डाक पंजीयन नं. 99/2018-20

ई-मेलः- adhuniksamachar2014@gmail.com

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

आधुनिक समाचार

हिन्दी साप्ताहिक संस्थापकः- श्री महेन्द्र अरोरा

वर्ष-12 अंक-18 | प्रयागराज, रविवार 30 अप्रैल 2023 से शनिवार 06 मई 2023 तक | पृष्ठ- 8 | मूल्यः 3 रूपये

47 साल की उम्र में यह मुश्किल काम सीख रही....

कांग्रेस और उनके नेताओं ने मुझे 91 बार अलग-अलग तरह की गालियां दीं : प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी

हुमनाबाद (कर्नाटक)। कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे की 'जहरीला सांप' वाली टिप्पणी को लेकर पार्टी पर निशाना साधते हुए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने शनिवार को कहा कि कांग्रेस और उसके नेताओं ने अब तक 91 बार उन्हें अलग-अलग तरह की गालियां दी हैं। कांग्रेस पर कर्नाटक में लिंगायत समुदाय का अपमान करने का भी आरोप लगाते हुए मोदी ने कहा कि पार्टी ने बाबासाहेब आंबेडकर और वीर सावरकर को भी अपशब्द कहे हैं।

कर्नाटक में 29 मार्च को चुनाव कार्यक्रम की घोषणा होने के बाद पहली बार प्रचार के लिए राज्य के दौरे पर आए प्रधानमंत्री ने कांग्रेस पर प्रहार करते हुए कहा कि लोग उसकी गालियों का वोटों से जवाब देंगे और वे (कांग्रेस नेता) भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) पर जितना कीचड़ उछालेंगे, उतना ही कमल खिलेगा। मोदी ने कहा, ''कांग्रेस आम आदमी के बारे में बात करने वाले, उनके (कांग्रेस के) भ्रष्टाचार को सामने लाने वाले और उसकी स्वार्थ की राजनीति पर वार करने वाले हर व्यक्ति से नफरत करती है। ऐसे लोगों के खिलाफ कांग्रेस की नफरत गहरी होती जाती है। इस चुनाव में भी कांग्रेस ने फिर से मुझे गालियां देने का काम शुरू कर दिया है।''

बीदर जिले के हुमनाबाद में एक जनसभा को संबोधित करते हुए प्रधानमंत्री ने कहा, ''किसी ने मेरे खिलाफ इस्तेमाल किए जा रहे इस तरह के अपशब्दों की सूची बनाई और मुझे भेजा। अभी तक कांग्रेस के लोग मुझे 91 बार अलग-अलग तरह की गालियां दे चुके हैं। अगर कांग्रेस ने अपशब्दों के इस शब्दकोष पर समय व्यर्थ करने के बजाय सुशासन और अपने कार्यकर्ताओं का मनोबल बढ़ाने पर ध्यान दिया होता, तो उसकी इतनी दयनीय स्थिति नहीं होती।'' उल्लेखनीय है कि कर्नाटक में एक चुनावी रैली को संबोधित करते हुए खरगे ने बृहस्पतिवार को प्रधानमंत्री मोदी की तुलना जहरीले सांप से की थी। हालांकि, विवाद पैदा होने के बाद उन्होंने स्पष्ट किया कि उनकी टिप्पणी प्रधानमंत्री के खिलाफ नहीं, बल्कि सत्तारूढ़ भाजपा के खिलाफ थी। मोदी ने कहा, ''गरीबों और देश के लिए काम करने वालों का अपमान करना कांग्रेस का इतिहास रहा है। मैं इकलौता नहीं हूं, जिस पर इस तरह का हमला किया गया है। पिछले चुनाव में उन्होंने 'चौकीदार चोर है' अभियान चलाया था, फिर उन्होंने कहा 'मोदी चोर' है, फिर उन्होंने कहा 'ओबीसी समुदाय चोर' है और अब कर्नाटक में चुनाव प्रचार शुरू होते ही उन्होंने मेरे लिंगायत भाइयों और बहनों को चोर कहने की हिम्मत दिखाई है।'' उन्होंने कहा, ''कांग्रेस के नेता कान खोलकर सुनें, जब भी आपने किसी को अपशब्द कहे हैं, उन्होंने (मतदाताओं ने) आपको इस तरह से दंड दिया है कि आप उसे सहन नहीं कर पाए। इस बार कर्नाटक के लोगों ने अपशब्दों और उनके गौरव को पहुंचाई गई क्षति का वोटों के जरिये जवाब देने का फैसला किया है।'' मोदी ने कहा कि कांग्रेस के शीर्ष नेताओं ने उन्हें अपशब्द कहे हैं। उन्होंने कहा कि कांग्रेस ऐसी पार्टी है, जिसने बाबासाहेब आंबेडकर को भी अपशब्द कहे थे। प्रधानमंत्री ने कहा, ''बाबासाहेब आंबेडकर ने एक बार खुद कहा था कि कांग्रेस ने बार-बार उन्हें अपशब्द कहे।

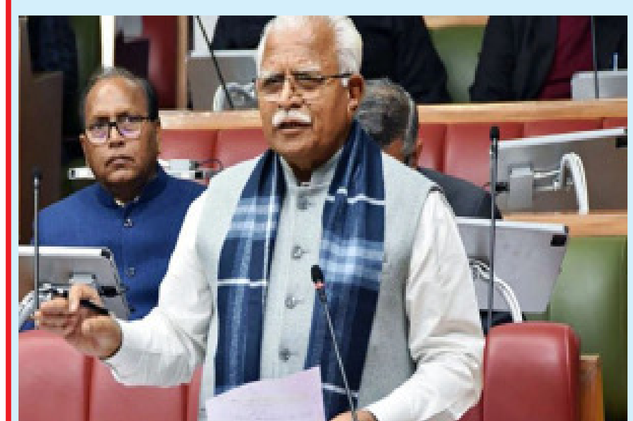
कांग्रेस ने बाबासाहेब आंबेडकर को 'राक्षस', 'राष्ट्रद्रोही', 'दगाबाज दोस्त' कहा था... आप सुनकर हैरान रह जाएंगे। आज भी हम देखते हैं कि कांग्रेस कैसे वीर सावरकर को अपशब्द कहती है। कांग्रेस ने इस देश के दिग्गज नेताओं को अपशब्द कहे हैं।'' मोदी ने कहा, ''इसे देखते हुए मुझे लगता है कि कांग्रेस मेरा सम्मान करती है, जैसा कि उसने बाबासाहेब आंबडेकर और वीर सावरकर का किया, क्योंकि कांग्रेस उसी तरह से मुझे भी अपशब्द कहती है। मैं इसे अपने लिए उपहार के तौर पर मानता हूं।'' उन्होंने कहा, ''कांग्रेस को मेरे लिए अपशब्दों का इस्तेमाल करने दीजिए, मैं देश और उसके लोगों के लिए काम करना जारी रखूंगा। आपके आशीर्वाद से उनके सभी अपशब्द मिट्टी में मिल जाएंगे। कांग्रेस के लोग समझ लें कि आप हम पर जितना कीचड़ उछालेंगे, उतना ही कमल खिलेगा।'' कर्नाटक में लोगों से मजबूत और पूर्ण बहुमत से भाजपा की सरकार बनाने की अपील करते हुए मोदी ने राज्य के लिए एक नया चुनावी नारा दिया।

उन्होंने कहा कि कर्नाटक को डबल इंजन भाजपा सरकार की आवश्यकता है ताकि केंद्र और राज्य के बीच समन्वय हो, कोई अवरोध न हो, बुनियादी ढांचे की परियोजनाएं भी तेजी से पूरी हों ताकि विदेशी निवेशकों के बीच भरोसा मजबूत हो तथा कर्नाटक कांग्रेस का एटीएम बनने के बजाय देश का विकास इंजन बने। उन्होंने केंद्र तथा राज्य दोनों में भाजपा सरकार के विभिन्न कामों को गिनाते हुए कहा कि कर्नाटक चुनाव केवल पांच साल के लिए सरकार बनाने के लिए नहीं है बल्कि यह देश में राज्य को ''नंबर एक'' बनाने के लिए है। उन्होंने कहा, ''कर्नाटक को देश में नंबर एक बनाने के लिए यह आवश्यक है कि राज्य में डबल इंजन सरकार रहे। डबल इंजन सरकार का मतलब दोगुना लाभ, दोगुनी गति से है।''

कांग्रेस पर देश को बांटने तथा तुष्टीकरण की राजनीति करने का आरोप लगाते हुए प्रधानमंत्री ने कहा कि कांग्रेस गरीबों की परेशानी नहीं समझ सकती क्योंकि उन्होंने गरीबी नहीं देखी है। उन्होंने कहा, ''कांग्रेस ऐसी पार्टी है जो विकास में राजनीति करती है...यह पूरी तरह नकारात्मकता है।'' बीदर के 'बीदरी' कला के कलाकार शाह रशीद अहमद कादरी को हाल में 'पद्म श्री' से सम्मानित किए जाने का जिक्र करते हुए मोदी ने कांग्रेस पर दशकों तक उन्हें निराश करने का आरोप लगाया। प्रधानमंत्री ने कहा कि कांग्रेस ने अस्थिर और गठबंधन सरकारों के नतीजे भुगते हैं। उन्होंने कहा कि एक अस्थिर सरकार का ध्यान लोगों की सेवाकरने पर नहीं होगा। इस मौके पर कर्नाटक के मुख्यमंत्री बसवराज बोम्मई और केंद्रीय मंत्री भगवंत खुबा भी मौजूद थे।

हरियाणा सरकार डिजिटल प्लेटफॉर्म का इस्तेमाल कर जनसेवा की सही दिशा में आगे बढ़ रही : खट्टर

फरीदाबाद (हरियाणा) । हरियाणा के मुख्यमंत्री मनोहर लाल खट्टर ने शनिवार को कहा कि राज्य सरकार डिजिटल प्लेटफॉर्म का अधिकतम इस्तेमाल कर जनसेवा की सही दिशा में आगे बढ़ रही है। खट्टर ने



फरीदाबाद में आयोजित एक कार्यक्रम में राजस्व विभाग में कार्यरत कानूनगो और पटवारियों को टैबलेट वितरित किए। इस कार्यक्रम में उन्होंने सार्वजनिक सेवा की दिशा में डिजिटल सेवाओं की प्रगति की सराहना की। खट्टर ने कहा कि ये टैबलेट फरीदाबाद में कानूनगो और पटवारियों को ई-गिरदावरी (सर्वेक्षण), परिवार पहचान पत्र के तहत जाति सत्यापन और आय सत्यापन सहित बेहतर सेवाएं प्रदान करने में सक्षम बनाएंगे। मुख्यमंत्री ने जिले में 41 कानूनगो और पटवारियों को टैबलेट वितरित करते हुए उन्हें सरकारी सेवाओं के क्रियान्वयन में प्रभावी ढंग से अपने कर्तव्यों का पालन करने के लिए प्रेरित किया। केंद्रीय बिजली और भारी उद्योग राज्य मंत्री कृष्ण पाल गुर्जर, हरियाणा के परिवहन मंत्री मूलचंद शर्मा और फरीदाबाद के विधायक नरेंद्र गुप्ता समेत अन्य गणमान्य व्यक्ति एचएसवीपी (हरियाणा शहरी विकास प्राधिकरण) कन्वेंशन सेंटर में आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित थे।

संक्षिप्त समाचार

दुश्मनों को मात देने के लिए तैयार भारत की पांच बेटियां

भारतीय सेना की आर्टिलरी रेजिमेंट में हुईं शामिल

नई दिल्ली। भारतीय सेना ने महिला अधिकारियों को आर्टिलरी रेजिमेंट में अनुमति देकर महिलाओं की भूमिका का विस्तार किया है। महिला अधिकारियों के पहले बैच को भारतीय सेना की आर्टिलरी रेजिमेंट में शामिल किया गया। चेन्नई के अधिकारी प्रशिक्षण अकादमी (ध्र्ऊै) में सफलतापूर्वक प्रशिक्षण पूरा करने के बाद 5 महिला अधिकारी आज आर्टिलरी रेजिमेंट में शामिल हुई हैं। आर्टिलरी की रेजिमेंट में कमीशन की जा रही पांच महिला अधिकारियों (डब्ल्यूओ) को उनके पुरुष समकक्षों

(19 पुरुष अधिकारियों को भी आर्टिलरी में कमीशन किया जाता है) के समान अवसर और चुनौतियां प्रदान की जा रही हैं। इन युवा महिला अधिकारियों को सभी प्रकार की आर्टिलरी इकाइयों में तैनात किया जा रहा है, जहां उन्हें चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में रॉकेट, मीडियम, फील्ड और सर्विलांस एंड टारगेट एक्विजिशन (ऐंऊै) और उपकरणों को संभालने के लिए पर्याप्त प्रशिक्षण और एक्सपोजर मिलेगा। उउ आर्टिलरी आदोष कुमार ने बताया कि रेजीमेंट आर्टिलरी के लिए महिला अधिकारियों का हमारे साथ स्वागत करने का यह एक महत्वपूर्ण अवसर है। हमें उनकी क्षमता पर पूरा भरोसा है और यकीन है कि वे भविष्य में कमांड आर्टिलरी यूनिट सहित अपने संबंधित भविष्य में बहुत अच्छा कार्य करेंगी। लेफ्टिनेंट रेखा सिंह ने बताया कि मेरे पति के शहीद होने के बाद मैंने आर्मी में शामिल होने का फैसला लिया। आज मेरा प्रशिक्षण पूरा हो गया है और मैं लेफ्टिनेंट बन गई हूं। उन्होंने कहा कि आज मेरे और मेरे परिवार के लिए एक गर्व का क्षण है। मैं अन्य महिला उम्मीदवारों को यही कहना चाहूंगी कि आप स्वयं में विश्वास रखिए और जो करना चाहती हैं उसके लिए कदम उठाइए। लेफ्टिनेंट महक सैन ने कहा कि यह मेरे लिए बहुत गर्व का क्षण है। मुझे पूरा यकीन है कि हम सभी अपनी भूमिकाओं के साथ न्याय करेंगे और संगठन को अपना सर्वश्रेष्ठ योगदान देंगे।

मुख्तार अंसारी के भाई अफजाल अंसारी भी दोषी करार 4 साल की सजा और एक लाख का जुर्माना लगा

नई दिल्लीं गैंगस्टर एक्ट के तहत दर्ज 2007 के एक मामले में मुख्तार अंसारी को शनिवार को 10 साल के कठोर कारावास की सजा सुनाई गई। गाजीपुर की एमपी-एमएलए कोर्ट ने गैंगस्टर-राजनीतिज्ञ को 5 लाख रुपये जुर्माना भरने का भी आदेश दिया है। उनके बड़े भाई और शहर के बसपा सांसद अफजाल अंसारी को भी दोषी ठहराया गया था और चार साल की सजा सुनाई है। अफजाल अंसारी पर एक लाख का जुर्माना भी लगा है।

अफजल के लिए फैसला बेहद महत्वपूर्ण है क्योंकि सजा का मतलब लोकसभा सीट हारना है। इससे पहले दिन में अंसारी बंधुओं के खिलाफ अपहरण और हत्या के एक मामले में फैसला सुनाने के लिए गाजीपुर अदालत के बाहर कड़ी सुरक्षा व्यवस्था की गई थी। एक प्रमुख राष्ट्रीय दैनिक के अनुसार, मुख्तार पर कोयला व्यवसायी और विश्व हिंदू परिषद के पदाधिकारी नंदकिशोर रूंगटा के 1996 के अपहरण मामले और 2005 के भाजपा विधायक कृष्णानंद राय हत्याकांड में शामिल होने के लिए मामला दर्ज किया गया था।

'मोदी जितनी कोशिश कर लें, केजरीवाल का काम नहीं रोक पाएंगे', न्यायिक हिरासत बढ़ने के बाद सिसोदिया बोले

नई दिल्ली। दिल्ली की राउज एवेन्यू कोर्ट ने आबकारी नीति मामले में आप नेता और दिल्ली के पूर्व उपमुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया की न्यायिक हिरासत 8 मई तक बढ़ा दी है। मनीष सिसोदिया को प्रवर्तन निदेशालय द्वारा जांच किए जा रहे आबकारी मामले में उनकी न्यायिक हिरासत की समाप्ति पर राउज एवेन्यू कोर्ट लाया गया था। विशेष न्यायाधीश एम. के. नागपाल ने सिसोदिया को राहत देने से इनकार करते हुए कहा कि अभियोजन पक्ष धनशोधन के कथित अपराध में सिसोदिया की संलिप्तता को लेकर एक वास्तविक और प्रथम दृष्टया मामला दिखाने में सक्षम रहा है। अदालत ने ''गंभीर प्रकृति के आरोपों और आपराधिक साजिश में सिसोदिया द्वारा निभाई गई भूमिका, अपराध की आय के सृजन और इस्तेमाल आदि से संबंधित गतिविधियों में उनकी संलिप्तता'' को देखते हुए जमानत देने से इनकार कर दिया।

शिक्षा व स्वास्थ्य हमारी प्राथमिकता, निरोगी राजस्थान के संकल्प को साकार कर रहे हैंः अशोक गहलोत

जयपुर। राजस्थान के मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने अपनी सरकार की चिरंजीवी स्वास्थ्य बीमा योजना व स्वास्थ्य का अधिकार कानून (आरटीएच) का जक्रि करते हुए शनिवार को दावा किया कि उनकी सरकार निरोगी राजस्थान के संकल्प को साकार कर रही है। इसके साथ ही उन्होंने शिक्षा व स्वास्थ्य को राज्य सरकार की प्राथमिकता बताया।

गहलोत ने शनिवार को बीकानेर जिले के श्रीडूंगरगढ़ में राजकीय प्रभा ताई ओझा प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र, गुसांईसर बड़ा के भवन और स्टाफ क्वाट्र्स का लोकार्पण किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि राज्य सरकार की प्राथमिकता शिक्षा और स्वास्थ्य है और इस दिशा में कृतसंकल्पित होकर 'निरोगी राजस्थान' के संकल्प को साकार कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि राज्य के लोगों को मुख्यमंत्री चिरंजीवी स्वास्थ्य बीमा योजना के तहत 25 लाख रुपए तक की निःशुल्क चिकित्सा सुविधा और सभी सरकारी अस्पतालों में निःशुल्क ओपीडी, आईपीडी और जांच सुविधा उपलब्ध कराई जा रही है। गहलोत ने कहा कि राज्य में सामाजिक सुरक्षा योजना के तहत पेंशन राशि न्यूनतम 1,000 रुपए कर दी गई है जसिसे लोगों को संबल मिलेगा।

अपनी सरकार की विभिन्न कल्याणकारी योजनाओं का जिक्र करते हुए उन्होंने कहा कि प्रत्येक वर्ग के लिए जनकल्याणकारी योजनाएं लागू कर राहत प्रदान की जा रही है। उन्होंने कहा कि सभी क्षेत्रों में विद्यालय, महाविद्यालय, सड़कें, पानी और बिजली

सहित सभी सुविधाएं उपलब्ध कराई जा रही हैं और मंहगाई से निजात दिलाने के लिए प्रदेश में महंगाई राहत कैंप लगाए जा रहे हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य की 40 लाख महिलाओं को पहले चरण में रक्षाबंधन से तीन साल की इंटरनेट सेवा के साथ स्मार्टफोन निःशुल्क उपलब्ध कराएंगे। गहलोत ने कहा, ''देश में पहली बार राजस्थान में स्वास्थ्य का अधिकार (आरटीएच) लागू किया गया है। पूरे देश में सराहना हो रही है। केंद्र सरकार को भी आरटीएच को लागू करना चाहिए, जिससे बिना भेदभाव सभी को चिकित्सा सुविधा मिल सके।''

उन्होंने कहा कि पूर्ववर्ती केन्द्र (संप्रग) सरकार द्वारा कानून बनाकर खाद्य सुरक्षा, सूचना, शिक्षा एवं रोजगार गारंटी सहित कई अधिकार दिए गए। वर्तमान केंद्र सरकार को भी कानून बनाकर आमजन को सामाजिक सुरक्षा का अधिकार देना चाहिए। मुख्यमंत्री ने प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र के परिसर में उपलब्ध चिकित्सकीय व्यवस्थाओं का अवलोकन कयिा। उन्होंने इस केंद्र को सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र (सीएचसी) में क्रमोन्नत करने की भी घोषणा की।

उन्होंने कहा, ''अपनी जड़ों, संस्कृति और परम्पराओं से जुड़े रहना राजस्थान के प्रवासियों की खूबी हैं। किसी भी राज्य या किसी देश में चले जाए, वहां प्रवासी राजस्थानी मिलेंगे।'' इस अवसर पर शिक्षा मंत्री डॉ. बी.डी. कल्ला, आपदा प्रबंधन एवं सहायता मंत्री गोविंदराम मेघवाल, महाराष्ट्र विधानसभा के नेता प्रतिपक्ष बाला साहेब थोराट, ऊर्जा राज्यमंत्री भंवर सिंह भाटी, राजस्थान स्टेट एग्रो इंडस्ट्री डवलपमेंट बोर्ड अध्यक्ष रामेश्वर डूडी, केश कला बोर्ड अध्यक्ष महेंद्र गहलोत, गुजरात से राज्यसभा सदस्य शक्ति सिंह गोहिल, विधायकगोविंद सिंह डोटासरा व बड़ी संख्या में लोग मौजूद थे।

पीएम मोदी की लोकप्रियता के कारण कांग्रेस बहुत निराश-हताश' राजनाथ बोले-वे लोग अपना मानसिक संतुलन खो चुके हैं

नई दिल्ली। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह कर्नाटक में भाजपा के पक्ष में चुनाव प्रचार करने पहुंचे हैं। उन्होंने सबसे पहले कांग्रेस पर जबरदस्त निशाना साधा। हाल में ही कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को जहरीला सांप कहा था। इसी को लेकर रक्षा मंत्री ने कहा कि नरेंद्र मोदी की लोकप्रियता के कारण ये लोग (कांग्रेस) बहुत निराश-हताश है और इस कारण वे अपना मानसिक संतुलन खो चुके हैं। उन्होंने कहा कि वे कहते हैं कि हमारे प्रधानमंत्री मोदी में ज़हर है। उन्होंने कहा कि मैं ईश्वर से प्रार्थना करता हूं कि मोदी जी की लोकप्रियता के कारण इन्हें जो दर्द हो रहा है उसे सहने की इन्हें शक्ति दें।

रक्षा मंत्री ने कहा कि मज़हब के आधार पर आरक्षण देकर कांग्रेस पार्टी ने संविधान के साथ क्रूर मज़ाक़ किया है। हम समाज को बाँट कर राजनीति नहीं करते। उन्होंने कहा कि पीएफाई को कांग्रस ने आश्रय देने का काम किया। हमने कहा था कि इनकी देश विरोधी गतिविधि है और हम जब आएंगे तो पीएफआई पर बैन लगाएंगे और हमने इसपर बैन लगाया। उन्होंने साफ तौर पर कहा कि भाजपा जो बोलती है वह करती है, यानी हमारी कथनी और करनी में फर्क नहीं होता। उन्होंने कहा कि ये समाज को तोड़ कर सरकार बनाना चाहते हैं। हम समाज को जोड़कर सरकार बनाना चाहते हैं। यह लोग तुष्टिकरण की राजनीति करते हैं।

राजनाथ ने कहा कि आज भारत अंतर्राष्ट्रीय मंचों पर बोलता है तो दुनिया कान खोल कर सुनती है। यूक्रेन संकट के दौरान हमारे प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सबसे बात करके क़रीब 22000 भारतीयों को सुरक्षित निकालने का काम किया था। उन्होंने कहा कि अभी सूडान के संकट के दौरान ऑपरेशन कावेरी चला कर हमारे नागरिकों को सुरक्षित बाहर निकालने का काम किया है। राजनाथ ने कहा कि नौ वर्ष हो गये केंद्र में मोदी सरकार के दामन पर भ्रष्टाचार का कोई दाग नहीं है। यहाँ कर्नाटक में दोबारा सरकार बनती है तो मैं आपको यक़ीन दिलाता हूँ कि भ्रष्टाचार करने वाले का स्थान उसका घर नहीं जेल में होगा।

आचार संहिता की धज्जियां उड़ा रहे हैं पार्षद प्रत्याशी

शहर के कई इलाकों में घरों पर चस्पा किया पोस्टर, लगाए बैनर

आधुनिक समाचार सेवा

प्रयागराज। चार मई को नगरऽनिकाय का चुनाव होने जा रहा है। निकाय चुनाव को देखते हुए पूरे प्रदेश में आचार संहिता लागू की गई है। शहर के प्रमुख चौराहों से प्रशासन ने होर्डिंग और बैनर तो उतरवा दिए हैं लेकिन वहीं शहर के कुछ पार्षद प्रत्याशी आचार संहिता का खुलेआम उल्लंघन कर रहे हैं।

इतना ही नहीं पार्षद प्रत्याशी राजनीतिक पार्टियों के बैनर पर चुनाव लड़ रहे हैं और साथ में मेयर का भी प्रचार कर रहे हैं। वहीं अपने पोस्टर पर पार्षद मेयर का भी फोटो लगाकर शहर के तमाम इलाकों के घरों के बाहर पोस्टर चस्पा कर रहे हैं।सुबह से लेकर रात तक महापौर प्रत्याशी और पार्षद प्रत्याशी अपने अपने वार्डों में जीत का वादा करते हुए लोगों से वोट डालने की अपील कर रहे हैं।

आचार संहिता लागू होने के बाद कोई भी दल का प्रत्याशी होर्डिंग, बैनर व पोस्टर नहीं लगवा सकता है। यह आचार संहिता का उल्लंघन माना जाएगा। इसकी निगरानी के लिए पर्यवेक्षक भी तैनात किए जाते हैं लेकिन पर्यवेक्षकों की उदासीनता के चलते प्रत्याशी पोस्टर बैनर लगवाते दिखते हैं।

समाजवादी सोच से विकास संभव : विजमा यादव

आधुनिक समाचार सेवा

फूलपुर। फूलपुर नगर पंचायत के शेषपुर मोहल्ले में प्रतापपुर रोड पर नगर अध्यक्ष पद हेतु चुनावी सभा में उतरी सपा की काजमीन जहां जो पूर्व नगर अध्यक्ष रही है। उनके कार्यालय उद्घाटन की मुख्य अतिथि प्रतापपुर विधायिका विजमा यादव ने कहा कि हम लोग समाजवादी विचारधारा के हैं, अलगाववादी, वर्गवादी, जातिवादी भावना नहीं रखते। इसलिए काजमीन जहां को यहां की जनता का प्यार मिलता रहा। पूर्व एमएलसी वासुदेव यादव ने फूलपुर की सीट पूर्व की भांति यथावत रखने पर जोर दिया। पूर्व विधायक हाजी मोहम्मद मुजतबा सिद्दीकी ने कहा कि फूलपुर की जनता ने हमें अभूतपूर्व प्यार दिया था वही प्यार काजमीन जहां के साथ बरकरार रखिए। सभा को जिला अध्यक्ष अनिल यादव, राम सुमेर पाल, पंधारी यादव, श्याम लाल पाल आदि ने संबोधित किया। मौके पर पूर्व नगर अध्यक्ष मनसूर आलम, नसरुद्दीन राईन, सौरव यादव, रामचंद्र यादव एडवोकेट, राम अवध पाल, धारा सिंह, राजकुमार पटेल, कुमार मंगल, सुजीत यादव, अरसद उल्ला, नियाज अहमद आदि लोग मौजूद रहे।

नसीरुद्दीन राईन ने सभी 15 वार्डों के प्रभारी नियुक्त किए

आधुनिक समाचार सेवा

फूलपुर प्रयागराज। नगर पंचायत फूलपुर समाजवादी पार्टी चेयरमैन प्रत्याशी श्रीमती काज़मीन जहां सिद्दीकी के चुनाव संचालन का प्रभारी सपा के निवर्तमान जिला उपाध्यक्ष नसीर उद्दीन राईन को बनाकर फूलपुर नगर निकाय चुनाव में जान फूंक दिया है नगर पंचायत फूलपुर में राईन समाज की बहुसंख्यक वोटर के साथ समाज में अच्छी पैठ रखतें हैं इनके प्रभारी बनने से समाजवादी पार्टी के प्रत्याशीयों को अधिक मजबूती मिलेगी इसी संदर्भ में फूलपुर निकाय चुनाव प्रभारी नसीर उद्दीन राईन ने सभी पन्द्रहों वार्डों में प्रभारी नियुक्त किया है। निम्न रूप से वार्ड नं.1 पूरे महारथ से ध्रुव विश्वकर्मा, वार्ड नं.2 जाफरगंज से चन्दन बिन्द.वार्ड नं 3 शेखपुर पश्चिमी से जगदीश मौर्य, वार्ड नं 4 शुक्लाना से अरशद खान, वार्ड नं 5 शेखपुर पूर्वी से रंगी लाल यादव, वार्ड नं 6 पूरे अछई से सै.सुहेल अहमद, वार्ड नं 7 कैथाना से फिरोज राईन, वार्ड नं 8 शेखपुर उत्तरी से अवधेश कुमार, वार्ड नं 9 इस्माईलगंज से मोकीम राईन, वार्ड नं 10 जमीला बाद से मोहम्मद अय्युब, वार्ड नं 11 लोचनगंज से आषुतोष पान्डेय, वार्ड नं 12 कोहना से मो इरफान, वार्ड नं 13 से यसवंत यादव प्रधान, वार्ड नं 14 से गुलफाम इदरीसी, वार्ड नं 15 दुनियागंज से महेंद्र गुप्ता को चुनाव संचालन का प्रभार सौंपा गया है सभी प्रभारियों को नियुक्ति पत्र देते हुए कहा कि फूलपुर में सपा की लहर है ऐसे में सभी प्रभारी अपने वार्डों में सपा प्रत्याशियों को जिताने में जी जान लगा दे जनता प्रदेश सरकार में हो रहे गरीबों मजलूमों मजबूरों के साथ हो रहे अत्याचार प्रताड़ना से उब चुकी है अब प्रदेश की जनता समाजवादी पार्टी सरकार चाहती है ऐसे में सपा प्रत्याशियों की जीत सुनिश्चित है।

सुशासन और विकास भाजपा की पहचान बन चुकी है:केशव प्रसाद मौर्य

आधुनिक समाचार सेवा

प्रयागराज।समाजवादी पार्टी कई नेताओं ने अपने समर्थकों के साथ उप मुख्यमंत्री केशव प्रसाद मौर्य जी की उपस्थिति में भारतीय जनता पार्टी सिविल लाइन कार्यालय में भाजपा का दामन थामा इस अवसर पर उप मुख्यमंत्री केशव प्रसाद मौर्य ने शामिल हुए सभी नेताओं को भारतीय जनता पार्टी का अंगवस्त्रम पहनाकर उन्हें बधाई देते हुए भाजपा

परिवार में शामिल किया और कहा कि सपा का सूपड़ा साफ करने के लिए भाजपा में आए हुए लोगों का हम स्वागत करते हैं उन्होंने आगे कहा कि सुशासन और विकास भाजपा की पहचान बन चुकी है और प्रयागराज को एक नए कीर्तिमान की ओर ले जाने का हमारे पास एक मौका है और इस मौके को हमें नहीं छोड़ना है इसलिए हम सभी को नगर निगम के चुनाव में दिन रात इतनी मेहनत करना है कि हर वार्ड हर बूथों पर कमल खिल जाए और तीर्थराज प्रयाग विकास का राजा बन जाए।

आज शाम तक निकाय प्रत्याशियों को देना होगा ब्योरा

रविवार-सोमवार को दिया जाएगा नोटिस

आधुनिक समाचार सेवा

प्रयागराज। नगरनिकायचुनाव में दावेदारी कर रहे प्रत्याशियों को कलक्ट्रेट कोषागार में शनिवार शाम तक व्यय का ब्योरा देना है। पहले चरण का ब्योरा न देने पर रविवार और सोमवार को सभी को आरओ के जरिए नोटिस दिया

जाएगा। बीते सात दिनों में कोषागार में केवल पांच प्रत्याशियों ने ही व्यय रजिस्टर दिखाया है। शनिवार दोपहर तक बड़े दल के एक भी प्रत्याशी ने अपने खर्च का विवरण प्रस्तुत नहीं किया है। सीटीओ शिवेंद्र सिंह ने बताया कि शाम पांच बजे तक पहले चरण का विवरण न देने वाले प्रत्याशियों की सूची उनके आरओ को दी जाएगी। पहली बार व्यय विवरण देने के लिए तीन चरण में एक-एक सप्ताह का अवसर दिया गया है।

बाइक सवार को डम्फर ने मारी टक्कर हालत गंभीर

आधुनिक समाचार सेवा

फूलपुर। सराय दाऊद उर्फ ढकपूरा गांव निवासी राजू उम्र 25 वर्ष पुत्र बसंत लाल जो शनिवार सुबह 8 बजे बाइक द्वारा फूलपुर की ओर जा रहा था। तभी विपरीत दिशा से आ रहे डंपर ने दुल्मापुर गांव के पास टक्कर मार दी। जिससे वह बाइक सहित सड़क पर गिर कर गंभीर रूप से घायल हो गया। स्थानीय लोगों ने फूलपुर के एक निजी चिकित्सालय में पहुंचाया। वहां से स्वरूपरानी भेज दिया गया। जहां घर वालों की सूचनानुसार पूरा दिन बीत गया स्टेचर पर पड़ा है। वार्ड में नहीं जाने दिया जा रहा है ना ही कोई दवा इलाज हो रहा है। राजू के परिजनों ने जिलाधिकारी प्रयागराज वह मुख्य चिकित्साधिकारी प्रयागराज से संज्ञान में लेने की मांग की है।

मैलहन झील में वरुणा उदगम स्थल का सर्वेक्षण डेनमार्क की टीम ने किया

आधुनिक समाचार सेवा

फूलपुर। मैलहन झील से निकली वरुणा नदी जो प्रयागराज भदोही वाराणसी के कई गांव से होती हुई अस्सी घाट वाराणसी में गिरती है और गंगा नदी में समाहित हो जाती है। इस पौराणिक नदी की उत्पत्ति हेतु कई गांव के लोगों ने मैलहन झील में बहुत बड़ा यज्ञ किया था। कथित रूप से तब वरुणा की उत्पत्ति हुई। इसी के नाम पर फूलपुर जौनपुर मार्ग पर बरुणा बाजार और वहीं पर वरुणेश्वर महादेव का मंदिर बना जो आस्था का केंद्र है। हर वर्ष मेला लगने लगा। अब वर्तमान सरकार ने वर्ष 2008 में तत्कालीन कमिश्नर द्वारा मैलहन झील के सुंदरीकरण और मैलहन से बनारस तक नदी की खुदाई व सफाई का जो खाका दर्जनों गांव के प्रतिनिधियों के बीच बैठकर तैयार किया था वह अब साकार होने को है। प्रदेश सरकार की पहल पर वर्षों से इस का सर्वेक्षण चल रहा है। अभी छः माह पहले इजराइल की टीम ने आकर सर्वे सिंचाई विभाग के अधिकारियों के साथ किया था। अब बीती शाम

बुधवार को डेनमार्क यूरोप की टीम ने शिशिर गौर प्रोफेसर आई आई

टी वाराणसी की टीम तथा डेनमार्क यूरोप की टीम द्वारा संयुक्त रूप से वाराणसी से मैलहन के उदगम स्थल तक सिंचाई विभाग के अधिकारियों के साथ पूरे प्रोजेक्ट का सर्वेक्षण किया। प्रयागराज शारदा सहायक खंड 39 के सहायक अभियंता बसंत लाल अपनी टीम के साथ लगे रहे और प्रोजेक्ट की पूरी जानकारी आए हुए अतिथियों को दी।

20 लीटर अवैध शराब व अवैध गांजा के साथ दो नफर गिरफ्तार

आधुनिक समाचार सेवा

फूलपुर। फूलपुर पुलिस द्वारा 26 अप्रैल 2023 को अभियुक्त अमरेंद्र सिंह उम्र 28 वर्ष पुत्र श्याम बहादुर निवासी सराय धूरदास उर्फ महजुदवा थाना फूलपुर को समय करीब 22:35 बजे पूरे महारथ मंदिर के पास से गिरफ्तार किया गया। जिसके कब्जे से अवैध कच्ची देसी शराब बरामद हुई। इसी प्रकार अभियुक्त खरबोटी उम्र 40 वर्ष पुत्र स्वर्गीय छोटेलाल निवासी ग्राम कुसेहटा को समय 22:50 बजे लिलहट नहर के पास 20 लीटर अवैध कच्ची शराब के साथ गिरफ्तार किया गया। जिसके विरूद्ध थाना स्थानीय पर मुकदमा अपराध संख्या 146 व 147 आबकारी अधिनियम दर्ज किया गया। गिरफ्तार टीम में उपनिरीक्षक दुर्गेश कुमार राय, कांस्टेबल अर्जुन यादव, कांस्टेबल मनीष कुमार आदि रहे। इसी प्रकार 27 अप्रैल को समय 6:20 बजे प्रातः अभियुक्त अनूप चंद्र मिश्र पुत्र उमेश चंद्र मिश्र निवासी मोहल्ला फरीदाबाद फूलपुर को संस्कार पब्लिक स्कूल के पीछे से बहद बौड़ई से गिरफ्तार किया गया।

कलेक्ट्रेट/तहसील के समस्त राजस्व न्यायालयों का समय परिवर्तित किया गया

आधुनिक समाचार सेवा

प्रतापगढ़। अपर जिलाधिकारी (वि0/रा0) त्रिभुवन विश्वकर्मा ने बताया है कि मा0 उच्च न्यायालय इलाहाबाद के अनुपालन में तथा जिला बार एसोसिएशन वकील परिषद एवं जूनियर बार एसोसिएशन (पुरातन) की सहमति के आधार पर दिनांक 01.05.2023 से दिनांक 30.06.2023 तक कलेक्ट्रेट/तहसील के समस्त राजस्व न्यायालय का समय प्रातः 7 बजे से अपरान्ह 1 बजे तक रहेगा।

यह प्रातः 10.30 बजे से पूर्वाह्न 11.00 बजे तक आधे घण्टे का मध्यान्तर (लंच) अनुमन्य रहेगा।जनपद न्यायाधीश ने अपने आदेश दिनांक 26.04.2023 के अन्तर्गत दीवानी/फौजदारी न्यायालयों का समय उक्तानुसार निर्धारित किया गया है। उन्होने बताया है कि जिलाधिकारी के आदेश दिनांक 28.04.2023 के अन्तर्गत कलेक्ट्रेट/तहसील के समस्त राजस्व न्यायालयों का समय 01.05.2023 से दिनांक 30.06.2023 तक प्रातः 7 बजे से अपरान्ह 1 बजे तक रहेगा। इसी बीच पूर्वान्ह 10.30 बजे से पूर्वान्ह 11.00 बजे तक आधे घण्टे का मध्यान्चर (लंच) अनुमन्य रहेगा।कार्यालय का समय पूर्ववत प्रातः10 बजे से सायं 5 बजे तक चलता रहेगा।

प्रेक्षक ने प्रशिक्षण स्थल,कन्ट्रोल रूम एवं स्ट्रांग रूम का किया निरीक्षण

आधुनिक समाचार सेवा

प्रतापगढ़।नगरीय निकाय सामान्य निर्वाचन-2023 को सकुशल, निष्पक्ष एवं शान्तिपूर्ण ढंग से सम्पन्न कराने हेतु माननीय प्रेक्षक सत्य प्रकाश (अपर आयुक्त आबकारी उ0प्र0 प्रयागराज) ने आज सन्त एन्थोनी इण्टर कालेज में चल रहे मतदान कार्मिकों के प्रशिक्षण स्थल एवं कार्मिकों के मतदान हेतु बनाये गये पोस्टल बैलेट काउण्टर का निरीक्षण किया।

उन्होंने प्रशिक्षण स्थल सन्त एन्थोनी इण्टर कालेज पर निर्वाचन ड्यूटी पर तैनात कर्मियों के मतदान हेतु बनाये गये तहसील/नगरीय निकायवार स्थापित पोस्टल बैलेट फेसिलिटेशन सेन्टर/काउण्टर पर डाक मतपत्र की सम्पूर्ण प्रक्रिया का अवलोकन किया एवं सम्बन्धित से जानकारी प्राप्त की। उसके उपरान्त उन्होने मतदान कार्मिकों के प्रशिक्षण स्थल रूम का अवलोकन किया जिसमें प्रोजेक्टर के माध्यम से मतदान कार्मिकों को प्रशिक्षित किया जा रहा था। उन्होने कहा कि मतदान कार्मिक एवं अधिकारी प्रशिक्षण के सभी महत्वपूर्ण बिन्दु को विस्तारपूर्वक समझकर निर्वाचन की प्रक्रिया को पूर्ण रूप से सम्पन्न करायें। उन्होने मतदान कार्मिकों से प्रश्न भी किया और उसके समुचित जवाब भी प्राप्त किये।

प्रेक्षक ने जिला सेवायोजन कार्यालय में बनाये गये कन्ट्रोल रूम का निरीक्षण किया एवं वहां पर तैनात कन्ट्रोल रूम के प्रभारी अधिकारी से कन्ट्रोल रूम में प्राप्त होने वाली शिकायतों के निस्तारण की जानकारी ली तथा कहा कि कन्ट्रोल रूम में नगरीय निकाय सामान्य निर्वाचन से सम्बन्धित जो भी शिकायतें प्राप्त हो उसका निस्तारण यथाशीघ्र किया जाये। उन्होने इस दौरान कन्ट्रोल रूम में प्राप्त होने वाली शिकायतों के रजिस्टर का अवलोकन भी किया एवं आवश्यक दिशा निर्देश दिये।

उसके उपरान्त प्रेक्षक ने राजकीय इण्टर कालेज प्रतापगढ़ में बनाये गये स्ट्रांग रूम का निरीक्षण किया एवं उपजिलाधिकारी सदर से स्ट्रांग रूम की सुरक्षा से सम्बन्धित जानकारी ली और कहा कि स्ट्रांग रूम की सुरक्षा एवं समस्त व्यवस्थाये सुनिश्चित कर लें। निरीक्षण के दौरान प्रेक्षक ने अधिकारियों को निर्देशित किया कि नगरीय निकाय सामान्य निर्वाचन को सकुशल, निष्पक्ष एवं शान्तिपूर्ण ढंग से सम्पन्न करायें। इस दौरान मुख्य विकास अधिकारी ईशा प्रिया,अपर जिलाधिकारी (वि0/रा0) त्रिभुवन विश्वकर्मा सहित अन्य सम्बन्धित अधिकारी उपस्थित रहे।

खाद्य कारोबारियों पर 15 लाख 65 हजार रूपये का हुआ अर्थदण्ड

आधुनिक समाचार सेवा

प्रतापगढ़।सहायक आयुक्त (खाद्य) ग्रेड-द्वितीय धीरेन्द्र प्रताप सिंह ने बताया कि न्यायालय न्याय निर्णयन अधिकारी/अपर जिलाधिकारी द्वारा माह मार्च 2023 में 27 वादों में निर्णय देते हुये 15 लाख 65 हजार रूपये का अर्थदण्ड अधिरोपित किया गया।

जिन खाद्य कारोबारियों पर अर्थदण्ड अधिरोपित किया गया है मो0 सलीम पुत्र अब्दुल अजीत निवासी लक्ष्मणपुर रोड सगरा सुन्दरपुर, मो शब्बीर पुत्र मो0 तकी निवासी शीतलमऊ,मंजूर अहमद पुत्र मो0 नजीर निवासी बाबूगंज रोड सगरा सुन्दरपुर, मो0 सफीक पुत्र अब्दुल अजीज निवासी लक्ष्मणपुर रोड सगरा सुन्दरपुर एवं एजाज अहमद पुत्र गरीब उल्ला निवासी सगरा सुन्दरपुर द्वारा बिना अनुज्ञप्ति/पंजीकरण के गोश्त विक्रय का कारोबार संचालित करने पर रूपये एक-एक लाख का अर्थदण्ड लगाया गया।राम प्रकाश पुत्र प्यारे लाल निवासी शीतलमऊ द्वारा मिथ्याछाप खारी (बेकरी प्रोडक्ट) की विक्री करने पर रूपये 30 हजार का अर्थदण्ड लगाया गया, नसीम पुत्र गफूर निवासी अत्तानगर वार्ड नं0-06 द्वारा अवमानक साबूदाना पापड़ की विक्री करने पर रूपये 60 हजार का अर्थदण्ड, इन्द्रजीत यादव पुत्र राम किशोर यादव निवासी पूरेछेमी धनीपुर द्वारा अवमानक भैंस का दूध विक्री करने पर रूपये 60 हजार का अर्थदण्ड, राम संजीवन गुप्ता पुत्र राम अवध गुप्ता निवासी सरसीखाम द्वारा अवमानक मिश्रित दूध की विक्री करने पर रूपये 50 हजार का अर्थदण्ड, मो0 महमूद आलम पुत्र अब्दुल शकुर निवासी घोसियाना वार्ड-25 द्वारा बिना पंजीकरण के सब्जी की विक्री करने पर रूपये 30 हजार का अर्थदण्ड, मनीष कुमार त्रिपाठी पुत्र नन्द लाल त्रिपाठी निवासी बछरौली भदरी द्वारा मिथ्याछाप रस्क की विक्री करने पर 5 हजार का अर्थदण्ड लगाया गया। इसी प्रकार बजरंग स्वीट्स (प्रो0 दिनेश कुमार पुत्र मोहन लाल निवासी साहजवार पोस्ट लच्छीपुर) के द्वारा मिथ्याछाप पेड़ा (गोपाल जी ब्राण्ड) की विक्री करने पर रूपये 30 हजार का अर्थदण्ड, मेसर्स भारत सुपर मार्ट (प्रो0 इबरार खान पुत्र हबीब उल्ला खान निवासी ग्राम रहिमाकुली सगरा सुन्दरपुर द्वारा अवमानक एवं मिथ्याछाप मुनक्का की विक्री करने पर रूपये 5 हजार का अर्थदण्ड, मेसर्स आनन्द स्वीट्स एवं बेकर्स (प्रो0 शिव कुमार पंजवानी पुत्र स्व0 श्याम लाल निवासी मकन्दूगंज) द्वारा अवमानक स्ट्राबेरी केक की विक्री करने पर रूपये 1 लाख का अर्थदण्ड, फर्म वी0 मार्ट रिटेल लि0 (विक्रेता/मैनेजर अभिषेक श्रीवास्तव पुत्र जगदम्बा प्रसाद श्रीवास्तव निवासी व पोस्ट राजापुर थाना कैण्ड जनपद प्रयागराज) द्वारा अवमानक बेसन की विक्री करने पर रूपये 80 हजार का अर्थदण्ड, अनिल कुमार वैश्य पुत्र अमृत लाल वैश्य निवासी ग्राम व पोस्ट व थाना मानधाता द्वारा मिथ्याछाप मखाना की विक्री करने पर रूपये 5 हजार का अर्थदण्ड, मो0 इरशाद पुत्र मो0 शकील निवासी लखपेड़ा रानीगंज अजगरा द्वारा अवमानक मिश्रित दूध की विक्री करने पर रूपये 80 हजार का अर्थदण्ड, फर्म डी0के0 इण्टर प्राइजेज (प्रो0 अशोक कुमार पुत्र मोती प्रसाद निवासी टक्करगंज) द्वारा अवमानक एवं मिथ्याछाप कस्टर्ड पाउडर की विक्री करने पर रूपये 5 हजार का अर्थदण्ड, अनिल कुमार पुत्र राम सुख निवासी कजियाना प्रतापगढ़ सिटी द्वारा अवमानक मुस्समी का जूस विक्री करने पर रूपये 5 हजार का अर्थदण्ड, कोमल चन्द पुत्र किशोरी लाल निवासी भुवालपुर डोमीपुर द्वारा अवमानक रिफाइण्ड सोयाबीन तेल (विब्रेन्ट ब्राण्ड) की विक्री करने पर रूपये 1 लाख का अर्थदण्ड लगाया गया।

इसके अलावा शंकर लाल पटेल पुत्र सीताराम निवासी रामबक्श का पुरवा डेरवा द्वारा अवमानक पनीर विक्री करने पर रूपये 5 हजार का अर्थदण्ड, रंजीत कुमार पुत्र प्यारे लाल निवासी स्वामी का पुरवा पोस्ट व थाना अन्तू द्वारा अवमानक खोया विक्री करने पर रूपये 80 हजार का अर्थदण्ड, राजकुमार पुत्र भाई लाल निवासी कनेवरा पूरे खुशहाल पोस्ट नरायनपुर द्वारा अवमानक भैंस का दूध विक्री करने पर रूपये 50 हजार का अर्थदण्ड, कृष्णानन्द तिवारी पुत्र चिन्तामणि तिवारी निवासी रामापुर कोहड़ौर द्वारा अवमानक मिश्रित दूध विक्री करने पर रूपये 5 हजार का अर्थदण्ड, मेसर्स होरी ट्रेडर्स (प्रो0 होरी लाल केसरवानी पुत्र बाबू लाल केसरवानी निवासी बदलावन का पुरवा पोस्ट थरई) द्वारा अवमानक कच्ची घानी सरसों का तेल (घर आंगन ब्राण्ड) की विक्री करने पर रूपये 1 लाख 60 हजार का अर्थदण्ड, शत्रुध्न पुत्र मिठाई लाल निवासी चिलबिला द्वारा मिथ्याछाप बनाना चिप्स की विक्री करने पर रूपये 5 हजार का अर्थदण्ड, पवन कुमार पुत्र मंगरू राम निवासी ग्राम व पोस्ट कांपा मधुपुर द्वारा अवमानक मिश्रित दूध विक्री करने पर रूपये 5 हजार का अर्थदण्ड लगाय गया। एक माह में शास्ति की धनराशि जमा न करने पर शास्ति की वसूली भू-राजस्व की भांति की जायेगी एवं शास्ति की संदाय होने तक सम्बन्धित खाद्य कारोबारकर्ता का अनुज्ञप्ति/पंजीकरण निलम्बित रहेगा।

वयो बृध्द कांग्रेसी नेता का सायरा बानो को मिला आशीर्वाद

आधुनिक समाचार सेवा

फूलपुर। नगर पंचायत के पूर्व नगर अध्यक्ष जो आज भी चेयरमैन साहब के नाम से जाने जाते हैं। शुरू से ही कांग्रेसी रहे और नगर पंचायत के गठन के बाद से ही कांग्रेस की सरकार रहने के कारण

लगातार नगर अध्यक्ष बनते रहे। शुक्रवार शाम को कांग्रेस प्रत्याशी सायरा बानो जो नगर अध्यक्ष पद हेतु चुनाव मैदान में हैं पूर्व चेयरमैन मोती लाल जयसवाल पुराने कांग्रेसी नेता का आशीर्वाद लेने पहुंची। उन्होंने दिल की गहराइयों से सायरा की हिम्मत व जज्बे को सलाम करते हुए पूर्ण समर्थन को आश्वस्त किया और पार्टी से जुड़े समस्त कांग्रेस जानो से अपील किया कि सायरा की हिम्मत और साहस को भरपूर समर्थन दें।

मजलिस ए शोहदा ए कर्बला

आधुनिक समाचार सेवा

फूलपुर/प्रयागराज। उत्तर प्रदेश आगामी 27 अप्रैल दिन बृहस्पतिवार रात्रि 8:00 बजे इमामबाड़ा गुलजार ए बनी हाशिम मोहल्ला मुल्लाना फूलपुर में एक मजलिस ए शोहदा ए कर्बला बराए ईसाले सवाब (स्वर्गीय अतिया जेनब बिनते मीसम रिज़वी गोपालपुरी)का आयोजन किया गया है। जिसमें सर्वप्रथम कुरान खानी द्वारा मजलिस का आगाज होगा। मजलिस में सोजो सलाम मास्टर अली अतहर नक्वी एवं उनके हमनवा प्रेषित करेंगे। मजलिस में कुछ चुनिंदा स्थानीय एवं बाहरी शायर भी अपना कलाम पेश करेंगे। मजलिस को मौलाना उरूज अली मुजफ्फरपुर बिहार संबोधित करेंगे मजलिस के आयोजक अंतर्राष्ट्रीय मानवाधिकार के अंतरराष्ट्रीय कल्चर सेक्रेटरी श्री मीसम गोपालपुरी ने बिना किसी भेदभाव के सभी धर्मों के लोगों से मजलिस में भाग लेकर मजलिस को को सफल बनाने का आग्रह किया है।

नगर निकाय चुनाव फूलपुर प्रभारी बनाए गए नसीर उद्दीन राईन

आधुनिक समाचार सेवा

फूलपुर। समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव प्रदेश अध्यक्ष नरेश उत्तम पटेल की अनुमति पर सपा जिलाध्यक्ष अनिल यादव ने समाजवादी पार्टी के निवर्तमान जिला उपाध्यक्ष नसीरुद्दीन राइन को फूलपुर नगर निकाय चुनाव चुनाव प्रभारी की जिम्मेदारी सौंपी गई श्री राईन के प्रभारी बनाए जाने पर सपा कार्यालय फूलपुर में कार्यकताओं ने फूल मालाओं से लाद कर भव्य स्वागत किया गया इस दौरान सपा जिला अध्यक्ष अनिल यादव, विधायक विजमा यादव, पूर्व विधायक हाजी मुज्तबा सिद्दीकी, पूर्व जिलाध्यक्ष एवं लोकसभा फूलपुर प्रत्याशी पंधारी यादव, पूर्व विधान परिषद सदस्य वासुदेव यादव, निवर्तमान प्रदेश सचिव श्यामलाल पाल, जिला महासचिव राम सुमेर पाल, निवर्तमान चेयरमैन काज़मीन जहां सिद्दीकी, पूर्व चेयरमैन मंसूर आलम, सभासद अरशद उल्लाह, पूर्व सभासद मो अनीस, सभासद प्रत्याशी कुमार मंगल, सौरव यादव, सुजीत यादव, फिरोज

राईन, विरेन्द्र यादव, मुराद मंसूरी, मो इरफान, वाजिद तुफानी, महेंद्र गुप्ता,अतीक अंसारी, प्रभाकांत अवस्थी, रामकिशोर यादव, आदि नेताओं ने हर्ष व्यक्त करते हुए कहा कि राइन को प्रभारी बनने से समाजवादी पार्टी नगर पंचायत फूलपुर में मजबूती के साथ ऐतिहासिक जीत दर्ज करेगी मौके पर सैकड़ों समाजवादी पार्टी कार्यकर्ता मौजूद रहे।

भाजपा सपा बसपा उम्मीदवारों ने झोंकी पूरी ताकत

आधुनिक समाचार सेवा

फूलपुर। नगर अध्यक्ष पद हेतु चुनाव में सप्ताह भर शेष है। वहीं भाजपा के पूर्व नगर अध्यक्ष अमरनाथ यादव तथा सपा के पूर्व नगर अध्यक्ष काजमीन जहां जो स्वयं और उनके पति मन्सूर आलम नगर अध्यक्ष पद पर रह चुके हैं एवं बसपा के बैनर तले चुनाव मैदान में कूदे कस्बा के प्रतिष्ठित परिवार के इलियास अहमद ने चुनाव अपने पक्ष में करने की पूरी ताकत झोंक दी है। इनका कहना है सबको देखा बार-बार हमको देखो एक बार। इस बार मतदाता भी बदलाव चाहते हैं हालांकि सभी अपनी-अपनी जीत का दावा करते नजर आए । परंतु किसके भाग्य में कुर्सी है। यह तो समय ही बताएगा। सभी अपने समर्थकों के साथ दिन-रात कस्बे में पैदल गश्त कर रहे हैं।

डीएवी पब्लिक स्कूल खड़िया में आज गुड लक फॉर द न्यू चैप्टर ऑफ द लाइफ (विदाई समारोह) संपन्न

आधुनिक समाचार सेवा

शक्तिनगर / सोनभद्र :-डीएवी पब्लिक स्कूल खड़िया में आज अनिल कुमार पोद्दार एवं श्रीमती गीता द्विवेदी का विदाई समारोह गुड लक फॉर द न्यू चैप्टर ऑफ द लाइफ के रूप में बड़े श्रद्धा भाव के साथ संपन्न हुआ । सर्वप्रथम प्राचार्या श्रीमती संध्या एल पांडे जी ने अनिल कुमार पोद्दार एवं श्रीमती गीता द्विवेदी जी को पुष्प गुच्छ प्रदान कर स्वागत किया, तदुपरांत हिंदी शिक्षक अर्जुन मिश्रा ने अपने भाषण के दौरान शिक्षक अनिल कुमार पोद्दार एवं श्रीमती गीता देवी द्विवेदी के व्यक्तित्व, कृतित्व एवं विद्यालय की उपलब्धियों पर प्रकाश डाला। संगीत शिक्षक संतोष कुमार सोनी जी ने जहां अपने गीत (विदाई दे रहे हम सब बिछुड़ने की घड़ी आई है) गीत के माध्यम से जहां सब को भावविभोर किया वही इतिहास शिक्षक आनंद मोहन सिंह ने अपने गीत (परदेसियों से ना अखियां मिलाना परदेसियों को है एक दिन जाना) गीत के माध्यम से सबका मन मोहा । जहां शिक्षिका

नेहा तिवारी ने अपनी कविता के माध्यम से बताया किआपके साथ बिताया हर लम्हा याद रहेगा के माध्यम से बीते दिनों की याद दिलाई वही शिक्षिका कमल सिंह ने जब कोई बात बिगड़ जाए जब कोई मुश्किल पड़ जाए तुम देना साथ मेरा गीत की पंक्तियों से सबका ध्यान आकर्षित किया ।

गीता द्विवेदी तथा अनिल कुमार पोद्दार ने अपने विद्यालय के अनुभव साझा करते हुए बताया कि अपने शिक्षण सेवा के दौरान मैंने अपने मौलिक ज्ञान से बच्चों की सेवा की है, बच्चे देश के भविष्य हैं, इनको सजाने संवारने की जिम्मेदारी अब आप सभी पर हैं।

प्राचार्या श्रीमती संध्या एल पांडे जी ने अनिल कुमार पोद्दार एवं श्रीमती गीता द्विवेदी जी को शॉल, श्रीफल एवं स्मृति चिन्ह प्रदान कर सम्मानित किया तथा अपने आशीर्वचन में सुखमय जीवन की कल्पना की तथा साथ ही साथ यह भी बताया कि शिक्षक एवं वकील कभी सेवा मुक्त नहीं होता, सच्ची एवं पूरी सेवा तो नित्य निरंतर चलती रहती है।

कार्यक्रम का संचालन शिक्षिका अंशु प्रिया पांडे अश्मी शुक्ला एवं अनिता मिश्रा ने बड़ी जिम्मेदारी पूर्वक पूरा किया।

सड़क दुर्घटना में एक युवक की हुई दुर्घटना स्थल पर ही हो गई मौत दूसरा युवक गंभीर रूप से हुआ घायल

आधुनिक समाचार सेवा

सोनभद्र।सुकृत चौकी क्षेत्र बंतरा गांव के पास हाइवा ट्रक मोड़ते समय बाइक सवार तेज रफ्तार होने की वजह से ट्रक में जा घुसे जिससे अंकित मौर्य 24 वर्ष पुत्र राम सुधार ग्राम ओइनी थाना रामपुर की मौके पर मौत हो गई, और बाइक पर पीछे बैठा गौतम गुप्ता उम्र 25 वर्ष पुत्र गोविंद गुप्ता निवासी तेलाडी थाना रायपुर गंभीर रूप से घायल, ग्रामीणों द्वारा एंबुलेंस से मधुपुर प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र पर भेजा गया। मौके पर पहुंची पुलिस ने मृतक को जिला अस्पताल भिजवा दिया, और गंभीर रूप से घायल गौतम को ट्रामा सेंटर वाराणसी भेजा गया, मिली जानकारी के अनुसार गौतम गुप्ता अंग्रेजी शराब की दुकान पर सेल्समैन का काम करता था, आज मधुपुर अंग्रेजी शराब की दुकान पर सेल्समैन नियुक्त हुआ था, अपने मित्र के साथ मधुपुर स्टॉक मिलान कर वापस ग्राम सभा बट में अंकित मौर्य के रिश्तेदार यहां जा रहे थे। तभी बंथरा गांव के पास मोड़ रही हाइवा ट्रक के चपेट में आ गए ।

कमजोर छात्र (इ डब्ल्यू एस) को स्थाई कर तत्काल परीक्षा कराए

आधुनिक समाचार सेवा

नोएडा इलाहाबाद हाईकोर्ट की लखनऊ बेंच ने ग्रेटर नोएडा के जीएल बजाज इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी एंड मैनेजमेंट के पक्ष में फैसला सुनाया है। यह मुकदमा आर्थिक रूप से कमजोर छात्रों (ईडब्ल्यूएस) के दाखिले और परीक्षा से जुड़ा है। हाईकोर्ट ने एपीजे अब्दुल कलाम तकनीकी विश्वविद्यालय के तर्कों को खारिज कर दिया है। यूनिवर्सिटी को आदेश दिया है कि उनकी ओर से 28 नवंबर 2022 को जारी किया गया आदेश खारिज किया जाता है। ईडब्ल्यूएस स्टूडेंट्स के प्रोविजनल एडमिशन को स्थाई करें। अदालत का यह आदेश मिलने के बाद एक महीने में सभी छात्रों की परीक्षाएं करवाई जाएं। यह फैसला जस्टिस करुणेश सिंह पवार की अदालत ने सुनाया है।

जीएल बजाज इंस्टीट्यूट, छात्रों, उत्तर प्रदेश सरकार, अखिल भारतीय तकनीकी शिक्षा परिषद और एपीजे अब्दुल कलाम तकनीकी विश्वविद्यालय के पक्षों को सुनने के बाद अदालत ने 22 मार्च 2023 को अपना फैसला सुरक्षित रख लिया था। अब 26 अप्रैल 2023 को जस्टिस करुणेश सिंह पवार ने अपना फैसला सुनाया है।

अदालत ने कहा, '103वें संविधान संशोधन के जरिए आर्थिक रूप से कमजोर छात्रों को 10इ आरक्षण की व्यवस्था की गई है। उत्तर प्रदेश में एपीजे अब्दुल कलाम तकनीकी विश्वविद्यालय को छोड़कर बाकी देशभर के विश्वविद्यालयों ने एआईसीटीई के निर्देशों पर इसे स्वीकार किया है। तकनीकी शिक्षण संस्थानों में दाखिला प्रक्रिया और परीक्षा को लेकर एआईसीटीई सर्वोच्च निकाय है। राज्य सरकार, विश्वविद्यालय और शिक्षण संस्थान एआईसीटीई के नियमों, निर्देशों व आदेशों को मानने के लिए बाध्य हैं। केंद्रीय कानून के मुताबिक एआईसीटीई के निर्देशों का पालन करना अपरिहार्य है। ऐसे में शिक्षण संस्थानों में ईडब्ल्यूएस कोटे के आधार पर किए गए दाखिले वैध हैं। उन पर रोक लगाने का अधिकार एकेटीयू के पास नहीं है।'अदालत ने आगे कहा, 'एकेटीयू के रजिस्ट्रार की ओर से 28 नवंबर 2022 को जारी किया गया आदेश रद्द किया जाता है। डॉ.एपीजे अब्दुल कलाम टेक्निकल यूनिवर्सिटी को निर्देश दिया जाता है कि ईडब्ल्यूएस कोटे के आधार पर दाखिल किए गए छात्रों के प्रवेश को नियमित करें। अदालत का यह आदेश मिलने के बाद एक महीने में सभी छात्रों की परीक्षा का आयोजन किया जाए।'

नगर निकाय चुनाव के चुनाव चिन्ह आवंटित करने के दिन प्रत्याशियों को चुनाव चिन्ह वितरित कर दिया गया

आधुनिक समाचार सेवा

दुद्धी/सोनभद्र। नगर निकाय चुनाव के चुनाव चिन्ह आवंटित करने के दिन प्रत्याशियों को चुनाव चिन्ह वितरित कर दिया गया,राजनीतिक दलों के प्रत्याशियों के इतर निर्दल प्रत्याशियों को रेल के इंजन से लेकर हथौड़ा, नल, जहाज (वायुयान) ,जीप ,कंघा ,बगौना ,तीन पहिया रिक्शा आदि चुनाव चिन्हों का वितरण कर दिया गया। चुनाव चिन्ह मिलते ही निर्दल प्रत्याशी अपने अपने पम्पलेट व पोस्टर तैयार कराने तथा अपने समर्थन में प्रचार में जुट गए। दुद्धी आरओ संतोष यादव ने बताया कि दुद्धी क़स्बे से 12 प्रत्याशी नगर पंचायत अध्यक्ष पद हेतु चुनावी मैदान में है। रेनुकूट के आरओ जगदीश प्रसाद ने बताया कि नगर पंचायत रेनुकूट अध्यक्ष पद हेतु कुल 12 प्रत्याशी चुनावी मैदान में है ,पिपरी के आरओ केके वर्मा ने बताया कि पिपरी नगर पंचायत से कुल 6 प्रत्याशी अध्यक्ष पद हेतु चुनावी मैदान में है वहीं अनपरा के आरओ डॉ मोहन सिंह राजपूत ने बताया कि अनपरा नगर पंचायत से कुल 28 प्रत्याशी नवसृजित नगर पंचायत अनपरा से चुनावी रण में उतर चुके हैं। उधर चुनाव चिन्ह मिलते ही प्रत्याशी अपने शुभचिंतकों व समर्थकों में विभिन्न व्हाट्सअप ग्रुप की मदद से शेयर कर अपने पक्ष में मतदान की अपील करने लगें।

बता दे कि दुद्धी नगर पंचायत से भाजपा ने कमलेश मोहन ,बसपा ने अब्दुल खालिक व आम आदमी पार्टी ने कन्हैया लाल उर्फ नो टेंशन को प्रत्याशी बनाया है । इसके अलावा अनिल कुमार ,अवधेश कुमार पलटन ,अवधेश कुमार लक्ष्मीनारायण ,इसराज अहमद ,उदय प्रताप , कमल कुमार ,कमला चौरसिया ,रामपाल जौहरी ,रोशन चुनावी मैदान में है।

गौर सिटी बिल्डर द्वारा 14 एवेन्यू में चल रहे प्ले स्कूल, क्रच की बिजली काटने के विरोध में निवासियों ने किया प्रदर्शन

आधुनिक समाचार

नोएडा।वेस्ट स्थित सेक्टर 16सी में 14 एवेन्यू गौर सिटी 2 मई चल रहे डे बोर्डिंग प्ले स्कूल क्रैच की बिजली अचानक से मेंटेनेंस टीम द्वारा काट दी गई जिसके विरोध में निवासियों ने पहले 14 एवेन्यू चौकी के सामने धरना प्रदर्शन किया निवासियों ने नेफोमा अध्यक्ष अन्नू खान को बुलाकर समस्याओं से अवगत कराया अन्नू खान ने निवासियों से कहा कि इसका कोई ना कोई उपाय निकाला जाएगा डॉक्टर, डे बोर्डिंग सोसाइटी की जरूरत है क्योंकि पति पत्नी दोनों नौकरी करते है इसलिए वह आप के छोटे छोटे बच्चो को कहाँ छोड़कर जाए।

इसके बाद नेफोमा अध्यक्ष अन्नू खान की अगुवाई में बिसरख एसएचओ अनिल राजपूत से उपस्थित निवासियों व प्ले स्कूल संचालकों की मीटिंग हुई, एसएचओ द्वारा बिल्डर को तत्काल बिजली सुचारू रूप से चालू करवाने के लिए बोला गया कि जब तक कोई भी आपस में फैसला ना हो जाए क्योंकि अचानक लाइट

काट देने से जो महिलाएं और पुरुष अलग-अलग कंपनियों में काम करते हैं डे बोर्डिंग में अपने बच्चों को छोड़कर जाते हैं अचानक से लाइट कट जाने की वजह से उनके पास कोई रास्ता नहीं बच जाता है कि वह बच्चे कहां छोड़ें ।

प्ले स्कूल संचालिका अनामिका झा ने बताया कि हमारे पास कोई व्यवसाय नहीं है इसलिए हम बच्चों को ट्यूशन पढ़ा कर अपने घर का गुजारा करते हैं उसमें भी यह लोग आकर हमारे घर की लाइट अचानक काट दी जिससे हमें बहुत असुविधा हुई ।

एक और निवासी व नेफोमा सेक्रेटरी प्रीति सिंह ने बताया की पूरी सोसाइटी में जगह जगह अलग-अलग गतिविधियां हो रही हैं जैसे कि ब्यूटी पार्लर, डॉक्टर, प्रोपर्टी डीलर के ऑफिस और अन्य दुकानें खुली हुई है अगर बंद हो तो सभी कमर्शियल एक्टिविटी बंद होनी चाहिए यह छोटे छोटे बच्चों के भविष्य की बात है अचानक से लाइट कट जाने की वजह से कई बच्चे बीमार पड़ गए थे । धरना प्रदर्शन में अनामिका झा, प्रीति सिंह, भावना अग्रवाल, रीना, मोनिका सिंह, यशू जांगरा, नीतू सिंह, प्रतिभा श्रीवास्तव, सुनीता, संकेत, संज्ञा सिंह, अमिता आदि निवासियों ने भाग लिया।

सेक्टर 82 पाकेट 7 शिव मंदिर पर अष्टजाम शुरू

आधुनिक समाचार

नोएडा। सेक्टर 82 पाकेट 7 के शिव मंदिर प्रागंण में जानकी नवमी के शुभ अवसर पर जानकी पुजनोत्सव के साथ 24 धंटे का अष्ट जाम संकीर्तन की शुरुआत हुई । जो कि 30 अप्रैल दिन रविवार को समापन होगा।जिसका महामंत्र है हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे ,हरे कृष्ण हरे कृष्ण कष्ण क्रष्ण हरे हरे। 30 अप्रैल को अष्टयाम समापन के उपरांत कुमैर भोजन का भव्य क आयोजन भी रखा गया है । यह कार्यक्रम सोसायटी के सहयोग से किया जा रहा है।इस पुण्य कार्य में सहयोग कर धर्म लाभ के भागी बनें। इस मौके पर पंकज झा, बलराम कर्ण, पंकज ठाकुर, राम भरोसे,एन के सोलंकी,किशोर कपूर, अमितेश कुमार सिंह , राघवेन्द्र चौधरी, मुरारी झा, विजय झा, अमरेन्द्र झा, सिया राम, वासुकी चौधरी, संजय पांडेय, रवि राघव, राजेश कुमार गुप्ता,हरि शंकर सिंह, गोरे लाल, अंगद सिंह तोमर , रमेश चंद्र वर्मा, रमेश शर्मा, विपिन कुमार, रमेश चंद्र दास आदि गणमान्य लोग उपस्थित थे।

डाक पार्सल गाड़ी ने प्रधान संघ अध्यक्ष के स्विफ्ट डिजायर में मारी टक्कर ,बाल बाल बचे

आधुनिक समाचार सेवा

दुद्धी/ सोनभद्र। स्थानीय क़स्बे से सटे जाबर गाँव मे लगे चेकिंग बैरियर के पास सड़क किनारे खड़ी दुद्धी प्रधान संघ अध्यक्ष के स्विफ्ट डिजायर में पीछे से डाक पार्सल की गाड़ी ने टक्कर मार दी जिससे गाड़ी का पिछला हिस्सा पूरी तरह से क्षतिग्रस्त हो गया , वह

तो गनीमत था कि गाड़ी में बैठे प्रधान संघ अध्यक्ष व केवाल प्रधान दिनेश यादव बाल बाल बच गए । श्री यादव ने बताया कि वे अपने घर केवाल से दुद्धी की ओर आ रहे थे कि एलेक्शन के मद्देनजर चेकिंग के लिए गाड़ी रुकवाई गयी जिस पर उन्होंने गाड़ी को साइड कर लिया उधर कैमरा मैन डिक्की की तलाशी लेने व वीडियो ग्राफी के लिए आ ही रहा था कि पीछे से डीसीएम डाक पार्सल की गाड़ी ने पीछे से जोरदार टक्कर मार दी ,जिससे तेज आवाज के साथ स्विफ्ट डिजायर की पिछला हिस्सा पिचक कर क्षतिग्रस्त हो गया ,पुलिस ने डीसीएम को कब्जे में लेकर अग्रिम कार्रवाई में जुट गई है।

सीधे प्रवेश

100% Placement

15% Fee Concession

नैनी औद्योगिक प्रशिक्षण केन्द्र

(भारत सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त)

(पहले आओ पहले पाओ)

❖ प्रशिक्षण में उत्तीर्ण होने वाले छात्रों को रोजगार पाने का पूर्ण अवसर

❖ हाइस्कूल में 60% से उपर अंक लाने वाले छात्रों को प्रशिक्षण शुल्क में 15% प्रतिशत की छूट दी जायेगी।

➢ कम्प्युटर आपरेटर (कोपा) — फिटर
➢ डेटा इंट्री आपरेटर — वेल्डर
➢ फायर सेफ्टी — सीसीए
➢ कम्प्युटर टीचर ट्रेनिंग — रेफ्रीजरेटर एवं ए.सी.
➢ इलेक्ट्रीशियन — सिक्योरिटी सर्विस
➢ सीएनसी प्रोग्रामिंग — बेसिक कम्प्युटर
➢ इलेक्ट्रिक मैकेनिक — कम्प्युटर हार्डवेयर

Apply Online: www.nainiiti.com | Mail us at – info@nainiiti.com

प्रवेश हेल्पलाइन नं0

8081180306 , 9415608710 , 8103021873

⇨ इण्डियन कॉफी हाउस के सामने तुलसीयानी प्लाजा , तीसरी मंजिल , सिविल लाइन , प्रयागराज।

सम्पादकीय

नहीं मिला इंसाफ

बहुचर्चित मलियाना जनसंहार के 36 साल बाद आया स्थानीय अदालत का फैसला देश के पुलिस और न्याय तंत्र के कामकाज पर कठोर टिप्पणी है। फैसले में अदालत ने सभी 39 आरोपियों को इस आधार पर बरी कर दिया कि अभियोजन पक्ष उनके खिलाफ कोई सबूत नहीं पेश कर पाया। अहम सवाल यह है कि क्या सचमुच अभियोजन पक्ष इस मामले में सबूत जुटाना चाहता था और उसने वाकई इस दिशा में गंभीरता से कोशिश की थी। ध्यान रहे, इस घटना में एक-दो नहीं, 72 लोगों की मौत हुई थी और वे सारे एक खास समुदाय के थे। घटना 23 मई 1987 की है, लेकिन उस इलाके में कुछ सप्ताह पहले से ही तनाव बना हुआ था। 14 अप्रैल 1987 को नौचंदी मेले के दौरान हुए एक हादसे को इसकी मूल वजह बताया जाता है, जिसमें पटाखा एक सिपाही को जा लगा। इसके बाद सिपाही ने गोली चला दी, जिसमें दो लोगों की मौत हो गई। इस वजह से बने तनाव के बीच ही हाशिमपुरा चौराहे पर एक धार्मिक समारोह में फिल्मी गाना बजाए जाने पर विवाद हुआ, जिसके कारण हिंदू-मुस्लिम दंगा हुआ। गौर करने की बात यह भी है कि मलियाना कांड से एक दिन पहले ही पास के हाशिमपुरा में मिलती-जुलती घटना हुई थी। पीएसी कर्मियों ने वहां से 42 लोगों को उठाया था। उन लोगों को गाजियाबाद के मुरादनगर स्थित ऊपरी गंगा नहर ले जाया गया और गोली मारकर नहर में फेंक दिया गया। हाशिमपुरा नरसंहार मामले में 2018 में दिल्ली की एक अदालत ने पीएसी के 16 पूर्वकर्मियों को दोषी करार दिया था। मगर उसी इलाके में और उसी माहौल में हुए मलियाना कांड में किसी को सजा नहीं हुई। इस कांड में कुल 93 आरोपी थे जिनमें से 23 लोगों का फैसला आने से पहले ही निधन हो गया और 31 कभी पकड़े ही नहीं जा सके। गवाहों और पीड़ितों का कहना है कि पीएसीकर्मियों की मौजूदगी में दंगाई भीड़ लूटपाट, हत्या और आगजनी को अंजाम दे रही थी, लेकिन जो मामला चला उसमें पीएसी की भूमिका का उल्लेख तक नहीं हुआ। पुलिस जांच की यह स्थिति थी कि आरोपियों की पहचान परेड तक नहीं कराई गई। इसमें दो राय नहीं कि इस घटना को लंबा अर्सा हो चुका है। तब प्रदेश में कांग्रेस के वीरबहादुर सिंह मुख्यमंत्री थे। ऐसे नरसंहार और उसकी ऐसी जांच के लिए, परदे के पीछे, दरअसल किन-किन लोगों की कैसी और कितनी भूमिका जिम्मेदार थी, यह आज पता करना मुश्किल है, लेकिन यह बात भी साफ है कि इस मामले में पीड़ितों के साथ इंसाफ नहीं हुआ है। यह हमारे न्याय तंत्र के लिए सचमुच शर्मनाक स्थिति है। इसे स्वीकार नहीं किया जा सकता। उम्मीद की जाए कि ऊपरी अदालतों में इस पर गंभीरता से विचार होगा और पुलिस ने अगर सही ढंग से जांच नहीं की है तो कम से कम उसकी जिम्मेदारी तय करने की दिशा में उपयुक्त प्रयास किए जाएंगे।

यूपी निकाय चुनाव में सपा से ज्यादा मुस्लिम उम्मीदवार उतार कर बसपा ने चल दिया है बड़ा दाँव

उत्तर प्रदेश निकाय चुनाव के पहले चरण के लिए चुनावी बिसात बिछ गई है। साल के भीतर होने वाले लोकसभा चुनाव से पूर्व निकाय चुनाव में विभिन्न राजनीतिक दलों का प्रदर्शन काफी कुछ सियासी संकेत देगा। यह सही है कि नगर निगम चुनाव और लोकसभा चुनाव की परिस्थितियां और मुद्दे बिल्कुल अलग-अलग होते हैं, लेकिन जो दल इन चुनावों में बढ़त बनाने में सफल रहेगा वह सियासी 'माइंड गेम' के सहारे वोटरों पर काफी हद तक मनोवैज्ञानिक दबाव डालने में सफल रहेगा। वैसे तो कई निकाय चुनावों में बीजेपी और समाजवादी पार्टी के बीच ही मुख्य मुकाबला देखने को मिलता था, लेकिन इस बार बहुजन समाज पार्टी ने बड़ी संख्या में मुस्लिम प्रत्याशियों को उतार कर समाजवादी पार्टी के मुस्लिम वोट बैंक में सेंधमारी की जबर्दस्त तैयारी की है, जबकि एक समय वह भी था जब बसपा निकाय चुनाव अपने सिम्बल तक पर नहीं लड़ती थी, परंतु इस बार उसने निकाय चुनाव में दबदबा बनाने के लिए पूरी ताकत झोंक दी है। बसपा ने ऐसा दांव चला है जिसने बीजेपी और खास तौर पर सपा के लिए मुश्किल खड़ी कर दी है। समाजवादी पार्टी यादव-मुस्लिमों के मजबूत वोट बैंक के सहारे चुनाव लड़ती और जीतती है, लेकिन बीएसपी इसमें से मुस्लिम वोटों पर अक्सर डोरे डालने में कामयाब हो जाती है। यही काम बसपा इस बार भी जोरशोर से करने जा रही है। प्रथम चरण के चुनाव जो 04 मई को होने हैं, उसमें बसपा 60 प्रतिशत मुस्लिम उम्मीदवारों पर दांव लगाकर सपा की राह में कांटे खड़े कर सकती है। हालांकि बसपाई इससे इंकार करते हैं। कहते हैं, कि मुस्लिमों ने सपा के साथ रह कर देख लिया है। कुछ हासिल नहीं हुआ, इसलिए वह बसपा की तरफ आ गया है। हाल ही में सम्पन्न लोकसभा के उप-चुनाव में यह बात साबित भी हो चुकी थी। आजमगढ़ में बसपा ने अच्छे खासे मुस्लिम वोट पाए थे, भले ही बसपा जीत नहीं पाई थी, लेकिन सपा को भी हार का सामना करना पड़ा था। जानकार भी कह रहे हैं कि बसपा का समीकरण ही सबसे हिट है। नगर निकाय चुनाव में बसपा ने पहले चरण में महापौर पद के लिए 60 प्रतिशत टिकट मुस्लिम उम्मीदवारों को दिए हैं। नामांकन पत्र भरने का 17 अप्रैल को अंतिम दिन था। इस दिन बड़ी संख्या में पर्चे भरे गए। 10 नगर निगमों में महापौर पद के लिए आखिरी दिन 93 उम्मीदवारों ने पर्चे दाखिल किए, जबकि पार्षद पद पर 4,092 प्रत्याशियों ने नामांकन पत्र भरे। इसके बाद यह साफ हो गया कि बसपा ने बड़ी संख्या में मुस्लिम प्रत्याशी मैदान में उतारे हैं। बसपा प्रमुख मायावती ने अपनी मंशा स्पष्ट जता दी है कि वह मुस्लिम- दलित समीकरण पर मजबूती से काम करेंगी। पार्टी को उम्मीद है कि यदि दलित और मुस्लिम वोटर साथ आ गए तो कई सीटों पर बसपा की नैया पार लग सकती है। तमाम सीटों पर मंथन के बाद बसपा ने पहले चरण के नामांकन पत्र भरने के अंतिम दिन महापौर पद के प्रत्याशियों की सूची जारी की। जानकारी के मुताबिक, सूची भले ही 17 अप्रैल को जारी की गई हो, पर इनमें से कुछ उम्मीदवारों ने पहले ही सिंबल लेकर नामांकन पत्र भर दिए थे।

अमृतकाल का समय सोते हुए सपने देखने का नहीं

एक राष्ट्र के लिए, विशेष रूप से भारत जैसे प्राचीन देश के लंबे इतिहास में, 75 वर्ष का समय बहुत छोटा प्रतीत होता है। लेकिन व्यक्तिगत स्तर पर यह कालखंड एक जीवन-यात्रा जैसा है। हमारे वरिष्ठ नागरिकों ने अपने जीवनकाल में अद्भुत परिवर्तन देखे हैं। वे गवाह हैं कि कैसे आजादी के बाद सभी पीढ़ियों ने कड़ी मेहनत की, विशाल चुनौतियों का सामना किया और स्वयं अपने भाग्य-विधाता बने। इस दौर में हमने जो कुछ सीखा है, वह सब उपयोगी साबित होगा, क्योंकि हम राष्ट्र की यात्रा में एक ऐतिहासिक पड़ाव की ओर आगे बढ़ रहे हैं। हम सब 2047 में स्वाधीनता के शताब्दी उत्सव तक की 25 वर्ष की अवधि यानि भारत के अमृतकाल में प्रवेश कर चुके हैं।

हमारे स्वाधीनता संग्राम ने एक राष्ट्र के तौर पर भारत की नई यात्रा की रूपरेखा तैयार की थी। हमारा स्वाधीनता संग्राम उन संघर्षों और बलिदानों की अविरल धारा था, जिसने आजाद भारत के लिए कितने ही आदर्शों और संभावनाओं को सींचा था। पूज्य बापू ने हमें स्वराज, स्वदेशी, स्वच्छता और सत्याग्रह द्वारा भारत के सांस्कृतिक आदर्शों की स्थापना का मार्ग दिखाया। नेताजी सुभाष चंद्र बोस, सरदार पटेल, बाबा साहेब आंबेडकर, भगत सिंह, सुखदेव, राजगुरू, चंद्रशेखर आजाद जैसे अनगिनत स्वाधीनता सेनानियों ने हमें राष्ट्र के स्वाभिमान को सर्वोपरि रखने की शिक्षा दी। रानी लक्ष्मीबाई, रानी वेलु नचियार, रानी गाइदिन्ल्यू और रानी चेन्नम्मा जैसी अनेकों वीरांगनाओं ने राष्ट्ररक्षा और राष्ट्रनिर्माण में नारीशक्ति की भूमिका को नई ऊंचाई दी। संथाल क्रांति, पाइका क्रांति से लेकर कोल क्रांति और भील क्रांति ने स्वतंत्रता संग्राम में आदिवासी योगदान को और सशक्त किया। सामाजिक उत्थान एवं देश-प्रेम के लिए 'धरती आबा' भगवान बिरसा मुंडा जी के बलिदान से हमें प्रेरणा मिली।

हमारे पास जो कुछ भी है वह हमारी मातृभूमि का दिया हुआ है। इसलिए हमें अपने देश की सुरक्षा, प्रगति और समृद्धि के लिए अपना सब कुछ अर्पण कर देने का संकल्प लेना चाहिए। हमारे अस्तित्व की सार्थकता एक महान भारत के निर्माण में ही दिखाई देगी। कन्नड़ा भाषा के माध्यम से भारतीय साहित्य को समृद्ध करने वाले महान कवि 'कुवेम्पु' ने कहा हैः

नानु अलिवे, नीनु अलिवे
नम्मा एलु-बुगल मेले
मूडु-वुदु मूडु-वुदु
नवभारत-द लीले।
अर्थात्
'मैं नहीं रहूंगा
न रहोगे तुम
परन्तु हमारी अस्थियों पर
उदित होगी, उदित होगी
नए भारत की महागाथा।'

'कुवेम्पु' का यह स्पष्ट आह्वान है कि मातृभूमि तथा देशवासियों के उत्थान के लिए सर्वस्व बलिदान करना हमारा आदर्श होना चाहिए। इन आदर्शों को अपनाने के लिए हमें अपने देश के युवाओं से बहुत उम्मीदें हैं। ये युवा ही 2047 के भारत का निर्माण करेंगे। **'एक भारत-श्रेष्ठ भारत' हो लक्ष्यः** एक संसदीय लोकतंत्र के रूप में 75 वर्षों में भारत ने प्रगति के संकल्प को सहभागिता एवं सर्व-सम्मति से आगे बढ़ाया है। विविधताओं से भरे अपने देश में हम अनेक भाषा, धर्म, संप्रदाय, खान-पान, रहन-सहन, रीति-रिवाजों को अपनाते हुए 'एक भारत-श्रेष्ठ भारत' के निर्माण में सक्रिय हैं। आजादी के 75वें वर्ष के अवसर पर आया ये अमृतकाल भारत के लिए नए संकल्पों का कालखंड है। भारत आज हर क्षेत्र में विकास का नया अध्याय जोड़ रहा है। कोरोना महामारी के वैश्विक संकट का सामना करने में भारत ने जिस तरह का सामर्थ्य दिखाया है, उसने पूरे विश्व में भारत की साख बढ़ाई है। हम हिंदुस्तानियों ने अपने प्रयासों से न सिर्फ इस वैश्विक चुनौती का सामना किया, बल्कि दुनिया के सामने नए मापदंड भी स्थापित किए, जिसमें भारत का कोरोना वैक्सीन की 200 करोड़ डोज़ लगाने का कीर्तिमान भी शामिल है। इस पूरी लड़ाई में भारत के लोगों ने जिस संयम, साहस और सहयोग का परिचय दिया, वो एक समाज के रूप में हमारी बढ़ती हुई शक्ति और संवेदनशीलता का प्रतीक है। भारत ने इन मुश्किल हालात में न केवल खुद को संभाला, बल्कि दुनिया की मदद भी की। कोरोना महामारी से बने माहौल में, आज दुनिया भारत को नए विश्वास से देख रही है। आज देश में स्वास्थ्य, शिक्षा और अर्थव्यवस्था तथा इनके साथ जुड़े

अन्य क्षेत्रों में जो अच्छे बदलाव दिखाई दे रहे हैं, उनके मूल में सुशासन पर विशेष बल दिए जाने की प्रमुख भूमिका है। जब 'राष्ट्र सर्वोपरि' की भावना से कार्य किया जाता है, तो उसका प्रभाव प्रत्येक निर्णय एवं कार्यक्षेत्र में दिखाई देता है। यह बदलाव विश्व समुदाय में भारत की प्रतिष्ठा में भी दिखाई दे रहा है। दुनिया की आर्थिक स्थिरता के लिए, सप्लाई चेन की सुगमता के लिए, और वैश्विक शांति के लिए दुनिया को भारत से बहुत उम्मीदें हैं। इसी का परिणाम है कि भारत अपनी अध्यक्षता में ज-20 ग्रुप की मेजबानी भी कर रहा है। भारत के पूर्व प्रधानमंत्री श्री अटल बिहारी वाजपेयी कहा करते थे कि देश के युवा जब आगे बढ़ते हैं, तो वे सिर्फ अपना ही भाग्य नहीं बनाते, बल्कि देश का भी भाग्य बनाते हैं। आज हम इसे सच होते देख रहे हैं।

'औद्योगिक क्रांति 4.ं की तैयारीः 'वोकल फॉर लोकल' से लेकर डिजिटल इंडिया तक हर क्षेत्र में आगे बढ़ रहा आज का भारत विश्व के साथ कदम से कदम मिला कर 'औद्योगिक क्रांति 4.ं' के लिए पूरी तरह तैयार है। रिकॉर्ड संख्या में बन रहे स्टार्ट-अप्स में, नए-नए इनोवेशन में, दूर-सुदूर क्षेत्रों में डिजिटल टेक्नोलॉजी की स्वीकार्यता में भारत के युवाओं की बड़ी भूमिका है। बीते वर्षों में भारत ने जिस तरह महिला सशक्तिकरण के लिए निर्णय लिए हैं, नीतियां बनाई हैं, उससे भी देश में एक नई शक्ति का संचार हुआ है। हम सभी की इच्छा है कि हमारी सभी बहनें और बेटियां अधिक से अधिक सशक्त हों तथा वे देश के हर क्षेत्र में अपना योगदान बढ़ाती रहें। आज प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में देश में स्त्री-पुरुष के आधार पर असमानता कम हो रही है। महिलाएं अनेक रूढ़ियों और बाधाओं को पार करते हुए आगे बढ़ रही हैं। सामाजिक और राजनीतिक प्रक्रियाओं में उनकी बढ़ती भागीदारी निर्णायक साबित होगी। आज हमारी पंचायती राज संस्थाओं में निर्वाचित महिला प्रतिनिधियों की संख्या चौदह लाख से कहीं अधिक है। आज देश के युवा न केवल अपने भविष्य का निर्माण कर रहे हैं, बल्कि भविष्य के भारत की नींव भी रख रहे हैं।

पर्यावरण संरक्षण के क्षेत्र में विश्व का मार्गदर्शनः विकास और प्रगतिशीलता का अर्थ निरंतर आगे बढ़ना होता है, लेकिन साथ ही अपने अतीत का ज्ञान भी उतना ही आवश्यक है। आज जब पूरा विश्व एंर्लैहेंत ईंस्हू की बात कर रहा है, तो उसमें भारत की प्राचीन परंपराओं, हमारे अतीत की एंर्लैहेंत थ्रीूब्त की भूमिका और बढ़ जाती है। हम प्रकृति से जरूरी संसाधन लेते हैं और उतनी ही श्रद्धा से प्रकृति की सेवा भी करते हैं। यही संवेदनशीलता आज वैश्विक अनिवार्यता बन गई है। हमें इस बात की प्रसन्नता है कि भारत पर्यावरण संरक्षण के क्षेत्र में विश्व का मार्गदर्शन कर रहा है। हमारा भारत अनेक विविधताओं से भरा देश है। परंतु इस विविधता के साथ ही हम सभी में कुछ न कुछ ऐसा है जो एक समान है। यही समानता हम सभी देशवासियों को एक सूत्र में पिरोती है तथा 'एक भारत, श्रेष्ठ भारत' की भावना के साथ आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करती है। भारत अपने पहाड़ों, नदियों, झीलों और वनों तथा उन क्षेत्रों में रहने वाले जीव-जंतुओं के कारण भी अत्यंत आकर्षक है। आज जब हमारे पर्यावरण के सम्मुख नई-नई चुनौतियां आ रही हैं, तब हमें भारत की सुंदरता से जुड़ी हर चीज का दृढ़तापूर्वक संरक्षण करना चाहिए। जल, मिट्टी और जैविक विविधता का संरक्षण हमारी भावी पीढ़ियों के प्रति हमारा कर्तव्य है। प्रकृति की देखभाल मां की तरह करना हमारी भारतीय संस्कृति का अभिन्न अंग रहा है। हम भारतवासी अपनी पारंपरिक जीवन-शैली से पूरी दुनिया को सही राह दिखा सकते हैं। योग एवं आयुर्वेद विश्व-समुदाय को भारत का अमूल्य उपहार है जिसकी लोकप्रियता पूरी दुनिया में निरंतर बढ़ रही है।

अमृतकाल का ये समय सोते हुए सपने देखने का नहीं, बल्कि जागृत होकर अपने संकल्प पूरे करने का है। आने वाले 25 साल, परिश्रम की पराकाष्ठा, त्याग, तप-तपस्या के 25 वर्ष हैं। सैंकड़ों वर्षों की गुलामी में हमारे समाज ने जो गंवाया है, ये 25 वर्ष का कालखंड, उसे दोबारा प्राप्त करने का है। इसलिए आजादी के इस अमृत महोत्सव में हमारा ध्यान भविष्य पर ही केंद्रित होना चाहिए। हमारे समाज में एक अद्भुत सामर्थ्य है। ये एक ऐसा समाज है, जिसमें चिर पुरातन और नित्य नूतन व्यवस्था है। हालांकि इस बात से कोई इंकार नहीं कर सकता कि समय के साथ कुछ बुराइयां व्यक्ति में भी, समाज में भी और देश में भी प्रवेश कर जाती हैं। जो लोग जागृत रहते हुए इन बुराइयों को जान लेते हैं, वो इन बुराइयों से बचने में सफल हो जाते हैं। ऐसे लोग अपने जीवन में हर लक्ष्य प्राप्त कर पाते हैं। हमारे समाज की विशेषता है कि इसमें विशालता भी है, विविधता भी है और हजारों साल की यात्रा का अनुभव भी है। इसलिए हमारे समाज में, बदलते हुए युग के साथ अपने आप को ढालने की एक अलग ही शक्ति है।

'आत्मनिर्भर भारत' का निर्माण

हमारे ऋषियों ने उपनिषदों में 'तमसो मा ज्योतिर्गमय, मृत्योर्मामृतं गमय' की प्रार्थना की है। यानी, हम अंधकार से प्रकाश की ओर बढ़ें। परेशानियों से अमृत की ओर बढ़ें। अमृत और अमरत्व का रास्ता बिना ज्ञान के प्रकाशित नहीं होता। इसलिए, अमृतकाल का ये समय हमारे ज्ञान, शोध और इनोवेशन का समय है। हमें एक ऐसा भारत बनाना है जिसकी जड़ें प्राचीन परंपराओं और विरासत से जुड़ी होंगी और जिसका विस्तार आधुनिकता के आकाश में अनंत तक होगा। हमें अपनी संस्कृति, अपनी सभ्यता, अपने संस्कारों को जीवंत रखना है। अपनी आध्यात्मिकता को, अपनी विविधता को संरक्षित और संवर्धित करना है। और साथ ही, टेक्नोलॉजी, इंफ्रास्ट्रक्चर, एजुकेशन, हेल्थ की व्यवस्थाओं को निरंतर आधुनिक भी बनाना है। आज भारत किसानों को समृद्ध और आत्मनिर्भर बनाने के लिए ऑर्गेनिक फार्मिंग और नैचुरल फार्मिंग की दिशा में प्रयास कर रहा है। इसी तरह क्लीन एनर्जी के और पर्यावरण के क्षेत्र में भी दुनिया को भारत से बहुत अपेक्षाएं हैं। आज क्लीन एनर्जी के कई विकल्प विकसित हो रहे हैं। इसे लेकर भी जनजागरण के लिए बड़े अभियान की जरूरत है। हम सब मिलकर आत्मनिर्भर भारत अभियान को भी गति दे सकते हैं।

प्रख्यात कवि भीम भोई जी की कविता की एक पंक्ति है-

'मो जीवन पछे नर्की पड़ी थाउ,जगत उद्धार हेउ'।

अर्थात्, अपने जीवन के हित-अहित से बड़ा जगत कल्याण के लिए कार्य करना होता है। जगत कल्याण की इसी भावना के साथ हमारा कर्तव्य है कि हम सभी को पूरी निष्ठा व लगन के साथ काम करना होगा। हम सभी एकजुट होकर समर्पित भाव से कर्तव्य पथ पर आगे बढ़ेंगे, तभी वैभवशाली और आत्मनिर्भर भारत का निर्माण होगा।

ईडी और सीबीआई छापे पर सुप्रीम कोर्ट का फैसला भ्रष्टाचार विरोधी अभियान को और तेज करेगा

सुप्रीम कोर्ट ने प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) और केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) के दुरुपयोग से जुड़ी कांग्रेस के नेतृत्व में 14 विपक्षी दलों की याचिका पर सुनवाई से इंकार कर दिया है। इसके बाद अब यह तय हो गया कि प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) और केंद्रीय जांच ब्यूरो की जांच में और ज्यादा तेजी आएगी। ये दोनों संगठन और अन्य केंद्रीय जांच एजेंसियां अपनी कार्रवाई और तेज करेंगी। सुप्रीम कोर्ट के प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) और केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) के दुरुपयोग से जुड़ी कांग्रेस के नेतृत्व में 14 विपक्षी दलों की याचिका पर सुनवाई से इंकार के बाद विपक्षी दलों ने अपनी याचिका वापस ले ली। याचिका में विपक्षी नेताओं के खिलाफ केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) और प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) जैसी केंद्रीय जांच एजेंसियों के मनमाने उपयोग का आरोप लगाया गया था। याचिका में गिरफ्तारी, रिमांड और जमानत जैसे मामलों को नियंत्रित करने वाले दिशा-निर्देशों का नया सेट जारी करने की मांग की गई थी। उपयोग की गयी गाड़ी की क़ीमत। विज्ञापन ढूंढे विपक्षी दलों की ओर से पेश वरिष्ठ अधिवक्ता अभिषेक मनु सिंघवी ने तर्क दिया कि 2013-14 से 2021-22 तक सीबीआई और ईडी के मामलों में 600 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। ईडी की ओर से 121 राजनीतिक नेताओं की जांच की गई है। जिनमें से 95 प्रतिशत नेता विपक्षी दलों से हैं। सीबीआई की 124 जांचों में से 95 प्रतिशत से अधिक विपक्षी दलों से हैं। सिंघवी ने सुप्रीम कोर्ट को बताया कि राजनीतिक विरोध की वैधता पर इसका गहरा प्रभाव पड़ा है। सुप्रीम कोर्ट ने सिंघवी से पूछा कि क्या हम इन आंकड़ों की वजह से कह सकते हैं कि कोई जांच या कोई मुकदमा नहीं होना चाहिए? क्या नेताओं को इससे अलग रखा जा सकता है? सर्वोच्च कोर्ट का कहना है कि अंततः एक राजनीतिक नेता मूल रूप से एक नागरिक होता है और नागरिकों के रूप में हम सभी एक ही कानून के अधीन हैं। इस पर सिंघवी ने कहा कि पक्षकार नहीं चाहते कि याचिका से भारत में कोई लंबित मामला प्रभावित हो और वे मौजूदा जांच में हस्तक्षेप करने के लिए भी नहीं कह रहे हैं। प्रधान न्यायाधीश डीवाई चंद्रचूड़ और न्यायमूर्ति जेबी पारदीवाला की पीठ ने कहा कि किसी मामले के तथ्यों से संबंध के बिना सामान्य दिशानिर्देश देना खतरनाक होगा। याचिका पर विचार करने में शीर्ष अदालत की अनिच्छा को भांपते हुए राजनीतिक दलों की ओर से पेश हुए वरिष्ठ अधिवक्ता एएम सिंघवी ने याचिका वापस लेने की अनुमति मांगी। पीठ ने आदेश दिया कि अधिवक्ता इस स्तर पर याचिका वापस लेने की अनुमति चाहते हैं। याचिका तदनुसार वापस ली गई, मानते हुए खारिज की जाती है। ये याचिका कांग्रेस, द्रविड़ मुन्नेत्र कषगम (द्रमुक), राष्ट्रीय जनता दल (राजद), भारत राष्ट्र समिति (बीआरएस), तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी), आम आदमी पार्टी (आप), राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी (राकांपा), शिवसेना (यूबीटी), झारखंड मुक्ति मोर्चा (झामुमो), जनता दल यूनाइटेड (जदयू), मार्क्सवादी कम्युनिस्ट पार्टी (माकपा), भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी (भाकपा), समाजवादी पार्टी (सपा) और जम्मू-कश्मीर नेशनल कान्फ्रेंस की ओर से दायर की गई थी। इस याचिका को दायर करने वाले दलों ने यह नहीं सोचा कि पुलिस समेत सभी सरकारी जांच एजेंसी जांच करती हैं। केस कोर्ट में सबूतों के आधार पर तय होता है। यदि सबूत नहीं होंगे तो केस खुद ही खारिज हो जाएगा। एक दो मामले में न्यायालय इस तरह की टिप्पणी कर भी चुका है। दूसरे राजनैतिक दबाव में भी कोई एजेंसी किसी गलत व्यक्ति को आरोपी नहीं बनाएगी। क्योंकि न्यायालय में आरोप साबित नहीं करने पर बदनामी उसी की होगी। विपक्षी दलों के आरोप पर प्रवर्तन निदेशालय ने विपक्षी पार्टियों की ओर से लगाए जा रहे 'टारगेट कर कार्रवाई' के आरोपों के बीच एक नया डेटा जारी किया है। प्रवर्तन निदेशालय ने अपने डेटा में दावा किया है कि मनी लॉन्ड्रिंग को लेकर उसकी ओर से दर्ज मामले में जिनकी सुनवाई पूरी हो चुकी है, उसमें सजा की दर वास्तव में 96 प्रतिशत है। प्रवर्तन निदेशालय अनुसार, एजेंसी की ओर से 31 जनवरी तक 513 लोगों को गिरफ्तार की गयी है। 1.15 लाख करोड़ रुपए से अधिक की संपत्ति कुर्क की गयी है। ईडी के आंकड़ों के मुताबिक जनवरी 2023 तक ट्रायल पूरा हो चुके 25 मामलों में 24 मामलों

में आरोप सही साबित पाए गए हैं। इनमें 45 अभियुक्तों को सजा हुई है। एक तरफ ईडी 96 फीसदी मामलों में दोष सिद्धि का दावा कर रही है तो दूसरी ओर राष्ट्रीय जांच एजेंसी (एनआईए) 94 फीसदी और सीबीआई 68 फीसदी मामलों में सजा का दावा करती है। ये आंकड़े ये बताने के लिए काफी हैं कि कार्रवाई की जद में आए सभी आरोपी दूध के धुले नही हैं। उनमें से अधिकांश भ्रष्टाचार में लिप्त रहे हैं। वह सब अपने पर कार्रवाई और गिरफ्तारी के डर से एकत्र हुए हैं। एक बात और कोर्ट की ओर से उनकी अपील खारिज करने के बाद शोर मचाने के अलावा अब कोई विकल्प नहीं बचा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी पिछली बार लाल किले से घोषणा कर चुके हैं कि भ्रष्टाचार के मामलों में तेजी होगी। नो टोलरेंस की नीति अपनाई जाएगी। सर्वोच्च न्यायालय के इस मामले को खारिज करने से एक दिन पूर्व प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सीबीआई के डायमंड जुबली समारोह को संबोधित करते हुए उसे फ्री हैंड दे दिया। प्रधानमंत्री ने जोर देकर कहा कि मौजूदा सरकार में भ्रष्टाचार से लड़ने के लिए राजनीतिक इच्छाशक्ति की कमी नहीं है। उन्होंने कहा कि देश और इसके नागरिकों की इच्छा है कि किसी भी भ्रष्ट व्यक्ति को बख्शा नहीं जाना चाहिए। पीएम मोदी ने अपने संबोधन में सीबीआई के कामकाज की खूब तारीफ की। उन्होंने कहा, 'साल 2014 के बाद हमारा पहला दायित्व, व्यवस्था में भरोसे को फिर कायम करने का रहा। इसलिए हमने काले धन को लेकर, बेनामी संपत्ति को लेकर मिशन मोड पर एक्शन शुरू किया। जहां भ्रष्टाचार होता है, वहां युवाओं को उचित अवसर नहीं मिलते। वहां सिर्फ एक विशेष इकोसिस्टम ही फलता-फूलता है। भ्रष्टाचार प्रतिभा का सबसे बड़ा दुश्मन होता है और यहीं से भाई-भतीजावाद, परिवारवाद को बल मिलता है। जब भाई-भतीजावाद और परिवारवाद बढ़ता है, तो समाज का, राष्ट्र का सामर्थ्य कम होता है। जब राष्ट्र का सामर्थ्य कम होता है तो विकास प्रभावित होता है। उन्होंने कहा, 'मुख्य रूप से सीबीआई की जिम्मेदारी भ्रष्टाचार से देश को मुक्त करने की है। भ्रष्टाचार कोई सामान्य अपराध नहीं होता। भ्रष्टाचार, गरीब से उसका हक छीनता है, अनेक अपराधों को जन्म देता है। भ्रष्टाचार, लोकतंत्र और न्याय के रास्ते में सबसे बड़ा रोड़ा होता है।' प्रधानमंत्री ने यह भी कहा, 'आज देश में भ्रष्टाचार के खिलाफ लड़ाई लड़ने के लिए राजनीतिक इच्छाशक्ति में कोई कमी नहीं है। आपको कहीं भी हिचकने, कहीं रूकने की जरूरत नहीं है। आज विपक्ष अपने साथ के नेताओं पर कार्रवाई होने पर आरोप ही लगाता है। इसके अलावा उसके पास कहने को कुछ नही हैं। हाल ही में मानहानि के एक मामले में कांग्रेस नेता राहुल गांधी को न्यायालय ने दो साल की सजा सुनाई। सजा न्यायालय ने की किंतु सभी दल एक सुर में दोष केंद्र सरकार और भाजपा को दे रहे हैं। कांग्रेस तो इस मामले को लेकर आंदोलन भी शुरू कर चुकी है। विपक्ष दिल्ली के उप मुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया के विरुद्ध कार्रवाई होने पर एकत्र होना शुरू हुआ। उसका सदा एक ही आरोप रहता है कि दुश्मनी के तहत छापे मारे जा रहे हैं। प्रश्न यह है कि यदि ये छापे दुश्मनी के तहत हैं तो मनीष सिसोदिया 27 फरवरी से अब तक जेल में क्यों हैं। सबूत के अभाव में ट्रायल कोर्ट ने क्यों नहीं उन्हें छोड़ दिया। न्यायालय उनके विरुद्ध क्यों रिमांड पर रिमांड दिए जा रहा है? पश्चिम बंगाल में वहां के हाईकोर्ट के आदेश पर सीबीआई शिक्षक भर्ती घोटाले की जांच कर रही है। इस मामले में पश्चिम बंगाल की ममता सरकार में शिक्षा मंत्री रहे पार्थ चटर्जी जेल में हैं। सर्वोच्च न्यायालय के विपक्ष का केस खारिज करने के बाद और प्रधानमंत्री का सीबीआई को फ्री हैंड देने से विपक्ष को केंद्रीय एजेंसियों की ओर से होने वाली तेज कार्रवाई के लिए तैयार रहना चाहिए।

सनातन हिंदू संस्कृति का गढ़ रहे कश्मीर का इतिहास और भूगोल

अतिप्राचीन भारत में कैलाश पर्वत के आसपास भगवान शिव के गणों की सत्ता थी। उक्त इलाके में ही दक्ष राजा का भी साम्राज्य था। ऐसा माना जाता है कि कश्यप ऋषि कश्मीर के पहले राजा थे। कश्मीर को उन्होंने अपने सपनों का राज्य बनाया था और कश्यप ऋषि के नाम पर ही कश्यप सागर (कैस्पियन सागर) और कश्मीर का प्राचीन नाम पड़ा था। शोधकर्ताओं के अनुसार कैस्पियन सागर से लेकर कश्मीर तक ऋषि कश्यप के कुल के लोगों का राज फैला हुआ था। कश्यप की एक पत्नी कद्रू के गर्भ से नागों की उत्पत्ति हुई जिनमें प्रमुख 8 नाग थे- अनंत (शेष), वासुकि, तक्षक, कर्कोटक, पद्म, महापद्म, शंख और कुलिक। इन्हीं से नागवंश की स्थापना हुई। आज भी कश्मीर में इन नागों के नाम पर ही कई स्थानों के नाम हैं। कश्मीर का अनंतनाग नागवंशियों की राजधानी हुआ करता था। हाल में अखनूर से प्राप्त हड़प्पा कालीन अवशेषों तथा मौर्य, कुषाण और गुप्त काल की कलाकृतियों से जम्मू के प्राचीन इतिहास का पता चलता है। 1184 ईसा पूर्व के राजा गोनंद से लेकर राजा विजय सिम्हा (1129 ईसवी) तक के कश्मीर के प्राचीन राजवंशों और राजाओं के प्रमाणिक दस्तावेज उपलब्ध हैं। जम्मू-कश्मीर और लद्दाख क्षेत्र पहले हिन्दू शासकों और फिर बाद में मुस्लिम सुल्तानों के अधीन रहा। बाद में यह क्षेत्र अकबर के शासन में मुगल साम्राज्य का हिस्सा बन गया। वर्ष 1756 से अफगान शासन के बाद वर्ष 1819 में यह क्षेत्र पंजाब के सिख साम्राज्य के अधीन हो गया था। जब भारत को अंग्रेजों से राजनैतिक स्वतंत्रता प्राप्त हुई तब धर्म के नाम पर भारत के एक बड़े भूभाग को अलग कर पाकिस्तान बना दिया गया था। उस समय भी जम्मू, कश्मीर और लद्दाख ये तीनों अलग-अलग क्षेत्र थे और यह तीनों क्षेत्र एक ही राजा के अधीन थे तथा 26 अक्टूबर 1947 को इस क्षेत्र के शासक महाराज हरी सिंह ने अपने क्षेत्र के भारतीय संघ में विलय समझौते पर हस्ताक्षर कर दिए थे। विभाजन की इस त्रासदी के समय भी पाकिस्तानी सेना ने कबाईलियों के साथ मिलकर जम्मू-कश्मीर क्षेत्र पर आक्रमण कर इसके बहुत बड़े भू भाग पर कब्जा कर लिया था। इस आक्रमण का भारतीय सेना मुंहतोड़ जवाब देते हुए कब्जा मुक्ति का अभियान बहुत सफलतापूर्वक चला रही थी लेकिन बीच में ही तत्कालीन प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने एकतरफा युद्ध विराम की घोषणा कर दी जिसके कारण लगभग आधा जम्मू-कश्मीर आज भी पाकिस्तान के अवैध कब्जे में है। यह तत्कालीन नेहरू सरकार की सबसे बड़ी राजनैतिक भूल मानी जाती है, जिसके चलते यह क्षेत्र पिछले लगभग 70 वर्षों तक अशांत क्षेत्र बना रहा है।

आधुनिक मुद्दा

कोरोना को हल्के में लेना बड़ा नुकसान पहुँचा सकता है...

कोरोना की दहशत ने एक बार फिर कोरोना प्रोटोकाल की पालना के प्रति गंभीर होने के लिए चेता दिया है। ऐसे में कोरोना प्रोटोकाल को लागू करने या लोगों को पालना के प्रति सचेत करने का समय आ गया है। यह इसलिए भी जरूरी हो गया है कि देश में कोरोना प्रोटोकाल की पालना लगभग नहीं की स्थिति में पहुंच गई है तो लोगों की गंभीरता भी नहीं रही है। देश में एक तरफ जहां दिन प्रतिदिन कोरोना के मामलों में उछाल आता जा रहा हैं वहीं कोरोना प्रोटोकाल की पालना करीब करीब समाप्त हो चुकी है। पिछले दिनों में औसतन प्रतिदिन देश में पांच हजार से अधिक कोरोना पोजिटिव मरीज आ रहे हैं और कोरोना के कारण भले ही कम हो, पर मौत के मामले भी आने लगे हैं। एक सप्ताह में ही कोरोना के कारण 68 मौत के समाचार हैं। हालांकि केन्द्र व राज्य सरकारें सजग तो होने लगी हैं व 10 और 11 अप्रैल को समूचे देश में दो दिन की मॉक ड्रिल कर कोरोना से निपटने की तैयारियों या यों कहें कि दवाओं व संसाधनों की उपलब्धता को जांचा परखा जा सके। पर जिस तरह से देश के पांच राज्यों में कोरोना मामलों की बढ़ोतरी ने चिंता में डाल दिया है उसे देखते हुए सतर्कता और सजगता जरूरी हो गयी है।

लगभग समूची दुनिया में यह माना जा चुका है कि कोरोना से बचाव के लिए कोरोना प्रोटोकाल की पालना एक कारगर माध्यम है। के फैलाव के बावजूद देश के किसी भी क्षेत्र के किसी भी अस्पताल में चल जाएं कोई इक्के दुक्के लोग ही मास्क लगाए हुए दिखाई देते यह चिंतनीय है।

दरअसल कोरोना काल के अनुभव आज भी रूह कंपा देने के लिए काफी है। लंबा लॉकडाउन,

आज हम मास्क पहनना भूल गए हैं तो सैनेटाइजर का उपयोग भी लगभग बंद ही हो गया है। इसी तरह से दो गज की दूरी की बात भी इन दिनों तो बेमानी हो चुकी है। मास्क के उपयोग को लेकर पिछले दिनों लोकल सर्कल द्वारा कराए गए सर्वे ने तो चिंता में ही डाल दिया है। सर्वे में सामने आया है कि केवल और केवल 6 प्रतिशत लोग ही मास्क के प्रति थोड़े गंभीर दिख रहे हैं। यानी की 6 प्रतिशत लोग ही मास्क का उपयोग कर रहे हैं। हालात तो यह हैं कि कोरोना तो दूर वायरस जनित बीमारियों का अधिक फैलाव देखा जा रहा है हैं। यह तो अस्पतालों के हालात हैं जहां बीमार या उनके तीमारदार ही जाते हैं। ऐसे में यह अपने आप में गंभीर हो जाता है। बाजार, सार्वजनिक परिवहन साधनों, मॉल्स, सिनेमागृहों, राजनीतिक रैलियों, धार्मिक स्थलों आदि पर खोजने से भी मास्क लगाए कोई लोग नहीं दिखते हैं। ऐसे में कोरोना संक्रमण के नए मामलों के आना चिंता का सबब बन ही जाता है। खासतौर से केरल, महाराष्ट्र, दिल्ली, हरियाणा और तमिलनाडु में जिस तरह से कोरोना संक्रमण का अधिक फैलाव देखा जा रहा है सब कुछ बंद, प्रवासी श्रमिकों की हाईवे पर रेला, वेंटिलेटरों और ऑक्सिजन बेड की तलाश में भटकते लोगों और कोरोना संक्रमण से मौत के ग्रास बनते लोगों के चित्र आंखों के समाने घूमने लगते हैं तो सिहर जाते हैं। दवाओं की कमी, दवाओं की अनुपलब्धता और ऑक्सीजन की कमी को भूले नहीं हैं। ऐसे में कोरोना काल के अनुभवों को देखते हुए इन दिनों बढ़ते कोरोना संक्रमण को हल्के से लेने की भूल नहीं करनी होगी। सरकार को जनहित में जहां जागरूकता अभियान तो चला ही देना ही चाहिए वहीं सार्वजनिक स्थानों पर मास्क पहनने की अनिवार्यता सख्ती से लागू करने की पहल कर देनी चाहिए। खासतौर से चिकित्सालयों में तो सख्ती से पालना होनी ही चाहिए। इसी तरह से सार्वजनिक स्थानों पर सैनेटाइजर के डिस्पेंसर लगा दिए जाएं तो सरकार के लिए यह कोई महंगा सौदा नहीं होगा। सरकार ही क्यों स्वयं सेवी संस्थाओं और दानदाताओं को भी आगे आकर जागरूकता अभियान चलाकर लोगों को सचेत करने का समय आ गया है। केवल सरकार के भरोसे नहीं रहकर सभी सजग लोगों और संस्थाओं को आगे आना चाहिए। यह नहीं भूलना चाहिए कि इन साधनों के उपयोग पर होने वाले खर्च से कई गुणा नुकसान हम लोग व सरकार लॉकडाउन और अन्य कार्यों पर भुगतते रही हैं। सबकुछ बंद हो उससे बेहतर सुरक्षा साधनों के प्रति जागरूकता और सुविधाएं उपलब्ध कराने से अच्छे परिणाम प्राप्त हो सकते हैं। उद्यमियों को भी आगे आना चाहिए और अपने पास से नहीं अपितु सीएसआर के तहत उपलब्ध राशि से ही इस तरह के कार्यक्रमों का संचालन किया जता है तो यह अच्छी पहल मानी जा सकती है। कोरोना में हमने अपने या अपनों में से लोगों को खोया है। ऐसे में गंभीर हो जाना चाहिए वहीं अस्पतालों को अपनी व्यवस्थाओं को समय रहते चाक चौबंद कर लेना चाहिए।

कुछ और भी जानें...

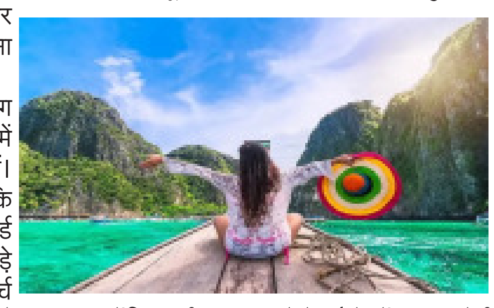
विदेश यात्रा के बजट को लेकर हो रहे हैं परेशान, इन हैक्स से ट्रैवल का खर्च करें आधा

हर किसी का सपना होता है कि वह देश ही नहीं बल्कि विदेश की भी सैर करे। कुछ अपने पैरेंट्स के साथ तो कुछ अपने पार्टनर के साथ विदेश घूमने की इच्छा रखते हैं। लेकिन हम में से ज्यादातर लोग इंटरनेशनल ट्रिप पर इसलिए नहीं जा पाते हैं, क्योंकि इसमें खर्चा ज्यादा आता है। फ्लाइट्स के टिकट, रहना-सहना, खाना-पीना और घूमने आदि में अच्छा-खासा खर्च हो जाता है।

वहीं हमारे पास कुछ लोग ऐसे भी होते हैं, जो साल में 1-2 ट्रिप बाहर की करते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि वह इन ट्रिप को कैसे अफोर्ड करते हैं। क्योंकि वह लोग बड़े किफायत से पैसों को खर्च करते हैं। आज हम आपको इस आर्टिकल में कुछ ऐसे ट्रैवल हैक्स बताने जा रहे हैं। जिनकी मदद से आप अपनी बकेट लिस्ट पूरी कर सकते हैं। इन हैक्स को अपनाकर आप आसानी से बाहर जाने का सपना पूरा कर सकते हैं।

हॉस्टल्स करें बुकः विदेश घूमने की प्लानिंग करने के दौरान आप होटल्स की बजाय हॉस्टल को चुनें। क्योंकि यात्रा के दौरान सबसे महंगे होटल हो जाते हैं। ऐसे में अगर आप होटल की जगह हॉस्टल बुक करेंगे तो अन्य चीजों पर अधिक खर्च कर पांएगे। हॉस्टल, बैकपैकर और लग्जरी दोनों ही बढ़िया ऑप्शन हैं। यह आपको होटल की तरह ही बढ़िया सेवा देते हैं। इंटरनेट पर आप अच्छे रिव्यूज देखकर आप हॉस्टल बुक कर सकते हैं।

खाना खुद बनाएंः अगर आपने हॉस्टल की जगह इकोनॉमिक मोटल्स या एयरबीएनबी चुना है, तो आप अपना खाना खुद ही बनाएं। इससे आपको दो फायदे होंगे। जिनमें से पहला यह है कि आप अपने हिसाब से अच्छा और घर वाला खाना बना पाएंगे। दूसरा यह कि बाहर खाने पर फिजूलखर्ची भी नहीं होगी।



क्योंकि कई बार हम ऐसे कैफे में चले जाते हैं, जो सोशल मीडिया पर तो अच्छा कंटेंट देते हैं, लेकिन इन कैफेज का खाना काफी महंगा होता है। बाहर कैफे में जो सैंडविच आपको 12 यूरो यानी की 1,000 रुपए का पड़ेगा। वहीं घर पर आपको कुछ चीजों के साथ यह आपको 2-3 यूरो यानि की 177-250 रुपये में पड़ेगा।

वॉटर बोतलः ट्रैवल के दौरान पानी की भी जरूरत पड़ती हैं। वहीं ट्रैकिंग और हाइकिंग के दौरान पानी की जरूरत बढ़ जाती है। ऐसे में अगर आप होटल से पानी की बोतल ले जाना भूल गए हैं। तो बाहर कहीं से पानी की बोतल लेने के बजाय उन जगहों के बारे में पता करें, जहां पर टैप वॉटर उपलब्ध हो। विदेशों में कई जगह फाउंटेन भी होता है। जहां से आप साफ पानी भर सकते हैं। यह पानी पीने के लिए अच्छा होता है। जब तक बहुत जरूरी न हो, तब तक टैप वॉटर और फाउंटेन का पानी पीकर काम चला सकते हैं।

ट्रैवल इंश्योरेंसः कई लोगों को ट्रैवल इंश्योरेंस बेकार की चीज लगती है। ऐसे में अगर आप टिकट बुक करने के दौरान या ट्रिप पर जाने के दौरान इंश्योरेंस को इग्नोर करते हैं। तो यह बहुत जरूरी होता है। खासकर तब जब आप कहीं बाहर जा रहे हों तो इसको जरूर रखना चाहिए। बता दें कि यह यात्रा के दौरान जोखिम को कवर करता है। उदाहरण के लिए अगर आपका पासपोर्ट या कोई जरूरी डॉक्यूमेंट्स खो जाए या चेक-इन बैगेज आदि खो जाए, तो आप इस पर क्लेम कर सकते हैं। वहीं अगर आप बीमार आदि हो जाते हैं तब भी ट्रैवल इंश्योरेंस आपकी काफी मदद करता है।

स्टूडेंट आईडीः हर जगह स्टूडेंट्स को कुछ न कुछ छूट जरूर मिलती है। फिर चाहे मेट्रो या लोकल बस में सफर करना हो, या म्यूजियम में जाना हो। स्टूडेंट आईडी की मदद से आप अपना अच्छा-खासा पैसा बचा पाएंगे। वहीं कई कार्यक्रम स्टूडेंट्स को सस्ते टिकट देता है। चाहे वह लाइव शो हो या संतीग कार्यक्रम आदि हो। शुरुआती टिकटों की तुलना में स्टूडेंट्स को यह कम पैसे में मिलता है। ऐसे में आप विभिन्न पर्यटन स्थलों को सस्ते टिकट की मदद से घूम सकते हैं।

एक सींग वाले गैंडे देखने हैं तो काजीरंगा नेशनल पार्क आइए

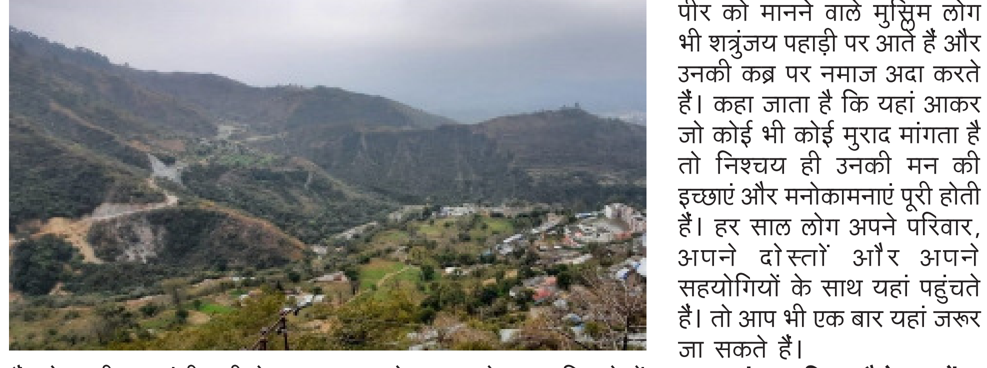
वाइल्ड लाइफ देखने वालों के लिए भारत में कई सारे नेशनल पार्क हैं जहां जाया जा सकता हैं। लेकिन कहते हैं हर जंगल के जानवरों की अपनी

अलग पहचान होती हैं। भारत के सभी नेशनल पार्कों में से एक है असम का काजीरंगा नेशनल पार्क, जो 36 वर्ल्ड हेरिटेज साइटस में से एक है। काजीरंगा नेशनल पार्क में आपको एक सींग वाले गैंडे देखने को मिलेंगे। यहां एक सींग वाले गैंडों की संख्या भी ज्यादा है इसलिए काजीरंगा नेशनल पार्क पूरी दुनिया में मशहूर है। ये असम का सबसे पुराना दर्शनीय स्थल है, यह असम के नौगाँव जिले में स्थित है। काजीरंगा राष्ट्रीय उद्यान में एक सींग वाले गैंडे के अलावा यहां हाथियों के समूह, जंगली बिल्ली, सियार, हिरण, सांभर, लंगूर, तेंदुआ एवं विभिन्न प्रकार के जानवर देख सकते हैं। अन्य पार्कों में मानस नामेटी नैशनल पार्क, ऑरेंज नेशनल पार्क भी पर्यटक देख सकते हैं। काजीरंगा यूनेस्को द्वारा घोषित विश्व विरासत स्थलों की सूची में इसका प्रमुख स्थान है। इसके अलावा यहां बाघ और अन्य जीव भी खूब पाए जाते हैं। काजीरंगा नेशनल पार्क, असम के बीचों-बीच नौगाँव में 430 वर्ग किलोमीटर के क्षेत्रफल के अंदर बना हुआ है और इसके अंदर ही एक सींग वाले गैंडे की कई प्रजातिया हैं जैसे राइनोसेरोस, यूनीकोर्निस। 1905 में बने इस नेशनल पार्क की सुंदरता सर्दियों के मौसम में और निखर आती है क्योंकि ये हरे-भरे जंगल और यहां के जानवर साथ ही असम का मौसम इस पार्क की खूबसूरती को और बढ़ा देता है। काजीरंगा की एक खास बात ये भी है कि यहां विभिन्न प्रजातियों के बाज, चीलें और तोते भी आते हैं। इस उद्यान का प्राकृतिक परिवेश वनों से युक्त है।

तनाव से मुक्ति के लिए जरूर जाएं शत्रुंजय की पहाड़ी

आजकल की भागदौड़ भरी इस जिंदगी में हर इंसान कहीं न कहीं तनाव से घिरा हुआ है। कभी-कभी काम की चिंता के कारण या फिर जीवन की समस्याओं के कारण हम हमेशा तनाव में रहते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि इस तनाव का हमारे दिलोदिमाग़ पर बहुत बुरा असर पड़ता है। इसलिए हमें अपने लिए थोड़ा समय घूमने फिरने के लिए अवश्य निकालना चाहिए और ऐसी जगहों पर जाना चाहिए जहाँ हमारा तनाव कम हो सके। विशेषज्ञों का मानना है कि तनाव से बचने के लिए ध्यान, योग, जीवन शैली में सुधार और मानसिक शांति के लिए आप कहीं अच्छी रमणीक जगह पर घूमने जा सकते हैं। ऐसे में अगर आप कहीं जाने की योजना बना रहे हैं तो हम आपको एक ऐसी जगह के बारे में बताने जा रहे हैं, जहाँ आप शांति पा सकते हैं और वो जगह है शत्रुंजय की पहाड़ी। तो आइए जानते हैं इस जगह के बारे में।

शत्रुंजय की पहाड़ी के बारे मेंः दरअसल, शत्रुंजय का शाब्दिक अर्थ है जीत। शत्रुंजय पहाड़ी शांति और आध्यात्मिकता के लिए दुनिया भर में प्रसिद्ध है। हर साल बड़ी संख्या में लोग यहां पहुंचते हैं और शांति के पल बिताते हैं। शत्रुंजय पहाड़ी गुजरात के ऐतिहासिक शहर पालिताना के पास स्थित है। हालाँकि, इस शहर के पास पाँच पहाड़ियाँ हैं, लेकिन शत्रुंजय पहाड़ी को सबसे पवित्र पहाड़ी माना जाता है। यह पहाड़ी समुद्र तल से 164 फीट की ऊंचाई पर स्थित है। इस पहाड़ी पर सैकड़ों जैन मंदिर



हैं। वे सभी शतरुंजी नदी के तट पर स्थित हैं। शत्रुंजय हिल को 'आंतरिक शत्रुओं पर विजय का स्थान' के रूप में भी जाना जाता है।

आपको जानकर शायद आश्चर्य होगा कि इस पहाड़ी तक पहुंचने के लिए आपको 375 पत्थर की सीढ़ियां चढ़नी पड़ती हैं। इन सीढ़ियों पर चढ़ते समय आप प्रकृति के अद्भुत दृश्यों का आनंद ले सकते हैं। आप इस शांतिपूर्ण जगह में रहने का एक वास्तविक सुखद एहसास प्राप्त कर सकते हैं। शहरों की भागदौड़ भरी जिंदगी से दूर, आप यहां पर केवल शांति के पल बिता सकते हैं। यहां समय बिताने से आपके मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य पर अच्छा प्रभाव पड़ता है। इसके साथ ही यह कई तरह के तनाव से राहत दिलाने में भी मदद करता है। शत्रुंजय पहाड़ी पर स्थित मंदिरों के निर्माण के बारे में कहा जाता है कि इनका निर्माण 900 साल पहले हुआ था। हर साल कार्तिक पूर्णिमा के दिन बड़ी संख्या में लोग इस पहाड़ी पर पहुंचते हैं। ऐसा माना जाता है कि जैन धर्म के संस्थापक आदिनाथ, जिन्हे ऋषभ के नाम से भी जाना जाता है, ने इस शिखर पर स्थित रियान वृक्ष के नीचे कठिन तपस्या की थी। उसी स्थान पर आदिनाथ का मंदिर भी आज मौजूद है। इतना ही नहीं, बल्कि मुस्लिम संत अंगार पीर का स्थान भी मंदिर के परिसर में ही स्थित है।

कहा जाता है कि उन्होंने मुगलों से इस शत्रुंजय पहाड़ी की रक्षा की थी। इसलिए, उनके साथ अंगार पीर को मानने वाले मुस्लिम लोग भी शत्रुंजय पहाड़ी पर आते हैं और उनकी कब्र पर नमाज अदा करते हैं। कहा जाता है कि यहां आकर जो कोई भी कोई मुराद मांगता है तो निश्चय ही उनकी मन की इच्छाएं और मनोकामनाएं पूरी होती हैं। हर साल लोग अपने परिवार, अपने दोस्तों और अपने सहयोगियों के साथ यहां पहुंचते हैं। तो आप भी एक बार यहां जरूर जा सकते हैं।

शत्रुंजय हिल कैसे पहुचें?ः हवाईजहाज सेः पालिताना शहर, जहाँ पर शत्रुंजय हिल स्थित है, भावनगर एयरपोर्ट से 56 किलोमीटर दूर स्थित है। भावनगर से पालिताना जाने के लिए कोई भी निजी वाहन लिया जा सकता है। **रेल द्वाराः** पालिताना ट्रेन द्वारा भावनगर और अहमदाबाद से पहुँचा जा सकता है। सड़क द्वाराः पालीताना, जो भावनगर से 56 किलोमीटर दूर और अहमदाबाद से 215 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है, सड़क मार्ग से आसानी से पहुँचा जा सकता है।

शत्रुंजय हिल की यात्रा के लिए सबसे अच्छा समय हैः अक्टूबर से मार्च के महीनों के बीच शत्रुंजय हिल की यात्रा करने का सबसे अच्छा समय होता है। नवंबर से फरवरी पीक सीजन होता है। शत्रुंजय हिल मानसून के मौसम के दौरान बंद रहता है।

पलिताना में घूमने के लिए प्रमुख पर्यटक स्थलः पालिताना गुजरात के शीर्ष पर्यटन स्थलों में से एक है। यदि आप उन लोगों में से हैं जो धर्म में दृढ़ता से विश्वास रखते हैं तो यह आपके लिए यह एक उपयुक्त जगह है। पालिताना में घूमने के लिए कुछ बेहतरीन स्थानों की सूची यहाँ दी जा रही है।

हस्तगिरी जैन तीर्थ
शत्रुंजय हिल्स
श्री विशाल जैन संग्रहालय
तलजा टाउन
गोपनाथ बीच

यदि आप शत्रुंजय हिल की यात्रा करने के इच्छुक हैं, तो आप गुजरात के यात्रा कार्यक्रम पर भी एक नज़र डाल सकते हैं और एक या दो दिन के लिए भावनगर से शत्रुंजय हिल को कवर कर सकते हैं।

शख्सियत....

क्रांतिकारी कवि के तौर पर जाने जाते थे 'दिनकर'

रामधारी सिंह 'दिनकर' हिन्दी के कवि, लेखक और निबन्धकार थे। दिनकर आधुनिक युग के श्रेष्ठ वीर रस के कवि थे। स्वतंत्रता के पहले उनकी पहचान एक विद्रोही कवि के तौर पर थी। लेकिन देश की आजादी के बाद उनकी पहचान 'राष्ट्रकवि' के तौर पर होने लगी। उनकी कविताओं में ओज, विद्रोह, आक्रोश और क्रान्ति की पुकार है तो दूसरी तरफ कोमल श्रृंगारिक भावनाओं की अभिव्यक्ति है। बता दें कि आज ही के दिन यानी की 24 अप्रैल को इस महान कवि ने दुनिया को हमेशा के लिए अलविदा कहा था। आइए जानते हैं उनके जीवन से जुड़ी कुछ बातों के बारे में...

जन्म और शिक्षाः बिहार के बेगूसराय जिले के सिमरिया गांव में 24 सितंबर 1908 को दिनकर जी का जन्म एक सामान्य किसान परिवार में हुआ था। दिनकर जी महज दो साल के थे, जब उनके पिता का निधन हो गया था। दिनकर ने संस्कृत के एक पंडित के पास अपनी शुरूआती शिक्षा प्राप्त की। इसके बाद वह बोरो नामक ग्राम में 'राष्ट्रीय मिडिल स्कूल' से शिक्षा ली। यहीं से दिनकर जी के मन में राष्ट्रीयता की भावना का विकास होने लगा था। इन्होंने हाईस्कूल मोकामाघाट हाईस्कूल से पूरा किया। वहीं साल 1928 में पटना विश्वविद्यालय से 1932 में इतिहास में बी. ए. ऑनर्स किया। दिनकर जी ने संस्कृत, बांग्ला, अंग्रेजी और उर्दू का गहन अध्ययन किया था।

पदः बी.ए की परीक्षा पास करने के बाद दिनकर जी एक स्कूल में टीचर हो गए थे। साल 1934-47 तक बिहार सरकार की सेवा में सब-रजिस्टार और प्रचार विभाग के उपनिदेशक पद पर रहे। इसी दौरान दिनकर जी की रेणुका और हुंकार प्रकाश में आई थीं। जिसके बाद ब्रिटिश सरकार को यह समझते तनिक देर भी न लगी कि उन्होंने गलत आदमी को इन पदों की जिम्मेदारियां सौंपी हैं। जिसके बाद दिनकर को चेतावनी मिलती। इस बात का अंदाजा आप इस बात से लगा सकते हैं कि दिनकर जी का 4 साल में 22 बार ट्रांसफर किया गया।

इसके बाद साल 1947 में देश स्वाधीन हुआ और वह बिहार विश्वविद्यालय में हिन्दी के प्रध्यापक व विभागाध्यक्ष बनकर मुजफ्फरनगर पहुंचे। जिसके बाद साल 1952 में जब भारत की पहली संसद का निर्माण हुआ तो उन्हें राज्यसभा का सदस्य चुना गया। इसके बाद दिनकर जी दिल्ली आ गए। इस दौरान वह 12 साल तक संसद-सदस्य रहे। साल 1964-65 तक वह भागलपुर यूनिवर्सिटी के कुलपति बने। वहीं भारत सरकार ने दिनकर जी को 1965 से 1971 तक अपना हिन्दी सलाहकार नियुक्त किया।

कृतियांः रामधारी सिंह ने

सामाजिक और आर्थिक समानता और शोषण के खिलाफ कई कविताओं की रचना की। उनकी महान रचनाओं में रश्मिरथी और परशुराम की प्रतीक्षा आदि शामिल है। हालांकि उर्वशी को छोड़कर उनकी ज्यादातर रचनाएं वीर रस से ओतप्रोत मिलेंगी। भूषण के बाद रामधारी को वीर रस का सर्वश्रेष्ठ कवि माना जाता है। उर्वशी के लिए रामधारी जी को ज्ञानपीठ से सम्मानित किया गया।

काव्य कृतियांः बारदोली-विजय संदेश, हुंकार, रेणुका, रसवन्ती, द्वंद्वगीत, कुरूक्षेत्र, धूप-छांह, सामधेनी, बापू, इतिहास के आंसू, रश्मिरथी, नील कुसुम, सूरज का ब्याह, दिनकर के गीत, रश्मिलोक आदि हैं।

गद्य कृतियांः संस्कृति के चार अध्याय, चित्तौड़ का साका, अर्धनारीश्वर, हमारी सांस्कृतिक एकता, लोकदेव नेहरू, वट-पीपल, मेरी यात्राएँ, दिनकर की डायरी, आधुनिक बोध, भारतीय एकता आदि शामिल हैं।

सम्मानः आपको बता दें कि दिनकर जी को उनकी रचना कुरुक्षेत्र के लिये उत्तरप्रदेश सरकार और भारत सरकार से सम्मान मिला। वहीं 'संस्कृति के चार अध्याय' के लिए साल 1959 में साहित्य अकादमी से सम्मानित किया गया। साल 1959 में ही देश के पहले राष्ट्रपति डॉ राजेंद्र प्रसाद ने उन्हें पद्म विभूषण से सम्मानित किया। भारत के राष्ट्रपति जाकिर हुसैन ने दिनकर जी को डॉक्ट्रेट की मानद उपाधि से सम्मानित किया। साल 1968 में 'विद्यापीठ' के लिए साहित्य-चूड़ामणि से सम्मानित किया। 'उर्वशी' के साथ साल 1972 में ज्ञानपीठ से सम्मानित किय गया।

निधनः अपनी राष्ट्रभक्ति की भावना को कविता के माध्यम से आगे बढ़ाने वाले दिनकर जी जनकवि थे। भागलपुर के तिलका मांझा यूनिवर्सिटी से नौकरी छूट जाने के बाद दिनकर जी को आर्थिक संकटों का सामना करना पड़ा था। कहा जाता है कि रामधारी सिंह ने तिरुपति बालाजी मंदिर में जाकर अपनी मौत मांगी थी। मंदिर पहुंचकर उन्होंने रश्मीरथी का पाठ किया था, जो कई घंटो तक चला था। इस दौरान उनको सुनने के लिए सैकड़ों की संख्या में लोग आए थे। उसी रात दिनकर जी के सीने में तेज दर्द उठा और दिल का दौरा पड़ने से प्रकाश बिखेरता सूर्य सदा के लिए अस्त हो गया।

भारत की वो रहस्यमय गुफाएं जिनका हैं पुरातात्विक महत्व

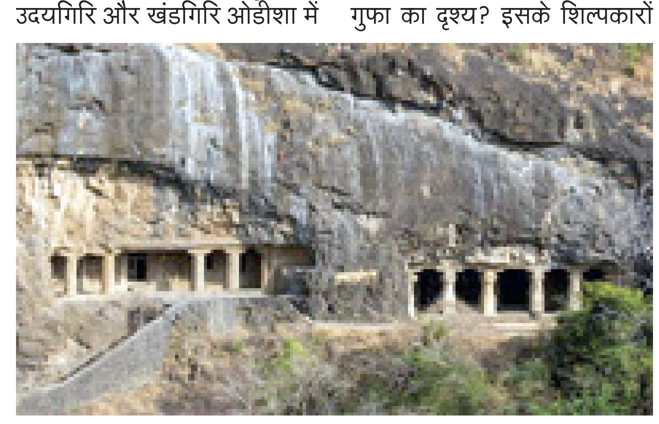
एलोरा गुफा को एल्लोरा के नाम से भी जाना जाता है लेकिन इसका मूल नाम वेरुल है। एलोरा की गुफा एक पुरातात्विक स्थल है, यह महाराष्ट्र के औरंगाबाद में स्थित है। इन्हें राष्ट्रकूट वंश के शासकों द्वारा बनवाया गया था। अपनी स्मारक गुफाओं के लिए प्रसिद्ध, एलोरा युनेस्को द्वारा घोषित एक विश्व धरोहर स्थल है।

अजंता की गुफाएं : अजंता की गुफाओं में बौद्ध धर्म द्वारा प्रेरित और उनकी करुणामय भावनाओं से भरी हुई शिल्पकला और चित्रकला पाई जाती है, जो मानवीय इतिहास में कला के उत्कृष्ट और अनमोल समय को दर्शाती है। बौद्ध तथा जैन सम्प्रदाय द्वारा बनाई गई ये गुफाएं सजावटी रूप से तराशी गई हैं। महाराष्ट्र में औरंगाबाद शहर से लगभग 107 किलोमीटर की दूरी पर अजंता की ये गुफाएं पहाड़ को काट कर विशाल घोड़े की नाल के आकार में बनाई गई हैं।

बोरा गुफाएं : दक्षिणी राज्य आंध्र प्रदेश में बेलम व बोरा गुफाएं प्रसिद्ध हैं। बोरा गुफाएं विशाखापट्टनम से 90 किलोमीटर की दूरी पर हैं। गुफाएं क्षैतिज विमान पर 100 मीटर और ऊर्ध्वाधर विमान पर लगभग 75 मीटर के साथ खुलती हैं।

बेलम गुफाएं : आंध्र के कुरनूल से 106 किलोमीटर दूर बेलम गुफाएं स्थित हैं। मेघालय की गुफाओं के बाद ये भारतीय उपमहाद्वीप की दूसरी सबसे बड़ी प्राकृतिक गुफाएं हैं। इन्हें मूल रूप से तो 1854 में एचबी फुटे ने खोजा था लेकिन दुनिया के सामने 1982 में यूरोपीय गुफा विज्ञानियों की एक टीम ने इन्हें मौजूदा स्वरूप में पेश किया।

उदयगिरि और खंडगिरि गुफाएं : उदयगिरि और खंडगिरि ओडीशा में



भुवनेश्वर के पास स्थित दो पहाड़ियाँ हैं। इन पहाड़ियों में आंशिक रूप से प्राकृतिक व आंशिक रूप से कृत्रिम गुफाएँ हैं जो पुरातात्विक, ऐतिहासिक एवं धार्मिक महत्व की हैं। हाथीगुम्फा शिलालेख में इनका वर्णन कुमारी पर्वत के रूप में आता है। ये दोनों गुफाएं लगभग दो सौ मीटर के अंतर पर हैं और एक दूसरे के सामने हैं। ये गुफाएं अजन्ता और एलोरा जितनी प्रसिद्ध नहीं हैं, लेकिन इनका निर्माण बहुत सुंदर ढंग से किया गया है।

बादामी गुफा : कर्नाटक के बगलकोट जिले की ऊंची पहाड़ियों में स्थित बादामी गुफा का आकर्षण अद्भुत है। बादामी गुफा में निर्मित हिंदू और जैन धर्म के चार मंदिर अपनी खूबसूरत नक्कागशी, कृत्रिम झील और शिल्पकला के लिए प्रसिद्ध हैं। चट्टानों को काटकर बनाई गई गुफा का दृश्य? इसके शिल्पकारों की कुशलता का बखान करता है। बादामी गुफा में दो मंदिर भगवान विष्णु और एक भगवान शिव को समर्पित है और चौथा जैन मंदिर है। गुफा तक जाती सीढ़ियां इसकी भव्यता में चार चांद लगाती हैं।

अमरनाथ गुफा : अमरनाथ हिन्दुओं का एक प्रमुख तीर्थस्थल है। यहाँ की प्रमुख विशेषता पवित्र गुफा में बर्फ से प्राकृतिक शिवलिंग का निर्मित होना है। प्राकृतिक हिम से निर्मित होने के कारण इसे स्वयंभू हिमानी शिवलिंग भी कहते हैं।

इन तीन कारणों से थायराइड रोग का हो सकते हैं आप शिकार,शरीर देता है ऐसे संकेत

थायरॉइड गले में तितली के आकार का ग्लैंड होता है। यह गले में ठीक सामने की ओर मौजूद होता है। थायरॉयड ग्लैंड हार्मोन बनाता है, जो व्यक्ति के शरीर के मेटाबॉलिज्म (हम जो भोजन खाते हैं, यह उसे ऊर्जा में बदलने का काम करता है) को बढ़ाने का काम करता है। साथ ही यह बॉडी सेल्स को कंट्रोल करने का काम करता है। शरीर की सभी प्रक्रियाओं को थायरॉइड हार्मोन नियंत्रित करता है। जब इस ग्लैंड में गड़बड़ी हो जाती है तो व्यक्ति को थायरॉइड से संबंधित रोग होते हैं।

आज हम आपको इस आर्टिकल में बताएंगे कि थायरॉइड किन चीजों से बढ़ने लगता है। इस बारे में न्यूट्रिशनिस्ट मनोली मेहता जानकारी दे रही हैं। बता दें कि न्यूट्रिशनिस्ट मनोली मेहता डायबिटीज शिक्षक और वेट मैनेजमेंट स्पेशलिस्ट हैं। लेकिन उससे पहले हले थायरॉइड बढ़ने के लक्षणों के बारे में जानकारी होना जरूरी है।

लक्षण

मसल्स में कमजोरी और दर्द
दिल की धड़कन बढ़ना
पीरियड्स में गड़बड़ी
बालों का झड़ना
ज्यादा भूख लगना
ज्यादा पसीना आना
चिड़चिड़ापन
वेट लॉस
घबराहट
अनिद्रा

सेलेनियम की कमीः हाशिमोटो (यह एक ऑटोइम्यून विकार है, जो थायरॉयड सेल्स को नष्ट कर देता है) से पीड़ित व्यक्तियों में सेलेनियम की कमी सबसे आम पोषक तत्व की कमी होती है। बता दें कि यह पोषक तत्व थायरॉइड के कामों के लिए काफी महत्वपूर्ण है। इसलिए इसके सप्लीमेंट लेने से न सिर्फ ऑटोइम्यून रोग के ट्रिगर्स से बचने में सहायता मिलती है। बल्कि थायरॉइड एंटीबॉडी के हाई लेवल को भी कम करने का काम करता है। सेलेनियम ग्लूटाथियोन का उत्पादन करता है, जिसके कारण थायरॉयड ग्लैंड को सूजन से बचाता है। यह एक एंटीऑक्सीडेंट के तौर पर काम करता है। साथ ही यह बालों को झड़ने से भी रोकता है।

ग्लूटेन का सेवनः ग्लूटेन में पाए जाने वाले प्रोटीन को ग्लियाडिन कहा जाता है। इसकी मॉलिक्यूलर संरचना थायरॉइड के जैसी होती है। इसलिए जब भी ग्लूटेन वाले खाने को खाया जाता है, तो यह ब्लडस्ट्रीम में प्रवेश कर जाता है। ब्लडस्ट्रीम में जाने पर यह खाने को पचाने की जगह उस पर हमला करना शुरू कर देता है। साथ ही ग्लूटेन के सेवन से शरीर में एलर्जी और सूजन की समस्या भी हो सकती है।

कॉर्ब्स से भरपूर ब्रेकफास्टः हर व्यक्ति को डाइट में कम से कम कार्बोहाइड्रेट वाली चीजों को शामिल करना चाहिए। क्योंकि इनमें कैलोरी की मात्रा अधिक पाई जाती है। अधिक कैलोरी थायरॉइड के काम में रुकावट पैदा करती है। इसके साथ ही कार्ब्स के सेवन से मेटाबॉलिक रेट धीमा हो जाता है। इसलिए आपको अपने दिन की शुरूआत अच्छी गुणवत्ता वाले प्रोटीन कॉम्प्लेक्स कार्ब्स आदि से करनी चाहिए। अपनी डाइट में आप एवोकाडो, अंडे, ग्लूटेन फ्री ब्रेड या ओट्स, अखरोट, ब्लूबेरी और बादाम के दूध को शामिल कर सकते हैं।

जीवन में इन आदतों को अपनाएगी तो कभी मोटापा परेशान नहीं करेगा

आज के समय में लोग जिस तरह का लाइफस्टाइल जी रहे हैं, उसके कारण उन्हें कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है, इन्हीं में से एक है मोटापा। यह आज के समय में महामारी बन गया है। चाहे पुरूष हो या महिला, बच्चा हो या बड़ा, हर कोई इसकी जद में है। लेकिन अगर आप चाहती हैं कि मोटापा कभी आपका परेशान न करें तो आपको अपने लाइफस्टाइल में कुछ बदलाव करने होंगे। तो चलिए जानते हैं ऐसे ही कुछ बदलावों के बारे में-

ना रहीं भूखीः अमूमन लड़कियां खुद को स्लिम टिम दिखाने के लिए डाइटिंग करती हैं या भूखी रहती हैं, लेकिन आप भूखे रहने की बजाय हेल्दी ईटिंग पर फोकस करें। चूंकि अगर आप मील स्किप करती हैं तो इससे आपको तेज भूख लगती है और आप अनहेल्दी खा लेती हैं। साथ ही इससे आपका मेटाबॉलिज्म भी स्लो हो जाता है। इसलिए दिन में तीन बिग मील और दो स्मॉल मील जरूर लें। **खाएं चबा-चबाकरः** आप जो भी खाएं, हमेशा चबा-चबाकर खाएं।

चबाकर खाने से आपको कई लाभ होते हैं। एक तो आपका मील देर से खत्म होता है तो कम आहार में ही आपका पेट भर जाता है और आप ओवरईटिंग नहीं करतीं, वहीं दूसरी ओर जब आप चबाकर भोजन करती हैं तो इससे आपका पाचनतंत्र भी बेहतर तरीके से काम करता है और आपके द्वारा खाया गया भोजन एनर्जी में तब्दील होता है, ना कि फैट के रूप में स्टोर होता है। **पोर्शन पर कंटोलः** जरूरी नहीं है कि आप हमेशा ही हेल्दी खाएं। अगर आपका कुछ मीठा, हैवी या तला हुआ खाने का मन है तो मन को ना मारें क्योंकि इससे आपका मन उधर की तरफ ज्यादा दौड़ता है। बस खुद को संयमित करना सीखें। अगर आप ऐसा कुछ खा रही हैं तो पोर्शन कंटोल करें। इससे आप स्वाद भी ले पाएंगी और आपका वजन नहीं बढ़ेगा। **पीएं भरपूर पानीः** खाने के साथ-साथ आपको वाटर इनटेक पर भी फोकस करना होगा। जब आप पर्याप्त मात्रा में पानी पीती हैं तो इससे आप ओवरईटिंग से बच जाती हैं। साथ ही भरपूर मात्रा में पानी पीने से आपके शरीर के विषाक्त पदार्थ भी बाहर निकल जाते हैं। करें

थोड़ी एक्सरसाइजः जरूरी नहीं है कि आप इंटेंस वर्कआउट करें। बस जरूरत है कि आप व्यायाम को अपने जीवन का हिस्सा बनाएं और किसी न किसी रूप में फिजिकली एक्टिव बनें। चाहें तो वॉक शुरू करें या फिर रस्सी कूदें। आप योगा या जिम भी कर सकती हैं। अगर ऐसा कुछ नहीं करना चाहतीं तो कुछ देर फुटबॉल या अन्य कोई गेम खेलें। इसके अलावा आप टीवी पर अपने पंसदीदा गाने लगाकर कुछ देर डांस भी कर सकती हैं।

बीयर पीने के वो फायदे जो आपको कोई नहीं बतायेगा

बीयर या एल्कोहल (शराब) पीने को सामान्य तौर पर लोग बुरी आदत के तौर पर देखते हैं। कहा जाता है कि बीयर से पेट निकल जाता है और आदमी एल्कोहल का एडिक्ट भी बन जाता है। लेकिन आज हम आपको बीयर पीने से होने वाले उन फायदों के बारे में बताने जा रहे हैं जो शायद कोई भी आपको नहीं बताएगा.. बीयर पीने की आदत है और आपको इसकी तलब लगती है तब तो ये चिंता की बात है लेकिन अगर आप इसे सिर्फ शौक के लिए या दोस्तों के साथ पार्टी करने के दौरान पी रहे हैं तो चिंता की बिलकुल कोई बात नहीं है। इसका एक संतुलित सेवन आपके स्वास्थ्य के लिए बढ़िया है और ये नुक्सान नहीं पहुंचाती है। कई रिसर्च में ये सामने आ चुका है कि संतुलित मात्रा में पीने वाले, ज्यादा पीने वालों या बिलकुल ही न पीने वालों की अपेक्षा अधिक लंबा जीवन जीते हैं। बीयर संतुलित मात्रा में पीने के लिए उपयुक्त है। इसमें एल्कोहल की मात्रा वाइन और व्हिस्की के मुकाबले कम होती है। शायद आप नहीं

जानते लेकिन बीयर भी किसी फ्रूट जूस के जितनी ही नेचुरल होती है। वैज्ञानिकों के मुताबिक बीयर में भी वही सारे गुण मौजूद होते हैं जो कि ओरेंज जूस में मौजूद होते हैं। बीयर में किसी भी तरह के प्रिजरवेटिव की ज़रुरत नहीं होती इसमें एल्कोहल और होप्स होता है जो कि दोनों ही नेचुरल हैं। बीयर को बिलकुल वैसे ही बनाया जाता है जैसे ब्रेड तैयार की जाती है। वैज्ञानिकों की माने तो जिन लोगों को कोलेस्ट्रोल की समस्या है उनके लिए बीयर काफी फायदेमंद साबित हो सकती है। संतुलित मात्रा में बीयर पीना गुड और बेड कोलेस्ट्रोल की मात्रा को नियंत्रित करता है। एक रिसर्च के मुताबिक रोज़ एक बीयर पीने से गुड कोलेस्ट्रोल की मात्रा में वृद्धि होती है। अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन के मुताबिक इस बात का कोई साक्ष्य नहीं है कि वाइन, बीयर के मुकाबले ज्यादा फायदेमंद है। ब्रिटिश मेडिकल जर्नल की 1999 में छपी एक रिपोर्ट के मुताबिक रोजाना तीन ड्रिंक पीना दिल की बीमारियों के खतरे को 24।7 फीसदी तक कम कर सकती है। रिसर्च में सामने आया है कि अनफिल्टर या लाइट बीयर, बहुत ज्यादा पौष्टक होती है। इस तरह की बीयर में विटामिन बी काफी मात्रा में पाया जाता है। इसमें फ़ॉलिक एसिड होता है जो हार्ट अटैक से दूर रखता है। इसमें घुलनशील फाइबर भी होता है जो आपको रोजमर्रा के कामों में चुस्त-तंदरुस्त बनाए रखता है। यही फाइबर शरीर में जमा अतिरिक्त फैट को भी शरीर से बाहर निकालने में सहायक होता है। बीयर ही आपके शरीर में मैग्नीशियम और पोटेशियम की मात्रा को बढ़ाने में मदद करती है। बीयर को पानी जितना ही सुरक्षित माना जाता है। कई देशों में तो लोग पानी की जगह बीयर का ही इस्तेमाल करते हैं और ये पानी से ज्यादा फायदेमंद भी है। बीयर को उबालकर बनाया जाता है। इसके बाद सीलबंद होने तक इसमें स्वच्छता का पूरा ध्यान रखा जाता है। बीयर में किसी तरह के बैक्टीरिया या गंदगी का मिलना काफी मुश्किल होता है। बीयर आपको कैंसर से भी दूर रखती है। बीयर बनाने में इस्तेमाल होने वाले पौधे होप्स में एक्सनथोहूमोल (हूप्दप्ल्स्दत) पाया जाता है, जो कैंसर से लड़ने में मदद करता है। यह एंटी-ऑक्सीडेंट केवल और केवल बीयर में ही मिलता है। इसके आलावा यूनिवर्सिटी कॉलेज ऑफ लंदन और इंस्टीट्यूट क्लीनिक की एक रिसर्च में ये भी सामने आया है कि पेट निकलने और बीयर के सेवन के बीच कोई रिश्ता नहीं है। किडनी में स्टोन है तो डॉक्टर बीयर पीने की सलाह देते हैं। इसके आलावा बीयर में कैलोरी और कार्बोहाइड्रेट बहुत कम होते हैं। इसमें वसा या कोलेस्ट्रोल न की मात्रा में होते हैं। शोध में यह बात निकलकर आई कि 40 इ बीयर पीने वाले लोगों में किडनी स्टोन होने का खतरा उन लोगों के मुकाबले काफी घट गया था जो बीयर नहीं पीते थे। शोध में ये भी सामने आया है कि अगर आप अपनी हड्डयां मजबूत बनाना चाहते हैं, तो आपको बीयर का सेवन करना चाहिये।

ई-कॉमर्स दुनिया को बनाएं अपना ग्राहक

ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म से जुड़कर आप घर बैठे अपने व्यापार को नई ऊंचाइयों तक पहुंचा सकते हैं, साथ ही अपनी आमदनी में भी अच्छा-खासा इजाफा कर सकते हैं। आपने गौर किया होगा कि अकसर अखबारों के पहले ही पन्ने पर किसी ऑनलाइन कंपनी का पूरे पेज का विज्ञापन नजर आता है। टीवी चालू करने पर अमेजन, फ्लिपकार्ट जैसी कंपनियों की साड़ी, जूते-चप्पल, किचन और घर-गृहस्थी से जुड़े एक से बढ़कर एक स्टाइलिश सामानों पर आकर्षक ऑफरों की भरमार लगी होती है। ये लुभावने विज्ञापन देखकर लोग घर पर बैठे-बैठे हजारों की शॉपिंग कर डालते हैं। अगर आप किसी प्रोडक्ट के उत्पादक हैं, व्यवसायी हैं या घर पर ही छोटे स्तर पर सामान बनाते हैं तो अपने सामान को ऑनलाइन उपलब्ध कराकर दुनियाभर में अपने ग्राहक बना सकते हैं। यहां आपको अपने उत्पाद की ज्यादा कीमत मिल जाती है और अगर आपके उत्पाद ने किसी बड़े बिजनेस समूह का ध्यान आकर्षित कर लिया तो आपके वारे-न्यारे हो सकते हैं। पिछले साल भारत में ऑनलाइन शॉपिंग का बाजार सवा लाख करोड़ रुपए का था, जिसके दिसंबर 2016 तक 2.1 लाख करोड़ रुपए हो जाने की उम्मीद है। ऑनलाइन शॉपिंग का बाजार काफी तेजी से बढ़ रहा है, यही वजह है कि व्यापारियों के लिए इसमें मुनाफा भी ज्यादा है और भविष्य के लिए बेहतर संभावनाएं भी हैं। रांची, मेरठ, देहरादून जैसे शहरों में ई-कॉमर्स का विस्तार काफी तेजी से हो रहा है।

फायदे का सौदाः ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म पर आने का सबसे बड़ा फायदा ये है कि आपका व्यापार चाहे किसी भी शहर में हो, लेकिन आप अपने ग्राहक दुनिया के किसी भी कोने में बना सकते हैं। दुनिया के दूसरे छोर पर बैठा शख्स भी आपके उत्पाद को सिर्फ माउस के एक क्लिक पर खरीद सकता है, जिससे आपकी कमाई तो बढ़ती ही है, साथ ही आपको और आपके उत्पाद को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान भी मिलती है। केंद्र सरकार के डिजिटल इंडिया अभियान के तहत गांव-गांव तक इंटरनेट पहुंचाया जा रहा है। ऐसे में ऑनलाइन शॉपिंग का भविष्य उज्ज्वल है और आप भी इसका जमकर फायदा उठा सकते हैं। विश्व प्रसिद्ध खुर्जा पॉटरी और क्रॉकरी अमेजन, फ्लिपकार्ट, शॉपक्लूज, शॉपगाथा, इंडियामार्ट जैसी दर्जनों ऑनलाइन वेबसाइटस पर उपलब्ध हैं। झारखंड की टसर सिल्क साड़ियां हों या बिहार के भागलपुर की ताना-बाना साड़ियां,उत्तर प्रदेश के भदोही के कालीन हों या मुरादाबाद का पीतल का सामान, ये सब सामान ऑनलाइन शॉपिंग के जरिए आसानी से बेचे जा रहे हैं। इसी तरह आप भी अपना सामान ऑनलाइन बेचकर अपना बिजनेस बढ़ा सकते हैं। **ऑनलाइन लिस्टिंगः** ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म से जुड़ने के लिए कुछ प्रक्रियाओं

को पूरा करना पड़ता है। मसलन अमेजन या स्नैपडील जैसी ऑनलाइन कंपनियों पर अपना सामान बेचने के लिए आपकी कंपनी रजिस्टर्ड होनी जरूरी है। कंपनी के रजिस्ट्रेशन के लिए पैन कार्ड, वैट, टिन (टैक्स पेयर आइडेंटिटी नंबर) या सीएसटी (सेंट्रल सेल्स टैक्स नंबर) आदि का ब्यौरा होना चाहिए। नोएडा में स्नैपडील से रजिस्टर्ड चार्टर्ड अकाउंटेंट रजत कुचल का कहना है, /पैन, वैट, टिन या सीएसटी जैसे दस्तावेज बनवाने की फीस हर राज्य में अलग-अलग होती है। अगर उत्तर प्रदेश की बात करें तो यहां ये दस्तावेज बनवाने के लिए फीस लगभग 25 हजार रुपए लगती है, जो 2 या 3 सालों में रीफंड हो जाती है। लेकिन अगर कोई व्यापारी दो वैट रजिस्टर्ड लोगों की गारंटी देता है तो उसे ये फीस नहीं देनी पड़ती। इस काम को करने के लिए सीए अपनी प्रोफेशनल फीस 10 हजार रुपए के लगभग लेते हैं। यानी यूपी में आप लगभग 35 हजार रुपए में अपने व्यापार को ऑनलाइन ले जा सकते हैं। एक बार आपके पास पैन, वैट, टिन या सीएसटी नंबर आ जाता है तो उसके बाद आप अपना प्रोडक्ट बेचने के लिए किसी भी ऑनलाइन कंपनी से संपर्क कर सकते हैं। आजकल ज्यादातर ऑनलाइन कंपनियां बड़े पैमाने पर सामान बेचने के लिए व्यापारियों को आमंत्रित कर रही हैं। एक बार रजिस्टर होने के बाद आप अपने असीमित उत्पाद ऑनलाइन लिस्ट कर सकते हैं। इसके बाद जैसे ही ग्राहक आपके उत्पाद को ऑनलाइन खरीदेगा, कंपनी आपको अलर्ट भेज देगी। कंपनी आपको उत्पाद की पैकिंग के दिशा-निर्देश देगी और उसकी तरफ से प्रोडक्ट की डिलिवरी ग्राहक तक करवाई जाएगी। एक बार ऑर्डर प्लेस होने के बाद एक-दो हफ्ते में कंपनी की तरफ से आपकी बकाया राशि का भुगतान कर दिया जाता है।**लिस्टिंग से जुड़े सवालों के जवाबः** ई-कॉमर्स पोर्टल पर रजिस्ट्रेशन होने के बाद कंपनी की तरफ से उत्पाद को ऑनलाइन लाइव करने का काम किया जाता है। वेंडर तकनीकी मदद के लिए सर्विस प्रोवाइडर नेटवर्क (सीपीएन) से मदद मांग सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए कंपनी के कस्टमर केयर में बात की जा सकती है। सीपीएन बिक्री बढ़ाने से जुड़ी सेवाओं के बारे में भी बताता है, जैसे कि उत्पाद को होमपेज या टॉप लिस्ट में दिखने पर ज्यादा ऑर्डर मिलने की संभावना होती है। **कितनी है कमाईः** अब सबसे महत्वपूर्ण बात है कमाई की। आपका सामान तो ग्राहक तक पहुंच गया, लेकिन उसमें आपकी आमदनी कितनी हुई। उदाहरण के तौर पर हैंडीक्राफ्ट या कांच का सामान 1000 रुपए का बिका। इन 1000 रुपयों में से करीब 150 रुपए ई-कॉमर्स कंपनी सभी टैक्स मिलाकर काट लेती है और शेष बचने वाले 850 रुपए 15 दिनों के अंदर आपके बैंक खाते में जमा कर दिए जाते हैं। यानी उत्पाद की कीमत का करीब 15 फीसदी ई-कॉमर्स कंपनी अपने पास रखती है। इसमें आपके उत्पाद को वेबसाइट पर लिस्ट करने की फीस, डिलिवरी चार्जेज और सर्विस टैक्स शामिल होते हैं। **स्टोरेज की व्यवस्थाः** अगर आपके पास स्टोरेज की समस्या है तो ई-कॉमर्स कंपनियों ने इसके लिए अपने वेयरहाउस भी खोल रखे हैं, जहां आप अपने उत्पाद सुरक्षित रख सकते हैं। लेकिन इसके लिए आपको अतिरिक्त पैसे खर्च करने होंगे। स्टोरेज के लिए आमतौर पर ये कंपनियां करीब 15 रुपए प्रति क्यूबिक फीट की दर पर चार्ज करती हैं। इसके अलावा प्रोडक्ट का पैंकिंग चार्ज अमूमन 10 से 30 रुपए के लगभग हो सकता है। इस तरह ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म पर आने के बाद आप अनगिनत कंपनियों के साथ जुड़कर अपने बिजनेस को नई ऊंचाइयों तक पहुंचा सकते हैं। **कुछ उपयोगी टिप्सः** अगर आपके उत्पाद की बिक्री हो रही है तो टर्नओवर की बढ़त के अनुसार आप ई-कॉमर्स कंपनी के साथ प्रॉफिट शेयरिंग में हिस्सा बढ़ाने के लिए मोलभाव कर सकते हैं। मांग के हिसाब से वेंडर अपनी ओर से पहल कर अपनी बिक्री बढ़ा सकते हैं। मसलन, तीज का त्योहार आने वाला है। ऐसे में साड़ी बेचने वाले वेंडर साड़ियों के साथ सुहाग का सामान और इससे जुड़ी एक्सेसरीज का बास्केट बनाकर कंपनी को दे सकते हैं। ऑनलाइन इन सामानों की उपलब्धता होने पर खरीददार इनकी इकट्ठी खरीदारी करने को भी तैयार होते हैं।ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म पर पुराने स्टॉक या सीजनल स्टॉक के क्लियरेंस के लिए टाई-अप कर सकते हैं। इसके तहत ई-कॉमर्स कंपनियां ग्राहक को एक के साथ एक फ्री या टू प्लस वन जैसे ऑफर देकर खरीदारी के लिए लुभाती हैं। **ई-कॉमर्स से जुड़ी महत्वपूर्ण बातेंः** वेंडर की लोकेशन बहुत मायने रखती है। जिस इलाके से कंपनी को ज्यादा ऑनलाइन ऑर्डर मिलते हैं, कंपनी वहीं वेंडर बनाने को वरीयता देती है, क्योंकि इससे शिपिंग चार्जेज में बचत होती है और प्रोडक्ट की डिलिवरी भी जल्दी हो जाती है। इस संबंध में जरूरी पड़ताल कर लें। हर कंपनी की व्यवसाय संबंधी और पेमेंट नीति अलग-अलग होती हैं। वेंडर कंपनी को कितना क्रेडिट दे पाता है, यह भी मायने रखता है। कंपनी और वेंडर का मुनाफा प्रॉफिट-शेयरिंग पर और उत्पाद की मांग पर निर्भर करता है। अगर एक वेंडर के पास अलग-अलग ब्रांड में कई वैरायटी का सामान उपलब्ध है तो कंपनी उसी के साथ जुड़ना पसंद करेगी। ज्यादा वेंडर बनाने पर कंपनी को अपना मुनाफा भी बांटना पड़ता है, जिससे उसका शुद्ध लाभ कम हो जाता है।

जिम नहीं जा सकते, तो घर पर ही कुछ इस तरह बर्न करें कैलोरी

जिम नहीं जा सकते तो क्या हुआ घर के काम करके भी आप खुद को फिट रख सकते हैं। इसके दो फायदे होंगे एक तो घर की साफ-सफाई हो जाएगा और दूसरा आपकी कैलोरी भी बर्न होगी। चलिए आपको बताते हैं घर कि कन कामों से आप कैलोरी बर्न कर सकते हैं। कोरोना वायरस की वजह से सिर्फ देश ही नहीं पूरी दुनिया घर की चारदीवारी में पैक हो गई है। ऐसे में जाहिर सी बात है फिजिकल एक्टिविटी न होने से आपका शरीर निष्क्रिय हो जाता है। दिन भर बैठे रहने से शरीर में कई बीमारियां भी घर कर जाती है, ऐसे में ज़रूरी है कि आप एक्टिव रहें ताकि कैलोरी बर्न होती रहे। जिम नहीं जा सकते तो क्या हुआ और भी बहुत से तरीके है खुद को एक्टिव और फिट रखने के। **घर पर योग और एक्सरसाइजः** अब सुबह की शुरुआत आप मॉर्निंग वॉक से भले न कर पाए, लेकिन घर पर ही एक्सरसाइज और योग तो कर ही सकते हैं। यदि आपको समझ नहीं आ रहा की कौन सी एक्सरसाइज करें तो आप इंटरनेट की मदद ले सकते हैं। दिन की शुरुआत एक्सरसाइज या योग से करने से आप पूरा दिन एनर्जेटिक और फ्रेश फील करेंगे। **घर के कामः** जिम नहीं जा सकते

तो क्या हुआ घर के काम करके भी आप खुद को फिट रख सकते हैं। इसके दो फायदे होंगे एक तो घर की साफ-सफाई हो जाएगा और दूसरा आपकी कैलोरी भी बर्न होगी। चलिए आपको बताते हैं घर कि कन कामों से आप कैलोरी बर्न कर सकते हैं। **गार्डनिंगः** अगर आपके घर के आगे बगीचा है तो वहां पेड़-पौधों की कंटाई-छंटाई, पौधों को पानी देने का काम कर सकते हैं. इसके अलावा पूरे लॉन या बगीचे की सफाई में भी बहुत मेहनत लगती है, इससे आप काफी कैलोरी बर्न कर सकते हैं। **झाड़ू पोछा करनाः** जी हां, शायद आपको यह काम बिल्कुल पसंद नहीं आता होगा, मगर झुककर झाड़ू मारने और बैठकर पोंछा मारने से भी कैलोरी बर्न होती है और इससे आपके हाथ, पैर और कमर की हड्डियों की अच्छी एक्सरसाइज हो जाती है। तो जिम न जाने से परेशान मत होइए और झाड़ू-पोंछा उठाकर घर की सफाई में जुट जाइए। **अन्य कामः** गार्डनिंग और घर की सफाई के अलावा बर्तन धोने, कपड़े धोने और खाना बनाते समय भी कैलोरी बर्न होती है, तो बेझिझक आप ये सारे काम करिए और लॉकडाउन के इस समय में घर के साथ ही खुद को भी फिट रखिए। **स्मार्ट टिप्सः** खाना खाने के बाद बैठने की बजाय घर में ही थोड़ी देर टहल लें। देर तक एक जगह बैठे रहने की बजाय हर एक घंटे में उठकर थोड़ा टहल लें। यदि सीढि़यां है तो कोशिश करें कि जितना हो सके सीढि़यां चढ़ें और उतरे। बहुत ऑयली और फैटी फूड से परहेज करें। खूब पानी पीएं।

आपके यकृत में परेशानी का कारण होता है आपका अनियमित खानपान

गलत चीजो के सेवन से भी यकृत पर बुरा असर पड़ता है. इसके और भी कारण हो सकते है जैसे कि शहरी जीवन शैली, तनाव व् काम की अधिकता, निराशा आदि. फिर भी यकृत की कार्यशक्ति बहुत होती है अगर हमारा यकृत 10 प्रतिशत भी ठीक हो तो इससे शरीर को परेशानी नहीं होती. इतनी कम कार्यक्षमता होने के बावजूद यह अपने काम सुचारू रूप से कर लेता है. यकृत के अलावा एक और हमारे शरीर का महत्वपूर्ण अंग है और वह है हमारा हृदय जिस पर हमारे खानपान का बहुत असर पड़ता है. अगर इनमे से किसी भी अंग में विकार आ जाये तो बहुत ही नुक्सान वाली स्थिति बन जाती है.पैसे भी बर्बाद होते है और शरीर का भी बहुत ही नुकसान होता है. इस तरह के नकसान से बचने के लिए हमें उन चीजो का त्याग कर देना चाहिए जो हमारे स्वास्थ्य को नुक्सान पहुंचती है. और किसी रोग के इलाज से बड़ा है परहेज. और अगर हम उन कारणों का पहले ही पता कर लेते है जिनसे की रोग होते है तो हमारे शरीर में रोग कभी भी नहीं लग सकते. लेकिन फिर भी कोई ना कोई रोग लग ही जाता है और उसका तो इलाज करना ही पड़ता है. और सभी रोगों का इलाज हम उन औषधियों द्वारा कर सकते है जो प्रकृति द्वारा हमें मुफ्त में या बहुत कम कीमत पर दी जाती है. इनमे से तो कुछ औषधि ऐसी होती है जिन्हें हम बेकार समझते है और ऐसे ही फ़ेंक देते है. परन्तु हमें इनका महत्व समझ कर इनको नष्ट होने से बचाना चाहिए ताकि आने वाले समय में हम इनका इस्तेमाल करके अपनी बिमारियों का इलाज कर सके. ऐसी ही एक औषधि का नाम है मकोय. जिसको के अलग अलग भाषाओ में अलग नाम दिए गए है जैसे कि संस्कृत में इसका नाम है काकमाची. चरगोटी, चरबोटी, क्बैया या गुरुमकाई, इत्यादि भी इसके अन्य नाम है. इसके अलावा गुजरती में पिलुड़ी, मराठी में लघु कावडी, और मुंबई में इसको घाटी कामुनी, या मको का नाम दिया गया है. पंजाबी में इसको कचमच, मको या कासफ के नाम से जाना जाता है. इस औषधि का एक अंग्रेजी नाम भी है कामन नाईट शेड. मकोय नामक दिव्य औषधि मकोय नामक दिव्य औषधि **पहचान :** यह दिखने में बिलकुल मिर्च के पौधे जैसा लगता है. यह लगभग 3 फीट तक की उचाई का हो सकता है. इस पर जो फूल लगते है वो भी बिलकुल मिर्च के पौधे पर लगने वाले फूलों जैसे ही होते है. और इसकी जो डालियाँ होती है वे बिलकुल वैसी ही होती है जैसी मिर्च के पौधे की होती है. इस पर लगने वाले फलों का आकर छोटा ही होता है और वे समूह में होते है. यह गोल आकर में होते है. और जब ये पाक जाते है तो इनका रंग काला पड़ जाता है. इस पर लगने वाले फूल मिर्च के पौधे जैसे

छोटे होते है और उनका रंग सफ़ेद होता है।

मकोय के गुण व् प्रभाव : मकोय का उपयोग करके हम तीन प्रकार के दोषों को ख़त्म कर सकते है इन दोषों में त्रिदोनाशक अर्थात वात, पित्त व् कफ शामिल है. स्वाद में यह बहुत कडवा होता है.इसकी प्रकृति गरम, स्निग्ध, स्वर शोधक, रसायन, वीर्य जनक होती है. और इसके सेवन से कोढ़, बवासीर, ज्वर, प्रमेह, हिचकी, और नेत्र रोगों का उपचार किया जा सकता है. इसका उपयोग यकृत व् हृदय सम्बन्धी दोषों को दूर करने के लिए किया जाता है. जब यकृत ठीक अवस्था में काम नहीं कर पता है या उसकी कार्य करने की शक्ति कम हो जाती है तो हमारे शरीर में अनेको रोग हो जाने का खतरा उत्पन्न हो जाता है या फिर रोग लग ही जाते है जैसे कि सुजन, पतले दस्त, पीलिया, जैसे रोग और बवासीर इत्यादि. इस प्रकार के रोग हो जाने पर मकोय का इस्तेमाल करने से इनसे मुक्ति मिलती है. इन रोगों को आसानी से दूर करने में मकोय नाम की यह औषधि बहुत ही गुणकारी है. बीमारी की अवस्था में इसका सेवन करने से यह यकृत की कार्यविधि की क्षमता को बढाने में सहायक है. इससे वे सभी रोग दूर किये जा सकते है जो यकृत को कमजोर करते है और उसकी कार्यविधि पर असर करते है. मकोय का रस बहुत ही लाभदायक है. इसके रस के सेवन से आंतो में इकठ्ठे हुए विषों को ख़त्म कर दिया जाता है और यह पेशाब के रास्ते से बाहर निकल जाता है. इसके अलावा इस औषधि के रस के सेवन से शरीर में कहीं भी सुजन हो या फिर यकृत की सुजन हो, में आराम मिलता है इसके अलावा यह खुनी बवासीर में भी बहुत ही लाभप्रद है. यदि किसी भी प्रकार का हृदय रोग है तो उसमे मकोय का फल खाने से तुरंत ही आराम मिलता है. पेट के रोग भी इसके रस का सेवन करके मिटाए जा सकते है. और इसके अलावा यदि कोई व्यक्ति नेत्र रोग से पीड़ित है तो ऐसी अवस्था में मकोय का रस तो उस व्यक्ति के लिए मानो अमृत के समान है इससे उसके नेत्र सम्बन्धी विकार तो दूर होते ही है साथ में नेत्र रौशनी बढाने में भी बहुत ही लाभकारी है. इन सब रोगो के अलावा भी यह कुछ अन्य रोगों में भी बहुत ही गुणकारी साबित होता है जैसे तिल्ली की सुजन, यकृत की सुजन, यकृत के पुराने से पुराने रोग भी इसके रस के सेवन से मिटाए जा सकते है.मकोय का रस तैयार करने के लिए हमें मकोय के रस निकाल कर उसे एक मिटटी के बर्तन में रखना चाहिए. अब इसके बाद उसको धीमी आंच पर गर्म करना चाहिए और जब तक वेह हरा रंग बादामी रंग ना बाल ले तब तक उसे गर्म करना चाहिए और बादामी रंग होने

पर इसको उतर कर एक साफ़ बर्तन में छान ले.यकृत के रोग, बड़ी हुयी तिल्ली, हृदय सम्बन्धी रोग, और शरीर में खुजली जैसे रोग दूर करने के लिए मकोय के रस की 100 से 150 ग्राम मात्रा काफी होती है यदि इसके बाद भी शरीर की खुजली नहीं मिट रही है तो रोजाना 20 से 25 ग्राम तक इसकी मात्रा का सेवन करने से निश्चित ही यह दूर हो जाएगी. रक्त को शुद्ध करने के लिए भी यह रस बहुत ही लाभदायक होता है. इसका रस एक प्रकार के रिएक्शन से भी हमें बचाता है जो कि एलोपैथिक दवाओ के इस्तेमाल से उत्पन्न होता है।

अजिंक्य रहाणे को टीम में शामिल किए जाने पर आया रवि शास्त्री का बयान, कहा- अय्यर के चोटिल होने के बाद वो ही विकल्प थे

नयी दिल्ली। पूर्व मुख्य कोच रवि शास्त्री का मानना है कि श्रेयस अय्यर के पीठ के निचले हिस्से में 'स्ट्रेस फ्रैक्चर' के कारण बाहर होने के बाद अजिंक्य रहाणे का ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ विश्व टेस्ट चैम्पियनशिप (डब्ल्यूटीसी) फाइनल के लिए भारतीय टीम में जगह बनाना तय था। डब्ल्यूटीसी का फाइनल सात से 11 जून तक लंदन के ओवल में खेला जाएगा। शास्त्री ने 2014 से 2021 के बीच सात में से छह वर्षों के लिए भारतीय टीम को कोचिंग दी है। उन्होंने उन लोगों पर कटाक्ष किया जिन्हें लगता है कि इंडियन प्रीमियर लीग में तीन बेहतरीन पारियां खेलने से रहाणे को भारतीय टीम के लिए चुना गया। शास्त्री ने कहा, '' ऐसे लोग शायद छुट्टी पर होंगे जब रहाणे ने घरेलू सत्र में 600 (रणजी ट्रॉफी) से अधिक रन बनाये।''

इस पूर्व हरफनमौला ने कहा, '' मुझे खुशी है कि उसने इस टीम में जगह बनायी। उसने आईपीएल में खेले गए इन दो-तीन मैचों में खूबसूरती से बल्लेबाजी की है, वह शानदार फॉर्म में दिख रहा है। उसके पास मौजूद अनुभव को नहीं भूलना चाहिए। जिस समय श्रेयस अय्यर चोटिल हुए थे, आपको उस दिशा में देखना था।'' रहाणे की अगुवाई में भारत ने 2021 में ऑस्ट्रेलिया में टेस्ट श्रृंखला में जीत दर्ज की थी। इसे विदेशी सरजमीं पर भारतीय टीम की सबसे बड़ी जीत में से एक माना जाता है। शास्त्री ने कहा, '' यह बहुत बड़ा मैच है और आपको अपने अनुभवी खिलाड़ी की जरूरत होगी। यह मत भूलिए कि ढाई साल पहले, उस खिलाड़ी ने ऑस्ट्रेलिया में एक टेस्ट श्रृंखला में परचम लहराया है। टीम के नियमित कप्तान विराट कोहली के जाने (पितृत्व अवकाश पर) के बाद उन्होंने कमाल का काम किया।

शास्त्री ने रहाणे की वापसी को उनके प्रभावशाली घरेलू प्रदर्शन का इनाम बताया। उन्होंने कहा, ''लोगों को लगता है कि उसने सिर्फ तीन आईपीएल मैचों में अच्छा खेला इसलिए वह टीम में है। ऐसे लोग शायद छह महीने के लिए छुट्टी पर रहे होंगे जब वह प्रथम श्रेणी क्रिकेट खेल रहा था। जब आप छुट्टी पर जाते है तो आप उन 600 रनों की जानकारी से चूक जाते है।'' शास्त्री ने इस मौके पर चयनकर्ताओं की बैठक में कोच को शामिल करने की मांग की। बीसीसीआई के संविधान में चयन बैठकों में कोच भाग नहीं ले सकता। इसमें केवल कप्तान ही भाग ले सकता है, लेकिन उसके पास भी मतदान का अधिकार नहीं होगा। अपने कार्यकाल के दौरान टीम चयन के बारे में पूछे जाने पर, शास्त्री ने कहा, '' मेरे पास चयन बैठकों में भाग लेने का कोई अनुभव नहीं है। सात साल तक मैं टीम का हिस्सा था, मैं कभी भी चयन बैठक में नहीं गया। मुझे भी आमंत्रित नहीं किया गया था। मुझे लगता है कि आने वाले समय में कोच को इस बैठक में आमंत्रित किया जाना चाहिये।

भारतीय चालक दल वाले तेल टैंकर को जब्त करते ईरानी कमांडो की फुटेज टीवी पर प्रसारित

कीव। नकाबपोश ईरानी नौसेना के कमांडो ने ओमान की खाड़ी में अमेरिका जा रहे एक तेल टैंकर को जब्त करने के लिए एक हेलीकॉप्टर की मदद से धावा बोला जिसके फुटेज का प्रसारण ईरान के सरकारी टेलीविजन चैनल पर शुक्रवार को किया गया। इस पोत के चालक दल के सभी 24 सदस्य भारतीय हैं। तुर्की द्वारा प्रबंधित और चीनी स्वामित्व वाले इस टैंकर को ईरान द्वारा जब्त किये जाने की यह नवीनतम घटना है। परमाणु कार्यक्रम को आगे बढ़ाने को लेकर अमेरिका के साथ उसके तनाव के बीच यह घटना हुई है। टैंकर के प्रबंधक ने बयान जारी करके बताया कि टैंकर को एक अंतरराष्ट्रीय विवाद के आधार पर ईरानी नौसेना द्वारा एक बंदरगाह पर ले जाया जा रहा था। इस पोत के चालक दल के सभी 24 सदस्य भारतीय हैं। फुटेज में कमांडो को एक हेलीकॉप्टर से रस्सियों के सहारे 'एडवांटेज स्वीट' नामक तेल टैंकर के डेक पर उतरते हुए दिखाया गया है। अमेरिकी नौसेना के पांचवें बेड़े ने कहा है कि ईरान द्वारा की गई जब्ती पिछले दो वर्षों में तेहरान द्वारा वाणिज्यिक पोत को कब्जे में लेने की कम से कम पांचवीं कार्रवाई है।

यूक्रेन में मिसाइल और ड्रोन हमले में 19 लोगों की मौत

यूक्रेन। रूस ने शुक्रवार को तड़के यूक्रेन की राजधानी कीव तथा आसपास के क्षेत्रों में 20 से अधिक क्रूज मिसाइल और दो ड्रोन दागे, जिसमें कम से कम 19 लोगों की मौत हो गई। इनमें से अधिकतर लोगों की जान मध्य यूक्रेन में एक आवासीय इमारत पर हुए दो मिसाइल हमलों में गई। कीव शहर के प्रशासन के अनुसार, लगभग दो महीने में पहली बार राजधानी के चारों ओर हवाई हमलों को लेकर आगाह करने वाले 'सायरन' बजने लगे और यूक्रेन की वायु सेना ने कीव के ऊपर 11 क्रूज मिसाइल और दो ड्रोन को रोका। उमान शहर में नौ मंजिला आवासीय इमारत पर हमला किया गया, जो कीव से लगभग 215 किलोमीटर दूर दक्षिण में स्थित है। राजधानी क्षेत्र के गवर्नर इहोर ताबुरेत्स के मुताबिक इस हमले में तीन बच्चों समेत 17 लोगों की मौत हो गई। यूक्रेन की राष्ट्रीय पुलिस के अनुसार, 17 लोग घायल हुए हैं और तीन बच्चों को मलबे से निकाला गया है। रूस के रक्षा मंत्रालय ने कहा कि उन जगहों पर क्रूज मिसाइल दागी गईं जहां यूक्रेनी सैन्य रिजर्व इकाइयां युद्ध के मैदान में अपनी तैनाती से पहले ठहरी हुई थीं। रूस के रक्षा मंत्रालय के प्रवक्ता लेफ्टिनेंट जनरल इगोर कोनाशेंकोव ने कहा, ''हमले में लक्ष्य पर सटीक निशाना साधा गया। सभी तयशुदा स्थानों को निशाना बनाया गया।'' उन्होंने किसी खास क्षेत्र या आवासीय इमारतों को निशाना बनाए जाने का उल्लेख नहीं किया। पूर्वी शहर निप्रो के गवर्नर सेरही लिसाक ने बताया कि शहर में

एक हमले में 31 वर्षीय महिला और उसकी दो वर्षीय बच्ची की मौत हो गई। चार अन्य लोग घायल हुए हैं। ये हमले ऐसे वक्त किए गए हैं जब कुछ दिन पहले ही यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदिमीर जेलेंस्की ने कहा कि उन्होंने और चीन के राष्ट्रपति शी चिनफिंग ने फोन पर ''लंबी और सार्थक'' बातचीत की। उनके मुताबिक, शी ने कहा कि उनकी सरकार यूक्रेन और अन्य देशों के लिए शांति दूत भेजेगी। यूक्रेन के विदेश मंत्री दिमित्रो कुलेबा ने कहा कि शुक्रवार के हमले दिखाते हैं कि रूस शांति समझौते में दिलचस्पी नहीं रखता। उन्होंने ट्वीट किया, ''मिसाइल हमले में दो वर्षीय बच्चे समेत निर्दोष लोग मारे गए। सभी शांति प्रयासों के लिए रूस का यह जवाब है।'' कीव शहर के प्रशासन के अनुसार, कीव की विमान-रोधी प्रणाली सक्रिय हो गई थी। सुबह करीब चार बजे हमलों को लेकर आगाह करने वाले 'सायरन' बजने लगे। यह सब कुछ करीब दो घंटे तक चला। यूक्रेन की राजधानी में नौ मार्च के बाद पहली बार हमले किए गए। कीव में गिराए गए मिसाइल या ड्रोन से बिजली की लाइन क्षतिग्रस्त हो गई। यूक्रेन के सैन्य बल के कमांडर-इन-चीफ वालेरी जालुजिनी के मुताबिक कैस्पियन सागर क्षेत्र में विमान से मिसाइल दागी गई। उन्होंने कहा कि यूक्रेन की प्रतिरक्षा प्रणाली ने 23 केएच-101 और केएच-555 क्रूज मिसाइल में से 21 को नष्ट कर दिया।

मायर्स और स्टोनिस ने दिलाई लखनऊ को पंजाब पर शानदार जीत

नई दिल्ली। काइल मायर्स और मार्कस स्टोइनिस की आक्रामक पारियों के दम पर लखनऊ सुपर जाइंट्स ने आईपीएल के इतिहास का दूसरा सर्वोच्च स्कोर बनाने के बाद

पंजाब किंग्स को शुक्रवार को आईपीएल के मैच में 56 रन से हरा दिया। मायर्स ने पावरप्ले में बल्ले से आग उगलते हुए 24 गेंद में 54 रन बनाये जबकि स्टोइनिस ने 40 गेंद में 72 रन की पारी खेली जिसके दम पर लखनऊ ने पांच विकेट पर 257 रन बनाये।आयुष बडोनी ने 24 गेंद में 43 और निकोलस पूरन ने 19 गेंद में 45 रन बनाये। जवाब में पंजाब की टीम 19.5 ओवर में 201 रन पर आउट हो गई। अथर्व तायडे ने 36 गेंद में 66 रन बनाये जो आईपीएल में उनका पहला अर्धशतक है।

लियाम लिविंगस्टोन (22 गेंद में 36 रन) और सिकंदर रजा (14 गेंद में 23 रन) हालांकि टिककर नहीं खेल सके। कप्तान शिखर धवन तीन गेंदों के बाद लौटे लेकिन दो गेंद ही खेल पाये। युवा तेज गेंदबाज यश ठाकुर ने चार ओवर में 37 रन देकर चार विकेट लिये। लखनऊ की यह आठ मैचों में पांचवीं जीत थी जबकि पंजाब की आठ मैचों में चौथी हार रही। पंजाब का स्कोर एक समय 15 ओवर में चार विकेट पर 152 रन था लेकिन आखिरी पांच ओवर में 106 रन बनाकर लगभग असंभव था। इससे पहले धवन ने टॉस जीतकर गेंदबाजी का फैसला किया जो गलत साबित हुआ। राहुल चाहर को छोड़कर उनके सभी छह गेंदबाजों ने दस रन प्रति ओवर से अधिक की औसत से रन दिये। फॉर्म में चल रहे अर्शदीप सिंह ने चार ओवर में 54 रन दे डाले। कैगिसो रबाडा ने चार ओवर में 52 रन दिये हालांकि उन्हें दो विकेट मिले। यह आईपीएल के इतिहास का दूसरा सर्वोच्च स्कोर है। सर्वोच्च स्कोर का रिकॉर्ड रॉयल चैलेंजर्स बेंगलोर के नाम है जिसने 2013 में क्रिस गेल के 175 रन की मदद से 263 रन बनाये थे। बल्लेबाजों की ऐशगाह पिच पर सिर्फ लखनऊ के कप्तान केएल राहुल नहीं चल सके और नौ गेंद में 12 रन बनाकर आउट हुए।

उन्हें मैच की पहली गेंद पर गुरनूर बरार की गेंद पर उन्हें जीवनदान भी मिला लेकिन वह इसका फायदा नहीं उठा पाये। मायर्स ने पहले ही ओवर में अर्शदीप की चार चौके लगाये। अपनी पारी में उन्होंने सात चौके और चार छक्के जड़े। मायर्स के आउट होने के बाद स्टोइनिस और बडोनी ने 47 गेंद में 89 रन जोड़े। स्टोइनिस ने अपनी पारी में पांच छक्के और छह चौके लगाये।लखनऊ ने आखिरी छह ओवर में 73 रन बनाये। स्टोइनिस 13वें ओवर में आउट हो जाते लेकिन लांग आन पर कैच लपकने के प्रयास में लियाम लिविंगस्टोन ने सीमारेखा को छू दिया।

पोप फ्रांसिस ने यूरोप से यूक्रेन में युद्ध समाप्त करने के लिए एकजुट प्रयास करने का आह्वान किया

कीव। पोप फ्रांसिस ने यूरोप से यूक्रेन में युद्ध समाप्त करने के लिए एकजुट होकर प्रयास करने का शुक्रवार को आग्रह किया और कहा कि इस महाद्वीप को समस्या के शांतिपूर्ण समाधान की दिशा में काम करना चाहिए। हंगरी की तीन दिवसीय यात्रा पर आये फ्रांसिस ने यूरोप के भविष्य के लिए अपने दृष्टिकोण को रेखांकित किया। उन्होंने मांग की कि यूरोपीय संघ प्रवासियों के प्रवेश के लिए सुरक्षित और कानूनी तरीकों को मंजूरी दे और हंगरी सरकार लोकलुभावन मांगों के लिए यूरोप को ''बंधक'' नहीं बनाये। फ्रांसिस ने कहा, 'ऐसा लगता है कि हम शांति के उस सामूहिक सपने को चकनाचूर होते देख रहे हैं, क्योंकि अब युद्ध के नायक सत्ता संभाल रहे हैं। उन्होंने कहा कि इस ऐतिहासिक मोड़ पर, यूरोप की भूमिका महत्वपूर्ण है। ष्ठउन्होंने कहा कि यूरोप को अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभानी होगी और लोगों को एकजुट करना होगा। पोप फ्रांसिस ने रूस-यूक्रेन युद्ध के शांतिपूर्ण समाधान का आह्वान किया और यूक्रेनी लोगों के साथ एकजुटता व्यक्त की। हंगरी के अधिकारियों का कहना है कि फ्रांसिस यात्रा के दौरान देश के कैथोलिक समुदाय के बीच जायेंगे और उनके सदस्यों से मिलेंगे। उन्होंने कहा कि पोप फ्रांसिस हंगरी की राष्ट्रपति कैटलिन नोवाक और प्रधानमंत्री विक्टर ओर्बन से मिलेंगे।

सूडान में प्रतिद्वंद्वी बलों के बीच संघर्ष विराम समझौते के बावजूद राजधानी में हिंसा जारी

खार्तूम। दो शीर्ष सूडानी जनरल के बीच संघर्ष विराम समझौते के बावजूद सूडान की राजधानी खार्तूम और ओमडुरमैन शहर में शुक्रवार तड़के भारी विस्फोट और गोलाबारी हुई। देश में पिछले दो सप्ताह से इन दो जनरल के बीच सत्ता संघर्ष में सैकड़ों लोग मारे गए हैं। दो सप्ताह से चल रही लड़ाई ने राजधानी को युद्धक्षेत्र में तब्दील कर दिया और सूडान में उथल-पुथल मचा हुआ है। इसके मद्देनजर अंतरराष्ट्रीय मध्यस्थों-अफ्रीकी और अरब देश, संयुक्त राष्ट्र और अमेरिका ने प्रतिद्वंद्वी जनरल पर अपना दबाव बढ़ा रहे हैं ताकि वे इस संकट के समधान के लिए वार्ता की मेज पर आयें।

हालांकि, अब तक दोनों प्रतिद्वंद्वी पक्षों के बीच केवल नाजुक संघर्षविराम हो पाया है, जो संघर्ष को रोकने में असफल रहा है, लेकिन इसने हजारों सूडानी नागरिकों को सुरक्षित स्थानों पर जाने और दूसरे मुल्कों को भूमि, हवाई और जलमार्ग के जरिए अपने नागरिकों को स्वदेश लाने का पर्याप्त

समय दे दिया। वहीं, तुर्किये ने कहा कि देश के नागरिकों को सूडान से बाहर निकालने के लिए पहुंचे विमानों को खार्तूम के बाहर गोलियां लगी। हालांकि, इसमें कोई भी हताहत नहीं हुआ। यह तब हुआ, जब कुछ ही घंटे पहले दोनों पक्ष 72 घंटे के लिये संघर्षविराम बढ़ाने पर राजी हुए, ताकि अन्य देश अपने नागरिकों को देश से निकाल सकें। तुर्किये के रक्षा मंत्रालय ने बताया कि अपने देश के नागरिकों को सूडान से बाहर निकालने के लिए वादी सईदना की ओर बढ़ रहे सी-130 विमान को ''हल्के हथियारों से निशाना'' बनाया गया। स्थानीय निवासियों ने खार्तूम के काफौरी में भीषण संघर्ष की सूचना दी। इससे पहले, इसी स्थान पर सेना ने अपने प्रतिद्वंद्वी रैपिड सपोर्ट फोर्सेज (आरएसएफ) पर बमबारी करने के लिए युद्धक विमानों का इस्तेमाल किया था। सेना के मुख्यालय, सूडान में राष्ट्रपति के आवास 'रिपब्लिकन पैलेस' और खार्तूम अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे के पास के क्षेत्रों में भी झड़पों की सूचना मिली है। सेना और उसके प्रतिद्वंद्वी अर्द्धसैनिक बल आरएसएफ के बीच 15 अप्रैल को संघर्ष शुरू हुआ था।

ओमडुरमैन में भी एक समूह ने कैरारी जिले में शुक्रवार से लगातार विस्फोट होने की जानकारी दी और इलाके में रह रहे लोगों से सतर्क रहने को कहा। आरएसएफ ने ओमडुरमैन और खार्तूम के दक्षिण में स्थित जबल औलिया में उसके ठिकानों पर सेना द्वारा विमान से बमबारी किए जाने का दावा किया, जबकि सेना ने आरएसएफ पर हमले शुरू करने का आरोप लगाया। किसी भी पक्ष के दावे की पुष्टि नहीं की जा सकती है। जनरल अब्दुल-फतह बुरहान के नेतृत्व में सूडान की सेना और जनरल मोहम्मद हमदान डागलो के नेतृत्व में 'रैपिड सपोर्ट फोर्स' के बीच सत्ता संघर्ष ने सूडान के लोकतांत्रिक देश बनने की उम्मीदों पर पानी फेर दिया है।

पूर्वी अफ्रीका के देशों के एक समूह ने दोनों पक्षों के बीच बातचीत करने की पहल की है और मध्यस्थों का एक समूह योजना को बढ़ावा दे रहा है, जिसमें अफ्रीकी संघ, अमेरिका, संयुक्त अरब अमीरात, सऊदी अरब और संयुक्त राष्ट्र शामिल हैं। मिस्र के विदेश मंत्रालय के अनुसार, सेना ने बृहस्पतिवार को बातचीत के लिए सहमति जतायी, लेकिन आरएसएफ की ओर से कोई बयान नहीं आया है। मिस्र के विदेश मंत्रालय के अनुसार, बुरहान के एक विशेष दूत को मिस्र के विदेश मंत्री के साथ शनिवार को काहिरा में मुलाकात करनी है, जिसके सूडानी सेना के साथ घनिष्ठ संबंध हैं। संयुक्त राष्ट्र की शरणार्थी एजेंसी 'यूएनएचसीआर' के प्रवक्ता एफ. कसीना नेशुक्रवार को कहा कि संघर्ष शुरू होने के बाद से लगभग 40,000 गैर सूडानी लोग खार्तूम से भाग गए हैं, जिनमें से कई व्हाइट नाइल, अल-क़ादरीफ़ और कसाला प्रांतों में शरणार्थी शिविरों में शरण लिए हुए हैं। इनमें 33,000 दक्षिण सूडानी शरणार्थी, 2,000 इथियोपियाई शरणार्थी शामिल हैं।

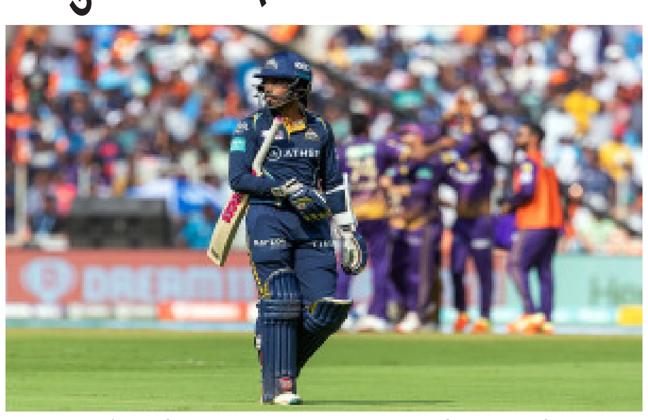
डच की अदालत ने 550 बच्चों के जैविक पिता को और शुक्राणु दान करने से रोका

लंदन। नीदरलैंड की एक अदालत ने विभिन्न देशों में कम से कम 550 बच्चों का जैविक पिता बनने वाले एक व्यक्ति को और शुक्राणु दान करने पर प्रतिबंध लगा दिया है। अदालत ने शुक्रवार को यह आदेश जारी किया। शुक्राणु दान करने वाले व्यक्ति पर भावी माता-पिताओं को इस बारे में भी गुमराह करने का आरोप है कि उसने कितनी संतानों के लिए गर्भधारण करने में मदद की। हेग जिला न्यायालय के एक न्यायाधीश ने व्यक्ति के शुक्राणु की मदद से गर्भधारण करने वाली एक महिला और अन्य माता-पिताओं का प्रतिनिधित्व करने वाले एक फाउंडेशन की याचिका पर यह रोक लगाने का आदेश दिया।

ईवा के रूप में अपनी पहचान उजागर करने वाली याचिकाकर्ता महिला ने अदालत के आदेश का स्वागत किया है। उन्होंने एक बयान में कहा, ''मुझे उम्मीद है कि इस फैसले से सामूहिक (शुक्राणु) दान पर प्रतिबंध लगेगा। हमें अपने बच्चों के साथ कंधे से कंधा मिलाकर खड़े रहना चाहिए और इस अन्याय के खिलाफ उनकी रक्षा करनी चाहिए।'' अदालत ने कहा कि नीदरलैंड के दिशानिर्देशों के तहत, शुक्राणु दाता को 12 माताओं को अधिकतम 25 बच्चे पैदा करने के लिए शुक्राणु दान करने की अनुमति है और दाता ने अपने शुक्राणु दान के इतिहास के बारे में भावी माता-पिताओं से झूठ बोला।

साहा ने बताया सिर्फ गुजरात टाइटंस के लिए खेलने पर है उनका फोकस

कोलकाता। अजिंक्य रहाणे की भारतीय टेस्ट टीम में वापसी अनुभवी खिलाड़ियों के लिए प्रेरणा हो सकती है, लेकिन रिद्धिमान साहा ने शुक्रवार को कहा कि उनका ध्यान केवल मौजूदा काम इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) फ्रेंचाइजी गुजरात टाइटंस के लिए अच्छा करने पर है। साहा विकेटकीपिंग के साथ गुजरात टाइटंस के लिए पारी का आगाज करते है और वह टीम के अहम सदस्य है।



साहा से जब पूछा गया कि रहाणे को विश्व टेस्ट चैम्पियनशिप के लिए टीम में चुने जाने के बाद क्या वह राष्ट्रीय टीम में वापसी पर भी नजरें गड़ाए हुए हैं, उन्होंने कहा, ''उनके(रहाणे) नाम पर विचार किया जा सकता है क्योंकि उन्होंने अच्छा प्रदर्शन किया है। लेकिन अभी मेरा ध्यान केवल गुजरात टाइटंस के लिए अच्छा प्रदर्शन करने पर है।'' इस 38 साल के विकेटकीपर बल्लेबाज ने भारत के लिए अपना पिछला टेस्ट मैच दिसंबर 2021 में खेला था। टीम प्रबंधन ने इसके बाद उन्हें बता दिया था कि अब उनके नाम पर विचार नहीं किया जायेगा।

साहा ने इसके बाद मीडिया में अपनी नाराजगी जताई थी जिससे तत्कालीन भारतीय क्रिकेट बोर्ड (बीसीसीआई) अध्यक्ष सौरव गांगुली से उनके रिश्ते खराब हो गये। घरेलू स्तर पर भी उन्होंने 15 साल से अधिक समय तक बंगाल का प्रतिनिधित्व करने के बाद त्रिपुरा का रुख कर लिया। वह खिलाड़ी के साथ टीम के मेंटोर भी है। साहा कोलकाता नाइट राइडर्स के खिलाफ मैच की पूर्व संध्या पर कहा कहा, '' कोलकाता मेरा घर है। मैंने यहां कई मैच खेले है। अभी मैं यहां दूसरी टीम का प्रतिनिधित्व कर रहा हूं। आईपीएल में मोटेरा (अहमदाबाद) मेरा घरेलू मैदान है। मेरे लिए यह अलग तरह की स्थिति है।

पूर्व विदेश सचिव हर्षवर्धन श्रृंगला की जीवनी का न्यूयॉर्क में विमोचन

न्यूयॉर्क। पूर्व विदेश सचिव हर्षवर्धन श्रृंगला की जीवनी का अमेरिका के न्यूयॉर्क में विमोचन किया गया है। वर्तमान में भारत की जी20 अध्यक्षता के मुख्य समन्वयक श्रृंगला (61) ने पिछले सप्ताह इस संबंध में आयोजित एक कार्यक्रम में भारतीय-अमेरिकी और प्रवासी समुदाय के प्रमुख सदस्यों को संबोधित किया। इस कार्यक्रम के दौरान उनकी जीवनी 'नॉट एन एक्सीडेंटल राइज' का विमोचन किया गया। भगवान महावीर विकलांग सहायता समिति (बीएमवीएसएस) की सहायक कंपनी 'जयपुर फुट यूएसए' द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम में भारत में अमेरिका के पूर्व राजदूत केनेथ जस्टर और न्यूयॉर्क में भारत के महावाणिज्यदूत रणधीर जायसवाल विशेष अतिथि थे। नॉट एन एक्सीडेंटल राइज' को सिक्किम विश्वविद्यालय के अंतरराष्ट्रीय संबंध विभाग की सहायक प्रोफेसर डॉ. दीपमाला रोका ने लिखा है। इससे पहले भारत में इसका विमोचन इस महीने की शुरुआत में दार्जिलिंग में हुआ था। श्रृंगला की यह जीवनी ''दृढ़ता, दृढ़ संकल्प, कड़ी मेहनत, कौशल और क्षमता के बल पर भारतीय विदेश सेवा में उनके सर्वोच्च पद तक पहुंचने'' का वर्णन करती है। यह जीवनी बताती है, 'उनका जीवन और कार्य उनकी विरासत, उनकी संस्कृति और उनके मूल्यों में दृढ़ता से निहित हैं।' श्रृंगला ने कहा,'यह पुस्तक न केवल मेरे करियर, बल्कि मेरे अब तक के पूरे जीवन की अच्छी तरह से शोध करके दी गई स्पष्ट जानकारी पेश करती है।' श्रृंगला ने याद किया कि कोविड-19 महामारी की दूसरी लहर के देश को अपनी चपेट में लेने से ठीक पहले जब वह अप्रैल 2021 में सिक्किम गए थे तब वह पहली बार रोका से मिले थे। श्रृंगला ने कहा कि उस समय सिक्किम विश्वविद्यालय ने एक बड़ा कार्यक्रम आयोजित किया था। उन्होंने कहा कि यह पुस्तक भारत और अमेरिका के बीच लोगों के संबंधों के बारे में भी बताती है।

बेखौफ क्रिकेट खेलते रहेंगे केकेआर के सहायक कोच

नई दिल्ली (एजेंसी)। कोलकाता नाइट राइडर्स के सहायक कोच जेम्स फोस्टर ने शुक्रवार को कहा कि उतार चढाव वाले सत्र के बावजूद उनकी टीम निर्भीक क्रिकेट खेलती रहेगी। केकेआर ने रॉयल चैलेंजर्स बेंगलोर को हराकर जीत की राह पर वापसी की है लेकिन प्लेआफ में जगह पक्की करने के लिये उसे अभी भी बाकी छह में से कम से कम पांच मैच जीतने हैं। फोस्टर ने गुजरात टाइटंस के खिलाफ मैच से पूर्व कहा ,'' बल्लेबाजों को बेखौफ खेलने के लिये कहा गया है। हमने बैठक में यही बात की है।

कई बार सब कुछ रणनीति के अनुकूल नहीं रहता लेकिन इससे दबाव कम हो जाता है। इस टीम पर दबाव नहीं है।'' उन्होंने कहा कि 2021 में इसी तरह के हालात के बाद उनकी टीम फाइनल में पहुंची थी जब पहले चरण में लगातार चार हार के बाद उन्होंने वापसी की थी। उन्होंने कहा ,'' हमें चुनौतियां पसंद है। यह रोमांचक मौका है। हम पहले भी इस तरह के हालात से निकलकर फाइनल में पहुंचे हैं। कई खिलाड़ी उस समय भी टीम में थे। हम पूरे आत्मविश्वास के साथ यहां आये थे।'' खराब फॉर्म से जूझ रहे आंद्रे रसेल और सुनील नारायण का बचाव करते हुए उन्होंने कहा ,'' रसेल और नारायण सुपरस्टार हैं। नारायण लंबे समय से टीम का स्टार रहा है। वह काफी मेहनत कर रहा है। कई बार विकेट मिलते हैं लेकिन कई बार आप विरोधी टीम पर दबाव बनाने में भी कामयाब रहते हैं। हमें कोई चिंता नहीं है।

दूसरी टीमों के शीर्षक्रम के कई खिलाड़ी पृथ्वी से बेहतर बल्लेबाजी कर रहे हैं : पोंटिंग

नई दिल्ली (एजेंसी)। नेट पर कड़ा अभ्यास करने वाले पृथ्वी साव से रिकी पोंटिंग को जल्दी ही एक अच्छी पारी की उम्मीद थी लेकिन दिल्ली कैपिटल्स के मुख्य कोच ने स्वीकार किया कि दूसरी टीमों के कई सलामी बल्लेबाज उनसे बेहतर प्रदर्शन कर रहे हैं। साव को छह मैचों में खराब प्रदर्शन के बाद आखिरकार बाहर रखा गया और अब उनकी जल्दी वापसी मुश्किल लगती है। पोंटिंग ने सनराइजर्स हैदराबाद के खिलाफ शनिवार को होने वाले मैच से पहले कहा ,'' पिछले 12 आईपीएल मैचों (2022 के मिलाकर) से पृथ्वी ने अर्धशतक नहीं लगाया है। दूसरी टीमों के शीर्षक्रम के कई बल्लेबाज उससे बेहतर खेल रहे हैं।''

इस आईपीएल में साव ने छह मैचों में 47 रन बनाये हैं। पोंटिंग ने कहा ,'' फॉर्म में होने पर पृथ्वी मैच विनर है। यही वजह है कि उसे टीम में बरकरार रखा गया था क्योंकि अगर वह टिक गया तो हम मैच जीत सकते हैं।''

उन्होंने कहा ,'' इस सत्र में हालांकि वह अच्छा नहीं खेल सका। छह मैचों में करीब 40 रन बनाये है जिससे हमारा काम नहीं चलने वाला। उसे बाहर रखने का

फैसला कठिन था लेकिन उम्मीद है कि हमने जो टीम चुनी है, वह कल का मैच जीतेगी।''

उन्होंने कहा ,'' इस साल जब वह आया तो कुछ सप्ताह एनसीए में बिताकर आया था। उसने फिटनेस पर काफी मेहनत की है और नेट पर उसकी मेहनत को देखकर मुझे लगता था कि यह साल उसके लिये बड़ा होगा लेकिन अभी तक ऐसा हुआ नहीं।'' दूसरी ओर सनराइजर्स हैदराबाद के कप्तान एडेन मार्कराम को उम्मीद है कि आने वाले मैचों में अंतिम एकादश में ज्यादा बदलाव नहीं होगा। टीम के खराब प्रदर्शन के कारण उसमें बार बार बदलाव देखने को मिले हैं। मार्कराम ने कहा ,'' ज्यादा बदलाव से निरंतरता नहीं बन पाती द। मेरा मानना है कि निरंतरता रखने से ही नतीजे मिलते हैं। उम्मीद है कि अब बल्लेबाजी में निरंतरता बनी रहेगी।

राशिफल

मेष-ःतली-भुनी चीजों से दूर रहें और नियमित व्यायाम करते रहें. घरेलू सुख-सुविधा की चीजों पर ज़रूरत से ज़्यादा खर्च न करें। पिता का तल्ख बर्ताव आपको नाराज़ कर सकता है।

वृष-ःजीवन की सभी कठिन परिस्थितियों में आपको अपने माता-पिता का पूरा सहयोग मिलेगा. जो लोग प्रेम के मोर्चे पर मायूस महसूस कर रहे हैं।

मिथुन-ःक्षणिक क्रोध विवाद और दुर्भावना का कारण बन सकता है. मनोरंजन और सौन्दर्य वृद्धि पर आवश्यकता से अधिक समय व्यतीत न करें।

कर्क-ःआज सभी ग्रह और सितारे आपके पक्ष में हैं, आप जिस भी काम में हाथ डालेंगे, उसमें आपको सफलता जरूर मिलेगी. आज के दिन यात्रा की योजना बन सकती है।

सिंह-ःआपकी इच्छा शक्ति को प्रोत्साहन मिलेगा, क्योंकि आप बहुत उलझी हुई परिस्थितियों से निकलने में कामयाब रहेंगे. भावनात्मक फैसले लेते समय अपनी तार्किकता को न छोड़ें।

कन्या-ःप्रेम के मामले में सफलता मिलेगी. नए कार्यों की शुरुआत करना शुभ रहेगा। आज अपने प्रिय के साथ अपनी व्यक्तिगत भावनाओं और गोपनीय मामलों को साझा करने का सही समय है।

तुला-ः जो लोग आपके पास कर्ज के लिए आते हैं, बेहतर होगा आप उन्हें नजरंदाज करें. पारिवारिक मोर्चे पर चीज़ें अच्छी रहेंगी और आप अपनी योजनाओं को पूरा समर्थन मिलने की उम्मीद कर सकते हैं।

वृश्चिक-ःछात्रों के लिए दिन अनुकूल है क्योंकि प्रतियोगी परीक्षाओं में सफलता मिल सकती है। जमीन-जायदाद संबंधी कार्य स्थगित करना आपके हित में रहेगा।

धनु-ःइससे पहले कि नकारात्मक विचार मानसिक रोग का रूप लें, आपको उन्हें समाप्त कर देना चाहिए. आप किसी परोपकारी कार्य में हिस्सा लेकर ऐसा कर सकते हैं।

मकर-ःलंबे समय से चली आ रही दिक्कतों से आज आपको छुटकारा मिल सकता है. आगे बढ़ने के बजाय अपने सभी आगामी कार्यों को पूरा करना ही समझदारी होगी।

कुंभ-ःभावनात्मक रूप से बहुत अच्छा दिन नहीं रहेगा. आर्थिक समस्याओं के कारण आपको आलोचना और वाद-विवाद का सामना करना पड़ सकता है।

मीन-ःआज आप सकारात्मक ऊर्जा से भरपूर रहेंगे, जिसका असर आपके आसपास के लोगों पर भी पड़ेगा. खुद के काम से समय निकालकर परिवार के साथ अधिक समय बिताना संभव नहीं होगा।

बिना शादी के मां बनने वाली हैं इलियाना डिक्रूज प्रेग्नेंसी का किया ऐलान,फैंन ने पूछा-पिता कौन है?

मुम्बई। इलियाना डिक्रूज ने मंगलवार को सोशल मीडिया पर अपनी प्रेग्नेंसी की पुष्टि की। वह अपने पहले बच्चे की उम्मीद कर रही है। इलियाना ने अपने बच्चे के पिता की पहचान छुपाने का फैसला किया। अभिनेत्री ने इंस्टाग्राम पर एक प्यारी ब्लैक एंड व्हाइट वनसी की एक तस्वीर पोस्ट की। अभिनेत्री ने एक लटकन का क्लोज-अप दिखाया, जिस पर मामा शब्द उकेरा गया था। अभिनेत्री ने जैसे ही अपनी मां बनने की घोषणा की वैसे ही पोस्ट पर फैंस के रिएक्शन आने लगे। फैंस यह जानने के लिए उत्सुक हैं कि पिता कौन है। हालांकि, इलियाना ने अभी तक अपने रिश्ते के बारे में खुलासा नहीं किया है।

इलियाना डिक्रूज ने 18 अप्रैल को इंटरनेट पर तूफान ला दिया जब उन्होंने सोशल मीडिया पर अपनी गर्भावस्था की घोषणा की। हाल ही में इलियाना तब सुर्खियों में आई थीं जब तमिल फिल्म उद्योग में उन्हें प्रतिबंधित किए जाने की खबरें वायरल हुई थीं। हालांकि, तमिल फिल्म प्रोड्यूसर्स काउंसिल ने इसे निराधार बताया।

इलियाना ने सभी को चौंका दिया जब उन्होंने घोषणा की कि वह अपने पहले बच्चे की उम्मीद कर रही हैं। उसने अपने इंस्टाग्राम पेज पर दो ब्लैक एंड व्हाइट तस्वीरें साझा कीं। इलियाना ने कैप्शन के साथ गर्भावस्था की घोषणा की, जल्द आ रही है। आपसे मिलने के लिए इंतजार नहीं कर सकती मेरी नन्ही जान। उनके प्रशंसकों ने टिप्पणी अनुभाग में उन्हें गर्भावस्था पर बधाई दी। उनमें से कुछ यह जानने के लिए उत्सुक थे कि पिता कौन है।

कई साल पहले यह बताया गया था कि इलियाना एक ऑस्ट्रेलियाई फोटोग्राफर एंड्रयू नीबोन को डेट कर रही हैं। हालांकि 2019 में दोनों अलग हो गए। हाल ही में खबरें आई थीं कि इलियाना एक्ट्रेस कैटरीना कैफ के भाई सेबेस्टियन लॉरेंट मिशेल के साथ रिलेशनशिप में हैं। दोनों, कैटरीना, विक्की और अन्य के साथ मालदीव की यात्रा पर गए थे। हालांकि, इलियाना ने अभी तक अपने रिलेशनशिप स्टेटस पर बात नहीं की है।

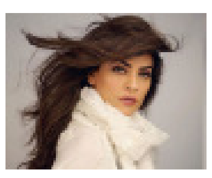
नींबू से इस तरह बनाएं फेस पैक त्वचा और बाल सँवर जाएंगे

विटामिन सी से भरपूर नींबू आमतौर पर हर भारतीय रसोई में आसानी से मिल जाता है। आमतौर पर महिलाएं अपने हाथ से बनाए भोजन का स्वाद बढ़ाने के लिए इसका इस्तेमाल करती हैं, लेकिन अगर अब आप चाहें तो आसानी से मिलने वाले इसी नींबू की मदद से घर पर फेस पैक बना सकती हैं। यह आपकी त्वचा से लेकर बालों तक को संवारने में आपकी मदद कर सकता है। तो आईए जानते हैं, नींबू की सहायता से बनने वाले कुछ पैक के बारे में- **नींबू व शहद :** इस फेस पैक के जरिए आपको बेहद स्मूद व ग्लोइंग स्किन मिलती है। जहां नींबू एक एंटीऑक्सीडेंट होने के साथ-साथ नेचुरल ब्लीच का काम करता है, वहीं शहद स्किन को हाइड्रेट करके उसे स्मूद बनाता है।**नींबू व मुल्तानी मिट्टी :** यह फेस पैक खासतौर से ऑयली स्किन के लिए मददगार होता है। इसलिए इस पैक को ऑयल कंट्रोल पैक भी कहा जा सकता है। इस फेस पैक को बनाने के लिए आप एक चम्मच नींबू के रस में तीन चम्मच मुल्तानी मिट्टी अच्छे से मिलाएं। अंत में इस मिश्रण को चेहरे पर लगाकर सूखने दें और फिर साफ पानी से चेहरा धो दें। सप्ताह में एक बार इस फेस पैक का इस्तेमाल करने से आपको काफी अच्छे परिणाम देखने को मिलेंगे। **नींबू और**

टमाटर चूंकि यह पैक तरल रूप में होता है, इसलिए इसें लगाना आपके लिए उलझन भरा हो सकता है। लेकिन यह पैक न सिर्फ आपकी स्किन टोन को एकसमान बनाता है, बल्कि इससे आपको ग्लोइंग स्किन भी मिलती है। इस फेस पैक को बनाने के लिए आप एक चम्मच नींबू के रस में एक चम्मच टमाटर का रस मिलाएं। फिर इसे थोड़ा सा लेकर अपनी स्किन पर हल्के हाथ से मसाज करें। बाद में चेहरा धो लें। इस पैक को सप्ताह में कम से कम दो बार अवश्य इस्तेमाल करें। **नींबू व जैतून का तेल :** अगर आपको एजिंग के निशान जैसे झुर्रियों व आंखों के नीचे काले घेरे आदि समस्या का सामना करना पड़ता है तो आपके लिए नींबू व जैतून के तेल से बने पैक का इस्तेमाल करना बेहतर रहेगा। **नींबू व बेसन :** अगर आपके चेहरे पर बाल हैं और आप उन्हें घर पर ही हटाना चाहती हैं तो आप नींबू व बेसन से बने फेस पैक का इस्तेमाल कर सकती हैं। इसे बनाने के लिए आप एक चम्मच नींबू के रस में तीन चम्मच बेसन व एक चम्मच कच्चा दूध मिलाकर एक पेस्ट तैयार कर लें। फिर इसे चेहरे पर लगाकर सूखने दें। उसके बाद चेहरा धो लें। इस फेस पैक को सप्ताह में एक बार इस्तेमाल किया जा सकता है। जहां नींबू स्किन को एक्सफोलिएट करता है, वहीं दूध स्किन को हाइड्रेट करने व बेसन स्किन को स्क्रब करने में मदद करता है।

47 साल की उम्र में यह मुश्किल काम सीख रही हैं सुष्मिता सेन

नई दिल्ली। बॉलीवुड एक्ट्रेस सुष्मिता सेन बीते लंबे समय से कभी अपनी रिलेशनशिप तो कभी अपनी फिटनेस को लेकर सुर्खियों में रहती हैं, लेकिन अब उन्होंने कुछ ऐसा काम किया है जिसे देखकर आपकी आंखें फटी की फटी रह जाएंगी। जी हां! अब हमारी सुष्मिता जलपरी बन चुकी हैं। वह 47 साल की उम्र में स्कूबा डाइविंग के गुर सीख रही हैं। उनके ये स्कूबा डाइविंग वाले वीडियो अब सोशल मीडिया पर धमाल मचा रहे हैं। यह स्कूबा डाइविंग वाला एडवेंचर करने वाला वीडियो किसी और ने नहीं बल्कि खुद सुष्मिता सेन ने हाल ही में अपने इंस्टाग्राम एकाउंट से पोस्ट किया है। इस वीडियो में पूर्व मिस



यूनिवर्स समुद्र की गहराई में गोता लगाती दिख रही हैं। इस वीडियो के साथ सुष्मिता ने काफी पॉजिटिव कैप्शन भी शेयर किया है। इस वीडियो में समुद्र तल के पास मरून कलर की बिकिनी में सुष्मिता किसी जलपरी से कम नहीं लग रहीं। अपने इस नए कारनामे के साथ एक्ट्रेस ने अपने फैंस के लिए एक खूबसूरत सीख भी दी है। इस वीडियो के कैप्शन में उन्होंने लिखा, '47 साल की उम्र में स्किन डाइव सीख रही हूं। कभी भी किसी भी चीज के लिए देर नहीं होती।' सुष्मिता सेन ने आगे लिखा, 'सिर्फ एक स्टेप और खुद पर विश्वास किसी भी चीज की शुरुआत करने के लिए जरूरी है, उसके बाद सब कुछ अपने आप होता चला जाता है। मैं इस समुद्र में तब तक डाइविंग करती रहूंगी जब तक मैं डांस करना नहीं सीख लेती। शुक्रिया हुसैन हसाम मुझे एक ही सांस की ताकत सिखाने के लिए!!' यह कैप्शन बता रहा है कि वह आत्मविश्वास से कितनी भरी हुई हैं। बता दें कि सुष्मिता सेन की बेटियां भी उनके साथ स्कूबा डाइविंग सीख रही हैं। सुष्मिता की दोनों बेटियां उनकी सबसे अच्छी दोस्त हैं। सोशल मीडिया पर आए दिन इन तीनों मां बेटियों के मस्ती करते वीडियो वायरल होते रहते हैं।

जीशान अहमद द्वारा प्रस्तुत और सह-निर्मित, इरफान खान की आखिरी फिल्म 28 अप्रैल को होगी रिलीज

मुम्बई। इरफान खान एक ऐसे अभिनेता थे जो अपनी आखों के भावों से किरदारों में जान फूंक देते थे लेकिन अचानक 2020 में कैंसर के कारण उनका निधन हो गया और वह हमेशा के लिए इस दुनिया को अलविदा कहकर चले गये। इरफान खान की असामयिक मृत्यु के तीन साल बाद भी उनके प्रशंसकों को एक बार फिर से इरफान खान को पर्दे पर देखने का मौका मिलने वाला है। वैसे तो इरफान खान की आखिरी फिल्म अंग्रेजी मीडियम थी लेकिन उनके मरणोपरांत फिल्म द सॉन्ग ऑफ स्कॉर्पियन्स रिलीज होने वाली है।

इरफान खान जब भी पर्दे पर आते थे तो अपनी बेदाग और शानदार अदाकारी से जादू बिखेरते थे। हर कोई इरफान खान के अभिनय का कायल रहा है। अब बड़े पर्दे पर आखिरी बार उनका जादू देखने का समय आ गया है। जी हां द सॉन्ग ऑफ स्कॉर्पियन्स नाम की एक ऐसी फिल्म है जो इरफान की आखिरी थिएट्रिकल रिलीज होगी। फिल्म में इरफान को जीवन भर की भूमिका में दिखाया गया है। एक फिल्म जो दुर्भाग्य से उनके जीवित रहते रिलीज नहीं हो पाई लेकिन अब 28 अप्रैल को इरफान खान की तीसरी पुण्यतिथि की पूर्व संध्या पर रिलीज होगी।

द सॉन्ग ऑफ स्कॉर्पियन्स का निर्माण ए फेदर लाइट फिल्म्स और केएनएम प्रोडक्शंस द्वारा किया गया है।

इसे पैनोरमा स्पॉटलाइट और 70 एमएम (70एम) टॉकीज द्वारा प्रस्तुत किया गया है। फिल्म के बारे में बात करते हुए सह-निर्माता और 70 एमएम के मालिक जीशान अहमद कहते हैं, 'यह मेरे लिए सम्मान की बात है कि मेरा नाम इस फिल्म के सह-निर्माता और फिल्म के एक प्रस्तुतकर्ता के रूप में जुड़ा है। हमें खुशी है कि एक फिल्म में इरफान खान की आखिरी ऑनस्क्रीन उपस्थिति जल्द ही देश भर के सिनेमाघरों में रिलीज होने जा रही है और उनके प्रशंसकों को उन्हें आखिरी बार बड़े पर्दे पर देखने का मौका मिलेगा। मेरा विश्वास कीजिए, फिल्म में इरफान का किरदार और प्रदर्शन आपको मंत्रमुग्ध कर देगा।' दिलचस्प बात यह है कि फिल्म का प्लॉट काफी दिलचस्प है। इरफान खान का किरदार आदम एक ऊंट व्यापारी है जिसे नूरान से प्यार हो जाता है। द सॉन्ग ऑफ स्कॉर्पियन्स नूरान की कहानी कहता है जो एक स्वतंत्र आदिवासी महिला है जो अपनी दादी जुबैदा से बिच्छू-गायन की प्राचीन चिकित्सा कला सीख रही है। एक लोकप्रिय मिथक के अनुसार, यदि कोई बिच्छू आपको काटता है, तो आप तब तक मरेंगे जब तक कि कोई बिच्छू-गायक आपना गाना गाकर आपको ठीक नहीं कर देता।

इरफान खान की महानता को याद करते हुए फिल्म के सह-निर्माता और प्रस्तुतकर्ता जीशान अहमद आगे कहते हैं, 'इरफान खान के बिना सिनेमाई दुनिया कभी पहले जैसी नहीं रहने वाली है। उन्होंने न केवल कई हिंदी फिल्मों को अपनी बारीक और जादुई अदाकारी से उपर उठाया बल्कि उन्होंने हॉलीवुड और अन्य उद्योगों में भी कई फिल्में कीं, जहां उनके प्रदर्शन को बहुत सराहा गया। वह एक उत्कृष्ट अभिनेता थे और उनका एक दिलकश और मंत्रमुग्ध कर देने वाला प्रदर्शन द सॉन्ग ऑफ स्कॉर्पियन्स में देखा जाएगा। देखने का मौका न चूकें आखिरी बार बड़े पर्दे पर इरफान खान का जादू चलेगा।'

नोरा फतेही का बार्बी लुक हुआ, फैंस बोले 'लाल परी आपके डांस के दीवाने हैं हम'

नई दिल्ली। बॉलीवुड में इन दिनों नोरा फतेही छाई हुई हैं। नोरा अपने डांस टैलेंट के दम पर इंडस्ट्री में जगह बनाने में सफल रही हैं। नोरा सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं और उनकी फोटोज से लेकर वीडियो तक चंद मिनटों में वायरल होते देर नहीं लगती। नोरा इन दिनों हॉलीडे पर निकली हुई हैं और यहीं से नोरा ने अपनी एक फोटो इंस्टाग्राम पर शेयर की है जिसे देखकर फैंस एक्ट्रेस की तारीफ करते नहीं थक रहे हैं।नोरा ने अपना बार्बी लुक शेयर किया है जिसमें वो रेड और पिंक कलर के कपड़ों, हैट और बालों में नजर आ रही हैं। नोरा का ये अंदाज देखकर एक यूजर का कहना था कि वो इंस्टाग्राम पर आग रही हैं तो वहीं एक फैन ने लिखा कि एकदम लाल परी लग रही हैं। बता दें कि बॉलीवुड में नई डांस क्वीन बनकर छाने वाली नोरा फतेही लगभग हर दूसरी फिल्म में नजर आ रही हैं। नोरा की

इंडस्ट्री में सेकंड इनिंग काफी सक्सेसफुल नजर आ रही है। पिछले दिनों नोरा का 'ओ साकी साकी' गाने पर किया गया डांस यूट्यूब पर धमाल मचा रहा है। जॉन अब्राहम की फिल्म 'सत्यमेव जयते' में 'दिलबर' गाने से नोरा ने खूब नाम कमाया था और यह गाना भी काफी हिट हुआ था।

टमाटर और दूध की मदद से बनाएं फेस पैक, मिलेगी निखरी-निखरी त्वचा

स्किन की केयर करने के लिए नेचुरल चीजों से बेहतर चीज कोई हो ही नहीं सकतीं। इसका लाभ यह होता है कि नेचुरल चीजों का कोई साइड इफेक्ट नहीं होता। इन्हें हर

स्किन टाइप पर इस्तेमाल किया जा सकता है और यह काफी सस्ते भी पड़ते हैं। आप भी अपनी स्किन के लिए कई तरह के फेस पैक का इस्तेमाल अब तक करती आ रही होंगी। लेकिन अब एक बार आप टमाटर और दूध की मदद से बनने वाले फेस पैक को अप्लाई करके देखें। इससे आपकी स्किन को कई बेहतरीन लाभ होंगे। तो चलिए इस लेख में जानते हैं टमाटर और दूध से बनने वाले फेस पैक की खूबियों और इसे अप्लाई करने के तरीके के बारे में- **यूं बनाएं फेस पैकः** स्किन केयर एक्सपर्ट बताते हैं कि यह फेस पैक आपकी स्किन की क्लींजिंग में मददगार है। इस फेस पैक को बनाने के लिए आपको एक टमाटर और आधा कप दूध की जरूरत होगी। एक बाउल में टमाटर को मैश करके उसमें दो टेबलस्पून दूध मिक्स करें। अब चेहरे को साफ करें और इस फेस मास्क को चेहरे पर इवन अप्लाई करें। अब इसे करीबन पांच मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें। आखिरी में साफ पानी की मदद से इसे क्लीन करें।

होते हैं यह लाभः स्किन केयर एक्सपर्ट के अनुसार, दूध आपके ब्यूटी रूटीन का एक अहम् हिस्सा होना चाहिए। साथ ही यह मुंहासे के उपचार में भी सहायक है। इसमें मौजूद लैक्टिक एसिड एक्ने के कारण स्किन पर होने वाली इंचिंग सेंसेशन को कम करने में सहायक है। साथ ही यह आपकी स्किन को मॉइश्चराइज भी करता है। वहीं दूसरी ओर टमाटर में मौजूद एंटी-ऑक्सीडेंट और एंटी टेरोसिनेस एक्टिवटीज स्किन की कॉम्पलेक्शन को लाइटन करने के साथ-साथ स्किन डैमेज को भी कम करता है। इसके अलावा टमाटर एंटी-एंजिंग की तरह भी काम करता है, जिससे फाइन लाइन्स, रिंकल्स और एज-स्पॉट्स आदि भी कम होते है। इसमें मौजूद विटामिन सी त्वचा में कोलेजन और इलास्टिन उत्पादन में सुधार करता है, जिससे स्किन ब्यूटीफुल हो जाती है। वहीं, यह त्वचा के पीएच स्तर को संतुलित करता है। डेड स्किन सेल्स को हटाता है और पोर्स को टाइटन करता है।

लाभकारी है नींबू पानी...

नींबू बहुत ही गुणकारी है। कई रूपों में यह हमारे स्वास्थ्य के लिए फयदेमंद साबित होता है। नींबू विभिन्न विटामिन्स व मिनरल्स का खजाना माना जाता है। इसमें पानी, प्रोटीन, कारबोहाइड्रेटस और शर्करा मौजूद होती है। नींबू विटामिन सी का बेहतर स्रोत है। इसमें विभिन्न विटामिन्स जैसे थियामिन, रिबोफ्लोविन, नियासिन, विटामिन बी- 6, फोलेट और विटामिन-ई की थोड़ी मात्रा मौजूद रहती है। आज जानिए नींबू पानी के फायदे के बारे में। नींबू पानी हमारे स्वास्थ्य के लिए बेहद फायदेमंद है सिवाय उनके जिन्हें नींबू से एलर्जी होती है। यह खराब गले,कब्ज,किडनी स्टोन, और मसूड़ों की समस्याओं में राहत पहुंचाता है। ब्लड प्रेशर और तनाव को कम करता है। त्वचा को स्वस्थ बनाने के साथ ही लिवर के लिए भी यह बेहतर होता है। पाचन क्रिया,वजन संतुलित करने और कई तरह के कैंसर से बचाव करने में नींबू पानी मददगार होता है। नींबू पानी में कई तरह के मिनरल्स जैसे आयरन, मैग्नीशियम, फास्फोरस, कैल्शियम, पोटैशियम और जिंक पाए जाते हैं।

किडनी स्टोन- नींबू पानी का स्वास्थ्य पर पडने वाला सबसे महत्वपूर्ण फायदा है,इसका किडनी

स्टोन से राहत पहुंचाना। मुख्यरूप से किडनी स्टोन शरीर से बिना किसी परेशानी के निकल जाता है,लेकिन कुछ मामलों में यह यूरीन फ्लो को ब्लॉक कर देते हैं जो अत्यधिक पीड़ा का कारण बनता है। नींबू पानी पीने से शरीर को रिहाइड्रेट होने में मदद मिलती है और यह यूरीन को पतला रखने में मदद करता है। साथ ही यह किडनी स्टोन बनने के किसी भी तरह के खतरे को कम करता है। डायबीटीज रोगी का साथी- हाई शुगर वाले जूस व ड्रिंक का बेहतर विकल्प माना जाता है नींबू पानी। खासतौर से उनके लिए जो डायबिटिक हैं या वजन कम करना चाहते हैं। यह शुगर को गंभीर स्तर तक पहुंचाए बिना शरीर को रिहाइड्रेट व एनर्जाइज करता है।

पाचनक्रिया में फायदेमंद- नींबू पानी में मौजूद नींबू का रस हाइड्रोक्लोरिक एसिड और पित्त सिक्रेशन के प्रोडक्शन में वृद्धि करता है,जो पाचन के लिए आवश्यक है। साथ ही,यह एसिडिटी और गठिया के खतरे को भी कम करता है। जो लोग आमतौर पर पाचन-संबंधी समस्याओं जैसे एबडॉमिनल क्रैम्प्स,ब्लॉटिंग,जलन और गैस की समस्या आदि से परेशान होते हैं,उन्हें नियमित रूप से नींबू पानी का सेवन करना चाहिए।

कॉन्स्टीपेशन- नींबू पानी कॉन्स्टीपेशन की शिकायत से ग्रस्त लोगों के लिए बेहद फायदेमंद है। प्रतिदिन सुबह गर्म नींबू पानी पिएं और पूरे दिन कॉन्स्टीपेशन की समस्या से दूर रहें।

इम्यून सिस्टम- नींबू पानी बायोफ्लेवोनॉयड, विटामिन सी और फाइटोन्यूट्रियंटस का बेहतर स्रेत है जो शरीर की प्रतिरोधक क्षमता की शक्ति बढ़ाने में मदद करता है। इसमें मौजूद आवश्यक विटामिन्स और मिनरल्स के कारण यह शरीर के एनर्जी लेवल को बढ़ाने में मदद करता है। **खराब गला-** नींबू पानी को गुनगुना करके पीने से गले की खराबी या फैरिन्जाइटिस में आराम पहुंचाता है।

वजन कम- हर सुबह शहद के साथ गुनगुना नींबू पानी पीने से अतिरिक्त वजन आसानी से कम किया जा सकता है।

मसूड़ों की समस्या- नींबू पानी पीने से मसूड़ों से संबंधित समस्याओं से राहत मिलती है। नींबू पानी में एक चुटकी नमक मिलाकर पीने से बेहतर परिणाम मिलते हैं।

कैंसरकारी तत्वों का विरोधी- कैंसर से बचाव के लिए नींबू पानी पीना फायदेमंद होता है। शोध अध्ययन बताते हैं कि नींबू अपने एंटी ट्यूमर गुणों के साथ कैंसर के खतरों को कम कर सकता है।

स्ट्रेस और ब्लड प्रेशर- नींबू पानी का एक और फायदा यह है कि इसमें ब्लड प्रेशर को कम करने के गुण के साथ ही तनाव,डिप्रेशन और अवसाद कम करने के गुण पाए जाते हैं। नींबू पानी पीने से तुरंत ही आपको आराम का अनुभव होगा।

त्वचा की देखभाल- नियमित रूप से नींबू पानी पीने से त्वचा जवां नजर आती है। नींबू एंटीऑक्सीडेंटस गुणों से भरपूर होता है। जाने-माने एंटी-एजिंग गुणों वाला नींबू और दूसरे एंटीऑक्सीडेंटस से भरपूर खाद्य पदार्थ आजकल अत्यधिक पसंद किए जा रहे हैं।

गीत सुन अभिनेत्री मधुबाला रोनी लगी...

मुम्बई।सन 1957 में एक कमाल की फिल्म आई थी 'एक साल'। फिल्म में दर्द को बेहद संजीदा तरीके से पेश किया गया था। मेरे संगीत से सजी इस फिल्म के भी निर्देशक थे देवेंद्र गोयल और कलाकार थे अशोक कुमार, मधुबाला, जॉनी वॉकर आदि। इस फिल्म के चार गीत लिखे थे प्रेम धवन ने और एक गीत मेरा लिखा था। इस फिल्म के गीत 'चले भी आओ चले भी आओ..' और 'छुम छुम चली पिया की गली..' को गाया था लता मंगेशकर ने और 'गाफिल तुझे घड़ियाल ये देता है मुनादी..' रफी साहब की आवाज में था। तलत महमूद से हमने एक गीत गवाया था, जो उन्हें तब बहुत पसंद आया था। उसके बोल थे 'सब कुछ लुटा के होश में आए तो क्या किया..'। बाद में जब यह गीत रिकार्ड के जरिए लोगों तक पहुंचा, जो सभी सुनने वालों को पसंद आया। मेरा लिखा 'उलझ गए दो नैना देखो उलझ गए..' गीत को गाया था लता जी के साथ हेमंत दा ने। इस गीत को भी लोगों ने पसंद किया, लेकिन तलत साहब के गाये गीत ज्यादा मकबूल हुए। लोग उसे आज भी गाते हैं।इस फिल्म का संगीत जब मैं बना रहा था, एक बात की चर्चा फिल्म इंडस्ट्री में जोरों से हुई और वह बात थी इस फिल्म की हीरोइन मधुबाला और दिलीप कुमार को लेकर। यह उन दिनों की बात है, जब मधुबाला और दिलीप कुमार के बीच अनबन हो गई थी और दोनों फिल्म तो साथ करते थे, लेकिन बात नहीं करते थे। दिलीप कुमार से उनके संबंध खराब होने के बाद उन दिनों मधुबाला काफी दुखी रहा करती थीं। यह मैं बता चुका हूं कि इस फिल्म के लिए मैंने एक गाना रिकार्ड किया था, जिसके बोल थे, 'सब कुछ लुटा के होश में आए तो क्या किया..'। इस फिल्म की शूटिंग जब चेंबूर में चल रही थी, तब कुछ काम आ गया और फिल्म के निर्देशक गोयल साहब के कहने पर मैं भी वहां पहुंच गया। वहां पहुंचने के बाद सबसे पहले गोयल साहब ने मेरा परिचय मधुबाला से करवाया, तो उन्होंने कहा कि आपने यह गाना बहुत ही अच्छा बनाया है। फिर हमारी हिचक भी दूर हुई और फिर हमारे बीच कुछ देर तक औपचारिक बातचीत हुई। उसके बाद वे मेकअप रूम में चली गई और मैं वहीं गोयल साहब के पास बैठा रहा। अभी कुछ ही समय बीता था कि एक लड़की ने आकर मुझसे कहा कि मैडम यानी मधुबाला जी आपको बुला रही हैं। उस लड़की की बात सुनकर मैं हड़बड़ा गया और सोचने लगा। मेरी स्थिति गोयल साहब समझ गए। गोयल साहब ने कहा, जाओ मिलकर आओ..। मैं मधुबाला के पास पहुंचा, तो उन्होंने मुझसे वही गाना पूरा सुनाने की फरमाइश की। मैंने कहा कि अभी तो इसी गाने का फिल्मांकन चल रहा था, क्या आपने गाना सुना नहीं। वे बोलीं, 'नहीं-नहीं.., वहां मजा नहीं आता है, एक-एक लाइन पर शॉट लिया जाता है, पूरा गाना कहां सुन पाती हूं..? प्लीज उस गाने को पूरा सुनाइए, बहुत अच्छा बनाया है आपने..'।

उनकी बात सुनकर मैंने टेबुल पर ठेका बजाकर उन्हें पूरा गाना गाकर सुना दिया। मैं जब गीत गा रहा था, तब मेरी आंखें बंद थीं और मैं गाये जा रहा था। जब गाना खत्म हुआ और मैंने अपनी आंखें खोलीं, तो जो देखा, मेरे मुंह से अचानक निकल गया, 'यह क्या..?' गाना सुनकर मधुबाला फूट-फूटकर रोने लगी थीं। मुझे लगा कि मैंने कोई गलती तो नहीं कर दी? फिर हिम्मत करके पूछा, तो वे अपने आंसू पोंछते हुए बोलीं, 'नहीं..। इस गाने ने मेरे दिल को छू लिया है, इसलिए मैं खुद को रोक नहीं पाई.. इसलिए आंसू निकल आए..।' मधुबाला से मेरी दूसरी मुलाकात फिल्म 'शामे-अवध' के समय हुई थी। इस फिल्म को उनके पिता अताउल्लाह खान बना रहे थे। उन्होंने हेमंत कुमार को संगीत-निर्देशन के लिए साइन किया था और तब मैं उनके लिए भी काम करता था।इस फिल्म के बाद आई एक और भक्ति फिल्म 'नरसी भगत'। इसके निर्देशक भी थे देवेंद्र गोयल ही और इस फिल्म में काम किया था निरुपा राय, शाहू मोदक, प्रतिमा देवी, राधा कृष्ण, ललिता पवार आदि ने। इस फिल्म में थे तो कई गीत, लेकिन जिस गीत ने कमाल की सफलता पाई, वह था हेमंत

दा, मन्ना डे और सुधा मल्होत्रा की आवाज वाला 'दर्शन दो घनश्याम नाथ मोरी अंखिया प्यासी रे..'। इस फिल्म के सभी गीत लिखे थे कवि गोपाल सिंह नेपाली ने और एक गीत नरसी मेहता के ही गाये भजन थे। गांधी जी का सबसे प्रिय गीत 'वैष्णव जन तो तैने कहिए पीड़ पराई जाने रे..' को मन्ना डे ने गाया था। इसमें कुल बारह गीत थे जिनमें आवाज थी मोहम्मद रफी, आशा भोसले आदि की। सन 1958 में आई केदार कपूर निर्देशित फिल्म 'देवर भाभी'। इस फिल्म में राजेंद्र कुमार और माला सिन्हा हीरो-हीरोइन थे। बलराज साहनी, राम मोहन और तिवारी भी थे। इस फिल्म का एक गाना मुझे अभी भी याद है, जिसके बोल थे 'प्यार की गलियों से बेटा कर ले बिस्तर गोल, जमाना नाजुक है..'। इस फिल्म के सभी गीत लिखे थे शैलेंद्र ने और एक खूबसूरत गीत 'तस्वीर तेरी दिल मेरा बहला न सकेगी..', जो रफी की आवाज में था को लिखा था राजा मेहंदी अली खां ने। इस फिल्म के अन्य गीत 'चोरी छुप जाए रे..' में आवाज आशा भोसले और शमशाद बेगम की थी। 'हजारों हसरतें ऐसी..' को भी रफी ने ही गाया था। 'ये कैसी रुत आई अजब रंग लाई..' और 'किसे थी खबर कि यूं हद से..' में आवाज थी आशा भोसले की और 'आंख की अंधी..' को गाया था मन्ना डे ने। गीत 'किसी थी खबर..' फिल्म में दो बार था। एक बार खुशी वाला और दूसरी बार सैड अंदाज वाला।यह वह दौर था, जब मैं फिल्मी दुनिया में बतौर संगीतकार चल निकला था और कामयाब हो गया था। बहुत काम था मेरे पास, लेकिन रहने का स्थान मैंने अभी नहीं बदला था। कांदिवली में जिस गोदाम में रहता था, उसी गोदाम से जुड़ा दूसरा गोदाम भी किराए पर ले लिया था। हां, हिलमैन कार मैंने तब बेच दी थी और उसकी जगह फिएट खरीद ली थी। कुछ दिनों बाद एक और बड़ी कार प्राइमाउथ खरीदी यानी कांदिवली वाले मकान में मेरे पास दो-दो कारें थीं। घूमने का शौक मुझे शुरू से ही था। जब भी काम से फारिग होता, परिवार के साथ घूमने निकल जाता था। एक बार तो गजब हो गया। हम सब कार से खंडाला गए। लौटते समय रास्ते में कार खराब हो गई। रात हो गई थी। सब लोग घबरा गए। कार का इंजन बहुत गर्म हो गया था। काफी मेहनत करने के बाद जब गाड़ी स्टार्ट हुई, तब सबकी जान में जान आई। उसी वक्त पत्नी की मां की मृत्यु हो गई। उनके पिता ने कुछ समय बाद दूसरी शादी कर ली, लिहाजा पत्नी की दोनों छोटी बहनें दादा-दादी के पास रहने लगीं। जब बीच वाली बहन की शादी हो गई और कुछ दिनों बाद दादी की भी मौत हुई, तब छोटी बहन बिन्नो अकेली हो गई, तो मैंने बिन्नो और दादा जी को अपने साथ रहने के लिए बंबई बुला लिया और हम एक परिवार की तरह सुख के साथ रहने लगे।.पिछली दफा बात हुई थी चंद्रा और अपनी कुछ अन्य फिल्मों 'अलबेली' और 'प्रभु की माया' के गीतों के बारे में। अब बात उससे आगे की..।

सन 1957 में एक कमाल की फिल्म आई थी 'एक साल'। फिल्म में दर्द को बेहद संजीदा तरीके से पेश किया गया था। मेरे संगीत से सजी इस फिल्म के भी निर्देशक थे देवेंद्र गोयल और कलाकार थे अशोक कुमार, मधुबाला, जॉनी वॉकर आदि। इस फिल्म के चार गीत लिखे थे प्रेम धवन ने और एक गीत मेरा लिखा था। इस फिल्म के गीत 'चले भी आओ चले भी आओ..' और 'छुम छुम चली पिया की गली..' को गाया था लता मंगेशकर ने और 'गाफिल तुझे घड़ियाल ये देता है मुनादी..' रफी साहब की आवाज में था। तलत महमूद से हमने एक गीत गवाया था, जो उन्हें तब बहुत पसंद आया था। उसके बोल थे 'सब कुछ लुटा के होश में आए तो क्या किया..'। बाद में जब यह गीत रिकार्ड के जरिए लोगों तक पहुंचा, जो सभी सुनने वालों को पसंद आया। मेरा लिखा 'उलझ गए दो नैना देखो उलझ गए..' गीत को गाया था लता जी के साथ हेमंत दा ने। इस गीत को भी लोगों ने पसंद किया, लेकिन तलत साहब के गाये गीत ज्यादा मकबूल हुए। लोग उसे आज भी गाते हैं।इस फिल्म का संगीत जब मैं बना रहा था, एक बात की चर्चा फिल्म इंडस्ट्री में जोरों से हुई और वह बात थी इस फिल्म की हीरोइन मधुबाला और दिलीप कुमार को लेकर। यह उन दिनों की बात है, जब मधुबाला और दिलीप कुमार के बीच अनबन हो गई थी और दोनों फिल्म तो साथ करते थे, लेकिन बात नहीं करते थे। दिलीप कुमार से उनके संबंध खराब होने के बाद उन दिनों मधुबाला काफी दुखी रहा करती थीं।

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक एवं मुद्रक दीपक अरोरा द्वारा
श्री आधुनिक प्रिन्टर्स एण्ड पैकेजर्स प्रा.लि.
1-मिर्जापुर रोड नैनी इलाहाबाद उ.प्र.-211008 से मुद्रित एवं एम2ए/25 एडीए कालोनी नैनी इलाहाबाद 211008 (उ.प्र.) से प्रकाशित।

सम्पादकः- दीपक अरोरा
मो0न0 09415608783
RNI No. UPHIN/2012/41154
डाक पंजीयन नं. 99/2018-20

नोटः- इस समाचार पत्र में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं सम्पादन हेतु पी.आर.बी. एक्ट के अन्तर्गत उत्तरदायी तथा इनसे उत्पन्न समस्त विवाद इलाहाबाद न्यायालय के अधीन ही होगे।