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

आधुनिक समाचार

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

प्रयागराज से प्रकाशित हिन्दी दैनिक

11 YEARS ANNIVERSARY

वर्ष -11 अंक-292 | प्रयागराज, शनिवार 28 फरवरी, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

दिल्ली शराब नीति

केजरीवाल और सिसोदिया सीबीआई केस में बरी,कोर्ट ने बोला- चार्जशीट में हैं खामियां

फैसले के बाद केजरीवाल रोते हुए बोले- जिंदगीभर ईमानदारी कमाई

नयी दिल्ली। शराब घोटाला केस में दिल्ली कोर्ट ने पूर्व मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल और उपमुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया को ईडी केस में बरी कर दिया है। राउज एवेन्यू कोर्ट ने शुक्रवार को कहा- दोनों के खिलाफ बिना सबूत के आरोप साबित नहीं होता है। कोर्ट के बाहर केजरीवाल ने मीडिया से बात की, इस दौरान वे रोने लगे, उन्होंने कहा-'केजरीवाल ने मीडिया से बात करते हुए कहा- जिस तरह से बीजेपी शराब घोटाला, शराब घोटाला कर रही थी, हमारे ऊपर आरोप लगा रही थी। आज कोर्ट ने हमें बरी कर दिया। हम हमेशा कहते थे सत्य की जीत होती है। भगवान हमारे साथ है। सत्य की जीत हुई। मोदी जी और अमित शाह जी ने यह सबसे बड़ा राजनीतिक षड्यंत्र रचा। आम आदमी पार्टी के टॉप 4 लीडर को जेल में डाल दिया। सिटिंग मुख्यमंत्री को जेल में डाल दिया। चौबीस घंटे खबरें दिखाई जाती थीं कि केजरीवाल भ्रष्ट है। मैंने जिंदगी में सिर्फ ईमानदारी कमाई। मैं प्रधानमंत्री जी से अपील करता हूं कि देश में इतनी समस्याएं हैं, उन्हें दूर करके अच्छे काम करके सत्ता में आइए। दूसरों पर आरोप लगाना प्रधानमंत्री जी को शोभा नहीं देता।' कोर्ट के फैसले पर इनकी राय-

सुनीता केजरीवाल, अरविंद केजरीवाल की पत्नी-इस संसार में कोई कितना भी शक्तिशाली हो जाये, शिव शक्ति से ऊपर नहीं हो सकता। सत्य की हमेशा जीत होती है। वहीं आतिषी, दिल्ली की पूर्व मुख्यमंत्री ने कहा-चाहे कितने भी झूठे आरोप लगाये, चाहे कितना अत्याचार किया, लेकिन आखरिकर सच की जीत हुई। आज पूरे देश के सामने है - भाजपा का षड्यंत्र और अरविंद केजरीवाल की कट्टर ईमानदारी, संजय सिंह, 'आप' के राज्यसभा सांसद- यह पहले दिन से हम कह रहे हैं देश पर खतरनाक षडयंत्रकारी राज कर रहा है, जिसका नाम नरेंद्र मोदी है। एक खतरनाक षड्यंत्रकारी गृहमंत्री भी है, जिसका नाम अमित शाह है।

जरा सी भी नैतिकता बची हो तो दोनों को देश से माफी मांगनी चाहिए। आज आपने देखा कि अरविंद केजरीवाल की ईमानदारी पर जो चोट लगी थी। वे फैसला सुनकर आज फफककर रो पड़े।कोर्ट के फैसले पर मनीष सिसोदिया ने कहा- हमें एक बार फिर गर्व हो रहा हैं अपने संविधान पर और बी.आर. अंबेडकर पर, जिन्होंने हमें ऐसा संविधान दिया। सच की फिर से जीत हुई है। राउज एवेन्यू कोर्ट की 8 मुख्य बातें- कोर्ट ने सभी 23 आरोपियों को बरी कर दिया। हजारों पन्नों की चार्जशीट में कई खामियां हैं और उसमें लगाए गए आरोप किसी गवाह या बयान से साबित नहीं होते। सीबीआई सिसोदिया के खिलाफ पहली नजर में भी मामला साबित नहीं कर पाई। केजरीवाल का नाम बिना किसी ठोस सबूत के जोड़ा गया। जब मामला किसी संवैधानिक पद पर बैठे व्यक्ति से जुड़ा हो, तब बिना पुख्ता सामग्री के आरोप लगाना कानून के सिद्धांतों के खिलाफ है। किसी भी बयान या सबूत के अभाव में केजरीवाल को साजिश का हिस्सा बताना टिक नहीं सकता। चार्जशीट में ऐसी कई बातें शामिल की गईं, जिनका गवाहों के बयानों से कोई संबंध नहीं है। चार्जशीट में विरोधाभास हैं, जो कथित साजिश की पूरी थ्योरी को कमजोर करते हैं। मुख्य आरोपी कुलदीप सिंह को बरी करते हुए जज ने कहा कि हैरानी की बात है कि उन्हें पहला आरोपी क्यों बनाया गया, जबकि उनके खिलाफ कोई ठोस सामग्री नहीं थी। अदालत ने सीबीआई के जांच अधिकारी (आईओ) के खिलाफ विभागीय जांच के आदेश भी दिए हैं। सिसोदिया पर आरोप था कि वे शराब नीति बनाने और लागू करने के जिम्मेदार थे, लेकिन अदालत ने कहा कि उनके शामिल होने का कोई सबूत नहीं मिला और न ही उनके खिलाफ कोई बरामदगी हुई।

लड़ाकू हेलिकॉप्टर प्रचंड में उड़ान भरने वाली मुर्मू पहली राष्ट्रपति

देश को मैसेज-वीर सैनिकों को गर्व के साथ धन्यवाद; जय हिंद, जय भारत

जैसलमेर। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने शुक्रवार को जैसलमेर एयरफोर्स स्टेशन से स्वदेशी लाइट कॉम्बैट हेलिकॉप्टर प्रचंड

में उड़ान भरी। वे हेलिकॉप्टर प्रचंड में बतौर को-पायलट उड़ान भरने वाली देश की पहली राष्ट्रपति हैं। राष्ट्रपति ने उड़ान के दौरान हेलिकॉप्टर के कॉकपिट से सैल्यूट किया। राष्ट्रपति मुर्मू इससे पहले लड़ाकू विमान सुखोई और राफेल में उड़ान भरने वाली देश की पहली राष्ट्रपति बनी थीं। राष्ट्रपति मुर्मू सुबह करीब 9:15 बजे जैसलमेर वायुसेना स्टेशन पहुंची थीं। सेना के अधिकारियों ने उन्हें हेलिकॉप्टर के बारे में ब्रीफिंग दी। इसके बाद राष्ट्रपति हेलिकॉप्टर के कॉकपिट में बैठीं। फिर सुबह करीब 10.15 बजे ग्रुप कैप्टन एन.एस. बहुआ के साथ हेलिकॉप्टर में उड़ान भरी। हेलिकॉप्टर में 25 मिनट उड़ान के दौरान राष्ट्रपति ने सीमावर्ती क्षेत्रों और पोकरण फील्ड फायरिंग रेंज का हवाई जायजा लिया।जैसलमेर के सोनार दुर्ग के ऊपर 'प्रचंड' हेलिकॉप्टर में उड़ान भरते हुए राष्ट्रपति ने रेडियो के माध्यम से देश के नाम संदेश दिया। उन्होंने कहा- मैं आज प्रचंड हेलिकॉप्टर में उड़ान भर रही हूं। प्रचंड हेलिकॉप्टर आत्मनिर्भरता का प्रबल प्रतीक है। मैं इस समय जैसलमेर के प्रसिद्ध किले के ऊपर से उड़ान भर रही हूं। मैं देश के वीर सैनिकों को गर्व के साथ धन्यवाद देती हूं। मेरा सभी को प्यार भरा नमस्कार। जय हिंद, जय भारत।पाकिस्तान बॉर्डर के पास राजस्थान के पोकरण फील्ड फायरिंग रेंज (जैसलमेर) में आज शाम एयरफोर्स का सबसे बड़ा युद्धाभ्यास 'वायु शक्ति-2026' होगा। युद्धाभ्यास में सशस्त्र बलों की सर्वोच्च कमांडर राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू भी मौजूद रहेंगी।

अफगानिस्तान का पाकिस्तान पर हमला,55 सैनिक मारने का दावा,पाक की जवाबी एयरस्ट्राइक में 133 मारने का दावा

रक्षा मंत्री आसिफ बोले- खुला युद्ध छिड़ा

इस्लामाबाद। अफगानिस्तान ने गुरुवार देर रात पाकिस्तान पर हमला किया। टोलो न्यूज के

मुताबिक तालिबान के प्रवक्ता जबीहुल्ला मुजाहिद ने इस हमले में 55 पाकिस्तानी सैनिकों को मार गिराने का दावा किया। अफगान मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक तालिबानी लड़ाकों ने एक पाकिस्तानी जेट भी मार गिराया है। हालांकि इसकी पुष्टि नहीं हो पाई है। यह हमला 22 फरवरी को अफगानिस्तान में पाकिस्तानी एयरस्ट्राइक के जवाब में किया गया। अफगान सरकार का दावा है कि 23 पाकिस्तानी सैनिकों के शव उसके पास हैं। पाकिस्तानी सेना के एक हेडक्वॉर्टर और 19 चौकियों पर भी कब्जा कर लिया गया है। वहीं, पाकिस्तानी मीडिया के मुताबिक जवाबी कार्रवाई करते हुए पाक सरकार ने ऑपरेशन 'गजब लिल हक' शुरू किया है। पाकिस्तान की वायुसेना ने काबुल, नंगरहार प्रांत समेत कई शहरों में एयरस्ट्राइक की।पाकिस्तान का दावा है कि अब तक 133 अफगान तालिबान लड़ाके मारे गए और 200 से ज्यादा घायल हैं। 27 तालिबान चौकियां तबाह कर दी गई हैं और 9 पर कब्जा कर लिया गया है। पाक रक्षामंत्री ख्वाजा आसिफ ने कहा कि हमारे सब्र की सीमा पार हो चुकी है, अब हमारे और आपके बीच खुला युद्ध छिड़ गया है।पाकिस्तानी सूचना मंत्री ने यह वीडियो एक्स पर पोस्ट किया है। वीडियो में पाकिस्तानी एयरफोर्स की अफगानिस्तान के काबुल, कंधार और पक्तिका प्रांत में स्ट्राइक के फुटेज हैं।पाकिस्तान और अफगानिस्तान के बीच बढ़ते तनाव के बीच संयुक्त राष्ट्र के अधिकारी ने दोनों देशों से संयम बरतने और तुरंत तनाव कम करने की अपील की है। अफगानिस्तान के लिए संयुक्त राष्ट्र के विशेष प्रतिवेदक रिचर्ड बेनेट ने कहा कि मौजूदा हालात दुर्भाग्यवश हिंसा में बदल गए हैं। नागरिकों की सुरक्षा सर्वोच्च प्राथमिकता होनी चाहिए। **आगे की खबर पेज संख्या 7 पर..**

बांके बिहारी को लगा होली का रंग, नाचते हुए पहुंचे भक्त

वृंदावन में विदेशियों ने भी खेली होली, कहा- मजा आ गया

मथुरा। मथुरा के श्रीकृष्ण जन्म स्थान पर लट्ठमार होली महोत्सव के लिए भक्तों में होड़ मच गई। शरीर पर अबीर पड़ते ही भक्त खुशी

शुरू हो गया है। कलाकार बरसाने में मच गया शोर, सखी ने पकड़ा नंदकिशोर, रसिया गाने पर डांस कर रहे हैं। महोत्सव में करीब 50 हजार भक्त पहुंचे हैं। इससे पहले वृंदावन में रंगभरी एकादशी पर अनोखा नजारा दिखा। बांके बिहारी जी को रंग और अबीर लगाने के साथ ही ब्रज की होली की शुरुआत हुई। मंदिर रंग-बिरंगे गुलाल में डूबा नजर आया। पुजारियों ने प्रसादी गुलाल भक्तों पर बरसाया। फूल, जलेबी और लड्डू लुटाए। प्रसाद पाने से झूम उठे। बांके बिहारी जी के जयकारों से माहौल भक्तिमय हो उठा। अबीर से सराबोर भक्तों ने बांके बिहारी के दर्शन किए। आशीर्वाद लिया। फिर बाहर आकर हवा में रंग और अबीर उड़ाया और एक-दूसरे को गुलाल लगाया। इस दौरान वृंदावन की गलियां भक्तों से भरी रहीं। हर तरफ अबीर-गुलाल दिखाई दे रहा है। अबीर गुलाल से रंगे भक्त ढोल-नगाड़ों पर झूम रहे हैं। 'आज ब्रज में होली रे रसिया' गाने पर नाच रहे हैं।बड़ी संख्या में गोपाल को गोद में लेकर आए हैं। महिलाएं भजन गा रही हैं। श्रद्धालु राधे-राधे बोलते हुए गुलाल उड़ाकर चल रहे हैं। इस बीच, राधा वल्लभ मंदिर से राधा कृष्ण का डोला निकला। बग्गी पर सवार होकर राधा कृष्ण के स्वरूप शहर में जगह-जगह होली खेलते हुए आगे बढ़ रहे हैं। अनुमान है कि करीब 10 लाख भक्त वृंदावन पहुंचे हैं। इससे पहले, गुरुवार को नंदगांव और बुधवार को बरसाना में लठमार होली खेली गई थी।

यूपी में होली की 3 दिन की छुट्टी,रविवार मिलाकर 4 दिन लगातार छुट्टी

लखनऊ। यूपी में 17 लाख कर्मचारियों के लिए अच्छी खबर है। प्रदेश में होली में 3 दिन का अवकाश रहेगा। योगी सरकार ने शुक्रवार को इसके आदेश जारी

किए। सरकार ने 2 , 3 और 4 मार्च यानी सोमवार, मंगलवार और बुधवार की छुट्टी का ऐलान किया है। जबकि 1 मार्च को रविवार है। यानी रविवार से बुधवार तक एक साथ 4 दिन की छुट्टी मिलेगी। 28 फरवरी यानी शनिवार को कार्यदिवस घोषित किया है। यानी, इस दिन सभी विभाग खुले रहेंगे और उनमें काम होगा। आखिरी शनिवार यानी 28 फरवरी के बदले सरकार ने 2 मार्च का अवकाश दिया है। मुख्यमंत्री ने चेतावनी दी है कि भुगतान और अवकाश संबंधी आदेशों के पालन में किसी प्रकार की ढिलाई या लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। साथ ही उन्होंने ये भी स्पष्ट किया कि त्योहार के दौरान कर्मचारियों के हितों की अनदेखी किसी भी स्थिति में स्वीकार नहीं होगी।योगी ने अफसरों को आदेश दिया कि प्रदेश के सभी कर्मचारियों को होली से पहले हर हाल में सैलरी/मानदेय दिया जाए। इनमें आउटसोर्सिंग, संविदाकर्मी, सफाईकर्मी भी शामिल हैं।उन्होंने अफसरों को हिदायत दी कि इसमें किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। दरअसल, सीएम योगी सिंगापुर और जापान के विदेश दौरे पर गए थे। गुरुवार देर रात ही वह वापस लौटे। इसके बाद उन्होंने यह आदेश जारी किए।इससे पहले, 20 फरवरी को योगी सरकार ने 1.70 लाख शिक्षा मित्र और अनुदेशकों को होली से पहले बड़ा तोहफा दिया था। शिक्षा मित्रों को 18 हजार और अनुदेशकों को 17 हजार रुपए हर महीने देने का ऐलान किया था। अब तक शिक्षा मित्रों को 10 और अनुदेशकों को 9 हजार रुपए ही मिल रहे थे। योगी ने विधानसभा में कहा था- सरकार ने शिक्षा मित्रों और अनुदेशकों के हित में यह कदम उठाया है। पहले सपा सरकार में इन्हें मात्र 3 हजार रुपए मिलते थे। हमारी सरकार ने 2017 में ही 10 हजार किया था।सिर्फ राज्य कर्मचारी नहीं, बल्कि पेंशनरों को भी पेंशन 28 फरवरी तक जारी हो जाएगी। वित्त विभाग ने इस संबंध में सभी डीएम को आदेश जारी कर दिए हैं। इसमें कहा गया है कि होली की छुट्टियों को देखते हुए पेंशन फरवरी माह के आखिरी दिन तक पूरी कर लिया जाए।

युवती के साथ गैंगरेप,मोबाइल बनवाने के बहाने सहेली ले गई,5 दोस्तों ने दुष्कर्म किया

वाराणसी। वाराणसी में एक युवती के साथ 5 युवकों ने गैंगरेप किया। एक युवक की प्रेमिका उसे मोबाइल बनवाने के बहाने घर से बुलाकर ले गई। वह उसे गंगा किनारे लेकर पहुंची, जहां उसे नशीली चाय पिलाई। उसके बाद पांचों युवकों ने बारी-बारी से उसके साथ रेप किया। फिर बदहवास हालत में उसे वहीं छोड़कर फरार हो गए। रात होते ही जब युवती घर नहीं पहुंची, तो परिजनों ने उसकी सहेली से संपर्क किया, लेकिन उसने कुछ जानकारी नहीं दी। तलाश करने पर युवती गंगा किनारे बदहवास मिली और उसके प्राइवेट पार्ट से खून बह रहा था। उसे तुरंत घर लाया गया और पूछताछ की गई। युवती ने परिजनों को इस दर्दनाक घटना की पूरी आपबीती बताई। इसके अगले दिन परिजन ने थाने पहुंचकर केस दर्ज कराया। यह घटना चौबेपुर थाना क्षेत्र के बुधवार शाम करीब 5 बजे की है।19 वर्षीय पीड़िता की मां ने बताया- बेटी पड़ोस में रहने वाली एक लड़की की सहेली है। मेरी बेटी का मोबाइल खराब था। इसी बहाने से वह बुधवार शाम को कैथी बाजार जाने के नाम पर ले गई। लेकिन उसे गंगा किनारे ले जाकर सुनसान जगह पर छोड़ दिया गया। उसके जाने के बाद वहां पांच युवक आए और उसे गंगा किनारे झाड़ियों की ओर ले गए। वहां उन्हें कुछ नशीला पदार्थ पिलाया गया, जिससे वह बेहोश हो गई। फिर उन पांचों ने मिलकर उसके साथ गैंगरेप किया और बाद में उसे वहीं छोड़कर फरार हो गए। देर रात जब वह घर नहीं लौटी तो हमने उससे पूछताछ की, लेकिन उसने बहाने बनाकर टाल दिया। इसके बाद हमने इधर-उधर तलाश की, लेकिन वह नहीं मिली। काफी खोजबीन के बाद वह गंगा किनारे मिली। उसे घर लाया गया, पानी पिलाया गया और तभी वह होश में आई। फिर उसने पूरी कहानी बताई। इसके बाद अगले दिन हम लोग उसे लेकर कैथी थाने पहुंचे। तहरीर देकर एफआईआर दर्ज कराने की कोशिश की, लेकिन पुलिस वालों ने दबाव बनाया। उन्होंने कहा- किसी से मत कहना, मैं तुम्हारी शादी करवा दूंगा। चौबेपुर थानाध्यक्ष इंद्रेश कुमार ने बताया- 'पुलिस टीम ने घटनास्थल का निरीक्षण किया है। पीड़िता की तहरीर के आधार पर केस दर्ज किया गया और एक आरोपी को गिरफ्तार कर लिया गया है। अन्य कई आरोपियों की तलाश जारी है।'

स्कूल के कमरे में कुर्सी पर मिला शव- आईटीआई छात्र ने खुद को मारी गोली,बाई कनपटी पर लगी गोली

प्रयागराज। शुक्रवार को एक आईटीआई के छात्र के स्कूल के अंदर कमरे में तमंचे से माथे पर सटाकर गोली मार कर आत्महत्या कर ली। गोली सिर में फंसी रही। सुबह जब स्कूल की दाई पहुंची, उसने कमरा खुला देखा और साहिल खून से लथपथ कुर्सी पर पड़ा हुआ था। उसके हांथ में तमंचा था। वह चीखते हुए भागी और स्कूल के संचालक को बताया। इसके बाद संचालक भी मौके पर पहुंचे और घटना को देख तत्काल पुलिस को सूचना दी। सूचना पर घूरपुर थाना प्रभारी दिनेश सिंह और एसीपी कौंधियारा भी पहुंचे। फील्ड यूनिट टीम ने जांच पड़ताल की। इसके बाद मृतक के घरवालों को सूचना दी गई। पुलिस ने शव को पोस्टमॉर्टम के लिए भेज दिया और घटना की जांच में जुट गई है। घटना के समय मृतक के मोबाइल पर किसी की कॉल आ रही थी। पूरा मामला प्रेम प्रसंग से जुड़ा बताया जा रहा है। फिलहाल पुलिस कई बिंदुओं पर जांच कर रही है। घटना घूरपुर थाना क्षेत्र के चक गौरी शंकर वादे का पूरा गांव की है। लालपुर थाना क्षेत्र के गोबर गांव के रहने वाला रेवती रमण शुक्ला का बेटा साहिल शुक्ला (22) आईटीआई का छात्र था। साहिल अपने माता-पिता का इकलौता बेटा था। वह घूरपुर के वादे का पूरा में अपने फूफा अनिल तिवारी के मान शारदा इंटर कॉलेज के ही एक कमरे में रहता था। वह

नैनी के कॉटन मिल स्थित अपेक्स में आईटीआई का कोर्स कर रहा था और अपने फूफा के शारदा प्रयाग पब्लिक स्कूल की देखभाल भी करता था। अक्सर वह रात में स्कूल परिसर में ही रुकता था। गुरुवार रात में ही उसने 315 बोर के तमंचे को कुर्सी पर बैठकर अपने माथे से सटाकर गोली चला दी। इसके बाद वह खून से लथपथ कुर्सी पर पड़ा था। स्कूल में काम करने वाली दाई जब पहुंची तो उसने देखा कि कुर्सी पर साहिल खून से लथतपथ पड़ा था। उसके हाथ में एक तमंचा भी था। दाई स्कूल मलिक के पास पहुंची और घटना की जानकारी दी। इसके बाद संचालक अनिल तिवारी पहुंचे और पुलिस को सूचना कर दी।इसके बाद एसीपी कौंधियारा अब्दुस सलाम खान और घूरपुर थाना प्रभारी दिनेश सिंह फोर्स के साथ मौके पर पहुंच गए। मौके पर पुलिस ने साक्ष्य जुटाए और जांच पड़ताल करते हुए शो को पोस्टमॉर्टम के लिए भेज दिया। परिवार के लोगों ने बताया- साहिल दो भाई थे। बड़े भाई की पहले ही सर्पदंश से मौत हो चुकी है। बेटे को मौत के बाद से परिवार में कोहराम मचा हुआ है। परिवार के लोगों का रो रो कर बुरा हाल है। घरवालों के मुताबिक वह दो साल से अपने फूफा अनिल तिवारी के स्कूल में रहकर आईटीआई की पढ़ाई करा था। दोनों बेटों को मौत के बाद से परिवार में पहाड़ टूट गया है। एसीपी कौंधियारा अब्दुस सलाम खान ने बताया -घटना की जानकारी सुबह 9:00 बजे मिली। जिसके बाद मौके पर पहुंचकर शिनाख्त करते हुए जांच पड़ताल की गई।

नए यमुना पुल पर डिवाइडर से टकराने पर कोचिंग से लौट रहे छात्र की मौत

प्रयागराज। नए यमुना पुल पर गुरुवार देर रात सड़क हादसे में 25 वर्षीय युवक की मौत हो गई। हादसा युवक के कोचिंग से घर

लौटते वक्त हुआ। मृतक की पहचान नैनी के मुखिया नगर निवासी अजय पांडेय (25) पुत्र श्रीपत पांडेय के रूप में हुई। परिजनों ने बताया कि अजय देर रात अपनी बाइक से घर वापस आ रहा था। इसी दौरान नए यमुना पुल पर उसकी बाइक अनियंत्रित होकर डिवाइडर से टकरा गई। टक्कर इतनी भीषण थी कि अजय गंभीर रूप से घायल हो गया और उसने घटनास्थल पर ही दम तोड़ दिया। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची और मृतक की शिनाख्त कराकर परिजनों को सूचित किया। शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया गया। वहीं, दूसरी घटना नैनी के लिए पड़ोसी चौराहे के समीप डंपर की चपेट में आने से एक युवक की मौत हो गई। फिलहाल अभी युवक की शिनाख्त नहीं हो सकी है।बीते एक सप्ताह के अंदर सड़क हादसों में काफी इजाफा हुआ है। लगातार ट्रक की चपेट में आने से लोगों की मौत हो रही है। लेकिन ट्रैफिक व्यवस्था में सुधार नहीं हो पा रहा है। ट्रक चालक की लापरवाही के कारण हादसे बढ़ रहे हैं और लोगों को अपनी जान गंवानी पड़ रही है।

ए. जी. ऑफिस के नव (9) कर्मचारी सेवानिवृत हुए,गेट पर दी गई विदाई

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। कार्यालय महालेखाकार के माह फरवरी में नव (9) सेवानिवृत कर्मचारियों का विदाई समारोह गेट

पर दिनांक 27.02.2026 दिन शुक्रवार को संपन्न हुआ। सेवानिवृत कर्मचारी सर्व श्री रणधीर सिंह सचान वरिष्ठ लेखाकार, श्रीमती मधु कुमारी गुप्ता वरिष्ठ लेखाकार,श्री शिवबोध कुमार वरिष्ठ लेखाकार, श्री कैलाश चंद्र वरिष्ठ लेखाकार,श्रीमती अनुग्रह आई रॉबिन वरिष्ठ लेखाकार,श्री प्रमोद कुमार लिपिक,श्री संतोष कुमार एम.टी. एस., श्री अब्दुल वली वरिष्ठ लेखा परीक्षा अधिकारी,श्री नंदलाल पर्यवेक्षक को फूल माला एवं अंग वस्त्रम प्रदान कर विदाई किया गया। विदाई कार्यक्रम का आयोजन राष्ट्रीय लोक सेवार्थ संगठन प्रयागराज द्वारा किया गया।कार्यक्रम को सफल बनाने में श्री ओम प्रकाश गुप्ता, प्रकाश, अजय नाथ अग्निहोत्री,मनोज कुमार श्रीवास्तव साकेत,राजू मिश्रा, सगीर अहमद,आनिल दास,बिनोद कुमार उपाध्याय,अजय मिश्रा, पंकज मालवीय,विजय श्रीवास्तव,प्रमोद मिश्रा, इंद्रेश कुमार,रजनीकांत विद्यार्थी, लक्ष्मी कांत त्रिपाठी, ज्ञान चंद्र, सुजीत चंद्रा, ललित श्रीवास्तव, देशराज सिंह,विनोद कुमार श्रीवास्तव,सुधीर कुमार शर्मा,राजेश श्रीवास्तव, प्रतिभा श्रीवास्तव,सुबोध चंद्र प्रजापति,संतराम वर्मा,राम मिलन, माता प्रसाद,प्रदीप गुप्ता, शादाब रजा,संजय बहल, बुलदीप कुमार,रमेश गुप्ता,आत्म प्रकाश सिंह, चन्द्र शेखर सिंह, कृपाशंकर सिंह, रमेश गुप्ता, अनूप कुमार टंडन, सतीश राय,श्याम सुंदर दुबे, ,अर्जुन पाठक,सुनील कुमार,वीरेंद्र दयाल,विपिन यादव एवम अन्य साथियों का सहयोग रहा।विदाई कार्यक्रम में कार्यालय के कर्मचारियों ने बढ़ चढ़कर हिस्सा लिया।धन्यवाद

शराब नीति केस में बरी केजरीवाल घर पहुंचे तो पत्नी-बेटी ने फूल बरसाए

नयी दिल्ली। दिल्ली के पूर्व

सीएम अरविंद केजरीवाल और दिल्ली सरकार के पूर्व मंत्री मनीष सिसोदिया को दिल्ली शराब नीति केस में बड़ी राहत मिली। राउज एवेन्यू कोर्ट ने केजरीवाल-सिसोदिया समेत सभी 23 लोगों को सीबीआई मामले में सभी आरोपों में बरी कर दिया। कोर्ट ने कहा- दोनों के खिलाफ बिना सबूत के आरोप साबित नहीं होता। कोर्ट से बाहर आकर बयान देते वक्त केजरीवाल रोने लगे, कहा- मैंने जिंदगीभर सिर्फ ईमानदारी कमाई। फैसले के बाद केजरीवाल जब घर पहुंचे तो पत्नी-बेटी ने उनका फूलों से स्वागत किया।

प्रयागराज में कौशल विकास को मिली नई गतिः औद्योगिक गोलमेज सम्मेलन संपन्न

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। प्रशिक्षण निदेशालय,

लखनऊ और मेधा लर्निंग फाउंडेशन के सहयोग से 26 फरवरी 2026 को प्रयागराज में औद्योगिक गोलमेज सम्मेलन (आरटीसी) का सफल आयोजन किया गया, जिसका मुख्य उद्देश्य आईटीआई और उद्योगों के बीच 'डुअल सिस्टम ऑफ ट्रेनिंग' (डीएसटी) और शिक्षुता प्रशिक्षण को सुदृढ़ करना था । संयुक्त निदेशक राज कुमार शाक्य, प्रधानाचार्य अशोक कुमार प्रधानाचार्य हिमांशु द्विवेदी. अजय कुमार, शहजाद खान, अमृत लाल, अशोक यादव और पीएमयू प्रतिनिधि शशांक यादव व विशेष सिंह की उपस्थिति में आयोजित इस कार्यक्रम में आईटीआई और उद्योगों के बीच कार्य आधारित शिक्षण (डब्लूबीएल) जैसे ओजेटी (ओजेटी), शिक्षुता (Apprenticeship), प्लेसमेंट, इंडस्ट्री टॉक और इंडस्ट्री विजिट के लिए 21..... संख्या में प्रस्ताव पत्रों पर हस्ताक्षर किए गए। इस सम्मेलन में प्रयागराज, फतेहपुर, कौशाम्बी और प्रतापगढ़ जिलों के आईटीआई प्रतिनिधियों के साथ-साथ वहां के प्रमुख उद्योगों ने भी बढ़- चढ़कर भाग लिया। उद्योगों द्वारा दिए गए समयबद्ध प्रशिक्षण आश्वासनों और औद्योगिक प्रदर्शन पर आधारित यह पहल उत्तर प्रदेश के युवाओं को कुशल बनाकर विकसित भारत - 2047 के राष्ट्रीय लक्ष्य को प्राप्त करने में महत्वपूर्ण योगदान देगी।

प्रयागराज में पत्रकारों ने हर्षोल्लास के साथ मनाया होली मिलन समारोह

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। प्रयागराज मीडिया

क्लब की ओर से होली मिलन समारोह का भव्य आयोजन गुरूवार को किया गया। समारोह में मुख्य अतिथि राकेश पांडे बबुआ (अध्यक्ष, हाई कोर्ट बार एसोसिएशन) विशिष्ट अतिथियों में सत्यम मिश्रा (एडीएम सिटी, प्रयागराज), अखिलेश शर्मा (सेक्रेटरी, हाई कोर्ट बार एसोसिएशन) तथा केके द्विवेदी (वरिष्ठ उपाध्यक्ष, हाई कोर्ट बार) सहित हाई कोर्ट के अधिवक्ता प्रशांत शर्मा मौजूद रहे। कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे क्लब के अध्यक्ष अनुपम शुक्ला, अजीत कुमार सिंह सचिव, कुलदीप सिंह उपाध्यक्ष आदि ने अतिथियों का स्वागत अभिनन्दन किया।

समारोह का संचालन मोहम्मद आमिर ने किया। समारोह के मुख्य अतिथि राकेश पांडे बबुआ ने मीडिया कर्मियों के सहयोग की सराहना करते हुए कहा कि वे तन, मन और धन से सदैव मीडिया क्लब के लिए उपलब्ध रहेंगे। उन्होंने कहा कि जहां भी

उनकी आवश्यकता होगी, वे पूरी तत्परता से सहयोग प्रदान करेंगे।एडीएम सिटी सत्यम मिश्रा ने मीडिया क्लब की पहल को सराहनीय बताते हुए कहा कि यह मंच प्रशासन, अधिवक्ताओं और पत्रकारों के बीच समन्वय स्थापित करने का सशक्त माध्यम है। तीनों वर्ग अपनी-अपनी जिम्मेदारियों का निर्वहन बेहतर ढंग से कर रहे हैं, जिससे प्रशासनिक कार्यों में सामंजस्य बनाए रखने में आसानी होती है। तत्पश्चात कार्यक्रम में मौजूद सभी ने फूलों से होली खोली और एक दूसरे को शुभकामनाएं दीं और आपसी सौहार्द, सहयोग एवं भाईचारे को बनाए रखने का संकल्प लिया। समारोह का समापन उत्साहपूर्ण वातावरण में हुआ। इस अवसर पर वरिष्ठ पत्रकार ज्ञानेंद्र सिंह, अभिषेक मिश्रा, संदीप वालिया, अनिल त्रिपाठी, सतीश मिश्रा सहित बड़ी संख्या में पत्रकार उपस्थित रहे। कार्यक्रम में क्लब के अध्यक्ष अनुपम शुक्ला, सचिव अजीत कुमार सिंह, उपाध्यक्ष कुलदीप सिंह, कोषाध्यक्ष अनवर खान, मोहम्मद आमिर, पवन देव, इमरान खान, प्रशांत शर्मा, श्यामू कुशवाहा, विलास गुप्ता, शकील खान, मोहित, दिलीप गुप्ता, ए.के. नय्यर, रितेश राय, आकाश गुप्ता, अजय कुशवाहा, जी.एन. वैश, अमर निषाद सहित अन्य गणमान्य लोग मौजूद रहे।

'ब्यूरोक्रेट्स इंडिया' द्वारा जारी 'टॉप 25 चेंजमेकर्स 2025' सूची में पोस्टमास्टर जनरल कृष्ण कुमार यादव भी शामिल

(आधुनिक समाचार नेटवर्क)प्रयागराज। सिविल सेवाएं

शासन की रीढ़ बनी रहती है, जो नीतियों को धरातल पर लागू करती है और यह सुनिश्चित

विदेश सचिव, विभिन्न राज्यों के मुख्य सचिव, पुलिस महानिदेशक सहित तमाम आईएएस,आईपीएस, आईएफएस व केंद्रीय सिविल सेवाओं के 25 अधिकारी सूची में शामिल, भारतीय डाक सेवा के अधिकारी रूप में कृष्ण कुमार यादव ने तकनीक-आधारित एवं नागरिक-केंद्रित पहलों के माध्यम से अंतिम छोर तक सुशासन को आधुनिक रूप प्रदान किया

करती है कि विकास का लाभ प्रत्येक नागरिक तक पहुँचे। अपने समर्पण और प्रशासनिक नेतृत्व के माध्यम से अधिकारी संस्थाओं को सशक्त बनाने, सेवा वितरण में सुधार लाने तथा जमीनी स्तर पर सार्थक परिवर्तन सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इसी क्रम में 'ब्यूरोक्रेट्स इंडिया' द्वारा वर्ष 2025 के लिए अखिल भारतीय स्तर पर जारी 'टॉप 25 चेंजमेकर्स' सूची में उत्तर प्रदेश के आज़मगढ़ व जौनपुर जनपद निवासी, नवोदय विद्यालय, आज़मगढ़ एवं इलाहाबाद विश्वविद्यालय के पुरा छात्र एवं भारतीय डाक सेवा के वर्ष 2001 बैच के अधिकारी श्री कृष्ण कुमार यादव का नाम भी शामिल किया गया है। यह सम्मान उनके उत्कृष्ट नेतृत्व, नवाचार और लोकसेवा के प्रति अटूट प्रतिबद्धता का प्रमाण है। इस सूची में विदेश सचिव, विभिन्न राज्यों के मुख्य सचिव, पुलिस महानिदेशक सहित तमाम आईएएस,आईपीएस, आईएफएस व केंद्रीय सिविल सेवाओं के वरिष्ठ अधिकारी शामिल हैं। इंडिया पोस्ट में दो दशकों से अधिक की सेवा के दौरान श्री कृष्ण कुमार यादव ने तकनीक-आधारित एवं नागरिक-केंद्रित पहलों के माध्यम से अंतिम छोर तक सुशासन को आधुनिक रूप प्रदान करने में अहम् भूमिका निभाई है। उत्तर प्रदेश के लखनऊ, कानपुर, प्रयागराज, वाराणसी सहित सूरत, अंडमान एवं निकोबार, जोधपुर और अहमदाबाद में सेवाएँ देते हुए उन्होंने प्रशासनिक दक्षता और डिजिटल सेवा वितरण को सुदृढ़ करने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। प्रख्यात साहित्यकार, लेखक, कवि और ब्लॉगर भी हैं। सामाजिक एवं समकालीन विषयों पर उनका सक्रिय लेखन लोकसेवा को साहित्यिक अभिव्यक्ति और जनसंवाद से जोड़ने का सशक्त माध्यम है। हाल ही में उत्तर गुजरात परिक्षेत्र के पोस्टमास्टर जनरल रूप में श्री कृष्ण कुमार यादव ने गुजरात के प्रथम जेन-ज़ी थीम आधारित डाकघर का भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान, गांधीनगर में शुभारंभ का नेतृत्व किया, जो माननीय केंद्रीय संचार मंत्री श्री ज्योतिरादित्य एम. सिंधिया के उस दृष्टिकोण के अनुरूप है, जिसके अंतर्गत डाकघरों को युवा-केंद्रित और तकनीक-सक्षम केंद्रों में परिवर्तित किया जा रहा है।

समावेशी शासन को सुदृढ़ करने से लेकर सार्वजनिक सेवा वितरण में प्रौद्योगिकी के प्रभावी एवं नवाचारपूर्ण उपयोग तक, पोस्टमास्टर जनरल श्री कृष्ण कुमार यादव ने नागरिकों के जीवन में सकारात्मक एवं स्थायी परिवर्तन सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। उनके नेतृत्व में जन-केंद्रित पहलों को नई दिशा मिली है, जिससे सेवा वितरण प्रणाली अधिक पारदर्शी, सुलभ एवं प्रभावी बनी हैं। उनकी प्रशासनिक कार्यशैली उत्कृष्टता, दृढ़ संकल्प तथा भारत की प्रगति के प्रति साझा प्रतिबद्धता का सशक्त उदाहरण प्रस्तुत करती है।

INDIAN SECURITY AND MANPOWER SERVICE

ADDRESS- Naini,Prayagraj U.P-211008. PAN No. ABJPA1540R,Reg.No.03-0068604

Regd. Under Additional Director General of Police U.P. vide Reg. No. 2453
+91-7985619757,+91-7007472337

We Are Providing Security & Manpower Services in School/ University/Institute/ Hospital/Office Premises

INDIAN SECURITY AND MANPOWER SERVICES:-
takes great pleasure in Providing Security arrangement and Office Staff for your Organization premises. We have with us talented and well trained Disciplined persons, each having exposure to industrial/commercial security and intelligence knowledge in their field. Our personnel's are physically fit, courageous disciplined and well trained in their field. They are bold but polite, peace loving but not coward, friendly but shrews while duty, sharp in act but very claim and affable where presence of mind is lost by the common man, ailing but smelling the red hounds, work in the common climate but vigilant and faithfully to the organization. It is on account of the above trait that our services are engaged by reputed organization which consists of Schools, University, Banks, Government, industrial Concern, Hotels, Hospitals, Educational Institutes, Housing Societies/Bungalows, Semi Government and Government Organization.

INDIAN SECURITY AND MANPOWER SERVICES is registered by:-
Additional Director General of Police, (Law & Order), Deputy Labour Commissioner, Employees Provident Fund Organization, Employees State Insurance Corporation, Goods & Services Tax, MSME Registration..(Govt. of

FOR JOB CONTACT:- 9569430885

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

रसोइया पाक कला का आयोजन सम्पन्न

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। पी0एम0 पोषण

(मध्यान्ह भोजन) योजनान्तर्गत मध्यान्ह भोजन प्राधिकरण द्वारा प्रदत्त निर्देशों के अनुक्रम में जनपद रायबरेली में रसोइया पाक कला का आयोजन जिला

समन्वयक एम0डी0एम0 विनय कुमार तिवारी द्वारा कम्पोजिट विद्यालय चक अहमदपुर नगर क्षेत्र, रायबरेली में किया गया। रसोइया पाककला में 19 विकास क्षेत्रों की कुल 30 रसोइयों द्वारा प्रतिभाग किया गया।

कार्यक्रम का शुभारम्भ जिला बेसिक शिक्षा अधिकारी राहुल सिंह द्वारा दीप प्रज्वलित करके किया गया। रसोइया पाक कला प्रतियोगिता में रसोइयों द्वारा रोटी, सब्जी एवं तहरी व्यंजन तैयार किया गया। समिति द्वारा को अंक प्रदान किये गये। जिसमें मीरा देवी, पू0मा0वि0 धौरहरा, वि0क्षे0- रोहनियाँ (प्रथम स्थान), शीला, प्रा0वि0 दाउदपुर गइरई, वि0क्षे0-गौरा (द्वितीय स्थान) एवं सत्यवती, कम्पो0वि0 लोहानीपुर, वि0क्षे0-हरचन्दपुर (तृतीय स्थान) प्राप्त किया। समस्त रसोइयों को सर्टिफिकेट व पुरस्कार देकर निर्णायक समिति के सदस्यों द्वारा सम्मानित किया गया।

कार्यक्रम का समापन अंजली गुप्ता (स्वास्थ्य एवं शिक्षा अधिकारी), व खण्ड शिक्षा अधिकारी नगरक्षेत्र सुरेन्द्र प्रताप जी द्वारा किया गया। साथ ही कार्यक्रम मे जिला समन्वयक एम0डी0एम0, रायबरेली द्वारा सभी पदाधिकारियो व रसोइयों को सादर आभार व धन्यवाद कहते हुए समापन किया गया। कार्यक्रम का प्रभावी संचालन एस0एस0 पाण्डेय व रेनू शुक्ला (जिला व्यायाम शिक्षिका) द्वारा किया गया।

कार्यक्रम में निर्णायक समिति के सदस्य अंजली गुप्ता (स्वास्थ्य एवं शिक्षा अधिकारी), सुनीता सिंह (प्रधानाचार्य जी.जी आई.सी. रायबरेली), संजय कुमार त्रिपाठी (खाद्य एवं सुरक्षा अधिकारी) एवं खण्ड शिक्षा अधिकारी सुरेन्द्र प्रताप सिंह (खण्ड शिक्षा अधिकारी नगर क्षेत्र) सहित कृष्ण कुमार, रेखा, हिमांशी सिंह, राजू मिश्रा, विकास कुमार, राजेन्द्र, अवधेश कुमार आदि उपस्थित रहें।

समाजसेवी टीम पहुँची नैनी Industrial Training Centre, कौशल विकास कार्यक्रम की दी जानकारी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज/नैनी। क्षेत्र के युवाओं के लिए अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने छात्रों को विभिन्न ट्रेडों के लिए प्रोत्साहित किया। कार्यक्रम के दौरान टीम के सदस्यों ने छात्रों

प्रतिष्ठित समाजसेवी डवागेश पांडेयड एवं डसाधना पांडेयड अपनी टीम के साथ Naini Industrial Training Centre पहुँचे, जहाँ उन्होंने छात्र-छात्राओं को कौशल विकास (स्किल डेवलपमेंट) कार्यक्रमों की विस्तृत जानकारी दी. इस अवसर पर वागेश पांडेय ने कहा कि आज के प्रतिस्पर्धी दौर में तकनीकी शिक्षा और व्यावहारिक प्रशिक्षण में उपलब्ध प्रशिक्षण, रोजगार के अवसरों और आत्मनिर्भर बनने के मार्ग के बारे में जागरूक किया। साधना पांडेय ने अपने संबोधन में कहा कि कौशल विकास कार्यक्रम युवाओं को न केवल रोजगार योग्य बनाते हैं, बल्कि उन्हें स्वरोजगार के लिए भी प्रेरित करते हैं। उन्होंने छात्राओं को विशेष रूप से तकनीकी क्षेत्रों में आगे बढ़ने के के प्रश्नों का उत्तर दिया और उन्हें सरकारी एवं गैर-सरकारी योजनाओं की जानकारी भी प्रदान की। संस्थान के प्राचार्य एवं स्टाफ ने समाजसेवियों का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इस प्रकार के मार्गदर्शन कार्यक्रम छात्रों के भविष्य निर्माण में सहायक सिद्ध होते हैं। कार्यक्रम का समापन धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ।

होली पर्व के दृष्टिगत खाद्य सचल दलों द्वारा की गई प्रभावी प्रवर्तन कार्यवाही

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। डा0 सी0आर0 प्रजापति, सहायक आयुक्त खाद्य-2, रायबरेली ने बताया गया कि आयुक्त, खाद्य सुरक्षा

एवं औषधि प्रशासन, उ0प्र0, लखनऊ के आदेश एवं जिलाधिकारी हर्षिता माथुर के निर्देश पर जनपद में होली पर्व के दृष्टिगत आम जनमानस को सुरक्षित खाद्य एवं पेय पदार्थ उपलब्ध कराने एवं उनकी गुणवत्ता सुनिश्चित किये जाने हेतु अभिसूचना आधारित प्रभावी प्रवर्तन कार्यवाही हेतु जनपद में मंडलीय खाद्य सचल दल एवं जनपदीय खाद्य सुरक्षा अधिकारियों की टीम द्वारा 26 फरवरी को जनपद में विभिन्न खाद्य प्रतिष्ठानों पर कार्यवाही की गयी जिसमे से खाद्य प्रतिष्ठान बबलू खोया भंडार, खोया मंडी एवं गोदाम कोतवाली के सामने रायबरेली से खोया व बूंदी का एक एक नमूना लिया गया जिसमे 249 किलो ग्राम मूल्य 19920/- बूंदी जब्त की गयी, एसएसडी कोल्ड डिपो गुरु नानक नगर से रसगुल्ला का एक नमूना लिया गया जिसमे 204 किलो ग्राम मूल्य 15200/- रसगुल्ला को जब्त किया गया है, जय अंबे गायत्री नगर ऊंचाहार से नमकीन का नमूना लिया गया जिसमे 09 किलो ग्राम नमकीन मूल्य 1530 जब्त किया गया है, उदयराज सिंह मदारीगंज ऊंचाहार से सरसों तेल का 01 नमूना लिया गया जिसमे 58.5 किलो ग्राम मूल्य 11115/- जब्त किया गया , खुशी किराना स्टोर मदारीगंज ऊंचाहार से रंगीन कचरी का 01 नमूना लिया गया व 158 किलो ग्राम मूल्य 9480 जब्त किया गया, गुप्ता किराना स्टोर पाहो लालगंज से रंगीन कचरी एवं खोया का 01-01 नमूना लिया गया व 38 किलो ग्राम कचरी मूल्य 1520 जब्त किया गया तथा 50 किलो ग्राम खोया नष्ट कराया गया, बालाजी डेरी व शुभम यादव डेरी खीरों लालगंज से पनीर का एक एक नमूना लिया गया और लक्ष्मी फूड्स एंड स्टोरेज लालगंज से एस0एम0पी0 अमूल का एक नमूना लिया गया एवं एस0एम0पी0 अमूल 499 किलो ग्राम मूल्य 140059/- जब्त किया गया। अभियान मे मंडलीय सहायक आयुक्त (खाद्य) लखनऊ मण्डल मण्डल, मुख्य खाद्य सुरक्षा अधिकारी अंजनी कुमार श्रीवास्तव, मंडलीय खाद्य सुरक्षा अधिकारी महेंद्र प्रताप सिंह, हेमंत पटेल जनपदीय खाद्य सुरक्षा अधिकारी हरेन्द्र, सत्येन्द्र यादव, संजय कुमार त्रिपाठी, महेंद्र यादव, सुश्री कंचन लता तिवारी, शेफाली रस्तोगी, उदय राज मौर्य एवं सौरभ उत्तम सम्मिलित रहें। खाद्य कारोबारकर्ताओं को हिदायत दी जा रही है कि किसी भी दशा में अधोमानक व असुरक्षित तथा दूषित खाद्य पदार्थ का क्रय-विक्रय न करें तथा आम जनमानस को शुद्ध एवं सुरक्षित खाद्य व पेय पदार्थ उपलब्ध कराये तथा यह भी निर्देश दिये जा रहे है कि बिना खाद्य लाइसेंस व पंजीकरण के खाद्य कारोबार संचालित न करें। अन्यथा की दशा में कड़ी विधिक कार्यवाही अमल में लायी जायेगी। इसके साथ ही खाद्य सुरक्षा अधिकारियों की टीमों के द्वारा 26 फरवरी की रात्री मे गैर जनपद के सभी मार्गो के नाकों पर अपमिश्रित खाद्य पदार्थ के द्रष्टिगत आने वाले वाहनों की जांच किए जाने का अभियान चलाया गया। भ्रमण के दौरान लालगंज बाज़ार के पास सड़क के किनारे लावारिस अवस्था मे लगभग 50 किलो खोया बरामद किया गया।

भाजपा के राष्ट्रीय प्रवक्ता ने निठारी में वितरित किए निःशुल्क आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। जनकल्याणकारी योजनाओं को जन जन तक निःशुल्क पहुंचा रहे भाजपा के राष्ट्रीय प्रवक्ता गोपाल कृष्ण अग्रवाल।भारतीय जनता पार्टी के

राष्ट्रीय प्रवक्ता गोपाल कृष्ण अग्रवाल के नेतृत्व में चल रहे 'गोपाल नमो सेवा केंद्र' के माध्यम से नोएडा सेक्टर 31 स्थित निठारी गांव के नर्वदेश्वर महादेव मंदिर प्रांगण में 27वें मेगा नि :शुल्क आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड शिविर का आयोजन किया गया। जिसमें कुल 55 लोगों ने सहभागिता की 35 पात्र पाए गए लोगों को मुख्य अतिथि के रूप में अग्रवाल जी ने लाभार्थियों भौतिक रूप से आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड देकर लाभान्वित किया। उन्होंने भारत के यशस्वी प्रधानमंत्री मोदी और उत्तर प्रदेश के कर्मठी मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के नेतृत्व में संचालित हो रही लगभग 126 जनकल्याणकारी योजनाओं में जैसे पीएम विश्वकर्मा,किसान सम्मान निधि, प्रधानमंत्री अन्न योजना, पीएम जीवन ज्योति बीमा योजना, सुरक्षा बीमा योजना ,वृद्धा, विधवा, दिव्यांग , निराश्रित पेंशन, पीएम सूर्य मुफ्त बिजली योजना, पीएम नशामुक्ति भारत सहित कई कई जनकल्याणकारी योजनाओं की विस्तृत जानकारी उपस्थित लोगों को प्रदान की। गोपाल नमो सेवा केंद्र का लक्ष्य है कि कोई भी पात्र व्यक्ति जानकारी के अभाव में पीछे न छूटने पाए। कुछ लोग आधार कार्ड में बायोमेट्रिक अपडेट और मोबाइल नंबर लिंक न होने की वजह से आयुष्मान और ई-श्रम कार्ड का लाभ नहीं उठा सकें। इसके लिए जल्द ही निःशुल्क आधार कार्ड कैंप का आयोजन किया जाएगा। कैंप के संयोजन में मंदिर प्रांगण के अध्यक्ष राम अवतार शर्मा, अरुण शर्मा, कैंप आयोजक राष्ट्रीय लोकतंत्र सेनानी मिलन समिति युवा वाहिनी के अध्यक्ष अंकुर शर्मा, अर्जुन प्रजापति , कृष्णपाल , हरवीर यादव, पवन अग्रवाल जी सहित गोपाल नमो सेवा केंद्र की पूरी टीम मौजूद रही।

उद्यान मंत्री ने वृहद रोजगार मेले का किया शुभारंभ, वृहद रोजगार मेले में 1272 अभ्यर्थियों का किया गया चयन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। मा0 राज्यमंत्री (स्वतंत्र प्रभार) उद्यान, कृषि वितरण, कृषि विदेश व्यापार

एवं किसी निर्यात उ0प्र0 दिनेश प्रताप सिंह ने वृहद रोजगार मेला का फीता काट कर व दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ किया, इस अवसर पर मा0 विधायक सलोन अशोक कुमार, जिलाध्यक्ष बुद्धिलाल पासी व महाविद्यालय प्रबन्धन के रूप में डॉ. सविता शुक्ला उपस्थित रहीं। उत्तर प्रदेश रोजगार मिशन के अन्तर्गत जिला सेवायोजन कार्यालय रायबरेली द्वारा कर्मयोगी डिग्री कालेज, मुलिहामऊ रायबरेली के परिसर में एक दिवसीय वृहद रोजगार मेले का आयोजन किया गया।जिसमें 67 कम्पनियों द्वारा प्रतिभाग किया गया। प्रागंण में लगभग 4996 छात्र/छात्रा उपस्थित हुए,जिसमें से प्राथमिक चयन 1272 अभ्यर्थियों का किया गया शेष कुछ कम्पनियों के परिणाम लम्बित है। कार्यक्रम में मा0 उद्यान मंत्री ने महाविद्यालय परिवार व जिला सेवायोजन कार्यालय, कौशल विकास मिशन व प्रागंण में उपस्थित सभी कम्पनियों के कार्यों की सराहना की व चयनित सभी अभ्यर्थियों को शुभकामनाएं दी। मेले में लगभग 67 कम्पनियों के प्रतिनिधियों ने छात्रों की योग्यतानुसार उनका चयन किया जिसमें मुख्य कम्पनियाँ ल्यूमैक्स मन्होह, ऐलेन ऑटो इण्डस्ट्रीज प्रा0 लि0, मारुति सुजुकी, स्विगी लि0, फ्लिपकार्ट, अमेजॉन, पॉलिसी बाजार आदि उपस्थित रही। कार्यक्रम का संचालन मुख्य विकास अधिकारी अंजू लता की अध्यक्षता में जिला सेवायोजन कार्यालय कौशल विकास मिशन एवं कर्मयोगी डिग्री कॉलेज के सहयोग से सम्पूर्ण किया गया।

दस्तक-नुक्कड़ नाटक के माध्यम से समाज में महिलाओं से जुड़े महत्वपूर्ण मुद्दों का प्रभावी ढंग से मंचन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। जीएल बजाज इंस्टिट्यूट ऑफ़ मैनेजमेंट एंड रिसर्च के महिला प्रकोष्ठ द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में अस्मिता थिएटर के सहयोग से 'दस्तक' शीर्षक से एक प्रभावशाली नुक्कड़ नाटक का आयोजन किया गया। नुक्कड़ नाटक 'दस्तक' के माध्यम से समाज में महिलाओं से जुड़े महत्वपूर्ण मुद्दों, लैंगिक समानता, सम्मान और सशक्तिकरण जैसे विषयों को प्रभावी ढंग से प्रस्तुत किया गया। कलाकारों ने अपनी सशक्त अभिव्यक्ति, संवाद और जीवंत प्रस्तुति से उपस्थित छात्रों एवं प्राध्यापकों को गहराई से प्रभावित किया। नाटक ने दर्शकों को आत्ममंथन के लिए प्रेरित किया और सामाजिक बदलाव की दिशा में सकारात्मक सोच विकसित करने का संदेश दिया। संस्थान की निदेशक डॉ. सपना राकेश, निदेशक, जीएल बजाज इंस्टिट्यूट ऑफ़ मैनेजमेंट एंड रिसर्च ने अपने संदेश में कहा कि ऐसे सामाजिक एवं जागरूकता आधारित कार्यक्रम विद्यार्थियों में संवेदनशीलता, नेतृत्व क्षमता और उत्तरदायित्व की भावना विकसित करते हैं। उन्होंने महिला प्रकोष्ठ और अस्मिता की टीम को इस सार्थक पहल के लिए बधाई दी। कार्यक्रम की शुरुआत महिला प्रकोष्ठ द्वारा कलाकारों के स्वागत के साथ हुई। आभार स्वरूप कलाकारों को पौधा भेंट कर सम्मानित किया गया, जो विकास, आशा और सशक्तिकरण का प्रतीक है। कार्यक्रम के अंत में महिला प्रकोष्ठ ने अस्मिता थिएटर की टीम, विद्यार्थियों एवं समस्त संकाय सदस्यों का आभार व्यक्त किया। यह आयोजन न केवल महिला दिवस के महत्व को रेखांकित करता है, बल्कि समाज में समानता और सम्मान की भावना को सुदृढ़ करने की दिशा में एक सार्थक प्रयास भी है।

युवती का अपहरण,हत्या के आरोपी पर 50 हजार का इनाम,प्रयागराज आईजी ने इनाम बढ़ाया

गिरफ्तारी के लिए दबिश दे रही पुलिस

प्रयागराज। आईजी ने युवती के अपहरण और हत्या के मामले में फरार आरोपी सत्यम मिश्रा पर 50 हजार रुपये का इनाम घोषित किया है। यह मामला प्रतापगढ़ जिले के कुंडा कोतवाली क्षेत्र से जुड़ा है।

इससे पहले प्रतापगढ़ पुलिस अधीक्षक ने आरोपी पर 25 हजार रुपये का इनाम घोषित किया था, जिसे अब बढ़ाकर 50 हजार रुपये कर दिया गया है। आरोप है कि 22 दिसंबर को कुंडा कोतवाली क्षेत्र के एक गांव की युवती का अपहरण कर उसकी हत्या कर दी गई थी और शव को गंगा नदी में फेंक दिया गया था। इस जघन्य वारदात के बाद से नई बाजार निवासी सत्यम मिश्रा फरार है। पुलिस लगातार उसकी तलाश में दबिश दे रही है, लेकिन अब तक उसे गिरफ्तार नहीं किया जा सका है। इस मामले में पुलिस पहले ही प्रधानपति सज्जन शुक्ला और उसके सहयोगी श्रवण कुमार शुक्ला को गिरफ्तार कर जेल भेज चुकी है। जांच के दौरान सत्यम मिश्रा की भूमिका सामने आने के बाद उसे भी नामजद किया गया था। पुलिस अधिकारियों के अनुसार, आरोपी की गिरफ्तारी के लिए कई टीमें गठित की गई हैं और संभावित ठिकानों पर छापेमारी की जा रही है। इनाम की राशि बढ़ाए जाने से आरोपी की गिरफ्तारी में तेजी आने की उम्मीद है।

आईएमएस नोएडा में कॉर्पोरेट कनेक्ट सत्र का आयोजन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। सेक्टर 62 स्थित आईएमएस नोएडा में कॉर्पोरेट कनेक्ट कार्यक्रम के अंतर्गत ब्रांड प्रतिबद्धता एक पेचीदा विषय पर विशेष विशेषज्ञ सत्र का आयोजन हुआ। बृहस्पतिवार को यह सत्र विशेष रूप से एमबीए के विद्यार्थियों के लिए आयोजित किया गया, जिसमें ब्रांड प्रबंधन के व्यावहारिक पहलुओं पर गहन चर्चा की गई। कार्यक्रम के दौरान बतौर वक्ता जे. के. सीमेंट के पूर्व प्रसिडेंट हरदीप सिंह ने अपने विचार प्रकट किए। आईएमएस नोएडा के प्रेसिडेंट राजीव कुमार गुप्ता ने छात्रों को संदेश देते हुए कहा कि आज के वैश्विक और प्रतिस्पर्धी व्यावसायिक परिवेश में ब्रांड प्रतिबद्धता केवल विपणन की रणनीति नहीं, बल्कि संस्थागत संस्कृति और नैतिक मूल्यों का अभिन्न हिस्सा है। विद्यार्थियों के लिए यह समझना जरूरी है कि किसी भी ब्रांड की वास्तविक शक्ति उसकी विश्वसनीयता, पारदर्शिता और ग्राहक-केंद्रित दृष्टिकोण में निहित होती है। संस्थान की डीन प्रोफेसर (डॉ.) नीलम सक्सेना ने कहा कि आज के तीव्र प्रतिस्पर्धी और निरंतर बदलते व्यावसायिक परिवेश में ब्रांड प्रतिबद्धता जैसे समकालीन विषयों पर गंभीर और व्यापक चर्चा अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने कहा कि ब्रांड केवल एक नाम या प्रतीक नहीं होता, बल्कि वह संस्था के मूल्यों, विश्वसनीयता और ग्राहकों से किए गए वादों का प्रतिबिंब होता है। हरदीप सिंह अपने व्यावसायिक अनुभवों के आधार पर छात्रों को संबोधित करते हुए कहा कि किसी भी संगठन के लिए ब्रांड प्रॉमिस केवल एक

मार्केटिंग स्लोगन नहीं, बल्कि ग्राहकों से किया गया दीर्घकालिक वचन होता है। यदि यह वादा व्यवहार, गुणवत्ता और सेवा में परिलक्षित नहीं होता, तो ब्रांड की विश्वसनीयता प्रभावित होती है। श्री सिंह ने विभिन्न कॉर्पोरेट उदाहरणों के माध्यम से समझाया कि बदलते बाजार परिवेश, प्रतिस्पर्धा और उपभोक्ता अपेक्षाओं के बीच ब्रांड प्रॉमिस को बनाए रखना वास्तव में एक 'ट्रिकी अफेयर' है। उन्होंने विद्यार्थियों को सलाह दी कि वे रणनीतिक सोच, उपभोक्ता-केंद्रित दृष्टिकोण और नैतिक व्यावसायिक मूल्यों को अपनाकर मजबूत ब्रांड निर्माण की दिशा में कार्य करें। एमबीए के प्रोग्राम कॉर्डिनेटर प्रोफेसर राहुल पाण्डेय ने बताया कि सत्र के दौरान विद्यार्थियों ने सक्रिय सहभागिता करते हुए प्रश्न पूछे और ब्रांड पोजिशनिंग, कस्टमर ट्रस्ट, तथा मार्केट डिफरेंशिएशन जैसे विषयों पर अपने विचार साझा किए। कार्यक्रम का उद्देश्य शिक्षण को उद्योग जगत के वास्तविक अनुभवों से जोड़ना तथा विद्यार्थियों को व्यावहारिक ज्ञान प्रदान करना है।

मंडलायुक्त ने कलेक्ट्रेट के विभिन्न पटलों का किया निरीक्षण

पत्रावलियों के डिजिटलीकरण से प्रशासनिक कार्यों में गति आएगी व पारदर्शिता बढ़ेगीः-मंडलायुक्त

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। मंडलायुक्त, लखनऊ मण्डल, लखनऊ विजय विश्वास पंत ने आज कलेक्ट्रेट में संयुक्त कार्यालय के विभिन्न पटलों का निरीक्षण कर पत्रावलियों का भी अवलोकन किया। मंडलायुक्त ने पटलों के निरीक्षण में संबंधित कर्मचारियों को निर्देश दिये कि अभिलेखों एवं पत्रावलियों का रख-रखाव ठीक प्रकार करें और आवश्यक

कार्यालय की कार्यप्रणाली,अभिलेख संरक्षण,जनकल्याणकारी योजनाओं की प्रगति एवं शिकायत निस्तारण की समीक्षा की। मंडलायुक्त ने सर्व प्रथम संयुक्त कार्यालय में राजस्व सहायक (प्रथम), न्याय सहायक (द्वितीय), शिकायत प्रकोष्ठ, न्याय सहायक (द्वितीय),लेखाकार, डी0एल0आर0सी0, स्थापना, आंग्ल अभिलेखागार, डिस्पैच पटल का निरीक्षण कर पटल से सम्बन्धित कार्यो की गहन समीक्षा की गई व अभिलेखों के रख-रखाव को देखा गया। इसके पश्चात अभिलेखागार का निरीक्षण किया गया। मंडलायुक्त ने कार्यरत कार्मिकों की सेवा पुस्तिका का अवलोकन किया, जिसमें सभी कार्मिकों की सर्विस बुक अपडेट पायी गई। इसके पश्चात मंडलायुक्त ने सेवा निवृत्त व स्थानान्तरित कार्मिकों की शासनादेशों को गाइट फाइल में रखें। शस्त्र अनुभाग के निरीक्षण में मंडलायुक्त ने कहा कि शस्त्र वरासत संबंधी सभी पत्रावलियों की जांच करायें और शस्त्र नवीनीकरण की प्रक्रिया समय पर निर्धारित करायें। उन्होंने कहा कि सभी पत्रावलियों का डिजिटलीकरण कराये और डिजिटलीकरण से न केवल प्रशासनिक कार्यों में गति आएगी, बल्कि पारदर्शिता भी बढ़ेगी। उन्होने सेवानिवृत्त कार्मिकों के देयों के भुगतान की स्थिति की जानकारी ली तथा निर्देश दिये कि सेवानिवृत्ति देयों अथवा एसीपी से संबंधित कोई भी प्रकरण लंबित न रखें। लंबित प्रकरणों का समयबद्ध एवं गुणवत्तापूर्ण निस्तारण करने व पारदर्शिता बनाए रखने के निर्देश दिए।

अनपरा तापीय परियोजना को मिला नया नेतृत्वः इंजी. अजय कुमार ने संभाली मुख्य महाप्रबंधक की कमान

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) अनपरा। उत्तर प्रदेश राज्य विद्युत उत्पादन निगम लिमिटेड (UPRVUNL) की अनपरा तापीय परियोजना में वरिष्ठ अभियंता इंजीनियर अजय कुमार ने मुख्य महाप्रबंधक (सीजीएम) के रूप में कार्यभार ग्रहण कर लिया है। उनके पदभार संभालते ही परियोजना परिसर में हर्ष का माहौल है। जूनियर इंजीनियर (जेई) संगठन के प्रतिनिधियों और पदाधिकारियों ने मुख्य महाप्रबंधक कार्यालय पहुँचकर उनका गर्मजोशी से स्वागत किया। संगठन के सदस्यों ने इंजी. अजय कुमार को पुष्पगुच्छ (गुलदस्ता) भेंट किया और स्मृति चिन्ह प्रदान कर उनके सफल कार्यकाल के लिए हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं दीं। इस अवसर पर जेई संगठन के कई प्रमुख चेहरे और सक्रिय सदस्य उपस्थित रहे, जिनमें मुख्य रूप से आवेश यादव, विष्णु देव झा, आशिष वर्मा, अमित मौर्य, अजहरुद्दीन, ज्ञानेंद्र, सचिन और अजीत शामिल थे। संगठन के पदाधिकारियों ने नवनियुक्त मुख्य महाप्रबंधक के समक्ष परियोजना के उज्ज्वल भविष्य को लेकर अपनी प्रतिबद्धता दोहराई। संगठन ने विश्वास व्यक्त किया कि इंजी. अजय कुमार के कुशल नेतृत्व और तकनीकी अनुभव से अनपरा परियोजना में बिजली उत्पादन के नए कीर्तिमान स्थापित होंगे।

नगर पालिका परिषद बोर्ड की बैठक संपन्न, करोड़ों के विकास कार्यों पर लगी मोहर

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। नगर पालिका परिषद सोनभद्र बोर्ड की बैठक शुक्रवार को रूबी प्रसाद, अध्यक्ष, नगर पालिका परिषद की अध्यक्षता में सम्पन्न हुई। बैठक में 15वें वित्त आयोग / पंचम राज्य वित्त आयोग / नगरीय पेयजल / जल निकासी/सी0एम0एन0एस0वाई0 आदि योजनाओं के अन्तर्गत कराये जाने वाले विकास कार्यों का प्रस्ताव सदस्यगण द्वारा उपलब्ध कराया गया।

बैठक में आगामी ग्रीष्म ऋतु में पेयजल की समुचित व्यवस्था/ सफाई तथा बरसात के पूर्व नालों की सफाई तथा बरसात में होने वाली जल निकासी की समस्याओं पर भी विचार विमर्श किया गया। अध्यक्ष द्वारा सदन को सम्बोधित करते हुए कहा गया कि नगर के चतुर्दिक विकास के लिए तत्परता से कार्य कर रही हूँ तथा नगर वासियों को सफाई/प्रकाश/पेयजलापूर्ति की अच्छी तथा गुणवत्तापूर्ण सेवा प्रदान करने हेतु सभी कर्मचारियों को तत्परतापूर्वक कार्य में लग जाने का आह्वान किया गया। बैठक अत्यन्त सौहार्दपूर्ण वातावरण में सम्पन्न हुई।

इस मौके पर जेई राज कुमार, सभासद अनवर अली, अशोक कुमार, मनोज चौबे, ओम प्रकाश, उषा जैन, राकेश कुमार, विनोद सोनी, गायत्री सिंह, अजीत सिंह, सुजीत कुमार, संत सोनी, राजीव कुमार आदि लोग मौजूद रहें। बैठक का संचालन मुवेश कुमार, अधिशासी अधिकारी द्वारा किया गया।

चंद्रशेखर आजाद के बलिदान दिवस पर आयोजन हुआ कवि सम्मेलन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। शहीद स्थल प्रबंधन ट्रस्ट करारी के तत्वावधान में अमर शहीद चंद्रशेखर आजाद की शहादत दिवस के अवसर पर विविध सास्कृतिक व साहित्यिक आयोजन शुक्रवार सुबह संपन्न हुआ। मुख्य अतिथि समाजसेवी कमलेश खांबे ने तिरंगा ध्वज फहराया और राष्ट्र गान पश्चात जयकारे के बीच शहीदों की प्रतिमा पर माल्यार्पण दीपदान कर विधिवत कार्यक्रम का आगाज किया। कार्यक्रम में चंदौली से आये कवि शिवदास ने अध्यक्षता करते हुये देशभक्ति की रचनाएं सुनाईं। संचालन अशोक तिवारी ने किया, जिन्होंने अपनी गजलों व शायरी से लोगों का मन मोह लिया। सोन संगीत फाउंडेशन के सुशील मिश्रा ने देश गीत व देवी गीत सस्वर गायन कर महफ़िल में चार चांद लगाये। इस अवसर पर धर्मेश चौहान, ओज कवि प्रभात सिंह चंदेल, सुधाकर पांडेय स्वदेश प्रेम, गीतकार दिलीप सिंह दीपक ने भी अपनी रचनाएं सुनाईं। संयोजक प्रदुम्न त्रिपाठी ने राष्ट्र वंदना किये और आभार भी व्यक्त किया। जयराम सोनी व सुनील चौचक के हास्य कविता से लोग देर तक ठहाके लगाते रहे।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि कमलेश खांबे ने आजाद के व्यक्तित्व पर विशद प्रकाश डाला। बच्चों द्वारा सरस प्रस्तुति भी दी गई। इस अवसर पर रामयश त्रिपाठी, पुरुषोत्तम वुशवाहा, शिवमोचन फारुख अली हाश्मी, बृज किशोर देव पांडेय, त्रिभुवन नाथ त्रिपाठी, शिखा, अंशिका, आद्या साहित्य, ऋषभ त्रिपाठी, शिवम आदि उपस्थित रहे।

10 मिनट तक जिन्दा जलता रहा लाइनमैन,ट्रांसफॉर्मर बदलने के लिए 25 फीट ऊंचे खंभे पर चढ़ा था

सोनभद्र। जिले में 25 फीट ऊंचे खंभे पर ट्रांसफॉर्मर बदलते समय लाइनमैन की जिंदा जल गया। उसे पहले 11 हजार वोल्ट से जोरदार झटका लगा। इसके बाद शॉर्ट-सर्किट से आग लग गई। देखते ही देखते बिजलीकर्मी आग का गोला बन गया। हेल्पर ने बचाने का प्रयास किया, लेकिन तब तक लाइनमैन बुरी तरह झुलस चुका था। प्रत्यक्षदर्शियों ने बताया कि लाइनमैन खंभे पर चढ़कर नया ट्रांसफॉर्मर लगा रहा था। आरोप है कि काम शुरू करने से पहले उसने विभाग से शटडाउन करवाया था, लेकिन काम के दौरान 11 हजार वोल्ट की सप्लाई चालू कर दी गई। घटना घोरावल थाना के लोहोटा गांव की है।

घटना का वीडियो भी सामने आया है।बिसहार गांव के रहने वाले संतोष कुमार (40) बिजली विभाग में लाइनमैन के रूप में संविदा पर तैनात थे। संतोष, अपनी पत्नी बिंदु (35) और दो बेटों आदर्श (15) और शिवम (18) के साथ रहते थे। वह गुरुवार को लोहोटा गांव में नया ट्रांसफॉर्मर लगाने गए थे। शाम करीब 7 बजे गांव पहुंचे। सहकर्मियों ने बताया कि उन्होंने सुरक्षा के सभी मानक अपनाए थे।

पोल पर चढ़कर काम शुरू करने लगे। इसके पहले उन्होंने बिजली घर में सूचना देकर शटडाउन मांगा, ताकि काम के दौरान करंट न आए। जब संतोष खंभे पर चढ़कर ट्रांसफार्मर लगा रहे थे, इसी दौरान बिना किसी सूचना के 11 हजार की हाई-वोल्टेज सप्लाई अचानक चालू कर दी गई। उन्होंने बताया- संतोष को बिजली का जोरदार झटका लगा।

इसके बाद वह खंभे से ही चिपक गए। शॉर्ट सर्किट होने लगा। देखते ही देखते आग लग गई। कुछ ही देर में लाइनमैन आग की चपेट में आ गए। हादसा होते ही हेल्पर मटरूलाल ने बिजली विभाग को फोन कर तत्काल शटडाउन करने को कहा। शटडाउन होते ही खंभे पर चढ़कर आग बुझाई, लेकिन तब तक बहुत देर हो चुकी थी। स्थानीय लोगों की सहायता से लाइनमैन को जिला अस्पताल ले जाया गया। जहां से वाराणसी ट्रामा सेंटर रेफर कर दिया गया, लेकिन रास्ते में ही उसने दम तोड़ दिया। मामले में संतोष के साथ मौजूद हेल्पर ने बिजली विभाग पर लापरवाही का आरोप लगाया। कहा- लाइनमैन ऊपर काम कर रहा था। विभाग को इसकी जानकारी थी, तो बिजली की आपूर्ति किसके आदेश पर और क्यों बहाल की गई। सोनभद्र के एक्सीईएन एमबी ठाकुर ने बताया-दो लाइनमैन अलग-अलग जगहों पर काम कर रहे थे। संतोष और मटरू एक साथ थे, जबकि राजेश साहू दूसरी जगह पर काम कर रहे थे। राजेश साहू का काम पूरा होने पर उसने लाइन चालू करा दी। इस वजह से हादसा हुआ। मामले की जांच कराई जा रही है।'

हत्या के तीन दोषियों को उम्रकैद, 20-20 हजार रुपये अर्थदंड अर्थदंड न देने पर 4-4 माह की अतिरिक्त कैद भुगतनी होगी

जेल में बितायी अवधि सजा में होगी समाहित,करीब साढ़े 4 वर्ष पूर्व हुए राम आसरे मौर्य हत्याकांड का मामला

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। करीब साढ़े 4 वर्ष पूर्व हुए राम आसरे मौर्य हत्याकांड के मामले में वृहस्पतिवार को सुनवाई करते हुए अपर सत्र न्यायाधीश प्रथम जीतेंद्र कुमार द्विवेदी की अदालत ने दोषसिद्ध पाकर तीन दोषियों राजेंद्र मौर्या, जसवंत मौर्या व निहाल को आजीवन कारावास की सजा सुनाई। कोर्ट ने 20-20 हजार रूपये अर्थदंड भी लगाया हैं। अर्थदंड न देने पर 4-4 माह की अतिरिक्त कैद भुगतनी होगी। जेल में बितायी अवधि सजा में समाहित होगी। कोर्ट ने तीन आरोपियों को साक्ष्य के अभाव में दोषमुक्त करार दिया। अभियोजन पक्ष के मुताबिक संतोष मौर्य उर्फ भोला पुत्र स्वर्गीय राम आसरे मौर्य निवासी मगरदहा, थाना करमा, जिला सोनभद्र ने थानाध्यक्ष करमा को दी तहरीर में अवगत कराया था कि उसके गांव के राजेंद्र मौर्य व बिसहार गांव निवासी निहाल से जमीन पर पाइप बिछाने को लेकर विवाद चल रहा था। 29 नवंबर 2021 को वह अपने पिता व चाचा के लड़के गोलू के साथ गांव के लालू मौर्या की शादी में कठपुरवा गए थे। उसकी शादी में निहाल भी आया था। निहाल उनलोगों से बार-बार पूछताछ कर रहा था कि घर कब चलना है। पिताजी ने कहा कि खाना खाकर चलेंगे। करीब साढ़े 9 बजे रात हमलोग घर के लिए निकल दिए और पिताजी बाइक चला रहे थे। रात्रि करीब 10 बजे बिसहार पहाड़ी पर हमलोग पहुंचे थे तो वहां पर जसवंत मौर्या, राजेंद्र मौर्या, निहाल समेत 6 लोग बाइक आगे खड़ा करके हमलोगों को रोक दिया और उलझ गए। इस दौरान ललकारने पर जसवंत मौर्या ने पिताजी की कनपटी पर असलहा से गोली मार दिया। जिससे पिताजी की मौके पर ही मौत हो गई। गोली की आवाज सुनकर आसपास के लोग आए तब तक सभी मोटरसाइकिल से भाग गए। मौके पर शव पड़ा है आवश्यक कार्रवाई करें। इस तहरीर पर पुलिस ने एफआईआर दर्ज कर मामले की विवेचना शुरू कर दिया। विवेचना के दौरान विवेचक ने पर्याप्त सबूत मिलने पर कोर्ट में चार्जशीट दाखिल किया था। मामले की सुनवाई करते हुए अदालत ने दोनों पक्षों के अधिवक्ताओं के तर्कों को सुनने, गवाहों के बयान व पत्रावली का अवलोकन करने पर दोषसिद्ध पाकर तीन दोषियों राजेंद्र मौर्या, जसवंत मौर्या व निहाल को आजीवन कारावास की सजा सुनाई। कोर्ट ने उनके ऊपर 20-20 हजार रुपये अर्थदण्ड भी लगाया हैं। अर्थदंड न देने पर 4-4 माह की अतिरिक्त कैद भुगतनी होगी। जेल में बितायी अवधि सजा में समाहित होगी। कोर्ट ने तीन आरोपियों को साक्ष्य के अभाव में दोषमुक्त करार दिया।अभियोजन पक्ष की ओर से सरकारी वकील विनोद कुमार पाठक ने बहस की।

नतिनी के जन्मदिन में जा रही महिला की सड़क हादसे में मौत

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। रॉबर्ट्सगंज कोतवाली क्षेत्र में गुरुवार की शाम हुए सड़क हादसे में एक महिला की मौत हो गई, जबकि उनके पति घायल हो गए। जानकारी के अनुसार घोरावल थाना क्षेत्र के मसी आदिनाथ निवासी 58 वर्षीय पुष्पा देवी पत्नी गोपाल सिंह अपने पति के साथ कुसी गांव में नतिनी के जन्मदिन कार्यक्रम में शामिल होने जा रही थीं। बताया जा रहा है कि हिदुआरी के समीप किसी अज्ञात वाहन ने उन्हें टक्कर मार दी। हादसे में दोनों गंभीर रूप से घायल हो गए। स्थानीय लोगों की मदद से उन्हें अस्पताल पहुंचाया गया, जहां चिकित्सकों ने पुष्पा देवी को मृत घोषित कर दिया। वहीं घायल गोपाल सिंह का उपचार जारी है। घटना के बाद परिवार में कोहराम मच गया। खुशियों के मौके पर मातम छा गया। सूचना मिलने पर पुलिस ने पहुंचकर शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया और अज्ञात वाहन की तलाश शुरू कर दी है।

नशा मुक्त समाज के लिए युवा शक्ति की भूमिका अनुकरणीय हैः हरिशंकर

(आधुनिक समाचार नेटवर्क)शक्तिनगर, सोनभद्र। महात्मा गांधी काशी विद्यापीठ एनटीपीसी परिसर शक्तिनगर राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई प्रथम एवं तृतीय के तत्वावधान में तीसरा एक दिवसीय शिविर आयोजित किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य नशा मुक्त भारत बनाने के संकल्प को मजबूत करना था।

कार्यक्रम का शुभारंभ महात्मा गांधी की प्रतिमा पर माल्यार्पण के साथ हुआ। मुख्य अतिथि समाज सेवी हरिशंकर गुप्ता ने कहा कि कोई भी राष्ट्र नशा मुक्त समाज बनाकर ही विकास कर सकता है। नशा मुक्त समाज के लिए युवा शक्ति की भूमिका अनुकरणीय है। प्रबंधक मानव संसाधन एनटीपीसी अनुग्रह मिश्र ने कहा कि नशा मुक्त भारत बनाने के लिए युवाओं का यह प्रयास सराहनीय है। समाजसेवी गुलाब सिंह ने अपने संकल्प को दोहराया कि वे इस उद्देश्य के साथ कदम से कदम मिलाकर चलेंगे। कार्यक्रम की अध्यक्षता करते हुए परिसर प्रभारी डॉ0 प्रदीप कुमार यादव ने युवाओं का आह्वान किया कि वे नशा मुक्त समाज बनाने के लिए आगे आएं। इस अवसर पर भारी संख्या में स्वयंसेवकों ने पैदल मार्च निकाल कर बैनर पोस्टर के साथ नारे लगाते हुए एमजीआर बस्ती होते हुए बस स्टैंड तक जागरूकता का संदेश दिया।

बाइक टकराई, तीन गंभीर घायल,रासपहरी में हादसा, प्राथमिक उपचार के बाद जिला अस्पताल रेफर

सोनभद्र। जिले के म्योरपुर थाना क्षेत्र में बीजपुर-मुर्धवा मार्ग पर शुक्रवार शाम एक तेज रफ्तार बाइक सड़क किनारे रखी ईंटों से टकरा गई। इस हादसे में बाइक सवार तीन युवक गंभीर रूप से घायल हो गए, जिन्हें प्राथमिक उपचार के बाद जिला अस्पताल रेफर किया गया है। घायलों की पहचान पतेरीटोला निवासी दीपक (17 वर्ष) और अमित (16 वर्ष) तथा दुमरडीहा निवासी जितेंद्र (19 वर्ष) के रूप में हुई है। घटना रासपहरी गांव में शाम करीब पांच बजे हुई। सूचना मिलने पर 108 एंबुलेंस की मदद से तीनों को सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र (सीएचसी) म्योरपुर में भर्ती कराया गया। सीएचसी म्योरपुर में मौजूद चिकित्सक डॉ. आराधना ने प्राथमिक उपचार के बाद तीनों की गंभीर हालत को देखते हुए उन्हें जिला अस्पताल रेफर कर दिया। घायलों के परिजनों ने बताया कि जितेंद्र दो महीने पहले हैदराबाद में पाइपलाइन के काम पर गया था और होली पर दो दिन पहले ही म्योरपुर के पतेरीटोला स्थित अपनी बुआ के घर लौटा था। शुक्रवार को वह अपने चचेरे भाइयों दीपक और अमित को बाइक पर बैठाकर अपने घर दुमरडीहा जा रहा था।

रासपहरी गांव में पाल निवास मोड़ के पास पहुंचते ही तेज रफ्तार के कारण जितेंद्र बाइक पर से नियंत्रण खो बैठा और बाइक सड़क किनारे रखी ईंटों से जा टकराई। इस टक्कर से तीनों युवक गंभीर रूप से घायल हो गए। इसी तरह की एक अन्य घटना बभनी थाना क्षेत्र के बैना गांव में शुक्रवार दोपहर को हुई। यहां बाइक सवार 17 वर्षीय किशोर सूरज, पुत्र मोहरलाल, निवासी बैना, अनियंत्रित होकर बाइक सहित सड़क पर गिर पड़ा। इस हादसे में किशोर के सीने में गंभीर चोटें आईं। परिजनों ने उसे सीएचसी म्योरपुर में भर्ती कराया, जहां प्राथमिक उपचार के बाद चिकित्सकों ने बेहतर इलाज के लिए उसे भी जिला अस्पताल रेफर कर दिया।

पिकअप-ट्रक की टक्कर, दोनों चालक सुरक्षित

सोनभद्र। बीजपुर-रेणुकूट मार्ग पर नधिरा मोड़ के समीप शुक्रवार को एक पिकअप और ट्रक की आमने-सामने टक्कर हो गई। इस हादसे में दोनों वाहन पलट गए, हालांकि दोनों चालकों को मामूली चोटें आईं और वे सुरक्षित बच गए। यह घटना नधिरा मोड़ के पास हुई, जहां तेज रफ्तार से आ रहे पिकअप और ट्रक के बीच सीधी भिड़ंत हो गई। टक्कर इतनी भीषण थी कि दोनों वाहन सड़क पर ही पलट गए। पिकअप चालक की पहचान 35 वर्षीय नंद किशोर पुत्र स्वर्गीय लाल जी सिंह, निवासी बीडर के रूप में हुई है। वहीं, ट्रक चालक 40 वर्षीय ताहिर राजस्थान का निवासी है। दोनों चालकों को मामूली चोटें आई हैं। जानकारी के अनुसार, पिकअप दुद्धी से अंबिकापुर सब्जी लेने जा रही थी, जबकि ट्रक ओडिशा से राजस्थान तार लेकर जा रहा था। घटना की सूचना मिलते ही पीआरपी (पुलिस रिस्पांस पार्टी) मौके पर पहुंची और यातायात व्यवस्था को बहाल करने में जुट गई। प्रभारी निरीक्षक दिनु प्रसाद यादव ने बताया कि दोनों चालक सुरक्षित हैं और आगे की आवश्यक कार्रवाई की जा रही है।

क्रिकेटर रिंकू सिंह के पिता का निधन

नोएडा से अलीगढ़ पहुंचा शव,मंगेतर प्रिया सरोज 3 दिन से अस्पताल में साथ थीं

अलीगढ़। क्रिकेटर रिंकू सिंह के पिता खानचंद सिंह का शुक्रवार सुबह करीब 4.36 बजे निधन हो गया। वे 60 साल के थे। उन्हें फोर्थ स्टेज लिवर कैंसर था। कुछ दिन पहले उनकी तबीयत ज्यादा बिगड़ गई थी, जिसके बाद उन्हें अलीगढ़ से ग्रेटर नोएडा के प्राइवेट हॉस्पिटल में भर्ती किया गया था। वहां उन्हें वेंटिलेटर सपोर्ट पर रखा गया था। पार्थिव शरीर को अलीगढ़ ले आया गया है। यहीं पर अंतिम संस्कार होगा। रिंकू भी चेन्नई से रवाना हो चुके हैं। थोड़ी देर में अलीगढ़ पहुंचेंगे। इससे पहले, पिता की तबीयत बिगड़ने की सूचना मिलते ही रिंकू सिंह मंगलवार को टीम इंडिया का साथ छोड़कर नोएडा पहुंचे थे। उन्हें टी-20 विश्वकप का प्रैक्टिस सेशन छोड़ना पड़ा था। 25 फरवरी को रिंकू चेन्नई लौट गए थे और टीम के साथ जुड़ गए थे। हालांकि, 26 फरवरी को चेन्नई में जिम्बाब्वे के खिलाफ खेले गए सुपर-8 के मैच में वे प्लेइंग इलेवन का हिस्सा नहीं थे। वे सब्स्टीट्यूट के तौर पर मैदान पर फील्डिंग कर रहे थे।रिंकू की मंगेतर और मछलीशहर सांसद प्रिया सरोज के पिता तूफानी सरोज ने फोन पर। बताया- प्रिया कई दिनों से रिंकू के परिवार के साथ हैं। हम भी रात में गए थे। वापस आते वक्त रास्ते में निधन की सूचना मिली।क्रिकेटर रिंकू का बचपन काफी कठिनाई भरा रहा है। केकेआर को दिए एक इंटरव्यू में रिंकू ने अपनी जिंदगी के बारे में बात की थी। उन्होंने बताया था- 'परिवार में 5 भाई हैं। पापा सिलेंडर डिलीवरी का काम करते थे। हम पांचों भाइयों से भी काम करवाते। हम बाइक पर 2-2 सिलेंडर रखकर होटलों और घरों में डिलीवर करने जाते थे। मैच खेलने के लिए पैसे लगते थे। घरवालों से मांगो तो कहते कि पढ़ाई करो। पापा खेलने के लिए मना करते थे, मम्मी सपोर्ट करती थीं। टी20 विश्व कप में 15 फरवरी को भारत और पाकिस्तान के मैच के दिन रिंकू सिंह के पिता ने दैनिक भास्कर से बात की थी। उन्होंने कहा था कि मैच अच्छा रहा। मेरी तबीयत थोड़ी खराब थी, लेकिन जैसे ही चौका लगा, मैं बिल्कुल ठीक हो गया। उन्होंने कहा था कि बहुत खुशी की बात है। मैंने पूरा मैच देखा। रिंकू स्टार है। उसे और बॉल मिलती तो और रन बनते। रिंकू ने 4 बॉल पर 11 रन बनाए थे। एक चौका और एक छक्का जड़ा था।रिंकू सिंह के पूर्व कोच मसूद अमीन ने कहा, 'हमें रिंकू के पिता के निधन की खबर मिली। वह कैंसर से जूझ रहे थे। अस्पताल में भर्ती थे। पिछले 3-4 दिनों से वेंटिलेटर पर थे। उन्होंने अपने बेटे रिंकू को क्रिकेट खेलने में मदद करने के लिए बहुत मेहनत की थी। तभी वह आज इस मुकाम पर पहुंच सके। उनके पिता गैस हॉकर के तौर पर काम करते थे। आज उनका बेटा इंडिया के लिए खेल रहा है।'

सचिन तेंदुलकर के बेटे अर्जुन के प्री-वेडिंग फंक्शन शुरू, मुकेश अंबानी के जामनगर वाले घर पर इवेंट हुआ

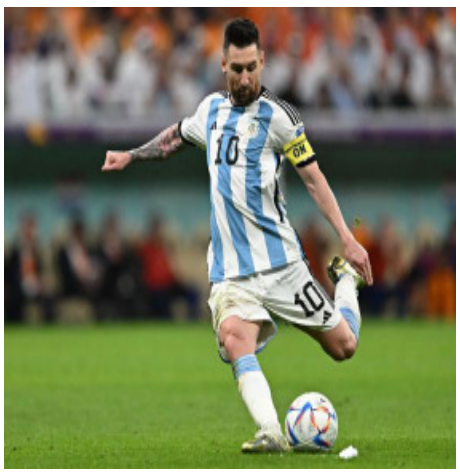
5 मार्च को मुंबई में शादी है

जामनगर। सचिन तेंदुलकर के बेटे अर्जुन तेंदुलकर और सानिया चंडोक के प्री-वेडिंग फंक्शन शुरू हो गए हैं। शुरुआत गुजरात के जामनगर में अंबानी परिवार के घर पर हुई, जहां तेंदुलकर और अंबानी परिवार के सदस्य देसी रंग में नजर आए। सचिन ने इस मौके पर बेटे को लेकर भावुक बात कही। उन्होंने कहा कि जब बेटा किसी लड़की को घर लाकर परिचय कराता है, तब पता चलता है कि बेटा बड़ा हो गया है। अर्जुन और सानिया की शादी 5 मार्च को मुंबई में होने वाली है। दोनों ने अगस्त 2025 में सगाई की थी। सानिया चंडोक ग्रैविस ग्रुप के चेयरमैन रवि घई की पोती हैं। अर्जुन की बहन सारा की करीबी दोस्त भी हैं।कार्यक्रम का सबसे यादगार पल तब था जब सचिन तेंदुलकर ने माइक संभाला। सचिन ने कहा- 'अर्जुन, मुझे तुम पर बहुत गर्व है। जब कोई बेटा, बेटी को घर लाता है और उसका परिचय कराता है तो पिता समझ जाता है कि बेटा अब बड़ा हो गया है। अर्जुन और सानिया एक-दूसरे के प्यार में पागल और बेहद खुश दिख रहे हैं। अर्जुन, तुम्हें ऐसा साथी मिल गया है, जो तुमसे उतना ही प्यार करता है, जितना तुम उससे करते हो।'तेंदुलकर और चंडोक फैमिली का स्वागत करते हुए नीता अंबानी ने कहा, 'सचिन और अंजलि, आप हमेशा से हमारे परिवार का हिस्सा रहे हैं। आपकी खुशी में शामिल होकर हमारा दिल खुशी से भर गया है। मैंने अर्जुन को एक छोटे बच्चे से एक जिम्मेदार युवक बनते देखा है। आज वह अपने जीवन की सबसे खूबसूरत साझेदारी की शुरुआत करने जा रहा है।'सचिन ने अपने बेटे की शादी में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू, पीएम नरेंद्र मोदी, गृह मंत्री अमित शाह और लोकसभा नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी को भी न्योता दिया है। 10 दिन पहले वे दिल्ली गए थे, जहां उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से मुलाकात की और उन्हें शादी का निमंत्रण दिया। सचिन ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर पोस्ट कर इसकी जानकारी दी। सचिन ने लिखा, 'प्रधानमंत्री को शादी का निमंत्रण देना हमारे लिए सम्मान की बात है।' सचिन ने युवा जोड़े को प्रधानमंत्री से मिले आशीर्वाद के लिए धन्यवाद भी दिया।

मेसी का मलाल- स्पेन से खेलने का ऑफर ठुकराया,अंग्रेजी न सीख पाने का आज भी अफ़सोस

बोले- भाषा की कमी से कई बड़े लोगों से खुलकर बात नहीं कर सका

मैक्सिको। अर्जेंटीना के वर्ल्ड कप विजेता कप्तान लियोनेल मेसी ने अपने करियर और निजी जीवन से जुड़े कई अहम पहलुओं पर खुलकर बात की है। एक मैक्सिकन पॉडकास्ट के दौरान मेसी ने स्वीकार किया कि बचपन में अंग्रेजी न सीख पाना उन्हें अब भी खलता है। 38 वर्षीय मेसी ने कहा, 'मुझे कई बातों का अफसोस है, लेकिन बचपन में अंग्रेजी न सीखना सबसे बड़ा पछतावा है। मेरे पास समय था, मैं पढ़ सकता था। करियर के ट्रांसफर नियमों के कारण वे छह महीने तक नहीं खेल पाए और जब खेलने का मौका मिला, तो चोटिल होकर 3 महीने के लिए बाहर हो गए थे। स्पेन में पले-बढ़े और पूरा क्लब करियर वहीं बनाने के कारण मेसी के पास स्पेन की नेशनल टीम से खेलने का विकल्प भी था। उस समय स्पेनिश फुटबॉल फेडरेशन ने उन्हें मनाने की कोशिश की। लेकिन मेसी ने साफ किया कि उनके मन में कभी भ्रम नहीं था। उनका दिल हमेशा अर्जेंटीना के साथ था। करियर के कठिन दौर में जब अर्जेंटीना बड़े टूर्नामेंटों के फाइनल हार रहा था, तब कुछ आलोचकों ने सवाल उठाए थे कि शायद स्पेन के साथ खेलते तो मेसी ज्यादा ट्रॉफी जीतते। लेकिन मेसी ने फैसले पर कभी पछतावा नहीं किया। आठ बार बैलेन डि'ओर जीत चुके मेसी ने स्वीकारा कि भले ही उन्होंने फुटबॉल में इतना कुछ हासिल किया, लेकिन सीखने व बेहतर बनने की प्रक्रिया कभी खत्म नहीं होती। रास्ते में कई अनुभव और सबक मिलते हैं, जो इंसान को बनाते हैं। मैंने एंटोनेला को बार्सिलोना में डिनर के दौरान प्रपोज किया था। हम कई साल से साथ थे और हमारे दो बच्चे भी थे। यह अचानक लिया गया फैसला नहीं था, बल्कि स्वाभाविक कदम था। यह थोड़ा फिल्मी और रोमांटिक अंदाज में था।



सोया चंक्स के हेल्थ बेनिफिट्स,डाइटीशियन से जानें किन्हें नहीं खाना चाहिए

नयी दिल्ली। सोया चंक्स शाकाहारी लोगों के लिए प्रोटीन का बेहतरीन सोर्स है। इसमें प्रोटीन के साथ फाइबर, कैल्शियम और आयरन जैसे कई जरूरी पोषक तत्व भी होते हैं। ये मसल्स और हड्डियों को मजबूत रखने व शरीर की इम्यूनिटी को सपोर्ट करने में मदद करता है। विषय को समझेंगे एक्सपर्टः डॉ. अनु अग्रवाल, सीनियर क्लीनिकल डाइटीशियन, फाउंडर- 'वनडाइडडुडे' जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से. 'नेशनल सेंटर फॉर कॉम्प्लिमेंटरी एंड इंटीग्रेटिव हेल्थ ' के मुताबिक, सोया चंक्स कोलेस्ट्रॉल लेवल कम करने में मददगार हैं। इससे महिलाओं में मेनोपॉज के दौरान होने वाले हॉट फ्लैशेज (अचानक तेज गर्मी महसूस होना) से भी राहत मिलती है। कुछ स्टडीज में पता चला है कि इससे ब्रेस्ट कैंसर का रिस्क भी कम हो सकता है। साथ ही यह हड्डियों को मजबूत रखने और ब्लड प्रेशर को संतुलित करने में भी मददगार है। हालांकि, हर व्यक्ति में इसका प्रभाव अलग हो सकता है। फिर भी संतुलित मात्रा में सोया चंक्स आमतौर पर सेहत के लिए फायदेमंद है। सवाल- सोया चंक्स में कौन-कौन से पोषक तत्व पाए जाते हैं? जवाब- 'यूनाइटेड स्टेट्स डिपार्टमेंट ऑफ एग्रीकल्चर ' के मुताबिक, 100 ग्राम सोया चंक्स में लगभग 50 ग्राम प्रोटीन होता है, जो मसल बिल्डिंग और रिकवरी के लिए बेहद फायदेमंद है। सोया चंक्स वेजिटेरियन और वीगन लोगों के लिए प्रोटीन का एक बेहतरीन सोर्स है। इसमें कैल्शियम, आयरन और मैग्नीशियम जैसे कई जरूरी मिनरल्स भी पाए जाते हैं।सवाल- सोया चंक्स कैसे तैयार किए जाते हैं? जवाब- सोयाबीन से तेल निकालने के बाद बचे हुए हिस्से को बारीक पीस लिया जाता है। फिर इसे प्रोसेस करके 'सोया चंक्स' बनाए जाते हैं। इसे बनाने की प्रक्रिया समझिए- कच्चे सोयाबीन से तेल निकालकर बचे हुए 'डी-फैटेड सोया फ्लोर' को पानी के साथ मिक्सर में मिलाया जाता है, जिससे गाढ़ी स्लरी बनती है। यह स्लरी सोया नगेट 'एक्सट्रूडर कुकिंग मशीन' में डाली जाती है। इसके अंदर स्लरी को हाई टेम्परेचर और प्रेशर पर पकाया जाता हैं। मशीन पके हुए सोया पेस्ट को कटर की मदद से छोटे-छोटे टुकड़ों में काट देती है। यह प्रक्रिया हाई प्रेशर में होती है, जिससे सोया चंक्स को स्पंजी टेक्सचर मिलता है। इन छोटे-छोटे टुकड़ों को ड्रायर में सुखा लिया जाता है। इनकी क्वालिटी जांचकर अंत में पैक करके बाजार में भेज दिया जाता है।सवाल- सोया चंक्स हमारी सेहत के लिए कितने फायदेमंद हैं? जवाब- सोया चंक्स एक हाई-प्रोटीन, लो-फैट और फाइबर से भरपूर फूड है, जो शरीर की कई जरूरतों को पूरा करता है। जैसेकि- सोया चंक्स में लगभग 52फीसदी प्रोटीन होता है, जो मसल्स ग्रोथ और रिपेयर में मदद करता है। हाई फाइबर और लो फैट होने के कारण इससे पेट देर तक भरा रहता है। यह वेट मैनेजमेंट में सपोर्ट करता है। बैड कोलेस्ट्रॉल कम करके हार्ट हेल्थ को सपोर्ट करता है। कैल्शियम और फॉस्फोरस से भरपूर होने के कारण हड्डियों और दांतों को मजबूती देता है। आयरन से भरपूर होने के कारण हीमोग्लोबिन लेवल सुधारने में मदद करता है।इसमें मौजूद डाइटरी फाइबर पाचन बेहतर करता है। यह ब्लड शुगर कंट्रोल करने में भी मदद करता है। सोया चंक्स में पौधे में पाया जाने वाला 'आइसोफ्लेवोन्स' कंपाउंड होता है। ये मेनोपॉज से गुजर रही महिलाओं में हॉट फ्लैशेज जैसी समस्याओं को कम करता है। इसमें मौजूद फॉस्फोरस ब्रेन फंक्शन और मेमोरी को सपोर्ट करता है।सवाल- सोया चंक्स को अपनी डाइट में कैसे शामिल कर सकते हैं? जवाब- इसे अपनी रोजमर्रा की डाइट में आसानी से शामिल कर सकते हैं। जैसेकि- इसे सब्जी के रूप में इस्तेमाल किया जाता है। चावल से बने व्यंजन जैसे, पुलाव या फ्राइड राइस में इस्तेमाल हो सकता है। इसे सूप में भी इस्तेमाल किया जाता है। सोया चंक्स को उबालकर सलाद में मिला सकते हैं। इसे सब्जियों के साथ हल्का सा भूनकर भी खा सकते हैं।सवाल- क्या सोया चंक्स के ज्यादा सेवन से कोई साइड इफेक्ट्स भी हो सकते हैं? जवाब- हां, इसके ज्यादा सेवन के कुछ साइड इफेक्ट्स हो सकते हैं। जैसेकि- गैस, सूजन, अपच, दस्त, कुछ लोगों में सोया से एलर्जी भी होती है, जिससे खुजली, रैशेज या सांस लेने में परेशानी हो सकती है। सोया में मौजूद 'फाइटोएस्ट्रोजेन थायरॉइड' से पीड़ित लोगों में हॉर्मोनल असंतुलन हो सकता है। सवाल- एक दिन में कितना सोया चंक्स खाना सुरक्षित है? जवाब- सीनियर डाइटीशियन डॉ. अनु अग्रवाल बताती हैं कि आमतौर पर एक स्वस्थ व्यक्ति के लिए एक दिन में 25 से 30 ग्राम सोया चंक्स सुरक्षित है। पकाने के बाद यह मात्रा लगभग एक बटे दो से 1 कटोरी हो जाती है।सवाल- क्या डायबिटिक लोग सोया चंक्स खा सकते हैं? जवाब- हां, इसका ग्लाइसेमिक इंडेक्स लो होता है। इसलिए यह ब्लड शुगर धीरे-धीरे बढ़ाता है। यह डायबिटिक लोगों के लिए बेहतर विकल्प है। सवाल- क्या बच्चों को सोया चंक्स देना सही है? जवाब- हां, सीमित मात्रा में बच्चों को सोया चंक्स दिया जा सकता है। ये उनकी ग्रोथ, मसल डेवलपमेंट और हड्डियों को मजबूत बनाने में मदद करता है। अगर बच्चे को कोई हेल्थ कंडीशन है तो पहले डॉक्टर से सलाह जरूर लें। सवाल- किन लोगों को सोया चंक्स नहीं खाना चाहिए? जवाब- डॉ. अनु अग्रवाल बताती हैं कि कुछ लोगों के लिए सोया चंक्स नुकसानदायक हो सकते हैं। सवाल- मार्केट से सोया चंक्स खरीदते समय किन बातों का ध्यान रखना चाहिए? जवाब- सोया चंक्स खरीदते समय उनकी क्वालिटी पर ध्यान देना जरूरी है। इसके लिए कुछ बातों का खास ख्याल रखें। जैसेकि- पैकेट पर एफएसएसएआई नंबर जरूर देखें। मैन्युफैक्चरिंग और एक्सपायरी डेट भी चेक करें। देखें कि पैकेट सील्ड है या नहीं। अजीब गंध वाले सोया चंक्स न खरीदें। ब्रांडेड और भरोसेमंद कंपनी के सोया चंक्स चुनें। इंग्रीडिएंट लिस्ट देखें। चेक करें कि इसमें अनावश्यक केमिकल या एडिटिव्स न हों।

भारत ने दूसरा सबसे बड़ा टोटल बनाया,एक इनिंग में सबसे ज्यादा सिक्स भी लगाए

दोनों टीमों ने मिलकर 440 रन बनाए

चेन्नई। गुरुवार को टीम इंडिया ने टी-20 वर्ल्ड कप का दूसरा सबसे बड़ा स्कोर खड़ा किया। इसी के साथ एक पारी में सबसे ज्यादा सिक्स लगाने का रिकॉर्ड भी अपने नाम दर्ज कर लिया। चेन्नई के चेपॉक स्टेडियम में खेले गए इस हाई-स्कोरिंग मुकाबले में दोनों टीमों ने मिलकर 440 रन बनाए। पहले बल्लेबाजी करते हुए भारत ने 20 ओवर में 4 विकेट के नुकसान पर 256 रन बनाए। जवाब में जिम्बाब्वे ने भी दम दिखाया, लेकिन टीम 20 ओवर में 6 विकेट पर 184 रन ही बना सकी। भारत ने मैच 72 रन से अपने नाम किया। भारत ने टी-20 वर्ल्ड कप का दूसरा सबसे बड़ा टोटल बना दिया। टीम ने 4 विकेट खोकर 256 रन बना डाले। भारत से आगे सिर्फ श्रीलंका है, जिसने 2007 में केन्या के खिलाफ 260 रन बनाए थे।भारत ने 17 सिक्स लगाए, जो किसी एक वर्ल्ड कप पारी में टीम के सबसे ज्यादा सिक्स हैं। इससे पहले भारत ने 2024 में ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ 15 सिक्स लगाए थे। मौजूदा टूर्नामेंट में भारत अब तक 63 छक्के लगा चुका है, जो किसी एक एडिशन में उसका बेस्ट प्रदर्शन भी है। इस मामले में सिर्फ वेस्टइंडीज (66) भारत से आगे हैं। भारत ने जिम्बाब्वे के खिलाफ 256 रन बनाकर टी-20 वर्ल्ड कप इतिहास में 5वीं बार 200+ स्कोर का आंकड़ा पार किया। इस सूची में भारत दूसरे स्थान पर है, जबकि साउथ अफ्रीका 6 बार 200+ टोटल बनाकर टॉप पर काबिज है। भारत और जिम्बाब्वे के बीच कुल 440 रन बने, जो टी-20 वर्ल्ड कप इतिहास का दूसरा सबसे बड़ा मैच एग्रीगेट है। इस लिस्ट में टॉप पर 2016 में वानखेड़े में खेला गया साउथ अफ्रीका बनाम इंग्लैंड मुकाबला है, जिसमें 459 रन बने थे। दिलचस्प बात यह है कि 2007 के पहले वर्ल्ड कप में भी भारत और इंग्लैंड के बीच 418 रन बने थे, जो आज भी टॉप हाई-एग्रीगेट मैचों में शामिल है।मिडिल-ऑर्डर और फिनिशर रोल में भारत के हार्दिक पांड्या का रिकॉर्ड टी-20 वर्ल्ड कप में बेहद शानदार रहा है। नंबर-5 या उससे नीचे बल्लेबाजी करते हुए उन्होंने 4 अर्धशतक लगाए हैं, जो इस पोजिशन पर किसी भी बल्लेबाज द्वारा सबसे ज्यादा हैं। उनसे पहले डेविड मिलर, शोएब मलिक और मार्कस स्टोयनिस ने 3-3 हाफ सेंचुरी लगाई हैं।जिम्बाब्वे के खिलाफ टी-20 वर्ल्ड कप में सबसे बड़ा पावरप्ले स्कोर बन गया है। भारत ने शुरुआती 6 ओवर में 80 रन बना दिए। यह ओवरऑल भारत का वर्ल्ड कप में तीसरा सबसे बड़ा पावरप्ले टोटल भी है। इसी वर्ल्ड कप में नामीबिया के खिलाफ 86/1 रन बनाकर भारत ने बेस्ट पावरप्ले टोटल दर्ज किया था। जिम्बाब्वे के ऑलराउंडर सिकंदर रजा ने टी-20 इंटरनेशनल क्रिकेट में एक खास उपलब्धि अपने नाम कर ली है। वे 3000 से ज्यादा रन बनाने और 100 से ज्यादा विकेट लेने वाले दुनिया के दूसरे खिलाड़ी बन गए हैं। उनसे पहले यह कारनामा मलेशिया के वीरनदीप सिंह कर चुके हैं। रिचर्ड नगारावा जिम्बाब्वे के लिए टी-20 इंटरनेशनल के सबसे महंगे गेंदबाज साबित हुए। उन्होंने अपने 4 ओवर में 62 रन लुटाए। यह किसी भी जिम्बाब्वे गेंदबाज द्वारा एक पारी में दिया गया सबसे ज्यादा रन है। इससे पहले यह अनचाहा रिकॉर्ड क्रिस मपोफू के नाम दर्ज था। जिम्बाब्वे के टिनोटेंडा मपोसा ने अपने टी-20 वर्ल्ड कप का पहला ओवर बेहद महंगा डाला। उन्होंने भारत के खिलाफ 23 रन खर्च किए, जो टूर्नामेंट इतिहास में किसी गेंदबाज के डेब्यू ओवर में दूसरे सबसे ज्यादा रन हैं। इस लिस्ट में उनसे आगे सिर्फ केन्या के स्टीव टिकोलो हैं, जिन्होंने 2007 वर्ल्ड कप में श्रीलंका के खिलाफ अपने एकमात्र ओवर में 25 रन दिए थे।

होली पर मेरे साथ सेक्शुअल अब्यूज हुआ था,हर साल इस दिन वो ट्रॉमा ट्रिगर हो जाता है, मैं इस दुख से कैसे निकलूं?

नयी दिल्ली। विषय को समझेंगे एक्सपर्ट- डॉ. द्रोण शर्मा, कंसल्टेंट साइकेट्रिस्ट, आयरलैंड, यूके। यूके जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से. सवाल- मेरी उम्र 32 साल है। मैं बचपन में अपने ही रिश्तेदार के हाथों सेक्शुअल अब्यूज का शिकार हो चुकी हूं। मेरे अब्यूज की कहानी का होली से गहरा कनेक्शन है। होली में रंग खेलने के बहाने वो हमेशा मुझे गलत तरीके से छूता था। मेरी उम्र कम थी। मैं डर और संकोच के कारण कुछ कह नहीं पाती थी। उससे बड़ी बात कि मैं समझ भी नहीं पाती थी कि ये क्या हो रहा है। बस अनकंफर्टेबल फील होता था। घर में कभी किसी ने मेरे इस डिसकंफर्ट को नोटिस नहीं किया। ये सिलसिला कुछ 4 साल तक चला होगा। अब मैं एडल्ट और इंडिपेंडेंट हूं, लेकिन होली नजदीक आते ही मेरा पास्ट ट्रॉमा ट्रिगर हो जाता है। मैं अपने दोस्तों और पार्टनर के साथ भी होली खेलने में सहज नहीं महसूस करती। होली के दिन मूड ऑफ रहता है। मैं इस ट्रॉमा से कैसे बाहर निकलूं? सवाल पूछने के लिए आपका बहुत शुक्रिया। मैं आपकी मनःस्थिति समझ सकता हूं। यूं तो होली रंगों और खुशियों का त्योहार है, लेकिन जो भी लोग बचपन में इस त्योहार के बहाने सेक्शुअल अब्यूज या किसी भी तरह के गलत व्यवहार का शिकार हुए होते हैं, उनके भीतर यह दिन ट्रॉमा ट्रिगर कर सकता है। यह पोस्ट ट्रॉमैटिक स्ट्रेस डिसऑर्डर का संकेत है। जिस घटना, जगह, व्यक्ति से हमारा ट्रॉमा जुड़ा हो, उसके आसपास होने पर वही पुराना ट्रॉमा फिर से सतह पर आ जाता है और मानसिक रूप से दुखी, परेशान कर सकता है। लेकिन यहां मैं आपसे एक बात पूरा जोर देकर कहना चाहता हूं कि पीटीएसडी कोई कमजोरी नहीं है। नेशनल इंस्टीट्यूट फॉर हेल्थ एंड केयर एक्सेलेंस और रॉयल कॉलेज ऑफ साइकिएट्रिस्ट्स का ये मानना है कि पीटीएसडी हमारे शरीर और ब्रेन का डिफेंस मैकेनिज्म है। यह इसलिए विकसित होता है क्योंकि हमारी बॉडी हमें प्रोटेक्ट करना चाहती है। किसी गहरे सदमे या डरावने अनुभव के बाद यह विकसित होता है। इस बात को गहराई से समझने के लिए हमें थोड़ा अपने शरीर की बायोलॉजी को भी समझना पड़ेगा। तो आइए शुरू करते हैं। जब कोई बच्चा सेक्शुअल अब्यूज का शिकार होता है तो उसके शरीर में फाइट-फ्लाइट-फ्रीज मोड एक्टिव हो जाता है। इसके परिणामस्वरूप- एड्रेनेलाइन हॉर्मोन रिलीज होता है। कॉर्टिसोल (स्ट्रेस हार्मोन) रिलीज होता है। दिल की धड़कन तेज हो जाती है,शरीर के सारे सेंसेज (इंद्रियां) ज्यादा एक्टिव हो जाते हैं। बहुत ज्यादा स्ट्रेस होने पर- कॉर्टिसोल ब्रेन के मेमोरी सेंटर को ज्यादा मजबूत कर देता है। ब्रेन उस घटना को एक 'डेंजरस' घटना के रूप में 'टैग' कर देता है। उस बुरी घटना से जुड़ी सारी डिटेल्स (स्पर्श, गंध, रंग, ध्वनि) सब गहराई से ब्रेन में रजिस्टर हो जाते हैं। इसके बरक्स जेनेरिक बातें, सामान्य विवरण धुंधले पड़ जाते हैं। लेकिन खतरे से जुड़ी सारी डिटेल्स ब्रेन में बहुत गहरे और साफ बनी रहती हैं। हमारी बायोलॉजी इस बात को सुनिश्चित करती है कि हम उस बुरी घटना से जुड़ी हर डिटेल को अच्छे से याद रखें। हो सकता है कि सरवाइवर को रोजमर्रा की सामान्य बातें, घटनाएं याद न रहें। लेकिन उसे अब्यूज से जुड़ी हरेक बात, हर डिटेल बहुत अच्छे से याद रहती है। जरूरी बात- कॉर्टिसोल हॉर्मोन डेंजर को याद रखने में हमारी मदद करता है, ताकि ठीक वैसा ही खतरा सूंघते ही हम तुरंत एलर्ट हो जाएं। लेकिन इसका नुकसान ये होता है कि हम दुर्घटना से जुड़ी हर सेंसरी डिटेल को जरनलाइज करने लगते हैं। जैसेकि चूंकि आपके अब्यूज की याद होली से जुड़ी है तो आपका ब्रेन हर होली को डेंजर के रूप में याद रखता है। तो एमिग्डला कहता है- 'खतरा।' एक व्यक्ति को ये पता है कि अभी खतरा नहीं है। अभी तो मैं सुरक्षित हूं, फिर भी एमिग्डला सुपर एक्टिव होकर ये बताता है कि नहीं, ये बिल्कुल पुरानी वाली सिचुएशन है। आसपास खतरा है। रियलिटी और ब्रेन मैसेज के बीच में ये जो गैप है, इसी कारण पुराने ट्रॉमा को लेकर अकसर हमारा रिएक्शन हमारे कंट्रोल में नहीं होता। यहां मैं आपको एक सेल्फ एसेसमेंट टेस्ट दे रहा हूं। नीचे ग्राफिक्स में कुल 4 सेक्शंस हैं और 13 सवाल हैं। आप इन सवालों को ध्यान से पढ़ें और 0 से 4 के स्केल पर इसे रेट करें। 0 का मतलब है 'बिलकुल नहीं' और 4 का मतलब है, 'हमेशा।' अंत में अपना टोटल स्कोर काउंट करें और स्कोर की एनालिसिस करें। स्कोर इंटरप्रिटेशन भी ग्राफिक में दिया हुआ है। जैसेकि अगर आपका टोटल स्कोर 15 से कम है तो इसका मतलब है कि बहुत माइल्ड पीटीएसडी है, लेकिन अगर स्कोर 45 से ज्यादा है तो पीटीएसडी बहुत हाई है। ऐसे में प्रोफेशनल हेल्प बहुत जरूरी है।

उपचार में दवाओं के बजाय हमदर्दी तेजी से काम करती है

मुझे याद तक नहीं कि कितनी बार मैं झुकी-सी कमर और थकान के साथ नागपुर के हमारे पारिवारिक चिकित्सक स्वर्गीय डॉ. हरिदास की डिस्पेंसरी में गया था। लेकिन मुझे यह याद है कि इसमें से 90 फीसदी दफा मैं उसी डिस्पेंसरी से महज 20 मिनट में सीधी कमर के साथ मुस्कराता और कूदता हुआ बाहर निकला। सबसे पहले डॉक्टर मेरे सिर पर हाथ फेरते। फिर मुझसे जीभ बाहर निकालने के लिए कहते और टॉर्च से इसके भीतर ऐसे देखते, जैसे मैं वहां कुछ छिपा रहा हूं। फिर वह अपने स्टेथोस्कोप से मेरे दिल और फेफड़ों की जांच करते। वह अपने साफ सुथरे मैनिक्योर किए हाथों से मेरी कलाई पकड़ते और उस समय में मुझसे कुछ ऐसी बातें करते रहते, जिनका मेरी बीमारी से कोई लेना-देना नहीं होता था। वह पूछते कि मैंने आज क्या खाया, कौन-सा विषय मेरे लिए बहुत कठिन है या सरल है। कौन-सा शिक्षक मुझे सबसे ज्यादा पसंद है इत्यादि। अंततः वो मुझे एक गोली देकर इसे अपने सामने ही खाने के लिए कहते, इस भरोसे के साथ कि 'ये गोली तुम्हारे भीतर एक जादू करेगी। तुम यहां से 10 मिनट में ही नाचते-कूदते चले जाओगे।' मैं कभी महसूस ही नहीं कर पाया कि मेरी बीमारी ठीक होने के जादू का कारण उनकी दी हुई गोली नहीं थी, बल्कि उनके जादुई शब्द और

भरी देखभाल मरीज की रिकवरी को तेज करती है। एक डॉक्टर का धैर्य और समर्पण समाज के लिए एक आदर्श स्थापित करता है।' उन्होंने चिकित्सा को महज एक पेशा नहीं, बल्कि मानवता की सच्ची सेवा करार दिया। राष्ट्रपति ने समारोह में ग्रेजुएशन कर रहे विद्यार्थियों को डिग्री और मेडल प्रदान किए और इस ऐतिहासिक आयोजन का हिस्सा बनने पर प्रसन्नता व्यक्त की। जैसे राष्ट्रपति ने जिक्र किया, वैसे सैंकड़ों चिकित्सक देश में हैं और उनमें से एक स्वर्गीय डॉ. वी बालासुब्रमणियम मुझे अच्छी तरह से याद हैं, जो '20 रुपए वाला डॉक्टर' के नाम से मशहूर थे। एक ऐसा व्यक्ति जो गरीबों के लिए भगवान था। नवंबर 2016 में तमिलनाडु के कोयंबटूर में उनके घर और डिस्पेंसरी की गलियों में लोगों का हुजूम उमड़ पड़ा था, जो अपने प्यारे '20 रुपए वाले डॉक्टर' को श्रद्धांजलि देने आए थे। उन्होंने कभी भी अपने मरीजों से उपचार के लिए 20 रुपए से अधिक फीस नहीं ली। पहले उन्होंने अपने मरीजों के खगड़िया से एक बेहद गरीब मरीज आया। जियाउर्रहमान स्वयं भी वहीं के रहने वाले थे। मरीज अपने उपचार के लिए करीब 1200 किलोमीटर की यात्रा कर उनके पास पहुंचा। इसी के कारण वह दिल्ली की अपनी मोटी तनख्वाह वाली नौकरी छोड़ कर अपने गृह नगर में सिर्फ 50 रुपए में मरीजों का इलाज करने के लिए प्रेरित हुए। पिछले 35 वर्षों से बिहार के बरबीघा गांव के डॉ. रामानंद सिंह, पटना के डॉ.एजाज अली, आंध्र प्रदेश के कडप्पा जिले की डॉ. नूरी परवीन, कर्नाटक के डॉ. शंकरे गौड़ा इतनी कम फीस लेते हैं, जिसमें सड़क किनारे की गुमठी से एक कप चाय भी नहीं खरीदी जा सकती। लेकिन जब हम देश के सरकारी अस्पतालों के गलियारों में मदद के लिए गूंजती मरीजों की करुण पुकार सुनते हैं तो ये डॉक्टर चिकित्सकीय उपचार मुहैया कराते ?हैं। फंडा यह है कि शायद ये चिकित्सक जानते हैं कि एक प्रगतिशील राष्ट्र के लिए स्वस्थ आबादी कितनी जरूरी है। और इसीलिए वे हमदर्दी से इतने भरे हुए हैं।

जीवन रुकता नहीं, लेकिन सुरक्षा के लिए थोड़ा ठहरना होगा

हमारे आसपास का जीवन बहुत असुरक्षित हो गया है। महामारी से उबरी दुनिया ने यह नहीं सोचा होगा कि हवाई जहाज की यात्रा लगातार डरावनी होती जाएगी या उसकी जगह हेलीकॉप्टर से की गई यात्रा आखिरी यात्रा साबित होगी और इन सबसे अगर कोई बच गया तो वह पुल ही धंस जाएगा जो जीवन को पार लगाएगा।अगर फिर भी सांस रही तो कोई सड़क दुर्घटना हो जाएगी या गर्मी में एयर कंडीशनर ही फट जाएगा। और तो और, वैक्सीनेशन के कवच में सुरक्षित लोग जब दौड़ेंगे, खेलेंगे या वर्जिश करेंगे तो उनके आसपास वह डेटा बड़बड़ाता आ जाएगा, जो यह बताएगा कि आज किसी भी उम्र में, किसी की भी धड़कन थम सकती है। ऐसे में इस अनिश्चितता का सामना कैसे किया जाए? जीवन तो रुकता नहीं है। तो अगर किसी की पहली हवाई यात्रा मौत और जिंदगी की उड़ान के बीच लैंड करे तो सोचिए उस यात्री का क्या हाल हुआ होगा। और उनका क्या जो हर बार किसी पुल से गुजरते वक्त घबरा जाएंगे! अभी तो एयर क्रैश के बाद भी इमरजेंसी लैंडिंग का सिलसिला जारी है। क्या एयर क्रैश, एक्सीडेंट्स, पुलों का गिरना एक न्यू नॉर्मल बनता जा रहा है? क्या सेफ्टी के मूल्य को दरकिनार कर जीवन चलने का नाम है की आड़ में यूं ही मौत का सिलसिला जारी रहेगा? आखिर ऐसी परिस्थिति में तमाम संस्थाएं करें तो क्या करें? मुझे लगता है समय आ गया है कि तमाम मूल्यों में सेफ्टी के मूल्य को संस्थाएं टॉप मोस्ट मूल्य बनाएं। क्योंकि बैलेंस शीट और लाभ, टारगेट, रेवेन्यू के जमाने में मुनाफा कमाने का अत्यधिक दवाब चारों तरफ है। एक हवाई जहाज की कितनी उड़ान बनती है और उससे कितना पैसा आता है; उससे ज्यादा जरूरी है यह देखना कि सुरक्षा मानकों को ठीक से फॉलो किया जा रहा है या नहीं? क्या यह संभव है कि कोई कंपनी सारे सुरक्षा मानकों से कोई समझौता न करे और अपनी एक के बाद एक उड़ानें रद्द कर दे? या किसी कारखाने में बिना सेफ्टी शूज, बेल्ट, ग्लासेस, हेलमेट के मैनेजमेंट से लेकर अंतिम आदमी तक प्रवेश न कर पाए? आखिर सुधार की सुगबुगाहट विध्वंस के बाद ही क्यों होती है? सुरक्षा हमारा सामाजिक व्यवहार क्यों नहीं बन पा रही है? कार्यस्थल पर स्वास्थ्य, सुरक्षा और कल्याण का समर्थन करने वाले एक लेख में लेखक मानते हैं कि सुरक्षा संस्कृति कंपनी अभ्यास में एक महत्वपूर्ण मुद्दा है।

जैसा कि हेल और होवडेन ने कहा भी है कि हम आजकल 'सुरक्षा के तीसरे युग' में रहते हैं, जिसमें अब केवल तकनीकी (पहला युग) या संगठनात्मक उपायों (दूसरा युग) पर ध्यान केंद्रित नहीं किया जाता है। सुरक्षा पर ध्यान करना ही मुख्य रूप से संस्कृति और मानव व्यवहार का हिस्सा बनना चाहिए। अभी पिछले ही साल दिल्ली की बारिश में कितने छात्रों ने लाइब्रेरी के बेसमेंट में जलसमाधि ले ली, कितने अस्पतालों के एसी फट गए, कितने पुल गिर गए, रेल हादसे भी हुए। ऐसे में एक व्यक्ति के लिए जीवन दिनों-दिन असुरक्षा की भावना से भरता जा रहा है। ऐसे युग मे जहां हर व्यक्ति-वस्तु का आर्थिक मूल्य ही वास्तविक मूल्य बना हुआ है; सुरक्षा के मूल्य को सामाजिक व्यवहार बनाना आसान नहीं है। पर हमें यह करना तो पड़ेगा ही। इसलिए आवश्यक है कि हर स्तर पर व्यक्ति की सुरक्षा को सर्वोपरि बनाया जाए और इससे कोई समझौता न किया जाए। भारत में कार बनाने वाली कंपनियों में से कुछ की गाड़ियां सुरक्षा मानक में सर्वोपरि होती हैं। अब तो ऑटो कंपनियां ऐसी गाड़ियां भी बना रही हैं कि अगर ड्राइवर ने सीट बेल्ट नहीं लगाया तो वह स्टार्ट ही नहीं होगी। कुछ व्यापार-समूहों ने भी स्पीड के साथ सेफ्टी को प्रथम मूल्य बनाया है और उनके प्लांट्स या कॉलोनीज में व्यक्ति की सुरक्षा उस सेफ्टी मूल्य से निर्धारित होती है। जापानी कंपनियां भी सुरक्षा को सर्वोच्च मानती हैं। तो क्या एविएशन या रेल में ऐसा नहीं हो सकता? दो उड़ानों के बीच में हवाई जहाज को उचित समय दिया जाए, ताकि सुरक्षा को लेकर कोई अनदेखी न हो। अगर सरकार के मानक सख्त हो जाएंगे तो मानवीय या तकनीकी गलती से होती दुर्घटनाओं से बचा जा सकता है। (ये लेखक के अपने विचार हैं)

क्या हमने जेपी आंदोलन के सवालों पर गौर किया है?

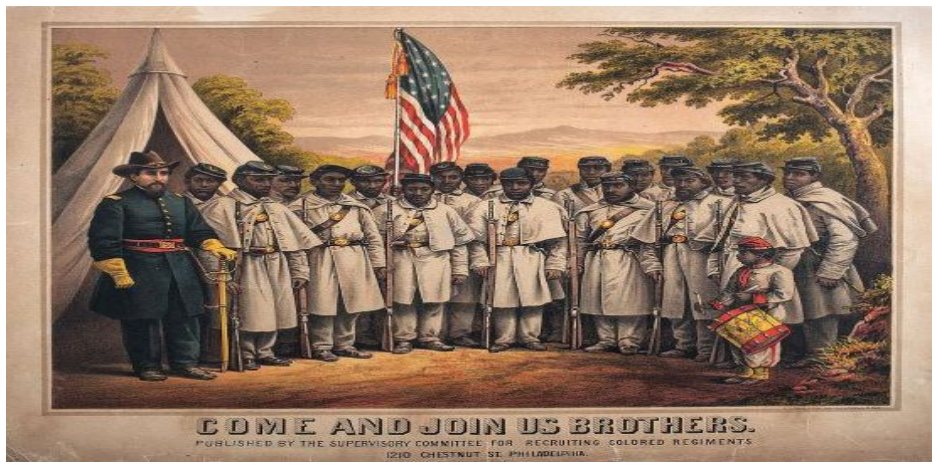
(अभय कुमार दुबे) इंदिरा गांधी द्वारा 1975 में अपनी कुर्सी बचाने के लिए थोपे गए आपातकाल की जितनी निंदा की जाए, उतनी कम है। मैं, मेरे पिता और मेरा परिवार भी आपातकाल में राजनीतिक उत्पीड़न का शिकार रहा है। लेकिन क्या आपातकाल से हमने, हमारे नेताओं ने और हमारी लोकतांत्रिक प्रणाली ने कोई सबक सीखा है? इस सवाल का जवाब आपातकाल और स्वस्थ विचार-विमर्श पर आधारित थी। विपक्ष-मुक्त भारत बनाने के दावे खुलेआम नहीं किए जाते थे। कॉर्पोरेट पूंजी सत्ता की संरचनाओं को नियंत्रित करते हुए नहीं देखी जाती थी। पार्टियां अपना सांगठनिक विस्तार दलबदल के जरिए नहीं करती थीं। एक राज्यसभा चुनाव में सौ करोड़ से भी ज्यादा खर्च किए जाएंगे, इसकी कल्पना भी नहीं की जा सकती थी। राजनीति से जुड़े

में जेल गए लोगों के अनुभव से पैदा हुई तल्खी से परे जाता है। हमें नहीं भूलना चाहिए कि आपातकाल लगाने की नौबत जयप्रकाश नारायण के नेतृत्व में चले 1974 के आंदोलन की बदौलत आई थी। इस आंदोलन के मर्म में लोकतांत्रिक राजनीतिक सुधारों का प्रश्न था। आज हम चाहें तो इस प्रश्न को इस रूप में समझ सकते हैं कि उस जमाने के आंदोलनकारी छात्र और युवा पूछ रहे थे कि हमारा प्रतिनिधि कैसा होना चाहिए? अगर वह अच्छे प्रतिनिधि की कसौटियों पर खरा नहीं उतरता तो क्या जनता को अपने प्रतिनिधि की वापसी का अधिकार नहीं देना चाहिए? क्या चुनाव में होने वाले राजनीतिक भ्रष्टाचार को नियंत्रित करने वाली संहिताएं नहीं बननी चाहिए? क्या पार्टियों में आंतरिक लोकतंत्र नहीं होना चाहिए? क्या सत्ता पाने के लिए धनबल और बाहुबल का उन्मूलन करने के संस्थागत बंदोबस्त नहीं होने चाहिए? क्या धर्म और जाति के आधार पर वोटों की गोलबंदी पर रोक नहीं लगनी चाहिए? आपातकाल के बाद भी कांग्रेस 19 साल सत्ता में रही है। भाजपा भी 17 साल सत्ता भोग चुकी है। हर तरह की क्षेत्रीय पार्टी किसी न किसी रूप में प्रदेश या केंद्र में कभी न कभी सत्ता प्राप्त कर चुकी है। क्या इनमें से कोई पार्टी आज कह सकती है कि उसने जेपी आंदोलन द्वारा उठाए गए सवालों पर कभी गौर किया है, या उनके आधार पर अपने घोषणापत्र बनाए हैं? वास्तविकता में जो हुआ, वह उस आंदोलन के शब्दों और भावनाओं का ठीक उल्टा है। पिछले पचास साल में भारतीय लोकतंत्र की गुणवत्ता में लगातार गिरावट आई है। 1975 में पक्ष हो या विपक्ष, चुनाव आयोग एवं अन्य वैधानिक संस्थाओं की निष्पक्षता पर कोई संदेह नहीं करता था। पत्रकार का मुख्य काम सत्ता से सवाल पूछना था, न कि वह उसे क्लीन चिट देते हुए विपक्ष को कोने में धकेलता हुआ दिखता था। अर्थव्यवस्था के जो भी आंकड़े होते थे, उन पर कोई संदेह नहीं करता था। आपातकाल के महीनों को छोड़ दिया जाए तो संसद में कानून बनाने की प्रक्रिया अधिक लोकतांत्रिक प्रभावशाली लोग आपराधिक प्रकरणों में लिप्त दिखाई देंगे, सोचना भी कठिन था। क्या यह अजीब नहीं लगता कि लोकतंत्र के चौतरफा विकृतीकरण के इस भीषण दौर में आपातकाल के दौरान जेल गए लोग स्वयं को नागरिक और राजनीतिक अधिकारों के अग्रदूत के तौर पर पेश करते हैं? जो लोग तब जेल में थे (चाहे वे पत्रकार हों या नेता), उन्होंने लोकतंत्र को समृद्ध करने की दिशा में कदम उठाया है? आपातकाल का जो राजनीतिक इतिहास पेश किया जा रहा है, वह भी तथ्यात्मक दृष्टि से सही नहीं है। 1977 में इंदिरा गांधी अलोकप्रिय जरूर थीं, लेकिन केवल उत्तर भारत में। दक्षिण ने उस चुनाव में भी कांग्रेस को 150 से ज्यादा सीटें दी थीं। सत्ताच्युत हो जाने के बावजूद कांग्रेस को 34.52फीसदी वोट प्राप्त हुए थे। यानी, 2014 में भाजपा की जीत से भी अधिक। आपातकाल के ढाई साल बाद कांग्रेस 353 सीटें जीतकर सत्ता में लौट आई। उसे 42.69फीसदी वोट मिले, जो भाजपा को आज तक नहीं मिले हैं। तो क्या वास्तव में देश की जनता ने 1977 में नागरिक आजादियों के छिन जाने से नाराज होकर वोट दिया था? क्या वह वोट इमरजेंसी-विरोधी था, या उसका चरित्र महज नसबंदी विरोधी था? कांग्रेस केवल उन्हीं इलाकों में हारी थी, जहां जबरिया नसबंदी कार्यक्रम चलाया गया था।

इसी से जुड़ा व्यापक प्रश्न है कि क्या आमजन को अपनी राजनीतिक आजादियां उतनी ही और उसी तरह से प्यारी हैं, जिस तरह हम सिद्धांततः मानना पसंद करते हैं? सच यह है कि इमरजेंसी से किसी ने कोई सबक नहीं सीखा। न उन्होंने जिन्होंने लगाई थी, न उन्होंने जिन्होंने तथाकथित दूसरी आजादी के लिए संघर्ष किया था। अब भी मौका है कि इमरजेंसी के कड़वे अनुभव की रोशनी में हम अपनी लोकतांत्रिक संहिताओं को दोबारा लिखने पर गम्भीरतापूर्वक विचार शुरू कर दें। अब भी मौका है कि इमरजेंसी के कड़वे अनुभव की रोशनी में हम अपनी लोकतांत्रिक संहिताओं को दोबारा लिखने पर विचार शुरू कर दें। अगर हमने ऐसा न किया तो हमारा लोकतंत्र एक आत्माविहीन शरीर जैसा ही रहेगा।(ये लेखक के अपने विचार हैं)

अमेरिका में अब समाजवाद क्यों लोकप्रिय हो रहा है?

(शेखर गुप्ता) जोहरान ममदानी चर्चा के विषय बनने वाले हैं। दुनिया के सबसे उदार, शक्तिशाली और समृद्ध यहूदी-बहुल शहर की बागडोर उनके हाथों में आने वाली है। वे गाजा के समर्थक हैं, अमेरिकी राष्ट्रपति के अपने इलाके में जबरदस्त ट्रम्प-विरोध को बुलंद करते हैं और डेमोक्रेटिक लेफ्ट की पैरोकारी करते हैं।ट्रम्प ने उन्हें 'सौ फीसदी कम्युनिस्ट पागल' कहा है। ट्रम्प उनके उत्कर्ष के लिए डेमोक्रेटिक लेफ्ट की चार महिला नेताओं की 'चौकड़ी' को जिम्मेदार मानते हैं। वैसे ट्रम्प से अपमानित होने का न्यूयॉर्क में कोई बुरा नहीं मानता। लेकिन मैं ममदानी के कुछ प्रमुख चुनावी वादों की चर्चा करूंगा। वे बसों का किराया खत्म कर देंगे (दिल्ली, कर्नाटक, तेलंगाना और इसके बाद और सारे शहर गौर करें); सब्सिडी से बनाए गए 20 लाख आवासों का किराया 'फ्रीज' कर देंगे (हम अपने रेंट कंट्रोल एक्ट को याद करें); सार्वजनिक आवास विकास एजेंसी (भारत के हर शहर में डीडीए, म्हाडा, बीडीए आदि हैं) के जरिए तीन साल के अंदर दो लाख और आवास बनवाएंगे; छह सप्ताह के नवजात शिशुओं से लेकर पांच साल तक के बच्चों को व्यापक बाल सुरक्षा सेवा (आंगनवाड़ी?) उपलब्ध करवाएंगे; और सरकारी किराना स्टोर खोलेंगे, जिनमें कम कीमत पर सामान मिलेंगे। आपको अपनी राशन की दुकानों, केंद्रीय भंडारों और सहकारी सुपर मार्केट की याद है न? इन सारे कार्यक्रमों को भारतीयों की दो पीढ़ियां समाजवादी राज्य-व्यवस्था की भारी नाकामियों के रूप में याद करती हैं। जिस तरह मैं 10 साल की उम्र में अपनी मां के साथ हर चीज खरीदने के लिए राशन की दुकान के आगे लाइन में खड़ा हुआ करता था, उस तरह अगर आप भी खड़े हुए होंगे तब आप समझ जाएंगे कि मैं क्या कहना चाह रहा हूं। इन सरकारी दुकानों में कामगार तबकों के लिए चीनी (1967 में प्रति व्यक्ति प्रति सप्ताह 200 ग्राम के हिसाब से), गेहूं से लेकर मीटर के नाप से कपड़े तक हर चीज उपलब्ध होती थी। आपने अपने शहरों में कामगार तबकों के लिए बनाए गए सरकारी आवासों को भी जरूर देखा होगा, जिन्हें कंक्रीट का स्लम कहा जाता है। हर शहर में आपको वे मिल जाएंगे। हमारी मुफ्त बस सेवाएं राज्य सरकारों की आर्थिक तंगी के कारण नाकाम हो रही हैं। ऐसी सारी योजनाएं जो अपने देश में विफल हो गईं, उन्हें ममदानी उस शहर में दोहराना चाहते हैं जिसे लाखों भारतीयों ने मुख्यतः आर्थिक शरणार्थी के रूप में अपना नया घर बनाया है। ममदानी इतनी कम उम्र के हैं कि उन्होंने ये सारे विचार भारत से शायद ही लिए होंगे, और यह भी मुमकिन नहीं है कि उनके अभिभावकों ने इस सबका खुद बहुत अनुभव लिया होगा। लेकिन, जिस देश ने आधुनिक विश्व को पूंजीवादी सपना दिया और जो शहर तेज कामयाबी का प्रतीक माना जाता है, वहां समाजवाद के प्रति लगाव दिलचस्पी का विषय है। इससे भी दिलचस्प है न्यूयॉर्क के युवाओं में इसके प्रति आकर्षण। अमेरिका के प्रायः सभी बड़े शहरों में यही स्थिति है, वे सब डेमोक्रेटों के नियंत्रण में हैं। और ममदानी उस 'दस्ते' के भी बाएं खड़े हैं। जिस शहर को पूंजीवादी सफलता का ब्रांड-दूत होना चाहिए था, यह उसका विरोधाभास है। या ऐसा तो नहीं है कि इस तरह की सफलता अंततः समाजवाद के लिए जमीन तैयार करती है? कि आप इतने अमीर हो गए हैं कि समाजवाद की छूट दे सकते हैं? यूरोप ने जब खूब अमीरी हासिल कर ली तब धुर वामपंथ की ओर मुड़ गया था, और अब रास्ता बदल रहा है। समृद्ध समाजों में समाजवाद प्रवासियों को आकर्षित करता है और इसके साथ नस्ली, धार्मिक विविधताएं भी लाता है। सच कहें तो दूर देशों के जनजातीय आंतरिक संघर्षों को भी ले आता है। इसके खिलाफ प्रतिक्रिया होती है और दक्षिणपंथ लौट आता है। ऐसा स्कैंडिनेविया में भी हुआ, जिसे सर्वश्रेष्ठ समाजवाद का घर माना जाता है। भारत की समस्या यह है कि बुरे विचारों ने इसका पीछा कभी नहीं छोड़ा। केवल अच्छे लोग और सर्वश्रेष्ठ दिमाग इसे छोड़कर चले गए। सबसे शानदार, सबसे महत्वाकांक्षी, उद्यमी भारतीयों ने अमेरिका को अपना घर बना लिया। वे हमारे फर्जी समाजवाद से नहीं, तो आखिर किससे भाग रहे थे? आज जो भी भारतीय 'डंकी रूट' की खातिर अपना जीवन जोखिम में डालता है, वह समाजवाद से भाग रहा होता है। जांच कीजिए कि सरकार वितरणवादी जनकल्याण पर कितना खर्च कर रही है और दक्षिणपंथी मानी गई भारतीय जनता पार्टी ने भारतीय समाजवादियों की रेवड़ी संस्कृति को आज किस हद तक अपना लिया है। जिस देश ने विश्व को पूंजीवादी सपना दिया, वहां समाजवाद के प्रति लगाव दिलचस्पी का विषय है। इससे भी दिलचस्प है न्यूयॉर्क के युवाओं में इसके प्रति आकर्षण। अमेरिका के प्रायः सभी बड़े शहरों में यही स्थिति है। (ये लेखक के अपने विचार हैं)



पुकार! किसी के पास कान हो तो सुने!

हर तरफ बादल हैं। बारिश है। बाढ़ भी। पहाड़ों पर तबाही ज्यादा है। वे सरक रहे हैं। दरक रहे हैं। मैदानों में हमेशा की तरह कहीं भारी बारिश। कहीं बूंदा-बांदी। लेकिन बिहार जहां इन? दिनों अमूमन बाढ़ होती है, फिलहाल सूखा है। गर्मी है। चुनावी गर्मी। यहां चुनाव होने हैं अक्टूबर-नवम्बर में, लेकिन चुनावी गर्मी अभी से सिर चढ़कर बोल रही है। कभी विरोधी दलों के लोग, लालू यादव को चारा खाते दिखा रहे हैं। कहीं तेजस्वी और लालू, नीतीश कुमार और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी पर तंज कस रहे हैं। सवाल पर सवाल। जवाब पर जवाब। बाकायदा एक-दूसरे के खिलाफ चौराहों पर पोस्टर चिपकाए जा रहे हैं। दरअसल, बिहार में चुनाव, मुद्दों और मसलों पर कम, जातीय गणित के हिसाब से ज्यादा जीते जाते हैं। बारिश के दिनों में वर्षों से आधे से ज्यादा बिहार पानी में डूबा रहता है। लोग सड़कों पर अपना डेरा बांधते हैं और चौमासा वहीं गुजारते हैं। कोई स्थायी इलाज नहीं। कोई पुख्ता उपाय नहीं। कोई रहने-खाने का इंतजाम नहीं। जातीयता हर बाढ़ और हर आफत पर भारी है। इस जातीय गणित ने पूरे राज्य का बंटाधार कर रखा है। जातीय गणित भी कुछ इस तरह है कि भाजपा को वहां हराना है तो नीतीश कुमार और लालू यादव के राजद को साथ आना होता है। जहां तक राजद की बात है, बिहार में यादवों की संख्या या प्रतिशत काफी है, इसलिए लालू को हराना है तो भाजपा और नीतीश कुमार को साथ आना पड़ता है। चिराग पासवान इन सबके बीच में कहीं आते हैं। हालांकि राज्य की राजनीति में उनकी पार्टी का कोई ज्यादा योगदान नहीं रहा क्योंकि वे केंद्र की राजनीति में ज्यादा भरोसा करते हैं। जितने सांसद लड़ाते हैं, अक्सर सब के सब जीत ही जाते हैं। यहां अक्टूबर-नवंबर में होने वाले चुनाव के नतीजों का अंदाजा लगाया जाए तो लोगों का कहना है कि अगर कोई अनहोनी या आसमानी सुल्तानी नहीं हुई, तो ये नतीजे भी हरियाणा या बहुत हद तक महाराष्ट्र के चुनाव नतीजों से ज्यादा अलग नहीं होंगे। हरियाणा में भाजपा की एकतरफा जीत हुई थी जबकि महाराष्ट्र में मिली-जुली। महाराष्ट्र के नतीजे इस तरह आए थे कि भाजपा से उसके दोनों साथी यानी शिंदे सेना और अजित पवार किसी तरह की सौदेबाजी की सूरत में नहीं रहे थे। यही वजह है कि वहां फडणवीस सरकार मजे से चल रही है। दोनों सहयोगी दलों में से एक बगावत भी कर ले तो सरकार की सेहत पर कोई फर्क पड़ने वाला नहीं है। इधर उत्तर भारत में रह-रहकर बादल बरस रहे हैं। गलियां, सड़कें सुड़क-सुड़क कर रही हैं। वाहन चीखें मार रहे हैं। दिन उगता है तो लगता है जैसे सूरज शर्मीला चम्पा का फूल हो! उठने से पहले ही जैसे डूबने को होता है। सांझ से ही सन्नाटा छा जाता है। बारिश की मंद-मंद फुहारें, जैसे पाला पड़ रहा हो! बूढ़ा आकाश शाम से ही ऊंघने लगता है। उसकी आंखों में नींद साफ देखी जा सकती है। कीचड़ और पानी के मिलन के बीच सड़कों पर पैदल चलते आदमी की तो पूछिए मत! वो सबको झेल रहा है। दोपहिया-चार पहिया वाहनों को भी और ऊपर से बरसते पानी को भी। सरकारें, प्रशासन और प्रशासनिक अफसर दुबके पड़े हैं। उन्हें किसी की पड़ी नहीं है। आम आदमी बेहाल है। अपनी पीड़ा किससे कहे? कहां जाए? सरकार में, प्रशासन में, मंत्री, संतरी, अफसर, बाबू, किसी के पास कान हों तो सुने! युगों-युगों से आम आदमी के तो दो ही मजबूत आसरे रहे हैं।

चिंतन कर रहे हों तो उस समय गहरी सांस लेते रहें

हम लोग अपनी बुद्धि का भी सही उपयोग नहीं कर पाते हैं। अधिकांश मौकों पर हमारी बुद्धि

का संचालन मन करता है। जबकि संचालन होना चाहिए मस्तिष्क, हृदय द्वारा। मन के कुटिल विचार बुद्धि को भी गलत रास्ते पर ले जाते हैं। सुबह घर से निकलने से पहले अपने ही नजरिए पर काम करिए। किसी विषय पर आप सोचते हैं कि ऐसा करें तो एक-दो बार यह भी सोचिए कि ऐसा क्यों ना करें। अलग-अलग नजरिए से देखने पर बुद्धि संतुष्ट होती है। उसे लगता है कि मेरा मालिक मुझे मांज रहा है, विकल्प दे रहा है, बुद्धिमान होने की तैयारी कर रहा है। और जब आप बुद्धि के साथ मन को हटाकर हृदय या मस्तिष्क के प्रभाव में काम करते हैं तो यह बिल्कुल ऐसा होता है जैसे गहराई में उतरना। बुद्धि को जब गहराई में ले जाएं किसी विषय की तो बेचैनी होगी, थकान होगी। लेकिन आंख बंद करके सांस को बुद्धि से जोड़िए। बुद्धि को यदि सांस का समर्थन मिला तो शायद मन का दुष्प्रभाव उस पर नहीं पड़ेगा।

एआई के चलते एंट्री लेवल जॉब खतरे में,30-50 की उम्र वालों को नए मौके मिलेंगे

अमीर देशों को सबसे ज्यादा फायदा मिलेगा

नयी दिल्ली। आर्टिफिशियल इंटेलीजेंस अब सिर्फ तकनीक नहीं, यह दुनिया के कारोबार, नौकरियों और

समाज को बुनियादी रूप से बदल रहा है। बीसीजी-मोलोको की रिपोर्ट बताती है कि न्यूज, ट्रेवल और शिक्षा जैसे क्षेत्रों के लिए एआई सबसे बड़ी चुनौती है, क्योंकि चैटजीपीटी जैसे टूल्स अब सीधे ग्राहक और ब्रांड के बीच आ गए हैं। ये टूल जो कंपनियां अपना डेटा और ग्राहक संबंध मजबूत नहीं करेंगी, वे पिछड़ जाएंगी। मूडीज की रिपोर्ट कहती है कि एआई से दुनिया की उत्पादकता यानी काम करने की क्षमता सालाना औसतन 1.5फीसदी बढ़ेगी। हालांकि, इसमें चेतावनी भी है कि यह फायदा सबको बराबर नहीं मिलेगा। अमीर देश ज्यादा फायदे में रहेंगे। एआई की वजह से महिलाएं, युवा और कम पढ़े-लिखे लोग सबसे ज्यादा प्रभावित होंगे। अमीर देशों में एआई से 30फीसदी जॉब बेहतर होंगी। 30फीसदी की जगह एआई ले लेगा। 40फीसदी पर अभी कम खतरा है। वहीं, विकासशील देशों में 16फीसदी जॉब बेहतर होंगी। 24फीसदी रिप्लेस होंगी। 60फीसदी पर कम खतरा। हर साल 5फीसदी से ज्यादा ऑटोमेशन न हो, वरना सालाना 10-20फीसदी जॉब जाएंगी। बेरोजगारी बढ़ेगी। सरकार पर बोझ बढ़ेगा, अशांति होगी। इन्हें नुकसान संभव-महिलाएं: क्लर्क्स, प्रशासनिक व टीचिंग के काम ज्यादा करती हैं, यही एआई सबसे पहले करेगा। नए ग्रेजुएट/युवा: एंट्री लेवल जॉब सबसे पहले खत्म होंगी। नई नौकरी पाना मुश्किल होगा। अमेरिका में ये ट्रेंड दिखने लगा। बुजुर्ग कर्मी (55प्लस साल): नई तकनीक सीखना मुश्किल। नौकरी चली गई तो दोबारा पाना लगभग नामुमकिन हो जाएगा। इन्हें होगा एआई का फायदा- अमीर लोग... इनकी आमदनी काम से ज्यादा निवेश से। एआई कंपनियों के लाभ से मुनाफा। 30-50 साल वाले... इनके पास अनुभव और स्किल्स दोनों हैं। एआई इनकी मदद करेगा, इनकी जगह नहीं ले पाएगा। ज्यादा पढ़े-लिखे... स्टेम, आईटी, इंजीनियरिंग वाले लोग। क्योंकि एआई उनका काम बेहतर बनाने में बहुत मदद करेगा।

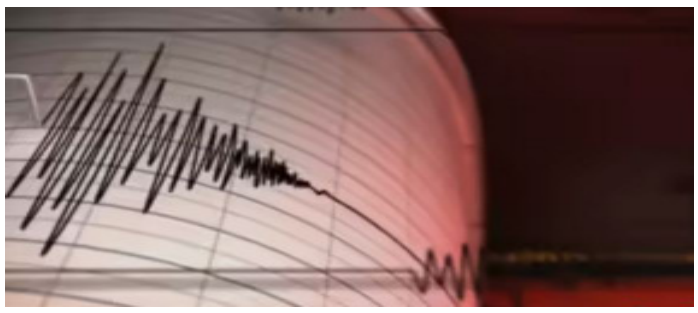
'अखिलेश मुसलमान और राहुल हिन्दुओं को ईसाई बनाना चाह रहे',-प्रमोद कृष्णम

लखनऊ। ऊधम सिंह नगर में कांग्रेस से निकाले गए कल्कि धाम पीठाधीश्वर आचार्य प्रमोद कृष्णम ने राहुल गांधी और अखिलेश यादव पर जमकर हमला किया। उन्होंने कहा-'अखिलेश यादव यादवों को मुसलमान बनाना चाहते हैं और राहुल गांधी हिन्दुओं को ईसाई बनाना चाहते हैं।' आचार्य कृष्णम ने दोनों नेताओं पर धर्म परिवर्तन को बढ़ावा देने का भी आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि यह दोनों नेता सत्ता हासिल करने के लिए ऐसा कर रहे हैं। कृष्णम ने यह भी कहा कि जातियां हमारी विशेषताएं हैं, लेकिन हिंदू होना सौभाग्य की बात है। आचार्य कृष्णम के इन बयानों से राजनीतिक माहौल गरमा गया है। उनके समर्थकों ने उनके बयानों का समर्थन किया है, जबकि विरोधियों ने उनकी आलोचना की है। उन्होंने यह बयान काशीपुर में आयोजित विराट हिंदू सम्मेलन में दिया। सम्मेलन में हजारों सनातनियों ने भाग लिया।कृष्णम ने कहा कि जातियां हमारी विशेषताएं हैं। किसी भी जाति में जन्म लेना भाग्य का विषय हो सकता है, लेकिन हिंदू होना सौभाग्य की बात है। राहुल गांधी के जनेऊ मामले पर टिप्पणी करते हुए उन्होंने कहा कि राहुल गांधी पहले कांग्रेस के लिए समस्या थे, लेकिन अब वे राष्ट्र की समस्या बन गए हैं।आचार्य प्रमोद कृष्णम ने सनातन संस्कृति को सदियों पुरानी बताया।

कोलकाता और बंगाल के कई जिलों में भूकंप, 5.4 तीव्रता:तेज झटके महसूस हुए

इमारतें हिलीं, लोग सड़कों पर निकले; बांग्लादेश के ढाका में था केंद्र

कोलकाता। पश्चिम बंगाल की राजधानी कोलकाता सहित कई जिलों में शुक्रवार दोपहर



करीब 1.30 बजे भूकंप के झटके महसूस किए गए। जानकारी के मुताबिक, भूकंप का केंद्र बांग्लादेश के ढाका स्थित अगरगांव में था। रिक्टर स्केल पर इसकी तीव्रता 5.3 मापी गई। पश्चिम बंगाल से अगरगांव की दूरी लगभग 26 किलोमीटर बताई जा रही है। झटके इतने तेज थे कि कोलकाता में बहुमंजिला इमारतें कुछ सेकेंड तक हिलती रहीं। अचानक कंपन महसूस होते ही लोग घरों और दफ्तरों से बाहर निकल आए। कोलकाता के अलावा हावड़ा, हुगली, झाड़ग्राम और पश्चिम मेदिनीपुर जिलों में भी लोगों के बीच दहशत का माहौल बन गया। कई इमारतों में बंद पड़े सीलिंग फैन तक हिलते नजर आए। कुछ पुराने मकानों के झुकने की भी खबर सामने आई है। हालांकि अब तक बड़े नुकसान की पुष्टि नहीं हुई है। कोलकाता में स्वगता नाम की ने युवती ने बताया कि हम सोफे पर बैठे थे तभी अचानक झटके महसूस हुए। हम तुरंत घर से बाहर भागे। सोफा और पंखा हिल रहे थे, टेबल पर रखी एक बोतल गिर गई। हम सब नीचे की ओर भागे। कोलकाता में इस महीने यह दूसरी बार भूकंप आया है। इससे पहले 3 फरवरी की रात को भी कोलकाता में भूकंप आया था। तब भूकंप का केंद्र म्यांमार में था। रिक्टर स्केल पर इसकी तीव्रता 6 दर्ज की गई थी। बंगाल में लगातार आ रहे भूकंप से लोगों में चिंता बढ़ गई है। प्रशासन स्थिति पर नजर बनाए हुए है। इससे पहले नंवबर 2025 में बांग्लादेश के ढाका और चिटगांव समेत कई इलाकों में भूकंप आया था। इसके झटके पश्चिम बंगाल के कोलकाता, सिलीगुड़ी और उत्तर-पूर्वी भारत के कई हिस्सों में महसूस किए गए थे।बांग्लादेश में 21 नवंबर 2025 को सुबह करीब 10:08 (भारतीय समयानुसार) बजे 5.7 तीव्रता का भूकंप आया था। इसमें 6 लोगों की मौत हो गई है। जबकि 200 से ज्यादा घायल हुए थे। भूकंप का केंद्र नरसिंगडी के माधबडी में था, जो ढाका से सिर्फ 25 किलोमीटर दूर है। झटके इतने तेज थे कि इसके असर से एक दस मंजिला इमारत दूसरी तरफ झुक गई। वहीं, बांग्लादेश-आयरलैंड इंटरनेशनल क्रिकेट मैच भी कुछ देर के लिए रोक दी गई।

मोदी, शाह ने हमारे खिलाफ षड्यंत्र रचा,अदालत के फैसले के बाद बड़ा बोझ उतरा-अरविन्द केजरीवाल

जनता जानती है कि हम ईमानदार

नयी दिल्ली। दिल्ली शराब नीति मामले से जुड़े सीबीआई केस में बरी होने के बाद पूर्व मुख्यमंत्री और आम आदमी पार्टी (आप) के संयोजक अरविंद केजरीवाल ने

पार्टी दफ्तर में प्रेस कॉन्फ्रेंस की। पूर्व सीएम ने कहा- प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और गृह मंत्री अमित शाह ने हमारे खिलाफ षड्यंत्र रचा। वे आप को हरा नहीं पाए तो खत्म करने जुट गए। केजरीवाल ने कहा- आज मेरे दिल से बड़ा बोझ उतर गया है। मोदी-शाह ने हमारे खिलाफ इतने केस बनाए। हमारे पीछे ईडी, सीबीआई, पुलिस छोड़ी। एक समय आप के टॉप 5 नेता जेलमें थे, लेकिन आप कुछ नहीं बिगाड़ सके। अब तो केवल कत्ल कराकर ही केजरीवाल को कंट्रोल कर सकते हैं। पूर्व सीएम ने कहा- भाजपा ने पिछले 4 साल 'शराब घोटाला' शब्द का खूब इस्तेमाल किया। आज के समय में जब सारी संस्थाओं, अथॉरिटीज को धमकाया का जा रहा है तब कोर्ट ने ऐतिहासिक फैसला दिया है। इतना बड़ा न्याय करने के लिए जज साहब ने वाकई बहुत हिम्मत दिखाई है। ज्यूडिशियरी और जज का बहुत धन्यवाद।दिल्ली की राउज ऐवेन्यू कोर्ट ने दिल्ली शराब नीति मामले से जुड़े सीबीआई केस में शुक्रवार सुबह केजरीवाल और मनीष सिसोदिया सहित सभी 23 आरोपियों को बरी कर दिया है। कोर्ट ने सीबीआई को भी कड़ी फटकार लगाई। कोर्ट ने कहा कि जांच एजेंसी की चार्जशीट में कई ऐसी खामियां हैं जिनका किसी गवाह या बयान से कोई लेना-देना नहीं है। स्पेशल जज जितेंद्र सिंह ने कहा कि केजरीवाल को बिना किसी ठोस सबूत के फंसाया गया है। कोर्ट ने सिसोदिया और अन्य आरोपियों को आरोपमुक्त करते हुए कहा कि सीबीआई आरोप साबित करने में विफल रही है। हजारों पन्नों की चार्जशीट में ऐसी चीजें हैं जो किसी भी गवाह के बयान का समर्थन नहीं करती। जज ने कहा कि चार्जशीट में भ्रामक बयान हैं।

अफगानिस्तान का पाकिस्तान पर हमला,55 सैनिक मारने का दावा,पाक की जवाबी एयरस्ट्राइक में 133 मारने का दावा

उन्होंने कहा कि हालात को और बिगड़ने से रोकने के लिए तत्काल डी-एस्केलेशन जरूरी है।अफगानिस्तान की पूर्व सरकार में सांसद रहीं मरियम सोलैमंखिल ने पाकिस्तान पर आतंकवाद को 'कारोबार' बनाने का आरोप लगाया है। लॉस एंजिलिस में दिए एक बयान में उन्होंने कहा कि पाकिस्तान हर एयरस्ट्राइक के बाद आतंकियों को मारने का दावा करता है, लेकिन किसी भी मारे गए आतंकी का नाम सामने नहीं लाता। उन्होंने आरोप लगाया कि पाकिस्तान ने लश्कर-ए-तैयबा, जैश-ए-मोहम्मद जैसे संगठनों को पनाह दी और ओसामा बिन लादेन को शरण दी थी। उन्होंने कहा 'अब पाकिस्तान उसी राक्षस से लड़ रहा है, जिसे उसने खुद पैदा किया।' सोलैमंखिल ने यह भी दावा किया कि हालिया हमलों में महिलाएं और बच्चे मारे जा रहे हैं। उन्होंने बलूचिस्तान और खैबर पख्तूनख्वा का जिक्र करते हुए कहा कि वहां भी नागरिकों को निशाना बनाया जा रहा है।पाकिस्तान के विदेश मंत्रालय ने दावा किया कि अफगानिस्तान में तालिबान के सत्ता में आने के बाद पाकिस्तान में आतंकी हमलों में वृद्धि हुई है।

मंत्रालय के मुताबिक, खासकर पिछले 12 से 18 महीनों में हमलों की संख्या में और इजाफा हुआ है।साप्ताहिक प्रेस ब्रीफिंग के दौरान विदेश मंत्रालय ने कहा कि पाकिस्तान की सुरक्षा स्थिति पर इसका सीधा असर पड़ा है। पाकिस्तान पहले भी आरोप लगाता रहा है कि कुछ सशस्त्र समूह अफगानिस्तान की जमीन का इस्तेमाल हमलों के लिए कर रहे हैं, जबकि अफगान तालिबान इन आरोपों से इनकार करता रहा है।ईरान ने पाकिस्तान और अफगानिस्तान के बीच संघर्ष को रोकने के लिए मध्यस्थता का प्रस्ताव दिया है। ईरानी विदेश मंत्री अब्बास अराघची ने एक्स पर पोस्ट कर कहा कि अफगानिस्तान और पाकिस्तान रमजान के पवित्र महीने के मौके पर अपने मौजूदा मतभेद अच्छे पड़ोसी संबंधों और संवाद के जरिए सुलझाएं। ईरान की ओर से जारी बयान में कहा गया कि रमजान आत्मसंयम और इस्लामी दुनिया में एकता को बढ़ावा देने का महीना है। ऐसे समय में दोनों देशों को संवाद का रास्ता अपनाकर तनाव कम करना चाहिए। तेहरान ने यह भी कहा कि वह अफगानिस्तान और पाकिस्तान के बीच बातचीत को सुगम बनाने और आपसी समझ व सहयोग को मजबूत करने के लिए हर संभव सहायता देने को तैयार है।

एआईएडीएमके से निष्कासित पूर्व सीएम पन्नीरसेल्वम डीएमके में शामिल:मुख्यमंत्री स्टालिन ने सदस्यता दिलाई, तीन बार तमिलनाडु के सीएम रह चुके

नयी दिल्ली। तमिलनाडु की राजनीति में बड़ा बदलाव देखने को मिला। पूर्व मुख्यमंत्री और पूर्व एआईएडीएमके नेता ओ पन्नीरसेल्वम (ओपीएस) ने शुक्रवार को एडीएमके का दामन थाम लिया। उन्होंने मुख्यमंत्री एमके स्टालिन की मौजूदगी में पार्टी जॉइन की।

यह कदम अप्रैल-मई में होने वाले तमिलनाडु विधानसभा चुनाव से पहले उठाया गया है। जे जयललिता के करीबी ओ.पन्नीरसेल्वम पहली बार 2001 में तमिलनाडु के मुख्यमंत्री बने थे। हालांकि 6 महीने बाद ही उन्होंने इस्तीफा दे दिया था। इसके बाद 2014 में उन्होंने दूसरी बार सीएम पद का कार्यभार संभाला था। लेकिन इस बार भी वे एक महीने तक ही मुख्यमंत्री रह सके। इसके बाद वे 2016 में तीसरी बार राज्य के सीएम बने थे, लेकिन 2017 में उन्होंने एक बार फिर इस्तीफा दे दिया था। उन्हें लेकर एआईएडीएमके के अंदर खींचतान भी चल रही थी। बताया जाता है कि पार्टी के कई नेता उनके खिलाफ थे। इसके चलते 2022 में उन्हें पार्टी से निष्काषित कर दिया गया था। डीएमके में शामिल होने के बाद पन्नीरसेल्वम ने कहा- पार्टी में शामिल करने के लिए डीएमके नेता का धन्यवाद।

डीएमके नेता स्टालिन अच्छे से पार्टी चला रहे हैं। मुख्यमंत्री स्टालिन ने सुशासन दिया है और राज्य इसे देख रहा है। विशेषकर महिलाएं डीएमके सरकार के परिवार चलाने के लिए दी गई सुविधाओं से खुश हैं। ईपीएस तानाशाही तरीके से पार्टी चला रहे हैं और एआईएडीएमके पतन की ओर अग्रसर है। ओपीएस के डीएमके में शामिल होने पर मुख्यमंत्री स्टालिन ने एक्स पर ओपीएस का स्वागत किया। स्टालिन ने उनके साथ तस्वीर शेयर करते हुए लिखा- तमिलनाडु के पूर्व मुख्यमंत्री और प्रिय भाई श्री ओ. पन्नीरसेल्वम द्रविड़ मुन्नेत्र कजगम (डीएमके) में शामिल हो गए हैं। मैं उनका हार्दिक स्वागत करता हूं। द्रविड़ आंदोलन के महान नेता के नाम से जाने जाने वाले ये नेता द्रविड़ आंदोलन की विचारधारा की रक्षा के लिए हमारे महान आंदोलन में शामिल हुए हैं।

ओपीएस एआईएडीएमके के कद्दावर नेता हैं। उनका डीएमके में शामिल होने से राज्य में राजनीतिक समीकरण बदल सकते हैं और आगामी चुनावों पर भी इसका असर पड़ सकता है। राजनीतिक विश्लेषकों के मुताबिक, पन्नीरसेल्वम का डीएमके में शामिल होना राज्य में दोनों बड़े दलों के बीच प्रतिस्पर्धा को भी नया रूप देगा। उनके समर्थकों के डीएमके में जाने के बाद राज्य की राजनीति में स्थिरता और नए गठबंधनों के लिए नई संभावनाएं खुल सकती हैं।

तमिलनाडु में बहुत जल्द ही विधानसभा चुनाव भी होने जा रहा है। ऐसे में यह कदम राज्य के लिए काफी अहम है। पन्नीरसेल्वम के थेनी जिले के बोदिनायक्कनूर विधानसभा क्षेत्र पर मजबूत पकड़ है, ये उनका गढ़ माना जाता है। पिछले विधानसभा चुनाव में, उन्होंने बोदिनायक्कनूर विधानसभा सीट से 1 लाख से अधिक वोटों से जीत हासिल की थी।

केरल चुनाव 2026

अबकी बार गठबंधन नहीं होगा,चेहरों पर केंद्रित हो रहा चुनावी मुकाबला; पिनाराई सरकार अपने काम गिना रही

तिरुवनंतपुरम। केरल विधानसभा चुनाव महज दो-तीन महीने दूर है। लोगों ने चर्चा है कि क्या पिनराई विजयन के नेतृत्व वाला वाम मोर्चा तीसरी बार सत्ता में लौटकर इतिहास रचेगा या कांग्रेस नीत यूडीएफ को नेतृत्व की स्पष्टता और जमीनी सक्रियता का फायदा मिलेगा? नगर निकाय चुनाव में कई शहरी वार्डों में वोट शेयर बढ़ाने वाली भाजपा क्या असर डालेगी? पिनाराई विजयन की मौजूदा सरकार कल्याण योजना, इंफ्रा और संकट प्रबंधन जैसे काम गिना रही है। विपक्ष जवाबदेही और पारदर्शिता की बात कर रहा है। अल्पसंख्यक वोटों की हलचल, शहरी सीटों पर भाजपा की बढ़ती मौजूदगी और सीमित सीटों पर छोटे-छोटे मूड शिफ्टष्ठ ये संकेत हैं कि चुनाव में लहर नहीं, सीट दर सीट मनोवैज्ञानिक जंग काम करेगी। लेफ्ट डेमोक्रेटिक फ्रंट में 11 दल हैं। सीएम विजयन ही बड़ा चेहरा हैं।संयोजक टीपी रामकृष्णन कहते हैं, मुकाबला कड़ा है। जनता काम पर फैसला करेगी। कल्याण योजना, आधारभूत ढांचे का विकास, सामाजिक सुरक्षा हमारी उपलब्धि हैं। पूर्व विधायक एम स्वराज कहते हैं, हमारी चुनौती प्रदर्शन का बचाव नहीं, बल्कि वोटर्स को समझाना है कि निरंतरता प्रयोग से सुरक्षित है। पर्यवेक्षक मानते हैं कि एलडीएफ में एक चुनौती है। विजयन जैसी राज्यव्यापी अपील वाले दूसरी पंक्ति के नेता नहीं हैं। यूडीएफः गुटबाजी खत्म, सालों बाद कोई नेता तय हुआ यूनाइटेड डेमोक्रेटिक फ्रंट में 8 दल हैं। वर्षों की गुटबाजी के बाद कांग्रेस वीडी सतीशन के नेतृत्व में एकजुट है। उनकी सक्रियता, मुद्दा आधारित विरोध प्रदर्शन और जिलास्तरीय कार्यक्रमों में भीड़ से जमीनी स्तर पर ऊर्जा दिखी है। सतीशन कहते हैं, केरल राजनीतिक पुनर्संरचना के लिए तैयार है। लोग जवाबदेही, पारदर्शिता चाहते हैं। हमारा अभियान विरोध नहीं, बल्कि हर वर्ग को भरोसेमंद विकल्प देना है। यूडीएफ विधायक पीसी विष्णुनाथ कहते हैं, बदलाव का माहौल है। लोग बैठकों में आ रहे हैं। एनडीएः शहरों में आधार मजबूत कर वोट प्रतिशत बढ़ाने पर फोकसभाजपा नीत एनडीए दीर्घकालिक विस्तार की रणनीति पर है। शहरों में मजबूत आधार, वोट प्रतिशत बढ़ाने और ईसाई समुदाय तक पहुंच की कोशिशें हैं। कई सीटों पर मुकाबला त्रिकोणीय बना सकता है। भाजपा के राज्य सचिव एस सुरेश कहते हैं, यह चुनाव सरकार बनाने का नहीं है। हमारा समर्थन आधार बढ़ा है। भले हम ज्यादा सीटें न जीतें, पर समीकरण बदल नतीजे प्रभावित कर सकते हैं।

इंदौर में जहरीली गैस फैलने से 5 की तबीयत बिगड़ी,लोगों को सांस लेने में परेशानी, उल्टियां हुईं; घरों से बाहर निकले

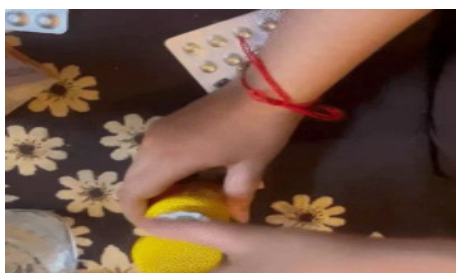
इंदौर। इंदौर के रावजी बाजार थाना क्षेत्र में गुरुवार रात अमोनिया गैस के रिसाव से इलाके में हड़कंप मच गया। गैस के असर से कुछ लोगों को सांस लेने में दिक्कत हुई, जिसके बाद दो महिलाओं समेत पांच लोगों को एहतियातन अस्पताल भेजा गया। प्रशासन के मुताबिक सभी की हालत स्थिर है और कोई भी गंभीर नहीं है। सीएमएचओ डॉक्टर माधव हसनी ने बताया कि पांचों की हालत ठीक है। एडमिट तीन मरीजों में से एक को डिस्चार्ज कर दिया है। जबकि दो को कुछ देर बाद कर दिया जाएगा। ऐसे ही चरक हॉस्पिटल में 6 लोग एडमिट थे। उनकी हालत बिल्कुल ठीक है। इनमें से चार लोगों डिस्चार्ज कर दिया है। डीसीपी आनंद कालादगी ने बताया कि ककतपुरा पुल के नीचे शहजाद नाम के एक कबाड़ी द्वारा सिलेंडर काटा जा रहा था। इसी दौरान उसमें से अमोनिया गैस का रिसाव शुरू हो गया। गैस फैलते ही आसपास मौजूद लोगों को घबराहट और सांस लेने में परेशानी महसूस होने लगी। डीसीपी ने स्पष्ट किया कि इस घटना में कोई भी व्यक्ति गंभीर रूप से प्रभावित नहीं हुआ है। सभी लोग सुरक्षित हैं। पुलिस ने कबाड़ी शहजाद को हिरासत में लेकर पूछताछ शुरू कर दी है और मामले की जांच जारी है।मामले में नगर निगम की टीम शुक्रवार को मौके पर पहुंची और कबाड़ दुकानदार शाहरुख शहजाद खान की दुकान सील कर दी स्वास्थ्य अधिकारी गौतम भाटिया ने बताया कि दुकान सील करने के साथ ही आसपास और बाहर पड़े सामान को लेकर सख्त चेतावनी दी गई है कि जब तक पुलिस की कार्रवाई पूरी नहीं हो जाती तब तक इन सामान को कहीं ठिकाने नहीं लगाए। नगर निगम द्वारा उसे बाद में जब्त किया जाएगा। एक कबाड़ी की दुकान पर गैस से भरा सिलेंडर लाया गया था। बताया जा रहा है कि कबाड़ी सिलेंडर को काट रहा था, उसी दौरान उसमें भरी गैस रिसने लगी। गैस फैलते ही आसपास के लोगों को घबराहट और सांस लेने में परेशानी होने लगी। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और कबाड़ी को हिरासत में ले लिया। दमकल विभाग की टीम ने सिलेंडर को अपने कब्जे में लेकर मौके से हटाया। क्षेत्र में पानी का छिड़काव भी किया गया, जिसके बाद हालात काबू में आए।

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

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

महसूस होती है। मन में यही चलता रहता है कि क्या फिर से पहले जैसी दिख पाऊंगी।' ब्लैकबोर्ड में इस बार कहानी उन महिलाओं की जो बाल झड़ने की वजह से डिप्रेशन में चली गईं और ट्रीटमेंट के बाद भी बाल वापस नहीं आए। 37 साल की कमलेश दिल्ली में रहती हैं। वो कहती हैं कि जिंदगी आगे बढ़ रही है, लेकिन हर रोज खुद से लड़ती हूं। बाल झड़ने के कारण बहुत ही तनाव में रहने लगी हूं। सिर की त्वचा दिखने लगी है, जिसे देखकर बहुत गंदा महसूस होता है। लोग कहते हैं, तुम्हारे बाल झड़ रहे हैं, तुम गंजी हो रही हो, ये सुनकर अंदर से टूट जाती हूं। पहले जब मैं कम बालों वाली लड़कियों को देखती, तो सोचती थी कि लोग इनके बारे में क्या सोचते होंगे। इनके लिए सजना-संवरना क्या रह गया होगा। अब वही सवाल मेरे सामने खड़े हो गए हैं। कितना भी तैयार हो लूं, कितने भी अच्छे कपड़े पहन लूं, कुछ भी अच्छा नहीं लगता। हर नुस्खा, हर इलाज आजमा चुकी हूं। नीम, करेला, आंवला खाया, दही, मेथी, शिकाकाई, रीठा लगाया, लेकिन कुछ नहीं हुआ। आज भी अगर कोई नुस्खा बताता है तो करती हूं। पति को अब मेरे साथ पार्टी वगैरह में जाना अच्छा नहीं लगता। वो कहते हैं–तुम कहीं जाने लायक नहीं रह गई हो। लोग तंज कसते हैं कि आपकी बीवी के तो बाल गिरते जा रहे हैं।बालों में उंगलियां फेरती हूं, तो ये टूटकर हाथ में आ जाते हैं। आईने में देखती हूं तो बालों के बिना सुंदरता अधूरी लगती है। एक बार मोहल्ले में पूजा थी। बहुत सी औरतें बैठी थीं। उनमें से एक ने सबके सामने मुझसे कहा कि तुम तो गंजी हो रही हो। मैं अपसेट हो गई और पूजा छोड़कर घर वापस चली आई। कभी मेरे बाल बहुत घने थे, लेकिन अब हालात ये हैं कि मेरे सिर की त्वचा दिखने लगी है। बालों के झड़ने के कारण मैं डिप्रेशन में रहने लगी हूं। अब दिन-रात मन में यही चलता है क्या मैं फिर से पहले जैसी दिख पाऊंगी। शुरू में ध्यान नहीं दिया, अब बहुत देर हो चुकी है। हेयर एक्सटेंशन करवाना चाहती हूं, लेकिन बहुत महंगा है। 50 हजार से 1 लाख तक खर्च आता है। यही नहीं, उसे हर महीने मेंटेन और रीफिल भी करवाना पड़ता है। मेरे पति बीमार पड़ गए, जिससे उनकी नौकरी कई महीने पहले चली गई। अब घर का सारा खर्च मैं ही उठा रही हूं। ऐसे में बालों के लिए भारी खर्च कैसे करूं। कई बार हसबैंड से हेयर एक्सटेंशन कराने की बात की, लेकिन उनका चेहरा उतर जाता है, फिर रुक जाती हूं। विग भी आजमाया, लेकिन साफ पता चल जाता है। विग पहनकर जब आईने में देखती हूं तो नकली रूप देखकर तकलीफ होती है। मैंने योग किया, जॉगिंग भी किया, लेकिन कोई फर्क नहीं पड़ा। दिल्ली में पानी भी साफ नहीं आता। शायद ये भी एक वजह है, लेकिन बाल झड़ने की सबसे बड़ी वजह हार्मोनल इम्बैलेंस है।

हूं। नीम, करेला, आंवला खाया, दही, मेथी, शिकाकाई, रीठा लगाया, लेकिन कुछ नहीं हुआ। आज भी अगर कोई नुस्खा बताता है तो करती हूं। पति को अब मेरे साथ पार्टी वगैरह में जाना अच्छा नहीं लगता। वो कहते हैं–तुम कहीं जाने लायक नहीं रह गई हो। लोग तंज कसते हैं कि आपकी बीवी के तो बाल गिरते जा रहे हैं।बालों में उंगलियां फेरती हूं, तो ये टूटकर हाथ में आ जाते हैं। आईने में देखती हूं तो बालों के बिना सुंदरता अधूरी लगती है। एक बार मोहल्ले में पूजा थी। बहुत सी औरतें बैठी थीं। उनमें से एक ने सबके सामने मुझसे कहा कि तुम तो गंजी हो रही हो। मैं अपसेट हो गई और पूजा छोड़कर घर वापस चली आई। कभी मेरे बाल बहुत घने थे, लेकिन अब हालात ये हैं कि मेरे सिर की त्वचा दिखने लगी है। बालों के झड़ने के कारण मैं डिप्रेशन में रहने लगी हूं। अब दिन-रात मन में यही चलता है क्या मैं फिर से पहले जैसी दिख पाऊंगी। शुरू में ध्यान नहीं दिया, अब बहुत देर हो चुकी है। हेयर एक्सटेंशन करवाना चाहती हूं, लेकिन बहुत महंगा है। 50 हजार से 1 लाख तक खर्च आता है। यही नहीं, उसे हर महीने मेंटेन और रीफिल भी करवाना पड़ता है। मेरे पति बीमार पड़ गए, जिससे उनकी नौकरी कई महीने पहले चली गई। अब घर का सारा खर्च मैं ही उठा रही हूं। ऐसे में बालों के लिए भारी खर्च कैसे करूं। कई बार हसबैंड से हेयर एक्सटेंशन कराने की बात की, लेकिन उनका चेहरा उतर जाता है, फिर रुक जाती हूं। विग भी आजमाया, लेकिन साफ पता चल जाता है। विग पहनकर जब आईने में देखती हूं तो नकली रूप देखकर तकलीफ होती है। मैंने योग किया, जॉगिंग भी किया, लेकिन कोई फर्क नहीं पड़ा। दिल्ली में पानी भी साफ नहीं आता। शायद ये भी एक वजह है, लेकिन बाल झड़ने की सबसे बड़ी वजह हार्मोनल इम्बैलेंस है। ससुराल वालों की टेंशन, बालों के झड़ने से बच्चों का चिंतित होना, इन सब से घिरी रहती हूं। दरअसल, लड़की होने के नाते बालों के बिना जीना आसान नहीं होता। मैं जॉब करती हूं। वहां काम की वजह से तनाव होता है। स्ट्रेस के कारण भी यह समस्या बढ़ जाती है। कमलेश की तरह 16 साल की माही भी बाल झड़ने से परेशान हैं। वो नोएडा में रहती हैं। कहती हैं- कुछ महीने पहले मेरे बाल बहुत टूट गए थे। इतने कि शीशे में खुद को देखने से कतराने लगी थी। कभी नहीं सोचा था कि बालों का गिरना मुझे डिप्रेशन में धकेल देगा, लेकिन ऐसा ही हुआ। मैं डिप्रेशन में चली गई। मेरे शरीर में विटामिंस की कमी हो गई थी। मैं हर वक्त चिड़चिड़ी रहने लगी थी। पढ़ाई में मन नहीं लगता था। खाना खाने का भी मन नहीं करता था।एक बार मैं एक फंक्शन में गई थी। वहां मेरी एक फ्रेंड और आंटी ने कहा कि तुम्हारे बाल बहुत झड़ गए हैं। क्या हुआ है तुम्हें। उस दिन बाहर से मुस्कुराई, लेकिन अंदर से मुझे खुद के बारे में सोचकर घबराहट होने लगी थी। जब किसी लड़की के बाल झड़ते हैं, तो केवल उसका हेयरस्टाइल नहीं बिगड़ता, पूरी पर्सनैलिटी और कॉन्फिडेंस ही बिगड़ जाता है। नोएडा का पानी बहुत खराब है। यहां कई लड़कियों को बाल झड़ने की समस्या है। एक बार ऑनलाइन एक ऑयल मंगाया, लेकिन उसे लगाने पर तो बाल और ज्यादा झड़ने लगे थे, फिर उसे मैंने फेंक दिया। मेरे साथ मेरे पेरेंट्स भी चिंतित होने लगे। मेरा रात में सोना मुश्किल होने लगा। नींद ही नहीं आती थी। एक दिन बाल धोकर जैसे ही कंघी चलाई, बालों का एक पूरा गुच्छा ही हाथ में आ गया। मैं फटी आंखों से देखती रह गई। कुछ पल तो मेरी सांस रुक गई। मैंने खुद को कमरे में बंद कर लिया। उसी दिन ट्रीटमेंट लेने की ठान ली। मेरे बड़े भैया मेरी फीलिंग समझते



हैं। वो मेरा ट्रीटमेंट कराने हॉस्पिटल ले गए। अब धीरे-धीरे फर्क दिख रहा है और साथ ही उम्मीद भी जगी है कि मैं फिर से पहले जैसी हो जाऊंगी।माही की मां कहती हैं कि मेरी बेटी के बाल पहले बहुत घने और खूबसूरत थे, लेकिन अब इसके सिर को देखती हूं तो कांप जाती हूं। अब इसका ट्रीटमेंट करवा रही हूं। 25 साल की वर्षा भी नोएडा में रहती हैं। वह भी बाल झड़ने से परेशान हैं। वो कहती हैं कि बाल झड़ना सिर्फ मेडिकल प्रॉब्लम नहीं, एक इमोशनल लड़ाई भी है, जो हर रोज खुद से लड़नी पड़ती है। एक बार अपनी दोस्त की शादी के लिए अच्छे से तैयार हुई। वहां पहुंचने पर कुछ लोगों ने कहा कि तुम तो गंजी हो रही हो। ये सुनकर चेहरे की मुस्कान चली गई और अंदर डर समा गया। मेरे गांव की एक आंटी ने एक बार कहा- बाल तो तुम्हारे हैं नहीं, शादी कैसे होगी? उस दिन मैं पूरी रात रोई थी। ऑफिस जाना अब बोझ लगने लगा है। सुबह जब सो कर उठती हूं तो बिस्तर के सिरहाने टूटे पड़े बालों को गिनती हूं। आखिर एक औरत के लिए उसके बाल गहना होते हैं, जब गहना ही न रहा तो सुंदरता कैसी? मेरा आत्मविश्वास जैसे गुम हो गया है। अब एक डर्मेटोलॉजिस्ट से ट्रीटमेंट करवा रही हूं।इंस्टाग्राम पर निहार सचदेवा ने अपनी शादी का एक वीडियो पोस्ट किया है। उनके सिर पर बाल नहीं है। पोस्ट पर लोगों ने भद्दे कमेंट्स किए हैं। उन्हें गंजी, टकली कहा है। एक यूजर ने लिखा है- 'क्या किसी ने कभी आपको टकली कहा?' इसी तरह से और भी कमेंट्स किए गए हैं, जो कि उनका मजाक उड़ाने वाले हैं। एक दूसरे यूजर ने कमेंट किया है- 'इस शिट को देखने की जरूरत क्या है'। आखिर उन्होंने खुद को बिना बालों के स्वीकार कर लिया है। उनके पति ने भी उन्हें स्वीकार कर लिया है, लेकिन समाज आज भी उन्हें टकली कहता है। लोग उनकी तस्वीरों पर भद्दे-भद्दे कमेंट्स करते हैं।कॉस्मेटिक हेयर एक्सपर्ट और प्लास्टिक सर्जन डॉ. समीक्षा त्यागी के मुताबिक युवा लड़के-लड़कियों में बाल झड़ने की समस्या आज बहुत आम हो गई है। इसे हल्के में नहीं लेना चाहिए। लड़कियों में बाल झड़ने की समस्या अक्सर उनमें हार्मोनल बदलाव होते हैं। पीरियड्स से जुड़ी गड़बड़ियां, थायरॉइड, पीसीओडी जैसे कंडीशंस सीधे तौर पर बालों पर असर डालते हैं। आज लोगों के खान-पान और लाइफस्टाइल में भी बड़ा बदलाव आया है, जो बालों के टूटने के लिए जिम्मेदार है। जंक फूड खाना, असंतुलित डाइट और नींद की कमी के कारण पोषण की कमी हो जाती है। इसका सबसे पहले असर बालों पर पड़ता है। वह कहती हैं कि बाल झड़ना शारीरिक समस्या नहीं, मानसिक भी है। युवा लड़के-लड़कियों का तो यह कॉन्फिडेंस कम कर देता है। डॉ. समीक्षा बताती हैं- ज्यादातर लड़कियां शुरुआत में बाल झड़ने को नजरअंदाज कर देती हैं, लेकिन जब सिर की त्वचा दिखने लगती है, तब वे घबरा जाती हैं और फिर बहुत देर हो चुकी होती है। वो कहती हैं कि कभी भी बाल झड़ने को हल्के में नहीं लेना चाहिए। जांच करवा कर तुरंत ट्रीटमेंट लेना चाहिए। अगर समय पर इलाज लिया जाए तो यह समस्या काफी हद तक काबू की जा सकती है।

बॉडी शेमिंग,स्ट्रगल- रिजेक्शन झेलकर मृणाल ठाकुर बनीं स्टार,लोगों ने कहा- हीरोइन नहीं बन सकती,सुसाइड के ख्याल आए

कमजोरियों को अपनी ताकत बनाया

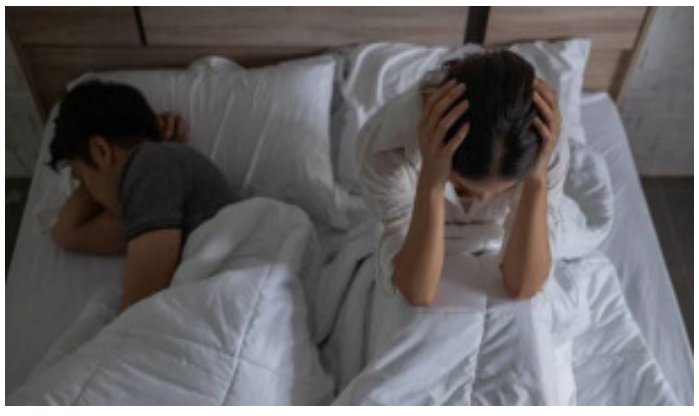
मुंबई। टीवी की दुनिया से बॉलीवुड तक अपनी दमदार एक्टिंग और काबिलियत के बल अपनी एक अलग पहचान बना चुकी

एक्ट्रेस मृणाल ठाकुर के लिए यह सफर आसान नहीं था। करियर के शुरुआती दौर में उन्हें डिमोटिवेटिंग और नकारात्मक अनुभवों का सामना करना पड़ा था। उनके लुक को देख कर कहा जाता था कि हिरोइन नहीं बन सकती हैं। ऐसे कमेंट्स सुनकर मृणाल घर पर आकार खूब रोती थीं। कई बार तो उन्होंने ट्रेन के नीचे कूदकर सुसाइड तक करने की सोची। ऐसे समय में मृणाल के घर वालों ने बहुत सराहा दिया। एक्ट्रेस ने कड़ी मेहनत और समर्पण से अपने स्ट्रगल का समाना किया। उनकी मेहनत रंग लाई और आज एक सक्सेसफुल एक्ट्रेस हैं।मृणाल ठाकुर का जन्म 1अगस्त 1992 को महाराष्ट्र के धुले में हुआ। उनके पिता उदय ठाकुर बैंक में कार्यरत थे, जिनकी नौकरी ट्रांसफरेबल थी। पोस्टिंग के कारण परिवार धुले से मुंबई शिफ्ट हो गया। मां वंदना ठाकुर गृहिणी हैं। परिवार में उनके एक बड़े भाई धवल ठाकुर और एक बड़ी बहन लोचन ठाकुर हैं। बहन एक मेकअप आर्टिस्ट के रूप में जानी जाती हैं, जबकि उनके भाई धवल ठाकुर इंजीनियर हैं और अभिनेता के रूप में काम करते हैं, खासकर जियो हॉटस्टार की वेब सीरीज 'ठुकरा के मेरा प्यार' से उन्हें पहचान मिली।पिता की बैंक नौकरी के चलते परिवार ने मुंबई में स्थायी रूप से रहना शुरू किया। यही बदलाव मृणाल के जीवन का अहम मोड़ साबित हुआ, क्योंकि आगे की पढ़ाई और करियर की दिशा मुंबई से ही तय हुई।मृणाल ने अपनी स्कूली शिक्षा मुंबई में पूरी की। इसके बाद उन्होंने मुंबई के केसी कॉलेज से मास मीडिया में ग्रेजुएशन शुरू किया। हालांकि एक्टिंग में बढ़ती व्यस्तता के कारण वह अपनी डिग्री पूरी नहीं कर सकीं। कॉलेज के दौरान ही उन्हें ऑडिशन और टीवी की दुनिया का अनुभव मिलने लगा था।मृणाल के माता-पिता चाहते थे कि वह डेंटिस्ट बनें। उन्होंने एंट्रेंस परीक्षा भी पास कर ली थी, लेकिन उनका मन पत्रकारिता की ओर झुका। मुंबई आतंकी हमलों की रिपोर्टिंग से प्रेरित होकर वह क्राइम रिपोर्टर बनना चाहती थीं। पिता की अनुमति से उन्होंने जर्नलिज्म में एडमिशन लिया, मगर किस्मत उन्हें कैमरे के सामने ले आई।कॉलेज के दौरान मजाक-मजाक में दिए गए एक ऑडिशन ने मृणाल की जिंदगी बदल दी। उन्हें 2012 में स्टार प्लस के टीवी शो 'मुझसे कुछ कहती... ये खामोशियां' में काम करने का मौका मिला। यही उनका पहला बड़ा ब्रेक था, जिसने अभिनय के सफर की औपचारिक शुरुआत कर दी।टीवी के बाद उन्होंने मराठी फिल्मों की ओर रुख किया। उनकी पहली मराठी फिल्म 'हेलो नंदन' थी। इस फिल्म से उन्होंने बड़े पर्दे पर कदम रखा और क्षेत्रीय सिनेमा में अपनी पहचान बनानी शुरू की।शुरुआत में परिवार को एक्टिंग करियर को लेकर चिंता थी, क्योंकि पढ़ाई प्रभावित हो रही थी। जब काम और पढ़ाई साथ संभालना मुश्किल हुआ, तो पिता ने उन्हें एक स्पष्ट दिशा चुनने की सलाह दी। परिवार के समर्थन ने ही मृणाल को अपने फैसले पर टिके रहने की ताकत दी।टीवी शो 'कुमकुम भाग्य' में 'बुलबुल' के किरदार ने मृणाल को घर-घर में पहचान दिलाई। इस भूमिका के बाद वह दर्शकों के बीच 'बुलबुल' के नाम से मशहूर हो गईं और उनके करियर को नई ऊंचाई मिली।हालांकि करियर की शुरुआत में मृणाल को लुक्स और फिगर को लेकर ताने सुनने पड़े। उन्हें गांव की लड़की और यहां तक कि मटका कहकर बुलाया गया। करियर के शुरुआती दिनों में मृणाल को लोकल ट्रेन से कूदकर आत्महत्या करने जैसे ख्याल भी आते थे। स्ट्रगल के दिनों में वह टाउन से अंधेरी तक लोकल ट्रेन और बस से सफर कर ऑडिशन देती थीं। इंफिनिटी मॉल के वॉशरूम में ड्रेस बदलकर ऑडिशन देना उनकी दिनचर्या का हिस्सा था।साल 2018 में इंडो-अमेरिकन फिल्म 'लव सोनिया' ने उनके करियर को नया मोड़ दिया। फिल्म में उनके अभिनय की अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सराहना हुई। यही उनके करियर का टर्निंग पॉइंट साबित हुई। हालांकि जब फिल्मों के लिए मृणाल ऑडिशन दे रही थीं तब उन्हें यह कहकर रिजेक्ट कर दिया जाता था कि टीवी पर काफी एक्सपोज हो चुकी हैं, फिल्मों में कोई नहीं लेगा।मृणाल ठाकुर की फिल्म 'लव सोनिया' ह्यूमन ट्रैफिकिंग पर आधारित थी। मृणाल ने बताया कि जब फिल्म के लिए कास्टिंग चल रही थी, तब उनका ऑडिशन एक ऐसे फोल्डर में बंद करके रख दिया गया था, जिस पर साफ लिखा था कि खोलना मना है। यानी वह फाइल जिसे देखा ही नहीं जाना था। हालांकि, फिल्म के निर्देशक तबरेज नूरानी ने वह फोल्डर खोला, ऑडिशन देखा और उन्हें पर्सनली मिलने के लिए बुलाया। आमने-सामने की बातचीत के बाद निर्देशक को यकीन हो गया कि वह सोनिया का किरदार निभा सकती हैं।फिल्म में सोनिया एक गांव की सीधी-सादी लड़की है। इस किरदार के लिए एक्ट्रेस को अपने लुक को लेकर भी काफी समझाना पड़ा। उन्होंने बताया कि उन्हें निर्माता डेविड वोमार्क और टीम के बाकी सदस्यों को यह

भरोसा दिलाना पड़ा कि मेकअप, हेयर स्टाइलिंग और तकनीकी मदद से किरदार के मुताबिक नैचुरल लुक दिया जा सकता है। उन्होंने टीम से खासतौर पर रिक्वेस्ट की कि उन्हें यह मौका दिया जाए।मृणाल कहती हैं- बाहरी दुनिया अक्सर सोचती है कि वह खूबसूरत है, सफल है, इसलिए उसे सब कुछ आसानी से मिल गया होगा। लेकिन सच्चाई यह है कि हर किसी को अपनी लाइफ में संघर्ष करना पड़ता है। सिर्फ खूबसूरती ही काफी नहीं होती, इसके लिए कई और चीजों की जरूरत होती है।उन्होंने आगे कहा- कभी-कभी मैं सोचती हूं काश मैं एक आम लड़की की तरह जिंदगी जी पाती। शोहरत आपको छोटी-छोटी खुशियों का भी त्याग करने पर मजबूर कर देती है। सफलता और सुंदरता से परे, दिल में हमेशा एक आम इंसान की तरह जीने की चाहत रहती है।'लव सोनिया' में मृणाल ठाकुर के इमोशनल और रॉ परफॉर्मेंस ने क्रिटिक्स और मेकर्स का ध्यान खींचा। लेकिन इस फिल्म का मृणाल को सिर्फ इतना फायदा हुआ कि उन्हें टीवी एक्ट्रेस के टैग से बाहर निकलने का मौका मिला।जबकि उनके बारे में कहा जाता था कि टीवी में काम करने की वजह से चेहरा इतना एक्सपोज हो जाता है कि फिल्मों में कोई सीरियसली नहीं लेगा। फिल्मों में मृणाल को दर्शकों ने स्वीकार तो किया, लेकिन 'लव सोनिया' के बाद भी उन्हें संघर्ष करना पड़ा, लेकिन अब उन्हें बड़े बैनर्स में ऑडिशन के मौके मिलने लगे।'लव सोनिया' देखने के बाद कई फिल्ममेकर्स ने मृणाल को नोटिस किया। उसी दौरान डायरेक्टर विकास बहल अपनी फिल्म 'सुपर 30' के लिए एक नए चेहरे की तलाश में थे, जो किरदार में सादगी और मजबूती दोनों ला सके।मृणाल ने फिल्म के लिए ऑडिशन दिया। उनका टेस्ट इतना प्रभावशाली रहा कि उन्हें ऋतिक रोशन के अपोजिट लीड रोल के लिए चुन लिया गया। फिल्म में उन्होंने आनंद कुमार की पत्नी 'सुप्रिया' का किरदार निभाया। इस किरदार के लिए मृणाल को तीन राउंड ऑडिशन देना पड़ा था।पहले राउंड मे बेसिक ऑडिशन हुआ था, जिसमें सीन परफॉर्म करवाया गया। दूसरे राउंड में इंटेंस सीन टेस्ट हुआ था, ताकि उनके इमोशनल रेंज को परखा जा सके। तीसरे राउंड के ऑडिशन में सुप्रिया के किरदार के लिए सादे और बिहारी लुक में स्क्रीन टेस्ट लिया गया।'सुपर 30' के बाद मृणाल ठाकुर इंडस्ट्री में एक भरोसेमंद नई अभिनेत्री के रूप में देखी जाने लगी थीं। फिल्म में उनकी सादगी और इमोशनल परफॉर्मेंस ने मेकर्स का ध्यान खींचा। जब 'बटला हाउस' की कास्टिंग चल रही थी, तब डायरेक्टर निखिल आडवाणी और उनकी टीम एक ऐसे चेहरे की तलाश में थे जो रियलिस्टिक और जमीन से जुड़ा लगे।'सुपर 30' में मृणाल का काम देखने के बाद उन्हें इस फिल्म के लिए अप्रोच किया गया। इस फिल्म में मृणाल ने जॉन अब्राहम की पत्नी का किरदार निभाया। जॉन अब्राहम के साथ उनकी जोड़ी को सराहा गया, खासकर उन दृश्यों में जहां परिवार और ड्यूटी के बीच भावनात्मक संघर्ष दिखाया गया। इस किरदार के लिए भी मृणाल को ऑडिशन देना पड़ा था।मृणाल ठाकुर अब तक 'घोस्ट स्टोरी', 'तूफान', 'धमाका', 'जर्सी', 'गुमराह' और 'सन ऑफ सरदार 2' जैसी कई प्रमुख फिल्मों में काम कर चुकी हैं। हाल ही में उनकी फिल्म 'दो दीवाने शहर में' सिद्धांत चतुर्वेदी के साथ रिलीज हुई है। इसके अलावा 'डकैतः ए लव स्टोरी', 'है जवानी तो इश्क होना है', 'पूजा मेरी जान' और 'अल्लू अर्जुन' के साथ साउथ की साइंस-फिक्शन एक्शन फिल्म रिलीज होने वाली है।

हसबैंड निजी बातें अपनी बहन को बताता हैःमुझे चाहिए प्राइवेसी, क्या मैं ओवरथिंक कर रही या हमारी शादी खतरे में है

नयी दिल्ली। विषय पर प्रकाश डालेंगे एक्सपर्टः डॉ. जया सुब्रुल, क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट, नोएडा और उनसे समझेंगे उपाय सवाल जवाब के माध्यम से। सवालः मैं 30 साल की हूं। मेरी शादी हुए लगभग 4 साल हो चुके हैं। मेरी ससुराल इंदौर में है, मैं होम मेकर हूं। हमारे रिश्ते में सबकुछ ठीक है, लेकिन मेरे पति हर छोटी-बड़ी बात अपनी बहन से शेयर करते हैं। यहां तक कि कई बार वे हमारी पर्सनल बातें भी शेयर करते हैं। जब मुझे इस बारे में पता चला तो मुझे यह सब बहुत अजीब लगा। उसके बाद से मुझे ऐसा महसूस होता है कि जैसे हमारे रिश्ते में कोई प्राइवेसी ही नहीं बची है। जब मैं अपने पति से इस बारे में कोई सवाल करती हूं तो वो कहते हैं कि वो मेरी बहन ही तो है, उससे सब शेयर करना कोई गलत बात नहीं है। अब मैं परेशान हूं कि क्या मैं ओवरथिंक कर रही हूं या वाकई ये मेरी मैरिड लाइफ के लिए खतरा हो सकता है? मुझे अपने रिलेशनशिप को बचाने के लिए क्या करना चाहिए? क्या मुझे किसी काउंसलर की हेल्प लेनी चाहिए? जवाबः सबसे पहले तो ये जान लीजिए कि आप जो महसूस कर रही हैं, वो बिल्कुल सही है। शादी के चार साल बाद भी रिश्ते में प्राइवेसी का मुद्दा उठना कोई छोटी बात नहीं है। आपने बताया कि आपके पति हर छोटी-बड़ी बात अपनी बहन से शेयर करते हैं, यहां तक कि पर्सनल बातें भी। इससे आपको लगता है कि रिश्ते की गोपनीयता खत्म हो गई है। और जब आप विरोध करती हैं, तो वो कहते हैं कि बहन है, शेयर करना गलत



नहीं। ये सुनकर आपको लग रहा होगा कि शायद आप ज्यादा सोच रही हैं, लेकिन नहीं, ये एक असली समस्या है। मैंने ऐसे कई कपल्स को देखा है जहां फैमिली में ज्यादा शेयरिंग से रिश्ता कमजोर पड़ जाता है। इसे धीरे-धीरे समझते हैं और देखते हैं कि क्या करना चाहिए। सबसे पहले, खुद को दोष मत दीजिए। शादी एक ऐसा रिश्ता है जहां दो लोग एक-दूसरे के सबसे करीब होते हैं। यहां प्राइवेसी का मतलब है कि कुछ बातें सिर्फ आप दोनों के बीच रहें। जब कोई तीसरा इंसान, चाहे वो बहन ही क्यों न हो, उन बातों में शामिल हो जाता है, तो रिश्ते की नींव हिल सकती है। आप ओवरथिंक नहीं कर रही हैं; ये आपका हक है कि आप अपने रिश्ते की प्रोटेक्शन चाहें। बहुत सी महिलाएं ऐसी स्थिति में खुद को अकेला महसूस करती हैं, क्योंकि समाज हमें सिखाता है कि फैमिली को खुश रखना हमारी जिम्मेदारी है। लेकिन याद रखिए, आपकी मैरिड लाइफ आपकी है, और उसमें बाउंड्रीज जरूरी हैं। चलिए, इसे एक सिंपल उदाहरण से समझते हैं। सोचिए, आपका घर एक गार्डन है। उसमें फूल खिलाने के लिए आप दोनों मिलकर पानी देते हैं, देखभाल करते हैं। लेकिन अगर हर कोई बाहर से आकर उसमें हाथ डाले, तो वो गार्डन कैसा रहेगा? ठीक वैसे ही, रिश्ते में प्राइवेसी वो बाड़ा है जो बाहर की हवा से बचाता है। जब पति अपनी बहन से सब शेयर करते हैं, तो वो बाड़ा टूट जाता है। इससे ट्रस्ट कम होता है, क्योंकि आपको लगता है कि आपकी बातें सुरक्षित नहीं हैं। रिसर्च बताती है कि कपल्स जो प्राइवेसी बनाए रखते हैं, उनके रिश्ते ज्यादा मजबूत होते हैं। लेकिन अगर शेयरिंग ज्यादा हो जाए, तो मिसअंडरस्टेंडिंग बढ़ सकती है, और कभी-कभी फैमिली में दखलअंदाजी शुरू हो जाती है। आपके पति कहते हैं कि बहन है, शेयर करना गलत नहीं। ये सही है कि फैमिली से कुछ बातें शेयर की जा सकती हैं, जैसे खुशी के मोमेंट्स या जनरल एडवाइज। लेकिन पर्सनल बातें, जैसे इंटिमेट डिटेल्स, फाइनेंशियल इश्यूज या झगड़े, वो बाहर नहीं जानी चाहिए। ये ओवर शेयरिंग है, जो रिश्ते को कमजोर करती है। उदाहरण के लिए, अगर आपका पति आपकी कोई कमजोरी बहन से शेयर कर दे, तो वो अनजाने में आप पर असर डाल सकती है। या अगर कोई फैमिली प्रॉब्लम है, तो बाहर शेयर करने से वो और बड़ा बन जाता है। ये न सिर्फ आपके लिए, बल्कि उनके लिए भी खतरा है, क्योंकि इससे रिश्ते में असुरक्षा आ जाती है। क्या ये रिश्ते के लिए खतरा है? हां, बिल्कुल। अगर ये आदत जारी रही, तो आपकी मैरिड लाइफ में कई प्रॉब्लम्स आ सकती हैं। सबसे पहले, आप दोनों के बीच कम्युनिकेशन कम हो सकता है, क्योंकि आपको डर लगेगा कि बात बाहर जाएगी। दूसरा, बहन की एडवाइज से आपके फैसले प्रभावित हो सकते हैं, जो रिश्ते की बैलेंस बिगाड़ देगा। तीसरा, लंबे समय में ये रिसेंटमेंट पैदा कर सकता है- आप पति से नाराज रहेंगी, और वो समझ नहीं पाएंगे। मैंने क्लिनिक में ऐसे केस देखे हैं जहां ओवर शेयरिंग से डिवोर्स तक बात पहुंच गई। लेकिन अच्छी बात ये है कि इसे ठीक किया जा सकता है, अगर दोनों मिलकर कोशिश करें। कपल को रिलेशनशिप से बाहर ये बातें शेयर नहीं करनी चाहिए- कपल्स को कभी भी अपने रिलेशनशिप से बाहर प्राइवेट बातें नहीं शेयर करनी चाहिए। ग्राफिक में दी ये लिस्ट रिश्ते की प्राइवेसी बनाए रखने के लिए जरूरी है। अब इन बातों को थोड़ा विस्तार से समझते हैं- पहली बात, सेक्स लाइफ की इंटीमेट डिटेल्सः ये सबसे पर्सनल मोमेंट्स हैं, इन्हें शेयर करने से रिश्ते की पवित्रता टूटती है और ट्रस्ट कम होता है। दूसरी, पार्टनर की कमजोरियांः इन्हें बाहर बताने से दूसरे लोग आपके पार्टनर का सम्मान कम कर सकते हैं और कभी ये उनके खिलाफ इस्तेमाल हो सकती हैं। तीसरी, फाइनेंशियल डिटेल्सः पैसे की दिक्कतें या कमाई शेयर करने से अनचाहा एडवाइज, दया या गलतफहमी हो सकती है।चौथी, फैमिली सीक्रेट्सः संवेदनशील पास्ट या ट्रॉमा बाहर जाने से असुरक्षा बढ़ती है। पांचवीं, रिलेशनशिप प्रॉब्लम्सः झगड़ों को बाहर वेंट करने से दूसरे लोग बायस्ड हो जाते हैं और प्रॉब्लम बड़ी हो जाती है। छठी, पास्ट ट्रॉमाजः ये गहरी बातें शेयर करने से पार्टनर असुरक्षित फील कर सकता है। सातवीं, पर्सनल गोल्सः इन्हें जल्दी शेयर करने से मोटिवेशन कम हो सकता है। आठवीं, फैमिली मैटर्सः घर की बातें बाहर न जाएं, वरना सीक्रेट्स लीक हो सकते हैं। नौवीं, रोमांटिक जेस्चर्सः गिफ्ट्स या स्पेशल मोमेंट्स की डिटेल्स शेयर करने से उनका महत्व कम हो जाता है। दसवीं, पास्ट रिलेशनशिप्सः पुरानी बातें लाने से खटास आ सकती है। अब क्या करें? सबसे पहले, अपने पति से खुलकर बात करें। लेकिन ये सारी बातें गुस्से में नहीं, बल्कि शांति से करें। उन्हें बताएं कि आप उनकी बहन से प्यार करती हैं, लेकिन कुछ बातें सिर्फ आप दोनों की हैं। उन्हें कहें कि मुझे लगता है कि हमारी प्राइवेसी जरूरी है, ताकि हमारा रिश्ता मजबूत रहे। अगर वो समझें, तो अच्छा है। लेकिन अगर न मानें, तो बाउंड्री सेट करें। उन्हें बताएं कि पर्सनल बातें शेयर न करें, वो सिर्फ हमारी बातें हैं। बहन से दूरी नहीं, बैलेंस बनाना जरूरी-उन्हें ये समझाएं कि बहन से रिश्ता नहीं तोड़ना है। बस बैलेंस बनाना जरूरी है। पति को समझाएं कि फैमिली इंपॉर्टेंट है, लेकिन मैरिज अलग है। अगर वो न बदलें, तो फैमिली काउंसलिंग लें। ये मदद करेगी। याद रखिए, रिश्ता दो लोगों का है, और प्राइवेसी उसकी सेफ्टी है। खुद को सशक्त बनाएं-आखिर में, खुद पर फोकस करें। अपनी फीलिंग्स को वैलिडेट करें और अगर जरूरी हो तो दोस्तों से बात करें, लेकिन पर्सनल डिटेल्स न शेयर करें। आप एक हेल्दी रिश्ते की हकदार हैं, जहां ट्रस्ट और प्राइवेसी हो। अगर कोशिश से बात बने, तो अच्छा। वर्ना, अपनी खुशी को प्राथमिकता दें। आप अकेली नहीं हैं, कई महिलाएं इससे गुजरती हैं और बाहर निकलती हैं। हिम्मत रखिए, सब ठीक होगा।

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।