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

आधुनिक समाचार

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

प्रयागराज से प्रकाशित हिन्दी दैनिक

वर्ष -12 अंक - 37 | प्रयागराज, मंगलवार 14 अप्रैल, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

अमेरिका आज से होर्मुज स्ट्रेट पर नाकेबंदी करेगा,ट्रम्प बोले- ईरान की नौसेना खत्म

158 जहाज तबाह; कच्चे तेल की कीमतें फिर 100 डॉलर पार

वॉशिंगटन डीसी। अमेरिका आज से होर्मुज स्ट्रेट पर नाकेबंदी लागू करने जा रहा है। अमेरिकी सेंट्रल कमांड के मुताबिक, भारतीय समयानुसार शाम 7:30 बजे से ईरान के बंदरगाहों की ओर आने-जाने वाले जहाजों को रोका जाएगा। राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने कहा कि नाकेबंदी का मकसद ईरान की तेल बिक्री रोकना है। ट्रम्प के मुताबिक, कई अन्य देश भी इस प्रयास में अमेरिका का साथ दे रहे हैं। ट्रम्प ने दावा किया है कि ईरान की सैन्य ताकत को भारी नुकसान हुआ है और उसकी नौसेना लगभग खत्म हो चुकी है। उन्होंने कहा कि 158 जहाज तबाह किए जा चुके हैं। नाकेबंदी के ऐलान के बाद वैश्विक तेल कीमतों में तेज उछाल आया है। वेस्ट टेक्सास इंटरमीडिएट 104 डॉलर प्रति बैरल और ब्रेंट क्रूड 102 डॉलर प्रति बैरल के पार पहुंच गया है। इस बीच वॉल स्ट्रीट जर्नल की रिपोर्ट में कहा गया है कि पाकिस्तान में हुई वार्ता के विफल होने के बाद अमेरिका ईरान पर दोबारा सैन्य हमले करने पर भी विचार कर रहा है। व्हाइट हाउस ने साफ किया है कि सभी विकल्प खुले हैं और हालात के हिसाब से आगे का फैसला लिया जाएगा। पिछले 24 घंटे के 5 बड़े अपडेट्स-चीन को धमकी- ट्रम्प ने चीन को साफ चेतावनी दी है कि अगर उसने ईरान की सैन्य मदद की, तो अमेरिका उस पर 50फीसदी तक भारी टैरिफ लगा देगा। होर्मुज की नाकाबंदी- ट्रम्प ने कहा कि अमेरिकी नौसेना होर्मुज स्ट्रेट में नाकाबंदी करेगी और ईरान को टोल देने वाले जहाजों को भी रास्ते में रोक लिया जाएगा। इजराइली मंत्री का मस्जिद दौरा- इजराइल के मंत्री बेन गविर के अल अक्सा मस्जिद दौरे पर जॉर्डन ने विरोध जताया और इसे भड़काऊ कदम बताते हुए धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाने वाला कहा। ईरान ने टोल मांगा- ईरान ने दावा किया कि होर्मुज स्ट्रेट पूरी तरह उसके कंट्रोल में है और वहां से गुजरने वाले जहाजों को रियाल में टोल देना जरूरी होगा। 50 लोग गिरफ्तार- ईरान में करीब 50 लोगों को जासूसी के आरोप में पकड़ा गया है, जिन पर अमेरिका और इजराइल को संवेदनशील जानकारी देने का आरोप है। जर्मनी में पेट्रोल-डीजल सस्ता होगा, 2 महीने के लिए टैक्स कटौती- जर्मनी में पेट्रोल और डीजल सस्ता होने जा रहा है। सरकार ने दो महीने के लिए ईंधन पर टैक्स घटाने का फैसला किया है। रिपोर्ट के मुताबिक, पेट्रोल और डीजल पर करीब 17 यूरो सेंट प्रति लीटर तक टैक्स कम किया जाएगा। सरकार का कहना है कि यह कदम ऊर्जा संकट से प्रभावित आम लोगों और कारोबार को राहत देने के लिए उठाया गया है। टैक्स कटौती से ईंधन की कीमतों में कमी आएगी, जिससे ट्रांसपोर्ट और रोजमर्रा के खर्च पर असर कम पड़ेगा।

3 पार्टियों का व्हिप जारी

सोनिया गांधी का दावा- महिला आरक्षण नहीं, परिसीमन असली मुद्दा,पूछा- चुनाव प्रचार के बीच विशेष सत्र की क्या जरूरत

नयी दिल्ली। कांग्रेस संसदीय दल की प्रमुख सोनिया गांधी ने सोमवार को महिला आरक्षण को लेकर सरकार की मंशा पर सवाल उठाए। उन्होंने द हिन्दू (अखबार) में लिखा कि पीएम विपक्षी दलों से उन बिलों का समर्थन करने की अपील कर रहे हैं, जिन्हें सरकार संसद के विशेष सत्र में जबरदस्ती पास कराना चाहती है। उन्होंने लिखा कि यह सब तब हो रहा है जब तमिलनाडु और पश्चिम बंगाल में चुनाव प्रचार अपने चरम पर है। इस जल्दबाजी का सिर्फ एक ही मकसद राजनीतिक फायदा उठाना है। सरकार ने 2023 में ही 'नारी शक्ति वंदन अधिनियम' को संसद में पास कर लिया था, लेकिन इसे अगली जनगणना और उसके बाद होने वाले परिसीमन के बाद ही लागू करने की शर्त रखी गई। वहीं संसद के विशेष सत्र के लिए कांग्रेस, भाजपा और जेडीयू ने व्हिप जारी कर 16 से 18 अप्रैल तक अपने सभी सांसदों को संसद में मौजूद रहने को कहा है।महिला आरक्षण पर सोनिया ने लिखा- राज्यसभा में विपक्ष के नेता मल्लिकार्जुन खड़गे ने कहा था कि इसे 2024 के चुनाव से ही लागू किया जाए, लेकिन सरकार ने इसे नहीं माना। अब अनुच्छेद 334-ए में बदलाव कर महिला आरक्षण को 2029 से लागू करने की तैयारी है। ऐसे में प्रधानमंत्री को यू-टर्न लेने में 30 महीने क्यों लगे? उन्होंने सवाल किया कि 5 राज्यों के चुनाव खत्म होने तक इंतजार क्यों नहीं किया गया। इतनी हड़बड़ी की क्या जरूरत है, जबकि विपक्ष तीन बार चिट्ठी लिखकर कह चुका है कि पहले 29 अप्रैल को सर्वदलीय बैठक बुलाई जाए। 3 पार्टियों ने व्हिप जारी किया-विशेष सत्र के लिए कांग्रेस, भाजपा और जेडीयू ने व्हिप जारी कर 16 से 18 अप्रैल तक अपने सभी सांसदों को संसद में मौजूद रहने को कहा है। बीजेपी ने रविवार को लोकसभा और राज्यसभा के सभी सांसदों को 3 लाइन का व्हिप जारी किया था, जबकि कांग्रेस और जेडीयू ने सोमवार को व्हिप जारी किया। पीएम ने सभी दलों से समर्थन मांगा-इससे पहल रविवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शनिवार को लोकसभा और राज्यसभा के सभी दलों के फ्लोर लीडर्स को पत्र लिखकर 'नारी शक्ति वंदन अधिनियम' पर समर्थन मांगा। पीएम ने लिखा कि अब समय आ गया है कि इस कानून को पूरे देश में सही मायनों में लागू किया जाए। परिसीमन कानून में संशोधन के लिए अलग बिल लाएगी सरकार-राज्यों की विधानसभाओं में भी इसी अनुपात में सीटों का आरक्षण होगा। सरकार एक संशोधन बिल के एक संविधान साथ-साथ परिसीमन कानून में संशोधन के लिए अलग साधारण बिल भी लाएगी। ताकि नए सिरे से सीटों का निर्धारण हो सके। नई सीटों का निर्धारण 2027 की जनगणना के बजाय 2011 की जनगणना के आधार पर किया जा सकता है। यह कानून राज्यों की विधानसभाओं और दिल्ली, जम्मू-कश्मीर, पुडुचेरी जैसे केंद्र शासित प्रदेशों में भी लागू किया जाएगा।

मोदी महिलाओं से बोले- गृहस्थ नहीं, लेकिन जानता सब हूं,हमारी नीतियों से औरतें आर्थिक रूप से ताकतवर बनीं

नयी दिल्ली। पीएम नरेंद्र मोदी ने सोमवार को महिला आरक्षण बिल पर कहा, 'हमारे देश की संसद एक नया इतिहास रचने के करीब है। विधानसभाओं से लेकर संसद तक दशकों की प्रतीक्षा के अंत का समय आ गया है। इसलिए सरकार 16 से 18 अप्रैल तक संसद का स्पेशल सेशन लाई है।' उन्होंने कहा, 'नारी शक्ति वंदन अधिनियम महिलाओं के जीवन का बड़ा अवसर बनने जा रहा है। संसद तक पहुंचने का रास्ता आसान बनने जा रहा है। आज महिलाओं की भूमिका और भी अहम हो गई है। हमारी योजनाओं से औरतें आर्थिक रूप से ताकतवर बनीं। उन्होंने कहा कि मैं गृहस्थ नहीं हूं, लेकिन जानता सब हूं।' पीएम मोदी ने कहा, 'हमारी सरकार महिलाओं के लिए कई योजनाएं लेकर हाजिर है। बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ, मातृत्व योजना, जन्म के बाद सुकन्या समृद्धि योजना, सही समय पर टीके लगें इसके लिए मिशन इंद्र धनुष शुरू किया।' स्कूल में शौचालय की परेशानी न हो स्वच्छ भारत अभियान, मुफ्त सेनेटरी पैड, खेलों में सालाना 1 लाख की मदद, भविष्य में सेना में जाना चाहे तो सरकार ने सैनिक स्कूल के दरवाजे खोले। जीवन के आगे के पड़ाव में रसोई में धुएं की परेशानी से बचाने उज्जवला योजना, पानी के लिए हर घर नल, 5 लाख तक मुफ्त इलाज देने वाली आयुष्मान योजना। इन सबका सबसे ज्यादा लाभ हमारी बहनों और बेटियों को हो रहा है। 3 करोड़ से ज्यादा महिलाएं अपने घर की मालिक बनी हैं। आम तौर पर पिता और बेटा व्यापार की बात करते हैं न और मां आ जाए तो कहते हैं तुम जाओ। अब जब वो आर्थिक सशक्त हो गई हैं तो बेटा भी कहता है कि मां को बुलाइए न। उन्होंने कहा कि मैं गृहस्थ नहीं हूं, लेकिन जानता सब हूं। 'भारत की सभी महिलाओं को एक नए युग के आगमन की बधाई भी देता हूं। लोकतांत्रिक संरचना में महिलाओं को आरक्षण देने की जरूरत दशकों से हर कोई महसूस कर रहा है।' 'महिला आरक्षण बिल पर विमर्श को करीब चालीस साल बीत गए। इसमें सभी पार्टियों के और कितनी ही पीढ़ियों के प्रयास शामिल हैं। हर दल ने इस विचार को अपने अपने ढंग से आगे बढ़ाया है।' '2023 में जब यह अधिनियम आया था तब भी सभी दलों ने सर्व सम्मति से इसे पास कराया था। एक सुर में यह बात भी उठी थी कि इसे हर हाल में 2029 तक लागू हो जाना चाहिए।' 'देश की महिलाएं अपने सांसदों से मिलें अपना पक्ष रखें अपेक्षाएं बताएं, जिस दिन वे सदन में आने के लिए निकलें तो फूल माला देकर उन्हें विदाई दीजिए, ताकि जब सांसद माता-बहनों का आशीर्वाद लेकर निकलेंगे न तो दूसरा निर्णय कर ही नहीं सकेंगे।' महिलाओं के लिए आरक्षण को लागू करने के उद्देश्य से 16 अप्रैल को संसद का एक सत्र बुलाया जा रहा है। 'नारी शक्ति वंदन अधिनियम' ने महिलाओं के लिए आरक्षण को नई जनगणना और परिसीमन (सीमांकन) से जोड़ दिया था। जनगणना में हुई देरी के चलते, अब 2011 की जनगणना के आंकड़ों के आधार पर ही आगे बढ़ने की योजना है। संशोधन के बाद लोकसभा सीटों की संख्या 543 से बढ़कर 816 हो सकती है। सरकार ने दो बड़े संशोधनों की योजना बनाई है, जिसमें एक अलग परिसीमन विधेयक भी शामिल है। महिलाओं के लिए रिजर्वेशन तय करने के लिए इन दोनों विधेयकों को संवैधानिक संशोधन के तौर पर पारित किया जाना जरूरी है। मौजूदा स्थिति को बरकरार रखते हुए, ओबीसी आरक्षण के लिए कोई प्रावधान नहीं किया गया है, जबकि एससी/एसटी आरक्षण पहले की तरह ही जारी रहेगा

युगांडा आर्मी चीफ ने तुर्किये से सबसे खूबसूरत महिला मांगी,कहा- शादी करूंगा, नहीं मिली तो डिप्लोमेटिक रिश्ते तोड़ेंगे

कम्पाला। युगांडा के आर्मी चीफ और राष्ट्रपति के बेटे मुहूजी कैनेरुगाबा ने तुर्किये से 1 अरब डॉलर (?9000 करोड़) और देश की 'सबसे खूबसूरत महिला' को अपनी पत्नी बनाने की मांग की। उन्होंने चेतावनी दी कि मांग पूरी नहीं हुई तो तुर्किये से कूटनीतिक संबंध खत्म कर दिए जाएंगे और तुर्किश एयरलाइन पर रोक लगाई जा सकती है। कैनेरुगाबा ने एक्स पर लिखा कि अगर तुर्किये ने हमारी समस्याओं का समाधान नहीं किया, तो 30 दिन में संबंध तोड़ दिए जाएंगे। उन्होंने कहा कि या तो वे भुगतान करें या हम उनका दूतावास बंद कर देंगे। उन्होंने युगांडावासियों को तुर्किये यात्रा से बचने की सलाह दी और इजराइल के समर्थन में 1 लाख सैनिक भेजने की पेशकश की। हालांकि, इस पर तुर्किये की ओर से कोई आधिकारिक प्रतिक्रिया नहीं आई है। कैनेरुगाबा ने पोस्ट में तुर्किये पर आरोप लगाया कि उसने सोमालिया में इंफ्रास्ट्रक्चर, पोर्ट और एयरपोर्ट प्रोजेक्ट्स से फायदा उठाया, जबकि युगांडा ने अल-शबाब जैसे आतंकी संगठनों से लड़ने का बोझ उठाया। इसी आधार पर उन्होंने 1 अरब डॉलर की मांग की। हाल ही में भी कैनेरुगाबा ने सोशल मीडिया पर कई विवादित पोस्ट किए हैं। उन्होंने विपक्षी नेता बॉबी वाइन को लेकर सिर काटने जैसी धमकी दी, जिस पर काफी विवाद हुआ। हालांकि बाद में उन्होंने इसे मजाक बताया और माफी मांग ली। इसी बीच, कैनेरुगाबा ने कुछ दिन पहले एक्स अकाउंट हटा दिया था। फिर उन्होंने 'आई एम बैक' लिखकर वापसी की घोषणा की और कहा था कि वे दुनिया को हिला देंगे। वापसी के बाद उन्होंने सुरक्षा एजेंसियों को आदेश दिया कि जो भी व्यक्ति सेना जैसी वर्दी में दिखे, उसे तुरंत गिरफ्तार किया जाए। उन्होंने एक अमेरिकी राजनयिक को गिरफ्तार करने की धमकी दी, अगर वह उन्हें सलाम नहीं करता। 50 साल के कैनेरुगाबा को पिता और राष्ट्रपति योवेरी मुसेवेनी का संभावित उत्तराधिकारी माना जाता है। हालांकि मुसेवेनी ने इससे इनकार किया है। हालांकि कई राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि वे धीरे-धीरे खुद को राजनीति में स्थापित कर रहे हैं और भविष्य में राष्ट्रपति पद की दावेदारी कर सकते हैं। रिपोर्ट्स के मुताबिक युगांडा में मुसेवेनी 1986 से सत्ता में हैं, ऐसे में अगर बेटे को उत्तराधिकारी माना जाए तो यह संदेश जाता है कि सत्ता एक ही परिवार में ट्रांसफर हो रही है। मेलोनी से शादी के बदले 100 गाय देने की पेशकश की थी-यह पहला मौका नहीं है जब उन्होंने इस तरह की मांग की हो। 2022 में उन्होंने इटली की प्रधानमंत्री जॉर्जिया मेलोनी से शादी के बदले 100 गाय देने की पेशकश की थी। उस समय उन्होंने कहा था कि अगर इटली ने प्रस्ताव ठुकराया, तो रोम पर कब्जा करना पड़ेगा। इस बयान के बाद उनके पिता राष्ट्रपति मुसेवेनी को माफी मांगनी पड़ी थी। 2022 में उन्होंने केन्या पर हमला करने की धमकी भी दी थी। उन्होंने कहा था कि नैरोबी पर कब्जा करने में दो हफ्ते भी नहीं लगेंगे। इसके बाद उन्हें अस्थायी रूप से पद से हटा दिया गया था और सरकार को माफी मांगनी करनी पड़ी थी। रूस-यूक्रेन युद्ध में रूस का समर्थन किया- इससे पहले उन्होंने रूस-यूक्रेन युद्ध में व्लादिमीर पुतिन का समर्थन किया था और केन्या के तुर्काना समुदाय को लेकर भी विवादित बयान दिए थे। फरवरी 2022 में उन्होंने ट्वीट कर कहा कि रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन सही हैं और दुनिया के कई अश्वेत लोग रूस के साथ हैं। इसके बाद मार्च 2023 में उन्होंने यह भी कहा कि अगर मॉस्को पर कोई खतरा आया, तो युगांडा अपनी सेना भेजेगा। वहीं अक्टूबर 2022 में उनके एक और बयान से केन्या के साथ रिश्ते बिगड़ गए। उन्होंने कहा कि उनकी सेना दो हफ्ते से भी कम समय में नैरोबी पर कब्जा कर सकती है। इस बयान के बाद उनके पिता और राष्ट्रपति योवेरी मुसेवेनी को केन्या से माफी मांगनी पड़ी।

सुसान कॉयल ऑस्ट्रेलिया में पहली बार महिला सेना प्रमुख बनेगी

सिडनी। ऑस्ट्रेलिया ने इतिहास में पहली बार एक महिला को सेना प्रमुख बनाने का फैसला किया है। लेफ्टिनेंट जनरल सुसान कॉयल जुलाई से यह जिम्मेदारी संभालेंगी। सरकार के मुताबिक, कॉयल लेफ्टिनेंट जनरल साइमन स्टुअर्ट की जगह लेंगी। प्रधानमंत्री एंथनी अल्बनीज ने कहा कि 125 साल के इतिहास में यह पहली बार है जब किसी महिला को सेना प्रमुख बनाया जा रहा है। रक्षा मंत्री रिचर्ड मार्ल्स ने इसे ऐतिहासिक क्षण बताते हुए कहा कि यह महिलाओं के लिए प्रेरणा बनेगा। 55 वर्षीय कॉयल 1987 में सेना में शामिल हुई थीं और कई वरिष्ठ पदों पर काम कर चुकी हैं। ऑस्ट्रेलियाई डिफेंस फोर्स में फिलहाल महिलाओं की हिस्सेदारी करीब 21फीसदी है और 2030 तक इसे 25फीसदी करने का लक्ष्य रखा गया है। हाल के वर्षों में सेना में यौन उत्पीड़न और भेदभाव के आरोपों के बीच यह फैसला अहम माना जा रहा है। सरकार ने इसके साथ ही नौसेना प्रमुख मार्क हैमंड को डिफेंस फोर्स का नया प्रमुख और मैथ्यू बकली को नौसेना प्रमुख नियुक्त किया है।

नोएडा में हिंसक प्रदर्शन, 50 फैक्ट्री-ऑफिसों पर पथराव,कर्मचारियों ने गाड़ियों में आग लगाई, जगह-जगह सड़कें जाम

नोएडा। नोएडा में सैलरी बढ़ाने की मांग को लेकर प्रदर्शन कर रहे फैक्ट्री कर्मचारियों का प्रदर्शन सोमवार सुबह हिंसक हो गया। सुनवाई न होने से कर्मचारी उग्र हो गए। फेज-2 इलाके में कर्मचारी सड़क पर उतर आए और पथराव किया। कई गाड़ियों और बसों को आग लगा दी। पुलिस ने रोकने की कोशिश की तो उनकी गाड़ी पलट दी। हालात बिगड़े तो कई थानों की फोर्स मौके पर पहुंची। कर्मचारियों को रोकने की कोशिश की तो उन पर पथराव कर दिया। फिर पुलिस ने आंसू गैस के गोले छोड़े। फेज-2 जाने वाले सभी रास्तों पर बैरिकेडिंग कर दी। फेज-2 के बाद धीरे-धीरे प्रदर्शन नोएडा के करीब 10 इंडस्ट्रियल इलाकों में फैल गया। कर्मचारियों ने सेक्टर 1, 15, 62 और डीएनडी फ्लाइओवर के पास सड़क जाम कर दी। सेक्टर-40 और 60 में कर्मचारियों ने कंपनियों का घेराव किया। सेक्टर 85 में जबरन अंदर घुसने की कोशिश की। सुरक्षा में तैनात पुलिसकर्मियों ने रोका तो उन पर पथराव कर दिया। सेक्टर-57 में करीब 30 फैक्ट्रियों में तोड़फोड़ की। हालात को काबू करने के लिए पीएसी को मौके पर उतार दिया गया है। कंपनियों के बाहर भारी संख्या में पुलिस बल तैनात हैं। डीजीपी राजीव कृष्ण और एडीजी (लॉ एंड ऑर्डर) अमिताभ यश कंट्रोल रूम से स्थिति पर नजर रखते हुए हैं। डीजीपी ने कहा कि अफवाह फैलाने वालों की पहचान कर रहे हैं। सख्त कार्रवाई करेंगे। पुलिस के मुताबिक, नोएडा का फेज-2 इलाका इंडस्ट्रियल एरिया है। यहां मदरसन, ऋचा ग्लोबल, रेनबो, पैरामाउंट, एसएनडी और अनुभव कंपनियों के 1000 से ज्यादा कर्मचारी सैलरी बढ़ाने को लेकर पिछले 3 दिन से प्रदर्शन कर रहे थे। करीब 500 कर्मचारी मदरसन कंपनी के बाहर जुटे थे। सबसे पहले यहीं हिंसा हुई। अफवाहों पर ध्यान न देने और शांति बनाए रखने की अपील-प्रशासन कर्मचारियों से अफवाहों पर ध्यान न देने और शांति बनाए रखने की अपील कर रहा है। कर्मचारियों को समझाने की कोशिशें की जा रही हैं। नोएडा डीएम मेधा रुपम ने कहा- 'अफवाहों पर ध्यान न दें। कंपनियों के साथ बैठक में अहम फैसले लिए गए हैं। वर्कप्लेस पर यौन उत्पीड़न रोकथाम समिति गठित की जाएगी। इसकी अध्यक्ष महिला ही होगी। शिकायत पेटियां रखी जाएंगी। कर्मचारियों के साथ सम्मानजनक व्यवहार किया जाएगा। हर महीने की 10 तारीख तक वेतन का एकमुश्त भुगतान कर दिया जाएगा। वेतन पर्ची अनिवार्य रूप से दी जाएगी।'

अमेरिका को ईरानी कहा- हमारे पोर्ट को निशाना बनाया तो इलाके का कोई बंदरगाह सुरक्षित नहीं रहेगा

तेहरान। ईरान ने अमेरिका को चेतावनी दी है कि अगर उसके बंदरगाहों को निशाना बनाया गया, तो फारस की खाड़ी और ओमान सागर में कोई भी पोर्ट सुरक्षित नहीं रहेगा। ईरान की सेना और रिवोल्यूशनरी गार्ड्स (आईआरजीसी) ने कहा कि क्षेत्र की समुद्री सुरक्षा सभी देशों की साझा जिम्मेदारी है। अगर सुरक्षा सबके लिए नहीं होगी, तो किसी के लिए भी नहीं होगी। वहीं, अमेरिकी सेंट्रल कमांड ने घोषणा की है कि अमेरिका सोमवार से ईरान के बंदरगाहों और तटीय इलाकों पर नाकाबंदी (ब्लॉकेड) लागू करने की तैयारी कर रहा है। इसके तहत ईरान के बंदरगाहों में आने-जाने वाले सभी देशों के जहाजों पर नजर रखी जाएगी और उन्हें रोका जा सकता है। हालांकि, होर्मुज स्ट्रेट से गुजरने वाले वे जहाज जो ईरान के अलावा अन्य देशों के बंदरगाहों के बीच सफर कर रहे हैं, उन्हें आने-जाने की इजाजत दी जाएगी। पिछले 24 घंटे के 5 बड़े अपडेट्स- चीन को धमकी- ट्रम्प ने चीन को साफ चेतावनी दी है कि अगर उसने ईरान की सैन्य मदद की, तो अमेरिका उस पर 50फीसदी तक भारी टैरिफ लगा देगा। होर्मुज की नाकाबंदी- ट्रम्प ने कहा कि अमेरिकी नौसेना होर्मुज स्ट्रेट में नाकाबंदी करेगी और ईरान को टोल देने वाले जहाजों को भी रास्ते में रोक लिया जाएगा। इजराइली मंत्री का मस्जिद दौरा- इजराइल के मंत्री बेन गविर के अल अक्सा मस्जिद दौरे पर जॉर्डन ने विरोध जताया और इसे भड़काऊ कदम बताते हुए धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाने वाला कहा। ईरान ने टोल मांगा- ईरान ने दावा किया कि होर्मुज स्ट्रेट पूरी तरह उसके कंट्रोल में है और वहां से गुजरने वाले जहाजों को रियाल में टोल देना जरूरी होगा। 50 लोग गिरफ्तार- ईरान में करीब 50 लोगों को जासूसी के आरोप में पकड़ा गया है, जिन पर अमेरिका और इजराइल को संवेदनशील जानकारी देने का आरोप है। पोप लियो ने कहा है कि वह युद्ध के खिलाफ अपनी आवाज उठाना जारी रखेंगे, भले ही उन्हें आलोचना का सामना करना पड़े। पोप लियो का यह बयान उस समय आया है जब ट्रम्प ने हाल ही में उनकी आलोचना की थी। हालांकि, पोप ने साफ किया कि वह इस मुद्दे पर किसी तरह की बहस में नहीं पड़ना चाहते।

माननीया राज्यपाल जी ने प्रो. राजेन्द्र सिंह रज्जू भय्या विश्वविद्यालय में 25 नव निर्मित शैक्षणिक सुविधाओं का लोकार्पण किया

सेमीकंडक्टर एवं सेंटर ऑफ एक्सीलेंस पहल से तकनीकी सशक्तिकरण को गति

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। प्रदेश की राज्यपाल एवं राज्य विश्वविद्यालयों की कुलाधिपति श्रीमती आनंदीबेन पटेल ने शनिवार को प्रोफेसर राजेंद्र सिंह (रज्जू भय्या) विश्वविद्यालय, प्रयागराज परिसर में 25 नव निर्मित शैक्षणिक सुविधाओं का बटन दबाकर लोकार्पण किया। सर्वप्रथम विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. अखिलेश कुमार सिंह ने कुलाधिपति महोदया को पुष्पगुच्छ, अंगवस्त्रम प्रदान कर अभिनंदन किया। इस अवसर पर अपने संबोधन में माननीय राज्यपाल जी ने गुणवत्तापूर्ण शिक्षा, अनुशासन और नैतिक मूल्यों के महत्व पर बल दिया। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों के लिए निर्मित शैक्षणिक सुविधाएं उत्कृष्ट एवं उच्च गुणवत्ता की होनी चाहिए। उन्होंने विशेष रूप से प्रयोगशालाओं के प्रभावी एवं नियमित उपयोग पर बल देते हुए कहा कि इनके माध्यम से विद्यार्थी अधिक व्यावहारिक ज्ञान अर्जित कर सकते हैं। साथ ही, उन्होंने मूल्यांकन प्रक्रिया में सुधार की आवश्यकता पर जोर दिया, जिससे शिक्षा अधिक पारदर्शी एवं परिणामोन्मुखी बन सके। उन्होंने अभिभावकों से भी आह्वान किया कि वे समय-समय पर विश्वविद्यालय आकर यह अवलोकन करें कि उनके बच्चे क्या सीख रहे हैं और किस दिशा में आगे बढ़ रहे हैं। वैश्विक परिप्रेक्ष्य में उन्होंने वर्तमान विश्व परिस्थितियों एवं संघर्षों का उल्लेख करते हुए आत्मनिर्भरता की आवश्यकता पर बल दिया और कहा कि किसी भी राष्ट्र का विकास उसकी दूरदर्शिता पर निर्भर करता है। विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए माननीय राज्यपाल जी ने कहा कि वे स्वयं को केवल अपने परिवार की अपेक्षाओं तक सीमित न समझें, बल्कि देश के करोड़ों नागरिकों के सपनों का प्रतिनिधि मानते हुए अपने लक्ष्य निर्धारित करें। उन्होंने विद्यार्थियों से आह्वान किया कि वे यह विचार करें कि वे राष्ट्र निर्माण में क्या योगदान दे सकते हैं, क्योंकि प्रत्येक युवा की सकारात्मक सोच एवं प्रयास ही भारत को विकसित राष्ट्र बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उन्होंने कहा कि आज का भारत अवसरों से परिपूर्ण है, जहां प्रत्येक विद्यार्थी के पास अपने सपनों को साकार करने की असीम संभावनाएं हैं। उन्होंने युवाओं को प्रेरित करते हुए कहा कि वे केवल रोजगार तक सीमित न रहें, बल्कि नवाचार, शोध एवं सृजनात्मक कार्यों के माध्यम से देश के विकास में योगदान दें। उन्होंने कहा कि आज का भारत एक आकांक्षी भारत है, जहां हर व्यक्ति अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए प्रतिबद्ध है। माननीय राज्यपाल जी ने कहा कि वर्तमान समय तकनीक, नवाचार एवं डिजिटल क्रांति का युग है, जिसमें आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस जैसी उन्नत तकनीकों ने जीवन के प्रत्येक क्षेत्र को प्रभावित किया है। तकनीक के साथ-साथ मानवीय मूल्यों का संतुलन बनाए रखना आवश्यक है। उन्होंने विद्यार्थियों से अपेक्षा की कि वे केवल तकनीकी रूप से दक्ष न बनें, बल्कि नैतिक रूप से भी सशक्त बनें तथा अपने ज्ञान का उपयोग समाज एवं राष्ट्र के कल्याण के लिए करें। उन्होंने कहा कि 21वीं सदी का वर्तमान दशक चुनौतियों एवं संभावनाओं का संगम है, जहां वैश्विक परिस्थितियों के बीच आत्मनिर्भरता की आवश्यकता और अधिक महत्वपूर्ण हो गई है। भारत ने कठिन परिस्थितियों को अवसर में परिवर्तित करने की क्षमता प्रदर्शित की है तथा तकनीकी क्षेत्र में तीव्र गति से प्रगति करते हुए आत्मनिर्भरता की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाए हैं। माननीय राज्यपाल जी ने देश में सेमीकंडक्टर जैसे महत्वपूर्ण क्षेत्रों में हो रहे विकास का उल्लेख करते हुए कहा कि यह भारत के तकनीकी आत्मविश्वास का प्रतीक है। उन्होंने बताया कि माननीय प्रधानमंत्री के नेतृत्व में स्थापित हो रहे सेमीकंडक्टर संयंत्र देश को तकनीकी रूप से आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल हैं। उन्होंने बताया कि जनभवन, उत्तर प्रदेश की पहल पर डॉ0 ए0पी0जे0 अब्दुल कलाम प्राविधिक विश्वविद्यालय एवं सीमेंस कंपनी के मध्य हुए समझौते के तहत सेमीकंडक्टर, इलेक्ट्रॉनिक डिजाइन

ऑटोमेशन एवं सिमुलेशन जैसे क्षेत्रों में 'सेंटर ऑफ एक्सीलेंस' की स्थापना की जा रही है। इसके अंतर्गत लगभग 200 शिक्षकों को मास्टर ट्रेनर के रूप में प्रशिक्षित किया जाएगा, जो आगे चलकर हजारों विद्यार्थियों को उन्नत तकनीकी प्रशिक्षण प्रदान करेंगे। इस प्रकार की पहलें युवाओं को वैश्विक स्तर की तकनीकी दक्षता प्रदान करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगी। उन्होंने कहा कि आज का भारत केवल परिवर्तन का साक्षी नहीं, बल्कि परिवर्तन का नेतृत्वकर्ता बन चुका है। ऊर्जा, तकनीक एवं नवाचार के क्षेत्र में देश तेजी से आगे बढ़ रहा है और वैश्विक स्तर पर अपनी सशक्त पहचान बना रहा है। उन्होंने विद्यार्थियों से आह्वान किया कि वे समय के साथ चलने के साथ-साथ समय को दिशा देने का संकल्प लें, ताकि वे स्वयं के साथ-साथ राष्ट्र के उज्ज्वल भविष्य के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकें। कार्यक्रम के दौरान माननीय राज्यपाल जी ने विश्वविद्यालय परिसर स्थित देवालय का भी दर्शन किया। इसके पश्चात उन्होंने फार्मेसी विभाग, विज्ञान विभाग एवं कृषि विभाग के नव-निर्मित एवं उद्घाटित प्रयोगशालाओं, स्मार्ट कक्षाओं एवं अन्य शैक्षिक अवसंरचनाओं का निरीक्षण किया। उन्होंने इन सुविधाओं की गुणवत्ता, आधुनिकता एवं उपयोगिता की प्रशंसा करते हुए इसे विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम बताया। साथ ही विश्वविद्यालय के लोकार्पित मुख्य पूर्वी द्वार का भी भ्रमण किया। कुलपति डॉ. अखिलेश कुमार सिंह ने अपने उद्बोधन में राज्यपाल जी का अभिनंदन करते हुए कहा कि माननीय कुलाधिपति महोदया ज्ञान, प्रेरणा और शक्ति का स्त्रोत है जिनके कुशल मार्गदर्शन एवं प्रेरणा से विश्वविद्यालय शिक्षा, अनुसंधान, नवाचार एवं कौशल विकास के क्षेत्र में निरंतर प्रगति कर रहा है। उन्होंने स्पष्ट किया कि इस लोकार्पण के माध्यम से आधुनिक युग के मार्गदर्शन की दिशा और अधिक सुदृढ़ होगी। उन्होंने यह भी उल्लेख किया कि प्रो. राजेन्द्र सिंह (रज्जू भय्या) के नाम पर स्थापित यह विश्वविद्यालय न केवल शिक्षा का केंद्र है, बल्कि मूल्य एवं विचारों का भी संवाहक है। विश्वविद्यालय में संचालित विभिन्न शैक्षिक योजनाओं, नवीन पाठ्यक्रमों तथा अधोसंरचनात्मक विकास कार्यों का विस्तृत विवरण प्रस्तुत करते हुए उन्होंने कहा कि विश्वविद्यालय राष्ट्रीय शिक्षा नीति के उद्देश्यों के अनुरूप गुणवत्तापूर्ण एवं समावेशी शिक्षा प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने कहा कि नव स्थापित प्रयोगशालाओं में विद्यार्थी केवल शोध कार्य ही नहीं करेंगे, बल्कि तर्क, विश्लेषण एवं नवाचार की क्षमता भी विकसित करेंगे। यहाँ से निकलने वाले शोध समाज एवं राष्ट्र के समग्र विकास में महत्वपूर्ण योगदान देंगे। नव निर्मित सुविधाओं के अन्तर्गत सम्मेलन कक्ष, संगोष्ठी सभागार, बायोकेमेस्ट्री प्रयोगशाला, यंत्र कक्ष, प्लांट एंड जेनेटिक ब्रीडिंग प्रयोगशाला, पूर्वी मुख्य द्वार, सीसीटीवी निगरानी प्रणाली, फार्मास्यूटिकल प्रयोगशाला, फर्माकोलाजी प्रयोगशाला, नवनिर्मित देवालय, एस्पेक्टिक रूम, वनस्पति विज्ञान प्रयोगशाला, भौतिक विज्ञान प्रयोगशाला, फार्माकोग्नासी प्रयोगशाला, रसायन प्रयोगशाला, हॉर्टिकल्चर प्रयोगशाला, डाटा सेंटर, कंप्यूटर लैब, जीव विज्ञान प्रयोगशाला, स्मार्ट कक्ष, रसायन विज्ञान प्रयोगशाला, फार्मास्यूटिकल रसायन प्रयोगशाला, एग्रोनॉमी प्रयोगशाला इत्यादि हैं, जिनका कुलाधिपति महोदया ने संयुक्त रुप से लोकार्पण किया। कुलसचिव डॉ. विनीता यादव ने धन्यवाद ज्ञापन किया। इस अवसर पर वित्त अधिकारी श्रीमती आस्था तिवारी, कुलानुशासक प्रो. राजकुमार गुप्त, अधिष्ठाता विद्यार्थी कल्याण प्रो.आशुतोष कुमार सिंह, अधिष्ठाता कला संकाय प्रो. विवेक कुमार सिंह सहित विश्वविद्यालय के प्रशासनिक अधिकारी, प्राध्यापकगण एवं विद्यार्थी उपस्थित रहे। राष्ट्रगान के साथ समारोह का समापन हुआ। कार्यक्रम का संचालन डॉ. गीतांजलि श्रीवास्तव ने किया।

सपा का संगठन मजबूत करने में जुटे नेता, 2027 चुनाव की तैयारी तेज

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) गाजीपुर। सपा का संगठन

मजबूत करने में जुटे कार्यकर्ताओं व समाजवादी पार्टी के विधानसभा प्रभारी ज्योतिजयानंद पाण्डेय एवं महिला सभा की प्रदेश सचिव व जिलाध्यक्ष विभा पाल द्वारा शनिवार को संगठन को मजबूत बनाने के लिए लगातार मेहनत की जा रही है। गांव-गांव और घर-घर जाकर लोगों से संपर्क कर रहे हैं और पार्टी की नीतियों को जन-जन तक पहुंचाने का काम कर रहे हैं। नेताओं का कहना है कि वर्तमान भाजपा सरकार में बढ़ती महंगाई, बेरोजगारी और भ्रष्टाचार से आम जनता परेशान है। इसी को लेकर समाजवादी पार्टी कार्यकर्ता लोगों को जागरूक कर रहे हैं और बदलाव के लिए तैयार कर रहे हैं। ज्योतिजयानंद पाण्डेय के नेतृत्व में कार्यकर्ता विशेष रूप से महिलाओं के बीच जाकर उन्हें उनके अधिकारों के प्रति जागरूक कर रहे हैं। वहीं विभा पाल भी महिला सभा के माध्यम से महिलाओं को संगठित कर रही हैं और उन्हें अपने हक के लिए आवाज उठाने के लिए प्रेरित कर रही हैं।

नेताओं ने भरोसा जताया कि वर्ष 2027 के विधानसभा चुनाव में समाजवादी पार्टी की सरकार बनाने के लिए कार्यकर्ता पूरी मजबूती के साथ जुटे हैं। उन्होंने कहा कि पार्टी की सरकार बनने पर महिलाओं पर हो रहे अत्याचार को रोकने और उनकी सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए ठोस कदम उठाए जाएंगे।

महर्षि विद्या मंदिर नैनी में अभिभावकों का शोषण! किताबों के लिए 15 दिन से भटक रहे परिजन, प्रशासन मौन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। नैनी स्थित महर्षि विद्या मंदिर इंटर कॉलेज नैनी एक

बार फिर विवादों में घिरता नजर आ रहा है। कक्षा 8 के छात्र अथर्व श्रीवास्तव के पिता प्रियांशु श्रीवास्तव ने विद्यालय प्रबंधन पर गंभीर आरोप लगाते हुए कहा है कि विद्यालय द्वारा संचालित पुस्तकों की व्यवस्था पूरी तरह अव्यवस्थित, गैर-जिम्मेदाराना और अभिभावकों के शोषण का माध्यम बन चुकी है। अभिभावकों के अनुसार, स्कूल द्वारा निर्धारित एकमात्र विक्रेता दर्शन बुक डिपो पर पिछले 15 दिनों से किताबें उपलब्ध नहीं हो पा रही हैं। स्थिति यह है कि अभिभावक अपने कामकाज और नौकरी से छुट्टी लेकर घंटों धूप में लाइन लगाते हैं, लेकिन उन्हें हर दिन यह कहकर लौटा दिया जाता है कि 'आज दो किताबें हैं, बाकी बाद में लें' या 'एक सप्ताह बाद आइए'। प्रियांशु श्रीवास्तव ने बताया कि दुकानदार द्वारा कच्ची रसीद पर किताबें दी जा रही हैं, जिन पर किसी प्रकार की मुहर या सत्यापन नहीं है। दो-तीन घंटे के भीतर ही किताबों का स्टॉक खत्म हो जाता है, जिससे अभिभावकों में आक्रोश बढ़ता जा रहा है। वहीं, विद्यालय प्रबंधन लगातार दबाव बना रहा है कि बच्चे जल्द से जल्द पूरी किताबें लेकर आएं, जिससे बच्चे भी मानसिक तनाव का शिकार हो रहे हैं। सबसे गंभीर बात यह है कि जिलाधिकारी प्रयागराज के निर्देशों के बावजूद विद्यालय केवल अपने पब्लिकेशन की पुस्तकें ही निर्धारित दुकान से लेने के लिए बाध्य कर रहा है। अभिभावकों का सवाल है कि आखिर किताबों की आपूर्ति का पारदर्शी रिकॉर्ड क्यों नहीं दिया जा रहा? क्यों एक ही दुकान पर निर्भरता बनाई गई है? और क्यों अभिभावकों को इस तरह मानसिक रूप से प्रताड़ित किया जा रहा है? प्रियांशु श्रीवास्तव ने इस पूरे मामले को मुख्यमंत्री तक पहुंचाने की बात कही है और प्रशासन से मांग की है कि इस शोषणकारी व्यवस्था की तत्काल जांच कर दोषियों के खिलाफ कठोर कार्रवाई की जाए।

राकेश शर्मा बने सीडीपीओ संघ के प्रदेश अध्यक्ष

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) लखनऊ। उत्तर प्रदेश बाल विकास

परियोजना अधिकारी संघ के पुनर्गठन के लिए शनिवार को हजरतगंज स्थित उद्यान विभाग के सभागार में प्रांतीय अधिवेशन का आयोजन किया गया जिसमें अंतरिम कार्यकारिणी का गठन करने का निर्णय लिया गया। इसके लिए उपस्थित तथा अन्य परियोजना अधिकारियों द्वारा ऑनलाइन मतदान किया गया। अधिवेशन के दौरान राजधानी के गोसाईगंज विकासखंड के परियोजना अधिकारी राकेश कुमार शर्मा को अध्यक्ष चुना गया। संगठन में रवि श्रीवास्तव को उपाध्यक्ष, सत्य प्रकाश पांडेय महामंत्री, संदीप कुमार कोषाध्यक्ष और मीनाक्षी पांडेय को संगठन मंत्री चुना गया। अधिवेशन में सीतापुर से अजीत वर्मा, बाराबंकी से अनूप कुमार सिंह और आराधना यादव, लखनऊ से रंजन श्रीवास्तव और राकेश कुमार शर्मा, संत कबीर नगर से अनुज कुमार, संत कबीर नगर से रोमा सिंह, प्रयागराज से शिवानी सिंह, गोरखपुर से राहुल राय और अभय सिंह, बस्ती से जय प्रताप, देवेंद्र सिंह और स्वप्निल तथा अयोध्या से ओम प्रकाश सहित अन्य बाल विकास परियोजना अधिकारी मौजूद रहे। उत्तर प्रदेश संगठन के चुनाव के साथ अधिवेशन में ग्रेड पे बढ़ोतरी एवं बाल विकास परियोजना अधिकारियों की समस्याओं को दूर करने के लिए अधिकतम प्रयासों की जरूरत पर बल दिया गया। बताया गया कि चुनाव में अध्यक्ष पद के लिए राकेश शर्मा को 83 मत, अभय प्रताप सिंह को 51 मत और सत्येंद्र सिंह को आठ मत प्राप्त हुए। महामंत्री पद के लिए सत्य प्रकाश द्विवेदी कोई 91, ओम प्रकाश को 25 और अभिषेक दुबे को 17 मत मिले। उपाध्यक्ष पद के लिए रवि श्रीवास्तव को 76 मत, राहुल राय को 36 तथा अनूप सिंह को 14 मत प्राप्त हुए।

विभिन्न समस्याओं को लेकर आंगनबाड़ी कार्यकर्त्रियों ने भरी हुंकार

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। सरेनी ब्लॉक के सभागार

में आज आंगनबाड़ी कार्यकर्त्रियों ने अपने ऊपर हो रहे अत्याचारों,मानदेय बढ़ोत्तरी,अपने कार्यों के अतिरिक्त अन्य कार्य लेने हेतु ,संगठन को मजबूत बनाने हेतु संगठन की बैठक आहूत की। बैठक आगड़बाड़ी संगठन के संरक्षक अनूप मिश्रा, पेंशन वेलफेयर एसोसिएशन के सचिव राजेश कुमार पाण्डेय ,महराजगंज आंगनबाड़ी जिला महामंत्री मीना सोनकर,मंजू सिंह, जिलाध्यक्ष आंगनबाड़ी संघ,मालती सिंह,अध्यक्ष रोहनिया ब्लॉक,कंचन बाजपेई, अध्यक्ष,सरेनी ब्लॉक आंगनबाड़ी संघ एवं किरन,मीना देवी,पूर्व अध्यक्ष सरेनी ब्लॉक ने संबोधित किया। संगठन ने अपना कार्य निष्ठा से करने एवं अपनी समस्याओं को मजबूती से लड़ने का प्रण लिया।

'शिक्षा के नाम पर वसूली या सिस्टम की चुप्पी? CMS पर उठे गंभीर सवाल'

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) लखनऊ। राजधानी में शिक्षा के मंदिर कहे जाने वाले प्रतिष्ठित

संस्थान City Montessori School (सीएमएस) को लेकर अभिभावकों में गहरी नाराज़गी और असंतोष सामने आ रहा है। सूत्रों के हवाले से मिली जानकारी के अनुसार, स्कूल की विभिन्न शाखाओं में री-एडमिशन फीस, अतिरिक्त शुल्क, कॉपी-किताब, ड्रेस और अन्य मदों के नाम पर अभिभावकों पर आर्थिक बोझ लगातार बढ़ाया जा रहा है। अभिभावकों का आरोप है कि शिक्षा सेवा का माध्यम होने के बजाय अब यह पूरी तरह व्यावसायिक स्वरूप लेती जा रही है, जहां योजनाबद्ध तरीके से शुल्क वसूली की जा रही है। स्थिति यह है कि अभिभावक स्वयं को ठगा हुआ महसूस कर रहे हैं और उनके सामने कोई स्पष्ट विकल्प भी नहीं बचता। मीडिया मैनेजमेंट पर भी उठे सवाल-सूत्र बताते हैं कि जब-जब शुल्क वसूली अपने चरम पर होती है, उसी समय राजधानी के कृष्णा नगर स्थित सीएमएस ऑडिटोरियम में बड़े स्तर पर प्रेस कॉन्फ्रेंस और कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। इन आयोजनों में नामी हस्तियों और अतिथियों को बुलाया जाता है, जिससे मीडिया का ध्यान अन्य मुद्दों की ओर आकर्षित हो जाए। बताया जा रहा है कि पत्रकारों को आमंत्रित कर भोजन, छोटे उपहार और फोटो अवसर प्रदान किए जाते हैं, जिससे वास्तविक मुद्दों–जैसे फीस वृद्धि और अभिभावकों की समस्याएं–पर सवाल कम उठ पाते हैं। हालांकि यह भी सच है कि पत्रकारिता का मूल उद्देश्य जनहित के मुद्दों को प्रमुखता देना है, न कि सतही आकर्षण में उलझ जाना। पत्रकारों के साथ व्यवहार पर भी प्रश्न-कुछ पत्रकारों का कहना है कि आयोजनों में चयनित लोगों को ही विशेष महत्व दिया जाता है, जबकि दूर-दराज से आने वाले अन्य पत्रकारों के साथ भेदभावपूर्ण व्यवहार की शिकायतें भी सामने आई हैं। पुराने समय का हवाला देते हुए कई लोग कहते हैं कि जब संस्थापक ट्टिप ऊेहप्प सक्रिय और जीवित थे , तब मीडिया के साथ व्यवहार अधिक संतुलित और सम्मानजनक माना जाता था। वर्तमान व्यवस्था में उस संतुलन की कमी महसूस की जा रही है। प्रशासनिक चुप्पी पर उठे सवाल-सबसे बड़ा प्रश्न प्रशासनिक कार्रवाई को लेकर खड़ा हो रहा है। अभिभावकों का कहना है कि बार-बार शिकायतों के बावजूद ठोस कार्रवाई नहीं हो पा रही है। सवाल यह भी उठता है कि क्या प्रभावशाली संबंधों के चलते जिम्मेदार अधिकारी कठोर कदम उठाने से बच रहे हैं? शिक्षा बनाम व्यवसाय विशेषज्ञों का मानना है कि शिक्षा एक सेवा है, न कि लाभ कमाने का माध्यम। यदि स्कूलों में शुल्क संरचना पारदर्शी नहीं होगी और अभिभावकों पर अनावश्यक दबाव बनाया जाएगा, तो यह व्यवस्था पर गंभीर प्रश्नचिह्न खड़ा करता है। यह पूरा मामला केवल एक संस्थान तक सीमित नहीं है, बल्कि शिक्षा व्यवस्था की व्यापक चुनौती को दर्शाता है। जरूरत इस बात की है कि अभिभावकों को आने वाली समस्याओं की निष्पक्ष जांच हो शुल्क निर्धारण में पारदर्शिता लाई जाए मीडिया अपनी जिम्मेदारी निभाते हुए जनहित के मुद्दों को प्राथमिकता दे और प्रशासन निष्पक्ष होकर आवश्यक कार्रवाई सुनिश्चित करे सूत्रों के हवाले से सामने आई इन जानकारियों ने एक बार फिर यह सवाल खड़ा कर दिया है कि क्या शिक्षा व्यवस्था में बढ़ती व्यावसायिकता पर समय रहते अंकुश लगाया जा सकेगा, या अभिभावक यूँ ही आर्थिक दबाव झेलते रहेंगे?

सभी विद्यालय तत्काल वाहन निगरानी पोर्टल पर विद्यालय सम्बन्धी विवरण को ऑनबोर्ड कराएं : एआरटीआ

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। सहायक संभागीय

परिवहन अधिकारी (प्रशासन), रायबरेली अरविंद कुमार यादव ने शनिवार को बताया है कि परिवहन आयुक्त, उ0प्र0 एवं अपर मुख्य सचिव, बेसिक शिक्षा एवं माध्यमिक शिक्षा विभाग, उ0प्र0 के निर्देशानुसार विद्यालयों में अध्ययनरत बच्चों के सुरक्षित आवागमन हेतु संचालित स्कूली वाहनों की दुर्घटनाओं का एक प्रमुख कारण वाहनों की फिटनेस का न होना अथवा त्रुटिपूर्ण फिटनेस का होना पाया जाता है, के बारे में अवगत कराने के साथ ही उत्तर प्रदेश मोटरयान नियमावली 1998 के अध्याय-9-क (विद्यालयीय यानों के लिए विशेष उपबंध) का कड़ाई से अनुपालन सुनिश्चित करने, स्कूल वाहन निगरानी पोर्टल की तैयारी तथा स्कूली वाहनों की फिटनेस हेतु विशेष अभियान (01 से 15 अप्रैल, 2026 तक) के सम्बन्ध में अवगत कराया गया है। उन्होंने बताया है कि इसके दृष्टिगत परिवहन विभाग द्वारा एक स्कूल वाहन निगरानी पोर्टल upisvmp.com विकसित किया गया है, जो विद्यालय प्रणानी की निगरानी, सत्यापन एवं सुरक्षा मानकों का अनुपालन सुनिश्चित करने में सहायक होगा, जिसमें जनपद में संचालित समस्त परिषदीय एवं नॉन परिषदीय विद्यालयों का

` (यू0पी0 सी0बी0एस0सी0 आई0सी0एस0सी0 बोर्ड/अन्य समस्त बोर्ड इण्टरमीडिएट तक) अपने वाहन सम्बन्धी विवरण, वाहन चालक सम्बन्ध विवरण एवं विद्यालय प्रबंधन द्वारा अपलोड किये जाने हेतु रू0-100/- स्टाम्प पेपर पर नोटरी द्वारा सत्यापित शपथ पत्र अपलोड करना होगा यदि विद्यालय में वाहन संचालित नहीं है तो भी विद्यालय प्रबंधन द्वारा अपलोड किये जाने हेतु रू0-100/- स्टाम्प पेपर पर नोटरी द्वारा सत्यापित शपथ पत्र अपलोड करना होगा कि विद्यालय में कोई वाहन संचालित नहीं है। परिषदीय विद्यालयों को ऑनबोर्ड करने हेतु खण्ड शिक्षा अधिकारी द्वारा सम्बन्धित ब्लाक में समस्त विद्यालयों को ऑनबोर्ड कराया जायेगा। उन्होंने बताया है कि इस अभियान के सम्बन्ध में मात्र 04 दिन शेष है एवं विद्यालयों की ऑनबोर्डिंग अभी तक मात्र 14 प्रतिशत ही है। सहायक संभागीय परिवहन अधिकारी (प्रशासन) ने सभी विद्यालय प्रबन्धन/प्रधानाचार्यों से कहा है कि तत्काल वाहन निगरानी पोर्टल upisvmp.com पर विद्यालय सम्बन्धी विवरण को ऑनबोर्ड करना सुनिश्चित करें।

डॉ.भीमराव अंबेडकर निशुल्क स्वास्थ्य शिविर में हजारों मरीजों ने इलाज करवाया,1461 मरीजों का आठ शिविर में 37 डाक्टर ने चिकित्सा परामर्श दिया

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) गांधीनगर। डॉ भीमराव अंबेडकर की जयंती से पहले राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ की शाखा सेवा भारती हुआ नेशनल मेडिकोज ऑर्गेनाइजेशन के तत्वाधान में आठ स्थान पर स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। विभाग सेवा प्रमुख गया प्रसाद शुक्ल ने बताया किसुबह 9 बजे से शुरू हुआ इस स्वास्थ्य शिविर में 1461 मरीजों ने अपना इलाज करवाया व चिकित्सकों से परामर्श लिया। संघ के सह जिला सेवा प्रमुख राकेश तिवारी ने बताया कि राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ कि 10 शाखा के 87 स्वयंसेवको ने भाग लिया। शिविर में डॉक्टर भीमराव अंबेडकर के चित्र के साथ भारत माता का चित्र लगाया गया, विभाग प्रचारक डाक्टर अमित रजावत, विभाग कार्यवाह ऊधम जयसवाल, विभाग संघ चालक अमरेश बहादुर सिंह, बलराम अवस्थी जिला कार्यवाह अमित नगर कार्यवाह शिवा नन्द नगर प्रचारक अनुज ने अलग अलग स्थानों पर पुष्प अर्पित कर शिविर का उद्घाटन कर डाक्टर भीमराव अम्बेडकर को याद किया गया क्योंकि उन्होंने निम्न स्तर की बस्तियों में सेवा कार्य करने की प्रेरणा दी और उन्हें प्रमुख धारा से जोड़ने का अभियान चलाया था जिससे प्रेरित होकर सेवा भारती ने इस स्वास्थ्य शिविर का आयोजन करवाया है तशिविर एम्स रायबरेली के दो दर्जन डाक्टरों ने अपनी सेवाएं दी. शिविर में डाक्टर पूजा द्विवेदी, मनीष त्रिवेदी डाक्टर सुमेधा रस्तोगी, डाक्टर संजय रस्तोगी, डाक्टर ज्ञानेंद्र सिंह , डाक्टर सिद्धांत सिंह, डाक्टर शिवाकांत त्रिपाठी सहित एम्स रायबरेली के डाक्टर सहभागिता किया। शहर में चतुभुजपुर बहराना शक्ति नगर अहिया रायपुर किला बाजार जैतपुर गांधीनगर व मुंशीगंज मे इस वक्त सिविल का आयोजन करवाया गया है जिसमें विभिन्न बीमारियों से संबंधित इलाज के लिए विशेषज्ञ चिकित्सक उपस्थित रहे त सेवा भारती के शेखर शुक्ला, सुरेश गुप्ता गजेन्द्र मौर्य, अंजली शुक्ला, साधना शर्मा, सत्य भामा शुक्ला,नीरज गुप्ता, रवि त्रिवेदी, अलग-अलग शिविर कि व्यवस्था संभाली इस स्वास्थ्य शिविर में नेशनल मेडिकोज ऑर्गेनाइजेशन का विशेष योगदान रहा जिसके अध्यक्ष डॉ रजत सुभ्रा दास ने बताया कि इस तरह के आयोजन समाज में सेवा कार्य को प्रेरित करते हैं जिसका लाभ उसे स्टार के लोग प्राप्त करते हैं जो चिकित्सक की महंगी फीस नहीं दे पाते या फिर जो अपने स्वास्थ्य को लेकर जागरूक नहीं है खासकर महिलाएं और बच्चे जानकारी की अभाव में यह लोग समय से इलाज नहीं करवा पाए जिससे बीमारी का इलाज हो जाती है और बड़ी हो जाती है ऐसे स्वास्थ्य शिविर के माध्यम से उन्हें जागरूक किया जाता है। सेवा भारती के विभाग अध्यक्ष सुनील गुप्ता ने लगने वाले स्वास्थ्य शिविर में व्यवस्थाओं को सुचारू रूप से संचालित किया उन्होंने बताया कि संगठन का सेवा कार्य से जुड़कर उसे आगे बढ़ना सामाजिक दायित्व है जिसका निर्वाहन करना चाहिए।

11,000 वेतन में गुजारा नहीं, 26,000 वेतन दो,नोएडा में मजदूर हड़ताल तीसरे दिन भी जारी

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा फेज-2 के होजरी कॉम्प्लेक्स

में शनिवार को वेतन बढ़ोतरी की मांग को लेकर मजदूरों की हड़ताल तीसरे दिन भी जारी रही। मदरसन समेत दर्जनों फैक्ट्रियों में कामकाज ठप रहा। पुलिस दमन जारीः सीटू जिला सचिव गंगेश्वर दत्त शर्मा व महासचिव रामस्वारथ सहित कई नेताओं को 9 अप्रैल से हाउस अरेस्ट हैं। सीटू ने दमन की कड़ी निंदा करते हुए नेताओं की तुरंत रिहाई मांगी। मजदूरों का हालः महंगाई में गैस 500 रु. तक पहुंच गई, फिर भी यूपी में न्यूनतम वेतन सिर्फ रु11,000 है। 12 घंटे ड्यूटी के बाद भी ठेका मजदूरों को रु10,000-रु12,000 ही मिलते हैं। इतने में परिवार चलाना असंभव है। सीटू की मांगः- न्यूनतम वेतन तत्काल रु26,000 प्रतिमाह घोषित हो। ओवरटाइम का दोगुना भुगतान हो। गिरफ्तार नेताओं को रिहा कर दमन बंद हो। सीटू जिला सचिव गंगेश्वर दत्त शर्मा ने कहा, 'दमन से मजदूरों की आवाज नहीं दबेगी। रु11,000 में गुजारा संभव नहीं। वेतन नहीं बढ़ा तो श्रम अशांति तय है। वेतन बढ़ाओ या आंदोलन झेलो सीटू मजदूरों के आंदोलन के साथ है।

श्रीमत्भागवत कथा में भगवान कृष्ण एवं रूक्मिणी का विवाह धूमधाम से मनाया गया

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। शनिवार को सेक्टर-34 सामुदायिक केंद्र में आयोजित श्रीमद् भागवत कथा के पावन अवसर पर दिव्य प्रसंगों में कथा व्यास पंडित डॉ.पूरन चन्द्र पाण्डेय जी (यशस्वी) ने भगवान श्रीकृष्ण की दिव्य लीलाओं का अत्यंत भावपूर्ण एवं मार्मिक वर्णन किया।व्यास जी ने बताया कि किस प्रकार भगवान श्रीवृष्ण ने ब्रजवासियों की रक्षा हेतु अग्निपान कर उन्हें संकट से बचाया। गोपियों की अखण्ड 11 भक्ति का वर्णन करते हुए बताया कि वे हर समय भगवान का ध्यान करती थीं तथा हेमन्त ऋतु में प्रातःकाल यमुना स्नान कर माँ अम्बिका का पूजन कर भगवान को पति रूप में प्राप्त करने का संकल्प लेती थीं। भगवान श्रीकृष्ण ने उनकी भक्ति की परीक्षा लेते हुए वस्त्र हरण किया, परन्तु गोपियों के विनम्र निवेदन पर उन्हें वस्त्र वापस कर दिए। तत्पश्चात रास लीला का अद्भुत प्रसंग आया, जिसमें गोपियों के मन में उत्पन्न सूक्ष्म अभिमान को दूर करने हेतु भगवान अन्तर्ध्यान हो गए। विरह में गोपियों ने भावपूर्ण गीत गाए और पुनः भगवान प्रकट होकर उनके साथ दिव्य रास रचाया। इस रास में भगवान शंकर भी गोपेश्वर रूप में उपस्थित हुए। आगे कथा में कंस के अत्याचारों का वर्णन करते हुए बताया गया कि नारद जी के परामर्श पर कंस ने धनुष यज्ञ का आयोजन किया। अक्रूर जी भगवान श्रीकृष्ण एवं बलराम जी को वृन्दावन से मथुरा लेकर आए। वहाँ भगवान ने कुब्जा का अत्यंत मनोहर वर्णन किया गया। इस विवाहोत्सव को अत्यंत हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर प्रमुख रूप से उपस्थित श्रद्धालुओं में नंद कुमार यादव, जितेन्द्र चौरसिया, प्रवीन शर्मा, यस के सिंघल, जगदीश जोशी, वेद प्रकाश तिवारी, रूप नारायण त्रिपाठी, मनीष दीक्षित, मनीष गुप्ता, आर के खुराना, के सी रावत, बृजेश त्रिपाठी, दीपक पंत,तपेश झा, दिवाकर शर्मा, अनिल ध्यानी, यस पी चमोली, भीमसेन राउत, विनोद बिष्ट, विनोद जोशी, गिरीश सती,राम प्रकाश तिवारी, रोहित चौहान, के के जैसवाल, शम्भु मिश्रा, राम जी पांडेय, शिव चरण द्विवेदी, अतर सिंह,रमाकांत शर्मा, मोहित पुडीर, प्रदीप भदौरिया, सिमरन चौहान, नीलम जोशी, संगीता सिंह, नीमा लखचौरा, सरिता रावत, नीतू ढाका, संगीता माता-पिता को कारागार से मुक्त कराया और महाराज उग्रसेन का राज्याभिषेक कराया। व्यास जी ने आगे बताया कि कंस के वध के पश्चात जरासंध एवं कालयवन ने मथुरा पर आक्रमण किया। भगवान ने रणनीति के तहत रणभूमि त्यागकर 'रणछोड़' नाम धारण किया तथा कालयवन का अंत राजा मुचुकुन्द के माध्यम से कराया। तत्पश्चात भगवान ने समुद्र के मध्य दिव्य द्वारिका नगरी का निर्माण कराया।कथा में बलराम जी का यादव,मीनाक्षी, रीना चौरसिया, ऋतु उपाध्याय, मीनाक्षी त्रिपाठी,अर्चना सुलेखा ध्यानी, अनीता भट्ट, सहित अनेक भक्तगण उपस्थित रहे। अंत में सभी श्रद्धालुओं ने कथा का श्रवण कर अपने जीवन को धन्य किया तथा भगवान श्रीकृष्ण के जयघोष से सम्पूर्ण वातावरण भक्तिमय हो गया।

पाकेट 7 में बढ रहा है कुत्तों का आतंक,

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। ईडब्ल्यूएस

पॉकेट 7 सेक्टर 82 में कुत्तों का आतंक थमने का नाम नहीं ले रहा । आरडब्ल्यूए अध्यक्ष राघवेंद्र दुबे ने बताया कि आक्रामक कुत्ते आए दिन किसी ना किसी को काट रहे हैं जिससे यहां दहशत का माहौल है। आज सुबह ही 39 ब्लॉक में रहने वाले दीपक सुबह घर से बाहर जा रहे थे इतने में कुत्ते ने उन्हें काट लिया। इससे पहले भी यह कुत्ता कई लोगों को काट चुका है। दीपक जी ने मुझे जानकारी दी और इन खूंखार कुत्तों से छुटकारा दिलाने के लिए कहा। कई कुत्ते सोसायटी में ऐसे हैं जो खूंखार हैं और आए दिन किसी ना किसी को काटते रहते हैं। दस दिन पहले भी 11/4 में रहने वाले एक बच्चे को भी कुत्ते ने काट लिया था। इससे पहले भी इस तरह की तमाम घटनाएं हो चुकी हैं। ऐसे कुत्तों को तुरंत पकड़ा जाए और डॉग शेल्टर में भेजा जाए जिससे यहां के निवासी निर्भय हो सकें। अगर इन कुत्तों को जल्द नहीं पकड़ा गया तो किसी दिन कोई भी अनहोनी हो सकती है। पहले भी कई बार अधिकारियों को जानकारी दी लेकिन कोई कार्रवाई नहीं हुई।

स्कूलों में डिजिटल क्रांति और पविका मुहिम के साथ शालिनी का जागरूकता अभियान तेज

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। डिजिटल नोएडा एनसीआर' और सामाजिक सशक्तिकरण के संकल्प को आगे बढ़ाते हुए शालिनी सिंह ने आज सेक्टर 31 बी एस मेमोरियल पब्लिक स्कूल का दौरा युवा क्रांति सेना के अध्यक्ष अविनाश सिंह के साथ किया। इस अवसर पर विद्यालय को आधुनिक शिक्षा से जोड़ने हेतु स्मार्ट बोर्ड भेंट किया गया, जिससे विद्यार्थियों को डिजिटल माध्यम से बेहतर और इंटरैक्टिव शिक्षा मिल सके। साथ ही 'पविका मुहिम' के अंतर्गत छात्राओं के बीच मासिक धर्म जैसे विषय पर खुलकर चर्चा की गई और यह संदेश दिया गया कि यह कोई वर्जना नहीं बल्कि एक स्वाभाविक प्रक्रिया है। इसके अंतर्गत छात्राओं को सैनेट्री पैड्स भी वितरित किए गए, जिससे उनमें स्वच्छता के प्रति जागरूकता और आत्मविश्वास बढ़े। इसवेे अतिरिक्त 'सक्षम एनसीआर' पहल के तहत विद्यालय को दिव्यांग बच्चों के लिए पूर्णतः सुलभ बनाने का संकल्प लिया गया। यह कार्य आगामी एक सप्ताह के भीतर पूर्ण करने का आश्वासन दिया गया, जिससे समावेशी शिक्षा को बढ़ावा मिल सके। शालिनी सिंह ने कहा कि हमारा उद्देश्य केवल शिक्षा देना नहीं, बल्कि उसे आधुनिक, सुलभ और संवेदनशील बनाना है। स्मार्ट बोर्ड के माध्यम से बच्चों को बेहतर सीखने का अवसर मिलेगा और 'पविका मुहिम' के जरिए हम समाज में जागरूकता लाने का प्रयास कर रहे हैं। 'सक्षम एनसीआर' के तहत हर स्कूल को दिव्यांगजनों के लिए अनुकूल बनाना हमारी प्राथमिकता है। युवा क्रांति सेना के संस्थापक सदस्य एवं विद्यालय के प्रधानाचार्य राजेश अंबावता ने कहा कि यह पहल विद्यालय और विद्यार्थियों के लिए अत्यंत लाभकारी है। स्मार्ट शिक्षा और स्वच्छता संबंधी जागरूकता से बच्चों का सर्वांगीण विकास होगा। इस दौरान कार्यक्रम में आकाश शर्मा, प्रिया कुमारी, प्रवीण सहित विद्यालय का समस्त फैकल्टी स्टाफ भी उपस्थित रहा।

भारत रत्न जननायक कर्पूरी ठाकुर की प्रतिमा अनावरण संपन्न

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सागर। सागर स्थित अटल पार्क में शनिवार को एक भव्य, ऐतिहासिक एवं गरिमामय कार्यक्रम के रूप में जननायक कर्पूरी ठाकुर की प्रतिमा का अनावरण संपन्न हुआ।इस गौरवशाली अवसर पर मध्य प्रदेश विधानसभा के अध्यक्ष नरेंद्र सिंह तोमर मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। कार्यक्रम की अध्यक्षता समाजवादी चिंतक रघु ठाकुर ने की। विशेष अतिथि के रूप में मध्य प्रदेश शासन के कैबिनेट मंत्री गोविंद सिंह राजपूत एवं राजेश्वर सेन की गरिमामयी उपस्थिति ने कार्यक्रम को और अधिक विशिष्ट बना दिया।कार्यक्रम में सेन शक्ति महा संगठन, मध्य प्रदेश के प्रदेश अध्यक्ष राजेश्वर सेन द्वारा सभी अतिथियों का कर्पूरी ठाकुर की प्रतिमा भेंट कर आत्मीय स्वागत किया गया। इस अवसर पर सभी वक्ताओं ने जननायक कर्पूरी ठाकुर के संघर्षमय जीवन, सादगी और दलित-पिछड़े वर्ग के उत्थान हेतु उनके ऐतिहासिक योगदान को याद करते हुए उनके आदर्शों पर चलने का संदेश दिया। मुख्य अतिथि नरेंद्र सिंह तोमर ने अपने उद्बोधन में कहा कि मध्य प्रदेश एवं छत्तीसगढ़ में कर्पूरी ठाकुर की प्रथम प्रतिमा अनावरण का हिस्सा बनना उनके लिए गौरव की बात है तथा युवाओं को उनके जीवन से प्रेरणा लेनी चाहिए। कार्यक्रम में प्रमुख रूप से भूपेंद्र सिंह ठाकुर (विधायक), प्रदीप लारिया (विधायक), शैलेंद्र जैन (महापौर), संगीता सुशील तिवारी सहित अनेक जनप्रतिनिधियों ने अपने विचार व्यक्त किए। पूर्व सांसद लक्ष्मी नारायण यादव, राज बहादुर सिंह सहित सागर जिले के गणमान्य नागरिकों एवं सेन समाज के सैकड़ों समाजबंधुओं की गरिमामयी उपस्थिति ने इस आयोजन को अत्यंत सफल एवं ऐतिहासिक बना दिया। बीना, मकरोनिया, खुरई, गढ़ाकोटा, रहली, खिमलासा, मालथोन, सुरखी सहित पूरे जिले से बड़ी संख्या में समाजबंधु उपस्थित होकर जननायक कर्पूरी ठाकुर को भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की। यह आयोजन केवल एक प्रतिमा अनावरण नहीं, बल्कि सामाजिक न्याय, समानता और संघर्ष की महान विरासत को नमन करने का अवसर था।

एम्स में हेल्थकेयर प्रोफेशनल रत्न अवॉर्ड से नोएडा के डॉ. महिपाल सिंह हुए सम्मानित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा फर्स्ट वन रिहैब फाउंडेशन एवं विन्सम रिहैब सेंटर सेक्टर 70 के संस्थापक एवं निदेशक वरिष्ठ फिजियोथेरेपिस्ट डॉ महिपाल सिंह को एम्स, नई दिल्ली में रविवार को आयोजित कार्यक्रम के दौरान एनसीएचआरएस हेल्थकेयर प्रोफेशनल रत्न अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। यह सम्मान एम्स दिल्ली की जेरिएट्रिक यूनिट द्वारा 11 व 12 अप्रैल 2026 को जेएल ऑडिटोरियम, एम्स, नई दिल्ली में आयोजित दो दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन के दौरान प्रदान किया गया। सम्मेलन में देशभर से आए पुनर्वास विशेषज्ञों, फिजियोथेरेपिस्ट, ऑक्यूपेशनल थेरेपिस्ट एवं स्वास्थ्य पेशेवरों ने भाग लिया। पिछले कई वर्षों से निरंतर फिजियोथेरेपी एवं पुनर्वास के क्षेत्र में सेवा व समर्पण दे रहे डॉ. महिपाल सिंह ने हजारों मरीजों को न्यूरोलॉजिकल, ऑर्थोपेडिक एवं जेरिएट्रिक रिहैबिलिटेशन के माध्यम से नया जीवन दिया है। समुदाय आधारित पुनर्वास, दिव्यांगजनों के सशक्तिकरण और ग्रामीण क्षेत्रों में निःशुल्क थेरेपी कैंप के क्षेत्र में उनका योगदान विशेष रूप से सराहनीय रहा है। यह अवॉर्ड स्वास्थ्य सेवा, रोगी-केंद्रित देखभाल और पुनर्वास के क्षेत्र में उनके समर्पण एवं उत्कृष्ट कार्य को लेकर दिया गया।

सपा नोएडा महानगर ने महात्मा ज्योतिराव गोविंद राव फूले जी की जयंती धूमधाम से मनाई

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। सपा नोएडा महानगर ने सपा नोएडा महानगर कैंप कार्यालय सेक्टर 53 कंचनजंगा मार्केट में शनिवार को महानगर महासचिव विकास यादव की अध्यक्षता में महात्मा ज्योतिराव गोविंद राव फूले जी की जयंती धूमधाम से मनाई। महानगर महासचिव विकास यादव ने कहा कि ज्योतिबा फुले ने दलित शोषित के साथ-साथ महिलाओं के उत्थान एवं शिक्षा के लिए बहुत कार्य किया। मीडिया प्रभारी गौरव कुमार यादव ने कहा कि उन्होंने विधवा विवाह का समर्थन किया। उपस्थिति मुख्य लोगों में-महासचिव विकास यादव, मीडिया प्रभारी गौरव कुमार यादव, टीटू यादव ,वीरपाल प्रधान ,सोनू त्यागी ,सतवीर यादव हरपाल सिंह, नकुल चौहान, बबली शर्मा,शाहिद उस्मानी ,इंदर सिंह, केशव, निरोगी सिंह, महेश कुमार, किशोर कुमार, राम सहेली, विश्वास, मंजीत यादव , सुनील कुमार, जितेंद्र कुमार गुप्ता, उदयभान ,सरवन यादव, निर अवाना आदि गणमान्य लोग उपस्थित थे।

महर्षि यूनिवर्सिटी में 'यंग शार्क्स सीजन-3' का सफल आयोजन, देशभर के छात्रों ने दिखाया हुनर

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। महर्षि यूनिवर्सिटी ऑफ इंफॉर्मेशन टेक्नोलॉजी, नोएडा के महर्षि स्कूल ऑफ बिजनेस मैनेजमेंट (MSoBM) ने शनिवार को MUIT इनक्यूबेशन एंड इनोवेशन फाउंडेशन के साथ मिलकर 'यंग शार्क्स सीजन-3 - 2026' का सफल आयोजन किया। कार्यक्रम की थीम 'डेर टू ड्रीम, डेर टू कम्पीट' रही। कार्यक्रम में डीन एकेडमिक्स डॉ. तृप्ती अग्रवाल ने प्रतिभागियों का स्वागत किया और ज्यूरी सदस्यों को सम्मानित किया। वहीं, MSoBM के डीन डॉ. आजाद सिंह ने भी सभी प्रतिभागियों और मेहमानों का स्वागत करते हुए आयोजन को सफल बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इस प्रतियोगिता में देश के कई प्रमुख संस्थानों के छात्रों ने भाग लिया, जिनमें IIIT वडोदरा, ABES इंजीनियरिंग कॉलेज, पानीपत इंस्टीट्यूट ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी, द्रोणाचार्य ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशंस, शारदा यूनिवर्सिटी और मास्टर्स यूनियन कॉलेज शामिल रहे। शुरुआती दौर में 50 से अधिक टीमों ने हिस्सा लिया, जिनमें से 15 टीमों को फाइनल राउंड के लिए चुना गया। फाइनल में प्रतिभागियों ने टेक्नोलॉजी, सस्टेनेबिलिटी और उपभोक्ता जरूरतों से जुड़े नए और उपयोगी बिजनेस आइडियाज प्रस्तुत किए। ज्यूरी में शामिल उद्योग विशेषज्ञों ने प्रतिभागियों का मूल्यांकन उनके आइडिया, व्यवहारिकता और प्रस्तुति के आधार पर किया, साथ ही उन्हें महत्वपूर्ण सुझाव भी दिए। प्रतियोगिता में पानीपत इंस्टीट्यूट ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी ने पहला स्थान हासिल करते हुए 21,000 रुपये का नकद पुरस्कार जीता। मास्टर्स यूनियन कॉलेज दूसरे स्थान पर रहा, जबकि MSoBM ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। IIIT वडोदरा के छात्रों को सांत्वना पुरस्कार दिया गया।

'नोएडा में उमड़ा जनसैलाब'

हनुमान जन्मोत्सव पर विहिप-बजरंग दल संयोजक विनोद चौहान की 'भव्य शोभा यात्रा' ने रचा नया इतिहास!'

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा विश्व हिन्दू परिषद एवं बजरंग दल, नोएडा महानगर द्वारा श्री हनुमान जन्मोत्सव के पावन अवसर पर आज नोएडा की धरती पर एक ऐतिहासिक और हनुमान जनोत्सव शोभा यात्रा का सफल आयोजन बजरंग दल संयोजक विनोद चौहान द्वारा किया गया। श्रीराम के जयकारों, भगवा ध्वजों और हज़ारों राम-भक्तों के जनसैलाब ने नोएडा के चप्पे-चप्पे को राममय कर दिया। वरिष्ठ पदाधिकारियों की गरिमामयी उपस्थितिः-इस विशाल आयोजन में मेरठ प्रांत और विभाग स्तर के शीर्ष नेतृत्व का सानिध्य प्राप्त हुआ। यात्रा में मुख्य रूप से प्रांत मंत्री राजकुमार डूंगर (मेरठ प्रांत), प्रांत अध्यक्ष सुशील, संगठन मंत्री अरुण , और प्रांत विद्यार्थी प्रमुख समर सिंह उपस्थित रहे। उनके साथ विभाग मंत्री ललित भारद्वाज, विभाग संयोजक सुमित यादव , और विभाग संगठन मंत्री मुनेंद्र ने यात्रा का कुशल मार्गदर्शन किया। नोएडा महानगर की टीम से जिला अध्यक्ष अनिल चतुर्वेदी, महानगर मंत्री दिनेश महावर, बजरंग दल संयोजक विनोद चौहान , , सह-मंत्री राजीव , उपाध्यक्ष अनुराधा और मातृ शक्ति से श्रीमती सुमन चौहान, प्रचार प्रमुख राहुल दुबे ने नेतृत्व किया। शोभा यात्रा के मुख्य आकर्षण और झांकियांः- यात्रा की भव्यता का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि इसमें कई आकर्षक झांकियां शामिल रहीं, जिन्होंने दर्शकों का मन मोह लियाः- काली माता का विकराल स्वरूप और भव्य राम दरबार की जीवंत झांकी। समाज को जागरूक करती , लव जिहाद' पर आधारित विशेष प्रदर्शनी। यात्रा की शोभा बढ़ाते सजे-धजे ऊंट और पारंपरिक वाद्ययंत्रों की गूँज। विजय पथ (यात्रा मार्ग):-प्रातः 10:00 बजे सेक्टर-108 के तिकोना पार्क (गेट नंबर 16) से शुरू होकर यह यात्रा भंगेल तिराहा, पत्थर माकेट, बरोला (हनुमान मूर्ति), मेदांता हॉस्पिटल, मेघदूत पार्क और होशियारपुर (आनंदी फार्म हाउस) होते हुए सेक्टर-34 हनुमान मंदिर पर संपन्न हुई। कार्यकर्ताओं का जोश और जनसहयोगः-यात्रा को सफल बनाने में जिला उपाध्यक्ष सुरेंद्र, विधि प्रकोष्ठ विपुल जौहरी, बजरंग दल सह संयोजक विनोद बॉक्सर, प्रवेश द्विवेदी, प्रवीन, सूरज मिश्रा, रोहित, श्यामवीर, नितेश, नवीन, चंदन, विष्णु, बलकेश, एम. के. श्रीवास्तव,पवन उपाध्याय, छोटे लाल , बलकेश, नरेन्द्र , प्रकाश सहित सैकड़ों समर्पित कार्यकर्ताओं, साधु-संतों और गणमान्य नागरिकों ने अपनी आहुति दी.पदाधिकारियों का संदेशः- समापन सत्र में पदाधिकारियों ने हुंकार भरते हुए कहा कि आज का यह अभूतपूर्व जनसैलाब हिन्दू समाज की एकजुटता और सांस्कृतिक विजय का प्रतीक है। यात्रा के अंत में प्रभु की दिव्य आरती के पश्चात सभी भक्तों के लिए विशाल भंडारे का आयोजन किया गया।

ब्योहारी रेलवे स्टेशन पर धू-धू कर जली कैंपिंग कोच, बड़ा हादसा टला,,

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) शहडोल ब्यौहारी। शॉर्ट सर्किट से अलग किया और नगर परिषद को सूचना देकर फायर ब्रिगेड है और वे रेलवे प्रबंधन की लापरवाही पर सवाल उठा रहे हैं।

या लापरवाही, आग के कारणों को लेकर उठे सवाल, सुरक्षा इंतजामों पर भी घिरे रेलवे अधिकारी रेलवे स्टेशन ब्योहारी में रविवार दीपहर उस समय हड़कंप मच गया, जब ट्रैक मशीन स्टाफ के लिए खड़ी कैंपिंग कोच की एक बोगी में अचानक भीषण आग लग गई। देखते ही देखते बोगी धू-धू कर जलने लगी, जिससे मौके पर अफरा-तफरी का माहौल बन गया। घटना की सूचना मिलते ही कर्मचारियों ने तत्परता दिखाते हुए जलती बोगी को बाकी कोच बुलवाई। कड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया जा सका। प्राथमिक जानकारी के अनुसार, जिस कोच में आग लगी, उसमें खाना बनाने के लिए कमर्शियल की बजाय घरेलू गैस सिलेंडरों का उपयोग किया जा रहा था। किचन में दो सिलेंडर मौजूद थे, लेकिन हैरानी की बात यह रही कि आग से निपटने के कोई पुख्ता इंतजाम नहीं थे। गनीमत रही कि आग सिलेंडरों तक नहीं पहुंची, वरना बड़ा हादसा हो सकता था। घटना के बाद स्थानीय लोगों में आक्रोश लोगों का कहना है कि यदि सिलेंडर में विस्फोट हो जाता, तो स्थिति भयावह हो सकती थी। फिलहाल आग लगने के कारणों का स्पष्ट खुलासा नहीं हो पाया है। कुछ लोग शॉर्ट सर्किट की आशंका जता रहे हैं, जबकि अन्य के अनुसार खाना बनाते समय धूम्रपान जैसी लापरवाही इसकी वजह हो सकती है। स्थानीय नागरिकों ने इस घटना की उच्च स्तरीय जांच की मांग की है, ताकि सच्चाई सामने आ सके और भविष्य में ऐसी घटनाओं को रोका जा सके।

अधिवक्ताओं ने जयंती के पूर्व संध्या पर डॉक्टर भीमराव अंबेडकर को किया याद,बाबा साहब के कार्यों को याद करते हुए मार्ग के अनुशरण का संकल्प

रॉबर्ट्सगंज कचहरी परिसर स्थित डिस्ट्रिक्ट बार एसोसिएशन भवन में हुआ आयोजन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। रॉबर्ट्सगंज कचहरी परिसर स्थित डीबीए भवन में सोमवार को डिस्ट्रिक्ट बार एसोसिएशन सोनभद्र द्वारा जयंती की पूर्व संध्या पर बाबा साहब डॉक्टर भीमराव आंबेडकर को याद किया गया। अधिवक्ताओं ने बाबा साहब के कार्यो को याद करते हुए उनके मार्ग का अनुशरण करने का संकल्प लिया। डिस्ट्रिक्ट बार एसोसिएशन अध्यक्ष अरुण कुमार सिंह एडवोकेट ने सर्वप्रथम बाबा साहब की प्रतिमा/ मूर्ति पर माल्यार्पण किया। सभी अधिवक्ताओं ने भी पुष्प अर्पित किया। अध्यक्ष जी ने केक काटकर एक दूसरे को केक खिलाकर बाबा साहब डॉक्टर भीमराव अंबेडकर की धूमधाम से जयंती मनाई। पूर्व अध्यक्ष जगजीवन सिंह एडवोकेट ने कहा कि अंबेडकर जयंती का पहला सार्वजनिक आयोजन 14 अप्रैल 1928 को पुणे में अंबेडकरवादी और सामाजिक कार्यकर्ता जनार्दन सदाशिव राणापिसे द्वारा किया गया

था, जिन्होंने बाबासाहेब की जयंती मनाने की परंपरा की शुरुआत की। स्थानीय स्तर पर शुरू हुआ यह आयोजन अब राष्ट्रीय और वैश्विक स्तर पर मनाया जाने लगा है। पूर्व अध्यक्ष श्याम बिहारी यादव एडवोकेट ने कहा कि डॉ. अंबेडकर ने सिर्फ संविधान ही नहीं लिखा, बल्कि एक अलग भारत की कल्पना की। एक ऐसा भारत जहां किसी व्यक्ति का मूल्य उसके जन्म से निर्धारित न हो, जहां प्रत्येक नागरिक को कानून के समक्ष समान अधिकार प्राप्त हो, और जहां सबसे वंचित लोगों को न केवल बोलने का अधिकार हो, बल्कि वोट देने का भी अधिकार हो। अंबेडकर जयंती इस बात की याद दिलाती है कि उस दूरदृष्टि ने भारत को कितनी ऊंचाइयों तक पहुंचाया है, और अभी भी उसे कितनी दूर जाना बाकी है। जयंती कार्यक्रम की अध्यक्षता डीबीए अध्यक्ष अरुण कुमार सिंह एडवोकेट व संचालन महामंत्री राजेंद्र कुमार यादव एडवोकेट ने किया। जयंती के अवसर पर हीरालाल पटेल, पवन कुमार सिंह,राजेश कुमार यादव, प्रेम प्रताप विश्वकर्मा, प्रदीप कुमार मौर्य, पंकज यादव, विजय प्रकाश शुक्ला,महेंद्र आर्य, रविंद्र पटेल, आकृति निर्भया, शांति वर्मा, कामता यादव,सरस्वती देवी, द्वारिका प्रसाद नागर, चंद्र प्रकाश सिंह, सुरेश सिंह कुशवाहा, दसरथ यादव, सुमन, रामचंद्र भारत आदि लोग मौजूद रहे।

बाबा साहब के आदर्शों पर चलने का संकल्प, जयंती की पूर्व संध्या पर हुआ श्रमदान

जैत में अंबेडकर पार्क की सफाई कर भाजपा पदाधिकारियों व ग्रामीणों ने दी श्रद्धांजलि

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। सदर विकास खंड के जैत

गांव स्थित अंबेडकर पार्क में संविधान निर्माता डॉ. भीमराव अंबेडकर की 135वीं जयंती की पूर्व संध्या पर सोमवार को विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया। किसान मोर्चा के महामंत्री नारसिंह पटेल के नेतृत्व में भाजपा पदाधिकारियों और ग्रामीणों ने सामूहिक श्रमदान कर अंबेडकर प्रतिमा और पूरे परिसर की साफ-सफाई की। इसके बाद सभी ने पुष्प अर्पित कर बाबा साहब को नमन किया और उनके बताए मार्ग पर चलने का संकल्प लिया। कार्यक्रम में वक्ताओं ने बाबा साहब के योगदान को याद करते हुए कहा कि उन्होंने भारतीय लोकतंत्र को मजबूत आधार देने वाला संविधान तैयार किया, जिसने देश के हर नागरिक को समान अधिकार, स्वतंत्रता और न्याय का भरोसा दिया। सामाजिक भेदभाव के खिलाफ उनकी लड़ाई ने दलितों, वंचितों और महिलाओं को नई पहचान और अधिकार दिलाए। भाजपा के पूर्व जिला उपाध्यक्ष ओमप्रकाश दुबे ने कहा कि डॉ. अंबेडकर ने संविधान के जरिए एक ऐसे भारत की नींव रखी, जहां हर व्यक्ति को बराबरी का अधिकार मिले। आज जरूरत है कि उनके सिद्धांतों को केवल याद न किया जाए, बल्कि उन्हें व्यवहार में भी उतारा जाए। पूर्व जिला मंत्री सुरेश शुक्ला ने कहा कि बाबा साहब ने सामाजिक अन्याय के खिलाफ जो संघर्ष किया, वह आज भी प्रासंगिक है। उनका जीवन हमें अन्याय के खिलाफ आवाज उठाने की प्रेरणा देता है। किसान मोर्चा के जिला अध्यक्ष यादवेंद्र दत्त द्विवेदी ने कहा कि बाबा साहब ने समाज को संगठित कर उसे नई दिशा दी। उनके विचार आज भी गांव-गांव तक पहुंच रहे हैं और लोगों को जागरूक कर रहे हैं। किसान मोर्चा के महामंत्री नारसिंह पटेल ने कहा कि बाबा साहब केवल एक व्यक्ति नहीं, बल्कि एक विचारधारा हैं, जिन्होंने समाज के सबसे कमजोर वर्ग को भी आत्मसम्मान के साथ जीने का अधिकार दिलाया। उनका जीवन हमें यह सिखाता है कि शिक्षा और जागरूकता ही बदलाव का सबसे बड़ा माध्यम है। जिला कार्य समिति सदस्य अनूप तिवारी ने कहा कि ऐसे कार्यक्रम केवल औपचारिकता नहीं, बल्कि समाज को जोड़ने और नई पीढ़ी को प्रेरित करने का माध्यम हैं। वहीं किसान मोर्चा के जिला मंत्री अभय दुबे ने कहा कि बाबा साहब के बताए रास्ते पर चलकर ही समरस समाज की स्थापना संभव है। पूर्व जिला मंत्री सुनील सिंह ने शिक्षा के महत्व पर जोर देते हुए कहा कि बाबा साहब ने शिक्षा को सामाजिक परिवर्तन का सबसे बड़ा हथियार बताया। जैत के पूर्व प्रधान गुलाब ने कहा कि गांव स्तर पर इस तरह के आयोजन से सामाजिक एकता मजबूत होती है और लोगों में जागरूकता बढ़ती है। कार्यक्रम के अंत में ग्रामीणों के बीच मिष्ठान वितरण किया गया। इस दौरान बड़ी संख्या में ग्रामीण, युवा और भाजपा कार्यकर्ता मौजूद रहे और सभी ने बाबा साहब के सपनों का समतामूलक भारत बनाने का संकल्प लिया।

जमीन कब्जे के विवाद में महिला की पिटाई,20-25 लोग पहुंचे आरोपियों ने किया हमला, गंभीर घायल

सोनभद्र। चुर्क चौकी क्षेत्र के रौप गांव स्थित मलुवा टोला में रविवार को जमीन विवाद ने हिंसक रूप ले लिया। कब्जे के प्रयास का विरोध करने पर एक महिला के साथ मारपीट की गई, जिसमें वह गंभीर रूप से घायल हो गई। सूचना पर पहुंची पुलिस के आने से पहले ही आरोपी मौके से फरार हो गए। पुलिस ने पीड़िता की तहरीर पर मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। रौप मलुवा टोला निवासी पुष्पा देवी, पत्नी बृजमोहन मौर्या ने राबर्ट्सगंज कोतवाली में शिकायत दर्ज कराई है। उन्होंने बताया कि उनके ससुर ने जमीन उनके बेटे के नाम वसीयत की थी, जिस पर वे खेती कर अपने परिवार का पालन-पोषण कर रही थीं। पीड़िता के अनुसार, स्वामी श्यामानंद सरस्वती ने इस जमीन पर कब्जा करने की कोशिश की। आरोप है कि उन्होंने लेखपाल से मिलकर फर्जी तरीके से जमीन कुछ लोगों के नाम दर्ज कराई और बाद में उनसे बैनामा लेकर कब्जा करने पहुंचे। रविवार को स्वामी श्यामानंद सरस्वती करीब 20-25 लोगों के साथ गाड़ियों में भरकर मौके पर पहुंचे। उस समय घर में केवल तीन महिलाएं थीं। महिलाओं द्वारा विरोध करने पर आरोपियों ने पुष्पा देवी के साथ मारपीट शुरू कर दी, जिससे वह गंभीर रूप से घायल हो गईं। शोर सुनकर ग्रामीणों ने डायल 112 पर सूचना दी। पुलिस के पहुंचने से पहले ही आरोपी फरार हो गए। पुलिस ने घायल महिला को सुरक्षा प्रदान की और तहरीर के आधार पर मुकदमा दर्ज कर आगे की कार्रवाई शुरू कर दी है।

अधिवक्ताओं के साथ दुर्व्यवहार के खिलाफ सोनभद्र बार एसोसिएशन ने उठाई आवाज

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। सोनभद्र बार

एसोसिएशन अध्यक्ष अशोक कुमार श्रीवास्तव ने अपनी विभिन्न मांगों को लेकर प्रतिनिधि मंडल द्वारा सोमवार को राष्ट्रपति नामित ज्ञापन जिलाधिकारी प्रतिनिधि को देकर बुलंद की आवाज। अधिवक्ताओं ने बताया कि बीते 11.04. को मीरजापुर के अधिवक्ता राजीव कुमार सिंह एडo की हुयी क्रूरतापूर्वक गोली मारकर निर्मम हत्या की अधिवक्ता समुदाय घोर निन्दा करता है। अधिवक्ताओं के साथ आये दिन हो रही इस तरह की घटनायें घोर निन्दनीय हैं तथा ऐसी घटनाओं से अधिवक्ताओं में काफी रोष व्याप्त है। स्थानीय पुलिस प्रशासन की निष्क्रियता से अधिवक्ता समाज काफी मर्माहत है। उक्त अधिवक्ता की हत्या के विरोध में अधिवक्ता हितार्थ से निम्नलिखित मांग करते हैं- अधिवक्ताओं ने बताया कि उप जिलाधिकारी/उप जिला मजिस्ट्रेट सदर सोनभद्र द्वारा आये दिन न्यायालय में वादों की सुनवाई के दौरान अधिवक्ताओं के खिलाफ अकारण ही अमर्यादित एवं असंसदीय भाषा का प्रयोग करके उन्हें अपमानित किया जाता है। उनके द्वारा पूर्व में भी कई वरिष्ठ एवं कनिष्ठ अधिवक्ताओं के साथ अपशब्दों का प्रयोग कर दुर्व्यवहार किया गया है। इस आशय की शिकायतें सोनभद्र बार एसोसिएशन को आये दिन सम्मानित सदस्यों से प्राप्त होती रही हैं। उपजिलाधिकारी सदर द्वारा बार के वरिष्ठतम् अधिवक्ता गजेन्द्र नाथ दीक्षित को अपने चैम्बर से निकल जाने अन्यथा गार्ड की सहायता से बाहर निकलवाने की बात धमकी भरे लहजे में कही गयी थी। अधिवक्ताओं ने मांग की है कि उप जिलाधिकारी/उप जिला मजिस्ट्रेट सदर का स्थानान्तरण अविलम्ब तीन कार्य दिवस के अन्दर किसी अन्य तहसील में करते हुए किसी अन्य उपजिलाधिकारी को सदर तहसील में नियुक्त किया जावे, जिससे अधिवक्तागण न्यायालय में ससम्मान एवं सहजता पूर्वक न्यायिक कार्य सम्पादित कर सकें। इस मौके पर सोनभद्र बार एसोसिएशन अध्यक्ष अशोक कुमार श्रीवास्तव, महामंत्री योगेश कुमार द्विवेदी, गोविंद प्रसाद मिश्र, गीता गौर, राघवेंद्र त्रिपाठी, अविनाश त्रिपाठी, अनुज दुबे आदि लोग मौजूद रहें।

NAINI INDUSTRIAL TRAINING CENTRE
(Govt. Affiliated, Star Graded, Record Holder, ISO Certified Training Centre)
सर्टिफिकेट इन फायर सेफ्टी एण्ड इण्डस्ट्रीयल सिक्योरिटी
फायर सेफ्टी पर जिसकी कमाण्ड, उसकी ही है ग्लोबल डिमाण्ड
कोर्स के बाद सेफ्टी सुपरवाइजर, फायर प्रोटेक्शन, सिक्योरिटी एडमिनिस्ट्रेटर आदि विभिन्न पदों पर नियुक्ति मिल जाती है। रिलीफ एजेन्सी N.G.O., डिफेन्स सर्विसेज फायर सर्विस आर्डिनेन्स फैक्ट्री, महानगर पालिका, नगर निगम, एयरपोर्ट, पावर प्लांट, स्टील प्लान्ट, माइनिंग इन्डस्ट्रीज, पेट्रोलियम कम्पनी, फूड इण्डस्ट्रीज, रिफाइनरीज, टेक्सटाइल मिल, टावर कम्पनी, इलेक्ट्रानिक कम्पनी, कोयले की खदानों एवं जहाजों आदि क्षेत्रों में फायर सेफ्टी के जानकारों को बहुत अधिक मौका मिलता है

श्री महन्तू
अग्निशमन सुरक्षा अधिकारी नैनी, प्रयागराज
नोटः फायर सेफ्टी कोर्स करें और देश -विदेश, सरकारी और प्राइवेट क्षेत्रों में अच्छे पैकेज के साथ नौकरी पायें।
Visit us at www.nainiiti.com Call: 9415608710, 7459860480
Enjoy Publicity

जवानी में मसल्स हो रहीं कमजोरःहो सकता है सार्कोपेनिया, डॉक्टर से जानें लक्षण और बचाव

नयी दिल्ली। मान लीजिये आपकी उम्र आपकी उम्र 35 साल है। सीढ़ियां चढ़ते वक्त अब पहले जैसी फुर्ती नहीं रही। थोड़ा सा वजन उठाते ही सांस फूलने लगती है। ये बदलाव शरीर के अंदर चल रही एक साइलेंट समस्या

'सार्कोपेनिया' का संकेत हो सकता है। आमतौर पर ये समस्या बूढ़े लोगों को होती है, लेकिन सिडेंटरी लाइफस्टाइल के कारण 30-40 की उम्र से ही ये शुरु हो सकती है। ऐसे मामलों में यह समस्या बुढ़ापे तक गंभीर हो जाती है। साल 2024 में 'नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन' में पब्लिश की एक स्टडी के मुताबिक, भारत में 35 से 70 साल के लगभग 28फीसदी लोग सार्कोपेनिया से पीड़ित हैं। इसलिए आज 'फिजिकल हेल्थ' में जानेंगे कि-सार्कोपेनिया क्या है? इसके शुरुआती संकेत क्या हैं? इससे बचाव के लिए लाइफस्टाइल में क्या बदलाव करें? सवाल- सार्कोपेनिया क्या है? जवाब- सार्कोपेनिया एक मेडिकल कंडीशन है, जिसमें- उम्र बढ़ने के साथ मसल मास (बॉडी में मौजूद मसल्स) घटने लगता है।

मांसपेशियों की ताकत कम होने लगती है। चलने-फिरने में परेशानी होती है। रोजमर्रा के छोटे-छोटे काम भी भारी लगने लगते हैं। आमतौर पर ये समस्या बुजुर्गों को ज्यादा होती है। सवाल- सार्कोपेनिया क्यों होता है? जवाब- सार्कोपेनिया उम्र के साथ शरीर में होने वाले कई बदलावों का नतीजा है। इसके लिए शरीर में होने वाले ये बदलाव जिम्मेदार होते हैं- नर्व सेल्स कम होने लगती हैं। इससे मसल्स को सही सिग्नल नहीं मिल पाते हैं। ग्रोथ हॉर्मोन का लेवल घटता है। टेस्टोस्टेरोन और घ्इ-1 हॉर्मोन प्रभावित होते हैं। टेस्टोस्टेरोन हॉर्मोन शरीर में मसल्स, ताकत, एनर्जी और सेक्स ड्राइव को कंट्रोल करता है। IGF-1 हॉर्मोन शरीर में ग्रोथ, मसल्स बनने और सेल रिपेयर के लिए जिम्मेदार है। शरीर भोजन से मिलने वाले प्रोटीन को मसल्स बनाने और उसे रिपेयर करने में पहले जितना प्रभावी तरीके से उपयोग नहीं कर पाता है। क्रॉनिक बीमारियों के कारण शरीर में इंफ्लेमेशन बढ़ता है। आमतौर पर मसल्स उम्र के साथ घटती हैं, लेकिन सार्कोपेनिया में यह रफ्तार ज्यादा तेज हो जाती है। सवाल- सार्कोपेनिया के लक्षण क्या हैं? जवाब- इसका असर व्यक्ति डेली लाइफ और कामकाज पर पड़ता है। इसके कारण चलने-फिरने में परेशानी होती है, बैलेंस बिगड़ने लगता है। सवाल- सार्कोपेनिया शरीर को किस तरह प्रभावित करता है?

जवाब- सार्कोपेनिया का असर सिर्फ मसल्स तक सीमित नहीं रहता है। इसका असर शरीर की ताकत, बैलेंस और डेली लाइफ पर भी पड़ता है। डेली लाइफ पर असर- शरीर की ताकत कम हो जाती है। जल्दी थकान महसूस होती है। चलने की गति धीमी हो जाती है। बैलेंस बिगड़ने लगता है। गिरने और चोट लगने का खतरा बढ़ता है। सीढ़ियां चढ़ना मुश्किल होता है। वजन उठाने में दिक्कत होती है। लंबे समय तक खड़े रहना कठिन हो जाता है। छोटे-छोटे काम भी भारी लगने लगते हैं। हेल्थ पर असर-हड्डियां कमजोर हो सकती हैं। फ्रैक्चर का रिस्क बढ़ता है। मेटाबॉलिज्म स्लो हो जाता है। मोटापा तेजी से बढ़ सकता है।

गंभीर मामलों में व्यक्ति को दूसरों पर निर्भर होना पड़ सकता है। सवाल- सार्कोपेनिया कैसे डायग्नोज होता है? जवाब- इसे पॉइंटर्स से समझते हैं-आमतौर पर डॉक्टर इसकी डायग्नोसिस फिजिकल टेस्ट और लक्षणों के आधार पर करते हैं।

इसमें पेशेंट से उसकी डेली एक्टिविटी और कमजोरी से जुड़े सवाल पूछे जाते हैं। सेल्फ-रिपोर्टेड क्वेश्चनायर से मांसपेशियों की ताकत का आकलन किया जाता है। अगर इस शुरुआती जांच के सेल्फ एसेसमेंट में स्कोर ज्यादा आता है, तो आगे के टेस्ट किए जाते हैं। सवाल- सार्कोपेनिया के रिस्क फैक्टर्स क्या हैं? जवाब- सार्कोपेनिया अचानक होने वाली बीमारी नहीं है। इसके लक्षण धीरे-धीरे विकसित होते हैं। कुछ खराब आदतें और हेल्थ कंडीशंस इसका जोखिम बढ़ा सकती हैं। सवाल- क्या महिलाओं में मेनोपॉज के बाद सार्कोपेनिया का रिस्क बढ़ जाता है? जवाब- हां, मेनोपॉज के बाद हॉर्मोनल बदलाव के कारण इसका रिस्क बढ़ जाता है। पॉइंटर्स से इसके सभी कारण समझते हैं- मेनोपॉज के दौरान शरीर में एस्ट्रोजन हॉर्मोन तेजी से घटता है। यह हॉर्मोन मसल्स की ताकत और रिकवरी के लिए जरूरी होता है। इसकी कमी से मसल्स तेजी से ब्रेक होने लगती हैं। नए मसल्स बनने की प्रक्रिया धीमी हो जाती है।

'नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन' में पब्लिश एक स्टडी के मुताबिक, महिलाओं में सार्कोपेनिया की दर- प्री-मेनोपॉज में 5.5फीसदी होती है। पोस्ट-मेनोपॉज में ये बढ़कर 7.43फीसदी हो जाती है। लेट पोस्ट-मेनोपॉज में जोखिम इससे भी ज्यादा बढ़ जाता है। सवाल- क्या डाइट से सार्कोपेनिया के रिस्क को कम किया जा सकता है? जवाब- हां, हेल्दी और संतुलित डाइट (आहार) की मदद से सार्कोपेनिया का रिस्क काफी हद तक कम किया जा सकता है। 'जर्नल ऑफ फूड बायोकेमेस्ट्री' के मुताबिक, बैलेंस्ड डाइट मांसपेशियों को हेल्दी बनाए रखने में मदद करती है।

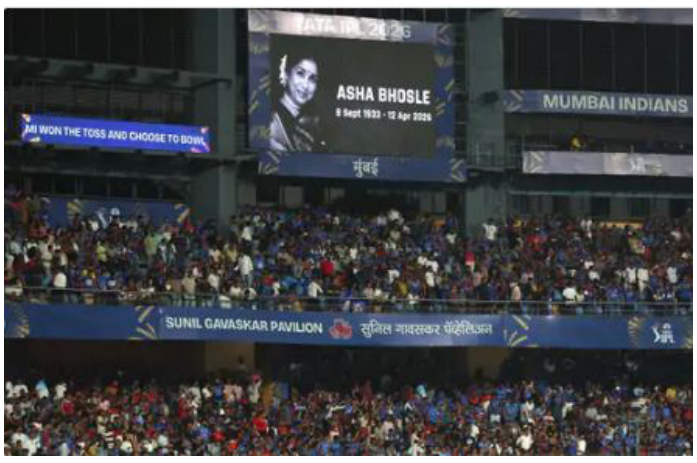
जरूरी न्यूट्रिएंट्स उनकी कार्यक्षमता सुधारने में भी अहम भूमिका निभाते हैं।सवाल- सार्कोपेनिया से कैसे बचें? जवाब- सार्कोपेनिया से बचाव के लिए नियमित एक्सरसाइज और हेल्दी डाइट का कॉम्बिनेशन फायदेमंद माना जाता है। ग्राफिक में देखिए सार्कोपेनिया से बचाव के टिप्स- समय पर पहचान और लाइफस्टाइल में जरूरी बदलावों से मसल्स की कमजोरी को काफी हद तक धीमा किया जा सकता है। उम्र बढ़ना तय है, लेकिन मसल्स को मजबूत बनाए रखना काफी हद तक हमारी लाइफस्टाइल चॉइस पर निर्भर करता है।

कोहली ने बाबर-गेल का रिकॉर्ड तोड़ा,रोहित ने मुंबई के लिए 6 हजार रन पूरे किए, पाटीदार की आरसीबी के लिए सेकेंड फास्टेस्ट फिफ्टी

बेंगलुरु। रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु ने आईपीएल 2026 के

20वें मैच में मुंबई इंडियंस को 18 रन से हराया। वानखेड़े स्टेडियम में रविवार को विराट कोहली टी-20 में सबसे ज्यादा शतकीय साझेदारियां करने वाले बल्लेबाज बने। उन्होंने बाबर आजम और क्रिस गेल को पीछे छोड़ा। मैच में रोहित शर्मा ने भी खास उपलब्धि हासिल की। उन्होंने मुंबई इंडियंस

के लिए 6000 रन पूरे किए। रजत पाटीदार ने 17 गेंदों में फिफ्टी लगाकर आरसीबी के लिए दूसरा सबसे तेज अर्धशतक बनाया और गेल की बराबरी की। आरसीबी ने आईपीएल 2026 में लगातार चौथी बार 200प्लस स्कोर बनाया। लगातार सबसे ज्यादा 200प्लस स्कोर का रिकॉर्ड सनराइजर्स हैदराबाद (5 बार, 2025-26) के नाम है। पंजाब किंग्स (2023) और बेंगलुरु (2024) ने 4-4 बार यह किया था। रजत पाटीदार ने 17 गेंदों में फिफ्टी लगाकर आरसीबी के लिए दूसरा सबसे तेज अर्धशतक बनाया। उन्होंने क्रिस गेल की बराबरी की, जिन्होंने 2013 में 17 गेंदों में फिफ्टी लगाई थी। इस लिस्ट में टॉप पर रोमारियो शेफर्ड हैं, जिन्होंने 2025 में 14 गेंदों में यह किया था। कोहली ने मुंबई के खिलाफ 7वां 50प्लस स्कोर बनाया-विराट कोहली ने मुंबई इंडियंस के खिलाफ सातवां 50प्लस स्कोर बनाकर सुरेश रैना और डेविड वॉर्नर की बराबरी की। इस लिस्ट में टॉप पर केएल राहुल हैं, जिनके नाम 9 स्कोर हैं। कोहली ने वानखेड़े में अपने टी-20 करियर का 9वां 50प्लस स्कोर 23 मैचों में पूरा किया। विराट कोहली टी-20 में सबसे ज्यादा शतकीय साझेदारियां करने वाले बल्लेबाज बने। उन्होंने पहले विकेट के लिए फिल सॉल्ट के साथ 120 रन जोड़े। यह कोहली की 47वीं साझेदारी थी। उन्होंने बाबर आजम और क्रिस गेल (46-46) को पीछे छोड़ा। रोहित शर्मा ने मुंबई इंडियंस के लिए 6000 रन पूरे किए। इस लिस्ट में टॉप पर विराट कोहली हैं, जिन्होंने आरसीबी के लिए 8800प्लस रन बनाए हैं। तीसरे नंबर पर महेंद्र सिंह धोनी और चौथे पर सुरेश रैना हैं, जिन्होंने चेन्नई के लिए सबसे ज्यादा रन बनाए हैं। यहां से टॉप-6 मोमेंट्स- 1. आशा भोसले को श्रद्धांजलि दी गई- मैच से पहले स्टेडियम में गायिका आशा भोसले को श्रद्धांजलि दी गई। रविवार को उनका निधन हुआ। सोमवार को अंतिम संस्कार किया जाएगा। सभी प्लेयर्स काली पट्टी बांधकर उतरे और उनके गाने बजाए गए। आशा भोसले का 92 साल की उम्र में निधन हुआ। 2. सॉल्ट की 25 बॉल में फिफ्टी-8वें ओवर में फिल सॉल्ट ने फिफ्टी पूरी की। उन्होंने मयंक मार्कंडे के खिलाफ पहली गेंद पर चौका लगाकर 25 गेंद में हाफ सेंचुरी पूरी की। इस ओवर में 3 चौके और एक छक्का लगा, कुल 20 रन बने। फिल सॉल्ट ने चौका लगाकर फिफ्टी पूरी की। 3. पाटीदार ने लगातार 3 छक्के जड़े, शॉट खेलते वक्त पिच पर गिरे-12वें ओवर में मयंक मार्कंडे के खिलाफ रजत पाटीदार ने लगातार तीन गेंदों पर तीन छक्के लगाए। दूसरी, तीसरी और चौथी गेंद पर कुल 20 रन बनाए। दूसरे सिक्स के दौरान वे संतुलन खोकर गिर पड़े, लेकिन गेंद बाउंड्री पार गई। रजत पाटीदार ने 20 बॉल पर 53 रन बनाए। 4. आउट होने के बाद कोहली ने गुस्से में हेलमेट फेंका-14वें ओवर की चौथी गेंद पर विराट कोहली आउट हुए। हार्दिक पंड्या की फुल टॉस पर शॉट खेलते समय गेंद लॉन्ग-ऑन पर सूर्यकुमार यादव ने कैच की। कोहली ने 38 गेंदों में 50 रन बनाए। आउट होने के बाद ड्रेसिंग रूम जाते वक्त उन्होंने गुस्से में हेलमेट फेंका।5. हैमस्ट्रिंग इंजरी के चलते रोहित रिटायर हर्ट-पांचवें ओवर में रोहित शर्मा हैमस्ट्रिंग समस्या के चलते मैदान से बाहर गए। शॉट के बाद असहजता महसूस हुई और फिजियो ने इलाज किया। बाद में वे रिटायर हर्ट होकर लौटे और सूर्यकुमार यादव आए। मैच में हल्की देरी हुई, क्योंकि विराट कोहली भी एंकल इंजरी से बाहर थे। रोहित 19 रन बनाकर रिटायर्ड हर्ट हुए। 6. रदरफोर्ड दो बार कैच हुए, नो-बॉल ने बचाया-16वें ओवर की आखिरी गेंद पर शेरफेन रदरफोर्ड को किस्मत का साथ मिला। रोमारियो शेफर्ड की गेंद पर वे कैच आउट हुए, लेकिन नो-बॉल से बच गए। अगली फ्री-हिट पर फिर कैच हुए, लेकिन आउट नहीं माने गए। इस तरह वे एक ही गेंद पर दो बार बच गए।

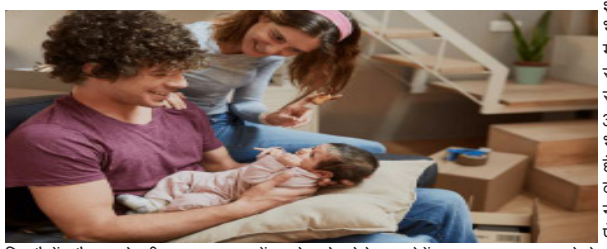


स्वप्निल असनोदकर ने पहले सीजन में 311 रन बनाएः10 हजार रन बनाने वाले गोवा के पहले क्रिकेटर; एक चोट ने करियर बर्बाद किया

नयी दिल्ली। जसप्रीत बुमराह, हार्दिक पंड्या, रवींद्र जडेजा और सूर्यकुमार यादव ऐसे नाम हैं, जो

आईपीएल में चमके और भारतीय टीम में जगह बनाई। लेकिन कुछ खिलाड़ी ऐसे भी रहे, जिन्हें फैंस धीरे-धीरे भूल गए। आईपीएल के अनसंग हीरोज सीरीज में ऐसे ही क्रिकेटर्स की स्टोरी पढ़िए- पहला नाम गोवा के स्वप्निल असनोदकर का है। स्वप्निल 2008 में पहला टाइटल जीतने वाली राजस्थान रॉयल्स का हिस्सा रहे। उन्हें पहले ही मैच में प्लेयर ऑफ द मैच का अवॉर्ड मिला। स्वप्निल ने कोलकाता के खिलाफ 34 गेंदों पर 60 रन बनाए, जिसमें 10 चौके और 1 सिक्स शामिल था। स्वप्निल ने उस सीजन के 9 मैचों में 311 रन बनाए और टीम को चैंपियन बनाया। वे वर्तमान में केरल की अंडर-23 टीम के मुख्य कोच हैं। स्वप्निल गोवा से हैं, जहां फुटबॉल सबसे लोकप्रिय खेल है। उनके पिता और चाचा क्लब लेवल पर फुटबॉल और क्रिकेट खेलते थे। स्वप्निल ने बताया- मेरे परिवार में पांचों भाई स्पोर्ट्स में थे। बुआ स्टेट लेवल एथलीट थीं। घर में खेल का माहौल बचपन से ही था। स्वप्निल ने बताया- मैंने टेनिस बॉल से गली क्रिकेट शुरू किया और वहीं से क्रिकेट का भूत सवार हो गया। 9वीं क्लास में लगातार तीन मैचों में तीन शतक लगाए, तब लगा कि मैं लेदर बॉल से खेल सकता हूं। पिता ने कोचिंग कैंप भेजा और वहीं से करियर बदल गया। 2008 के पहले सीजन को याद करते हुए स्वप्निल ने बताया कि शुरुआती चार मैचों में मौका नहीं मिला था। लेकिन शेन वॉर्न ने कहा था- कभी न कभी मौका आएगा, तैयार रहना। 1 मई 2008 को केकेआर के खिलाफ दोपहर 12 बजे मीटिंग थी। वॉर्न ने अचानक कहा- 'यू आर प्लेइंग टुडे'। स्वप्निल तैयार थे। इसी मैच में उन्होंने पहली आईपीएल फिफ्टी लगा दी और 60 रन बनाए। राजस्थान रॉयल्स उस साल चैंपियन बनी। स्वप्निल को गोवन तोप नाम मिला। उन्होंने 9 मैचों में 2 फिफ्टी के साथ 311 रन बनाए। स्वप्निल और ग्रीम स्मिथ की ओपनिंग जोड़ी ने 418 रन जोड़े, जो सीजन की सबसे बेहतरीन जोड़ी थी। स्वप्निल ने कहा- टीम में बड़े स्टार नहीं थे, लेकिन शेन वॉर्न और डेरेन बेरी ने ऐसा माहौल बनाया कि हम सबने अपना बेस्ट दिया। पहले तीन मैच हारने के बाद हमने कमबैक किया। लक भी साथ रहा और हम चैंपियन बने। पूरा क्रेडिट वॉर्न और सपोर्ट स्टाफ को जाता है। पहला सीजन शानदार रहा, लेकिन दूसरे सीजन में इंजरी ने झटका दिया। साउथ अफ्रीका में आईपीएल के दौरान फील्डिंग में उंगली में लिगामेंट टियर हो गया। 10 दिन के कैंप का फायदा नहीं मिला। बाउंस वाली पिचों पर एडजस्ट नहीं हो पाए और प्रदर्शन प्रभावित रहा। 2009 के सीजन में स्वप्निल को 8 मैचों में मौका मिला, लेकिन वे 98 रन ही बना सके। उसके बाद 2010 और 2011 के सीजन में उन्हें मौके कम मिले। स्वप्निल ने 2011 में अपना आखिरी मैच खेला। उन्होंने किंग्स 11 पंजाब (अब पंजाब किंग्स) के खिलाफ 21 अप्रैल को खेले गए मुकाबले में 9 गेंद पर 9 रन बनाए थे। इस पारी में एक चौका शामिल रहा। स्वप्निल ने अपने आईपीएल करियर में कुल 20 मैच खेले और इनमें दो फिफ्टी के सहारे 423 रन बनाए। स्वप्निल ने कहा- मेरी मेहनत जारी रही, लेकिन सफलता की कोई गारंटी नहीं थी। मैं पॉजिटिव माइंडेड हूं। लाखों लोग घ्इ्थ खेलने का सपना देखते हैं, मैंने वहां जाकर अपना जलवा दिखाया। लोग आज भी 2008 की वजह से मुझे याद करते हैं। यही मेरे लिए संतोष की बात है। गोवा के लिए 17 साल खेलने वाले स्वप्निल ने बताया- 2017-18 में मैं तीनों फॉर्मेट में सबसे ज्यादा रन बनाने वाला बल्लेबाज था। रणजी और वनडे में शतक लगाए थे, फिर भी अगले साल संभावित खिलाड़ियों में जगह नहीं मिली। मैं गोवा का पहला खिलाड़ी था, जिसने सभी फॉर्मेट मिलाकर 10 हजार से ज्यादा रन बनाए थे। यह फैसला एसोसिएशन का था, जिसमें मैं कुछ नहीं कर सकता था। 33 साल की उम्र में यह फैसला समझ नहीं आया, लेकिन मैंने इसे पॉजिटिव तरीके से लिया। 2019 में स्वप्निल ने खिलाड़ी के रूप में संन्यास लिया और कोचिंग शुरू की। उन्होंने गोवा की अंडर-23 टीम को 4 साल कोचिंग दी। नगालैंड की सीनियर टीम के बैटिंग कोच रहे, जहां टीम प्लेट ग्रुप से एलीट ग्रुप में पहुंची। स्वप्निल को बीसीसीआई के एनसीए असाइनमेंट भी मिल रहे हैं। उन्होंने कहा- क्रिकेट ने मुझे जो दिया, उसे वापस लौटाना चाहता हूं। खिलाड़ियों को अपना अनुभव शेयर करना है। मेरा लक्ष्य अंडर-19 इंडिया या उससे आगे कोचिंग करना है। मेहनत जारी रहेगी।

हम जल्द ही मम्मी-पापा बनने वाले हैंःखुशी तो है, लेकिन थोड़ा डर भी है, अच्छा पेरेंट बनने के लिए सबसे जरूरी क्या है?



जयपुर। विषय को समझेंगे एक्सपर्टः डॉ. अमिता श्रृंगी, साइकोलॉजिस्ट, फैमिली एंड चाइल्ड काउंसलर, जयपुर जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- मैं अहमदाबाद से हूं। मेरी शादी को 3 साल हो

गए हैं। जल्द ही हम पेरेंट बनने वाले हैं। जाहिर है, इस कारण हमारी एंग्जाइटी भी थोड़ी बढ़ी हुई है। हम पेरेंटिंग पर तमाम किताबें पढ़ रहे हैं, पॉडकास्ट सुन रहे हैं। हालांकि ये सब पढ़ना-सुनना और कनफ्यूज कर रहा है। क्या आप हमें कुछ बेसिक टिप्स दे सकते हैं कि हमें किन बातों का ध्यान रखना चाहिए। जवाब- सबसे पहले आप दोनों को इस नई यात्रा के लिए बहुत बधाई। पढ़कर खुशी हुई कि आप इस नई जिम्मेदारी से पहले खुद को तैयार कर रहे हैं। अवेयरनेस ही अच्छी पेरेंटिंग की पहली सीढ़ी है। सबसे पहले तो ये समझिए कि जब बच्चा दुनिया में आता है तो उसे सुख-सुविधाओं वाले पेरेंट्स से ज्यादा हैप्पी पेरेंट्स की जरूरत होती है। माता-पिता का खुश रहना ही बच्चे के लिए सबसे खूबसूरत तोहफा है। वियतनामी बौद्ध भिक्षु और मशहूर राइटर तिक न्यात हन्ह ने अपनी किताब 'फिडिलिटीः हाउ टू क्रिएट लविंग रिलेशनशिप दैट लास्ट्स' में इस बारे में लिखा है-किताबें पढ़ना और पॉडकास्ट सुनना अच्छी बात है, क्योंकि ये हमें दिशा देते हैं। लेकिन यह समझना जरूरी है कि पेरेंटिंग की असली नींव किसी ट्रेंड या तकनीक पर नहीं, बल्कि घर के माहौल पर टिकी होती है। बच्चा सबसे पहले अपने आसपास के वातावरण से ही सीखता है। अच्छी पेरेंटिंग कोई हेलीकॉप्टर पेरेंटिंग करना या सुपर मॉम-डैड होना नहीं है। पेरेंट होने की जो एकदम बेसिक जिम्मेदारी है, वो है बच्चे को अनकंडीशनल प्यार और सिक्योरिटी देना।अक्सर हम बच्चे के आने की तैयारी कपड़ों,

खिलौनों और कमरे की सजावट से करते हैं। लेकिन भावनात्मक तैयारी को नजरअंदाज कर देते हैं। जबकि सच्चाई यह है कि पेरेंटिंग की असली शुरुआत बच्चे के जन्म से पहले हमारी सोच, हमारे रिश्ते और हमारे धैर्य से हो जाती है। ऐसे में नए पेरेंट्स के लिए जरूरी है कि वे खुद को मानसिक रूप से तैयार करें। यह समझें कि पेरेंटिंग कोई परफॉर्मेंस नहीं है, बल्कि यह सीखने की निरंतर प्रक्रिया है। आप जितने मजबूत और संतुलित होंगे, बच्चे को उतना ही सुरक्षित और खुशहाल माहौल दे पाएंगे। इस तैयारी को आसान बनाने के लिए यह छोटी-सी चेकलिस्ट मददगार हो सकती है-इमोशनली तैयार रहें पेरेंटिंग सिर्फ फिजिकल नहीं, इमोशनल जिम्मेदारी भी है। बच्चे के आने के बाद आपकी नींद, रूटीन और प्राथमिकताएं बदलती हैं। अगर आप मानसिक रूप से तैयार रहेंगे तो बदलाव को स्वीकार करना आसान होगा और बच्चे को ज्यादा स्थिर माहौल दे पाएंगे। अपने रिश्ते में मधुरता रखें-बच्चे बड़े होते हुए पेरेंट्स के रिश्ते को देखते और महसूस करते हैं। अगर घर में आपसी सम्मान और प्यार है तो वही उनके व्यवहार में भी झलकता है। पार्टनर के साथ स्वस्थ और संतुलित रिश्ता बनाए रखना पेरेंटिंग का अहम हिस्सा है। सुनने की आदत डालें-अक्सर पेरेंट्स बच्चों को समझाने पर ज्यादा ध्यान देते हैं, उन्हें सुनने पर कम। लेकिन एक अच्छा पेरेंट वही है, जो बच्चे की बातों, भावनाओं और छोटे-छोटे एक्सप्रेशंस को ध्यान से समझे। इससे बच्चे को यह महसूस होता है कि उसकी बात मायने रखती है। इसलिए अभी से सुनने की आदत डालें। धैर्य का अभ्यास करें-बच्चे तुरंत नहीं सीखते, वे धीरे-धीरे समझते हैं। एक ही गलती बार-बार दोहराते हैं। ऐसे में गुस्सा करने की बजाय धैर्य रखना जरूरी है। आपका शांत-सरल व्यवहार ही बच्चे को सही मार्गदर्शन देता है। गलतियां स्वीकारना सीखें-कोई भी पेरेंट परफेक्ट नहीं होता। अगर गलती हो जाए तो उसे स्वीकार करें। इससे बच्चा भी अपनी गलतियों को स्वीकारना सीखता है और रिश्ते में भरोसा बढ़ता है। पेरेंटिंग को 'प्रोजेक्ट' न समझें-पेरेंटिंग कोई टास्क या प्रोजेक्ट नहीं है, जिसे परफेक्ट तरीके से पूरा करना है।

ये 15 फूड हैं नेचुरल लैक्सेटिव,कब्ज से दिलाए राहत,पाचन रखे दुरुस्त, एक्सपर्ट से जानें डाइट में कैसे शामिल करें

नयी दिल्ली। आज की तेज रफ्तार जिंदगी में खराब लाइफस्टाइल और अनियमित खानपान के कारण कब्ज एक कॉमन समस्या बन गई है। अगर लंबे समय तक कब्ज बना रहे तो इससे बॉडी फंक्शनिंग और ओवरऑल हेल्थ प्रभावित होती है। 'एबॉट' की गट हेल्थ सर्वे रिपोर्ट के अनुसार, भारत में करीब 22फीसदी वयस्कों को कब्ज है। इनमें से 13फीसदी लोग गंभीर रूप से प्रभावित हैं। अक्सर लोग कब्ज से राहत के लिए दवाएं लेते हैं। जबकि नेचुरल लैक्सेटिव कब्ज से राहत दिला सकते हैं। ये ऐसे फूड या सब्सटेंस होते हैं, जिससे बाउल मूवमेंट सुधरता है। इससे स्टूल सॉफ्ट हो जाता है और कब्ज की समस्या नहीं होती है। इसलिए आज जरूरत की खबर में जानेंगे कि-नेचुरल लैक्सेटिव क्या होते हैं? ये शरीर में कैसे काम करते हैं? किन फूड्स में नेचुरल लैक्सेटिव होता है? विषय को समझेंगे एक्सपर्टः डॉ. नृपेन साइकिया, सीनियर कंसल्टेंट, गैस्ट्रोलॉजी, पीएसआरआई हॉस्पिटल, दिल्ली जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- लैक्सेटिव क्या होते हैं? जवाब- लैक्सेटिव यानी ऐसी दवाएं या खाने की चीजें, जो कब्ज में राहत देकर पेट साफ करने में मदद करती हैं। लैक्सेटिव अलग-अलग तरीके से काम करते हैं। आमतौर पर डॉक्टर पेट साफ न होने पर लैक्सेटिव्स देते हैं। सवाल- नेचुरल लैक्सेटिव क्या होते हैं?जवाब- नेचुरल लैक्सेटिव यानी ऐसी नेचुरल चीजें

जो पेट साफ करने में मदद करती हैं। इसमें फाइबर से भरपूर फल, सब्जियां, होल ग्रेन्स शामिल हैं। आर्टिफिशियल लैक्सेटिव की तरह इनमें केमिकल नहीं होता है। ये आमतौर पर रोजमर्रा के खाने का ही हिस्सा होते हैं और धीरे-धीरे, नेचुरल तरीके से कब्ज में राहत देते हैं। सवाल- नेचुरल लैक्सेटिव शरीर में कैसे काम करते हैं? जवाब- नेचुरल लैक्सेटिव शरीर में दो तरह से काम करते हैं। इनमें मौजूद फाइबर और पानी स्टूल (मल) को मुलायम बनाते हैं, जिससे ये आसानी से पास हो सकें। कुछ नेचुरल ऑप्शन आंतों की हल्की मूवमेंट बढ़ाकर बॉवेल को नियमित रखते हैं। सवाल- कौन से फूड्स नेचुरल लैक्सेटिव होते हैं? जवाब- नेचुरल लैक्सेटिव वो फाइबर रिच फूड होते हैं, जो पेट को साफ रखने में मदद करते हैं। कुछ फल नेचुरल लैक्सेटिव की तरह काम करते हैं। पपीता, अमरूद, सेब (छिलके सहित), नाशपाती, केला (पका हुआ), संतरा, मौसंबी, अंगूर, कीवी और अनार जैसे फल फाइबर से भरपूर होते हैं। फाइबर स्टूल का वॉल्यूम बढ़ाता है और उसे सॉफ्ट बनाता है, जिससे बाउल मूवमेंट आसान हो जाती है। इसके अलावा इन फलों में पानी की मात्रा अधिक होती है, जो बॉडी को हाइड्रेट रखती है और कब्ज की समस्या कम करती है। अंजीर (ताजा/सूखा) अंजीर में हाई फाइबर होता है, खासकर इसके छोटे-छोटे बीज आंतों को स्टिमुलेट करते हैं। यह स्टूल को सॉफ्ट बनाता है और आसानी से बाहर निकालने में मदद करता है। इसलिए इसे पहले के समय में कब्ज के घरेलू उपाय के रूप में इस्तेमाल किया जाता रहा है। प्रून्स (सूखा आलूबुखारा) प्रून्स में एक नेचुरल तत्व 'सॉर्बिटोल' होता है।

फर्जी मामलों में पीड़ित को मुआवजा देना अब जरूरी है

दहेज उत्पीड़न और विवाहिताओं के खिलाफ क्रूरता के मामलों में दो महीने तक गिरफ्तारी पर रोक के लिए सुप्रीम कोर्ट का नया फैसला भी कहीं पुराने फैसलों

की तरह कानून की किताबों में गुम न होकर रह जाए? इसके लिए 5 बिंदुओं पर समझ जरूरी है।1. गिरफ्तारी : जोगिंदर कुमार बनाम यूपी राज्य (1994) के फैसले के अनुसार हिरासत और गिरफ्तारी के लिए पुलिस को अनेक अधिकार मिले हैं। चीफ जस्टिस वेंकटचलैया के अनुसार विवेक का इस्तेमाल किए बगैर मनमाने तरीके से गिरफ्तारी असंवैधानिक और गैर-कानूनी है। 1996 में डीके बसु बनाम पश्चिम बंगाल राज्य के फैसले में हिरासत में लिए लोगों के कानूनी अधिकार तय किए गए थे। अर्नेश कुमार बनाम बिहार राज्य (2014) के फैसले में हिरासत और जेल को अपवाद कहा गया था। इन फैसलों के अनुसार जारी शासनादेशों का अनुपालन नहीं होने से थानों और अदालतों के चक्कर में करोड़ों परिवार तबाह हो रहे हैं। 2. सुप्रीम कोर्ट : नए फैसले के अनुसार धारा 498-ए के दुरुपयोग को रोकने के लिए इलाहाबाद हाईकोर्ट के जून 2022 के आदेश के अनुसार जिलों में परिवार कल्याण समितियों का गठन होना चाहिए। इस बारे में सुप्रीम कोर्ट ने राजेश शर्मा मामले में जून 2017 में एक बड़ा फैसला दिया था। उसके अनुसार धारा 498-ए से जुड़े अधिकांश मामलों में फर्जी तरीके से पति और उसके परिजनों को पुलिस केस में फंसाया जाता है। फैसले में नेशनल लीगल सर्विसेस अथॉरिटी को मार्च 2018 तक रिपोर्ट पेश करने का आदेश था, जिसका 8 साल बाद कोई विवरण नहीं आ रहा। धारा 498-ए के दुरुपयोग को रोकने के लिए 2008 में दिल्ली हाईकोर्ट के फैसले के अनुसार दिल्ली में पुलिस अधिकारियों के लिए सख्त दिशानिर्देश जारी किए गए थे। ऐसे अनेक पुराने फैसलों पर जब अमल नहीं हो रहा तो अब नए फैसले के बाद जमीनी स्तर पर लोगों को इंसाफ कैसे मिलेगा? 3. संसद से कानून : पूर्व उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ ने संविधान के अनुच्छेद 142 की विशिष्ट शक्तियों के दुरुपयोग और सुप्रीम कोर्ट के सुपर-संसद बनने पर रोष व्यक्त किया था। अनुच्छेद 141 के तहत सुप्रीम कोर्ट के आदेश अधीनस्थ अदालतों के लिए बाध्यकारी होते हैं। पर उन फैसलों के अनुसार सरकार और संसद ने आईपीसी या बीएनएस और सीआरपीसी या बीएनएसएस की कानून की किताबों में बदलाव नहीं किए। इस संसदीय विफलता की वजह से पुलिस की मनमर्जी के साथ अदालतों में अराजकता बढ़ रही है। 4. जिला अदालतें : अदालतों में चल रहे 5.07 करोड़ मुकदमों में से लगभग 70 फीसदी यानी 3.52 करोड़ आपराधिक हैं। गरीबों को सही मामलों में भी एफआईआर दर्ज कराने के लिए थानों में एड़ी-चोटी का जोर लगाना पड़ता है। दूसरी तरफ नेताओं और रसूखदार लोगों के इशारों पर सिविल मामलों में भी फर्जी एफआईआर दर्ज हो जाती है। सुप्रीम कोर्ट के नए-पुराने फैसलों से साफ है कि पारिवारिक मामलों में फर्जी तरीके से पति और उसके परिजनों को फंसाने का दुश्चक्र चल रहा है। पुलिस की गिरफ्तारी के बाद जिला अदालतों में रूटीन तरीके से आरोपियों को जेल भेज दिया जाता है। जमीन के मामलों में पटवारी की रिपोर्ट और आपराधिक मामलों में पुलिस दरोगा की एफआईआर को अदालतों में अकाट्य मानने के साम्राज्यवादी रिवाज की वजह से आजाद भारत के करोड़ों लोग पीढ़ी-दर-पीढ़ी थाने और अदालतों के धक्के खाने के लिए अभिशप्त हैं। 5. गुजारा भत्ता : सुप्रीम कोर्ट के इस नए फैसले से दो दर्जन से ज्यादा मुकदमे और गुजारा भत्ता की रकम रद्द होने के साथ हाल ही के शिवांगी बंसल वाले मामले में आईपीएस पत्नी को माफीनामा भी देना पड़ा। लेकिन पति और पिता को 100 दिन से ज्यादा जेल में रहना पड़ा, उसकी भरपाई कैसे होगी? कुछ दिनों पहले सुप्रीम कोर्ट में पत्नी ने गुजारा भत्ता के नाम पर 12 करोड़ रुपए, लग्जरी फ्लैट और कार की मांग की थी। लिव-इन रिश्तों को कानूनी मान्यता और स्त्री-पुरुष समानता के दौर में तलाक के कानून को सरल बनाने के साथ गुजारा भत्ता के नियमों को व्यावहारिक बनाने के लिए सात दशक पुराने कानूनों में बदलाव लाने की जरूरत है।डिजिटल इंडिया का समय है। ऐसे में आम जनता के हितों और अधिकारों से जुड़े सुप्रीम कोर्ट के निर्विवाद फैसलों के विवरण का ऐप जारी हो। फैसलों का पालन नहीं करने वाले पुलिस और न्यायिक अधिकारियों के खिलाफ अवमानना का मामला चलने के साथ प्रशासनिक निलम्बन की कार्रवाई हो। फर्जी तरीके से दर्ज एफआईआर और गैर-कानूनी हिरासत के मामलों में पीड़ित व्यक्ति को मुआवजा मिले। ऐसा होगा तो ही दहेज उत्पीड़न और एससी/एसटी समेत सभी मामलों में कठोर कानूनों के दुरुपयोग पर प्रभावी रोक लग सकेगी। (ये लेखक के अपने विचार हैं, विराग गुप्ता)

अब भारतीय राजनीति में 'थरूर फैक्टर' के क्या हैं मायने?

पहलगाम हमले के बाद विपक्ष की राजनीति में यदि कोई केंद्र बिंदु बना है तो वो हैं डॉ. शशि थरूर। वे तब सुर्खियों में आए, जब केंद्र सरकार ने उन्हें विश्व

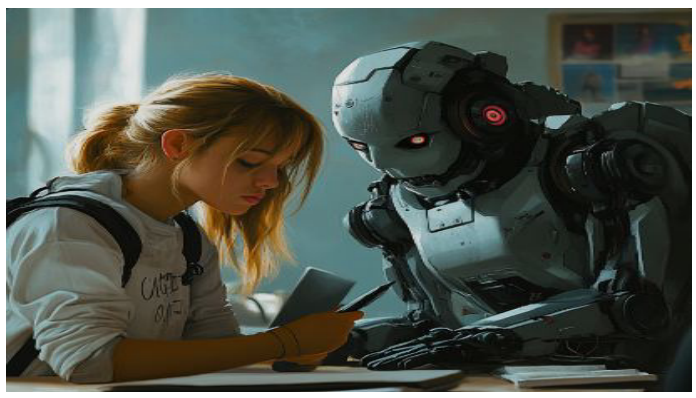
की राजधानियों में भेजे जा रहे सर्वदलीय प्रतिनिधिमंडलों में से एक का नेतृत्व सौंपा, जबकि उनकी पार्टी ने उनके नाम की सिफारिश तक नहीं की थी।हालांकि मनमोहन सिंह ने भी कश्मीर पर राउंड-टेबल वार्ता के लिए 2006 में श्रीनगर में एक ऐसे 'सरकारी प्रतिनिधिमंडल' का नेतृत्व किया था, जिसके लिए दूसरी पार्टियों के अध्यक्षों से कोई सुझाव नहीं मांगे गए थे। वास्तव में, सरकार ने तीन और ऐसे कांग्रेस सांसदों को प्रतिनिधिमंडल में शामिल किया है, जो कांग्रेस की ओर से नामित नहीं किए गए थे। इनमें सलमान खुर्शीद, मनीष तिवारी और अमर सिंह हैं। सरकार ने राहुल गांधी की ओर से भेजे गए नामों में से सिर्फ आनंद शर्मा को ही चुना, शेष तीन नाम खारिज कर दिए। यदि थरूर को शामिल नहीं किया गया होता तो कांग्रेस और सरकार के बीच एक ऐसे समय में राजनीतिक मतभेद उभरकर सामने नहीं आए होते, जब सरकार कूटनीतिक मोर्चे पर भारत की एकजुटता दिखाने की कोशिश कर रही है। थरूर ने निमंत्रण को तुरंत स्वीकारा और उसे अपने लिए 'सम्मान' बताया। उन्होंने कहा कि 'जब देशहित में मेरी सेवाओं की दरकार हो तो मैं पीछे नहीं हटूंगा।' थरूर ने वैश्विक मीडिया के सामने ऑपरेशन सिंदूर को लेकर भारत का पक्ष बेहद प्रभावी ढंग से रखा था। केरल से चार बार सांसद रह चुके थरूर एक समय संयुक्त राष्ट्र के महासचिव बनने को लेकर उम्मीदजदा थे। तब उनकी वाकपटुता और सम्प्रेषण-कौशल ने भाजपा और कांग्रेस दोनों को प्रभावित किया था। कई लोगों का मानना है कि पहलगाम के बाद भारत के पक्ष को थरूर ने इतने बेहतर तरीके से सामने रखा है, जितना कि भाजपा प्रवक्ता भी नहीं कर पाए थे। पिछले कुछ समय से थरूर कांग्रेस आलाकमान की आंख की किरकिरी बने हुए हैं। गांधी परिवार को लगता है कि उन्होंने थरूर की कई बार करियर में आगे बढ़ने में मदद की थी, लेकिन कांग्रेस अध्यक्ष के चुनाव में वे पार्टी के अधिकृत उम्मीदवार मल्लिकार्जुन खरगे के सामने खड़े हो गए। हालांकि थरूर हार गए, लेकिन उन्होंने अपना असर जरूर छोड़ा।वे पार्टी से परे भी अपने प्रशंसक बनाने में सफल रहे हैं। कुछ समय पहले उन्होंने नाराजगी जताते हुए यह भी कहा था कि पार्टी ने उनका ठीक से उपयोग नहीं किया है और उनके पास 'दूसरे विकल्प' भी हैं। सोशल मीडिया पर उनके बड़ी संख्या में फॉलोअर्स हैं। पेशेवर और बुद्धिमान लोगों के साथ ही युवा भी उन्हें सम्मान की नजर से देखते हैं। लोग उन्हें सुनने आते हैं। उनके समर्थक केरल ही नहीं, बल्कि पूरे दक्षिण भारत में देखे जा सकते हैं। उन्होंने अपना यह जनाधार हाईकमान की मदद के बिना तैयार किया है। कांग्रेस में कई नेता अचरज करते हैं कि आखिर थरूर की राजनीति क्या है? कई उनके भाजपा की ओर झुकाव का संकेत भी करते हैं। मोदी सरकार द्वारा थरूर को एक उच्चस्तरीय प्रतिनिधिमंडल की अगुवाई सौंपने से भी इन अटकलों को बल मिला है। थरूर के नेतृत्व वाला प्रतिनिधिमंडल अमेरिका सहित पनामा, गयाना, ब्राजील और कोलंबिया जाएगा।मौजूदा हालात में यह साफ नहीं है कि क्या कांग्रेस उनके खिलाफ कोई कार्रवाई करेगी और अगर हां तो किस आधार पर। केरल में अगले साल चुनाव होने जा रहे हैं, ऐसे में थरूर के खिलाफ कोई भी कदम उठाना कांग्रेस के लिए मुश्किलें पैदा कर सकता है।

केरल ऐसा राज्य है, जहां कांग्रेस अपनी जीत के प्रति आश्वस्त है। वाम मोर्चा वहां पर पिछले दो कार्यकालों से सत्ता में है।यह भी साफ नहीं है कि थरूर आने वाले हफ्तों में क्या करने वाले हैं। क्या वे नई पार्टी बनाएंगे, अलबत्ता यह कभी भी आसान नहीं होता। वे भाजपा या सीपीएम में शामिल हो सकते हैं। लेकिन इसकी भी संभावना बहुत कम है। क्योंकि ऐसा करने पर उनकी वो तमाम राजनीतिक पूंजी नष्ट हो सकती है, जो उन्होंने कमाई है। या क्या वे निर्दलीय सांसद के रूप में केंद्रीय मंत्रिमंडल में शामिल हो सकते हैं? ये सब अभी अटकलें हैं, लेकिन यह साफ है कि केंद्र सरकार उनका सदुपयोग करना चाह रही है। थरूर भी उम्मीद कर सकते हैं कि सरकार उन्हें ऐसी कोई भूमिका दे, जैसे अभी दी है। किसी निष्कर्ष पर पहुंचना जल्दबाजी होगी, लेकिन थरूर-फैक्टर हमें भविष्य के बदलावों का संकेत जरूर देता है। क्या गांधी परिवार की अवहेलना के बावजूद अपनी जमीन कायम रखने से थरूर को कांग्रेस के अनपेक्षित हलकों से समर्थन दिलाया है? अतीत में कैप्टन अमरिंदर सिंह को भी तो इन्हीं कारणों से लोकप्रियता मिली थी।भाजपा यह साबित करने में तो निश्चय ही सफल हुई है कि कांग्रेस में शशि थरूर जैसे अनेक सक्षम, वाकपटु और अनुभवी नेता हैं, जिनको मौका मिले तो वे गांधी परिवार की तुलना में पार्टी का बेहतर तरीके से नेतृत्व कर सकते हैं। (ये लेखिका के अपने विचार हैं।)

नारियल पानी वालों करो न गुरूर, चाय का है अपना सुरूर

मेरी बेटी को चाय बिलकुल पसंद नहीं। वो सिर्फ कॉफी पीती है। सोचा था, वो बड़ी होगी, कहेगी- मम्मी, एक कप चाय बना दूं? साथ पीएंगे। वो दिन कभी आया नहीं। मेरी नाक के नीचे मेरे खून ने मुझसे ही बगावत कर दी! और अब हमारे घर में एक जंग छिड़ी हुई है- चाय बेहतर या कॉफी? वैसे बचपन में मैंने भी कभी चाय नहीं पी थी, होस्टल में जाकर आदत पड़ी। फिर ऑफिस में 11 बजे और 3 बजे इंतजार रहता था- कब टपरी से बालू आएगा, चाय का घूंट पिलाएगा।मुम्बई में इसे कहते हैं 'कटिंग'- शीशे के एक छोटे ग्लास में जरा-सी चाय आती है। लेकिन आहाहाहा, क्या किक देकर जाती है। पहला सिप मानो अमृत- मीठी, कड़क, अदरक-भरी। थके मन, झुके तन को जगा देने वाला घूंट। बॉस की चिड़चिड़ाहट को शांत करने वाला घूंट। भूत-प्रेत को डरा देने वाला घूंट।यह वो चाय है जिसके सहारे देश का पहिया घूमता है। बूढ़ा और नौजवान झूमता है। लेकिन मेरी बेटी नहीं। उसका मानना है कि कॉफी ही वो एकमात्र ड्रिंक है जिसे पीकर दिन शुरू होता है। चाहे उसे बनाने में आधा दिन निकल जाए। पहले वो कॉफी बीन्स ग्राइंडर में पीसती है, फिर फिल्टर पेपर से सींचती है। इस लंबे-चौड़े प्रोसेस के बाद मिलता है काला पानी, जिसे शौकीन कहते हैं- 'फ्रेश ब्रू'। जी हां, ऐसे ही फैंसी शब्दों से कॉफी ने हमारे जेन-जी का दिल और दिमाग जीत लिया है। एक तो कॉफी शॉप इतनी ठंडी-ठंडी, कूल-कूल। इसकी तुलना में कहां चाय की टपरी का टूटा हुआ स्टूल। स्टारबक्स में कॉफी की इतनी वैरायटी, कि सटक गई चायप्रेमी सोसाइटी। अब तो आंटी-अंकल भी कैप्पुचीनो पीने वहां जाते हैं, लेकिन क्या सचमुच वो आनंद पाते हैं? सबसे बड़ा धोखा यह- चाय के नाम पर 'चाय-लाते'। यह एक ऐसा गंदा ड्रिंक है, जो मैंने पहली बार अमेरिका में पिया और तुरंत फेंक दिया। बचपन में एग्जाम के पहले दूध में नेस्कैफे घोल कर जो अपमान हमने कॉफी का किया, शायद उसी के बदले में गोरों ने 'चाय-लाते' ईजाद किया। खैर, जो भी विदेश गया है, वो जानता है कि बाकी दुनिया चाय के नाम पर कुछ बकवास ही बिक रहा है। अगर आपने रेस्तरां में चाय मंगाने की बेवकूफी की तो आपको मिलेगा गरम पानी और एक टी-बैग। वो टी-बैग एक नाजुक-सी अप्सरा है, जो आपके चाय के कप में दस मिनट के डांस के बाद पानी को हल्का सा भूरा करेगी। बस। उससे भी बदतर है हर्बल टी। भाई, वो तो आप दवाई समझकर पी लो, चाय का नाम क्यों खराब करते हो? वैसे हर्बल कॉफी तो मैंने कभी सुनी नहीं, तो फिर चाय के ही साथ यह बदसलूकी क्यों? और 'ग्रीन टी' ने तो हद ही कर दी। आजकल सरकारी दफ्तरों में भी लोग यही पी रहे हैं, कहते हैं स्वास्थ्य के लिए अच्छी है। असली समस्या आपको बताऊं- चाय पीने वालों में अब एकता नहीं! आप चार लोगों से पूछो- चाय लोगे- तो चार जवाब आते हैं। एक कहता है बिना शक्कर, एक कहता है कम दूध। किसी को मसाला तेज चाहिए, किसी को नो अदरक नो इलायची। भाई, चार कप के लिए चार पतीले कौन चढ़ाएगा? खैर, चाय-कॉफी के वाद-विवाद के बीच एक नया प्राणी प्रकट हुआ है। जो कहता है- नो थैंक यू, दोनों ही जहर हैं। मैं तो सिर्फ नारियल पानी पीता हूं। मतलब वो योगा या हेल्थ फ्रीक, जिसने हम चाय-कॉफी वालों को बुरी आदत पालने वालों का खिताब दे दिया है।

छात्रों को एआई टूल्स से चीटिंग करने से कैसे रोकें?



मैं एक ऐसी महिला को जानता हूं जो लैटर लिखने का काम करती थीं। इससे वो अच्छा कमा लेती थीं। वो आईवी लीग कॉलेजों (हॉर्वर्ड,

ऑक्सफोर्ड जैसे प्रतिष्ठित कॉलेज) में दाखिला लेने के इच्छुक छात्रों के लिए 'लेटर ऑफ पर्पस' (एलओपी) लिखती थीं। वो उनमें से थी, जिनके पास दोस्तों तक के फोन उठाने का वक्त नहीं होता था, खासकर भारत में हाई स्कूल के रिजल्ट के बाद। उनका रिकॉर्ड था कि उनके किसी भी स्टूडेंट का आईवी कॉलेज में आवेदन निरस्त नहीं हुआ। वो छात्रों का व्यक्तिगत साक्षात्कार करतीं, उन्हें समझतीं, फिर एलओपी तैयार करतीं। इसके अलावा, छात्रों को दो घंटे की व्यक्तिगत कोचिंग देतीं कि इंटरव्यू में कैसे पेश आएं, संभावित सवाल क्या हो सकते हैं। असल इंटरव्यू से चंद घंटे पहले पर्सनल कोचिंग फिर दोहरातीं। ताज्जुब की बात नहीं कि उनकी फीस भी बहुत थी। दरअसल, जो भी स्टूडेंट दुनिया के अच्छे कॉलेजों में दाखिला लेना चाहते हैं, उन्हें दमदार एलओपी जमा करना होता है, उसके आधार पर कॉलेज एडमिशन तय करता है। पर 2025 में वो बेरोजगार हो गईं! कल रात एक डिनर पर मेरी उनसे मुलाकात हुई और उन्होंने इस बारे में बताया। जब मैंने आश्चर्य व्यक्त किया, तो उन्होंने फीकी हंसी में कहा, 'ओपनआई के चैटजीपीटी ने मेरी नौकरी छीन ली है। साल 2022 के नवंबर से इसने धीरे-धीरे मेरी नौकरी छीनना शुरू कर दिया, लेकिन मैंने तब इस पर ध्यान नहीं दिया। और अब 2025 में, मेरे पास छात्र नहीं आ रहे। अब केवल वही छात्र आते हैं, जिन्हें कॉलेजों ने खारिज कर दिया है और मुझे उन्हीं स्टूडेंट्स को किसी अन्य यूनिवर्सिटी में दाखिला दिलाने के लिए दोगुनी मेहनत करके प्रशिक्षित करना पड़ रहा है।' उनके साथ हुई बातचीत ने मुझे कई कॉलेज के प्रोफेसरों के साथ हुई चर्चाएं याद दिला दी। उन प्रोफेसर्स ने ये माना कि तकनीक से छेड़खानी के मामले में उम्रदराज प्रोफेसर छात्रों से एक कदम पीछे रहते हैं। उनका कहना है कि 'निबंध लेखन, होमवर्क, प्रोजेक्ट रिपोर्ट और पीपीटी में भी चीटिंग का पता लगाना मुश्किल होता है।' यहां तक कि छात्रों के आर्टफिशियल तरीके से तैयार कंटेंट को टूल्स का इस्तेमाल करके भी पहचानना मुश्किल हो रहा है। प्रोफेसर्स दुखी होकर कहते हैं, जब स्टूडेंट्स अपना मुंह खोलते हैं और अंग्रेजी में बात करते हैं, जो कि पहले ही वह अपने प्रोजेक्ट में लिख चुके हैं, तब जाकर हमें पता चलता है कि प्रोजेक्ट में इस्तेमाल कंटेंट टेक्नोलॉजी की मदद से कॉपी किया गया है। इस बीच ्ूब.म्दस के एक सर्वे से पता चला है कि 89इ कॉलेज छात्र असाइनमेंट पूरा करने के लिए चैटजीपीटी का उपयोग कर रहे हैं। इस तकनीक का उपयोग करने वाले छात्रों की इतनी बड़ी संख्या के बावजूद, उनमें से 72फीसदी कहते हैं कि वे नकल पर आधारित शिक्षा नहीं चाहते। वे चाहते हैं कि चैटजीपीटी को कैंपस में बैन किया जाए। तो, क्या किया जा सकता है? कई विशेषज्ञों ने कई सुझाव दिए हैं, लेकिन शीर्ष पांच बिंदु हैं: 1. उन शैक्षणिक तरीकों की ओर लौटें, जो सदियों से शिक्षकों का साथ देते आ रहे हैं। 2. विश्वविद्यालयों को मूल्यांकन के लिए व्यक्तिगत दृष्टिकोण अपनाना चाहिए। 3. प्रोफेसर्स को कक्षाओं में बातचीत का कल्चर फिर खड़ा करना होगा। उच्च शिक्षा के लिए मौखिक संचार हमेशा से अच्छा मॉडल रहा है। अलग-अलग स्ट्रीम के स्टूडेंट्स के बीच डिस्कशन होगा, तो तार्किक परिचर्चाएं विश्वविद्यालय शिक्षा के केंद्र में होंगी। 4. छात्रों को प्रश्न पूछने-आइडिया शेयर करने दें, इससे कक्षाएं सार्थक होंगी। 5. उन्हें सिखाएं कि पैसे कैसे कमा सकते हैं। कुछ लोग इस पर आपत्ति कर सकते हैं। पर बता दूं कि जब क्रिकेटर आठ अंकों में कमाता है, तो केवल कक्षा का सैद्धांतिक ज्ञान उन्हें पीछे छोड़ देता है। इसलिए शुद्ध ज्ञान से नैतिक रूप से पैसे कमाने को प्रोत्साहित करें। फंडा यह है कि जो छात्र बिना किताबें पढ़े क्विज में टॉप करता है, उसने कुछ नहीं सीखा होता। तकनीक पर निर्भर छात्र न केवल ज्ञान हासिल करने में विफल होते हैं, बल्कि रचनात्मक और आलोचनात्मक सोच की क्षमताओं का भी विकास नहीं कर पाते। छात्रो, ये आपका चुनाव है कि आपका मार्गदर्शक कौन होगा- प्रोफेसर या तकनीक? इस पर विचार करें।

किसी पर रहम, किसी को सजा- ये कैसा 'तंत्र' है!

कुछ सप्ताह पहले मैंने 'माय नेम इज रहीम खान' शीर्षक से एक वीडियो-ब्लॉग प्रसारित किया था, जिसमें बताया गया था कि आज

एक भारतीय मुसलमान होने का क्या मतलब है। इसके बाद तत्काल ही मैं दक्षिणपंथियों के निशाने पर आ गया। मुझ पर आरोप लगाया गया कि बढ़ते इस्लामिक चरमपंथ की समस्या से बचने के? लिए मुस्लिम-विक्टिमहुड का झूठा चित्रण कर रहा हूं। लेकिन आज सोचने पर लगता है कि शायद मेरे उस ब्लॉग का शीर्षक 'माय नेम इज अली खान महमूदाबाद' होना चाहिए था। फेसबुक पर टिप्पणी के लिए अशोका यूनिवर्सिटी में राजनीति विज्ञान के प्रोफेसर अली खान महमूदाबाद की गिरफ्तारी बताती है कि हमारे राजनीतिक-तंत्र में क्या गलत है, जो भारतीय मुसलमानों को हाशिए पर धकेल रहा है। उनका अपराध यह था कि उन्होंने ऑपरेशन सिंदूर पर अपने विचार व्यक्त किए थे। उन्होंने कर्नल सोफिया कुरैशी को लेकर दक्षिणपंथी टिप्पणीकारों के पाखंड पर सवाल उठाया था। उन्होंने लिखा था कि मुझे यह देखकर बहुत खुशी हुई कि बहुत से दक्षिणपंथी टिप्पणीकार कर्नल कुरैशी की तारीफ कर रहे हैं, लेकिन शायद उन्हें इतने ही पुरजोर तरीके से यह मांग भी करनी चाहिए कि मॉब लिंचिंग, बुलडोजर और नफरत फैलाने वाली राजनीति के शिकार होने वाले दूसरे लोगों को भी भारतीय नागरिकों की भांति सुरक्षा मिले।ऐसा लिखकर अली खान यह बताना चाह रहे थे कि कर्नल कुरैशी को धर्मनिरपेक्षता का प्रतीक बताने और धरातल पर भारतीय मुसलमानों के खिलाफ बढ़ते भेदभाव के बीच कितना अंतर है। क्या इस टिप्पणी को भारत की स्वायत्तता, एकता और अखंडता को खतरे में डालने वाली बातों के तौर पर देखा जा सकता है? या क्या इसे किसी महिला की गरिमा का अपमान करने वाला कृत्य कहा जा सकता है? सरकार की आलोचना कब से इस हद तक एक अपराध हो गई कि भाजपा युवा मोर्चा के एक कार्यकर्ता

सरपंच की शिकायत पर तत्काल गिरफ्तारी हो जाए या हरियाणा महिला आयोग नोटिस भेज दे? महिला आयोग की अध्यक्ष रेणु भाटिया से जब एक टीवी इंटरव्यू में यह पूछा गया कि अली खान ने किसी महिला की गरिमा का हनन कैसे किया है तो उनके पास इसका कोई तार्किक स्पष्टीकरण नहीं था। यह साफ है कि अन्य 'सरकारी' संस्थानों की तरह महिला आयोग ने भी आधिकारिक निर्देशों पर जल्दबाजी में नोटिस भेज दिया था। इसमें दिल्ली पुलिस भी शामिल थी। इस मामले ने कई परेशान करने वाले सवाल खड़े किए हैं। जैसे कि अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता पर अंकुश के? लिए सत्ता का दुरुपयोग। यह इस तरह का इकलौता मामला नहीं है। चाहे किसी भी दल की सरकार हो, वह असहमति के स्वरों को दबाने के लिए इसी तरह से अपनी शक्तियों का इस्तेमाल करती है। याद करें कि कैसे राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी के प्रमुख शरद पवार के बारे में सोशल मीडिया पर कथित रूप से एक अपमानजनक पोस्ट शेयर करने पर मराठी अभिनेत्री केतकी चिताले को 2022 में गिरफ्तारी का सामना करना पड़ा था। और कैसे द्रमुक सरकार ने तब चुप्पी साध ली थी, जब एक 'समूह' ने सत्ताधारी पार्टी के मुखर आलोचक और यूट्यूबर सुवुक्कू शंकर के घर में गंदगी फेंक दी थी। और कैसे कोलकाता के एक प्रोफेसर पर ममता बनर्जी का कार्टून फॉरवर्ड करने के आरोप लगाए गए थे और उन्हें गिरफ्तारी के 11 साल बाद जाकर रिहा किया गया था।एक मायने से भारतीय राजनीतिक तंत्र ने युगांडा के तानाशाह ईदी अमीन के इस कथन को अपना लिया है कि 'बोलने की आजादी तो है, लेकिन बोलने के बाद आजादी की गारंटी नहीं है!' हालात ऐसे बन गए हैं कि कौन कानून के दायरे में आएगा और कौन नहीं, यह भी आज पूरी तरह से सत्ता-कुलीनों की निजी धारणाओं के अधीन हो गया है। अली खान प्रकरण की तुलना मध्यप्रदेश के मंत्री विजय शाह से

एआई आज भी आर्टिफिशियल ही है! इसलिए रियल इंटेलिजेंस की जरूरत है

मैं दो लोगों को जानता हूं- एक जिन्होंने इस मार्च में एआई की मदद से यूरोप और यूएस की पूरी ट्रिप प्लान की। दूसरी उनकी बेटी, जिसने हाल ही में 12वीं की परीक्षा दी और एआई की मदद से ही कॉलेज एडमिशन की योजना बनाई। जाहिर है, अलग-अलग विकल्प देने के मामले में यह टेक्नोलॉजी किसी भी ट्रैवल एजेंट या काउंसलर से ज्यादा तेज थी। इतनी तेजी से और इतने ज्यादा विकल्प देख कर दोनों इतने प्रभावित हुए कि उन्होंने एआई के अंतिम सुझावों को ही मानने का निर्णय कर लिया। कोर्स और कॉलेजों का चयन कर दोनों ट्रिप पर निकल गए और उन्हें पहला झटका तब लगा, जब वर्ल्ड ट्रेड सेंटर स्टेशन पर उनकी ट्रेन मिस हो गई। डब्ल्यूटीसी स्टेशन असल में एक ट्रांसपोर्टेशन हब है, जहां से न्यू जर्सी और मैसाचुसेट्स जैसे राज्यों के लिए सीधी ट्रेनें मिलती हैं। इन्हें पाथ ट्रेनें कहते हैं। बेटी ने अपने टिकट्स दोबारा चेक नहीं किए थे, इसलिए न सिर्फ उसकी ट्रेन छूटी, बल्कि उसका कनेक्टिंग स्टेशन भी अलग था। एआई ट्रैवल प्लानिंग को लेकर चौतरफा शोर के बीच वह चाहती थी कि अपनी पूरी ट्रिप के लिए एआई के अलावा कहीं और रिसर्च न करे।उसकी सबसे बड़ी गलती यह थी कि उसने यह प्रयोग

ऐसी जगह के लिए किया, जहां वो पहले कभी नहीं गई। ट्रेन छूटने के बाद जब उसने मुझे स्टेशन से कॉल किया तो मुझे समझ आया कि वो गलत जगह पर खड़ी थी। इससे पहले, उसने होटल भी पैदल जाने का फैसला किया, क्योंकि एआई ने बताया कि टैक्सी महंगी पड़ेगी और होटल सिर्फ 600 मीटर के वॉकिंग डिस्टेंट पर है। लेकिन एआई को यह नहीं पता था कि उस दिन भारी बारिश होने वाली है और भारतीय महज दो सूटकेस ही नहीं, हैंडबैग और लैपटॉप भी साथ रखते हैं। तेज बारिश में सामान लेकर चलते हुए दोनों बुरी तरह भीग गए, जिससे अगले दो दिन उन्हें बुखार रहा और साइटसीइंग के लिए समय ही नहीं मिला। तब जाकर उन्हें एहसास हुआ कि बेटी के एआई-संचालित कॉलेज एडमिशन काउंसलर की सलाह भी यूएस में कॉलेज चुनने में गलत हो सकती है। फिर उन्होंने पैसे खर्च करके इंसानी सलाह लेने का निर्णय किया। कॉलेज में प्रवेश के इच्छुक छात्रों को बेहतर गाइडेंस तब मिलती है, जब उसमें इंसान शामिल होता है। क्योंकि काउंसलर बॉट्स की जानकारी को फिल्टर कर छात्रों को सलाह देता है। खासकर, जब उन्हें आवेदन भरने के लिए स्पष्टता की जरूरत होती है। स्कूलों में एआई के इस्तेमाल के समर्थक रह चुके मैसाचुसेट्स स्कूल काउंसलर्स एसोसिएशन के अध्यक्ष अली रोबिडॉक्स भी मानते हैं कि छात्रों पर काउंसलर्स का जो प्रभाव होता है, टेक्नोलॉजी उसकी बराबरी नहीं करती। ऐसा इसलिए, क्योंकि इंसान जानता है कि उनकी निजी जीवन की बारीकियों को कैसे समझा जाए। जबकि चैटबॉट सिर्फ छात्रों के अंक औसत देखता है और उन्हें उस देश में ज्यादा कॉम्पीटिटिव कॉलेजों में आवेदन करने के प्रति हतोत्साहित कर सकता है। चैटबॉट्स ऐसे छात्रों की क्षमताओं का आकलन नहीं कर सकते, जो संभवतः घर में किसी के निधन के कारण कुछ अंकों से चूक गए हों। एक काउंसलर के अनुसार 'चूंकि एआई आपको तो जानते नहीं हैं, इसलिए वो सिर्फ आपको वही बताते हैं, जो पब्लिक डोमेन में है।' चैटबॉट्स को बनाने वाली कंपनियां भी इससे सहमत हैं कि ग्रेजुएशन के लिए सही कॉलेज चुनने की प्रक्रिया में विद्यार्थियों को वयस्कों की सलाह जरूरी होती है। हाई स्कूल छात्रों को कॉलेज जाने में मदद के लिए एआई का इस्तेमाल करने वाले प्लेटफॉर्म 'मेनस्टे' के फाउंडर एंड्रयू मैग्लियोज्जी कहते हैं कि 'इस प्रक्रिया में इंसानों का शामिल होना बहुत जरूरी है। क्योंकि एआई अभी भी विकसित हो रहा है।' फंडा यह है कि हम स्पीड और ऑथेंटिसिटी के बीच फंसकर सोचने लगते हैं कि एआई हमसे बेहतर है। फिलहाल एआई के इस्तेमाल का सबसे सही तरीका यही है कि उसकी स्पीड का फायदा लें और फिर अनुभवी इंसानों से कहें कि वह इस जानकारी का विश्लेषण अपनी बुद्धि से करें। एन. रघुरामन

सास की साजिश, क्रूरता और लालच से उजड़ा बेटी का घर, दामाद पर लगाए झूठे आरोप

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। एक बेहद चौंकाने वाला और संवेदनशील मामला सामने आया है, जहां एक सास की कथित साजिश, क्रूरता और लालच के चलते उसकी ही बेटी का वैवाहिक जीवन बर्बाद हो गया। आरोप है कि महिला ने सुनियोजित तरीके से अपनी बेटी को उसके पति के खिलाफ भड़काया और अंततः झूठे आरोपों में दामाद के खिलाफ मुकदमा दर्ज करा दिया। जानकारी के अनुसार, शादी के मात्र तीन-चार महीने बाद ही सास के दबाव और हस्तक्षेप के कारण रिश्तों में दरार आनी शुरू हो गई थी। आरोप है कि सास ने अपनी बेटी को इस तरह बहकाया कि उसने अपने पति की कोई भी बात न मानने की जैसे ठान ली हो। शुरुआत में ही पत्नी ने पति पर परिवार से अलग होने का दबाव बनाया और किचन तक अलग करवा दिया। इसके बाद सास लगातार अपनी बेटी को उकसाती रही कि वह अपने पति की कोई सेवा न करे–न खाना बनाए, न कोई जिम्मेदारी निभाए। आरोप है कि इसी के चलते पत्नी अपने पति को न नाश्ता देती और न भोजन। पति की स्थिति ऐसी हो गई कि वह मजबूरी में घर में मेड रखने को विवश हो गया और अपने अधिकांश काम स्वयं करने लगा। पति ने कई बार अपनी पत्नी को समझाने की कोशिश की, लेकिन वह पूरी तरह अपनी मां के प्रभाव में थी। बताया जाता है कि पत्नी दिन-रात अपनी मां से फोन पर बात करती रहती थी और सास उसे बार-बार मायके आने के लिए उकसाती थी। सास कथित तौर पर यह भी कहती थी कि पति से पैसे लो और मायके चली आओ। इसी के चलते पत्नी का व्यवहार असामान्य हो गया–वह दो-तीन दिन ससुराल में रहती, फिर पति से पैसे लेकर मायके चली जाती। कुछ दिन बाद पैसे खत्म होने पर वापस आती और फिर वही क्रम दोहराती रहती। जब पति ने इस

व्यवहार का विरोध किया तो सास ने साफ कह दिया कि 'मेरी बेटी जहां चाहेगी वहीं रहेगी, तुम्हें बोलने का कोई अधिकार नहीं।' इतना ही नहीं, सास ने दामाद पर अपनी बुजुर्ग मां को घर से निकालने और वृद्धाश्रम भेजने का दबाव भी बनाया और कथित तौर पर धमकी दी कि ऐसा न करने पर उसकी बेटी ससुराल नहीं आएगी। इस पूरे घटनाक्रम से परेशान पति ने अपने वैवाहिक जीवन को बचाने के लिए पत्नी के मामा और अन्य रिश्तेदारों से भी संपर्क किया, लेकिन उसे कोई ठोस समर्थन नहीं मिला। परिवार के कुछ लोगों ने यह भी स्वीकार किया कि सास का स्वभाव पहले से ही ऐसा रहा है और वह किसी की नहीं सुनती। मामले ने गंभीर मोड़ तब लिया जब सास के कहने पर बेटी ने अपने पति से अपने छोटे भाई के व्यवसाय के लिए बड़ी रकम की मांग की। पति द्वारा असमर्थता जताने पर पत्नी ने उसे अपनी मां से बात करने को कहा। आरोप है कि इसके बाद सास स्वयं दामाद के घर पहुंची। इस दौरान उसने दामाद और उसकी मां के साथ अभद्र व्यवहार किया, अपमानजनक शब्दों का प्रयोग किया और गंभीर धमकियां दीं। यह भी आरोप है कि उसने कहा कि यदि पैसे नहीं दिए गए तो परिणाम गंभीर होंगे, और यदि पुलिस या न्यायालय का सहारा लिया गया तो झूठे मामलों में फंसा दिया जाएगा। बताया जाता है कि वह अपने पति, पुत्र तथा 7-8 अन्य लोगों के साथ रात में घर पहुंची थी, जिससे परिवार में भय का माहौल बन गया। जाते-जाते उसने कथित रूप से कहा कि 'अब पैसे कोर्ट में ही देने पड़ेंगे।' इसके बाद दामाद के खिलाफ फैमिली कोर्ट में मुकदमा दायर किया गया, जिसमें आर्थिक मांगें भी शामिल बताई जा रही हैं। आरोप है कि सास ने अपनी बेटी को मायके में ही रोक लिया और दामाद पर लगातार दबाव, अपमान और प्रताड़ना का सिलसिला जारी रखा। साथ ही, वह दामाद की संपत्ति, आय और वेतन पर नियंत्रण चाहती थी। दामाद का कहना है कि उसने अपने वैवाहिक संबंध को बचाने के लिए हर संभव प्रयास किया, लेकिन सास के दबाव और पत्नी के कठोर व्यवहार के चलते वह असफल रहा। यह भी आरोप है कि पत्नी उसे बार-बार बदनाम करने की धमकी देती थी, जिससे वह सामाजिक प्रतिष्ठा बचाने के लिए उसकी मांगों के आगे झुकता रहा।स्थिति तब और बिगड़ गई जब मुकदमे का नोटिस जानबूझकर पति के कार्यालय भेजा गया, जिससे उसकी पेशेवर छवि को नुकसान पहुंचा। बताया जा रहा है कि लगातार मानसिक दबाव और प्रताड़ना के कारण उसे अपनी नौकरी तक छोड़नी पड़ी और वर्तमान में वह गंभीर मानसिक तनाव की स्थिति में है। मामले में यह भी आरोप है कि सास झाड़-फूंक और टोना-टोटका जैसे कृतियों में भी लिप्त है ,वहीं दामाद का कहना है कि उस पर भी इस प्रकार के प्रयास कई बार किए गए, लेकिन असफल रहने पर उसके खिलाफ मुकदमा दर्ज करा दिया गया। समाज में बदलते रुझानों पर उठे सवालः- इस घटना के संदर्भ में यह भी चर्चा सामने आ रही है कि पहले जहां महिलाओं के उत्पीड़न के मामले अधिक सामने आते थे, वहीं अब कुछ मामलों में कानून के कथित दुरुपयोग के आरोप भी देखने को मिल रहे हैं। हालांकि कि हर मामले की सच्चाई अलग होती है और जांच के आधार पर ही निष्कर्ष निकाला जाना चाहिए। आज के समय में यह भी देखने को मिल रहा है कि कुछ मामलों में कानून के दुरुपयोग के आरोप लगते हैं और इसके चलते पुरुषों के उत्पीड़न की बातें भी सामने आती हैं। हालांकि यह एक व्यापक सामाजिक विषय है, जिसमें हर मामले की निष्पक्ष जांच आवश्यक होती है। इस प्रकरण में अब देखना यह होगा कि न्यायिक प्रक्रिया के बाद संबंधित पक्ष को न्याय मिल पाता है या नहीं।

पूर्व कलेक्टर रानी वाटड जी के लिए रखा गया विदाई समारोह कार्यक्रम

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) मैहर। पूर्व कलेक्टर रानी वाटड

जी के लिए रखा गया विदाई समारोह कार्यक्रम, वर्तमान कलेक्टर एसपी सहित प्रशासनिक अमला रहा मौजूद मैहर की पूर्व कलेक्टर रानी वाटड जी का विदाई समारोह कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसमें मैहर के वर्तमान कलेक्टर विदिशा मुखर्जी, पुलिस अधीक्षक अवधेश प्रताप सिंह और पूरा प्रशासनिक अमला मौजूद रहा। इस समारोह में पूर्व कलेक्टर रानी वाटड जी के कार्यों और उनकी उपलब्धियों को याद किया गया, जिसमें उन्होंने मैहर जिले के विकास में महत्वपूर्ण योगदान दिया। उनकी जगह विदिशा मुखर्जी मैहर की नई कलेक्टर के रूप में पदभार संभाला है। इस अवसर पर रानी वाटड जी के कार्यकाल की सराहना की गई और उनके भविष्य के लिए शुभकामनाएं दी गईं।

मा0 उपाध्यक्ष की अध्यक्षता में नारी शक्ति वंदन सम्मेलन कार्यक्रम का आयोजन सम्पन्न

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। नारी शक्ति वंदन एक्ट को लागू करने के उपलक्ष्य में जनपद में जिला पंचायत सभागार में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मा0 उपाध्यक्ष, उत्तर प्रदेश राज्य महिला आयोग अपर्णा यादव, मा0 अध्यक्ष जिला पंचायत रंजना चौधरी द्वारा प्रतिभाग किया गया। कार्यक्रम में मा0 प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के दिल्ली के विज्ञान भवन में आयोजित नारी शक्ति वंदन सम्मेलन कार्यक्रम का सजीव प्रसार देखा व सुना गया। मा0 उपाध्यक्ष द्वारा उपस्थित महिलाओं को पारित बिल की संपूर्ण जानकारी साझा की गई। इस सम्मेलन में महिलाओं को संबोधित करते हुए कहा कि आज हर क्षेत्र में मातृ शक्तियों ने अलग मुकाम बना लिया है। जरुरत है नारी को अपनी शक्तियों को पहचानने की। गांव की ग्राम पंचायतों से देश की पार्लियामेंट तक के निर्णय में नारी, की भागीदारी सुनिश्चित की की जा रही है। इस मौके पर जिला प्राबेशन अधिकारी जयपाल वर्मा, जिला पिछड़ा वर्ग कल्याण अधिकारी मोहन त्रिपाठी, जिला कार्यक्रम अधिकारी सुरेंद्र कुमार, सृजन प्रबंधिका डॉ अमित खुबेले, बाल कल्याण समिति सदस्य मिलिंद द्विवेदी सहित सम्बन्धित अधिकारी व आंगनबाड़ी, आशा, समूह की महिलाएं मौजूद रही।

'गांव चलो, बस्ती चलो' अभियान के तहत वार्ड 21 में जनसंपर्क, बाबा तालाब शिव मंदिर परिसर में चला स्वच्छता अभियान

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) मैहर। भारतीय जनता पार्टी नगर

मंडल द्वारा संचालित 'गांव चलो, बस्ती चलो' अभियान के अंतर्गत मैहर नगर के वार्ड क्रमांक 21 में जनसंपर्क कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस दौरान कार्यकर्ताओं ने घर-घर पहुंचकर हितग्राहियों से संवाद स्थापित किया और अभियान के तहत वार्ड 21 स्थित बाबा तालाब शिव मंदिर परिसर में स्वच्छता अभियान भी चलाया गया। कार्यकर्ताओं एवं स्थानीय नागरिकों ने मिलकर मंदिर परिसर की साफ-सफाई की और स्वच्छता का संदेश दिया। कार्यक्रम में मुख्य रूप से विधायक श्रीकांत चतुर्वेदी नगर मंडल अध्यक्ष विकास तिवारी, प्रभारी सत्यभान सिंह, संयोजक मुकेश ओझा,मंडल सह प्रभारी दिनेश मौर्य विनोद चौरसिया ,पारस तिवारी,विनय पांडेय कमलेश सोनी तीनों वार्डों 19 20 21 के बूथ अध्यक्ष क्रमशः पंकज नागर,द्वारिका मिश्रा,अरविंद मौर्य,जितेंद्र सूर्यवंसी,विपिन सिंह,गीतेश त्रिपाठी बबलू नामदेव, सीमा सिंह,आरती नागर सहित वार्ड के अनेक गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे। कार्यक्रम के दौरान उपस्थित जनप्रतिनिधियों ने अभियान की महत्ता बताते हुए कहा कि इस तरह के जनसंपर्क और स्वच्छता अभियान से जनता के बीच विश्वास मजबूत होता है और विकास कार्यों को गति मिलती है।

मैहर में जंगलराज की बानगी जरूर देखे जिम्मेवार

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) भदनपुर। बराखुर्द मार्ग बना मौत

का जाल, ओवरलोड ट्रकों पर भड़वेज ग्रामीण, दी सीधी चेतावनी!मैहर के भदनपुर बराखुर्द मार्ग की जर्जर हालत ने अब स्थानीय लोगों का गुस्सा विस्फोटक बना दिया है। सड़क पूरी तरह उखड़ चुकी है, गड्ढों में तब्दील रास्ता हादसों को खुला न्योता दे रहा है। इसके बावजूद बेलगाम ओवरलोड ट्रक धड़ल्ले से दौड़ रहे हैं, जिससे हालात और भयावह हो गए हैं। आक्रोशित ग्रामीणों ने ट्रक चालकों को लड्डू खिलाकर सख्त संदेश दिया है– इस मार्ग का इस्तेमाल तुरंत बंद करें और निजी रास्तों का उपयोग करें। चेतावनी साफ है, अगर अब भी अनदेखी हुई तो ग्रामीण खुद सड़कों पर उतरकर ट्रकों की आवाजाही पूरी तरह ठप कर देंगे।

तीन महीने बाद भी कार्रवाई शून्यः शारदा धाम में शस्त्र पूजा पर प्रशासन मौन, श्रद्धालुओं में रोष

(आधुनिक समाचार नेटवर्क)मैहर। माँ शारदा मंदिर

में नियमों को दरकिनार कर गर्भगृह में शस्त्र पूजा किए जाने का मामला सामने आए तीन महीने बीत चुके हैं, लेकिन अब तक कोई ठोस कार्रवाई नहीं हुई। फरवरी में हुए इस घटनाक्रम में जनसत्ता दल के राष्ट्रीय अध्यक्ष रघुराज प्रताप सिंह का शस्त्र लेकर गर्भगृह में प्रवेश और पूजा करना व्यापक चर्चा का विषय बना था। घटना के बाद मंदिर प्रशासन ने जांच की बात कही थी, लेकिन समय बीतने के साथ मामला ठंडे बस्ते में जाता नजर आ रहा है। न जिम्मेदारों पर कोई कार्रवाई हुई, न ही सुरक्षा व्यवस्था में कोई सुधार दिखा। इससे आम श्रद्धालुओं में गहरा आक्रोश है। मंदिर में स्पष्ट नियम है कि किसी भी प्रकार के अस्त्र-शस्त्र के साथ प्रवेश पूर्णतः प्रतिबंधित है, फिर भी खुलेआम नियमों की धज्जियां उड़ाई गईं। सबसे गंभीर बात यह रही कि गर्भगृह जैसे पवित्र स्थल में शस्त्र के साथ पूजा करवाई गई। श्रद्धालुओं के बीच अब यह चर्चा भी तेज है कि जब कोई खुद को इतना 'बाहुबली' साबित करने में लगा हो कि माँ शारदा के सामने भी बंदूक की नली रखकर पूजा करे, तो फिर ऐसे व्यक्ति को देवी के आशीर्वाद की आवश्यकता ही क्या रह जाती है? यह दृश्य न सिर्फ नियमों का उल्लंघन था, बल्कि आस्था की मर्यादा पर भी सीधा प्रहार माना जा रहा है। मामले पर उस समय मंदिर प्रशासक एवं एसडीएम विव्या पटेल ने जांच का आश्वासन दिया था, लेकिन तीन महीने बाद भी कोई परिणाम सामने नहीं आया। इससे यह सवाल और गहरा हो गया है कि आखिर कार्रवाई करने में प्रशासन का पसीना क्यों छूट रहा है? क्या प्रभावशाली लोगों के सामने नियम बौने पड़ जाते हैं? अब देखना यह है कि प्रशासन कब जागेगा और इस पूरे प्रकरण में जवाबदेही तय करेगा, या फिर श्रद्धालुओं की आस्था के साथ यूं ही खिलवाड़ होता रहेगा।

भागवत कथा का भव्य समापन भंडारे के साथ संपन्न

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा सेक्टर 34, नोएडा

सामुदायिक केंद्र में आयोजित श्रीमद्भागवत कथा का आज अंतिम दिवस अत्यंत श्रद्धा, भक्ति एवं उत्साह के साथ भंडारे के आयोजन के साथ संपन्न हुआ। सात दिवसीय इस दिव्य कथा के समापन अवसर पर कथा व्यास डॉ.पूरन चन्द्र पाण्डेय जी ने भगवान श्रीकृष्ण की महिमा, भक्तों के प्रति उनकी करुणा तथा भक्ति के महत्व का भावपूर्ण वर्णन किया। उन्होंने अपने प्रवचन में बताया कि जो भी श्रद्धालु सच्चे मन से भगवान का स्मरण करता है, भगवान सदैव उसकी रक्षा करते हैं और उसे जीवन के दुखों से मुक्त करते हैं। कथा के समापन पर उपस्थित सभी श्रद्धालुओं ने भाव-विभोर होकर भक्ति का आनंद लिया। इस अवसर हवन के साथ विशाल भंडारे का आयोजन किया गया, जिसमें बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने प्रसाद ग्रहण किया। कार्यक्रम में प्रमुख रूप से उपस्थित रहे पूर्व मंत्री नवाब सिंह नागर, डी डी आर डब्लू ए संरक्षक ऐन पी सिंह,एस. के. सिंघल, नंद कुमार यादव, जितेंद्र चौरसिया, वेद प्रकाश तिवारी, रूप नारायण त्रिपाठी, कर्नल एम. के. पाण्डेय, जगदीश जोशी, गुलाब सिंह, यसवीर चौधरी, सहित अनेक गणमान्य श्रद्धालु एवं क्षेत्रवासी मौजूद रहे। समस्त आयोजन समिति ने सभी श्रद्धालुओं, सहयोगियों एवं मातृशक्ति का हृदय से आभार व्यक्त किया, जिनके सहयोग से यह भव्य धार्मिक आयोजन सफलतापूर्वक संपन्न हुआ।

अस्पताल की चौथी मंजिल से गिरी महिला,मौके पर ही मौत, परिजनों ने हंगामा किया; बोले- हत्या की गइ

लखनऊ। एक प्राइवेट हॉस्पिटल की चौथी मंजिल से

गिरकर महिला मरीज की मौत हो गई। इसके बाद परिजनों ने हॉस्पिटल में जमकर हंगामा किया। उन्होंने अस्पताल प्रशासन पर आरोप लगाया कि महिला की हत्या की गई है। वहीं, अस्पताल की ओर से कहा गया है कि महिला ने कूदकर सुसाइड किया है।

पूरा मामला बंथरा थाना क्षेत्र के जुनाबगंज स्थित प्रसाद हॉस्पिटल का सोमवार सुबह का है। मृतक महिला की पहचान बंथरा के किशुनपुर कौड़िया निवासी सीता दीक्षित (32) के रूप में हुई है। पति अभय दीक्षित रोडवेज में संविदा पर बस ड्राइवर हैं। छुट्टी वाले दिन वह इलाके में ऑटो चलाते हैं। बताया जा रहा है कि सीता दीक्षित का पिछले कुछ समय से मानसिक स्वास्थ्य ठीक नहीं था और उनका इलाज प्रसाद हॉस्पिटल में चल रहा था। बीते रविवार को फिर से भर्ती कराया गया था। सुबह डेडबॉडी अस्पताल के बाहर डेडबॉडी मिली। इसके बाद अस्पताल में परिजनों ने हंगामा कर दिया।सीता दीक्षित एक दिन पहले रविवार को तबीयत खराब होने पर खुद ही हॉस्पिटल पहुंची। पति अभय को सूचना मिली तो वह भी हॉस्पिटल गए। रात में वह भी जनरल वार्ड में रुके हुए थे।

तड़के करीब 3 बजे अभय को झपकी लग गई। इसके बाद सीता कमरे से निकलकर कहीं चली गई। सुबह करीब 6 बजे सीता जनरल वार्ड के सामने नीचे जमीन पर बेसुध पड़ी मिली। अस्पताल प्रशासन ने चौथी मंदिर से कूदकर उसके आत्महत्या करने की बात कही। इस दौरान सीसीटीवी फुटेज चेक किए गए तो तड़के 4 बजे सीता जनरल वार्ड के कमरे से बाहर निकलते नजर आई। साथ ही उसके चप्पल नीचे गिरते दिखाई दिए। लेकिन, वह गिरती नहीं दिखाई दी।

प्रयागराज दूसरे दिन सबसे गर्म रहा,यूपी में पड़ेगी भीषण गर्मी, पारा 40सेल्सियस के करीब पहुंचा

प्रयागराज। यूपी में गर्मी अपना असर दिखाने लगी है। सोमवार सुबह से मौसफ साफ है। तेज धूप निकली है। हवाएं चल रही हैं। मौसम विभाग का कहना है कि आज दिन में पारा 40सेल्सियस पार पहुंच जाएगा। जबकि पिछले 24 घंटे में 2सेल्सियस तापमान बढ़ा है। मौसम विभाग ने बताया कि पश्चिमी विक्षोभ का असर खत्म होने से गर्मी बढ़ने लगी है। अगले 2 सप्ताह कोई भी विक्षोभ सक्रिय नहीं हो रहा है।

इस वजह से बारिश के आसार नहीं हैं। इससे भीषण गर्मी पड़ेगी। पिछले 48 घंटे की बात करें तो प्रयागराज दूसरी बार सबसे गर्म रहा। यहां शनिवार को अधिकतम तापमान 37.6सेल्सियस रिकॉर्ड किया गया। जबकि रविवार को 39.8सेल्सियस तापमान दर्ज किया गया। आंचलिक मौसम विज्ञान केंद्र, लखनऊ के वरिष्ठ वैज्ञानिक अतुल कुमार सिंह ने बताया-प्रदेश में अगले दो सप्ताह तक मौसम साफ रहेगा। बारिश के कोई आसार नहीं हैं। हवा का रुख बदलेगा। पूर्वी दिशा से आने वाली हवाओं से वातावरण में नमी घटेगी। गर्मी में और इजाफा होगा। रात और दिन के औसत तापमान में 6 से 8 डिग्री सेल्सियस तक की वृद्धि हो सकती है। शहरों का हाल जानिए- गाजियाबादः मौसम साफ है। सुबह से धूप खिली है। अप्रैल महीने में पहली बार तापमान 34सेल्सियस पहुंचने का अनुमान है। पिछले 24 घंटे में तापमान में 2सेल्सियस की बढ़ोतरी हुई है। गोरखपुरः सुबह से आसमान साफ है। तेज धूप निकली है। मौसम में गर्मी महसूस की जा रही है। मौसम विभाग के अनुसार, आज अधिकतम तापमान 40सेल्सियस तक पहुंचेगा। वाराणसीः सुबह से तेज धूप खिली है। हवा बिल्कुल शांत है। इस वजह से उमस का एहसास हो रहा है। अधिकतम तापमान 39.3 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। अगले 5 दिन कैसा रहेगा मौसम? 14 अप्रैलः पूर्वी और पश्चिमी यूपी में आसमान साफ रहेगा। तेज हवाएं चल सकती हैं। तेज धूप से गर्मी बढ़ेगी। 15 अप्रैलः प्रदेश में मौसम शुष्क रहेगा। बारिश या आंधी की चेतावनी नहीं है। 16 अप्रैलः पूर्वी और पश्चिमी यूपी में मौसम शुष्क रहेगा। हल्की हवा चल सकती है। 17 अप्रैलः पूरे प्रदेश में आसमान साफ रहेगा। मौसम शुष्क रहने से गर्मी बढ़ेगी। 18 अप्रैल- पूरे प्रदेश में मौसम साफ रहेगा। गर्म हवाएं चलेंगी। गर्मी बढ़ेगी। मौसम साफ होने से किसानों को राहत कृषि विशेषज्ञों का कहना है कि मौसम साफ होने से किसानों को राहत मिली है। क्योंकि, गेहूं की कटी पड़ी फसलें भीग गई थीं। तेज धूप होने से फसलें जल्दी सूखेंगी। इससे किसान जल्द से जल्द मड़ाई कर पाएंगे। फसलों के दाने काले पड़ने की आशंका कम होगी।

बहू ने जहर खिलाकर सास की हत्या की,पति को भी मारने की प्लानिंग थी, इराक से लखनऊ लौटे भांजे से था अफेयर

लखनऊ। लखनऊ में 65 साल की शांति देवी हत्याकांड में चौंकाने

वाला खुलासा हुआ है। पुलिस ने बताया कि बहू शालिनी (26) ने सास की रोटी में जहर मिला दिया था। इससे उनकी तबीयत बिगड़ गई थी। 24 घंटे में उनकी जान चली गई थी। बेटे के शक के आधार पर बहू पर सख्ती की गई तो उसने जुर्म कबूल कर लिया। शालिनी ने पुलिस पूछताछ में कबूल किया कि उसका सगे भांजे करन (20) से अफेयर था। सास को यह बात पसंद नहीं थी। वह दोनों को मिलने और बात करने से रोकती थी। इस वजह से 10 दिन पहले भी सास की जान लेने की कोशिश की थी। चाय में कीटनाशक मिलाया था लेकिन सास ने पूरी चाय नहीं पी थी। इसके बाद 5 अप्रैल को उसने आटे में कीटनाशक मिलाकर रोटी बनाई। उसने बताया कि घर के सामने ही नाबालिग चचेरे भांजे का घर है। वह करन का दोस्त है। उससे कीटनाशक मंगवाया करती थी। उसने कबूलनामे में यह भी बताया कि करन ने कहा था कि पहले नानी को मारो, नाना को मारो,, फिर मामा को। उसके बाद हम साथ रहेंगे। बहरहाल, करन अपनी नानी शांति देवी की मौत के बाद से ही फरार है। पुलिस उसकी तलाश कर रही है। शांति देवी की डेडबॉडी को कब्र से निकलवाकर विसरा लिया है। मामला काकोरी थाना क्षेत्र के इब्राहिमगंज गांव का है।

आशा भोसले का अंतिम संस्कार हुआ,बॉलीवुड सिंगर्स ने 'अभी ना जाओ छोड़कर' गाकर विदाई दी

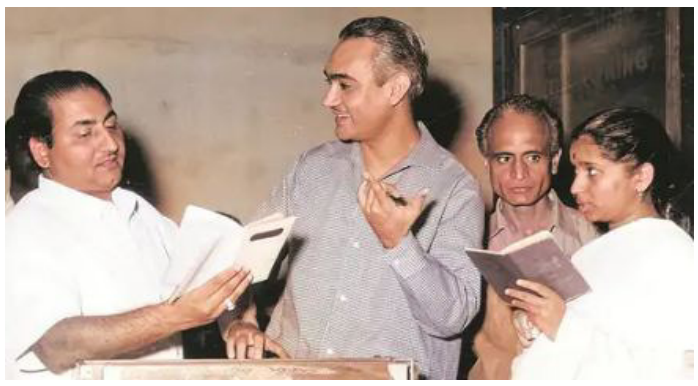
मुंबई। सिंगर आशा भोसले का राजकीय सम्मान के साथ शिवाजी पार्क श्मशान घाट पर अंतिम संस्कार हुआ। उन्हें महाराष्ट्र पुलिस ने गार्ड ऑफ ऑनर दिया। बॉलीवुड सिंगर्स ने उनका गाना 'अभी ना जाओ छोड़करष्ठ' गाकर विदाई दी। सोमवार सुबह उनका पार्थिव शरीर अंतिम दर्शन के लिए उनके मुंबई स्थित उनके निवास कासा ग्रांडे में रखा गया था। उन्हें तिरंगे में लपेटकर सलामी दी गई। उनका रविवार को मुंबई के ब्रीच कैंडी अस्पताल में निधन हो गया था। वे 92 साल की थीं। आशा भोसले ने 82 साल के सिंगिंग करियर में 9 फिल्मफेयर समेत 100 से अधिक अवॉर्ड जीते। उन्हें देश के दूसरे सबसे बड़े नागरिक सम्मान पद्म विभूषण से सम्मानित किया गया था। आशा भोसले को लेकर एक्टर विवेक ओबेरॉय ने कहा कि हमें लगता था कि उनमें मां सरस्वती का वास है। उन्होंने कहा, यह पूरे म्यूजिक इंडस्ट्री और संगीत प्रेमियों के लिए बड़ा नुकसान है। आशा भोसले के अंतिम संस्कार के दौरान बेटे आनंद भोसले ने मुखाग्नि दी। आशा भोसले के अंतिम संस्कार के दौरान पोती जनाई भोसले दादी की विदाई में भावुक होकर रोती नजर आईं। आशा भोसले का अंतिम संस्कार राजकीय सम्मान के साथ हुआ। अंतिम संस्कार से पहले एक भावुक पल देखे मिला, जब शान, अनुप जलोटा जैसे गायकों ने गाने गाकर आशा भोसले को श्रद्धांजलि दी।श्न्ए प्रमुख राज ठाकरे ने आशा भोसले के अंतिम संस्कार से पहले उन्हें पुष्पांजलि अर्पित की। महाराष्ट्र के सीएम देवेंद्र फडणवीस और दोनों डिप्टी सीएम एकनाथ शिंदे और सुनेत्रा पवार ने आशा भोसले के अंतिम संस्कार से पहले उन्हें पुष्पांजलि अर्पित की। आमिर खान, विक्की कौशल और अनु मलिक ने शिवाजी पार्क श्मशान घाट में आशा भोसले को श्रद्धांजलि दी। तिरंगे में लिपटे आशा भोसले के पार्थिव शरीर को कंधों पर उठाकर श्मशान घाट अंतिम संस्कार के लिए ले जाया गया।आशा भोसले के अंतिम संस्कार में शामिल होने महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे शिवाजी पार्क श्मशान घाट पहुंचे। महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस आशा भोसले के अंतिम संस्कार में शामिल होने के लिए पहुंचे। आशा भोसले का पार्थिव शरीर घर से शिवाजी पार्क श्मशान घाट ले जाते समय लोगों ने उस पर फूल बरसाए। आशा भोसले के पार्थिव शरीर के अंतिम संस्कार के लिए ले जाते समय सड़कों पर बड़ी संख्या में लोग नजर आए। सिंगर उदित नारायण ने आशा भोसले को श्रद्धांजलि दी। आशा

भोसले का पार्थिव शरीर उनके घर से शिवाजी पार्क श्मशान घाट के लिए ले जाया जा रहा है। सिंगर हरिहरन ने आशा भोसले को श्रद्धांजलि दी। बता दें कि हरिहरन और आशा भोसले ने साथ मिलकर 'आबशार-ए-गजल' जैसे प्रसिद्ध एल्बम दिए थे, जिसमें 'यही वफा का सिला है तो' और 'जब रात की तन्हाई' जैसी गजलें शामिल थीं। महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस की अध्यक्षता में कैबिनेट बैठक हुई, जिसमें आशा भोसले को श्रद्धांजलि दी गई। बैठक में उनके नाम पर एक संस्था स्थापित करने का फैसला लिया गया। एक्टर जैकी श्रॉफ ने आशा भोसले को श्रद्धांजलि दी। इस दौरान जैकी आशा भोसले की पोती जनाई भोसले को सांत्वना देते नजर आ रहे हैं। आशा भोसले के निधन पर अमिताभ बच्चन ने कहा कि गहरा दुख है। एक पूरा दौर खत्म हो गया। महान और मशहूर आशा भोसले जी अब हमारे बीच नहीं रहीं। हम सब बहुत दुखी हैं। उन्होंने अपनी आवाज से हर गाने में जान डाल दी। वे हमें हमेशा के लिए छोड़कर चली गईं, लेकिन अपने पीछे अमर गानों का खजाना छोड़ गईं। उनका शरीर भले ही अब हमारे बीच नहीं है, लेकिन उनकी आवाज और यादें हमेशा जिंदा रहेंगी। एक्ट्रेस हेलन ने आशा भोसले को श्रद्धांजलि दी। हेलन पर फिल्माए कई गाने जैसे 'पिया तू अब तो आजा', 'ओ हसीना जुल्फों वाली' और 'ये मेरा दिल यार का दीवाना' आशा भोसले ने गाए थे।

अलविदा आशा भोसले, रिजेक्शन से वर्ल्ड रिकॉर्ड तक का सफर- 20 भाषाओं में 12 हजार गाने

मुंबई। भारतीय संगीत जगत की सबसे वर्सेटाइल और दिग्गज सिंगर आशा भोसले का 92 साल की उम्र में निधन हो गया है। उन्होंने रविवार को मुंबई के ब्रीच कैंडी हॉस्पिटल में अंतिम सांस ली। आशा जी बीते 70 सालों से अधिक समय से हिंदी सिनेमा का अभिन्न हिस्सा थीं। शनिवार रात उन्हें चेस्ट इन्फेक्शन के चलते अस्पताल में भर्ती करवाया गया था। आशा ने 10 साल की उम्र में अपना पहला गाना गाया। 82 साल का सिंगिंग करियर रहा। 12 हजार से ज्यादा गाने गाकर 'गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड्स' में नाम दर्ज कराया। शास्त्रीय संगीत से लेकर कैबरे, पॉप, जैज और गजल तक, हर विधा में उन्होंने अपनी महारत साबित की।आशा भोसले ने 9 फिल्मफेयर जीते हैं। इनमें 7 बेस्ट फीमेल प्लेबैक सिंगर अवॉर्ड शामिल हैं। एक रिपोर्ट के अनुसार, आशा को 100 से ज्यादा प्रतिष्ठित अवॉर्ड्स मिले। आशा को कुल 18 बार फिल्मफेयर अवॉर्ड के लिए नॉमिनेट किया गया। उनका आखिरी गाना 2026 में रिलीज हुआ। साल 2023 के क्रिकेट वर्ल्ड कप फाइनल के दौरान शाहरुख, आशा भोसले के साथ बैठे थे। जब आशा जी ने चाय पी ली, तो शाहरुख ने बड़े सम्मान के साथ उनके हाथ से खाली कप लिया और खुद उठाकर दूसरी तरफ रखने चले गए। आशा जी और उनकी पोती जनाई ने उन्हें मना भी किया, लेकिन किंग खान ने अपनी सीट से उठकर यह काम किया। सोशल मीडिया पर यह वीडियो उनके निधन के बाद दोबारा वायरल हो रहा है। सिंगर सोनू निगम ने आशा जी के निधन पर यादगार तस्वीरें साझा कीं, जिनमें वे आशा भोसले के पैर धोते हुए नजर आ रहे हैं। आशा जी के बाजू में आरएसएस प्रमुख मोहन भागवत बैठे हैं। रफी साहब से लगी 500 की शर्त-आशा भोसले

ने एक बार बताया था कि 'आजा आजा मैं हूं प्यार तेरा' गाने को लेकर उन्होंने मोहम्मद रफी से 500-500 रुपए की शर्त लगाई थी कि दोनों में से कौन बेहतर गाएगा। यह शर्त आशा जी ने जीती थी। इसी गाने के रियाज को लेकर उन्होंने मजेदार किस्सा सुनाया था कि वे इस गाने के हिस्से 'अ-अ-अ आजा' का इतना अभ्यास कर रही थीं कि उनके ड्राइवर को लगा उन्हें सांस लेने की कोई दिक्कत हो रही है। रोते हुए रिकॉर्ड किया 'अब के बरस भेज भैया'



फिल्म 'बंदिनी' का गाना 'अब के बरस भेज भैया' औरतों के दर्द को बयां करता गाना है। आशा जी ने बताया था कि इस गाने की रिकॉर्डिंग के दौरान उन्हें अपने भाई की इतनी याद आई कि वे रो पड़ीं। उन्होंने रोते हुए ही इस गाने को सिर्फ एक टेक में रिकॉर्ड कर दिया था। वहीं, उनके मशहूर गाने 'दम मारो दम' को रेडियो और टीवी पर बैन कर दिया गया था, लेकिन इसी गाने के लिए उन्हें बेस्ट प्लेबैक सिंगर का अवॉर्ड मिला। आशा जी बचपन में खेल-कूद और खाने-पीने की शौकीन थीं, खासकर दूध-मलाई उनकी कमजोरी थी। गायिकी के दौरान बड़ी बहन लता मंगेशकर के साथ उनके रिश्ते खास थे। उन्होंने बताया था कि जब वे दीदी के साथ 'मन क्यों बहका' गाना गाती थीं, तो एक-दूसरे की नजरों को देखकर लाइन उठाती थीं। उन्हें हमेशा लगता था कि दीदी के सामने उनकी गायिकी कम न पड़े।8 सितंबर 1933 को महाराष्ट्र के सांगली में जन्मीं आशा भोसले का बचपन बेहद तंगहाली में बीता। उनके पिता पंडित दीनानाथ मंगेशकर एक रंगमंच कलाकार और शास्त्रीय गायक थे। घर में संगीत का माहौल तो था, लेकिन आर्थिक स्थिति बहुत खराब थी। गरीबी का आलम यह था कि फीस न होने के चलते उन्हें स्कूल से निकाल दिया गया था। बचपन का एक भावुक किस्सा है कि बड़ी बहन लता मंगेशकर जब स्कूल जाती थीं, तो वे आशा को चोरी-छिपे अपने साथ ले जाकर क्लास में बैठा लेती थीं। मास्टरजी से छिपकर दो दिन तो पढ़ाई चली, लेकिन तीसरे दिन पकड़ी गईं। मास्टरजी ने साफ कह दिया कि एक फीस में एक ही बच्चा पढ़ सकता है और दोनों को बाहर कर दिया। उस दिन लता ने फैसला किया कि वह खुद नहीं पढ़ेंगी बल्कि छोटी बहन को पढ़ाएंगी। उन्होंने अपना नाम कटवाकर आशा का एडमिशन कराया, लेकिन नियति को कुछ और ही मंजूर था। जब आशा महज 9 साल की थीं (1942), तब उनके पिता का निधन हो गया। परिवार पर अचानक आर्थिक संकट का पहाड़ टूट पड़ा। तब बड़ी बहन लता ने जिम्मेदारी संभाली और मंगेशकर परिवार पुणे से मुंबई आकर बस गया। परिवार को सहारा देने के लिए लता और आशा दोनों ने ही कम उम्र में फिल्मों में गाना और छोटी भूमिकाएं करना शुरू कर दिया। आशा ने अपने सिंगिंग करियर की शुरुआत 1943

में मराठी फिल्म 'माझा बाळ' के गाने 'चला चला नव बाड़ा' से की थी। इसके बाद उन्हें 1948 में 15 साल की उम्र में हिंदी फिल्म 'चुनरिया' का गाना 'सावन आया' मिला। उस दौर में नूर जहां, शमशाद बेगम और गीता दत्त जैसी बड़ी गायिकाओं का दबदबा था। आशा को केवल वही गाने मिलते थे जिन्हें बड़ी सिंगर्स या तो छोड़ देती थीं या उनकी फीस फिल्ममेकर्स नहीं दे पाते थे। इसी संघर्ष के दौरान 1947 में आशा भोसले के साथ एक ऐसी घटना घटी जिसने उन्हें भीतर तक झकझोर दिया। वे किशोर कुमार के साथ 'फेमस स्टूडियो' में फिल्म 'जान पहचान' के लिए गाना रिकॉर्ड करने गई थीं। संगीतकार खेमचंद प्रकाश वहां मौजूद थे। जैसे ही आशा और किशोर दा ने माइक के सामने गाना शुरू किया, रिकॉर्डिस्ट रॉबिन

चटर्जी ने म्यूजिक डायरेक्टर से बंगाली में कहा- 'इन दोनों की आवाज माइक में अच्छी नहीं लग रही, इनका गला खराब है, किसी और को बुलाओ।' उन्हें अपमानित कर स्टूडियो से निकाल दिया गया। रात के 2 बज रहे थे, आशा और किशोर दा महालक्ष्मी रेलवे स्टेशन के पास बैठकर अपनी किस्मत पर रो रहे थे और चर्चा कर रहे थे कि आखिर उनसे चूक कहां हुई। लेकिन आशा ने हार नहीं मानी। उन्होंने किशोर दा को ढांढस बंधाते हुए कहा था कि उनकी आवाज को कोई नहीं रोक सकता। आशा की निजी जिंदगी भी संघर्षों से भरी रही। महज 16 साल की उम्र में उन्हें अपनी बड़ी बहन लता के सेक्रेटरी गणपत राव भोसले से प्यार हो गया, जो उम्र में उनसे 15 साल बड़े थे। परिवार के विरोध के बावजूद उन्होंने घर से भागकर शादी कर ली। इस फैसले से मंगेशकर परिवार और खासकर लता दीदी से उनके रिश्ते बिगड़ गए। ससुराल में आशा को खुशियां नहीं मिलीं। उन्हें पति और ससुराल वालों के खराब व्यवहार और घरेलू हिंसा का सामना करना पड़ा। शक और तनाव के चलते यह रिश्ता टूटने की कगार पर पहुंच गया। 1960 में, जब आशा दो बच्चों के साथ थीं और तीसरे बच्चे की मां बनने वाली थीं, गणपत राव ने उन्हें घर से निकाल दिया। मजबूरी में उन्हें अपने मायके लौटना पड़ा। इस कठिन समय में भी उन्होंने हार नहीं मानी और अपने बच्चों की परवरिश के लिए गायकी को अपना हथियार बनाया।1950 के दशक में संगीतकार ओपी नैयर ने आशा भोसले की आवाज की उस 'खनक' को पहचाना जिसे दुनिया खराब समझ रही थी। नैयर साहब ने ही पहली बार उनकी आवाज के 'वेस्टर्न मॉड्यूलेशन' का सही इस्तेमाल किया। 1954 में 'मंगू' से शुरू हुआ उनका सफर 1957 में फिल्म 'नया दौर' के साथ शिखर पर पहुंच गया। 'उड़े जब जब जुल्फें तेरी' और 'मांग के साथ तुम्हारा' जैसे गानों ने आशा को सुपरस्टार बना दिया। नैयर साहब ने कसम खाई थी कि वे केवल आशा के साथ काम करेंगे और कभी लता मंगेशकर की ओर रुख नहीं करेंगे। उन्होंने आशा के लिए 324 गाने बनाए, जिनमें 'हावड़ा ब्रिज' का 'आइए मेहरबां' जैसा कल्ट क्लासिक शामिल है। इन्हीं गानों ने आशा को लता के साये से निकलकर अपनी स्वतंत्र पहचान बनाने में मदद की। दिलचस्प बात यह है कि जब आशा कामयाब हो गईं, तो वे उसी स्टूडियो में रिकॉर्डिंग के लिए पहुंचीं जहां से उन्हें निकाला गया था। वहां रॉबिन चटर्जी भी मौजूद थे। तब किशोर कुमार ने रिकॉर्डिस्ट को टोकते हुए कहा था- 'क्यों, आपने तो कहा था कि हम गा नहीं सकते। अब देख लीजिए हम कहां हैं।'1960 और 70 के दशक में आरडी बर्मन के साथ आशा भोसले की जोड़ी ने भारतीय संगीत में क्रांति ला दी। पंचम दा ने आशा की आवाज को कैबरे, जैज और रॉक संगीत के लिए तराशा। 'दम मारो दम' (हरे रामा हरे कृष्णा) और 'पिया तू अब तो आजा' (कारवां) जैसे गानों ने आशा को 'क्वीन ऑफ इंडिपॉप' की उपाधि दिलाई। प्रोफेशनल रिश्ता जल्द ही प्यार में बदल गया। पंचम दा उम्र में आशा से 6 साल छोटे थे। जब उन्होंने शादी का फैसला किया, तो आरडी बर्मन की मां सख्त खिलाफ हो गईं। उन्होंने यहां तक कह दिया कि 'अगर शादी करनी है, तो मेरी लाश पर से गुजरना होगा।' पंचम दा ने इंतजार किया और 1980 में, जब उनकी मां की स्थिति बदल गई, तब दोनों ने शादी कर ली। हालांकि 1994 में पंचम दा के निधन ने आशा को फिर अकेला कर दिया।

उमराव जान और क्लासिकल सिंगिंग से जीता दिल-जब दुनिया को लगने लगा था कि आशा केवल चुलबुले या कैबरे गाने ही गा सकती हैं, तब 1981 में फिल्म 'उमराव जान' आई। संगीतकार खय्याम के निर्देशन में उन्होंने 'दिल चीज क्या है' और 'इन आंखों की मस्ती के' जैसी गजलें गाकर साबित कर दिया कि वे शास्त्रीय गायन में भी लता मंगेशकर के बराबर खड़ी हैं। उपलब्धियां और वर्ल्ड रिकॉर्ड्स- गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्डः 2011 में उन्हें दुनिया में सबसे अधिक स्टूडियो रिकॉर्डिंग (12,000प्लस गाने) करने वाली कलाकार के रूप में मान्यता मिली। अवॉर्ड्सः उन्होंने 9 फिल्मफेयर अवॉर्ड्स जीते (7 बेस्ट फीमेल प्लेबैक)। 1979 में उन्होंने अपना नॉमिनेशन वापस ले लिया ताकि नई सिंगर्स को मौका मिल सके। उन्हें 100 से ज्यादा प्रतिष्ठित पुरस्कार मिले।

सर्वोच्च सम्मानः साल 2000 में 'दादा साहब फाल्के' और 2008 में 'पद्म विभूषण' से नवाजा गया। जुगलबंदीः उन्होंने मोहम्मद रफी के साथ करीब 900 और किशोर कुमार के साथ 600 से ज्यादा गाने गाए। सिंगिंग के साथ सफल बिजनेस- आशा भोसले एक बेहतरीन कुक भी थीं। उनके हाथ के बने 'कड़ाही गोश्त' और 'बिरयानी' के शौकीन राज कपूर और ऋषि कपूर जैसे दिग्गज थे। उन्होंने 'आशाज़' नाम से रेस्तरां की एक ग्लोबल चैन शुरू की, जो दुबई, कुवैत और अबू धाबी जैसे शहरों में आज भी मशहूर है। हालांकि, उनके जीवन में दुखों का सिलसिला थमा नहीं। उनके बड़े बेटे हेमंत भोसले का 2015 में कैंसर से निधन हो गया। उनकी बेटी वर्षा भोसले ने 55 साल की उम्र में आत्महत्या कर ली थी। उनके छोटे बेटे आनंद भोसले ही उनके करियर

को संभालते थे। आशा की आवाज सरहदों के पार भी गूंजी। 2006 में उन्होंने ऑस्ट्रेलियाई क्रिकेटर ब्रेट ली के साथ 'यू आर द वन फॉर मी' गाना गाया, जो सुपरहिट रहा। उनके करियर का आखिरी गाना मार्च 2026 में ब्रिटिश वर्चुअल बैंड 'गोरिल्लाज' की एल्बम 'द माउंटेन' के लिए रिलीज हुआ। 'द शैडोई लाइट' नाम के इस ट्रैक में वे हरी साड़ी पहने पोस्टर पर नजर आईं। 'गोरिल्लाज' के डेमन अलबर्न उनकी आवाज के बड़े प्रशंसक थे। 92 साल की उम्र तक उनकी आवाज में वही ताजगी और खनक बनी रही जो 1950 में थी।

महिलाओं को होता साइलेंट हार्ट अटैक,थकान, कमजोरी भी इसका संकेत, 55 की उम्र के बाद संकेत दिखें तो तुरंत करें ये काम

नयी दिल्ली। खांसी, छींक, थकान और बुखार। ये सब सर्दी-जुकाम और फ्लू के कॉमन लक्षण हैं। लेकिन क्या आपको पता है कि कई बार ये 'साइलेंट हार्ट अटैक' जैसी गंभीर समस्या का

संकेत भी हो सकते हैं। मैकगिल यूनिवर्सिटी की एक स्टडी के मुताबिक 55 साल से कम उम्र की 1 से 5 महिलाओं को हार्ट अटैक के दौरान सीने में दर्द बिल्कुल नहीं होता। उन्हें बस मामूली थकान, मतली या बुखार जैसे संकेत दिखते हैं। साइलेंट हार्ट अटैक में हार्ट तक ब्लड फ्लो कम हो जाता है, लेकिन इसके संकेत हल्के या अस्पष्ट होते हैं। कई बार लोग इन लक्षणों को तनाव, थकान या फ्लू समझकर अनदेखा कर देते हैं। सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल एंड प्रिवेंशन के अनुसार महिलाओं में मौत का सबसे बड़ा कारण हार्ट डिजीज है। वहीं वर्ल्ड हार्ट फेडरेशन के मुताबिक, हर साल लगभग तीन में से एक महिला की मौत दिल की बीमारी से जुड़ी होती है। इसलिए आज फिजिकल हेल्थ में हम बात करेंगे महिलाओं में साइलेंट हार्ट अटैक की। साथ ही जानेंगे कि-महिलाओं में इसके संभावित संकेत क्या हो सकते हैं? किन महिलाओं में इसका जोखिम ज्यादा होता है? सवाल जवाब के माध्यम से एक्सपर्टः डॉ. हेमंत मदान, सीनियर डायरेक्टर, कार्डियोलॉजी, नारायणा हॉस्पिटल, गुरुग्राम जी से। सवाल- साइलेंट हार्ट अटैक क्या होता है? जवाब- साइलेंट हार्ट अटैक भी एक तरह का हार्ट अटैक ही होता है। इसमें दिल तक खून और ऑक्सीजन की सप्लाई बाधित होती है। फर्क सिर्फ इतना है कि ऐसा होने पर कोई साफ संकेत दिखाई नहीं देता, न महसूस होता है। साइलेंट हार्ट अटैक होने पर आर्टरीज में रुकावट पैदा होती है, जिससे हार्ट की मांसपेशियों को नुकसान होने लगता है, लेकिन शरीर तेज दर्द के रूप में 'अलार्म' नहीं देता। कई बार यह इसलिए होता है क्योंकि नर्व्स की संवेदनशीलता कम हो जाती है। इसलिए दर्द महसूस नहीं होता या बहुत हल्का होता है। यानी अंदर से हार्ट को उतना ही नुकसान हो रहा होता है, जितना सामान्य हार्ट अटैक में होता है। बस फर्क इतना है कि शरीर आपको जोर से संकेत नहीं देता। इसलिए इसे 'साइलेंट' हार्ट अटैक कहा जाता है। सवाल- पुरुषों की तुलना में महिलाओं में साइलेंट हार्ट अटैक ज्यादा कॉमन क्यों है? जवाब- नीचे दिए पॉइंट्स से समझिए- 1. ब्लॉकेज पैटर्न अलग होना, महिला और पुरुष में ब्लॉकेज का पैटर्न अलग-अलग होता है। पुरुषों में आर्टरी में 'ब्लॉकेज' ज्यादा साफ होता है। महिलाओं के शरीर में बहुत छोटी-छोटी रक्त वाहिकाओं में समस्या होती है। 2. हॉर्मोन्स का फर्क- महिलाओं के शरीर में एस्ट्रोजेन हॉर्मोन काफी हद तक हार्ट को प्रोटेक्ट करता है, लेकिन मेनोपॉज के बाद उनमें यह जोखिम बढ़ जाता है। 3. दर्द महसूस करने का तरीका महिलाओं और पुरुषों में दर्द को महसूस करने का तरीका या पेन परसेप्शन भी अलग हो सकता है। महिलाओं को या तो दर्द कम महसूस होता है। या वो दर्द को इग्नोर करने की आदी होती हैं। 4. सारी स्टडीज पुरुषों पर- हार्ट अटैक को लेकर लंबे समय तक हुई सारी स्टडीज पुरुषों पर आधारित रही हैं। इसलिए हमें महिलाओं के संबंध में ज्यादा जानकारी और डेटा ही नहीं है। सवाल- महिलाओं में साइलेंट हार्ट अटैक के संभावित संकेत क्या हो सकते हैं? जवाब- महिलाओं में साइलेंट हार्ट अटैक के लक्षण अक्सर बहुत हल्के या सामान्य समस्याओं जैसे लग सकते हैं। इसलिए कई बार इन्हें पहचानना मुश्किल हो जाता है। सवाल- क्या सिर्फ थकान या कमजोरी भी साइलेंट हार्ट अटैक का संकेत हो सकती है? जवाब- हां, हार्वर्ड हेल्थ की एक रिपोर्ट के अनुसार, अचानक और बिना कारण होने वाली ज्यादा थकान भी हार्ट प्रॉब्लम की ओर इशारा करती है। वहीं हार्ट फाउंडेशन से जुड़ी एक स्टडी में कई महिलाओं ने बताया कि उन्हें हार्ट अटैक से कुछ महीनों पहले तक लगातार ज्यादा थकान महसूस हो रही थी। सवाल- क्या मानसिक तनाव या डिप्रेशन भी साइलेंट हार्ट अटैक का जोखिम बढ़ा सकता है? जवाब- हां, लंबे समय तक तनाव या डिप्रेशन रहने पर शरीर में कॉर्टिसोल और एड्रिनेलिन जैसे स्ट्रेस हॉर्मोन का लेवल बढ़ जाता है। इससे ब्लड प्रेशर और हार्ट रेट बढ़ता है और दिल पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है।सवाल- किन महिलाओं को साइलेंट हार्ट अटैक का रिस्क ज्यादा होता है? जवाब- कुछ महिलाओं में साइलेंट हार्ट अटैक का जोखिम ज्यादा हो सकता है। पॉइंटर्स से समझते हैं कि किन्हें ज्यादा रिस्क रहता है-जिन्हें डायबिटीज है। जो मोटापे से ग्रस्त हैं।जो फिजिकल एक्टिविटी नहीं करतीं। जो स्मोकिंग करती हैं। जो ज्यादा स्ट्रेस में रहती हैं। जिन्हें डिप्रेशन है। जिन्हें ऑटोइम्यून डिजीज (जैसे-लूपस या रूमेटॉइड आर्थराइटिस) है। जिन्हें पॉलीसिस्टिक ओवरियन सिंड्रोम है। जिन्हें प्रेग्नेंसी से जुड़े कॉम्पलिकेशन्स (जैसे- प्री-एक्लेम्प्सिया) हैं। जिनका ब्लड प्रेशर हाई रहता है। जिनका मेनोपॉज हो चुका है। जिनका कोलेस्ट्रॉल हाई रहता है। इन लोगों को अपनी हार्ट हेल्थ पर खास ध्यान देना चाहिए और नियमित हेल्थ चेकअप कराना चाहिए। सवाल- क्या हॉर्मोनल बदलाव (जैसे मेनोपॉज) के बाद महिलाओं में इसका खतरा बढ़ जाता है? जवाब- हां, इसका मुख्य कारण एस्ट्रोजेन हॉर्मोन का स्तर कम होना है। एस्ट्रोजेन वो हॉर्मोन है, जो प्रजनन उम्र में महिलाओं के हार्ट और ब्लड वेसेल्स की सुरक्षा करता है। इसके अलावा हॉर्मोनल बदलाव शरीर के 'पेन सिग्नल' को भी प्रभावित कर सकते हैं। सवाल- साइलेंट हार्ट अटैक का कोई भी संकेत दिखने पर महिलाओं को तुरंत क्या करना चाहिए? जवाब- इस स्थिति में सबसे जरूरी है कि बिना देर किए तुरंत मेडिकल मदद ली जाए और नजदीकी अस्पताल में जाकर हार्ट से जुड़ी जांच कराई जाए। पॉइंटर्स से समझते हैं- सांस फूले या अचानक बहुत असहजता महसूस हो तो इसे इग्नोर न करें। लक्षण दिखने पर तुरंत एम्बुलेंस बुलाएं या किसी की मदद से अस्पताल पहुंचें। अपने लक्षणों के बारे में किसी करीबी या आसपास मौजूद व्यक्ति को तुरंत जानकारी दें। अगर घर में अकेले रहते हैं तो पैनिक बटन लगवाकर रखें। ऐसी किसी भी इमरजेंसी कंडीशन में पैनिक बटन दबाएं। अगर घर में एस्पिरिन (300एमजी) है तो एक गोली चबा लें। इसे निगलें नहीं, धीरे-धीरे चबाएं। दरअसल एस्पिरिन एक ब्लड थिनर है, जो क्लॉट को बढ़ने से रोकता है। कहीं बैठकर पीठ टिकाएं, पैर जमीन पर रखें। इस दौरान लेटना या घूमना खतरनाक हो सकता है। ऐसी कंडीशन में बहुत आराम से धीरे-धीरे सांस लें। सवाल- डॉक्टर साइलेंट हार्ट अटैक का पता लगाने के लिए कौन से टेस्ट करते हैं? जवाब- साइलेंट हार्ट अटैक का पता लगाने के लिए डॉक्टर कई तरह की जांचें करते हैं, जिनसे हार्ट कंडीशन और धमनियों में ब्लॉकेज का पता लगाया जा सकता है। जैसे- ब्लड टेस्ट- ब्लड टेस्ट में ट्रॉपोनिन जैसे प्रोटीन चेक किए जाते हैं, जो दिल की मांसपेशियों के अंदर होते हैं। जब हार्ट को नुकसान होता है, तो ये खून में बढ़ जाते हैं। ईसीजी- यह टेस्ट हार्ट की इलेक्ट्रिकल गतिविधि को रिकॉर्ड करता है और हार्ट अटैक के संकेत दिखा सकता है। कार्डिएक कैथेटराइजेशन और कोरोनरी एंजियोग्राफी- इसमें एक पतली ट्यूब के जरिए हार्ट की आर्टरीज में डाई डालकर एक्स-रे से ब्लॉकेज या संकुचन देखा जाता है।सीटी स्कैन - यह दिल और कोरोनरी आर्टरीज में ब्लॉकेज या कैल्शियम जमाव का पता लगाने में मदद करता है। एमआरआई - इससे हार्ट मसल्स की संरचना और किसी पुराने नुकसान का पता लगाया जा सकता है। एक्सरसाइज स्ट्रेस टेस्ट- इस टेस्ट में ट्रेडमिल या एक्सरसाइज के दौरान हार्ट की कार्यक्षमता और ब्लड फ्लो को जांचा जाता है। न्यूक्लियर स्ट्रेस टेस्ट- इस टेस्ट में एक विशेष रेडियोएक्टिव ट्रेसर की मदद से हार्ट तक ब्लड फ्लो को देखा जाता है। इकोकार्डियोग्राम - यह अल्ट्रासाउंड आधारित टेस्ट है, जिससे हार्ट के वाल्व और पंपिंग क्षमता का आकलन किया जाता है। सवाल- अगर किसी महिला को डायबिटीज या हाई ब्लड प्रेशर है तो क्या उसे अतिरिक्त सावधान रहना चाहिए? किस तरह की सावधानियां जरूरी हैं? जवाब- हां, ऐसी महिलाओं को हार्ट अटैक का खतरा ज्यादा हो सकता है। इसलिए उन्हें खास सावधानी बरतनी चाहिए। पॉइंटर्स से समझते हैं कि उन्हें किस तरह की सावधानी बरतनी चाहिए- ब्लड शुगर और ब्लड प्रेशर को कंट्रोल में रखें। समय-समय पर हार्ट हेल्थ की जांच कराएं। संतुलित और हेल्दी डाइट लें। शारीरिक गतिविधि करते रहें। रोजाना हल्की-फुल्की एक्सरसाइज करें। धूम्रपान और शराब से दूर रहें। पर्याप्त नींद लें। तनाव कंट्रोल करें। कोई भी समस्या होने पर तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। सवाल- क्या साइलेंट हार्ट अटैक जानलेवा भी हो सकता है? जवाब- हां, इसमें लक्षण साफ नहीं होते। इसलिए कई बार लोगों को पता ही नहीं चलता कि उन्हें हार्ट अटैक हुआ है। ऐसे में समय पर इलाज न मिलने से हार्ट को ज्यादा नुकसान पहुंच सकता है।

इसके कारण गंभीर कॉम्प्लिकेशन हो सकते हैं और कई मामलों में मौत का रिस्क हो सकता है। सवाल- अगर साइलेंट हार्ट अटैक का समय पर इलाज न हो तो इसके क्या खतरे हो सकते हैं? जवाब- अगर साइलेंट हार्ट अटैक का समय पर इलाज नहीं होता, तो इसके कई गंभीर परिणाम हो सकते हैं, जैसे- हार्ट की मांसपेशियों को स्थायी नुकसान। हार्ट फेलियर का रिस्क। फेटल हार्ट अटैक का रिस्क। कार्डियक अरेस्ट का रिस्क। एरिथमिया (असामान्य धड़कन)। इस्केमिक स्ट्रोक। सवाल- साइलेंट हार्ट अटैक से बचाव के लिए लाइफस्टाइल में क्या बदलाव जरूरी हैं? जवाब- साइलेंट हार्ट अटैक से बचाव के लिए सबसे जरूरी है कि दिल की सेहत का ध्यान रखा जाए और लाइफस्टाइल को हेल्दी बनाया जाए।

स्वत्वाधिकारी एवं मुद्रक
डॉ. दीपक अरोरा
द्वारा रामा प्रिंटर्स
53/25/1 ए बेली रोड
न्यू कटरा प्रयागराज
(उ.प्र) 211002 से
मुद्रित एवं सी-41यूपी
एसआईडीसी औद्योगिक
क्षेत्र नैनी प्रयागराज।
संपादक/प्रकाशक
डा.पुनीत अरोरा
मो.न.09415608710
RNINO.UPHIN/2015/63398
www.adhuniksamachar.com

नोटः- इस समाचार पत्र में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं सम्पादन हेतु पी0आर0बी0 एक्ट के अन्तर्गत उत्तरदायी तथा इनसे उत्पन्न समस्त विवाद इलाहाबाद न्यायालय के अधीन ही होगा।