखिया मोहम्मद यूनus अब भारत के खिलाफ कौन सी साजिश रच रहे हैं जिसकी मुल खुलते ही भारत ने अपनी तैयारियों को पूरा कर लिया है। बांग्लादेश में चुनाव होने में बस कुछ ही दिनों का वक्त बचा है। जिस चुनाव को टालने के लिए यूनus ने बांग्लादेश को आग में झांका। हर पैतरे अपनाए। कठुरपथियों की फौज को भारत के खिलाफ खड़ा कर दिया ताकि वह बांग्लादेश की कुर्सी में बैठे हुए चीन पाकिस्तान से अपने रिश्तों को मजबूत बनाए रखें और यह चुनाव ना हो पर सब कुछ धरा का धरा रह गया और अब चुनाव की सुगबुगाहट के बीच में भारत ने वो एक्शन लिया है। बांग्लादेश में जिसने यूनus को सोचने पर मजबूर कर दिया है। दरअसल रिपोर्टर्स के मुताबिक भारत ने बांग्लादेश को

टी-20 वर्ल्ड कप पर संकट! भारत के खिलाफ पाकिस्तान बांग्लादेश का गठजोड़, पीसीबी ने रोकी तैयारी

नई दिल्ली। आईसीसी पुरुष टी20 विश्व कप 2026 से पहले, पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड (पीसीबी) ने भारत में खेलने के बांग्लादेश के बहिष्कार के फैसले का समर्थन करते हुए अपनी टीम की तैयारियों को रोक दिया है। जियो न्यूज के अनुसार, भारत और श्रीलंका द्वारा संयुक्त रूप से आयोजित होने वाले इस प्रतिष्ठित टी20 टूर्नामेंट के लिए पीसीबी ने अभी तक कोई बयान जारी नहीं किया है। अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) ने इस रिपोर्ट की पुष्टि करते हुए कोई बयान जारी नहीं किया है।

हाल ही में, बांग्लादेश में चल रहे अल्पसंख्यक उपोद्भन के विरोध में भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) के निर्देश पर बांग्लादेश के तेज गेंदबाज मुस्तफिजुर रहमान को कोलकाता नाइट राइडर्स (केकेआर) की आईपीएल 2026 टीम से बाहर कर दिया गया था। बांग्लादेश क्रिकेट

बोर्ड (बीसीबी) ने अपने खिलाड़ियों की सुरक्षा को लेकर चिंता जताते हुए अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) से मैचों को भारत से बाहर के स्थानों पर स्थानांतरित



करने का अनुरोध किया है।

बांग्लादेश की सुरक्षा चिंताओं को 'उचित और वैध' बताते हुए, पाकिस्तान ने 19 जनवरी को टी20 विश्व कप मैचों के लिए भारत न जाने के बीसीबी के फैसले का पूर्ण समर्थन व्यक्त किया था। इस्लामाबाद स्थित जियो न्यूज के अनुसार, पाकिस्तान टीम प्रबंधन को टूर्नामेंट में भाग न लेने की स्थिति

भारत ने बांग्लादेश से राजदूत के परिवार को वापस बुलाया, कुछ बड़ा होने वाला है?

नॉन फैमिली यानी परिवार के साथ ना भेजे जाने वाले राजनयिक तैनाती स्थल के रूप में दर्ज करने का फैसला ले लिया है। इसका मतलब



यह है कि बांग्लादेश में तैनात किए जाने वाले भारतीय राजनयिक और अधिकारी अब अपने पति या फिर पत्नी या फिर अपने बच्चों के साथ या फिर अपने परिवार के साथ उन्हें बांग्लादेश नहीं ले जा सकेंगे। अब तक भारतीय विदेश मंत्रालय ने नॉन फैमिली की यह श्रेणी सिर्फ कुछ ही देशों पर लागू की थी जिसमें इराक, अफगानिस्तान, पाकिस्तान और दक्षिण सूडान शामिल हैं। इस

ताजा फैसले के बाद बांग्लादेश को भी इसी सूची में शामिल कर लिया गया है। बांग्लादेश में तैनात भारतीय अधिकारियों को सूचित



किया गया कि उनके पति या फिर पत्नी और बच्चों को 8 जनवरी तक भारत लौटना होगा। जिन अधिकारियों के बच्चे स्कूल में पढ़ते हैं उन्हें इसके लिए अतिरिक्त 7 दिन का समय भी दिया गया था। जिसके परिणाम स्वरूप पिछले गुरुवार यानी कि 15 जनवरी तक ढाका, चटगांव, खुलना, सिलहट और राजशाही में स्थित भारतीय मिशनों में तैनात अधिकारियों के परिवारों

फाइनल विवाद: मोरक्को कोच रेग्रागुई ने हालात को बताया शर्मनाक

नई दिल्ली। एफकोंन 2025 का फाइनल मुकाबला फुटबॉल से ज़्यादा अव्यवस्था और विवादों के लिए याद किया जाएगा। मोरक्को के कोच वालिद रेग्रागुई ने मैच के बाद खुले शब्दों में मैदान पर हुए हालात पर नाराज़गी जताई, जब उनकी टीम को सेनेगल के हाथों 0-1 से हार का सामना करना पड़ा। बता दें कि यह मुकाबला न सिर्फ नतीजे, बल्कि रेफरी के फैसलों और दर्शकों के बर्ताव को लेकर भी चर्चा में रहा। गौरतलब है कि मुकाबले के अंतिम समय में सेनेगल के खिलाफ एक विवादित पेनल्टी दी गई, जिसे लेकर सेनेगल के खिलाड़ी बेहद आक्रोशित नजर आए। मौजूद जानकारी के अनुसार, ब्राह्मि डियाज़ पर डिफेंडर हुए हाजी मलिक दियूफ के चैलेंज को र्ई जांच के बाद फाउल माना गया और रेफरी ने इंजरी टाइम में पेनल्टी दे दी। इस फैसले से नाराज़ होकर कुछ सेनेगल खिलाड़ी मैदान छोड़कर बाहर चले गए, वहीं स्टैंड्स में मौजूद सेनेगल समर्थकों ने भी हंगामा शुरू कर दिया और मैदान में घुसने की कोशिश की। स्थिति इतनी बिगड़ गई कि मैच को करीब 20 मिनट तक रोकना पड़ा। रेग्रागुई ने बाद में कहा कि पूरी दुनिया के सामने इतने लंबे समय तक खेल रूकना अफ्रीकी फुटबॉल की छवि के लिए शर्मनाक था। उन्होंने साफ कहा कि इस तरह के दृष्टिकोषि भी बड़े फाइनल के लिए ठीक नहीं माने जा सकते। पेनल्टी के समय ब्राह्मि डियाज़ ने पानेका स्टाइल में शॉट खेलने की कोशिश की, लेकिन सेनेगल के गोलकीपर ने शानदार बचाव कर लिया। इस पर रेग्रागुई ने कहा कि डियाज़ को शॉट से पहले काफी समय मिल गया था, जिससे दबाव बढ़ गया और इसका असर उनके फैसले पर पड़ा। हालांकि उन्होंने यह भी जोड़ा कि अब उस पल को बदला नहीं जा सकता और टीम को आगे की ओर देखना होगा। इससे पहले स्टैंपेज टाइम में सेनेगल का एक गोल भी विवादों में रहा, जब अब्दुलाये सेक के हेडर के बाद आए रिबाउंड को गोल मानने से पहले रेफरी ने फाउल करार दिया।

भारत में न्यूजीलैंड की ऐतिहासिक वनडे सीरीज जीत, रवींद्र जडेजा के भविष्य पर गहराते सवाल



उपलब्ध एकमात्र अनुभवी बाएं हाथ के स्पिन ऑलराउंडर थे। चैंपियंस ट्रॉफी में उनका पिछला प्रदर्शन भी ठीक-ठाक रहा था, जहां उन्होंने किरफायती गेंदबाजी की थी।

लेकिन इसके बाद के आंकड़े जडेजा के पक्ष में नहीं गए हैं। भारत की वनडे टीम में जडेजा की भूमिका अक्सर निचले क्रम में तेजी से रन बनाने और पारी को फिनिश करने की रही है, लेकिन हाल के मुकाबलों में वह डेथ ओवरों में लय हासिल करने में नाकाम दिखे। दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ रायपुर में खेला गया मैच हो या न्यूजीलैंड के

में एक वैकल्पिक योजना तैयार करने के लिए कहा गया है। मीडिया आउटलेट ने बताया कि पाकिस्तान ने यह भी कहा है कि यदि बांग्लादेश का मुद्दा अनसुलझा रहता है तो वह टी20 विश्व कप में अपनी भागीदारी पर पुनर्विचार करेगा।

इसके अलावा, पीसीबी ने श्रीलंका में स्टेडियम उपलब्ध न होने की स्थिति में बांग्लादेश के टी20 विश्व कप मैचों की मेजबानी करने की इच्छा भी व्यक्त की है। इस बीच, आईसीसी अपने मूल कार्यक्रम में कोई बदलाव नहीं करने पर अडिग है, जिसमें बांग्लादेश को इटली, न्यूजीलैंड, वेस्ट इंडीज और नेपाल के साथ ग्रुप सी में रखा गया है। गौरतलब है कि आईसीसी और बीसीबी के बीच दो बैठकें हो चुकी हैं, लेकिन टी20 विश्व कप शुरू होने में दो सप्ताह से भी कम समय बचा है और यह मुद्दा अभी तक सुलझा नहीं है।

भारत ने बांग्लादेश से राजदूत के परिवार को वापस बुलाया, कुछ बड़ा होने वाला है?

को बेहद कम समय के नोटिस पर भारत लौटना पड़ा है। हालांकि बता दें कि भारत के विदेश मंत्रालय ने अभी तक इस फैसले को लेकर कोई भी सार्वजनिक घोषणा नहीं की है। भारत के इस फैसले से बांग्लादेश में कैसे भूचल ला दिया है और कैसे एक तीर से कई निशाने भेद कर दिए गए हैं। पहला यूनus की साजिश को पूरी तरीके से फ्लॉप कर दिया गया है क्योंकि चुनाव से पहले कठुरपंथी वामपंथी ब्रिगेड पूरी तरीके से बांग्लादेश में एक्टिव है।

बांग्लादेश में चुनाव ना हो और चुनाव में अड़न आइ इसके लिए यूनus हिंदुओं और भारतीय राजनीतिकों को टारगेट करवा सकता था। ऐसे में भारत ने पहले ही खतरे की आहट को परख लिया और यूनus की साजिश को पूरी तरह से धराशायी करने के लिए यह फैसला लिया। दूसरा एक्सपर्ट्स का यह मानना है कि भारत का यह कदम बांग्लादेश में फरवरी में होने वाले आम चुनावों से पहले सुरक्षा की स्थिति और खराब होने की आशंकाओं के परिचारों

भारत ने बांग्लादेश से राजदूत के परिवार को वापस बुलाया, कुछ बड़ा होने वाला है?

नई दिल्ली। एफकोंन 2025 का फाइनल मुकाबला फुटबॉल से ज़्यादा अव्यवस्था और विवादों के लिए याद किया जाएगा। मोरक्को के कोच वालिद रेग्रागुई ने मैच के बाद खुले शब्दों में मैदान पर हुए हालात पर नाराज़गी जताई, जब उनकी टीम को सेनेगल के हाथों 0-1 से हार का सामना करना पड़ा। बता दें कि यह मुकाबला न सिर्फ नतीजे, बल्कि रेफरी के फैसलों और दर्शकों के बर्ताव को लेकर भी चर्चा में रहा। गौरतलब है कि मुकाबले के अंतिम समय में सेनेगल के खिलाफ एक विवादित पेनल्टी दी गई, जिसे लेकर सेनेगल के खिलाड़ी बेहद आक्रोशित नजर आए। मौजूद जानकारी के अनुसार, ब्राह्मि डियाज़ पर डिफेंडर हुए हाजी मलिक दियूफ के चैलेंज को र्ई जांच के बाद फाउल माना गया और रेफरी ने इंजरी टाइम में पेनल्टी दे दी। इस फैसले से नाराज़ होकर कुछ सेनेगल खिलाड़ी मैदान छोड़कर बाहर चले गए, वहीं स्टैंड्स में मौजूद सेनेगल समर्थकों ने भी हंगामा शुरू कर दिया और मैदान में घुसने की कोशिश की। स्थिति इतनी बिगड़ गई कि मैच को करीब 20 मिनट तक रोकना पड़ा। रेग्रागुई ने बाद में कहा कि पूरी दुनिया के सामने इतने लंबे समय तक खेल रूकना अफ्रीकी फुटबॉल की छवि के लिए शर्मनाक था। उन्होंने साफ कहा कि इस तरह के दृष्टिकोषि भी बड़े फाइनल के लिए ठीक नहीं माने जा सकते। पेनल्टी के समय ब्राह्मि डियाज़ ने पानेका स्टाइल में शॉट खेलने की कोशिश की, लेकिन सेनेगल के गोलकीपर ने शानदार बचाव कर लिया। इस पर रेग्रागुई ने कहा कि डियाज़ को शॉट से पहले काफी समय मिल गया था, जिससे दबाव बढ़ गया और इसका असर उनके फैसले पर पड़ा। हालांकि उन्होंने यह भी जोड़ा कि अब उस पल को बदला नहीं जा सकता और टीम को आगे की ओर देखना होगा। इससे पहले स्टैंपेज टाइम में सेनेगल का एक गोल भी विवादों में रहा, जब अब्दुलाये सेक के हेडर के बाद आए रिबाउंड को गोल मानने से पहले रेफरी ने फाउल करार दिया।

नई दिल्ली। एफकोंन 2025 का फाइनल मुकाबला फुटबॉल से ज़्यादा अव्यवस्था और विवादों के लिए याद किया जाएगा। मोरक्को के कोच वालिद रेग्रागुई ने मैच के बाद खुले शब्दों में मैदान पर हुए हालात पर नाराज़गी जताई, जब उनकी टीम को सेनेगल के हाथों 0-1 से हार का सामना करना पड़ा। बता दें कि यह मुकाबला न सिर्फ नतीजे, बल्कि रेफरी के फैसलों और दर्शकों के बर्ताव को लेकर भी चर्चा में रहा। गौरतलब है कि मुकाबले के अंतिम समय में सेनेगल के खिलाफ एक विवादित पेनल्टी दी गई, जिसे लेकर सेनेगल के खिलाड़ी बेहद आक्रोशित नजर आए। मौजूद जानकारी के अनुसार, ब्राह्मि डियाज़ पर डिफेंडर हुए हाजी मलिक दियूफ के चैलेंज को र्ई जांच के बाद फाउल माना गया और रेफरी ने इंजरी टाइम में पेनल्टी दे दी। इस फैसले से नाराज़ होकर कुछ सेनेगल खिलाड़ी मैदान छोड़कर बाहर चले गए, वहीं स्टैंड्स में मौजूद सेनेगल समर्थकों ने भी हंगामा शुरू कर दिया और मैदान में घुसने की कोशिश की। स्थिति इतनी बिगड़ गई कि मैच को करीब 20 मिनट तक रोकना पड़ा। रेग्रागुई ने बाद में कहा कि पूरी दुनिया के सामने इतने लंबे समय तक खेल रूकना अफ्रीकी फुटबॉल की छवि के लिए शर्मनाक था। उन्होंने साफ कहा कि इस तरह के दृष्टिकोषि भी बड़े फाइनल के लिए ठीक नहीं माने जा सकते। पेनल्टी के समय ब्राह्मि डियाज़ ने पानेका स्टाइल में शॉट खेलने की कोशिश की, लेकिन सेनेगल के गोलकीपर ने शानदार बचाव कर लिया। इस पर रेग्रागुई ने कहा कि डियाज़ को शॉट से पहले काफी समय मिल गया था, जिससे दबाव बढ़ गया और इसका असर उनके फैसले पर पड़ा। हालांकि उन्होंने यह भी जोड़ा कि अब उस पल को बदला नहीं जा सकता और टीम को आगे की ओर देखना होगा। इससे पहले स्टैंपेज टाइम में सेनेगल का एक गोल भी विवादों में रहा, जब अब्दुलाये सेक के हेडर के बाद आए रिबाउंड को गोल मानने से पहले रेफरी ने फाउल करार दिया।

नई दिल्ली। एफकोंन 2025 का फाइनल मुकाबला फुटबॉल से ज़्यादा अव्यवस्था और विवादों के लिए याद किया जाएगा। मोरक्को के कोच वालिद रेग्रागुई ने मैच के बाद खुले शब्दों में मैदान पर हुए हालात पर नाराज़गी जताई, जब उनकी टीम को सेनेगल के हाथों 0-1 से हार का सामना करना पड़ा। बता दें कि यह मुकाबला न सिर्फ नतीजे, बल्कि रेफरी के फैसलों और दर्शकों के बर्ताव को लेकर भी चर्चा में रहा। गौरतलब है कि मुकाबले के अंतिम समय में सेनेगल के खिलाफ एक विवादित पेनल्टी दी गई, जिसे लेकर सेनेगल के खिलाड़ी बेहद आक्रोशित नजर आए। मौजूद जानकारी के अनुसार, ब्राह्मि डियाज़ पर डिफेंडर हुए हाजी मलिक दियूफ के चैलेंज को र्ई जांच के बाद फाउल माना गया और रेफरी ने इंजरी टाइम में पेनल्टी दे दी। इस फैसले से नाराज़ होकर कुछ सेनेगल खिलाड़ी मैदान छोड़कर बाहर चले गए, वहीं स्टैंड्स में मौजूद सेनेगल समर्थकों ने भी हंगामा शुरू कर दिया और मैदान में घुसने की कोशिश की। स्थिति इतनी बिगड़ गई कि मैच को करीब 20 मिनट तक रोकना पड़ा। रेग्रागुई ने बाद में कहा कि पूरी दुनिया के सामने इतने लंबे समय तक खेल रूकना अफ्रीकी फुटबॉल की छवि के लिए शर्मनाक था। उन्होंने साफ कहा कि इस तरह के दृष्टिकोषि भी बड़े फाइनल के लिए ठीक नहीं माने जा सकते। पेनल्टी के समय ब्राह्मि डियाज़ ने पानेका स्टाइल में शॉट खेलने की कोशिश की, लेकिन सेनेगल के गोलकीपर ने शानदार बचाव कर लिया। इस पर रेग्रागुई ने कहा कि डियाज़ को शॉट से पहले काफी समय मिल गया था, जिससे दबाव बढ़ गया और इसका असर उनके फैसले पर पड़ा। हालांकि उन्होंने यह भी जोड़ा कि अब उस पल को बदला नहीं जा सकता और टीम को आगे की ओर देखना होगा। इससे पहले स्टैंपेज टाइम में सेनेगल का एक गोल भी विवादों में रहा, जब अब्दुलाये सेक के हेडर के बाद आए रिबाउंड को गोल मानने से पहले रेफरी ने फाउल करार दिया।

है। माना जा रहा है कि तब तक टीम प्रबंधन टी20 विश्व कप से ध्यान हटाकर 50 ओवरों की तैयारी पर फोकस करेगा। ऐसे में यह तय है कि चयनकर्ता सीमित विकल्पों में से ही बाएं हाथ के स्पिन ऑलराउंडर को चुनना चाहेंगे।

अक्षर पटेल और वॉशिंगटन सुंदर जैसे खिलाड़ी इस दौर में जडेजा को खड़ी टक्कर दे रहे हैं। अक्षर का बल्ले से स्ट्राइक रेट भले औसत हो, लेकिन गंद से उनका योगदान ज्यादा असरदार रहा है। वहीं वॉशिंगटन सुंदर भी लगातार मौके मिलने पर खुद को उपयोगी साबित कर रहे हैं।

इन सबके बीच हार्दिक पांड्या की वापसी, केएल राहुल की निरंतरता और हर्षित राणा जैसे खिलाड़ियों का निचले क्रम में उभरना जडेजा के लिए मुश्किलें बढ़ा रहा है। ऐसे हालात में यह संभावना अब अनदेखी नहीं की जा सकती कि शावद जडेजा ने अपना आखिरी वनडे मैच खेल लिया हो, यह चर्चा अब क्रिकेट गलियारों में तेज होती जा रही है।

सम्पादकीय

गौर फरमाइए!प्रतिस्पर्धी बाजार हो बेहतर...

इंडिगो की वजह से भारत के विमानन क्षेत्र में पैदा हुए हालिया संकट ने फिर से एकाधिकार के खतरे को उजागर कर दिया है। इंडिगो का मामला लापरवाही, बाजार में अपनी मजबूत स्थिति का बेजा फायदा उठाने की कोशिश और जिम्मेदारियों से भागने का बड़ा उदाहरण है। संकट के दौरान भी, जब तक सरकार ने दखल नहीं दिया, कंपनी का रवैया ठीक नहीं रहा। डीजीसीए के नए फ्लाइट ड्यूटी टाइम लिमिटेशन नियम सभी एयरलाइंस पर लागू होने थे और इसके लिए सभी को पर्याप्त समय भी दिया गया था। लेकिन, इंडिगो ने नए नियमों के हिसाब से स्टाफ की भर्ती नहीं की, जिससे मौजूदा संकट इतना बड़ा हो गया। सरकार ने एक कमिटी बनाई है, जो इस बात की जांच करेगी कि कहीं इंडिगो ने जानबूझकर तैयारियों में देरी तो नहीं की, ताकि अथॉरिटीज पर प्रेशर बनाया जा सके। यह आशंका इस वजह से उठती है, क्योंकि केबिन क्रू और पायलटों की कमी को एकाएक पूरा नहीं किया जा सकता। क्या एयरलाइंस इस बात का इंतजार कर रही थी कि क्राइसिस हो ताकि उसे नियमों में छूट मिल सके? भारतीय विमानन क्षेत्र में इस समय इंडिगो की बाजार हिस्सेदारी 65इ है। उसके बेड़े में 417 विमान हैं और सामान्य दिनों में हर दिन 2200 उड़ानें भरी जाती हैं। संकट खड़ा होने पर पहली प्रतिक्रिया भी हैरान-परेशान करने वाली रही। हजारों यात्री जहां-तहां फंस गए, रिफंड के लिए परेशान होते रहे, जबकि कंपनियां मनमाना किराया वसूलने लगीं। सरकार की तरफ से फिलहाल नए नियमों में थोड़ी रियायत दी गई है, ताकि स्थिति सामान्य हो सके। फौरी तौर पर जनता को राहत देने के लिए यह भले सही हो, लेकिन नए इ3ऊथ नियमों से किसी सूरत में समझौता नहीं किया जाना चाहिए। ये नियम अंतरराष्ट्रीय मानकों के अनुरूप और पायलटों की सेहत व उड़ान सुरक्षा के लिए जरूरी हैं। सरकार ने इंडिगो से जवाब भी मांगा है, लेकिन यह समय नीतियों के मूल्यांकन का भी है। अगर कंपनी नए नियमों के लिए तैयारी नहीं कर रही थी, तो क्या अथॉरिटीज को इसकी खबर नहीं थी? क्या डीजीसीए के निगरानी सिस्टम में सुधार की जरूरत है? मौजूदा संकट याद दिलाता है कि किसी भी क्षेत्र में एकाधिकार होना कितना खतरनाक हो सकता है, जबकि कंपनियों के बीच अच्छी प्रतिस्पर्धा हो तो ग्राहकों को वाजिब कीमत पर अच्छी सर्विस मिलती है। देश में हवाई क्षेत्र की तरक्की की रफ्तार बहुत अच्छी है। यह आगे बनी रहे और यात्रियों को भी अच्छी सेवा मिले, इसके लिए और क्या कदम उठाए जा सकते हैं, इस पर भी केंद्र को गौर करना चाहिए।

महाराष्ट्र के शहरी मतदाताओं ने आखिरकार पुराने धुरंधरों की हवा क्यों निकाल दी?

नीरज कुमार दुबे
महाराष्ट्र में हुए नगरपालिका चुनाव 2026 के नतीजों ने राज्य की राजनीति में एक नया मोड़ ला दिया है। इन चुनावों में भारतीय जनता पार्टी ने ऐसा व्यापक प्रदर्शन किया है जिसने दशकों से मजबूत माने जाने वाले राजनीतिक नामों और परिवारों की पकड़ को गंभीर रूप से कमजोर कर दिया है। महानगरों से लेकर छोटे शहरों तक भाजपा की जीत ने यह संकेत दे दिया है कि मतदाता अब परंपरागत पहचान से अधिक शासन और विकास के मुद्दों को महत्व दे रहे हैं। इन चुनावों में सबसे अधिक चर्चा बुधन्सुर्बई महानगरपालिका को लेकर रही। यह नगर निकाय न केवल देश का सबसे बड़ा नगर निकाय है बल्कि महाराष्ट्र की राजनीति का भी केंद्र माना जाता है। लंबे समय से यहां ठाकरे परिवार के नेतृत्व वाली राजनीति का दबदबा रहा है। लेकिन इस बार के नतीजों में भाजपा ने मजबूत बढ़त बनाकर यह स्पष्ट कर दिया कि मुंबई की राजनीतिक हवा बदल रही है। भाजपा की यह सफलता केवल सीटों की संख्या तक सीमित नहीं रही बल्कि उसने मनोवैज्ञानिक बढ़त भी हासिल की है। मुंबई के अलावा पुणे और पिंपरी चिंचवड जैसे शहरों में भी भाजपा का प्रदर्शन उल्लेखनीय रहा। ये क्षेत्र पारंपरिक रूप से पवार परिवार के प्रभाव वाले माने जाते रहे हैं।



यहां राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी और उसके सहयोगियों का लंबे समय तक नियंत्रण रहा है। लेकिन इस चुनाव में भाजपा ने इन गढ़ों में संथ लगाकर यह साबित कर दिया कि उसका संगठनात्मक विस्तार और जमीनी रणनीति अब पूरे राज्य में असर दिखा रही है। नागपुर, नाशिक और अन्य प्रमुख नगर निकायों में भी भाजपा और उसके सहयोगी दलों ने स्पष्ट बहुमत या मजबूत स्थिति हासिल की है। इन नतीजों से यह संकेत मिलता है कि शहरी मतदाता भाजपा के विकास आधारित प्रचार और नेतृत्व से संतुष्ट नजर आ रहे हैं। सड़क, बिजली, पानी, स्वच्छता और डिजिटल सेवाओं जैसे मुद्दे चुनाव के दौरान प्रमुखता से उठे और मतदाताओं ने इन्हीं आधारों पर मतदान किया। चुनाव परिणाम आने के बाद सत्तारुढ़ दल की ओर से इसे जनता का विश्वास बताया गया। पार्टी नेताओं ने कहा कि यह जीत सुशासन, पारदर्शिता और विकास कार्यों पर जनता की मुहर है। महायुति के नेताओं ने कहा कि शहरी मतदाता अब जाति या परिवार आधारित राजनीति से आगे बढ़कर परिणाम आधारित राजनीति को तरजीह दे रहा है। वहीं विपक्षी दलों के लिए यह परिणाम आत्ममंथन का विषय बन गया है। ठाकरे और पवार नाम जो कभी महाराष्ट्र की राजनीति के सबसे मजबूत ब्रांड माने जाते

दिया कि महाराष्ट्र का शहरी मतदाता अब अधिक सजग और मांग करने वाला हो गया है। विकास सुशासन और स्थिर नेतृत्व जैसे मुद्दे अब राजनीति के केंद्र में आ चुके हैं और इन्हीं के आधार पर आने वाले वर्षों की राजनीति की दिशा तय होती नजर आ रही है। देखा जाये तो महाराष्ट्र के नगरपालिका चुनाव राज्य की राजनीति के बदलते चरित्र का स्पष्ट संकेत भी हैं। इन नतीजों ने यह सवाल सामने खड़ा कर दिया है कि क्या परंपरागत राजनीतिक पहचान और पारिवारिक प्रभाव अब शहरी राजनीति में अपना असर खोते जा रहे हैं। चुनाव परिणामों से यही प्रतीत होता है कि मतदाता अब नाम नहीं बल्कि काम को प्राथमिकता देने लगे हैं। शहरी क्षेत्रों में रहने वाला मतदाता आज अधिक सजग है। वह सड़क, पानी, सफाई, परिवहन और डिजिटल सेवाओं जैसे रोजमर्रा के मुद्दों पर सीधा जवाब चाहता है। ऐसे में जो दल इन विषयों पर स्पष्ट योजना और क्रियाच्यन की बात करता है उसे स्वाभाविक रूप से लाभ मिलता है। इस चुनाव में यही रूझान साफ दिखाई दिया। मतदाताओं ने भानुनात्मक अपील से अधिक प्रशासनिक क्षमता को महत्व दिया। विपक्षी दलों के लिए यह समय आत्ममंथन का है। लंबे समय तक जिन नामों और विरासतों के सहारे राजनीति

बीएमसी चुनाव 2026 के सियासी मायने, महायुति के राजनीतिक कौशल को मिली जनस्वीकृति

कमलेश पांडे
बीएमसी चुनाव 2026 में भाजपा-शिवसेना (शिंदे) गठबंधन ने ऐतिहासिक जीत हासिल की, जिसमें भाजपा सबसे बड़ी पार्टी बनकर उभरी। यह जीत ठाकरे परिवार के तीन दशक पुराने दबदबे को समाप्त करती है। बीएमसी के 227 वाडों में बहुमत चिह्न 114 है, जहां महायुति 118 वाडों में विजयी रही। इस चुनाव में भाजपा ने 89 सीटें जीतीं, जबकि शिंदे की शिवसेना को 29 मिलीं, जिससे महायुति गठबंधन को 118 सीटों का बहुमत प्राप्त हुआ। जबकि शिवसेना (यूबीटी) को मात्र 65 सीटें मिलीं, जो अपेक्षाकृत कमजोर प्रदर्शन रहा। वहीं, कांग्रेस को 24, एआईएमआईएम को 8 एनसीपी अजीत पवार को 3, सपा को 2 और एनसीपी शरद पवार को 1 सीट मिली। वहीं, राज्य के अन्य निकायों में भी भाजपा ने 25 में से 29 पर कब्जा जमाया। देखा जाए तो कुल 227 वाडों में मुंबई की सबसे अमीर निगम या यूं कहें देश के भी सबसे अमीर नगर निगम पर भाजपा नीत

इसके राजनीतिक मायने अहम हैं क्योंकि यह जीत महाराष्ट्र में भाजपा को शहरी राजनीति का 'असली किंग' बनाती है, जो उसके



कर बड़ा जीत दर्ज की है। यह परिणाम ठाकरे गुट की लंबी हुकूमत को समाप्त करता है और राज्य की सियासत में महायुति की मजबूती दर्शाता है। वहीं, पहली बार एआईएमआईएम ने अपेक्षाकृत अच्छा प्रदर्शन किया, जिससे सेक्यूलर का जनाधार खिसका।

जो विगत तीन दशकों से बीएमसी पर हावी था। एक बात और, महायुति के विकास के एजेंडे ने मुंबई में पहचान की राजनीति को

कुलमिलाकर बिखरे विपक्ष ने महायुति की राह आसान बना दी। देखा जाए तो मराठावाड़ के वैभव को वापिस पाने के घिसे पिटे मुद्दे पर क्षेत्रीय क्षत्रपों यानी ठाकरे परिवार और पवार परिवार की सियासी एकता भी फुस्स हो गई। इसका महाराष्ट्र की सियासत पर दूरगामी प्रभाव पड़ेगा और अब एकनाथ शिंदे की बारगेनिंग पावर भी बढ़ेगी। हालांकि, देवेंद्र फडणवीस उनकी कितनी सुनोगे, यह आने वाला वक्त बताएगा। बता दें कि महायुति ने 29 निगमों में व्यापक जीत दर्ज की, जो आगामी विधानसभा चुनावों के लिए मजबूत आधार तैयार करती है। वहीं, मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस की नेतृत्व क्षमता को इससे नया बल मिला है, जबकि कांग्रेस और एनसीपी जैसे दल सियासी हाशिए पर सिमट गए। इससे राज्य में 'ट्रिपल इंजन' की सरकार का विस्तार होगा और जनहितकारी कार्य करने में भाजपा नीत महायुति को बल मिलेगा। जहां तक राष्ट्रीय संदर्भ की बात है तो बीएमसी जैसी महत्वपूर्ण जीत भाजपा को राष्ट्रीय स्तर पर शहरी

पैक्स सिलिका क्या है? इसमें भारत को शामिल करने से अमेरिका को क्या लाभ मिलेगा?

कमलेश पांडे
पैक्स सिलिका अमेरिका की अगुवाई वाली एक रणनीतिक तकनीकी पहल है, जो सिलिकॉन-आधारित सफ़ाई चैन को मजबूत करने पर केंद्रित है। यह एआई सेमीकंडक्टर और एडवांसड मैन्यूफैक्चरिंग जैसे क्षेत्रों में वैश्विक निर्भरता कम करने का प्रयास करती है। यह नवीनतम अंतर्राष्ट्रीय पहल क्रिटिकल मिनरल्स, ऊर्जा संसाधनों, चिप निर्माण, एआई इंफ्रास्ट्रक्चर और लॉजिस्टिक्स की सुरक्षित सफ़ाई चैन बनाती है। इसलिए अमेरिकी विदेश विभाग इसे 'पॉजिटिव-सम' साझेदारी मानता है, जो चीन जैसी निर्भरताओं से बचाव करती है। इससे विश्वसनीय देशों में नवाचार और निवेश बढ़ता है। चूंकि भारत के लिए इसका रणनीतिक महत्व है, इसलिए भारत को हाल ही में इसमें पूर्ण सदस्यता का न्योता मिला है, जो ग्लोबल चिप हब बनने का अवसर देगा। इससे जहां अमेरिका, जापान और दक्षिण कोरिया जैसी कंपनियों से भारी निवेश, तकनीकी हस्तांतरण और रोजगार सृजन होगा। वहीं रक्षा, अंतरिक्ष और

इससे पहले टैरिफ विवाद से भारत बाहर था, लेकिन अब यह साझेदारी भारत-अमेरिका संबंधों को नई ऊंचाई देगी। पैक्स सिलिका में अमेरिका नेतृत्व करती है और इसमें जापान, दक्षिण कोरिया, ताइवान जैसे प्रमुख देश शामिल हैं। यह पहल विश्वसनीय साझेदार देशों को जोड़ती है ताकि सिलिकॉन सफ़ाई चैन मजबूत हो। इसके मुख्य सदस्य देश निम्नलिखित हैं:- संस्थापक सदस्य: अमेरिका (नेतृत्वकर्ता), जापान, दक्षिण कोरिया, ताइवान। अन्य प्रमुख सदस्य: नीदरलैंड्स, यूनाइटेड किंगडम, इंडोनेशिया, संयुक्त अरब अमीरात, सिंगापुर, ऑस्ट्रेलिया। मसलन, ये देश उच्च-तकनीकी विनिर्माण और एआई क्षेत्रों में मजबूत क्षमता रखते हैं। इससे भारत को सेमीकंडक्टर और एआई सफ़ाई चैन में प्रमुख स्थान मिलेगा। भारत के पैक्स सिलिका में शामिल होने से चीन पर मुख्य रूप से नकारात्मक प्रभाव पड़ेगा, क्योंकि यह पक्ष विशेषकर सिलिकॉन, सेमीकंडक्टर और एआई (‘छ’) सफ़ाई चैन में उसके



में महत्वपूर्ण खनिजों, ऊर्जा स्रोतों, चिप निर्माण और ‘छ’ इंफ्रास्ट्रक्चर पर हावी है। लिहाजा पैक्स सिलिका के माध्यम से भारत का प्रवेश उसके प्रभुत्व को कम करेगा, दबावयुक्त निर्भरता घटाएगा और वैकल्पिक सफ़ाई चैन बनाएगा। इससे चीन के निर्यात बाजार और तकनीकी वर्चस्व पर दबाव बढ़ेगा। जहां तक रूस पर प्रभाव की बात है तो रूस पर इसके प्रत्यक्ष प्रभाव का स्पष्ट उल्लेख नहीं मिला, लेकिन ट्रंप प्रशासन के रूसी तेल

खरीद पर 500प्रतिशत टैरिफ जैसे कदमों से व्यापक आर्थिक दबाव जुड़ सकता है। दरअसल पैक्स सिलिका ऊर्जा स्रोतों की सुरक्षित चैन पर फोकस करता है, जो रूस के पारंपरिक ऊर्जा निर्यात को रूप से सेमीकंडक्टर, एआई और महत्वपूर्ण खनिजों की सफ़ाई चैन में उसके वर्तमान प्रभुत्व को कम करके बढ़ेगा। यह वैकल्पिक उत्पादन केंद्र स्थापित कर चीन के निर्यात बाजार को सीधे चुनौती देगा। रणनीतिक रूप से यह अमेरिका-नीत गठबंधन को मजबूत करेगा। जहां तक सफ़ाई चैन पर प्रभाव की बात है तो चीन सिलिकॉन, चिप निर्माण और ‘छ’ हार्डवेयर में 70-90इ वैश्विक आपूर्ति नियंत्रित करता है। लिहाजा इसमें भारत का प्रवेश निवेश आकर्षित कर उत्पादन क्षमता बढ़ाएगा, जिससे चीन के बाजार हिस्से में 10-20प्रतिशत गिरावट आ सकती है। इससे उसके निर्यात राजस्व में अरबों डॉलर का नुकसान होगा। इससे नियातों और बाजार हानि भी होगी क्योंकि भारत जैसे नए केंद्रों से जापान, कोरिया और यूरोपीय कंपनियां खरीदारी स्थानांतरित करेंगी। चीन के सस्ते उत्पादों पर निर्भरता घटेगी, जिससे उसके व्यापार अधिशेष पर दबाव पड़ेगा। लंबे समय में एआई और टेक निर्यात 15-25प्रतिशत कम हो सकते हैं। जहां तक भू-आर्थिक परिणाम की बात है तो भारत का

यह कदम चीन को तकनीकी आत्मनिर्भरता के लिए मजबूर करेगा, लेकिन तत्काल पूंजी और बाजार हानि से उसकी विकास दर 0.5-1प्रतिशत धीमी हो सकती है। भारत-अमेरिका साझेदारी से वैश्विक टेक व्यापार का पुनर्वितरण होगा। इस प्रकार देखा जाए तो भारत को अपने पाले में मिलाने के लिए और रूस-चीन से उसकी रणनीतिक दूरी बढ़ाने के लिए दुनिया का थानेदार अमेरिका बेकरार है, क्योंकि गुटनिरपेक्ष भारत जिधर होगा उस वैश्विक गठबंधन का अंतर्राष्ट्रीय वजन स्वतः बढ़ जाएगा। ऐसा इसलिए कि भारत दुनिया की सबसे आबादी वाला गणतांत्रिक देश है। यहां के लोगों में बल और बुद्धिमत्ता और कूट चक्र भरी है। आर्थिक और सैन्य दृष्टि से भी भारत निरंतर प्रगति कर रहा है। यही वजह है कि अमेरिका ब्रेक के बाद एक से बढ़कर एक वैश्विक गुटीय ऑफर दे रहा है। यह बात अलग है कि रूस से भारत के घनिष्ट रिश्ते में खटास पैदा करने के लिए हद टैरिफ इजाफ़े का भी दांव चल चुका है और आगे ज्यादा करने की धमकी भी दे रहा

है। वहीं द्विपक्षीय व्यापार वार्ता को भी बेवजह लंबा खींच रहा है। ऐसे में अमेरिका अब भारत का भरोसेमंद मित्र नहीं हो सकता है। लेकिन रूसी-चीनी दोस्ती के दृष्टिकोण अमेरिका से खुलेआम शत्रुता भी नहीं की जा सकती। इसलिए चीन की तरह ही अमेरिका से भी शो शो का रिश्ता रखना लाजिमी है। अनुभव बताता है कि अमेरिका भारत से अपनी मनवाने पर तुला हुआ है, लेकिन भारत अपनी रणनीतिक स्वायत्तता के दृष्टिकोण पर अडिग है जिससे अमेरिका की हर कोशिश कमतर प्रतीत होती है। ऐसा इसलिए कि भारत अपने भरोसेमंद अंतर्राष्ट्रीय मंच मित्र रूस को न तो छोड़ना चाहता है और न ही अपने रणनीतिक दुश्मन चीन-पाकिस्तान से बेवजह पंगा लेना चाहता है, क्योंकि भारत निज विकास के द्वारा अपनी जनता के जीवन स्तर में बढ़ोतरी को प्राथमिकता देता है। यही कारण है कि अब अमेरिका ने भारत को पैक्स सिलिका समूह में शामिल करने का लॉलीपॉप थमाया है, ताकि भारत को पटाकर रणनीतिक लाभ हासिल किया जा सके।

‘नो शुगर’ चैलेंज,30 दिन में पाएं ग्लोइंग स्किन और दुरुस्त सेहत,चाँकाने वाले फायदे

आज के समय में रिफाइंड शुगर यानी की सफेद चीनी हमारी डेली लाइफ में शामिल हो चुकी है। सुबह की चाय से लेकर बिस्किट, मिठाइयों, ब्रेड, सॉस, मिठाइयों और यहां तक कि हेल्दी लगने वाले स्नैक्स तक में चीनी मौजूद होती है। अधिक शुगर का सेवन करने से न सिर्फ वेट बढ़ता है, बल्कि यह दिमाग, स्किन, नींद और पूरी सेहत पर भी बुरा असर डालता है। लेकिन अगर आप 30 दिनों तक सिर्फ रिफाइंड शुगर छोड़ देते हैं, तो आपके शरीर में हैरान कर देने वाले बदलाव आएंगे। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको 30 दिन रिफाइंड शुगर छोड़ने के फायदे के बारे में बताने जा रहे हैं।

वेट लॉस और कमर की चर्बी में कमी: शुगर कैलोरी से भरपूर होती है, लेकिन इसमें पोषण शून्य होता है। इसको छोड़ने से शरीर जमा फैट को जलाना शुरू करता है। इससे वेट तेजी से घटता है, खासतौर पर पेट और कमर की चर्बी में फर्क दिखने लगता है। **एनर्जी लेवल में सुधार:** शुगर से मिलने वाली एनर्जी थोड़ी देर के लिए होती है और फिर थकान महसूस होती है। शुगर छोड़ने पर शरीर स्थायी एनर्जी पैदा करता है, जिससे आप दिनभर एक्टिव और फ्रेश फील करते



हैं। स्किन में आएगा निखार: रिफाइंड शुगर त्वचा में कोलेजन को नुकसान पहुंचाता है। जिससे डलनेस, झुर्रियां और पिंपल्स बढ़ते हैं। शुगर से दूरी बनाने के बाद स्किन में फर्मेंस, ग्लो और क्लियरनेस आने लगती है। **बढ़ेगा दिमागी स्पष्टता और फोकस:** शुगर का ज्यादा सेवन मानसिक फॉग और फोकस की कमी पैदा करता है। 30 दिनों तक शुगर न लेने से दिमाग अधिक तेज, केंद्रित और शांत महसूस करता है। **बेहतर होगी नींद की क्वालिटी:**

शुगर का सेवन हमारे शरीर के हार्मोन बेलेंस को बिगाड़ती है। जिस वजह से नींद में खलल पड़ता है। शुगर न लेने से नींद सुकूनभरी और गहरी हो जाती है। **मूड में स्थिरता और स्ट्रेस में कमी:** बता दें कि शुगर का सेवन करने से डोपामिन में असंतुलन आता है। जिस कारण मूड स्विंग्स और चिड़चिड़ापन होता है। लेकिन शुगर न लेने पर मूड शांत और पॉजिटिव रहता है। **डायबिटीज और हार्ट डिजीज का कम खतरा:** रिफाइंड

शुगर का सेवन न करने से इंसुलिन और ब्लड शुगर लेवल कंट्रोल में रहता है। जिससे टाइप 2 डायबिटीज और हार्ट डिजीज का खतरा कम होता है। आप सिर्फ 30 दिन चीनी छोड़कर देखिए, इससे आपका मनोस्थिति, सेहत और रूप में ऐसा बदलाव आएगा कि आप खुद को पहले से ज्यादा खुश, हेल्दी और एनर्जेटिक महसूस कर पाएंगे। यह एक ऐसा चैलेंज है, जो आपकी जिंदगी को बदल सकता है।

सनस्क्रीन लगाने का सही तरीका जानती हैं आप

चिलचिलाती गरमी के मौसम में टैनिंग की समस्या से बचने के लिए जाहिर हैं आप त्वचा को सुरक्षा कवच देने के लिए सनस्क्रीन का प्रयोग कर रही होंगी। लेकिन हम यह दावे के साथ कह सकते हैं कि सनस्क्रीन का सही तरीके से इस्तेमाल करना तो दूर आप को इस बात की भी जानकारी नहीं होगी कि त्वचा को सुरक्षित रखने के लिए आप ने सुरक्षाकवच सही तरह से पहना भी है या नहीं। सनस्क्रीन कितने भी अच्छे ब्रैंड का क्यों न हो, अगर आप को उसे इस्तेमाल करने का सही तरीका पता नहीं है, तो वह आप की त्वचा पर बेअसर ही साबित होगा। **बरसाती नमी से सुरक्षित रहना है तो फौलो करें टिप्स-**ऐसे में यदि अपनी त्वचा को सूर्य की नुकसानदायक अल्ट्रावायलेट किरणों से बचाना है तो इन टिप्स पर जरूर गौर फरमाएं...
चुनें सही सनस्क्रीन : बाजार में सनस्क्रीन कई रूपों में उपलब्ध हैं। मसलन, पाउडर, जैल, क्रीम आदि। सभी तरह का सनस्क्रीन बाजार में आसानी से तरहतऱह के ब्रैंडों में उपलब्ध है। लेकिन सनस्क्रीन खरीदने से पहले खुद की स्किनटोन को पहचानना अनिवार्य है। दरअसल, बाजार में मौजूद कुछ सनस्क्रीन चाँकी इफ़ैक्ट देने वाले भी होते हैं। यह सनस्क्रीन फेयर कौणैक्शन वाली महिलाओं के लिए तो ठीक है, लेकिन डस्की स्किन पर यह प्रेश श इफ़ैक्ट देता है, जो बड़ा ही भद्दा लगता है। इसलिए यदि आप की त्वचा सांवली है, तो आप माइक्रोनाइज्ड फौर्मूले वाले सनस्क्रीन का इस्तेमाल करें। इस में सनस्क्रीन इफ़ैक्ट कम होता है और त्वचा पर इस की परत दिखाई नहीं देती। लेकिन यह अल्ट्रावायलेट किरणों से त्वचा को पूरी तरह सुरक्षित रखता है। ऐसी त्वचा की ऊपरी परत पर पानी की बेहद कमी भी होती है। ऐसे में इस त्वचा पर ज्यादा मॉइश्चराइजर फौर्मूला वाली क्रीम मददगार साबित होती है।
सही क्रम है जरूरी : अकसर सनस्क्रीन को महिलाएं कोरी त्वचा पर ही लगा लेती हैं, जो सही नहीं होता है। सब से पहले त्वचा पर मॉइश्चराइजर लगाएं। उस के 20-30 मिनट बाद सनस्क्रीन लगाएं ताकि त्वचा पहले मॉइश्चराइजर को अच्छी तरह सोख ले। यदि आप चेहरे पर मेकअप लगाती हैं, तो सनस्क्रीन लगाने के बाद ही मेकअप का इस्तेमाल करें। यदि मेकअप नहीं लगाती हैं तो सनस्क्रीन ही आप के चेहरे पर लगने वाला आखिरी उत्पाद होना चाहिए। दरअसल, सनस्क्रीन त्वचा पर एक सुरक्षा की परत होती है। यदि इस के ऊपर मेकअप के अलावा कुछ और लगाया जाए तो त्वचा पर इस का प्रभाव कम हो जाता है। इसी तरह यदि कोरी त्वचा पर सनस्क्रीन लगाया जाए तो भी सनस्क्रीन त्वचा पर उतना प्रभावशाली सुरक्षाकवच साबित नहीं हो पाता और त्वचा को सूर्य की अल्ट्रावायलेट किरणों से पूरी तरह बचा पाने में भी नाकाम रहता है।कुछ महिलाएं अपने मॉइश्चराइजर में सनस्क्रीन को मिक्स कर के लगाती हैं। यह तरीका भी सही नहीं होता, क्योंकि इस से सनस्क्रीन का सारा प्रभाव खत्म हो जाता है।
सनस्क्रीन लगाएं और रुकें : यदि आप कैमिकल बेस्ड सनस्क्रीन का इस्तेमाल कर रही हैं, तो उसे लगाने के बाद 20-30 मिनट रुक कर ही धूप में जाएं ताकि क्रीम में मिले यूवी फिल्टर्स त्वचा अच्छी तरह सोख ले और उस पर एक सुरक्षाकवच बना दे।
इस्तेमाल में न करें कंजूसी : ज्यादातर महिलाएं थोड़ा सा सनस्क्रीन ले कर पूरे मुंह पर मल लेती हैं। ऐसा करने पर सनस्क्रीन का कोई फायदा त्वचा को नहीं मिलता। इस तरह सनस्क्रीन लगाना व्यर्थ है। सनस्क्रीन लगाने का सही तरीका यह है कि लगभग 14 छोटा चम्मच सनस्क्रीन ले कर पूरे चेहरे और गले के हिस्से को कवर किया जाए। यदि आप का सनस्क्रीन काफी थिक है, तो मात्रा घट सकती है। यदि आप पूरी बाँड़ी पर सनस्क्रीन लगाती हैं, तो लगभग 2 बड़े चम्मच सनस्क्रीन का इस्तेमाल करें। जाहिर है यह आप को बहुत ज्यादा लग रहा होगा, लेकिन आप सनस्क्रीन की जब तक मोटी परत त्वचा पर नहीं चढ़ाएंगी तब तक उस का कोई फायदा आप को नहीं मिलेगा।
लगाने का तरीका : सनस्क्रीन को त्वचा पर लगाने का तरीका आम क्रीम को लगाने के तरीके से अलग होता है। कभी सनस्क्रीन को त्वचा पर रगड़ कर न लगाएं, बल्कि हथेली में ले कर धीरेधीरे थथथपाएं। इस से त्वचा पर इरिटेशन महसूस नहीं होती और इस तरह सनस्क्रीन लगाने से त्वचा पर बराबर हिस्से में क्रीम लग जाती है, क्योंकि यह जरूरी है कि यदि आप सनस्क्रीन का इस्तेमाल कर रही हैं तो इस बात का भी ध्यान रखें कि वह चेहरे के हर हिस्से पर बराबर मात्रा में लगा हो। ऐसा न हो कि कोई हिस्सा छूट जाए। थथथपा कर सनस्क्रीन लगाने से यह आसानी से लग जाता है।

माइग्रेन : दर्द एक रूप अनेक

दर्द हमारे जीवन का एक अभिन्न भाग है। हर कोई कभी न कभी, कहीं न कहीं, किसी न किसी प्रकार के दर्द से अवश्य ही जूझता है। कम्पर दर्द, दांत दर्द, गरदन दर्द तो ऐसे आम दर्द हैं जिन की शिकायत रोजाना सुनने को मिल जाती है। ऐसा ही एक आमतौर पर उभरने वाला दर्द है, सिरदर्द। हम अकसर ही सिरदर्द से परेशान हो जाते हैं। वैसे तो सिरदर्द को सामान्य ही समझा जाता है लेकिन हर मामले में अकसर होने वाला सिरदर्द आम नहीं होता है। वास्तव में, बहुत सी बड़ी बीमारियों का आगाज सिरदर्द से ही होता है। ऐसी ही एक गंभीर बीमारी है माइग्रेन, जिसे आम बोलचाल की भाषा में अर्धकपारी भी कहा जाता है।
गलत पेयजल का चुनाव आप को दे सकता है गंभीर बीमारियां
यह आमतौर पर कुछ घंटों में दूर हो जाता है और इस के लक्षणों में जी मिचलाना, उलटी होना, रोशानी को देख कर घबराहट होना, शोर या किसी भी प्रकार की खुशबू से चिढ़न होना, गरदन या कंधे में दर्द या उन्हें मोड़ने में दर्द होना, दृष्टि संबंधी समस्याएं, पेट में गड़बड़ी, उबासी लेने में दबाव, मुंह का सूखना व कंपकंपी उठना आदि शामिल हैं। ऐसे कारक जिन से माइग्रेन के उत्पन्न होने के खतरे अधिक रहते हैं वे हैं :चौंकलेट, शराब, चीज, नट्स का सेवन, दुर्गंध, हार्मोनल बदलाव, शोरशराबा, तेज रोशनी, तनाव, मौसम में बदलाव, सोने के तरीकों में बदलाव, व्यायाम, धूपपान, आहार को मिस करना आदि।

साधारण माइग्रेन : यह ऐसा सिरदर्द होता है जो बिना किसी आहत के शुरू होता है। इस सिरदर्द के शुरू होने से पहले इस के कोई लक्षण नहीं उभरते, जैसा कि अन्य प्रकार के माइग्रेन में होता है।

क्लासिक माइग्रेन : इस में सिरदर्द शुरू होने से पहले कई अन्य लक्षण उभरने लगते हैं जैसे धुंधली दृष्टि, ठीक से सुनाई न देना, देखते समय अजीबअजीब सी आकृतियों का दिखाई देना आदि। सिरदर्द शुरू होने से तकरीबन आधा घंटा पहले ये लक्षण उभर सकते हैं।

रीबाउंड सिरदर्द : जब पीड़ित पर दवाओं का असर न हो और

महंगे क्रीम को कहें अलविदा!

सरसों तेल से पाएं प्राकृतिक

चमक, एक्सपर्ट ने बताएं फायदे

चेहरे को खूबसूरत बनाने के लिए अधिकतर महिलाएं क्या-क्या नहीं करती हैं। कुछ तो बाजार से महंगे-महंगे प्रोडक्ट का यूज करती हैं, तो कुछ महिलाएं घरेलू नुस्खे को ट्राई करती हैं। अगर आपको स्किन रिलेटेड प्रॉब्लम को लेकर परेशानी होती हैं। आप घर पर रहकर सरसों के तेल का इस्तेमाल कर अपने चेहरे पर हो रही स्किन प्रॉब्लम को कम कर सकती हैं और स्किन को मुलायम बना सकती हैं। आइए आपको इस लेख में बताते हैं कि कैसे आप सरसों के तेल का स्किन पर यूज कर सकती हैं। अपने चेहरे को खूबसूरत और अट्रैक्टिव बनाने के लिए कुछ महिलाएं पार्लर में कई तरह की ट्रीटमेंट कराती हैं। यहीं नहीं कुछ महिलाएं, तो स्किन को ग्लोइंग बनाने के लिए बाजार के महंगे-महंगे प्रोडक्ट यूज करती है। अगर आप भी सर्दियों में रेशेज और पिंपल्स वाली स्किन को लेकर काफी परेशान हैं, तो आपको परेशान होने की जरूरत नहीं है। यदि आप अपने घर पर सरसों के तेल का यह खास नुस्खा उपाय सकती हैं। कभी भी स्किन पर डायरेक्ट सरसों का तेल न लगाएं। इसकी जगह आप स्किन पर सरसों के तेल का आप अलग तरह से भी इस्तेमाल कर सकती हैं। इसके लिए आप एक खास तेल बना सकती हैं।

ऑफिस में बैठे-बैठे बढ़ रहा है पेट? ऐसे करें कंट्रोल, जानें एक्सपर्ट की सलाह

अगर आप ऑफिस या फील्ड में लंबे समय तक काम करने वाले वर्कर्स हैं, ऐसे में आप वजन को कम करना चाहते हैं, तो अब आप आसानी से वजन को कम कर सकते हैं। लगातार बैठे रहना, अनियमित भोजन और जंक फूड की आदतें वजन बढ़ाने के मुख्य कारण हैं। बायोमेट सेंट्रल (शुण) के एक अध्ययन बताता है कि लोग सेंडेटरी काम करते हैं यानी ऑफिस में बैठकर काम करते हैं उनमें पेट की चर्बी होने की संभावना अधिक हो जाती है। अगर आप नियमित रूप से हेल्दी आदतें को अपनाएंगे तो वजन को कम करने बेहद आसान हो जाएगा। आइए आपको बताते हैं कैसे करें वजन को कमा।
हेल्दी स्नैक्स को चुन करें: अगर लंबी ड्यूटी करते समय आपको भूख लगे तो आप भी जंक फूड का सेवन करते हैं, तो नट्स, फल, दही या ओट्स जैसे हेल्दी स्नैक्स लें। फिटनेस कोच ने बताया कि हेल्दी स्नैक्स लंबे समय तक पेट का भरा रखते हैं और शुगर क्रेविंग को कम करेंगे और कंट्रोल करेंगे। हेल्दी स्नैक्स का सेवन करने से ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल करने में भी मदद मिलती है।
छोटे वर्कआउट्स करें: लॉन्ग टाइम वर्क के दौरान आप कम से कम 10-15 मिनट के छोटे वर्कआउट्स कर सकते हैं। यह स्ट्रेचिंग, स्क्वैट्स, वॉक या

हल्की कार्डियो एक्सरसाइज मेटाबॉलिज्म को बूस्ट करती है और कैलोरी बर्निंग प्रक्रिया को बढ़ाते हैं। इसलिए छोटे ब्रेक आपके लिए शरीर और दिमाग दोनों को रिफ्रेश करते हैं



और लंबी जॉब के दौरान बैठकार काम करने से नुकसान को कम करते हैं।
पर्याप्त पानी पिएं: लंबी ड्यूटी के समय अक्सर लोग पानी पीना नज़रअंदाज कर देते हैं। जबकि पर्याप्त मात्रा में पानी पीने से भूख पर नियंत्रण रहता है, मेटाबॉलिज्म बेहतर होता है और शरीर से विषैले तत्व बाहर निकलते हैं। फिटनेस कोच के अनुसार, पानी और हर्बल टी जैसे हेल्दी पेय दिनभर शरीर में ऊर्जा बनाए रखते हैं और बार-बार स्नैक्स खाने की इच्छा को कम करने में मदद करते हैं।
माइंडफुल ईटिंग: लंबी शिफ्ट वाली नौकरी के दौरान अक्सर

धीरे-धीरे खाएं और भूख लगने पर ही स्नैक्स लें। इससे ओवरईटिंग कम होती है और कैलोरी कंट्रोल करने में मदद मिलती हैं।
नियमित ब्रेक लें: पूरे दिन बैठे रहने वाली नौकरी करने से मेटाबॉलिज्म धीमा हो जाता है। प्रत्येक 1-2 घंटे में 5 मिनट का छोटा ब्रेक जरूर लें। इसके अलावा, आप खड़े होकर हल्की स्ट्रेचिंग या थोड़ी वॉक जरूर करें। ऐसा करने से कैलोरी बर्निंग प्रक्रिया बढ़ती है, साथ ही ब्लड सर्कुलेशन में सुधार होता है और लंबे समय एनर्जी भी बनी रहती है।



सिरदर्द बरकरार रहे तो डोज बढ़ा कर ले ली जाती है। इस से कुछ समय तक तो उन दवाओं का असर दिखता है लेकिन

आगे चल कर दवाओं के बढ़ाए डोज का भी कोई असर नहीं होता है। एक सप्ताह में यह दर्द 2 से 3 बार तक हो सकता है।

औक्चुलर माइग्रेन : इस माइग्रेन के दौरान आंखों की रक्तवाहिनियां

प्रभावित होती हैं न कि सिर की कोई रक्तवाहिनी। इस से पीड़ित को देखने में समस्या होती है। आंखों में अजीब सा प्रकाश दिखने लगता है। यह समस्या 15 से 20 मिनट तक रहती है फिर

सब सामान्य हो जाता है लेकिन बहुत से लोगों को इस के बाद हलके सिरदर्द की शिकायत होती है।

औपैथैटिक माइग्रेन : इस का संबंध भी आंखों की मध्य नसों से ही

होता है। इस में सिरदर्द भी होता है और पीड़ित को उलटी भी होती है। जैसेजैसे सिरदर्द बढ़ता है वैसेवैसे आंखों की कुछ नसें पैरालिटिक हो जाती हैं। ऐसे में आंखों की पलकें लटक जाती हैं।

सिरदर्द रहित माइग्रेन : माइग्रेन के इस प्रकार में पीड़ित को सिरदर्द तो नहीं होता लेकिन अन्य लक्षण थोड़ी देर के लिए परेशान कर सकते हैं। ये उन लोगों को होता है जिन का इतिहास माइग्रेन से ग्रस्त रहा हो।

बेसिलर आर्टरी : इस में मस्तिष्क की धमनी में दर्द की वजह से सिरदर्द उत्पन्न हो सकता है। इस से बोलने व देखने में तकलीफ हो सकती है। बड़ों से ज्यादा बच्चे इस से प्रभावित होते हैं।

कैरोटिडाइनिया : इस में चेहरे का आधा भाग प्रभावित होता है जैसे



चांदनी प्रजापति (उम्र 12 साल) ने भी घर की छत के हुक में दुपट्टा डाल कर आत्महत्या कर ली। चांदनी के घर वालों की मानें तो परीक्षा के डर की वजह से उस ने यह कदम उठाया। जबकि स्कूल से जुड़े शिक्षकों व कर्मचारियों का कहना था कि चांदनी अपनी क्लास की सब से होशियार छात्रा थीं। ऐसे में परीक्षा के डर से आत्महत्या की बात गले नहीं उठाना। दोनों पक्षों की अलगअलग बातों से तय नहीं हो पाया कि आखिर चांदनी ने आत्महत्या क्यों की? अहमदाबाद के नरोड़ा विस्तार में रहने वाली 12वीं की छात्रा खुशबू अशोकभाई पटेल ने बोर्ड की परीक्षा दी थी। कैमिस्ट्री के पेपर में 15 नंबर के प्रश्नों के

जबड़े व गरदन का भाग। यह दर्द तीव्र व भयानक भी हो सकता है या फिर कम व हलका भी हो सकता है। कैरोटिड रक्तवाहिनी में सूजन भी हो सकती है। यह बुजुर्गों में अधिक पाया जाता है। इस का असर कई घंटों तक रह सकता है और यह सप्ताह में एक से ज्यादा बार तक हो सकता है। डा. सतनाम सिंह छाबड़ा के मुताबिक, माइग्रेन के उचित उपचार के लिए कुछ परीक्षणों की आवश्यकता होती है जिस में रक्त की जांच, ब्रेन स्कॅनिंग (सीटी या एमआरआई व स्पाइनल टेप) शामिल हैं।
खास बातें : माइग्रेन के मरीज को समय पर सोना व जागना चाहिए। नियमित रूप से व्यायाम करना चाहिए। बहुत ज्यादा देर तक भूखे नहीं रहना चाहिए। तनाव को नियमित व्यायाम के द्वारा नियंत्रित करना चाहिए। बहुत तेज व चुभने वाली रोशनी से बचना चाहिए। उन चीजों को पहचान कर उन से बचना चाहिए जिन से यह समस्या होने की संभावना हो।

होते जा रहे हैं बच्चे

उत्तर छूट जाने की वजह से घर वालों ने उसे खूब डांटा। खुशबू के मन पर इस डांट का ऐसा घातक असर पड़ा कि उस ने घर की छत से ही छलांग लगा दी। ऐसा ही कुछ कविता के साथ भी हुआ। अहमदाबाद के अमराईवाड़ी विस्तार में रहने वाले कैलाशभाई गामणे की 2 बेटियां करिश्मा (उम्र 19 वर्ष) और कविता (उम्र 17 वर्ष) थीं। कैलाशभाई चाहते थे कि उन की बेटी कविता परीक्षा में अच्छे अंकों से पास हो। इस बात को ले कर बापबेटी में बहस हुई, जिस का अंजाम यह हुआ कि पिता की डांट से आहत कविता ने शहर के नेहरू ब्रिज से छलांग लगा कर आत्महत्या कर ली। अहमदाबाद के मेघाणीनगर निवासी संपतभाई पाटिल के घर में उन का 14 वर्षीय बेटा प्रशांत अपनी मां के साथ किसी शादी में जाना चाहता था लेकिन उस की मां उसे साथ नहीं ले गई। जब वे शाम को घर वापस आए तो उन्होंने प्रशांत की लाश घर के झूले से लटकती देखी। ऐसे ही कई और मामले अखबारों की सुर्खियां बनते रहते हैं जिन में मांबाप के गैरजिम्मेदाराना रवैए, डांट और जरूरत से ज्यादा प्रैशर के चलते बच्चे आत्महत्या करने पर विवश हो जाते हैं।
ज्यादा बोझ न डालें : इन मामलों से सबक ले कर मातापिता को अपने बच्चों को, उन की मनोस्थिति को समझना चाहिए। तभी इस समस्या को सुलझाया जा सकता है। बच्चों पर पढ़ाई बोझ बनती जा रही है, ऊपर से मातापिता का अच्छे अंक लाने का प्रैशर, इस बोझ में और इजाजत कर देता है। मनोचिकित्सक हिमांशु देसाई कहते हैं, संयुक्त कुटुंब छूटने जा रहे हैं, मातापिता 1 या 2 बच्चे के साथ रहते हैं। ऐसे में वे अपनी इच्छाएं अपने बच्चों के द्वारा ही पूरी करना चाहते हैं। कई बार यह बच्चे की सहनशीलता की हद से बाहर की बात हो जाती है। परिणामस्वरूप, जब बच्चा मांबाप की कसौटी पर खरा नहीं उतर पाता तब वह डर जाता है और आत्महत्या करने का फैसला कर बैठता है। बदलते दौर में बच्चों की बदलती प्रवृत्ति के मद्देनजर अब यह जरूरी हो गया है कि मातापिता बच्चों की बातों, इच्छाओं को न सिर्फ सम्मान दें बल्कि अपनी व्यस्ततम दिनचर्या में से उन के लिए समय भी निकालें

स्वत्वाधिकारी एवं मुद्रक
दीपक अरोरा द्वारा
रामा प्रिन्टर्स 53/25/1 ए
बेली रोड न्यू कटरा प्रयागराज
(उ.प्र.) 211002 से मुद्रित
एवं सी-41 यूपीएसआईडीसी
औद्योगिक क्षेत्र नैनी प्रयागराज।
(उ.प्र.) 211010 से प्रकाशित।
सम्पादक/प्रकाशक
डा० पुनीत अरोरा
मो०न० 09415608711
RNI No. UPHIN/2015/63398
www.adhuniksamachar.com
नोट:- इस समाचार पत्र में प्रकाशित
समस्त समाचारों के चयन एवं
सम्पादन हेतु पी.आर.बी. एक्ट के
अन्तर्गत उत्तरदायी तथा इनसे
उत्पन्न समस्त विवाद इलाहाबाद
न्यायालय के अधीन ही होंगे