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

आधुनिक समाचार

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

प्रयागराज से प्रकाशित हिन्दी दैनिक

वर्ष -12 अंक - 120 | प्रयागराज, शुक्रवार 20 अगस्त, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

ट्रम्प का ईरान पर सबसे बड़े आर्थिक प्रतिबंधों का फैसला लिया, बोले- जो देश मदद करेंगे उन पर भी एक्शन लेंगे, तेल तस्करी नेटवर्क निशाने पर

वॉशिंगटन। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने ईरान के खिलाफ अब तक की सबसे बड़ी आर्थिक कार्रवाई का ऐलान किया है। उन्होंने कहा कि ईरान ने समझौते का मौका गंवा दिया है। अब उसे आर्थिक तौर पर अलग-थलग किया जाएगा। ट्रम्प ने चेतावनी दी कि ईरान की मदद करने वाले देशों और संस्थाओं पर भी कार्रवाई होगी। इसमें बैंक, कंपनियां, एयरपोर्ट और सरकारी संस्थाएं शामिल हैं। उन्होंने तेल तस्करी नेटवर्क पर कार्रवाई करने और कैश ट्रांसफर, करेंसी एक्सचेंज, जहाजों के रजिस्ट्रेशन और फर्जी कंपनियों के जरिए ईरान तक पहुंचने वाली आर्थिक मदद को रोकने की बात कही। डोनाल्ड ट्रम्प अमेरिकी राष्ट्रपतिः- 'ये ईरान पर अब तक की सबसे बड़ी आर्थिक कार्रवाई होगी। इसका मकसद ईरान की अर्थव्यवस्था को कमजोर करना और उसकी सैन्य ताकत पर असर डालना है।' ट्रम्प का दावा- ईरान की सैन्य ताकत को भारी नुकसान ट्रम्प ने दावा किया कि ईरान की नौसेना और वायुसेना को बड़ा नुकसान हुआ है। उसके कई सैन्य कारखाने तबाह हो गए हैं। ईरान की मुद्रा की हालत भी बहुत खराब है और देश

आर्थिक संकट में है। ट्रम्प ने अमेरिका की नई आर्थिक कार्रवाई को 'इकोनॉमिक डी-डे' बताया। आसान भाषा में इसका मतलब है कि अमेरिका ईरान पर बहुत बड़ा आर्थिक दबाव बनाने जा रहा है। उन्होंने दूसरे देशों से भी ईरान की मदद बंद करने और अमेरिका के साथ इस अभियान में शामिल होने की अपील की। अमेरिकी प्रतिबंधों का ईरान पर क्या असर पड़ेगा? अमेरिका की नई कार्रवाई का सबसे बड़ा असर ईरान के तेल कारोबार और पैसे के लेनदेन पर पड़ सकता है। ईरान की कमाई का बड़ा हिस्सा तेल बेचने से आता है। अगर दूसरे देश, बैंक और कंपनियां अमेरिकी कार्रवाई के डर से ईरान के साथ कारोबार कम करते हैं, तो ईरान के लिए तेल बेचना और विदेशों से पैसा लेना मुश्किल हो सकता है। तेल की तस्करी और फर्जी कंपनियों पर कार्रवाई होने से ईरान के लिए छिपकर कारोबार करना और अमेरिकी कार्रवाई से बचना भी मुश्किल होगा। ट्रम्प का कहना है कि अमेरिका अपने सहयोगी देशों के साथ मिलकर ईरान को दुनिया से आर्थिक तौर पर अलग करने की कोशिश करेगा। ईरान का तेल तस्करी नेटवर्क कैसे काम करता है-तेल बेचकर कमाई, पहचान छिपाकर सप्लाई ईरान तेल बेचता है, लेकिन सीधे अपने नाम से कारोबार करने पर अमेरिकी एजेंसियां इसे आसानी से ट्रैक कर सकती हैं। इसलिए बिचौलियों, दूसरी कंपनियों और अलग-अलग शिपिंग नेटवर्क के जरिए तेल खरीदारों तक पहुंचाने की कोशिश की जाती है। तेल के बाद पैसे की बारी-तेल बेचने के बाद कमाई को ईरान तक पहुंचाना सबसे अहम हिस्सा होता है। इसके लिए बैंकिंग चैनल, करेंसी एक्सचेंज, बिचौलियों और कैश ट्रांसफर जैसे रास्तों का इस्तेमाल किया जा सकता है। अमेरिका पूरी चेन तोड़ना चाहता है-अमेरिका तेल के साथ उन जहाजों, कंपनियों और वित्तीय नेटवर्क पर भी कार्रवाई करना चाहता है, जो इस कारोबार में मदद करते हैं। इसका मकसद ईरान के लिए तेल बेचना और उससे कमाई मुश्किल करना है।

टीचर की पिटाई से 6 साल के बच्चे की मौत हो गई, विशाखापट्टनम का मामला

विशाखापट्टनम। विशाखापट्टनम में गुरुवार को टीचर की पिटाई से 6 साल के बच्चे की मौत हो गई। सीसीटीवी में नजर आया कि पिटाई के बाद बच्चा टीचर की गोद में ही गिर पड़ा। परिजनों का आरोप है कि टीचर की पिटाई से बच्चे को दहशत में हार्ट अटैक आ गया। सीसीटीवी में दिख रहा है कि टीचर ने उसके कपड़े उतारने की कोशिश की और थप्पड़ मारा। रिपोर्ट्स के मुताबिक मृतक प्रणय तेजा लिटिल गार्डन्स स्कूल के यूकेजी में पढ़ता था। टीचर की गोद में गिरने के बाद बच्चे को किंग जॉर्ज अस्पताल ले जाया गया, जहां डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया। सीसीटीवी सामने आने के बाद मामला पता चला-रिपोर्ट्स में कहा गया है कि घटना का पता तब चला जब क्लास का सीसीटीवी फुटेज सोशल मीडिया पर सामने आया। आरोप है कि यह सब होमवर्क न करके पर बच्चे को शर्मिंदा करने के लिए किया जा रहा था। बच्चा रोते हुए टीचर को रुकने का इशारा करता दिखाई दे रहा है। पुलिस जांच करेगी बच्चे की मेडिकल हिस्ट्री-पुलिस ने बच्चे की मौत की वजह की जांच शुरू कर दी है। अधिकारी सीसीटीवी फुटेज और मौत से जुड़ी परिस्थितियों की जांच कर रहे हैं। जांच में यह भी देखा जा रहा है कि बच्चे को पहले से कोई बीमारी थी या नहीं। पोस्टमार्टम रिपोर्ट मिलने के बाद आगे की जानकारी सामने आएगी। परिवार ने बच्चे की मौत के लिए जिम्मेदार लोगों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की मांग की है।

दिल्ली में पाकिस्तान हाई कमीशन के बाहर बुलडोजर चला,दो दिन पहले इस्लामाबाद में भारतीय हाई कमीशन के बाहर कार्रवाई हुई थी

नई दिल्ली। दिल्ली में पाकिस्तान हाई कमीशन के बाहर बने अवैध ढांचों को बुधवार देर रात बुलडोजर से हटा

दिया गया। अधिकारियों के मुताबिक, ये ढांचे हाई कमीशन की तय सीमा से बाहर बने थे। पाकिस्तान हाई कमीशन का ऑफिस दिल्ली के चाणक्यपुरी के शांतिपथ पर है। यहां बैरिकेड, फेंसिंग और वीजा सेक्शन के पास कतार प्रबंधन के लिए बनाए गए ढांचे भी हटाए गए। यह कार्रवाई ऐसे समय हुई है, जब दो दिन पहले इस्लामाबाद में भारतीय हाई कमीशन के बाहर लगाए गए सुरक्षा बैरिकेड और पार्किंग पोल हटाए गए थे। वीजा सेक्शन के पास के ढांचे भी हटाए-संबंधित एजेंसियों ने जेसीबी की मदद से हाई कमीशन के बाहर कार्रवाई की। पोस्टमार्टम रिपोर्ट मिलने के बाद आगे की जानकारी सामने आएगी। परिवार ने बच्चे की मौत के लिए जिम्मेदार लोगों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की मांग की है। और कुछ कॉरुगेटेड रूफिंग भी हटा दी गई। मेन गेट और बिल्डिंग को नुकसान नहीं-बुलडोजर एक्शन हाई कमीशन की मेन बिल्डिंग तक नहीं हुआ। मेन गेट, सफेद दीवारें और पाकिस्तानी निशान वाला बड़ा प्रवेश द्वार सुरक्षित रहा। परिसर के कुछ हिस्सों में कांटेदार तार भी लगे दिखाई दिए। तोड़फोड़ के बाद वीजा सेक्शन के सर्विस काउंटर दिखाई दे रहे थे। वहां 'विंडो 1', 'पाकिस्तान पासपोर्ट ऑनली' और 'विंडो-5 / कलेक्शन ऑफ वीजा एप्लीकेंट्स' जैसे बोर्ड लगे थे। काउंटरों के आसपास टूटी फेंसिंग और कंस्ट्रक्शन सामान पड़े थे। कश्मीर पर अमेरिकी राजदूत की टिप्पणी से पाकिस्तान नाराज-दोनों देशों के बीच अमेरिकी राजदूत की कश्मीर पर टिप्पणी को लेकर भी तनाव बढ़ा है। अमेरिकी राजदूत सर्जियो गोर ने श्रीनगर दौरे के दौरान 19 अगस्त को जम्मू-कश्मीर को भारत का महत्वपूर्ण हिस्सा बताया था। उन्होंने कहा कि अमेरिका क्षेत्र के लिए अपनी ट्रैवल एडवाइजरी की समीक्षा कर सकता है। पाकिस्तान ने सर्जियो के बयान पर ऐतराज जताया। पाकिस्तान ने इस्लामाबाद में अमेरिकी चार्ज डी'अफेयर्स नताली बेकर को तलब किया और कहा कि सार्वजनिक बयानों में कश्मीर की स्थिति का ध्यान रखा जाए। पाकिस्तानी दूतावास 'एम्बेसी' नहीं, 'हाई कमीशन' क्यों कहलाता है-भारत और पाकिस्तान दोनों कॉमनवेल्थ के सदस्य हैं, इसलिए दोनों देशों के राजनयिक मिशन को 'हाई कमीशन' कहा जाता है। यहां नियुक्त सबसे बड़े राजनयिक को हाई कमिश्नर यानी उच्चायुक्त कहा जाता है। वहीं, गैर-कॉमनवेल्थ देशों में राजनयिक मिशन को एम्बेसी और उसके प्रमुख को एंबेसडर यानी राजदूत कहा जाता है।दोनों का काम लगभग एक जैसा होता है। अंतर मुख्य रूप से नाम और राजनयिक परंपरा का है। उदाहरण के लिए, भारत का पाकिस्तान और ब्रिटेन में हाई कमीशन है, जबकि अमेरिका में एंबेसी है। कॉमनवेल्थ 56 स्वतंत्र और समान देशों का संगठन है। इसकी शुरुआत ब्रिटिश साम्राज्य से जुड़े देशों के बीच सहयोग के लिए हुई थी।

हालांकि, आज इसके सभी सदस्य देश पूरी तरह स्वतंत्र हैं और अपनी सरकार, विदेश नीति और दूसरे फैसले खुद लेते हैं। इसलिए 'हाई कमीशन' शब्द का इस्तेमाल आज किसी देश के ब्रिटेन के अधीन होने को नहीं दर्शाता।

पाक सांसद बोले- यूएई में पाकिस्तानियों से भेदभाव हुआ, फ्लाइट कैंसिल होने के बाद होटल में कमरा नहीं मिला पर भारतीय-अमेरिकी यात्रियों को रहने दिया

इस्लामाबाद। पाकिस्तान के सांसद और नेशनल असेंबली के पूर्व स्पीकर असद कैसर यूएई में पाकिस्तानी यात्रियों के साथ भेदभाव का आरोप लगाया है। उन्होंने

मंगलवार को संसद में कहा कि फ्लाइट कैंसिल होने के बाद होटल में ठहराने के दौरान भारतीय और अमेरिकी नागरिकों को कमरा दिया गया, जबकि पाकिस्तानी यात्रियों को ठहरने की सुविधा नहीं मिली। कैसर ने दावा किया कि वह खुद इस घटना के दौरान वहां मौजूद थे। उनके मुताबिक, फ्लाइट कैंसिल होने के बाद यात्रियों को होटल में ठहराने की व्यवस्था की जा रही थी। कैसर ने पाकिस्तान के विदेश मंत्रालय और विदेश मंत्री से मामले को यूएई अधिकारियों के सामने उठाने की मांग की। उन्होंने कहा कि पाकिस्तान और यूएई के बीच करीबी रिश्ते हैं और ऐसी घटनाओं को दोनों देशों के संबंधों पर असर नहीं डालना चाहिए। उन्होंने यूएई को पाकिस्तान का 'इस्लामिक भाई देश' बताते हुए कहा कि यूएई के विकास में पाकिस्तानियों का भी योगदान रहा है। कैसर ने यह भी दावा किया कि एक प्रतिनिधिमंडल ने उनसे मिलकर यूएई में इसी तरह के व्यवहार की शिकायत की थी। हालांकि, उन्होंने अपने दावे के समर्थन में होटल का नाम, यात्रियों की संख्या या कोई दस्तावेज सार्वजनिक नहीं किया है। यूएई में फ्लाइट कैंसिल होने पर क्या हैं नियम? यूएई के जनरल सिविल एविएशन अथॉरिटी के पैसेंजर वेलफेयर प्रोग्राम के तहत फ्लाइट कैंसिल होने या लंबे समय तक देरी होने पर एयरलाइन को यात्रियों की जरूरत के मुताबिक सहायता देनी होती है। अगर यात्रियों को 8 घंटे से ज्यादा इंतजार करना पड़े, तो नियमों के तहत होटल, खाना-पीना, कम्युनिकेशन और एयरपोर्ट से होटल तक आने-जाने की सुविधा का प्रावधान है। कनेक्टिंग फ्लाइट छूटने और अगली संभावित फ्लाइट 8 घंटे से ज्यादा बाद होने पर भी होटल की व्यवस्था की जा सकती है।पासपोर्ट के आधार पर अलग सुविधा का नियम नहीं-जीसी एए के नियमों में होटल और दूसरी यात्री सुविधाओं को फ्लाइट की देरी, कैंसिलेशन और कनेक्शन की स्थिति से जोड़ा गया है। भारतीय, अमेरिकी या पाकिस्तानी पासपोर्ट के आधार पर अलग-अलग होटल सुविधा देने का कोई सामान्य नियम नहीं है।

इसलिए अगर मौजूदा मामले में पासपोर्ट के आधार पर यात्रियों को अलग सुविधा दी गई, तो यह सामान्य यात्री-सहायता नियमों से अलग मामला होगा।

हालांकि, अभी उपलब्ध जानकारी के आधार पर यह स्वतंत्र रूप से पुष्टि नहीं की जा सकती कि होटल ने वास्तव में पासपोर्ट के आधार पर ही यात्रियों को कमरे दिए थे।

बांग्लादेश में 35 साल बाद राष्ट्रपति चुनाव,रूलिंग पार्टी, बीएनपी के उम्मीदवार की जीत तय, 11 दलों वाले गठबंधन से मुकाबला

ढाका। बांग्लादेश में 35 साल बाद आज राष्ट्रपति चुनाव होने जा रहे हैं। वोटिंग दोपहर 2 बजे से शाम 5 बजे तक संसद भवन में

है।बीएनपी उम्मीदवार के सामने मुख्य विपक्षी गठबंधन के उम्मीदवार कर्नल (रिटायर्ड) ओली अहमद हैं। बीएनपी के खिलाफ 11 दलों का गठबंधन-350 सीटों वाली संसद में बीएनपी के पास 247 सांसद हैं। वहीं, मुख्य विपक्षी दल जमात-ए-इस्लामी की अगुआई वाले 11 दलों के गठबंधन के पास 81 सांसद हैं। राष्ट्रपति चुनाव में 349 सांसद वोट डालेंगे। चटगांव-4 सीट फिलहाल खाली है। अदालत के आदेश के बाद इस सीट से निर्वाचित उम्मीदवार की सदस्यता रद्द कर दी गई थी। दोपहर 2 से शाम 5 बजे तक वोटिंग-राष्ट्रपति चुनाव के लिए गुरुवार को दोपहर 2 बजे से शाम 5 बजे तक मतदान होगा। वोट राष्ट्रीय संसद के सत्र कक्ष में डाले जाएंगे। मतदान शुरू होने से पहले मुख्य चुनाव आयुक्त एएमएम नासिर उद्दीन सांसदों को वोट डालने का तरीका समझाएंगे। बांग्लादेशी मीडिया के मुताबिक, चुनाव आयोग ने मंगलवार को बैलेट पेपर तैयार करने का काम शुरू कर दिया था। हर बैलेट पेपर में अहमद ने मंगलवार को बताया कि दोनों उम्मीदवारों का नामांकन वैध पाया गया है। नाम वापस लेने की समय सीमा मंगलवार शाम 4 बजे खत्म हो गई, लेकिन दोनों में से किसी ने भी नाम वापस नहीं लिया। आखिरी बार 1991 में चुनाव में मुकाबला हुआ था-बांग्लादेश में अब तक 12 राष्ट्रपति चुनाव हुए हैं। इनमें 8 बार राष्ट्रपति निर्विरोध चुने गए। संविधान लागू होने के बाद पहला राष्ट्रपति चुनाव 1974 में हुआ, जिसमें सांसदों ने वोट देकर मोहम्मद मोहम्मदुल्लाह को चुना। 1975 में संविधान संशोधन के बाद राष्ट्रपति का चुनाव सीधे जनता से कराने की व्यवस्था हुई। इसके तहत 1978, 1981 और 1986 में लगातार तीन बार जनता ने राष्ट्रपति चुना। 1991 में फिर संसदीय व्यवस्था लागू हुई और राष्ट्रपति का चुनाव दोबारा सांसदों के जरिए होने लगा। 1991 में दो उम्मीदवारों के बीच मुकाबला हुआ।

अमेरिका ने 15 दिन में 5200 भारतीय डिपोर्ट किए,इस साल हर तीसरे हफ्ते डिपोर्टेशन फ्लाइट

कनाडा में 1500 भारतीय छात्रों को वापस भेज सकतें हैं

न्यूयॉर्क। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने दूसरे साल मिशन डिपोर्टेशन तेज कर दिया है। इस अगस्त के पहले 15 दिन में ही 5200 से अधिक भारतीयों को डिपोर्ट किया जा चुका है। इस बार की डिपोर्टेशन लिस्ट में एच-1 बी, ओ-1 और स्टूडेंट वीसा पर अमेरिका गए भारतीय भी शामिल हैं। इन प्रोफेशनल्स की भी अच्छी खासी संख्या है। इस साल हर तीसरे हफ्ते में एक डिपोर्टेशन फ्लाइट रवाना की गई। वहीं, कनाडा के अल्बर्टा प्रांतीय सरकार ने पोस्ट ग्रेजुएशन वर्क परमिट (पीजीडब्ल्यूपी) रद्द कर दिया। अब वहां पर पढ़ाई कर रहे लगभग 1500 भारतीय छात्रों पर डिपोर्टेशन का खतरा बढ़ गया है। इमिग्रेशन एजेंसी (आईस) के एक अधिकारी के अनुसार अवैध प्रवासियों के खिलाफ इनकी धरपकड़ और डिपोर्टेशन दोनों की संख्या बढ़ी है। इस साल के अंत तक डिपोर्ट किए जाने वाले अवैध प्रवासियों की रिकॉर्ड संख्या होने वाली है। पिछले साल यानी 2025 में डिपोर्ट किए गए तीन हजार से ज्यादा भारतीयों में सभी ऐसे थे, जो अवैध रूप से अमेरिका में आए थे। आईस ने जून में ही 801 भारतीयों को रिमूवल ऑर्डर से नई दिल्ली भेजा जा रहा है। इस साल डिपोर्टेशन उड़ानों का इस्तेमाल किया जा रहा है।

(वापसी आदेश) जारी किया। हालांकि, इस रिमूवल ऑर्डर से तुरंत डिपोर्टेशन नहीं होता है। इसके खिलाफ कोर्ट में अपील की जा सकती है या फिर संबंधित व्यक्ति अपनी इच्छा से अमेरिका को छोड़ सकता है। 2025 में डिपोर्ट किए गए भारतीयों की संख्या 16 साल में सबसे ज्यादा थी। ह्यूमन राइट्स फर्स्ट संगठन के अनुसार भारतीयों को ओमानी एयरवेज से डिपोर्ट कर रहे हैं। टेक्सास के हार्लिंग से 20 घंटे की फ्लाइट पिछले साल अमेरिका ने सैन्य विमान हरक्यूलिस से डिपोर्ट किया था। ट्रैफिक लाइट पार करने या सोशल मीडिया पोस्ट पर भी कार्रवाई-वैध वीसा पर आए प्रोफेशनल्स को किसी भी उल्लंघन का आरोप लगा डिपोर्ट किया जा रहा है। अमेरिका के किसी शहर में ट्रैफिक लाइट पार करने पर भी छात्रों को डिपोर्ट करने के मामले सामने आए हैं। कुछ छात्रों द्वारा सोशल मीडिया जैसे एक्स, इंस्टाग्राम और फेसबुक पर ट्रम्प सरकार की आलोचना का दोषी मानकर डिपोर्ट कर दिया गया। टेक्सास में एच-1बी वीसा होल्डर की जॉब चली गई, जबकि उसके पास 60 दिन तक अमेरिका में रहकर नई जॉब सर्च करने का अधिकार था। इस बीच, एक रेस्तरां में पार्ट टाइम जॉब करते समय आईस ने रेड डाली। वीसा होल्डर को पकड़ लिया गया। उसे आईस ने वीसा उल्लंघन का दोषी माना और भारत डिपोर्ट कर दिया। 2025 में 3,567 भारतीय अमेरिका से डिपोर्ट हुए थे-2025 में अमेरिका ने 3,567 भारतीय नागरिकों को डिपोर्ट किया था। यह जानकारी भारत के विदेश मंत्रालय (एमईए) ने जून 2026 में दी थी। विदेश मंत्रालय ने बताया कि 2026 में जून तक 1076 भारतीयों को डिपोर्ट किया गया है।

5 फरवरी 2025 को अमेरिका ने पहली बार सैन्य विमान से 104 भारतीयों को अमृतसर भेजा था। इस दौरान कई लोगों को हथकड़ी और पैरों में बेड़ियां लगी थीं। इसकी तस्वीरें सामने आने के बाद देशभर में विवाद हुआ। संसद में भी हंगामा हुआ था।

भारत दौरे पर आ सकते हैं चीनी राष्ट्रपति जिनपिंग,12-13 सितंबर को दिल्ली में ब्रिक्स समिट, दोनों देशों में सीमा विवाद पर होगी बात

नई दिल्ली। भारत में 12-13 सितंबर को 18वां ब्रिक्स सम्मेलन होने जा रहा है। रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के सम्मेलन में शामिल

होने की पुष्टि है। वहीं, चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग के भी भारत आने की तैयारियां चल रही हैं। अगर जिनपिंग भारत आते हैं तो यह करीब 7 साल बाद उनकी भारत यात्रा होगी। इससे पहले वे अक्टूबर 2019 में भारत आए थे। विदेश मंत्रालय के सूत्रों के मुताबिक, चीन की ओर से जिनपिंग के दौरे की अभी औपचारिक पुष्टि नहीं हुई है। हालांकि, दोनों देशों की एडवांस टीमों के दौरे और अन्य तैयारियों से उनके भारत आने की संभावना जताई जा रही है। जिनपिंग से बातचीत में सीमा विवाद सबसे अहम मुद्दा-जिनपिंग के भारत दौरे की तैयारियों में एलएसी पर शांति और सीमा विवाद सबसे अहम मुद्दों में है। दोनों देश सीमा पर ऐसी व्यवस्था बनाने पर बात कर रहे हैं, जिससे किसी सैन्य घटना या तनाव का असर द्विपक्षीय रिश्तों पर न पड़े। जिनपिंग की संभावित यात्रा से पहले एनएसए अजीत डोभाल सीमा मुद्दे पर 25वें दौर की विशेष प्रतिनिधि वार्ता के लिए बीजिंग जा सकते हैं। वहां उनकी चीन के विदेश मंत्री वांग यी से मुलाकात हो सकती है। बातचीत में सीमा प्रबंधन, तनाव कम करने और स्थायी शांति के उपायों पर फोकस रहेगा। व्यापार और जरूरी सामान की सप्लाई भी एजेंडे में-भारत और चीन के बीच सिर्फ सीमा विवाद ही नहीं, बल्कि व्यापार और आर्थिक रिश्ते भी बातचीत का हिस्सा हैं।

बांग्लादेश बोला- भारत से गंगा जल समझौते में गारंटी मांगेंगे,जरूरत पड़ी तो अंतरराष्ट्रीय मंच पर जाएंगे, 1996 का समझौता दिसंबर में खत्म होगा

दिल्ली/ढाका। बांग्लादेश गंगा जल संधि में भारत से 'गारंटी क्लॉज' शामिल करने की मांग कर रहा है। बांग्लादेश के जल संसाधन मंत्री शाहिदुद्दीन चौधरी एनी ने मंगलवार को ढाका में यह बात कही। शाहिदुद्दीन ने कहा कि जरूरत पड़ने पर बांग्लादेश इस मुद्दे को अंतरराष्ट्रीय मंचों पर भी उठा सकता है। दरअसल, भारत और बांग्लादेश के बीच 1996 में हुई गंगा जल संधि दिसंबर 2026 में खत्म हो जाएगी। यह समझौता जनवरी से मई के बीच बांग्लादेश को गंगा का पानी देने से जुड़ा है। बांग्लादेश का कहना है कि मौजूदा संधि सूखे मौसम में उसकी जरूरत के मुताबिक पानी उपलब्ध नहीं कराती है। इसलिए वह नई संधि में ऐसा प्रावधान चाहता है, जिससे भारत निश्चित मात्रा में पानी की आपूर्ति की गारंटी दे। इसी के तहत बांग्लादेश 'गारंटी क्लॉज' में न्यूनतम जल प्रवाह तय करने की मांग कर रहा है। भारत-बांग्लादेश गंगा जल संधि की शर्त-70 हजार क्यूसेक या उससे कमः दोनों को 50-50फीसदी पानी-70 से 75 हजार क्यूसेकः बांग्लादेश को 35 हजार क्यूसेक, बाकी भारत को 75 हजार क्यूसेक या ज्यादाः भारत को 40 हजार क्यूसेक, बाकी बांग्लादेश कोयह समझौता 1 जनवरी से 31 मई तक के लिए लागू होता है।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

बांग्लादेशी नेता बोला- हिंदुओं को आसानी से मार सकते हैं,अल-कायदा से जुड़े हारून इजहार का बयान सोशल मीडिया पर वायरल

ढाका। बांग्लादेश में अल-कायदा से जुड़े नेता हारून इजहार का हिंदुओं को लेकर विवादित बयान सामने आया है। सोशल मीडिया पर वायरल एक वीडियो में वह कहता नजर आ रहा है कि हिंदुओं को आसानी से मारा जा सकता है। यह वीडियो चटगाम में आयोजित एक कार्यक्रम का है। इसमें इजहार यह भी कहता सुनाई दे रहा है कि उसे खुद कुछ करने की जरूरत नहीं पड़ेगी, क्योंकि उसके समर्थक ही ऐसा करने के लिए काफी हैं। शेख हसीना के सत्ता से हटने के बाद बांग्लादेश में हिंदुओं और दूसरे अल्पसंख्यक समुदायों पर हमलों और भेदभाव के कई आरोप लग चुके हैं। हारून इजहार कौन है? हारून इजहार बांग्लादेश के चटगाम का कट्टरपंथी इस्लामी नेता है और हिफाजत-ए-इस्लाम से जुड़ा

रहा है। उसके पिता मुफ्ती इजहारुल इस्लाम भी चटगाम के एक चर्चित इस्लामी नेता और मदरसा संचालक रहे हैं। हारून का नाम लंबे समय से कट्टरपंथ और हिंसक गतिविधियों से जुड़े मामलों में सामने आता रहा है। 2013 में चटगाम के लालखान बाजार स्थित मदरसे में विस्फोट हुआ था। इस घटना में तीन लोगों की मौत हुई थी। जांच के दौरान पुलिस ने विस्फोटक बनाने की सामग्री, तेजाब और बिना फटे ग्रेनेड बरामद किए थे। इस मामले में हारून और उसके पिता समेत कई लोगों पर केस दर्ज हुआ था। अल-कायदा से कनेक्शन का क्या मामला है? हारून इजहार को लेकर अल-कायदा और दूसरे जिहादी नेटवर्क से संबंधों के आरोप पुराने हैं। बांग्लादेशी मीडिया रिपोर्ट्स में उसके पिता के मदरसे को प्रतिबंधित संगठन हरकत-उल-जिहाद-अल-इस्लामी बांग्लादेश के नेटवर्क से जोड़कर देखा गया है। उसके पिता के ओसामा बिन लादेन और तालिबान नेता मुल्ला उमर से संपर्क होने का भी दावा किया गया है। रिपोर्ट्स में हारून इजहार को कट्टरपंथी संगठन हेफाजत-ए-इस्लाम का सीनियर नेता बताते हुए उसके अंतरराष्ट्रीय जिहादी नेटवर्क से कथित संबंधों का जिक्र है। 2021 में भी हिंसा के मामले में नाम आया-मार्च 2021: प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के बांग्लादेश दौरे के खिलाफ हुए प्रदर्शनों के दौरान चटगाम और दूसरे इलाकों में हिंसा हुई थी।

ग्रामीण युवाओं को टीबी उन्मूलन अभियान से जोड़ रहा स्वास्थ्य विभाग

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। प्रधानमंत्री टीबी मुक्त भारत अभियान के तहत ग्रामीण क्षेत्रों के युवाओं को टीबी उन्मूलन अभियान से जोड़ने के लिए जिला क्षय रोग केंद्र पर पांच दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया जा रहा है। जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. अनुपम सिंह एवं जिला युवा अधिकारी वर्तिका सिंह की अध्यक्षता में आयोजित प्रशिक्षण में जिला प्रोग्राम समन्वयक अभय मिश्रा, जिला पब्लिक प्राइवेट मिक्स समन्वयक मनीष श्रीवास्तव एवं जिला टीबी-एचआईवी समन्वयक अतुल कुमार ने माई भारत वॉलंटियर्स को क्षय रोग के लक्षण, जांच, उपचार और बचाव से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारी दी। अनुभवनात्मक शिक्षण कार्यक्रम (ईएलपी) के तहत प्रशिक्षण के तीसरे दिन बुधवार को माई भारत वॉलंटियर्स की टीम को जिला क्षय रोग केंद्र (डीटीसी) स्थित टीबी यूनिट का भ्रमण कराया गया। इस दौरान वॉलंटियर्स को केंद्र के विभिन्न काउंटरों की उपयोगिता, वहां होने वाली जांच तथा मरीजों को उपलब्ध कराई जाने वाली स्वास्थ्य सेवाओं के बारे में विस्तार से जानकारी दी गई। मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. नवीन चंद्रा ने बताया कि ग्रामीण क्षेत्रों के युवाओं को टीबी उन्मूलन अभियान से जोड़ने के लिए स्वास्थ्य विभाग ने यह पहल शुरू की है। इसके तहत माई भारत वॉलंटियर्सदृरायबरेली और जिला क्षय रोग केंद्र के संयुक्त तत्वावधान में युवाओं को प्रशिक्षण दिया जा रहा है। रायबरेली के हरचंदपुर, ऊंचाहार, डलमऊ, शिवगढ़ और अमावां ब्लॉक के चयनित गांवों के युवाओं को अभियान से जोड़ा जा रहा है। इसके साथ ही लखीमपुर, बाराबंकी, अयोध्या, इटावा, कन्नौज और वाराणसी के चयनित ब्लॉकों में भी यह पहल शुरू की गई है। जिला क्षय रोग केंद्र पर 17 से 21 अगस्त तक चल रहे प्रशिक्षण में युवाओं को टीबी के लक्षण, जांच, निदान, उपचार और बचाव की जानकारी दी जा रही है। प्रशिक्षण के बाद ये युवा अपने गांवों में लोगों को टीबी के प्रति जागरूक करने के साथ संभावित मरीजों की पहचान कर उन्हें जांच और उपचार के लिए स्वास्थ्य केंद्र तक पहुंचाने में विभाग का सहयोग करेंगे। जिला क्षय रोग अधिकारी डॉ. अनुपम सिंह ने बताया, 'टीबी उन्मूलन अभियान में युवाओं की भागीदारी बेहद महत्वपूर्ण है। चयनित पांच गांवों के 50 युवाओं को प्रशिक्षित कर उन्हें टीबी की पहचान, बचाव और उपचार की जानकारी दी जा रही है। प्रशिक्षण के बाद ये युवा अपने क्षेत्रों में जागरूकता फैलाने के साथ संभावित मरीजों को स्वास्थ्य केंद्र तक पहुंचाने में सहयोग करेंगे। इससे ग्रामीण क्षेत्रों में टीबी की समय से पहचान और उपचार सुनिश्चित करने में मदद मिलेगी।'

रोजगार मेला राजकीय आईटीआई, में AGI GREENPAC LIMITED,HYDERABAD (HINDWARE/SOMANY IMPRESA)के द्वारा साक्षात्कार हेतु सूचना

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। राजकीय औद्योगिक

प्रशिक्षण संस्थान रायबरेली में दिनांक 25/08/2026 को रोजगार मेले का आयोजन किया जा रहा है जिसमें AGI GREENPAC LIMITED,HYDERABAD (HINDWARE/SOMANY IMPRESA) कंपनी के लिए के लिए 120 पदों पर भर्ती होगी। इस मेले में ITI (समस्त व्यवसाय)/DIPLOMA/B.TECH(Mechanical / Electrical/Electronic) से उत्तीर्ण अभ्यर्थी जिनकी उम्र सीमा कंपनी ट्रेनी हेतु 18 से 32 वर्ष, है और CSR स्टाइपेंड 15000/- रुपये प्रतिमाह देय है तथा रेगुलर होने पर वेतन 17500-25000/- रुपये प्रतिमाह देय होगा। साथ में कंपनी के नियमानुसार कैंटीन की सुविधा वर्दी जूता अन्य मुफ्त में देय है। इच्छुक अभ्यर्थी अपना संक्षिप्त बायोडाटा सभी अंक पत्रों एवं तकनीकी प्रमाण पत्रों की छाया प्रति आधार कार्ड,बैंक पासबुक की फोटो कॉपी, पुलिस सत्यापन रिपोर्ट,(यदि उपलब्ध है तो)लेकर प्रातः 09:00 बजे से 3:00 बजे तक सम्मिलित हो सकते हैं चयन प्रक्रिया लिखित व साक्षात्कार के माध्यम से होगा।

आईजी पीएसी पूर्वी जोन श्री धर्मवीर ने किया 42वीं वाहिनी पीएसी नैनी का आकस्मिक निरीक्षण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। दिनांक

20.08.2026 को पुलिस महानिरीक्षक (IGP), पीएसी पूर्वी जोन, प्रयागराज श्री धर्मवीर (घ्इए) द्वारा सेनानायक श्री राजेश कुमार श्रीवास्तव (IPS) की गरिमामयी उपस्थिति में 42वीं वाहिनी पीएसी नैनी, प्रयागराज का आकस्मिक निरीक्षण व भ्रमण किया गया।वाहिनी आगमन पर मुख्य अतिथि को ट्रीपॉट भेंट कर उनका स्वागत किया गया। इसके बाद महानिरीक्षक महोदय ने क्वार्टर गार्द पर सशस्त्र सेरेमोनियल गार्द से सलामी ली। गार्द के बेहतरीन टर्न-आउट और अनुशासन को देखकर आईजी महोदय ने गार्द की मुक्त कंठ से प्रशंसा की। इसके उपरांत उन्होंने कोत (शस्त्रागार) और वाहिनी ब्रॉस बैंड का निरीक्षण कर

आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। पर्यावरण संरक्षण का संदेश देते हुए महोदय द्वारा 'वामा सारथी उद्यान' में पौधारोपण भी किया गया। कार्यालयों का सघन निरीक्षणःभ्रमण के दौरान प्रशासनिक व्यवस्थाओं को परखने के लिए आईजी महोदय ने कंट्रोल रूम, प्रधानलिपिक कार्यालय, सहायक सेनानायक कार्यालय, आंकिक कार्यालय, एस0ए0 कार्यालय, जी शाखा कार्यालय, गोपनीय कार्यालय और मुख्यालय शाखा सहित पूरी वाहिनी का विस्तृत निरीक्षण किया। सैनिक सम्मेलन में दिए कल्याणकारी निर्देशःनिरीक्षण के बाद एक 'सैनिक सम्मेलन' का आयोजन किया गया, जिसकी शुरुआत 'पीएसी गान' से हुई। सम्मेलन में आईजी महोदय ने जवानों की बात सुनी और अधिकारियों को निम्नलिखित मुख्य निर्देश दिए.स्थानीय समन्वयः बाह्य जनपदों में ड्यूटी के दौरान स्थानीय जिला पुलिस प्रशासन से बेहतर तालमेल बनाया जाए। त्वरित भुगतानः जवानों के टीए/डीए (TA/DA) और चिकित्सा प्रतिपूर्ति (Medical Reimbursement) के मामलों का समय से निस्तारण हो। सुविधाएंः वाहिनी और ड्यूटी पर तैनात दलों को रहने व खाने की सभी बुनियादी सुविधाएं उच्च स्तर की मिलनी चाहिए।सम्मेलन का समापन राष्ट्रगान के साथ हुआ।इस अवसर पर उपसेनानायक श्री उदय प्रताप सिंह, सहायक सेनानायक श्री देव नारायण यादव, सहायक सेनानायक श्री वेद प्रकाश राय, शिविरपाल श्री अरविंद कुमार सिंह, सूबेदार मेजर श्री सुधांशु कुमार सहित वाहिनी के समस्त पुलिस अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित रहे।

INDIAN SECURITY AND MANPOWER SERVICI

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

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

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

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

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

FOR JOB CONTACT:- 9569430885

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

नवागत खंड शिक्षा अधिकारी का शिक्षक संघ ने किया भव्य स्वागत

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली/ दीनशाह गौरा।

ब्लॉक संसाधन केंद्र, दीनशाह गौरा में उत्तर प्रदेशीय प्राथमिक शिक्षक संघ, शाखा गौरा के अध्यक्ष शैलेश पांडे के नेतृत्व में संगठन के पदाधिकारियों, शिक्षकों एवं शिक्षिकाओं द्वारा नवागत खंड शिक्षा अधिकारी, दीनशाह गौरा सुधा वर्मा का आत्मीय एवं भव्य स्वागत किया गया। इस अवसर पर खंड शिक्षा अधिकारी सुधा वर्मा ने कहा कि उनकी सर्वोच्च प्राथमिकता परिषदीय बच्चों का शिक्षण मानक स्तरीय, गुणवत्तापूर्ण एवं सुचारू रूप से समयबद्ध तरीके से सुनिश्चित कराना है। उन्होंने कहा कि बच्चों की शिक्षा एवं सर्वांगीण विकास को केंद्र में रखते हुए विद्यालयों में बेहतर शैक्षिक वातावरण बनाने के लिए सभी शिक्षक-शिक्षिकाओं का सहयोग आवश्यक है। उत्तर प्रदेशीय प्राथमिक शिक्षक संघ, शाखा गौरा के अध्यक्ष शैलेश पांडे ने नवागत खंड शिक्षा अधिकारी का स्वागत करते हुए कहा कि संगठन शिक्षक हितों के साथ-साथ परिषदीय विद्यालयों में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के लिए सदैव प्रतिबद्ध है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि खंड शिक्षा अधिकारी के मार्गदर्शन एवं शिक्षकों के सहयोग से दीनशाह गौरा में शैक्षिक गुणवत्ता को नई ऊंचाइयों तक ले जाने का प्रयास किया जाएगा। उन्होंने कहा कि संगठन की ओर से विभागीय कार्यों एवं शैक्षिक गुणवत्ता में सुधार के लिए हरसंभव सकारात्मक सहयोग प्रदान किया जाएगा। इस अवसर पर संगठन के मंत्री अखिलेश कुमार, संरक्षक त्रिलोकी शरण सिंह, जिला उपाध्यक्ष उमेश त्रिवेदी, वरिष्ठ उपाध्यक्ष अरुनेंद्र सिंह, कोषाध्यक्ष दिलीप मिश्रा, संयुक्त मंत्री श्रीराम श्रीवास्तव, उपाध्यक्ष शयाम सिंह, दिनेश मिश्रा, मनीष दीक्षित, नितिन सोनी, राहुल द्विवेदी, दीपक शुक्ला, राम अवध मौर्या, रविंद्र सिंह, गुंजन त्रिवेदी, कुंवर जी यादव समेत बड़ी संख्या में शिक्षक एवं शिक्षिका उपस्थित रहीं। कार्यक्रम सौहार्दपूर्ण एवं सकारात्मक वातावरण में संपन्न हुआ। इस दौरान संगठन की ओर से नवागत खंड शिक्षा अधिकारी को शुभकामनाएं एवं सफल कार्यकाल के लिए बधाई दी गई।

मां-बाप को उम्रकैद,बेटी ने लव मैरिज की थी, घर में गोली मारी, लाश सूटकेस में भरकर मथुरा में फेंकी

मथुरा। मथुरा के चर्चित आयुषी यादव हत्याकांड में मां-बाप को उम्रकैद की सजा हुई है। मथुरा कोर्ट ने 4 साल बाद बुधवार को फैसला सुनाया। कोर्ट में आयुषी के पिता नितेश यादव ने अपनी सफाई में सिर्फ इतना कहा कि बेटी की हत्या मैंने की थी, पत्नी का दोष नहीं है। फिर चुप हो गए। मां सिर झुकाए खड़ी रही।जज ने फैसला सुनाते हुए कहा- बेटी की हत्या का अपराध अत्यन्त क्रूर और वीभत्स की श्रेणी में आता है। इसलिए दोषियों पर नम्र रुख अपनाने का कोई आधार नहीं है। अगर दोषी को दंडित नहीं किया तो समाज में गलत संदेश जाएगा। 22 साल की इकलौती बेटी आयुषी की 4 साल पहले पिता नितेश यादव ने दिल्ली स्थित अपने घर में रिवॉल्वर से गोली मारकर हत्या कर दी थी। वजह सिर्फ इतनी थी कि आयुषी ने राजस्थान के युवक से चुपके से लव मैरिज कर ली थी। हत्या के बाद पिता ने शव को लाल सूटकेस में भरकर 150 किलोमीटर दूर मथुरा के पास यमुना एक्सप्रेस-वे पर फेंक दिया था। इसमें आयुषी की मां ब्रजवाला ने उनका साथ दिया था। शव मिलने के बाद पुलिस ने जांच शुरू की। मथुरा पुलिस मां ब्रजवाला और आयुषी के भाई आयुष को मथुरा लेकर आई। दोनों ने आयुषी की पहचान की थी। बाद में पुलिस ने मां-बाप को गिरफ्तार किया था। पिता की दिल्ली में दुकान थी। सरकारी वकील मुकेश गोस्वामी ने कहा-'पुलिस ने जांच के बाद नितेश यादव और ब्रजवाला के खिलाफ कोर्ट में चार्जशीट दाखिल की थी। सुनवाई के दौरान सरकारी पक्ष ने गवाहों के बयान और केस से जुड़े सबूत कोर्ट के सामने रखे।

जिलाधिकारी की पहल पर प्राथमिक विद्यालय सीवन में आयोजित हुआ तिथि भोज

विशेष अवसरों को बच्चों के साथ मनाने की पहल से विद्यालयों एवं आंगनबाड़ी केंद्रों में बढ़ेगा अपनापन और सामुदायिक सहभागिता

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिलाधिकारी सरनीत कौर ब्रोका की पहल पर जनपद में विशेष तिथियों को जिलाधिकारी ने जनपद में यह विशेष पहल शुरू करते हुए अधिकारियों, शिक्षकों एवं अन्य संबंधित लोगों से अपील की है तिथि भोज का आयोजन किया गया। इस दौरान बच्चों के साथ आत्मीयता एवं अपनत्व का वातावरण देखने को मिला। विद्यालय परिवार द्वारा बच्चों को भोजन कराया गया तथा उनके साथ समय बिताकर उन्हें विशेष अवसर की खुशियों में सहभागी बनाया गया। जिलाधिकारी की इस पहल का उद्देश्य समाज के विभिन्न वर्गों को बच्चों से जोड़ते हुए विद्यालयों एवं आंगनबाड़ी केंद्रों में सामुदायिक सहभागिता को बढ़ावा देना है। विशेष अवसरों पर बच्चों के साथ भोजन करने और उनके साथ खुशियां साझा करने से बच्चों में अपनत्व, आत्मविश्वास एवं सकारात्मक भावनाओं का विकास होगा। साथ ही समाज में जरूरतमंद एवं वंचित बच्चों के प्रति संवेदनशीलता तथा सामाजिक उत्तरदायित्व की भावना को भी बढ़ावा मिलेगा। जिलाधिकारी ने जनपदवासियों से अपील की है कि वे अपने जीवन की विशेष तिथियों को केवल व्यक्तिगत रूप से मनाने के बजाय बच्चों के साथ साझा करें और उन्हें अपनी खुशियों का हिस्सा बनाएं। इस प्रकार की पहल से बच्चों के बीच खुशी एवं उत्साह का वातावरण बनेगा तथा विद्यालयों एवं आंगनबाड़ी केंद्रों के प्रति समाज की सहभागिता और जिम्मेदारी भी मजबूत होगी। जनपद में तिथि भोज की इस पहल को निरंतर प्रोत्साहित किया जा रहा है, ताकि अधिक से अधिक लोग विशेष अवसरों पर बच्चों के साथ समय बिताकर उनके जीवन में खुशी के पल जोड़ सकें और सामाजिक सरोकार की भावना को मजबूत कर सकें। कार्यक्रम के सफल आयोजन में जिला बेसिक शिक्षा अधिकारी राहुल सिंह एवं खण्ड शिक्षा अधिकारी शिवगढ़ ऋचा सिंह का भी विशेष मार्गदर्शन रहा।

बच्चों के साथ मनाने के उद्देश्य से शुरू की गई अभिनव पहल के अंतर्गत विकास खण्ड शिवगढ़ क्षेत्र के प्राथमिक विद्यालय सीवन में तिथि भोज का आयोजन किया गया। विद्यालय के प्रधानाचार्य शैलेंद्र कुमार पाण्डेय द्वारा अपने पिता जी के जन्म दिवस के अवसर पर आयोजित तिथि भोज में विद्यालय के बच्चों ने उत्साहपूर्वक प्रतिभाग किया तथा बच्चों के साथ भोजन कर विशेष तिथि को यादगार बनाया गया।

भजन गायन प्रतियोगिता में भाई-बहन का ऐतिहासिक प्रदर्शन, दृष्टि और दीक्षांत ने जीते प्रथम पुरस्कार,इएक ही परिवार को दोहरा खिताबः भाई-बहन की जोड़ी ने रायबरेली क्लब को किया गौरवान्वित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। भारत विकास परिषद, रायबरेली के तत्वावधान में स्थानीय रायबरेली क्लब सभागार में एक भव्य भजन गायन प्रतियोगिता का सफल आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में जनपद के प्रतिभावान भाई-बहन ने अपनी सुरीली आवाज का जादू बिखेरकर दोहरा खिताब अपने नाम किया और पूरे क्षेत्र को गौरवान्वित किया। प्रतियोगिता के सीनियर वर्ग में रायबरेली की बेटी दृष्टि पांडे (देवांशी) ने मंच पर भगवान गणेश का अत्यंत सुरीला और भावपूर्ण भजन प्रस्तुत किया। उनकी इस प्रस्तुति पर पूरा परिसर तालियों की गड़गड़ाहट से गूंज उठा और लोग झूमने पर मजबूर हो गए। बेहतरीन गायन के दम पर दृष्टि ने सीनियर वर्ग में प्रथम स्थान प्राप्त किया। विशेष उल्लेखनीय है कि उन्होंने लगातार पांचवें वर्ष इस प्रतियोगिता में प्रथम स्थान पर रहकर अपनी गायन प्रतिभा का लोहा मनवाया है। अपनी सीनियर दीदी के पदचिह्नों पर चलते हुए जूनियर वर्ग में उनके छोटे भाई दीक्षांत पांडे ने पहली बार इस प्रतियोगिता में प्रतिभाग किया। दीक्षांत ने जैसे ही भगवान श्री कृष्ण का मधुर भजन छेड़ा, वहां मौजूद श्रोता और निर्णायक मंडल भाव-विभोर हो गए। अपने उत्कृष्ट प्रदर्शन की बदौलत उन्होंने जूनियर वर्ग का प्रथम पुरस्कार हासिल किया। एक ही परिवार के दो बच्चों द्वारा प्रतियोगिता के दोनों मुख्य वर्गों में प्रथम स्थान प्राप्त करते ही रायबरेली क्लब का पूरा सभागार देर तक करतल ध्वनि से गुंजायमान रहा।इस गौरवपूर्ण अवसर पर निर्णायक मंडल की सदस्य प्रियंका अवस्थी, दृष्टि के संगीत गुरु योगेश मिश्रा और विद्यालय की शिक्षिका अर्पिता सिंह ने दोनों बच्चों की अद्वितीय प्रतिभा की भूरि-भूरि प्रशंसा की। बच्चों की इस शानदार और ऐतिहासिक सफलता पर उनके गौरवान्वित पिता देवेंद्र पांडेय सहित क्षेत्र के तमाम प्रबुद्ध जनों, साहित्यकारों और संगीत प्रेमियों ने दोनों को अपनी शुभकामनाएं प्रेषित कीं और उनके उज्ज्वल भविष्य की मंगलकामना की।

सांसद डॉ महेश शर्मा के हाथों से 'मै स्त्री हूँ' का हुआ लोकार्पण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। तुलसी वाणी राष्ट्रीय काव्य महोत्सव का आयोजन राष्ट्रीय साँझा काव्य संकलन' मै स्त्री हूँ ' के विमोचन, तुलसी जयंती, स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य मे शब्द कुटीर फाउंडेशन की अध्यक्ष समाजसेविका कवयित्री साधना शर्मा सरगम द्वारा महाराजा अग्रसेन भवन नोएडा में किया गया। जिसमें मै स्त्री हूं काव्य संकलन का लोकार्पण मुख्य अतिथि पूर्व केंद्रीय मंत्री सांसद महेश शर्मा व भाजपा जिलाध्यक्ष अभिषेक शर्मा द्वारा किया गया और साथ में समस्त भाजपा टीम गायत्री तिवारी, मनीष तिवारी, संजय बाली, अर्पित तिवारी, वीरेंद्र भाटी भी मौजूद रहे। देश के हर एक कोने से पधारे साहित्यकारों ने आजादी, नारी सशक्तिकरण पर काव्य पाठ कर कार्यक्रम को भव्यता प्रदान की। कुसुमधर शारदा (जम्मू) कमला ठाकुर (शिमला) अपर्णा भटनागर (नोएडा) को विशेष सम्मान संस्था द्वारा प्रदान करने के साथ सभी साहित्यकारों को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर अंतरराष्ट्रीय कवयित्री मधुमोहिनी उपाध्याय, डॉ वनिता शर्मा, सुधीर यादव सुमन उपस्थित रहे।

निर्माणाधीन परियोजनाओं को समयबद्ध एवं गुणवत्तापूर्ण ढंग से पूर्ण कराएं-जिलाधिकारी,भूमि अधिग्रहण, मुआवजा वितरण एवं क्षतिग्रस्त सड़कों के पुनर्निर्माण में तेजी लाने के दिए निर्देश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। जिलाधिकारी सरनीत कौर ब्रोका की अध्यक्षता में विकास भवन सभागार में एनएचएआई, सेतु निगम, यूपीडा, लोक निर्माण विभाग एवं ग्रामीण अभियंत्रण विभाग द्वारा जनपद में संचालित विभिन्न निर्माणाधीन परियोजनाओं की विस्तृत समीक्षा बैठक सम्पन्न हुई। बैठक में परियोजनाओं की प्रगति के साथ-साथ भूमि अधिग्रहण, मुआवजा वितरण, निर्माण कार्यों में आ रही बाधाओं तथा परियोजनाओं के निर्माण के कारण क्षतिग्रस्त हुई सड़कों के पुनर्निर्माण एवं मरम्मत कार्यों की भी समीक्षा की गई। जिलाधिकारी ने संबंधित विभागों एवं कार्यदायी संस्थाओं के अधिकारियों से परियोजनावार प्रगति की जानकारी प्राप्त की तथा निर्देशित किया कि सभी निर्माणाधीन परियोजनाओं को निर्धारित समयसीमा में गुणवत्तापूर्ण ढंग से पूर्ण कराया जाए। बैठक में विभिन्न परियोजनाओं के लिए भूमि अधिग्रहण की स्थिति, लंबित प्रकरणों तथा मुआवजा वितरण की भी समीक्षा की गई। जिलाधिकारी ने निर्देश दिए कि भूमि अधिग्रहण से संबंधित शेष कार्यवाही को नियमानुसार शीघ्र पूर्ण कराया जाए तथा पात्र भू-स्वामियों को मुआवजा वितरण की कार्यवाही में तेजी लाई जाए। उन्होंने संबंधित अधिकारियों को निर्देशित किया कि भूमि अधिग्रहण एवं मुआवजा वितरण से संबंधित समस्याओं का संबंधित पक्षों से समन्वय कर समयबद्ध निस्तारण सुनिश्चित करें, ताकि परियोजनाओं के निर्माण कार्य प्रभावित न हों। जिलाधिकारी ने एनएचएआई, सेतु निगम, यूपीडा, लोक निर्माण विभाग एवं ग्रामीण अभियंत्रण विभाग की विभिन्न परियोजनाओं की प्रगति की समीक्षा करते हुए निर्माण कार्यों की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान देने के निर्देश दिए, इसके साथ ही निर्माणाधीन परियोजनाओं के दौरान क्षतिग्रस्त हुई सड़कों के पुनर्निर्माण एवं मरम्मत कार्यों की भी समीक्षा की गई। जिलाधिकारी ने स्पष्ट निर्देश दिए कि परियोजनाओं के निर्माण से क्षतिग्रस्त हुई सड़कों को संबंधित कार्यदायी संस्था द्वारा प्राथमिकता के आधार पर दुरुस्त कराया जाए, जिससे आमजन को आवागमन में किसी प्रकार की परेशानी न हो।

बैठक में मुख्य विकास अधिकारी अंजुलता, अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) सिद्धार्थ, उप जिलाधिकारी ऊँचाहार विवेक राजपूत, अधिशासी अधिकारी नगर पालिका स्वर्ण सिंह सहित एनएचएआई, सेतु निगम, यूपीडा, लोक निर्माण विभाग, ग्रामीण अभियंत्रण विभाग एवं संबंधित कार्यदायी संस्थाओं के अधिकारी उपस्थित रहे।

प्रोजेक्ट अलंकार के अन्तर्गत अशासकीय सहायता प्राप्त माध्यमिक विद्यालयों में होगे कार्य

सहयोगी अनुदान योजना से जीर्णोद्धार,मरम्मत, पुनर्निर्माण, निर्माण एवं अवस्थापना सुविधाओं के होंगे कार्य,डीएम ने प्रबंधकों को प्रस्ताव तैयार कर उपलब्ध कराने के दिए निर्देश,विद्यालयों में प्रकाश, पेयजल, शौचालय सहित सभी मूलभूत सुविधाएं प्राथमिकता से सुनिश्चित कराने के निर्देश

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। मंगलवार को जिलाधिकारी सरनीत कौर ब्रोका की अध्यक्षता में विकास भवन सभागार में जनपद के माध्यमिक शिक्षा विभाग के अशासकीय सहायता प्राप्त विद्यालयों में शासन की प्रोजेक्ट अलंकार योजना के अंतर्गत नव निर्माण, उच्चीकरण एवं मूलभूत सुविधाओं के विकास हेतु प्रस्ताव तैयार कर उपलब्ध कराने के संबंध में सभी विद्यालयों के प्रबंधकों एवं प्रबंध संचालकों के साथ बैठक सम्पन्न हुई। बैठक में प्रोजेक्ट अलंकार योजना के संबंध में विद्यालय प्रबंधकों को विस्तृत जानकारी जिला विद्यालय निरीक्षक के द्वारा प्रदान की गई। बताया गया कि योजना के अंतर्गत विद्यालयों में आवश्यकतानुसार 25 लाख रुपये से लेकर 01 करोड़ 25 लाख रुपये तक के विकास कार्य कराए जा सकते हैं। योजना में क्रमशः 25 लाख, 50 लाख, 75 लाख, 01 करोड़ तथा 01 करोड़ 25 लाख रुपये तक की परियोजनाएं छात्र संख्या के अनुसार प्रस्तावित की जा सकती हैं। स्वीकृत परियोजना की कुल लागत का 25 प्रतिशत अंश विद्यालय प्रबंधन द्वारा वहन किया जाएगा, जबकि 75 प्रतिशत धनराशि शासन द्वारा योजना के अंतर्गत उपलब्ध कराई जाएगी।

जिलाधिकारी ने विद्यालय प्रबंधकों एवं प्रबन्ध संचालकों को निर्देशित किया कि विद्यालयों में विद्यार्थियों को बेहतर एवं सुरक्षित शैक्षिक वातावरण उपलब्ध कराने के लिए सभी आवश्यक मूलभूत सुविधाएं सुनिश्चित की जाएं। प्रत्येक शिक्षण कक्ष में पर्याप्त प्रकाश व्यवस्था, स्वच्छ पेयजल, छात्र-छात्राओं के लिए समुचित शौचालय, स्वच्छता सहित अन्य आवश्यक सुविधाएं अनिवार्य रूप से उपलब्ध होनी चाहिए। जिन विद्यालयों में उक्त सुविधाओं का अभाव है, वहां उन्हें प्राथमिकता के आधार पर विकसित कराया जाए। उन्होंने कहा कि प्रोजेक्ट अलंकार योजना का उद्देश्य विद्यालयों के भौतिक संसाधनों को सुदृढ़ करते हुए विद्यार्थियों को बेहतर शैक्षिक वातावरण उपलब्ध कराना है। इसलिए सभी विद्यालय प्रबंधन वास्तविक आवश्यकता के आधार पर गुणवत्तापूर्ण एवं उपयोगी कार्यों का प्रस्ताव तैयार कर उपलब्ध कराएं, ताकि पात्र विद्यालयों को योजना का अधिकतम लाभ मिल सके।

जिलाधिकारी ने संबंधित अधिकारियों को भी निर्देशित किया कि विद्यालयों से प्राप्त प्रस्तावों का नियमानुसार परीक्षण कर आवश्यक कार्यवाही सुनिश्चित की जाए तथा योजना के क्रियान्वयन में किसी प्रकार की अनावश्यक देरी न हो। बैठक में मुख्य विकास अधिकारी अंजुलता, अपर जिलाधिकारी (प्रशासन) सिद्धार्थ, जिला विद्यालय निरीक्षक संजीव कुमार सिंह सहित सभी अशासकीय सहायता प्राप्त विद्यालयों के प्रबंधक एवं प्रबन्ध संचालक उपस्थित रहे।

विश्व फोटोग्राफी दिवस पर नोएडा मीडिया क्लब की पांचवीं फोटो प्रदर्शनी का भव्य आयोजन

कैमरे में कैद तस्वीरों ने बयां की समाज, संस्कृति और जिंदगी की अनकही कहानियां

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा विश्व फोटोग्राफी दिवस के अवसर पर नोएडा मीडिया क्लब द्वारा पांचवीं वार्षिक फोटो प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। नोएडा मीडिया क्लब की फोटो गैलरी में आयोजित इस प्रदर्शनी में दिल्ली-एनसीआर के साथ-साथ देश के विभिन्न हिस्सों केकरीब 40 फोटो जर्नलिस्ट द्वारा अपने कैमरों से खींची गईं सुंदर, जीवंत और मनमोहक तस्वीरों को प्रदर्शित किया गया। प्रदर्शनी में फोटो पत्रकारिता, डॉक्यूमेंट्री और स्ट्रीट फोटोग्राफी से जुड़ी तस्वीरों के माध्यम से समाज और जीवन के अलग-अलग रंगों को प्रस्तुत किया गया। प्रदर्शनी का उद्देश्य फोटो जर्नलिस्टों की मेहनत, रचनात्मकता और उनके कैमरे के माध्यम से समाज को देखने के नजरिए को सामने लाना रहा।फोटो पत्रकार के कैमरे में कैद एक तस्वीर कई बार उस पल की पूरी कहानी, भावनाओं और सच्चाई को शब्दों से कहीं अधिक प्रभावशाली ढंग से सामने रख देती है। नोएडा मीडिया क्लब द्वारा प्रत्येक वर्ष विश्व फोटोग्राफी दिवस के अवसर पर फोटो प्रदर्शनी का आयोजन किया जाता है। इसी क्रम में इस वर्ष पांचवीं फोटो प्रदर्शनी आयोजित की गई, जिसमें विभिन्न क्षेत्रों से जुड़े फोटो जर्नलिस्टों की चुनिंदा तस्वीरों को प्रदर्शित किया गया। प्रदर्शनी में प्राकृतिक सौंदर्य, सामाजिक सरोकार, जनजीवन, संस्कृति, शहर की बदलती तस्वीर और घटनाओं से जुड़े विभिन्न पहलुओं को कैमरे की नजर से प्रस्तुत किया गया। नोएडा मीडिया क्लब के अध्यक्ष आलोक द्विवेदी, महासचिव जयप्रकाश सिंह एवं कोषाध्यक्ष मनोज वत्स के नेतृत्व में आयोजित इस फोटो प्रदर्शनी को शहर के गणमान्य लोगों और मीडिया जगत से जुड़े लोगों का भी उत्साहपूर्ण समर्थन मिला। इस अवसर पर गौतमबुद्ध नगर के सांसद डॉ महेश शर्मा के प्रतिनिधि संजय बाली,नोएडा एंटरप्रेन्योर एसोसिएशन (एनईए) के अध्यक्ष विपिन मल्हन,फोनरवा के अध्यक्ष योगेंद्र शर्मा,सपा प्रवक्ता राघवेन्द्र दुबे,युवा व्यापार मंडल के अध्यक्ष विकास जैन,आर्या फैशन्स की संस्थापक एवं सीईओ डॉ. खुशबू सिंह, किसान नेता अशोक चौहान सहित दिल्ली-एनसीआर के अनेक फोटो जर्नलिस्ट, पत्रकार, सामाजिक कार्यकर्ता, उद्यमी और शहर के गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे। इस दौरान वरिष्ठ फोटो जर्नलिस्ट कमल किशोर, अमित मेहरा, अम्लान पालीवाल, प्रदीप गौर, नीरज कुमार, इंदरनील सेन, संजय रावत, विजय पांडे, चंद्र प्रकाश मिश्रा, प्रेम सिंह, मो. जाकिर, ध्रुव कुमार, के. आसिफ और बनी स्मिथ, राजेश कुमार सहित अनेक फोटो पत्रकार मौजूद रहे। वरिष्ठ फोटो जर्नलिस्टों की मौजूदगी ने प्रदर्शनी को और विशेष बना दिया। उन्होंने युवा और साथी फोटो पत्रकारों के कार्यों को देखा तथा फोटोग्राफी और फोटो पत्रकारिता के बदलते स्वरूप पर भी चर्चा की। अतिथियों ने फोटो जर्नलिस्टों द्वारा खींची गई तस्वीरों को बारीकी से देखा और उनकी रचनात्मकता तथा मेहनत की सराहना की। उन्होंने कहा कि फोटो पत्रकारिता समाज की वास्तविक तस्वीर को सामने लाने का सशक्त माध्यम है। एक फोटो जर्नलिस्ट घटनास्थल पर मौजूद रहकर जिस क्षण को अपने कैमरे में कैद करता है, वह तस्वीर आने वाली पीढ़ियों के लिए उस दौर का दस्तावेज भी बन जाती है।नोएडा मीडिया क्लब के अध्यक्ष आलोक द्विवेदी ने कहा कि फोटो जर्नलिस्ट दिन-रात मेहनत करके समाज, देश और दुनिया में घट रही महत्वपूर्ण घटनाओं को अपने कैमरे में कैद करते हैं। उनकी तस्वीरें न केवल खबरों को प्रभावशाली बनाती हैं, बल्कि इतिहास के महत्वपूर्ण पलों को भी सुरक्षित रखने का काम करती हैं।

विश्व फोटोग्राफी दिवस पर आयोजित यह प्रदर्शनी इन्हीं फोटो जर्नलिस्टों के समर्पण, साहस, रचनात्मकता और कला को सम्मान देने का एक प्रयास है। उन्होंने कहा कि नोएडा मीडिया क्लब भविष्य में भी फोटो पत्रकारों को बेहतर मंच उपलब्ध कराने और उनकी कला एवं प्रतिभा को आम लोगों तक पहुंचाने के लिए इस तरह के आयोजन करता रहेगा।

सिख श्रद्धालुओं का जत्था पंजाब के प्रमुख धार्मिक और ऐतिहासिक स्थलों के दर्शन दीदार कर प्रयागराज आए,सिख संगत व गुरुद्वारा मैनेजमेंट कमेटी ने स्वागत अभिनंदन किया

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। प्रयागराज से चंडीगढ़ रेल यात्रा और पंजाब के धार्मिक स्थलों का आध्यात्मिक सफर प्रयागराज से श्रद्धालुओं का एक जत्था चंडीगढ़ पहुँचा। चंडीगढ़ में निजी वाहन की व्यवस्था कर श्रद्धालुओं का जत्था ने पंजाब के प्रमुख धार्मिक और ऐतिहासिक स्थलों के दर्शन दीदार कर वापस प्रयागराज लौट आए। पंजाब मे धार्मिक यात्रा निजी वाहन से श्रद्धालुओं का जत्था ने श्री आनंदपुर साहिब,श्री अमृतसर साहिब (स्वर्ण मंदिर),और गुरु फतेहगढ़ साहिब,तख्त श्री केशगढ़ साहिब के ऐतिहासिक स्थलों के दर्शन दीदार किए।

पंजाब के सभी धार्मिक स्थलों के दर्शन उपरांत श्रद्धालुओं का जत्था पुनः अमृतसर लौटा और वापसी की ट्रेन पकड़कर प्रयागराज सकुशल पहुँचे।

क्षेत्रीय उपाध्यक्ष सरदार पतविंदर सिंह ने बताया कि श्रद्धालुओं का पंजाब के विभिन्न स्थानों में वहां की सिख संगत व गुरुद्वारा मैनेजमेंट कमेटी ने स्वागत अभिनंदन किया।

जत्था का नेतृत्व परमजीत सिंह बग्गा अध्यक्ष गुरुद्वारा साहिब ने किया।

भाजपा अल्पसंख्यक मोर्चा काशी क्षेत्र,क्षेत्रीय उपाध्यक्ष सरदार पतविंदर सिंह,जतिंदर सिंह राजू,महेंद्र सिंह,गुरबख्श सिंह,कुलदीप सिंह,हरजिंदर सिंह,परमजीत सिंह सहित देश के विभिन्न प्रांतो से पंजाब मे कई श्रद्धालु जत्थे मे सम्मिलित हुए।

पांच साल से लग रही गुहार, फिर भी नहीं बना दो मीटर अधूरा इंटरलाकिंग खडंजा,मामला नगरपालिका परिषद गौरीगंज के वार्ड आठ का, रिटायर्ड शिक्षक के घर के उत्तर बनी कागज पर नाली, धरातल पर नदारद

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) गौरीगंज/अमेठी। नगरपालिका परिषद गौरीगंज के वार्ड आठ का एक अजीबोगरीब मामला प्रकाश में आया है।पांच साल से लगातार कई बार शिकायत के बावजूद नगरपालिका परिषद के द्वारा बनवाये गये एक इंटरलाकिंग खड़ंजे का है। यहां पर 2021 ई0 में मुसाफिरखाना रोड से कान्हा मैरिज लान के बगल से होते हुए पीछे की ओर तक गये एक इंटरलाकिंग खडंजा पांडेय जी के घर तक बनवाया गया था जो ठेल में दो मीटर अधूरा छोड़ दिया गया था। पांडेय जी के बगल में रास्ते के दूसरी ओर एक रिटायर्ड शिक्षक का मकान स्थित है। खड़ंजे के अंत में दो मीटर अधूरा छोड़ दिया गया था।

विभिन्न चरणों में कई जगह कई बार गुहार लगाई गई। अधिशासी अधिकारी, तत्कालीन एक पदाधिकारी प्रतिनिधि, सम्पूर्ण समाधान दिवस, डी एम साहब की जनसुनवाई, तत्कालीन भाजपा सांसद, वर्तमान सांसद, तथा सी एम साहब की हेल्प लाइन तक रिटायर्ड शिक्षक के पी सविता ने समस्या के समाधान के लिए गुहार लगाई लेकिन आज तक दो मीटर अधूरा छोड़ दिया गया इंटरलाकिंग खडंजा नहीं बन पाया। अधिकारियों द्वारा आश्वासन दिया जाता रहा कि आगे बनवा दिया जायेगा। एक बार आदिवासी अधिकारी की गलत कार्यपूर्ति रिपोर्ट पर तत्कालीन जिलाधिकारी महोदय ने तत्कालीन सांसद को गलत आख्या दे दिया था कि कार्य पूरा करा दिया गया है। शिकायत दूसरे की थी और कार्यपूर्ति दूसरे खड़ंजे की दे दी गई थी। उस दूसरे खड़ंजे के साथ शर्मा मास्टर के घर से आगे नहर पुल तक नाली भी बननी थी। खडंजा तो बन गया था लेकिन नाली आज तक मौके पर नाली नहीं बनी है।भले ही कागज पर बना दी गई है।इस बात की फिर से रिटायर्ड शिक्षक के पी सविता द्वारा सम्पूर्ण समाधान दिवस में गुहार लगाई गयी है कि उसके घर के बगल में 2021 में दो मीटर अधूरा छोड़ दिये गये इंटरलाकिंग खडंजा और उसके घर के आगे उत्तर की ओर कागज में बनी नाली का वास्तविक रूप से निर्माण कराया जाय तो महान दया होगी।

दिल्ली-एनसीआर में बारिश, प्रयागराज में 5 फीट पानी भरा, 2000 स्टूडेंट्स ने हॉस्टल छोड़ा

लखनऊ। देश के कई राज्यों में लगातार बारिश जारी है। दिल्ली-एनसीआर में गुरुवार से ज्यादा गांवों का संपर्क टूट गया। पन्ना के कई गांवों में भी पानी भर गया। वहीं, उत्तराखंड घरों में 3-3 फीट पानी भर गया। 2 हजार से ज्यादा छात्रों ने हॉस्टल छोड़ दिया। 7 हजार से

सुबह तेज बारिश हुई। एयरपोर्ट रोड पर द्वारका अंडरपास समेत कई इलाकों में पानी भर गया, जिससे लोगों को मुश्किल हुई। उत्तर प्रदेश के प्रयागराज में चार दिनों से बारिश हो रही है। पिछले तीन दिन में 205 मिमी पानी गिरा। शहर के कई इलाकों में 5 फीट तक पानी भर गया। घरों-हॉस्टल में पानी भर गया। बुधवार को करीब 2000 छात्र हॉस्टल छोड़कर चले गए। आज भी 9 जिलों में रेड अलर्ट है। वाराणसी में घाटों के किनारे 100 से ज्यादा मंदिरों में गंगा का पानी घुस गया है। हरिश्चंद्र घाट पर गलियों और सीढ़ियों में, जबकि मणिकर्णिका घाट में छत पर अंतिम संस्कार हो रहा है। मध्य प्रदेश के कई जिलों में बाढ़ जैसे हालात हैं। सतना में भारी बारिश से चित्रकूट की गुप्तगोदावरी में जलस्तर बढ़ गया। डिंडौरी में नदी-नाले उफान पर हैं और 12 में बारिश से जुड़ी घटनाओं में बुधवार को 4 लोगों की मौत हुई। इनमें 2 साल का बच्चा और दिल्ली की 25 साल की महिला भी शामिल हैं। उधर, हिमाचल प्रदेश में बारिश-लैंडस्लाइड के कारण 88 सड़कें बंद हैं। उत्तराखंड के गढ़वाल क्षेत्र के इलाकों में 200 मिमी से ज्यादा बारिश दर्ज हुई है। देहरादून समेत कई इलाकों में टोंस, तमसा, आसन और रिस्पना नदियों में पानी बढ़ गया है। प्रशासन ने लोगों को नदी किनारे जाने और जोखिम वाले इलाकों में सेल्फी लेने से बचने की सलाह दी है। हर दिन करीब 8 से 9 हजार श्रद्धालु चारधाम यात्रा कर रहे हैं, लेकिन मौसम बिगड़ने पर जिला प्रशासन करीब 12 घंटे तक यात्रा रोक सकता है।प्रयागराज में 4 दिनों से रुक-रुककर हो रही बारिश से हालात बिगड़ने लगे हैं। दारागंज, करेली, सलोरी जैसे इलाकों में ज्यादा परिवार छतों पर रह रहे हैं। हाईकोर्ट ने डीएम मनीष वर्मा से सख्त लहजे में कहा- 24 से 48 घंटे में शहरी इलाकों से पानी निकल जाना चाहिए। चित्रकूट में मंदाकिनी, अयोध्या में सरयू, गोंडा में भी घाघरा खतरे के निशान को पार कर गईं। चित्रकूट में पानी सड़कों तक पहुंच गया। सड़कों पर नावें चल रहीं हैं। सोनभद्र में इस सीजन पहली बार कनहर बांध के 14 फाटक एक साथ खोलने पड़े। लखीमपुर खीरी के प्राइमरी स्कूल में 5 फीट लंबा कोबरा घुस गया। स्नैक कैचर ने उसे पकड़कर जंगल में छोड़ा। मौसम विभाग ने आज प्रदेश के 63 जिलों में बारिश का अलर्ट जारी किया है। इनमें 9 जिलों में भारी बारिश का रेड अलर्ट है। प्रयागराज में 12वीं, कौशांबी व चंदौली में 8वीं तक के स्कूलों में छुट्?टी कर दी गई है।

मुख्यमंत्री अभ्युदय योजना के तहत निःशुल्क प्रशिक्षण केंद्र में अभ्यर्थियों को अधिकारियों द्वारा मिलेगा मेंटरशिप मार्गदर्शन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। मुख्य विकास अधिकारी अंजुलता ने बताया कि मुख्यमंत्री अभ्युदय योजनान्तर्गत प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के लिए जनपद के पीएम श्री राजकीय इंटर कॉलेज, रायबरेली में निःशुल्क प्रशिक्षण केंद्र संचालित किया जा रहा है। शासनादेश में निर्धारित व्यवस्था के अनुसार जनपद में कार्यरत अधिकारियों को प्रशिक्षण केंद्र में अध्ययनरत अभ्यर्थियों के मेंटरशिप की जिम्मेदारी सौंपी गई है। उन्होंने बताया कि प्रतिभाशाली एवं उत्साही अभ्यर्थियों को प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के लिए उचित मार्गदर्शन एवं आवश्यक सहयोग उपलब्ध कराने के उद्देश्य से विभिन्न अधिकारियों द्वारा निर्धारित तिथियों पर मेंटरशिप प्रशिक्षण आयोजित किए जाएंगे। प्रत्येक प्रशिक्षण का समय दोपहर 12:30 बजे से 01:30 बजे तक निर्धारित है। निर्धारित प्रशिक्षण कार्यक्रम के अनुसार जिला युवा अधिकारी (श्र्ँ्ू) वर्तिका 22 अगस्त 2026 एवं 26 दिसंबर 2026 को, जिला अल्पसंख्यक कल्याण अधिकारी महिमा 26 सितंबर 2026 एवं 23 जनवरी 2027 को, खंड विकास अधिकारी महराजगंज श्रद्धा सोनकर 24 अक्टूबर 2026 एवं 27 फरवरी 2027 को तथा तहसील-सदर के नायब तहसीलदार हरिशंकर सिंह 28 नवंबर 2026 एवं 27 मार्च 2027 को अभ्यर्थियों को मार्गदर्शन प्रदान करेंगे।

डीएल की परीक्षा में फेल हुए तो प्रशिक्षण के लिए देंगे होंगे 6 हजार रुपये,सोनभद्र समेत पूरे प्रदेश में नई व्यवस्था के लिए शासनादेश जारी, अब तक दोबारा शुल्क देकर परीक्षा में शामिल होने का था प्रावधान

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। स्थायी ड्राइविंग लाइसेंस बनवाने की प्रक्रिया में अब वाहन चालकों को परीक्षा के दौरान अधिक सतर्क रहना होगा। ड्राइविंग लाइसेंस (डीएल) डीएल की परीक्षा में असफल होने के बाद आवेदक निर्धारित शुल्क जमा कर दोबारा परीक्षा में शामिल हो सकता था। नई व्यवस्था के तहत यह प्रक्रिया बदल दी गई है। परीक्षा में फेल पर रोक लगाना और लाइसेंस जारी करने से पहले चालक की वास्तविक दक्षता सुनिश्चित करना है। इससे वाहन चालकों को यातायात नियमों, सुरक्षित ड्राइविंग और सड़क पर वाहन

की परीक्षा में फेल होने वाले आवेदकों के लिए नई व्यवस्था लागू की गई है। अब दोबारा परीक्षा देने से पहले निर्धारित प्रशिक्षण लेना अनिवार्य होगा। इसके लिए आवेदक को करीब छह हजार रुपये का शुल्क के तौर पर जमा करना होगा। जनपद में शासन द्वारा पीपीपी मॉडल पर मान्यता प्राप्त ड्राइविंग प्रशिक्षण और परीक्षण केंद्र संचालित है। जिसमें तेज सिंह प्रत्यायन चालन प्रशिक्षण केंद्र व सेफ रोड परीक्षण एवं प्रशिक्षण केंद्र संचालित है। इन केंद्रों पर दोपहिया, चारपहिया और भारी वाहनों की प्रशिक्षण के साथ स्थायी ड्राइविंग लाइसेंस के लिए परीक्षा की सुविधा है। अब तक होने वाले आवेदक को पहले प्रशिक्षण केंद्र पर प्रशिक्षण लेना होगा और इसके बाद ही दोबारा ड्राइविंग टेस्ट देने का अवसर मिलेगा। सोनभद्र में भी स्थायी ड्राइविंग लाइसेंस बनवाने वाले आवेदकों पर इसका असर पड़ेगा। परिवहन विभाग की ओर से वाहन चालकों को ड्राइविंग टेस्ट की प्रक्रिया और निर्धारित मानकों के अनुसार वाहन चलाने के लिए जागरूक किया जा रहा है। विभाग का मानना है कि प्रशिक्षण को अनिवार्य किए जाने से वाहन चालकों की दक्षता बढ़ेगी और सड़क सुरक्षा को मजबूती मिलेगी। नई व्यवस्था का उद्देश्य बिना पर्याप्त प्रशिक्षण के बार-बार ड्राइविंग टेस्ट देने की प्रवृत्ति संचालन के जरूरी मानकों का प्रशिक्षण भी मिल सकेगा। परिवहन विभाग के एआरटीओ कौशल कुमार सिंह के मुताबिक ड्राइविंग लाइसेंस केवल दस्तावेज नहीं बल्कि सड़क पर वाहन चलाने की जिम्मेदारी से जुड़ा प्रमाण है।

इसलिए परीक्षा में सफल होने के लिए आवेदकों को निर्धारित प्रशिक्षण और ड्राइविंग मानकों की जानकारी होना जरूरी है। मोटर ट्रेनिंग स्कूल से फेल पर ट्रेनिंग लेना पड़ेगा। अभी आदेश आया है, पोर्टल पर अपडेट अभी नहीं हुआ है होते ही फार्म 5 बी लेना पड़ेगा।कौशल कुमार सिंह, एआरटीओ प्रशासन, सोनभद्र

आदिवासी महासभा की बैठक 23 अगस्त को:म्योरपुर में होगी, आगे की रणनीति पर होगी चर्चा

सोनभद्र। आदिवासी अधिकार मंच 23 अगस्त को एक आदिवासी महासभा की बैठक आयोजित करेगा। यह बैठक रविवार को दोपहर 12 बजे म्योरपुर मेन रोड स्थित कुंडाडिह-रासपहरी चौराहे के पास मंगला प्रसाद मरकाम के आवास पर होगी। मंच के अनुसार, बैठक में एसटी महासभा समिति के सदस्य, विभिन्न संगठनों के पदाधिकारी, वरिष्ठ समाजसेवी, अधिकारी-कर्मचारी, सेवानिवृत्त कर्मचारी और आदिवासी समाज के लोग शामिल होंगे। इस दौरान आदिवासी समाज से जुड़े विभिन्न मुद्दों पर विचार-विमर्श किया जाएगा और भविष्य की रणनीति तय की जाएगी। मंच ने जानकारी दी कि आदिवासी समाज की समस्याओं को लेकर पूर्व में कई महासभाओं और संगठनों द्वारा शासन-प्रशासन को ज्ञापन सौंपे गए हैं, लेकिन अब तक कोई ठोस सुनवाई या आश्वासन नहीं मिला है। इस बैठक में सरकारी योजनाओं, सुविधाओं, आरक्षण, प्रतिनिधित्व, नौकरी और रोजगार जैसे अधिकारों का लाभ समाज के लोगों तक पहुंचाने पर विशेष रूप से चर्चा होगी। आदिवासी अधिकार मंच ने समाज के सभी सदस्यों से इस महत्वपूर्ण बैठक में अधिक से अधिक संख्या में उपस्थित होकर अपनी सहभागिता सुनिश्चित करने की अपील की है।

मिशन शक्ति 5.0 के अंतर्गत जनपद में जागरूकता कार्यक्रम एवं औचक निरीक्षण अभियान संचालित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। जिलाधिकारी महोदय, सोनभद्र के निर्देशन में महिला हब फॉर एम्पावरमेंट ऑफ वूमेन, वन स्टॉप सेंटर, चाइल्डलाइन एवं हंस फाउंडेशन के संयुक्त

एवं बाल कल्याण विभाग द्वारा आज जनपद में मिशन शक्ति 5.0 के अंतर्गत महिलाओं एवं बालिकाओं की सुरक्षा, सम्मान व स्वावलंबन हेतु सघन तत्वावधान में महिला संकुल कार्यालय, बिल्ली-मारकुंडी, ओबरा (वि.खं.-चोपन) में किशोरियों हेतु जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया।

जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। 1. चोपन क्षेत्र में जागरूकता एवं औचक निरीक्षण अभियान - महिला कल्याण विभाग की टीम द्वारा चोपन के रेलवे स्टेशन, बस स्टॉप, मंदिर परिसर एवं प्रमुख चौराहों पर औचक चेकिंग कर आमजन को जागरूक किया गया। इस दौरान बताया गया कि संकट में फंसी महिला या भटका हुआ बच्चा मिलने पर तत्काल आपातकालीन सेवा-112, चाइल्ड हेल्पलाइन-1098, महिला हेल्पलाइन-181, 1090, 102, 1076 पर सूचना दें। इन हेल्पलाइन के माध्यम से पीड़ित को सुरक्षित आवास, पुलिस सहायता, चिकित्सा, शेल्टर होम एवं विधिक सहायता तत्काल उपलब्ध कराई जाती है। 2. महिला संकुल कार्यालय, बिल्ली-मारकुंडी में प्रशिक्षण कार्यक्रम - कार्यक्रम में श्रीमती दीपिका सिंह, जेंडर स्पेशलिस्ट श्रीमती साधना मिश्रा, परियोजना समन्वयक मुकेश सिंह, केस वर्कर सीमा शर्मा एवं प्रोजेक्ट मैनेजर सफरुद्दीन द्वारा किशोरियों को लैंगिक संवेदनशीलता, कार्यस्थल पर महिलाओं का यौन उत्पीड़न (पीओएसएच) अधिनियम, आत्मरक्षा के उपाय, दहेज प्रतिषेध अधिनियम, गुड टच-बैड टच एवं लैंगिक उत्पीड़न की रोकथाम के विषय में विस्तृत जानकारी दी गई। साथ ही वन स्टॉप सेंटर, मुख्यमंत्री कन्या सुमंगला योजना, मुख्यमंत्री बाल सेवा योजना, स्पॉन्सरशिप योजना, निराश्रित महिला पेंशन सहित विभागीय योजनाओं की जानकारी देकर पम्पलेट वितरित किये गये।

कार्यक्रम में बालिकाओं ने उत्साहपूर्वक प्रतिभाग किया।

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

स्पोर्ट्स

पति ने निर्वस्त्र करके घर से निकाला, स्टेडियम में लोग कहते थे- 'बूढ़ी हो गई हो आंटी, घर बैठो',कॉमनवेल्थ में जीता गोल्ड

स्पोर्ट डेस्क। एक रात मेरा पति नशे में घर आया। मैंने पूछा- खाना लगा दूं? वो झल्लाकर बोला- आज तेरे हाथ का बना खाना नहीं खाऊंगा। पास ही मेरी बेटी सो रही थी। अचानक वो बेटी के पास गया। उसकी टांग पकड़ी और उसे जमीन पर पटक दिया। बेटी रोने लगी तो उसने उसे थप्पड़ मारने शुरू कर दिए। मैंने उसे धक्का देकर बेटी को बचाने की कोशिश की। बस, इतनी सी बात पर वह

12 बजे तक सोता रहता। उठाने गई तो गाली देते हुए बोला- ह्रैंक्ष एक तो तेरे बाप ने दहेज नहीं दिया, ऊपर से लंगड़ी लड़की मेरे माथे मढ़ दी।' मैं रोते हुए वहां से चली गई। वो मुझे रोज ऐसे ही जलील करता था। जब शादी का वीडियो बनकर आया तो मैंने कहा- चलो देखते हैं। वो गुस्सा हो गया, कहने लगा- तेरे बाप ने टीवी दिया है क्या, जो शादी का वीडियो देखेगी क्ष्ड्ङ। इतनी गंदी

तक मैं समझ चुकी थी कि ऐसे माहौल में बेटियां सुरक्षित नहीं रह पाएंगी। इसलिए एक दिन बेटियों को लेकर मायके आ गई। 2005 से 2012 तक मायके में रही। वो अक्सर वहां आ जाता था। रिश्तेदार कहते थे- ससुराल चली जा। शराब ही तो पीता है। वो तो दुनिया पी रही है। बच्चों को पालने के लिए मैं एक डॉक्टर के यहां झाड़ू-पोछा करने लगी। धीरे-धीरे नर्स का काम सीख

दूध, देसी घी, सप्लीमेंट। डाइट का खर्च बढ़कर महीने का एक से डेढ़ लाख रुपये हो गया। अजीत ने दिन-रात गैराज में काम करना शुरू कर दिया, ताकि प्रैक्टिस न रुके। एक साल की कड़ी मेहनत के बाद राष्ट्रीय चैंपियनशिप में गोल्ड मेडल जीता। अब अजीत का भरोसा और बढ़ गया। उसने मेरी डाइट के लिए 25 गज में बना मकान दस लाख रुपये में बेच दिया। सभी लोग बीपीएल क्वाटर्स के छोटे से एक

शर्मिला धनखड़ की कहानी, जिसे पति ने जलील किया, लेकिन उसने हार नहीं मानी, मेहनत की और कॉमनवेल्थ गेम्स में गोल्ड जीता

मेरे ऊपर टूट पड़ा। गालियां दीं। लात-घूंसे मारे। सुबह के पांच बज चुके थे। लेकिन वो शांत नहीं हुआ था। उसने पहले मेरी गर्दन पकड़ी, फिर दुपट्?टा खींचा, फिर

कुर्ती और सलवार फाड़ दी। फिर मुझे घसीटते हुए घर से बाहर ले आया। तब तक पड़ोसी जाग चुके थे, लेकिन मुझे निर्वस्त्र देखकर सभी ने नजरें घुमा लीं। मेरी बेटियां मुझे बचाने आईं तो उसने उन्हें भी धक्का दे दिया। तभी एक पड़ोसन दौड़ती हुई आई। उसने मुझे चादर ओढ़ाई। उस रात शर्मिला के पास अपना तन ढंकने के लिए कुछ नहीं था, लेकिन सालों बाद एक रात ऐसी भी आई, जब उसी शर्मिला के कंधों पर तिरंगा और गले में गोल्ड मेडल था। हरियाणा के रेवाड़ी की उबड़-खाबड़ सड़कों से होते हुए मैं सनसिटी के बीपीएल क्वार्टर पहुंची। एक घर के बाहर भीड़ लगी है। भीड़ के बीच गहरे रंग की टीशर्ट पहने एक औरत खड़ी है। बॉय कट बाल और उम्र लगभग 40 साल। आसपास खड़े लोग कह रहे हैं- देश का नाम रोशन करने वाली शर्मिला दीदी को जन्मदिन की बधाई। मुझे देखते ही शर्मिला ने घर के अंदर बैठने का इशारा किया। थोड़ी देर बाद वो आईं और बोलीं- मैंने तो कभी सोचा नहीं था, ये दिन भी देख पाऊंगी। इतने लोग मुझे जानने लगेंगे। मेरी लंबी उम्र की दुआएं करेंगे। मैंने तो बस वही किया जो मेरे दूसरे पति ने कहा। दो साल की थी जब पैर में पोलियो हो गया था। हम चार भाई-बहन थे। महेंद्रगढ़ जिले के छितरौली गांव में रहते थे। पिता किसान थे। गरीबी इतनी थी कि दो वक्त का खाना मिल जाना ही बड़ी बात थी। मां की आंखों की रोशनी बचपन में ही चली गई थी, उन्हें कुछ दिखाई नहीं देता था। हर काम अंदाज से करती थीं। रोटियां भी कभी कच्ची तो कभी पकी बनाती थीं। पापा के ऊपर कर्ज इतना था कि पैसे मांगने वाले आए दिन दरवाजे पर खड़े रहते थे। इस वजह से वो महीनों तक घर नहीं आते थे। मां को विकलांगता पेंशन मिलती थी, उसी से हमारी पढ़ाई और बाकी खर्च चलते थे। हमें तो ये भी नहीं पता था कि दाल-रोटी और गुड़ के अलावा कुछ और भी खाया जाता है। जब 19 साल की हुई तो घरवालों ने लड़का देखे बिना शादी करवा दी। पति शराबी था। शादी के मंडप में भी शराब पीकर आया था। बैठ भी नहीं पा रहा था। दो लोग उसे पकड़े हुए थे। पापा ने बिचौलिए से पूछा तो उसने ये कहकर किनारा कर लिया कि उसे भी नहीं पता था। शादी होते ही मेरी जिंदगी नरक बन गई। पापा दहेज नहीं दे पाए, उनके पास पैसे नहीं थे। उन्होंने कहा था कि जब मेरे बच्चे होंगे तो दे देंगे। ससुराल में पहला दिन था। सास-ससुर थे नहीं। चार जेठ-देवर थे। उनका घर आसपास था। पति दोपहर

गालियां देता था कि मैं बता नहीं सकती। वो रात-रातभर घर नहीं आता। लोगों से लड़ाई-झगड़ा करता। शादी के वक्त बताया गया था कि वो किसी कंपनी में नौकरी करता है। जबकि वो बेरोजगार था। शुरू-शुरू में काम का कहकर घर से जाता और रेलवे स्टेशन के चक्कर काटकर लौट आता। धीरे-धीरे पता चला कि उसके पास नौकरी नहीं हैं। कुछ समय बाद बेटी हुई। वो चार महीने की थी तब निमोनिया हो गया। डॉक्टर को दिखाने के लिए झज्जर भागी। पति भी साथ था। वहां से लौटने में रात हो गई। बेटी बुखार में तड़प रही थी। लेकिन वो बस स्टैंड पर अकेले खाना खाने चला गया। मैंने कई बार कहा कि बच्ची मर जाएगी, तेज बुखार है। घर नहीं जा रहे तो कम से कम दवा ही खरीदकर ले आओ। उसने मुझे जोर से थप्पड़ जड़ दिए। फिर शराब पीने लगा। मैं रातभर बच्ची को चुप कराती रही, आखिरकर बच्ची की सुबह मौत हो गई। कुछ देर बाद खुद को संभालते हुए कहती हैं- जब दूसरी बार प्रेग्नेंट हुई और बेटी को जन्म दिया तो दिन-रात ताने सुनाता था। मारता-पीटता था। बेटी कभी बीमार हो जाए तो इलाज तक नहीं करवाता था। तीसरी बार प्रेग्नेंट हुई तो बड़ी बेटी साढ़े तीन साल की हो चुकी थी। वो मुझे जबरदस्ती अल्ट्रासाउंड करवाने ले गया। उस वक्त पांचवां महीना चल रहा था। पता चला कि पेट में बच्ची है, तो उसे गिराने के लिए पीछे पड़ गया। एक रात दवाई ले आया और जबरदस्ती खिलाने लगा। उस रात तो जैसे-तैसे बच गई। सुबह होते ही मां के घर चली गई। डिलीवरी तक वहां रही। फिर पति के पास लौट गई। तब तक भी पति की आदतें नहीं सुधरी थीं। एक रात जब पति घर लौटा तो मैंने कहा- बच्चे भूखे मर रहे हैं, तुम्हें शराब के अलावा कुछ नहीं दिखता। वो पास आया और दीवार पर मेरा सिर दे मारा। सिर से खून निकलने लगा। उसने मुझे धक्का देकर जमीन पर पटक दिया। लात-घूंसे मारे। मैं मदद के लिए चीख रही थी, तभी देवर आ गया। वो कहने लगा कि छोड़ दे, मत मार। तो पति गालियां देते हुए बोला- मेरी लुगाई है या तेरी। ज्यादा दर्द हो रहा है तो ले जा अपने घर, अपनी लुगाई बना ले। इसके बाद देवर बोला- जो करना है कर, हमें क्या। उस दिन के बाद से रिश्तेदार और मोहल्ले वालों ने भी मुझे बचाना बंद कर दिया। कई बार घर में खाने तक के लाले पड़ जाते थे। एक बार तो 10 दिन तक घर में राशन नहीं था। मेरी दोनों बेटियां भूख से बिलखती रहती थीं। मैंने मां को बताया तो 11वें दिन भाई राशन लेकर आया। लेकिन वो राशन भी कुछ दिन में खत्म हो गया। सिर्फ आटा बचा था। मैं रोटियां बनाती और पानी में भिगो-भिगोकर बेटियों को खिलाती। यह सिलसिला एक महीने तक चला। पैसों की बहुत तंगी रहने लगी तो मैंने आस-पड़ोस की महिलाओं के कपड़े सिलने शुरू कर दिए। कुछ पैसे आए तो बेटियों का स्कूल में एडमिशन करवाया। लेकिन प्रिंसिपल से दो टूक कह दिया- अगर इनका बाप कभी इन्हें लेने आए, तो बेटियों को उनके साथ मत भेजना। अब

लिया, लेकिन पति भी वहां पहुंच जाता। डॉक्टर और मरीजों को धमकाता। आखिर एक दिन डॉक्टर बोला- मैं तुम्हारी मजबूरी समझता हूं, लेकिन इस तरह क्लीनिक नहीं चला पाऊंगा। आखिर एक शोरुम में सिक्योरिटी गार्ड की नौकरी मिली, लेकिन पति की वजह से वो भी छोड़नी पड़ी। एक दिन मां के साथ मंदिर गई, तो वो वहां भी पहुंच गया। मुझे पीटा। तभी वहां एक शख्स पहुंचा और उसने मुझे बचाया। वो शख्स मुझे और मां को घर तक छोड़ने आया। रास्ते में मां ने उसे पूरी कहानी सुनाई, फिर कहने लगा कि ऐसे पति को छोड़ देने में ही भलाई है। उसके बाद वो शख्स कई बार घर आया। फिर एक दिन उसने कहा कि वो मुझसे शादी करेगा और मेरी बेटियों को भी अपनाएगा। उसके बाद मैंने पहले पति को तलाक दे दिया और 28 साल की उम्र में अजीत सैनी से दूसरी शादी कर ली। जिंदगी अच्छी चल रही थी। एक दिन दिवाली के आसपास हम दोनों घर की सफाई कर रहे थे। मैंने अकेले बॉक्स वाला बेड एक तरफ घुमा दिया। पति ये देखकर हैरान हो गए। कहने लगे कि तुममें इतना

दम है, खिलाड़ी बन जाओ। मैंने कहा- चूल्हा चौका करने वाली औरत हूं। मुझे क्या पता कि खेल क्या होता है। लेकिन पति ने हार नहीं मानी। वो लगातार मेरे पीछे पड़े रहे। अजीत पता करने में लग गए कि विकलांग के लिए कौन-कौन से खेल होते हैं। स्टेडियम देखकर आए। एक दिन वह जबरदस्ती रेवाड़ी के राव तुलाराम स्टेडियम ले गए। वहां पैरा एथलीट कोच टेकचंद मिले। उन्होंने मुझे शॉट-पुट की तकनीक सीखने के लिए कहा। तब से स्टेडियम जाने लगी। बाल लंबे थे तो प्रैक्टिस में दिक्कत होती थी। एक दिन अजीत ने जबरदस्ती मेरी चोटी काट दी। ताकि मैं प्रैक्टिस कर पाऊं। मुझे पैंट पहनने की आदत नहीं थी, लेकिन अजीत के आगे मेरी एक न चली। पहले दिन जब स्टेडियम गई तो एक शख्स ने पूछा- 'कितनी उम्र है आपकी।' मैंने कहा 35 साल। तो वो तंज कसते हुए बोला- आप तो रिटायरमेंट के काफी नजदीक हैं। उसकी बात सुनते ही सब हंसने लगे, लेकिन मैं प्रैक्टिस करती रही। शाम को घर जाकर अजीत को बताया तो उसने कहा- कुछ भी हो तुम प्रैक्टिस नहीं छोड़ोगी। एक दिन मेरी तबीयत ठीक नहीं थी, लेकिन अजीत ने जबरदस्ती स्टेडियम भेज दिया। मैं चली तो गई, लेकिन प्रैक्टिस नहीं कर पा रही थी। तब एक खिलाड़ी बोला- 'बूढ़ी हो गई हो आंटी, घर बैठो, कहां इस उम्र में हड्डियां थका रही हो।' उसकी बातें चुभ गईं। अब तक ये समझ आ गया था कि खेल को ही अपनी दुनिया बनाना है। मैंने उसके लिए दिन-रात एक कर दिए। मुझे खेलने के लिए अच्छी खुराक की जरूरत थी। दो लीटर

कमरे में रहने लगे। मां ने भी अपनी जमीन बेच दी, ताकि प्रैक्टिस न रुके। जब शॉट-पुट फेंकती थी तो उसे वापस उठाकर लाने में बहुत दिक्कत होती थी। इसलिए अजीत ने नौकरी छोड़ दी। उनके पास जमीन का एक और टुकड़ा बचा था, वो भी बेच दिया। सारा दिन स्टेडियम में मुझे ट्रेनिंग करवाने लगे। पैसे खत्म हुए तो पांच लाख रुपये का कर्ज लिया। बेटियां बड़ी हो रही थीं। अजीत ने साथ-साथ बेटियों को भी गेम्स में डाल दिया। अजीत मुझे घर का कोई काम नहीं करने देते। मेरे लिए डाइट वाला खाना बनाते, बच्चियों का ध्यान रखते। इसके बाद, मेरी मेहनत रंग लाई 2022 में बर्मिंघम कॉमनवेल्थ गेम्स में हिस्सा लिया। 2026 में दुबई में फज्जा इंटरनेशनल पैरा एथलेटिक्स चैंपियनशिप में गोल्ड जीता। इसके बाद 27 जुलाई 2026 की रात मेरा एक और सपना पूरा हुआ। स्कॉटलैंड के ग्लासगो में हुए कॉमनवेल्थ गेम्स में मैंने महिला शॉट-पुट में गोल्ड मेडल जीत लिया। मेरा हौसला बढ़ाने के लिए वहां इंडिया के कई लोग थे। मैदान में पहुंचने पर पता लगा कि मेरा दूसरा नंबर है। मुझसे पहले एक नाइजीरियन है। उसने शॉट-पुट 8.61 मीटर की दूरी पर फेंका। मैं तो आंखें बंद करके मन ही मन सोचने लगी कि घणी प्रैक्टिस करके आई हूं, बेटियों के लिए गोल्ड लेकर ही जाना है और मैं ही लूंगी। जैसे ही मेरी बारी आई मैंने शॉट-पुट फेंका और आंखें बंद कर ली। जब पता चला 9.81 मीटर का थ्रो है, तो लगा कि आखिर अजीत का सपना पूरा हुआ। जब गोल्ड मेडल मेरे गले में डाला गया, तो मेरी आंखों में आंसू थे। आंखों के सामने पूरी

जिंदगी घूम रही थी- संघर्ष, भूख और वो बेइज्जती।

गोल्ड की वजह से अब पैसे की कमी नहीं है। सरकार ने जो दिया वो तो है ही। उसके अलावा जगह-जगह सम्मान के लिए बुलाया जाता है।

केबीसी में भी 12 लाख रुपये जीतकर आई हूं। एक ज्वेलर ने सोने के सिक्के और हीरे का सेट दिया है। अजीत अक्सर कहते थे कि मैं तुम्हारी और बेटियों की जिंदगी स्वर्ग बनाना चाहता हूं और उसने वही किया।

अजीत ने मेरा हौसला बढ़ाकर एक-एक बेइज्जती का बदला लिया। मर्द चाहे तो औरत की जिंदगी बर्बाद कर सकता है और संभालने वाला हो तो संवार भी सकता है। आज दुनिया मुझे पहचानती है, केवल अजीत की वजह से।

मिक्स्ड डिसेबिलिटी क्रिकेट-लॉर्ड्स में भारत ने गांगुली जैसा जश्न मनाया,बालकनी में खिलाड़ियों ने शर्ट लहराई, इंग्लैंड को 118 रन से हराया

स्पोर्ट डेस्क। भारतीय मिक्स्ड डिसेबिलिटी क्रिकेट टीम ने बुधवार को सातवें और आखिरी टी-20 इंटरनेशनल में इंग्लैंड को 118 रन से हरा दिया। भारत ने इस जीत के बाद लॉर्ड्स की बालकनी में सौरव गांगुली जैसा शर्ट लहराकर जश्न मनाया। भारत ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 20 ओवर में 4 विकेट पर 206 रन बनाए। अर्जुन गावरे ने 44 गेंदों पर 68 रन बनाए, जबकि कप्तान माजिद मागरे ने सिर्फ 19 गेंदों पर नाबाद 63 रन की पारी खेली। इसके जवाब में इंग्लैंड की

टीम 88 रन पर ऑलआउट हो गई।

भारत की ओर से हिलाल अहमद वानी ने 21 रन देकर 4 विकेट और जयेश परमार ने 14 रन देकर 3 विकेट लिए। भारत ने मैच जीता, इंग्लैंड ने सीरीज-भारत ने सात मैचों की सीरीज का सातवां मुकाबला जीता, लेकिन इंग्लैंड ने सीरीज 4-3 से अपने नाम की। भारतीय खिलाड़ियों ने लॉर्ड्स में जीत का जश्न खास अंदाज में मनाया।

डिफरेंटली एबल्ड क्रिकेट काउंसिल ऑफ इंडिया ने एक्स पर खिलाड़ियों और अधिकारियों का एक वीडियो शेयर किया, जिसमें सभी लॉर्ड्स की ऐतिहासिक बालकनी में अपने ब्लेजर उतारकर जश्न मनाते नजर आए। यह जश्न 2002 में इसी मैदान पर इंग्लैंड को हराकर नेटवेस्ट ट्रॉफी जीतने के बाद सौरव गांगुली के मशहूर शर्ट लहराने वाले सेलिब्रेशन की याद दिलाता है।

बारिश में बंद हो गई डेली वॉक,घर के अंदर ही पूरे करें 10,000 स्टेप्स, जानें इसके 10 आसान तरीके और फायदे

नयी दिल्ली। फिट रहने के लिए रोज 10 हजार कदम चलने की सलाह दी जाती है। दिलचस्प बात यह है कि यह आंकड़ा किसी मेडिकल गाइडलाइन से तय नहीं हुआ है। इसकी शुरुआत 1964 के टोक्यो ओलिंपिक के बाद जापान में हुई। उस समय एक कंपनी ने 'मैनपो-केई' (ईहज्द-वग) नाम का पेडोमीटर लॉन्च किया था। जापानी भाषा में इसका मतलब है, '10 हजार कदम गिनने वाला मीटर।' लोगों को ज्यादा चलने के लिए प्रेरित करने के मकसद से 10 हजार कदम का यह टारगेट तय किया गया था। धीरे-धीरे यह दुनियाभर में फिटनेस का पॉपुलर गोल बन गया है। हालांकि, बारिश के मौसम में इस टारगेट को पूरा करना आसान नहीं होता। दरअसल, लगातार बारिश, जलभराव और फिसलन के कारण बाहर वॉक करना मुश्किल हो जाता है। ऐसे में डेली फिजिकल एक्टिविटी कम हो जाती है और 10 हजार स्टेप्स का टारगेट भी पूरा नहीं हो पाता। ऐसे में सवाल ये है कि घर के भीतर ही इस टारगेट को कैसे पूरा करें। आज 'जरूरत की खबर' में इसी विषय पर बात करेंगे। साथ ही जानेंगे कि- डेली 10 हजार स्टेप्स चलने के हेल्थ बेनिफिट्स क्या हैं? घर में रोज 10 हजार स्टेप्स का टारगेट कैसे पूरा करें? समझेंगे विषय को एक्सपर्ट- डॉ. अरविंद अग्रवाल, डायरेक्टर, इंटरनल मेडिसिन, श्री बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, दिल्ली जी के साथ सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- मानसून में लोगों की फिजिकल एक्टिविटी क्यों कम हो जाती है? जवाब- लगातार बारिश, जलभराव और फिसलन की वजह से इस दौरान लोग बाहर कम निकलते हैं। साथ ही वॉक, रनिंग और दूसरी आउटडोर एक्टिविटीज भी कम करते हैं। इससे रोज की फिजिकल एक्टिविटी और स्टेप्स दोनों कम हो जाते हैं। सवाल- अगर बारिश के कारण 2-3 दिन वॉक मिस हो जाए तो कितना नुकसान होता है? जवाब- इससे आमतौर पर कोई बड़ा नुकसान नहीं होता। लेकिन इस दौरान शरीर कम एक्टिव रहता है। खाने के बाद लंबे समय तक बैठे रहने से वजन बढ़ सकता है। अगर ब्रेक हफ्तों बना रहे तो परेशानी बढ़ सकती है। सवाल- क्या बारिश में घर में भी डेली वर्कआउट टारगेट पूरा कर सकते हैं? जवाब- हां, फिट रहने के लिए सिर्फ बाहर वॉक करना जरूरी नहीं है। घर में वॉक, योग, स्ट्रेंथ ट्रेनिंग या दूसरी हल्की-फुल्की एक्सरसाइज करके भी डेली वर्कआउट टारगेट पूरा किया जा सकता है।सवाल- अगर डेली 10 हजार स्टेप्स चलने का टारगेट है तो उसे घर में कैसे पूरा करें? जवाब- अगर पूरे दिन रेगुलर चलते-फिरते रहें तो घर के अंदर भी 10 हजार स्टेप्स आसानी से पूरा कर सकते हैं। घर में चलते- फिरते रहें। 15 मिनट के 10 चॉकिंग सेशन करें। फोन पर बात करते हुए चलें। 10-15 मिनट सीढ़ियां चढ़ें- उतरें। कटिंग चॉपिंग खड़े होकर करें। कमरे में टहलते हुए टीवी देखें। टाइमर लगाकर खुद को चैलेंज दें। घर में झाड़ू पोछा, डस्टिंग करें। म्यूजिक लगाकर डांस करें। नोटः झाड़ू, पोछा, डस्टिंग से भी स्टेप्स काउंट बढ़ता है। फास्ट स्टेपिंग एक्सरसाइज करें। सवाल- अगर घर छोटा हो और चलने की जगह कम हो तो क्या करें? जवाब- जरूरत जगह की नहीं, शरीर को हमेशा एक्टिव रखने की है। इसके लिए- एक ही जगह पर मार्चिंग (घुटने उठाकर चलना) कर सकते हैं। कमरे में आगे-पीछे चक्कर लगा सकते हैं। गलियारे में वॉक कर सकते हैं। सीढ़ियां हैं तो उनका यूज कर सकते हैं। इसके अलावा हाई-नी मार्च, स्टेप-अप, डांस या खड़े होकर की जाने वाली एक्सरसाइज भी अच्छे ऑप्शन हैं। सवाल- 10 हजार स्टेप्स एक साथ पूरा करना जरूरी है या

दिन भर में पूरा कर सकते हैं? जवाब- इन्हें पूरे दिन में छोटे-छोटे हिस्सों में पूरा किया जा सकता है। सामान्य स्पीड से चलने पर 10 मिनट में करीब 1,000 स्टेप्स पूरे हो जाते हैं। यानी घर के अंदर 10,000 स्टेप्स पूरे करने के लिए कुल मिलाकर करीब 100 मिनट की एक्टिविटी पर्याप्त है। इसे इस तरह बांटा जा सकता है-सुबहः 20 मिनट वॉक करें (करीब 2,000 स्टेप्स) पोस्ट-मील वॉकः दिन में तीन बार 10-10 मिनट टहलें (करीब 3,000 स्टेप्स) फोन पर बात करते समय या घरेलू काम करते हुएः दिनभर में करीब 30 मिनट एक्टिव रहें (करीब 3,000 स्टेप्स) शामः 20 मिनट वॉक करें (करीब 2,000 स्टेप्स) इस तरह से डेली दस हजार स्टेप्स आसानी से पूरे हो जाएंगे। 10,000 स्टेप्स एक बार में पूरा करना जरूरी नहीं है। इन्हें दिनभर में 10-15 मिनट के छोटे- छोटे सेशन में पूरा किया जा सकता है। इससे एक्टिव रहना आसान होता है और नियमित वॉक की आदत बनी रहती है। सवाल- क्या स्मार्टवॉच या मोबाइल का स्टेप-काउंट घर के अंदर भी सही रहता है? जवाब- हां, ये मोशन सेंसर और एक्सेलेरोमीटर की मदद से शरीर की हलचल को नोट करता है। सही रिकॉर्डिंग के लिए स्मार्टवॉच पहनकर चलें या मोबाइल को जेब में रखें। याद रखें, अलग-अलग डिवाइस के स्टेप्स काउंट में थोड़ा-बहुत अंतर होना सामान्य है। सवाल- क्या घर के अंदर चलने से भी उतनी ही कैलोरी बर्न होती है? जवाब- हां, अगर चलने की रफ्तार, समय और दूरी समान हो, तो घर के अंदर चलने पर भी लगभग बराबर कैलोरी बर्न होती है। यह इस बात पर निर्भर करता है कि आप कितनी देर और कितनी तेज चलते हैं, न कि आप घर के अंदर चल रहे हैं या बाहर। सवाल- रोज 10,000 स्टेप्स चलने के हेल्थ बेनिफिट्स क्या हैं? जवाब- यह फिजिकल और मेंटल हेल्थ, दोनों के लिए फायदेमंद है। 10,000 स्टेप्स के हेल्थ बेनिफिट्सः-शरीर एक्टिव, हार्ट हेल्थ बेहतर होती है। वजन कंट्रोल में रहता है। ब्लड प्रेशर कंट्रोल में रहता है। ब्लड शुगर कंट्रोल में रहता है। मसल्स - हड्डियां मजबूत होती हैं। नींद अच्छी आती है। स्ट्रेस कम होता है। कोलेस्ट्रॉल कंट्रोल में रहता है। मूड बेहतर रहता है। सवाल- रोज 10,000 स्टेप्स चलने से हार्ट हेल्थ पर क्या असर पड़ता है? जवाब- इसे पॉइंटर्स में समझिए- इससे हार्ट की फंक्शनिंग बेहतर होती है और ब्लड सर्कुलेशन सुधरता है। पूरे शरीर तक ऑक्सीजन और पोषक तत्व बेहतर तरीके से पहुंचते हैं। इससे हार्ट पर अनावश्यक प्रेशर नहीं पड़ता है। लंबे समय में हार्ट डिजीज का रिस्क कम होता है। सवाल- रोज 10,000 स्टेप्स चलने से ब्लड शुगर और इंसुलिन रेजिस्टेंस पर क्या असर पड़ता है? जवाब- पॉइंटर्स से समझिए-इससे बॉडी सेल्स इंसुलिन का बेहतर इस्तेमाल करती हैं। सेल्स ब्लड में मौजूद ग्लूकोज को आसानी से एनर्जी में बदलती हैं। इससे ब्लड शुगर कंट्रोल करने में मदद मिलती है। रेगुलर वॉक इंसुलिन रेजिस्टेंस कम करने में मदद करती है। यह टाइप-2 डायबिटीज से बचाव और उसके बेहतर मैनेजमेंट में फायदेमंद है। सवाल- क्या खाने के बाद 10-15 मिनट चलना ज्यादा फायदेमंद होता है? जवाब- हां, इससे खाना आसानी से डाइजेस्ट होता है। खाने के बाद ब्लड शुगर स्पाइक भी कंट्रोल में रहता है। हालांकि खाना खाने के तुरंत बाद ब्रिक्स वॉक या हैवी एक्सरसाइज नहीं करनी चाहिए। इस समय नॉर्मल स्पीड से वॉक करना बेहतर रहता है। सवाल- क्या रोज 10,000 स्टेप्स चलना सभी के लिए सुरक्षित है? जवाब- नहीं, हर व्यक्ति को अपनी क्षमता के अनुसार चलना चाहिए। सवाल- रोज 10,000 स्टेप्स चलने से हार्ट हेल्थ पर क्या असर पड़ता है? जवाब- इसे पॉइंटर्स में समझिए-इससे हार्ट की फंक्शनिंग बेहतर होती है और ब्लड सर्कुलेशन सुधरता है। पूरे शरीर तक ऑक्सीजन और पोषक तत्व बेहतर तरीके से पहुंचते हैं। इससे हार्ट पर अनावश्यक प्रेशर नहीं पड़ता है। लंबे समय में हार्ट डिजीज का रिस्क कम होता है। सवाल- रोज 10,000 स्टेप्स चलने से ब्लड शुगर और इंसुलिन रेजिस्टेंस पर क्या असर पड़ता है? जवाब- पॉइंटर्स से समझिए- इससे बॉडी सेल्स इंसुलिन का बेहतर इस्तेमाल करती हैं। सेल्स ब्लड में मौजूद ग्लूकोज को आसानी से एनर्जी में बदलती हैं। इससे ब्लड शुगर कंट्रोल करने में मदद मिलती है। रेगुलर वॉक इंसुलिन रेजिस्टेंस कम करने में मदद करती है। यह टाइप-2 डायबिटीज से बचाव और उसके बेहतर मैनेजमेंट में फायदेमंद है। सवाल- क्या खाने के बाद 10-15 मिनट चलना ज्यादा फायदेमंद होता है? जवाब- हां, इससे खाना आसानी से डाइजेस्ट होता है। खाने के बाद ब्लड शुगर स्पाइक भी कंट्रोल में रहता है। हालांकि खाना खाने के तुरंत बाद ब्रिक्स वॉक या हैवी एक्सरसाइज नहीं करनी चाहिए। इस समय नॉर्मल स्पीड से वॉक करना बेहतर रहता है। सवाल- क्या रोज 10,000 स्टेप्स चलना सभी के लिए सुरक्षित है? जवाब- नहीं, हर व्यक्ति को अपनी क्षमता के अनुसार चलना चाहिए। सवाल- रोज 10,000 स्टेप्स चलने से हार्ट हेल्थ पर क्या असर पड़ता है? जवाब- इसे पॉइंटर्स में समझिए- इससे हार्ट की फंक्शनिंग बेहतर होती है और ब्लड सर्कुलेशन सुधरता है। पूरे शरीर तक ऑक्सीजन और पोषक तत्व बेहतर तरीके से पहुंचते हैं। इससे हार्ट पर अनावश्यक प्रेशर नहीं पड़ता है। लंबे समय में हार्ट डिजीज का रिस्क कम होता है। सवाल- रोज 10,000 स्टेप्स चलने से ब्लड शुगर और इंसुलिन रेजिस्टेंस पर क्या असर पड़ता है? जवाब- पॉइंटर्स से समझिए- इससे बॉडी सेल्स इंसुलिन का बेहतर इस्तेमाल करती हैं। सेल्स ब्लड में मौजूद ग्लूकोज को आसानी से एनर्जी में बदलती हैं। इससे ब्लड शुगर कंट्रोल करने में मदद मिलती है। रेगुलर वॉक इंसुलिन रेजिस्टेंस कम करने में मदद करती है। यह टाइप-2 डायबिटीज से बचाव और उसके बेहतर मैनेजमेंट में फायदेमंद है। सवाल- क्या खाने के बाद 10-15 मिनट चलना ज्यादा फायदेमंद होता है? जवाब- हां, इससे खाना आसानी से डाइजेस्ट होता है। खाने के बाद ब्लड शुगर स्पाइक भी कंट्रोल में रहता है। हालांकि खाना खाने के तुरंत बाद ब्रिक्स वॉक या हैवी एक्सरसाइज नहीं करनी चाहिए। इस समय नॉर्मल स्पीड से वॉक करना बेहतर रहता है। सवाल- क्या रोज 10,000 स्टेप्स चलना सभी के लिए सुरक्षित है? जवाब- नहीं, हर व्यक्ति को अपनी क्षमता के अनुसार चलना चाहिए। 10,000 स्टेप्स इनके लिए रिस्कीः- जो रिकवरी फेज में हैं। बुजुर्ग जिनकी सर्जरी हुई है। जिन्हें गंभीर चोट है। प्रेग्नेंट महिलाएं जिन्हें हार्ट डिजीज है। जिनके घुटनों, जोड़ों में दर्द है। सवाल- क्या सिर्फ स्टेप्स गिनना पर्याप्त है? जवाब- नहीं, पूरी फिटनेस के लिए सिर्फ स्टेप्स काउंट पर निर्भर नहीं रहना चाहिए। इसके अलावा- हफ्ते में 2-3 दिन स्ट्रेंथ ट्रेनिंग करें। स्ट्रेचिंग करें। बैलेंस एक्सरसाइज करें। संतुलित आहार लें। हाइड्रेटेड रहें। 8-9 घंटे की नींद लें। लंबे समय तक एक जगह बैठे न रहें।

निजता को बनाए रखें और? गोपनीयता पर सजग रहें?

वैसे तो हर व्यक्ति रहस्यमयी है। वह क्या सोच रहा है और आपके साथ उसका क्या व्यवहार है, उम्र बीत जाती है और आप जान नहीं पाते हैं। गहन संबंधों में भी यह बात चलती है। दो शब्द हैं- निजता और गोपनीयता। सबसे निकट का संबंध है पति-पत्नी का। इन दोनों के बीच भी यह स्थिति बनती है। इस रिश्ते में गोपनीयता होनी भी नहीं चाहिए। लेकिन स्त्री और पुरुष की निजता बची रहनी चाहिए, क्योंकि हर मनुष्य स्थान और इंसान के मामले में निजता चाहता है।

समझदार जोड़े एक-दूसरे के प्रति गोपनीयता नहीं रखते। 200फीसदी पारदर्शिता का रिश्ता है यह। लेकिन एक-दूसरे की निजता का अत्यधिक मान भी करते हैं, क्योंकि निजता का संबंध कहीं ना कहीं आत्मसम्मान से भी है।

हम बुद्ध के उदाहरण से समझ सकते हैं। बुद्ध अत्यधिक रहस्यमयी थे, लेकिन डरावने नहीं थे। वे उतने ही दयालु थे। हम जब भी सार्वजनिक जीवन में हों,

पारिवारिक जीवन में रहें, अपनी और दूसरों की निजता बनाए रखें और गोपनीयता कहां आवश्यक है और कहां नहीं, इसके प्रति भी जागरूक रहें। पं. विजयशंकर मेहता

दुनिया के शहर मिलकर भी क्लाइमेट चेंज से लड़ सकते हैं

जलवायु परिवर्तन के खिलाफ पूरी दुनिया ही एक लड़ाई लड़ रही है। इस संघर्ष में लक्ष्यों और प्रतिबद्धताओं की कोई कमी नहीं रही है। लेकिन अंततः लोग इस दिशा में हुई प्रगति का आकलन इस आधार पर करते हैं कि वे अपने दैनिक जीवन में क्या अनुभव करते हैं। और जलवायु कार्रवाई का प्रभाव दुनिया के शहरों में सबसे अधिक प्रत्यक्ष रूप से दिखाई देता है। शहरों में यह समझ अब बनने लगी है कि ग्रीनहाउस गैसों का उत्सर्जन कम करने और जलवायु संबंधी चुनौतियों का सामना करने की क्षमता बढ़ाने वाले उपाय लोगों के दैनिक जीवन को भी बेहतर बनाते हैं। एनर्जी-इफिशिएंट घर बिजली के बिल को कम करते

हैं। रिन्यूएबल एनर्जी आयातित-ईंधनों पर निर्भरता और तेल-गैस की कीमतों में उछाल से पैदा होने वाली मुश्किलों को कम करती है। बेहतर सार्वजनिक परिवहन और सुरक्षित साइकिल इंफ्रास्ट्रक्चर लोगों को आने-जाने के लिए अधिक किफायती और स्वस्थ विकल्प उपलब्ध कराता है। पेड़ और ग्रीन बेल्ट हवा की गुणवत्ता में सुधार लाते हैं, इलाकों को ठंडा रखते हैं और शहरों को रहने के लिए अधिक सुखद बनाते हैं। लेकिन जलवायु कार्रवाई का उद्देश्य केवल यही नहीं है। यह लोगों को गर्म होती पृथ्वी के पहले से सुरक्षित हो चुके प्रभावों से सुरक्षित रखने का भी प्रयास है। लू, बाढ़, सूखा और एक्स्ट्रीम-मौसम की घटनाएं लगातार अधिक तीव्र हो रही हैं। शहर और उनके निवासी इन चुनौतियों का सबसे पहले सामना कर रहे हैं। यही कारण है कि जलवायु परिवर्तन का सामना करने के लिए एडाप्टेशन के उपायों को भी आगे बढ़ाना होगा। दुनिया भर में स्थानीय नेतृत्व स्कूलों, अस्पतालों, नर्सिंग होम्स और सार्वजनिक स्थलों को अत्यधिक गर्मी तथा अन्य जलवायु जोखिमों से नागरिकों की सुरक्षा के लिए अनुकूल बनाने के प्रयास कर रहा है। छायादार व्यवस्थाएं, ग्रीन रूफ और प्राकृतिक कूलिंग सिस्टम्स बढ़ते तापमान के प्रति शहरों की क्षमता को बढ़ा सकते हैं, जिसका सबसे अधिक लाभ बच्चों, बुजुर्गों और अन्य संवेदनशील समूहों को मिलता है। आज दुनिया के कई बड़े शहरों में ग्रीनहाउस गैस उत्सर्जन घटा है, जबकि उनकी आबादी लगातार बढ़ती रही है। इसके अलावा, तमाम तरह के शहर मिलकर उस प्रगति को और तेज करने के लिए सहयोग कर रहे हैं, जो उन्होंने अलग-अलग स्तर पर हासिल की है। पिछले एक दशक में ग्लोबल कोवेनेंट ऑफ मेयर्स फॉर क्लाइमेट एंड एनर्जी (जीसीओएम) 150 देशों के 14,000 से अधिक शहरों और स्थानीय सरकारों के गठबंधन के रूप में विकसित हुआ है, जो एक अरब से अधिक लोगों का प्रतिनिधित्व करता है। इसमें भारत के भी 29 शहर शामिल हैं और सबसे नया सदस्य तिरुवनंतपुरम है। इसके अनेक सदस्य शहरों ने अपनी सरकारों की तुलना में अधिक महत्वाकांक्षी जलवायु लक्ष्य अपनाए हैं और उन्हें अधिक तेजी से हासिल करने की दिशा में आगे बढ़े हैं। फिर भी, यदि उन्हें अधिक सहयोग मिले तो वे और तेजी से तथा अधिक व्यापक स्तर पर काम कर सकते हैं।उन्हें तकनीकी विशेषज्ञता और फंडिंग तक पहुंच की तत्काल आवश्यकता है।अनेक स्थानीय निकायों के पास अब भी इतने संसाधन नहीं हैं कि वे जलवायु परियोजनाओं की पहचान, विकास और क्रियान्वयन कर सकें।साझेदारी से इन जरूरतों को पूरा किया जा सकता है। सिटी क्लाइमेट फाइनेंस गैप फंड- जिसे जीसीओएम और विश्व बैंक का समर्थन प्राप्त है- पहले ही ऐसी परियोजनाएं विकसित करने में शहरों को सहायता दे रहा है, जो निवेश को आकर्षित कर सकें और आबादी को लाभ पहुंचा सकें। पिछले कुछ वर्षों में इसने 1,400 से अधिक शहरों को जलवायु संबंधी महत्वाकांक्षाओं को व्यावहारिक कार्रवाई में बदलने में सहायता प्रदान की है। राष्ट्रीय सरकारें अब जलवायु परिवर्तन से निपटने में शहरों की क्षमता को तेजी से स्वीकार कर रही हैं। लेकिन इसे केवल शुरुआत माना जाना चाहिए। सबसे सफल जलवायु-नीतियां वही होती हैं, जिनका असर लोग अपने रोजमर्रा के जीवन में देख और महसूस कर सकें, यानी स्वच्छ हवा, अधिक सुरक्षित सड़कें, बिजली का कम बिल, अधिक स्वस्थ घर और एक्स्ट्रीम-मौसम से बेहतर सुरक्षा। सबसे सफल जलवायु-नीतियां वही होती हैं, जिनका असर लोग अपने रोजमर्रा के जीवन में देख और महसूस कर सकें, यानी स्वच्छ हवा, अधिक सुरक्षित सड़कें, बिजली का कम बिल, अधिक स्वस्थ घर और एक्स्ट्रीम-मौसम से बेहतर सुरक्षा। (प्रोजेक्ट सिंडिकेट,माइकल ब्लूमबर्ग)

भारतीय के बजाय विदेशी कंपनियों को टैक्स छूट क्यों?

एआई के लिए सेमीकंडक्टर बनाने वाली एनवीडिया कंपनी की वैल्यू भारत की जीडीपी से ज्यादा है। इलॉन मस्क अपनी स्पेस एक्स कंपनी के शेयरों के दम पर 174 देशों से भी अधिक

सम्पत्ति वाले दुनिया के सबसे रईस व्यक्ति बन गए हैं। डेटा, तेल और एआई- इन तीन बड़ी बातों से डोनाल्ड ट्रम्प अमेरिका की बादशाहत को कायम रखने की कोशिश कर रहे हैं। अगले 5 सालों में 500 अरब डॉलर यानी 47 लाख करोड़ रुपए की अमेरिकी वस्तुओं और सेवाओं के आयात के लिए भारत पर दबाव बढ़ रहा है। उसी कड़ी में भारत में डेटा सेंटर्स की स्थापना हो रही है, क्योंकि अमेरिकी डेटा सेंटरों के लिए मशीनों और सेवाओं का भारत में आयात होगा। इस परिदृश्य के पांच पहलुओं को समझना जरूरी है : 1. अमेरिकी एआई कंपनियों को सफल होने के लिए बड़े पैमाने पर डेटा सेंटर की जरूरत है। हमारे आम बजट में सिर्फ 1 साल के लिए टैक्स के नियम बनाए जाते हैं। लेकिन अमेरिका के दबाव में इस साल के बजट में विदेशी क्लाउड कम्पनियों को साल 2047 तक इनकम टैक्स में छूट दे दी गई है। इस टैक्स छूट की वजह से अगले चार सालों में 5000 मेगावॉट यानी पांच गीगावॉट के विदेशी डेटा सेंटर्स में ऑफिस स्थापित करने की बाध्यता नहीं है, इससे भारत के श्रम कानून उन पर लागू नहीं होंगे। विदेशी डेटा सेंटर कंपनियों को राज्यों की सरकारें जमीनों का आवंटन और रियायतें दे रही स्थापित करने का लक्ष्य है। स्वदेशी कंपनियों को टैक्स छूट नहीं मिलना संविधान की समानता के उल्लंघन के साथ सार्वभौमिकता का भी हनन है। 2. दुनिया के कुल डेटा का लगभग 25फीसदी भारत से जनरेट हो रहा है। भारत में डेटा सुरक्षा कानून लागू नहीं होने से अमेरिका की टेक कंपनियां और मालिक मालामाल हो रहे हैं। पिछले साल यूपीआई से 314 लाख करोड़ के लेनदेन हुए, जो ग्लोबल रियल टाइम पेमेंट का 49फीसदी है। रिजर्व बैंक ने 2018 में डेटा को भारत में सुरक्षित रखने के लिए नियम बनाए थे, जिन्हें विदेशी कंपनियों पर लागू नहीं किया जा रहा है। 3. केंद्र सरकार ने पिछले साल कहा था कि विदेशी कंपनियों को भारत में परमानेंट एस्टैब्लिशमेंट स्थापित करने के बाद ही टैक्स में छूट मिलेगी। अब उन्हें भारत हैं। खरबों डॉलर के निवेश वाले इन डेटा सेंटर्स से औद्योगिक क्रांति नहीं होने से दीर्घकालिक रोजगारों का सृजन भी नहीं होगा। 4. डेटा सेंटर्स को चौबीसों घंटे बिजली चाहिए या डीजल वाले जनरेटर सेट के बैकअप की जरूरत होगी। चार सालों में डेटा सेंटर्स में बिजली की खपत 6 गुना बढ़ जाएगी। इनकी सहूलियत के लिए भारत में परमाणु बिजली का कानून नया बनाया गया है।

इनसे चेर्नोबिल जैसे हादसे होने का खतरा बढ़ गया है। राज्यों की बिजली कंपनियां सात लाख करोड़ के कर्ज से दबी हैं। डेटा सेंटर्स की वजह में ऊर्जा के साथ विदेशी मुद्रा का संकट गहरा सकता है। 5. गर्मी के उत्सर्जन और रैडिएशन की वजह से अमेरिका में डेटा सेंटर बंद करने का आंदोलन चल रहा है। दुनिया के सबसे गर्म 100 शहरों ग्रस्त हैं। खरबों गैलन पानी निगलने वाले डेटा सेंटर्स की वजह से भूगर्भजल के साथ पेयजल का संकट गहरा सकता है। अंतरिक्ष और समुद्र में डेटा सेंटर के ख्वाब बेचकर मस्क टेक-कुबेर बन गए हैं। गरीबी, एकाधिकार, बेरोजगारी, जलवायु जोखिम और साम्राज्यवाद बढ़ाने वाले विदेशी डेटा सेंटर्स की टैक्स छूट खत्म हो। संविधान के अनुसार डेटा सेंटर्स में पर्यावरण संरक्षण और श्रम कानूनों को लागू करने की जरूरत है। हमारे आम बजट में सिर्फ 1 साल के लिए टैक्स के नियम बनाए जाते हैं। लेकिन अमेरिका के दबाव से इस साल के बजट में विदेशी क्लाउड कम्पनियों को साल 2047 तक इनकम टैक्स में छूट दे दी गई है। इसका क्या कारण है? (ये लेखक के अपने विचार हैं,विराग गुप्ता)

बहुत सारे नए रोजगार भी क्रिएट करेगा एआई

तो क्या एआई हमारी नौकरियां खाने जा रहा है? अभी तो कोई नहीं जानता कि यह

कितनी तेजी से होगा, कितना व्यापक होगा और इसका सबसे अधिक असर किन सेक्टर्स पर पड़ेगा। बहुत कुछ इस पर निर्भर करेगा कि अलग-अलग कंपनियां इस तकनीक को अपने कामकाज में कितनी तेजी से लागू करती हैं।अमेरिकी जनगणना ब्यूरो के हालिया बिजनेस ट्रेंड्स एंड आउटलुक सर्वे के अनुसार, 20 से कम कर्मचारियों वाली केवल 20इ कंपनियां ही वर्तमान में एआई का इस्तेमाल करती हैं, जबकि कम से कम 250 कर्मचारियों वाले 37फीसदी बिजनेसों में एआई का इस्तेमाल किया जा रहा है। यानी बड़ी कंपनियां इस तकनीक का अधिक उपयोग कर रही हैं, लेकिन 37फीसदी का आंकड़ा भी कम ही है। फिलहाल, एआई को अपनाने की राह में एक बड़ी बाधा यह है कि पहले से ही असाधारण क्षमताओं वाली इस तकनीक को मौजूदा वर्कफ्लो में इस तरह से कैसे समायोजित करें कि कंपनियां उसका पूरा लाभ उठा सकें। इसके लिए ऐसे मॉडल जरूरी हैं, जो न केवल मौजूदा डेटा पर प्रशिक्षित हों, बल्कि रोजमर्रा के इस्तेमाल से पैदा होने वाले नए डेटा के प्रति एडाप्टिव भी हों। एआई को अपनाने में बाधा डालने वाला एक अन्य फैक्टर लागतों को लेकर अनिश्चितता है। कई बड़ी कंपनियां अभी भी पायलट प्रोजेक्ट चला रही हैं और नियुक्ति या छंटनी के फैसले टाल रही हैं, क्योंकि वे स्थिति के और स्पष्ट होने का इंतजार कर रही हैं। लेकिन प्रतिस्पर्धात्मक दबाव उन्हें इस तकनीक को अपनाने के लिए मजबूर करेगा ही। इसके बावजूद, रोजगार के लिहाज से भविष्य पूरी तरह निराशाजनक नहीं है। अगर कंपनियां वही वस्तुएं बनाती और वही सेवाएं उपलब्ध कराती रहती हैं- जो वे अभी करती हैं- तो एआई को अपनाने का प्रभाव वही होगा, जो किसी भी नई तकनीक का होता है। हां, कुछ नौकरियां जरूर गैर-जरूरी हो जाएंगी, लेकिन कुछ अधिक प्रोडक्टिव और दिलचस्प भी होंगी। ऐसा इसलिए, क्योंकि एआई ऊबाऊ और दोहराव वाले कामों को कम करेगा और उन कामों में मदद करेगा, जिन्हें इंसान ज्यादा अच्छी तरह से नहीं कर पाते हैं। साथ ही, नई नौकरियां भी पैदा होंगी- जैसे एआई इंजीनियरों की, जो इस तकनीक के इंप्लीमेंटेशन की निगरानी करेंगे। इसके अलावा, अगर एआई को अपनाने की वजह कम लागत में अधिक उत्पादन करने की क्षमता उन्हें कीमतें घटाने और बिक्री बढ़ाने में सक्षम बनाएगी। यह प्रसिद्ध जेवन्स-इफेक्ट है और इससे रोजगार भी बढ़ने चाहिए। आशावादी होने का एक और कारण यह है कि एआई नए बिजनेस खड़े करने में मदद कर सकता है। मान लीजिए कि कोई व्यक्ति फर्नीचर बनाने का कारोबार शुरू करना चाहता है, लेकिन वह इसलिए हिचकिचाता है क्योंकि इसके लिए उसे एक वेब-प्रोग्रामर और अकाउंटेंट की जरूरत है। अगर एआई ये दोनों भूमिकाएं निभा सके, तो शायद वह काफी कम लागत में एकल स्वामित्व वाला व्यवसाय शुरू कर सकता है। महामारी के दौरान स्टार्टअप की संख्या पहले ही काफी बढ़ गई थी और हाल की तिमाहियों में इसमें और वृद्धि हुई है। अर्थशास्त्री डेविड ऑटर बताते हैं कि एआई मध्यम कौशल वाले कामगारों को हाई-स्किल्स से लैस कर सकता है। इसका उदाहरण कोई नर्स प्रैक्टिशनर है, जो मेडिकल एआई की मदद से कहीं अधिक बीमारियों की पहचान और इलाज कर सकती है। दुनिया भर में चिकित्सा-सेवाओं की भारी मांग को देखते हुए इस क्षेत्र में नए रोजगार पैदा करने की काफी गुंजाइश है। यह समझते हुए कि एआई के कारण नौकरियों के संकट का पहला दौर आखिरी नहीं होगा, कंपनियों को समय-समय पर कर्मचारियों को प्रशिक्षित करने और जहां तक संभव हो, उन्हें नौकरी पर बनाए रखने के लिए प्रोत्साहित करने की जरूरत होगी। सरकारें कर्मचारियों को दिए जाने वाले अतिरिक्त प्रशिक्षण के लिए टैक्स-क्रेडिट पर विचार कर सकती हैं, जिसमें कर्मचारी के काम पर बने रहने पर हर साल प्रशिक्षण की लागत का एक-तिहाई इस्तेमाल किया जा सके। अगर सरकार ऐसी नीति एआई अपनाने वाली कंपनियों पर लागू करना चाहती है, तो वो यह भी कर सकती है कि इस क्रेडिट का इस्तेमाल केवल टोकन टैक्स की भरपाई के लिए हो। हालांकि, कर-प्रोत्साहनों से भी अधिक महत्वपूर्ण यह होगा कि कंपनियां स्वीकारें वे अपने कर्मचारियों को अनिश्चित भविष्य से निपटने में मदद करने के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध हैं। जैसे-जैसे रोजगार को लेकर अनिश्चितता बढ़ेगी, सबसे योग्य और प्रतिभाशाली लोग भी ऐसे एम्प्लॉयर के यहां नौकरी स्वीकार करने को लेकर चिंतित हो सकते हैं, जो जब चाहे उन्हें नौकरी से निकाल सकता है। जो एम्प्लॉयर अपने कर्मचारियों को सहयोग देने का वादा करेंगे, उन्हें अंततः एक अतिरिक्त लाभ भी मिल सकता है : उनकी प्रतिष्ठा बढ़ेगी तो उनके पास चुनने के लिए उच्च गुणवत्ता वाले उम्मीदवारों का एक बड़ा पूल होगा। भविष्य निराशाजनक नहीं है-रोजगार के लिहाज से भविष्य पूरी तरह निराशाजनक नहीं है। एआई को अपनाने का प्रभाव वही होगा, जो किसी भी नई तकनीक का होता है। कुछ नौकरियां जरूर गैर-जरूरी हो जाएंगी, लेकिन कुछ अधिक प्रोडक्टिव भी होंगी। नई नौकरियां भी पैदा होंगी- जैसे एआई इंजीनियरों की। रघुराम राजन

मुनाफा तय न करे कि कौन-सी जांच हो और कौन-सी दवा दें

भारत में निजी अस्पताल में दाखिले के साथ ही मरीज और परिवार के सामने दुविधाएं आ खड़ी होती हैं। अंतिम बिल कितना होगा, यह अकसर इलाज पूरा होने तक स्पष्ट नहीं होता। संसद में 7 अगस्त 2026 को पेश स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण संबंधी संसदीय स्थायी समिति की 176वीं रिपोर्ट ने इसी चिंता को सामने रखा है। सरकारी आंकड़ों के अनुसार निजी अस्पताल में भर्ती होने का औसत खर्च 50,508 रुपये है, जबकि सरकारी अस्पताल में यह 6,631 रुपये है। प्रसव पर निजी संस्थान में औसत जेब खर्च 37,630 रुपये है, जबकि सरकारी संस्थान में केवल 2,299 रुपये। समिति ने कुल 368 सिफारिशें की हैं। इनमें इलाज शुरू होने से पहले संभावित खर्च बताना, मानकीकृत पैकेज दरें तय करना और अस्पतालों के शुल्क में पारदर्शिता बढ़ाना शामिल है। एक सुझाव यह भी है कि महानगरों में निजी अस्पतालों के सामान्य कमरों का शुल्क आसपास के तीन सितारा होटलों के औसत किराये से अधिक न हो। बड़े कॉर्पोरेट अस्पतालों से अपेक्षा की गई है कि मेडिकल टूरिज्म, विदेशी मरीजों और संपन्न वर्ग से होने वाली आय का कुछ लाभ गरीबों तक पहुंचे। लेकिन भारत को स्वास्थ्य सेवाओं के विस्तार के लिए निजी और विदेशी पूंजी की जरूरत भी है। अस्पताल बनाना महंगा है। जमीन, आधुनिक उपकरण, आईसीयू, प्रयोगशालाएं, डिजिटल तकनीक और प्रशिक्षित कर्मचारी- सबके लिए बड़ा निवेश चाहिए। सरकारी अस्पताल अभी अकेले देश की सारी जरूरत पूरी नहीं कर सकते।

इसलिए निजी अस्पतालों और विदेशी निवेश को खलनायक मानना सही नहीं होगा। भारत में निजी अस्पताल में दाखिले के साथ ही मरीज और परिवार के सामने दुविधाएं आ खड़ी होती हैं। अंतिम बिल कितना होगा, यह अकसर इलाज पूरा होने तक स्पष्ट नहीं होता। संसद में 7 अगस्त 2026 को पेश स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण संबंधी संसदीय स्थायी समिति की 176वीं रिपोर्ट ने इसी चिंता को सामने रखा है। सरकारी आंकड़ों के अनुसार निजी अस्पताल में भर्ती होने का औसत खर्च 50,508 रुपये है, जबकि सरकारी अस्पताल में यह 6,631 रुपये है। प्रसव पर निजी संस्थान में औसत जेब खर्च 37,630 रुपये है, जबकि सरकारी संस्थान में केवल 2,299 रुपये। समिति ने कुल 368 सिफारिशें की हैं। इनमें इलाज शुरू होने से पहले संभावित खर्च बताना, मानकीकृत पैकेज दरें तय करना और अस्पतालों के शुल्क में पारदर्शिता बढ़ाना शामिल है। एक सुझाव यह भी है कि महानगरों में निजी अस्पतालों के सामान्य कमरों का शुल्क आसपास के तीन सितारा होटलों के औसत किराये से अधिक न हो।

बड़े कॉर्पोरेट अस्पतालों से अपेक्षा की गई है कि मेडिकल टूरिज्म, विदेशी मरीजों और संपन्न वर्ग से होने वाली आय का कुछ लाभ गरीबों तक पहुंचे।

लेकिन भारत को स्वास्थ्य सेवाओं के विस्तार के लिए निजी और विदेशी पूंजी की जरूरत भी है। अस्पताल बनाना महंगा है। जमीन, आधुनिक उपकरण, आईसीयू, प्रयोगशालाएं, डिजिटल तकनीक और प्रशिक्षित कर्मचारी- सबके लिए बड़ा निवेश चाहिए। सरकारी अस्पताल अभी अकेले देश की सारी जरूरत पूरी नहीं कर सकते।

इसलिए निजी अस्पतालों और विदेशी निवेश को खलनायक मानना सही नहीं होगा।समस्या पूंजी नहीं, यह है कि पूंजी से मिलने वाले लाभ की अपेक्षा कहीं चिकित्सा निर्णयों को प्रभावित न करने लगे। स्वास्थ्य-सेवा सामान्य बाजार नहीं है। बीमार व्यक्ति कार या मोबाइल खरीदने वाले ग्राहक की तरह अलग-अलग दुकानों में कीमतों की तुलना नहीं कर सकता। अस्पताल ही काफी हद तक तय करता है कि मरीज का क्या इलाज करना

है।एमआरआई जरूरी है या नहीं, भर्ती दो दिन और चले या नहीं, एंजियोप्लास्टी की आवश्यकता है या दवाओं से इलाज हो सकता है- इन फैसलों में डॉक्टर और अस्पताल के पास मरीज से कहीं अधिक जानकारी होती है।

यह स्वास्थ्य क्षेत्र में एक बड़ी इन्फॉर्मेशन एसीमेट्री या ज्ञान-असमानता है, जिसके बारे में अर्थशास्त्री लम्बे समय से बताते रहे हैं।कॉर्पोरेट अस्पतालों में महंगी तकनीक, नामी विशेषज्ञ और बेहतर सुविधाएं गुणवत्ता बढ़ा सकती हैं।

लेकिन इनकी लागत भी वसूलनी होती है। संस्थानों पर लगातार बेड भरने, प्रति मरीज आय बढ़ाने या अधिक जांचें कराने का दबाव होता है। अधिकांश डॉक्टर मरीज का हित ही चाहते हैं, लेकिन संस्थागत प्रोत्साहन चिकित्सकीय व्यवहार को प्रभावित करते हैं।

यहीं से 'ओवर-मेडिकलाइजेशन' की समस्या शुरू होती है। अधिक जांचें ऐसी छोटी असामान्यताएं पकड़ सकती हैं जिनसे मरीज को जीवनभर कोई नुकसान नहीं होता। फिर उनके पीछे नई जांचें होती हैं। सामान्य सीमा के आसपास की स्थिति बीमारी घोषित हो सकती है। जिसे घर पर दवाओं व निगरानी से संभाला जा सकता था, वह अस्पताल में भर्ती हो सकता है। जहां इंतजार और निगरानी उचित थी, वहां प्रक्रिया की सलाह दी जा सकती है। सीजेरियन ऑपरेशन, एंजियोप्लास्टी, आईसीयू भर्ती, डायग्नोस्टिक पैकेज और लंबी दवा-सूचियों पर इसलिए केवल व्यक्तिगत चिकित्सकीय फैसलों के रूप में नहीं, बल्कि पूरे स्वास्थ्य-तंत्र के प्रोत्साहनों के संदर्भ में भी विचार होना चाहिए। हमें स्वास्थ्य क्षेत्र में निवेश चाहिए। मुनाफा कमाना भी अपराध नहीं है।सीमा वहां खिंचनी चाहिए,

जहां मुनाफे की अपेक्षा यह तय करने लगे कि कौन-सी जांच होगी, कौन-सी दवा लिखी जाएगी और कौन-सी प्रक्रिया की जाएगी।स्वास्थ्य-व्यवस्था की सफलता अस्पतालों में आए निवेश या मेडिकल टूरिज्म की वृद्धि से नहीं मापी जानी चाहिए। असली कसौटी यह है कि मरीज अस्पताल में इस भरोसे से प्रवेश कर सके कि उसे उतना ही इलाज मिलेगा, जितना जरूरी है- न उससे कम, न अधिक। (ये लेखक के अपने विचार हैं) डॉ. चन्द्रकान्त लहारिया

बांग्लादेश बोला- भारत से गंगा जल समझौते में गारंटी मांगेंगे,जरूरत पड़ी तो अंतरराष्ट्रीय मंच पर जाएंगे, 1996 का समझौता दिसंबर में खत्म होगा

दिल्ली/ढाका। इस दौरा गंगा नदी में पानी अपेक्षाकृत कम रहता है। बांग्लादेश को गारंटी क्यों चाहिए-बांग्लादेश का कहना है कि मौजूदा संधि में पानी बांटने का फॉर्मूला तो है, लेकिन तय

मात्रा में पानी मिलने की कानूनी गारंटी नहीं है। इसलिए वह नई संधि में 'गारंटी क्लॉज' जोड़ने की मांग कर रहा है। गारंटी क्लॉज ऐसा नियम है, जो सुनिश्चित करता है कि नदी के निचले हिस्से में बसे देश को भी जरूरत का पानी मिलता रहे। इसका मतलब है कि अगर नदी में पानी कम भी हो जाए, तब भी उसे एक तय मात्रा में पानी दिया जाएगा। बांग्लादेश चाहता है कि अगर किसी साल पानी कम हो या किसी कारण से समझौते का पालन न हो, तो उसका समाधान कैसे होगा और किसकी क्या जिम्मेदारी होगी, यह भी समझौते में साफ लिखा जाए। बांग्लादेश का कहना है कि 1977 के गंगा जल समझौते में यह व्यवस्था थी, लेकिन 1996 की संधि में इसे शामिल नहीं किया गया। इसलिए वह नई संधि में इस प्रावधान को जोड़ने की मांग कर रहा है। भारत ने सत्तर के दशक में पश्चिम बंगाल में फरक्का बैराज बनाया था। इसका मकसद गंगा के पानी के एक हिस्से को हुगली नदी की तरफ भेजना था, ताकि हुगली में पानी का बहाव बढ़े और कोलकाता बंदरगाह में जमा होने वाली गाद को कम करने में मदद मिले। गाद कम करना इसलिए जरूरी था क्योंकि मिट्टी और कीचड़ जमा होने के कारण बंदरगाह और हुगली नदी की गहराई लगातार घट रही थी। इससे कोलकाता बंदरगाह के ठप होने का खतरा था। समस्या यह थी कि गंगा भारत से निकलकर बांग्लादेश में भी जाती है। इसलिए भारत ने जब पानी का कुछ हिस्सा अपनी तरफ मोड़ दिया तो इससे वहां जाने वाले पानी की मात्रा कम होने लगी। इससे बांग्लादेश में कई तरह की समस्याएं बताई गईं- सिंचाई के लिए पानी कम पड़ना खेती प्रभावित होना, मछलियों और जलीय जीवन पर असर,नदी में गाद बढ़ना, खारे पानी का ऊपर की ओर आना नदी और आसपास के पर्यावरण पर असर 1977 में पहली बार दोनों देशों में समझौता-फरक्का को लेकर दोनों देशों के बीच लंबे समय तक विवाद चलता रहा। भारत का कहना था कि फरक्का से पानी मोड़ना उसके लिए जरूरी है, जबकि बांग्लादेश लगातार अपने हिस्से के पानी की मांग करता रहा। आखिरकार दोनों देशों ने पानी को लेकर अलग-अलग समझौते किए। 1977 में एक समझौता हुआ, जिसमें पानी के बंटवारे के साथ एक गारंटी क्लॉज भी था। यानी कुछ परिस्थितियों में बांग्लादेश को न्यूनतम मात्रा में पानी मिलने की गारंटी दी गई थी। 1977 का समझौता सिर्फ 5 साल के लिए था और 1982 में खत्म हो गया। इसके बाद 1982 और 1985 के समझौता ज्ञापनों में भी गारंटी क्लॉज नहीं था। बाद में 1996 में भारत और बांग्लादेश के बीच 30 साल के लिए गंगा जल समझौता हुआ। इसमें सूखे के मौसम में गंगा के पानी के बंटवारे का फॉर्मूला तय किया गया। इसमें पानी देने की न्यूनतम मात्रा की गारंटी नहीं दी गई। इसके बजाय कहा गया कि दोनों देश तुरंत बातचीत करके आपात स्थिति में पानी के बंटवारे में बदलाव करेंगे। असल दिक्कत यहीं से शुरू हुई कि 1996 के समझौते में 'पानी कम पड़ने पर क्या करना है' तो लिखा गया, लेकिन यह साफ नहीं लिखा गया कि उस स्थिति में बांग्लादेश को कम से कम कितना पानी मिलना ही चाहिए। गंगा जल समझौते को लेकर भारत का क्या रुख है-भारत का कहना है कि 1996 के गंगा जल समझौते के नवीनीकरण पर बांग्लादेश के साथ औपचारिक बातचीत अभी शुरू नहीं हुई है। हालांकि, भारत ने अपनी स्थिति तैयार करने की प्रक्रिया में पश्चिम बंगाल और अन्य संबंधित पक्षों की चिंताओं को शामिल किया है। भारत सरकार का कहना है कि नया समझौता तैयार करते समय- नए जल प्रवाह के आंकड़े देखे जाएं। जलवायु परिवर्तन का असर देखा जाए। भारत के अंदर पानी की जरूरतों को ध्यान में रखा जाए। पश्चिम बंगाल और बिहार जैसे संबंधित राज्यों से सलाह ली जाए। समझौते को लेकर प. बंगाल और बिहार का रुख-गंगा का फरक्का वाला हिस्सा पश्चिम बंगाल में है, इसलिए समझौते का सीधा असर राज्य पर पड़ता है। पश्चिम बंगाल का कहना है कि भारत, बांग्लादेश को उतना ही पानी दे जिससे राज्य में उपलब्ध पानी पर असर न पड़े। बिहार का कहना है कि फरक्का की वजह से गंगा में गाद जमा हो रही है, जिससे नदी की गहराई कम हो रही है और बिहार में बाढ़ का खतरा बढ़ रहा है। बिहार के तत्कालीन मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने 2016 में केंद्र सरकार को चिट्ठी लिखकर फरक्का को हटाने की मांग की थी। उन्होंने यह भी कहा था कि फरक्का के फायदे से ज्यादा नुकसान हैं।

शाह बोले- कांग्रेस का पूरा वंदे मातरम न गाना देशविरोधी,उन्होंने 1937 में राष्ट्रगीत के दो टुकड़े कर मुस्लिम तुष्टीकरण किया और विभाजन की शुरुवात की

नयी दिल्ली। गृहमंत्री अमित शाह ने गुरुवार को कहा कि कांग्रेस का वंदे मातरम पूरा न

गाने का फैसला हैरान करने वाला और देशविरोधी है। 1937 में कांग्रेस ने जो फैसला लिया था, उसे पीएम मोदी ने सुधारा है। उन्होंने कहा- कांग्रेस ने 1937 में राष्ट्रगीत के दो टुकड़े कर मुस्लिम तुष्टीकरण किया था। उस फैसले से दो-राष्ट्र सिद्धांत को मजबूती मिली और आगे चलकर देश का विभाजन हुआ। शाह के बयान पर कांग्रेस ने पलटवार किया। पार्टी के सांसद केसी वेणुगोपाल ने कहा- वंदे मातरम स्वतंत्रता संग्राम का हिस्सा था। यह हमारे लिए भावनात्मक मुद्दा है। बीजेपी स्वतंत्रता संग्राम का हिस्सा नहीं थी। उनके लिए यह राजनीतिक मुद्दा है। दरअसल, कांग्रेस वर्किंग कमेटी ने बुधवार को ऐलान किया कि पार्टी अपने सभी कार्यक्रमों में वंदे मातरम के 6 में से सिर्फ शुरुआती दो पैरा गाएगी। यह फैसला 15 अगस्त को कांग्रेस मुख्यालय में वंदे मातरम के गायन को लेकर हुए विवाद के बाद आया।शाह ने कहा- कांग्रेस देश का कानून नहीं मान रही- अमित शाह ने कहा, कांग्रेस का सिर्फ दो पैरा वंदे मातरम गाने का फैसला तुष्टीकरण और वोट बैंक की राजनीति है। देश में अब तुष्टीकरण की राजनीति नहीं चलेगी। 1937 में कांग्रेस ने वंदे मातरम को दो हिस्सों में बांटने का फैसला किया था। आज कांग्रेस उसी पुराने फैसले को फिर लागू कर रही है।देश की जनता को कांग्रेस के इस फैसले के खिलाफ आवाज उठानी चाहिए। बीजेपी इसका जनता के बीच और संसद और विधानसभा में भी जोरदार विरोध करेगी। नितिन नवीन बोले- कांग्रेस नई मुस्लिम लीग बन गई- वंदे मातरम विवाद पर भाजपा अध्यक्ष नितिन नवीन ने बुधवार को कहा कि कांग्रेस ने वोट बैंक की राजनीति के लिए राष्ट्रीय गीत का अपमान किया है। कांग्रेस अब नई मुस्लिम लीग बन गई है। यह फैसला वंदे मातरम को अपने मन में रखकर बलिदान देने वाले शहीदों का अपमान है। 15 अगस्त को कांग्रेस मुख्यालय में कार्यक्रम के बाद विवाद हुआ- वंदे मातरम को लेकर भाजपा और कांग्रेस के बीच विवाद 15 अगस्त को शुरू हुआ। बीजेपी ने आरोप लगाया कि कांग्रेस मुख्यालय में स्वतंत्रता दिवस समारोह के दौरान पूरा वंदे मातरम गाए जाने पर सोनिया गांधी ने इसे रोकने की कोशिश की। बीजेपी ने इसका वीडियो भी एक्स पर शेयर किया और दावा किया कि राहुल गांधी भी पूरे गायन के दौरान परेशान दिखे। कांग्रेस ने कहा था- खड़गे के लिए कुर्सी मांग रही थीं सोनिया-भाजपा के आरोपों पर कांग्रेस ने सफाई दी थी। कांग्रेस महासचिव जयराम रमेश ने कहा कि कांग्रेस मुख्यालय में पूरा वंदे मातरम गाया गया था और इसे रोकने की कोई कोशिश नहीं हुई। उनके मुताबिक, सोनिया गांधी का इशारा गीत रोकने के लिए नहीं था। वह कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे के लिए कुर्सी मांग रही थीं क्योंकि वे लंबे समय से खड़े थे। वंदे मातरम पर नोटिफिकेशन और कानून क्या कहते हैं? 1. नोटिफिकेशन-1: 31 जनवरी 2026-गृह मंत्रालय ने 'ऑर्डर्स रिलेटिंग टू द नेशनल सॉन्ग ऑफ इंडिया' जारी किया। इसमें 'वंदे मातरम' के पूरे 6 छंदों को आधिकारिक संस्करण बताया गया है। आदेश के मुताबिक जब राष्ट्रगीत गाया जाए, तो आधिकारिक यानी पूरा संस्करण गाया जाना चाहिए। इसकी टाइमिंग 3 मिनट 10 सेकेंड बताई गई है। साथ ही राष्ट्रगीत के गायन/वादन के दौरान सम्मान, शिष्टाचार बनाए रखने, साथ ही इसे सुनने वालों को सावधान मुद्रा में खड़े होने का निर्देश है। 2. कानूनः जुलाई-अगस्त 2026-प्रेवेंशन ऑफ इंसल्ट टू नेशनल ऑनर (अमेंडमेंट) बिल जुलाई 2026 में लाया गया। राज्यसभा ने इसे 29 जुलाई और लोकसभा ने 30 जुलाई 2026 को पास किया। 11 अगस्त को कानून बना। इसका मकसद 'वंदे मातरम' को 1971 के कानून के तहत कानूनी सुरक्षा देना है। संशोधन में कहा गया है कि जो व्यक्ति जानबूझकर राष्ट्रीय गीत के गायन को रोकता है या उसके गायन में शामिल सभा में रुकावट डालता है, उसे 3 साल तक की जेल, जुर्माना या दोनों हो सकते हैं। 3. नोटिफिकेशन-2: 9 जुलाई 2026-गृह मंत्रालय ने राज्यों, केंद्रशासित प्रदेशों और केंद्र सरकार के सभी मंत्रालयों को राष्ट्रीय गीत और राष्ट्रगान से जुआदेशों का सख्ती से पालन करने के निर्देश दिए। आदेश में कहा गया कि दोनों के सही पाठ, उच्चारण और तय प्रोटोकॉल का पालन किया जाए। यदि राष्ट्रगीत और राष्ट्रगान दोनों गाए या बजाए जाएं, तो पहले राष्ट्रगीत और उसके बाद राष्ट्रगान होगा। आदेश में इन निर्देशों के उल्लंघन के लिए कोई अलग सजा नहीं बताई गई है, बल्कि संबंधित संस्थानों और संगठनों को इन्हें सख्ती से लागू करने के निर्देश दिए गए हैं। इन तीनों से क्या निकला? नोटिफिकेशन के मुताबिक वंदे मातरम के पूरे 6 छंद ही इसका आधिकारिक संस्करण हैं। जब राष्ट्रगीत गाया जाता है, तो इसी पूरे संस्करण को गाने का निर्देश है। हालांकि, दोनों नोटिफिकेशन में 6 छंद न गाने पर कार्रवाई करने की बात नहीं है। 2026 के कानून में भी यह साफ नहीं कहा गया है कि 6 छंद पूरे न गाने पर अपराध होगा। कानून में अपराध तब है, जब कोई व्यक्ति जानबूझकर राष्ट्रगीत का गायन रोकता है या गा रही सभा में रुकावट डालता है। 1937 में कांग्रेस ने पहले 2 छंद क्यों चुने? 'द नेहरू आर्काइव' के मुताबिक, 26 अक्टूबर से 1 नवंबर 1937 के बीच कांग्रेस वर्किंग कमेटी की कलकत्ता बैठक हुई। इसमें तय किया गया कि राष्ट्रीय कार्यक्रमों में वंदे मातरम के सिर्फ पहले 2 छंद गाए जाएं, क्योंकि बाद के हिस्सों में धार्मिक और देवी-देवताओं से जुड़े संदर्भ थे, जिन पर कुछ मुस्लिम नेताओं को आपत्ति थी। नेहरू ने 29 अक्टूबर 1937 को समझाया कि पहले 2 छंदों में ऐसी कोई बात नहीं है जो किसी समुदाय की धार्मिक भावना के खिलाफ हो।

लेकिन बाद के हिस्सों में धार्मिक प्रतीक, कल्पना और रूपक आते हैं। इसलिए पूरे देश के लिए ऐसा हिस्सा चुना गया, जिसे सभी समुदाय आसानी से स्वीकार कर सकें। 6 अप्रैल 1938 को जिन्ना को लिखे पत्र में नेहरू ने यही बात दोबारा कही। बंकिम चंद्र ने 1875 में लिखा था, आनंदमठ में छपा था- भारत के राष्ट्रगीत वंदे मातरम को बंकिम चंद्र चटर्जी ने 7 नवंबर 1875 को अक्षय नवमी पर लिखा था। यह 1882 में पहली बार उनकी पत्रिका बंगदर्शन में उनके उपन्यास आनंदमठ के हिस्से के रूप में छपा था।

1896 में भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के अधिवेशन में रवींद्रनाथ टैगोर ने मंच पर वंदे मातरम गाया। यह पहला मौका था जब यह गीत सार्वजनिक रूप से राष्ट्रीय स्तर पर गाया गया। सभा में मौजूद हजारों लोगों की आंखें नम हो गई थीं। वंदे मातरम एक संस्कृत वाक्यांश है, जिसका मतलब है- हे मां, मैं तुम्हें नमन करता हूं।

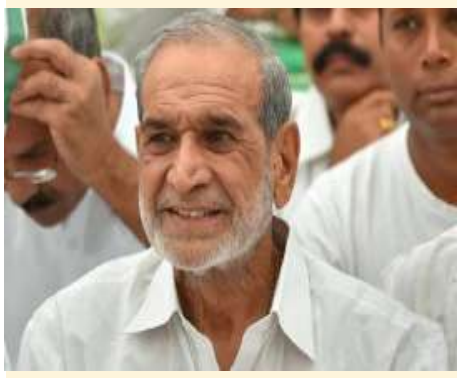
स्वतंत्रता संग्राम के दौरान वंदे मातरम भारत को औपनिवेशिक शासन से मुक्त कराने के लिए संघर्ष कर रहे स्वतंत्रता सेनानियों का नारा बन गया था। गणतंत्र दिवस परेड में वंदे मातरम की झांकी निकली थीदिल्ली में कर्तव्य पथ पर मुख्य परेड में इस साल 77वें गणतंत्र दिवस पर मुख्य परेड की थीम वंदे मातरम रखी गई थी।

परेड में संस्कृति मंत्रालय ने वंदे मातरम के 150 साल पूरे होने का जश्न मनाने वाली झांकी निकाली थी। इस झांकी को मंत्रालयों और विभागों की कैटेगरी में बेस्ट झांकी का अवॉर्ड मिला।

सुकेश चंद्रशेखर ने जेल से केजरीवाल-सत्येंद्र जैन को लेटर लिखा, 3 और घोटाले उजागर करने की धमकी दी, आप को घोटालों की ऑलवेज पार्टी बताया

नयी दिल्ली। सुकेश चंद्रशेखर ने जेल से आम आदमी

पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल और दिल्ली के पूर्व मंत्री सत्येंद्र जैन को नया लेटर लिखा है। लेटर में उसने पार्टी से जुड़े तीन और घोटाले उजागर करने की धमकी दी है। चंद्रशेखर ने दावा किया कि दिल्ली शराब नीति और जल बोर्ड को लेकर उसके पिछले खुलासे सही साबित हुए हैं। यह लेटर गुरुवार को सामने आया। उसने आम आदमी पार्टी को घोटालों की ऑलवेज पार्टी बताते हुए पंजाब को लेकर भी चेतावनी दी है। सुकेश धोखाधड़ी और मनी लॉन्ड्रिंग मामलों में तिहाड़ जेल में बंद हैं। (अरविंद केजरीवाल को लिखी लेटर का हिस्सा) केजरीवाल जी, देश के युवाओं और जेन जी को भड़काने के लिए जिन प्रॉक्सी लोगों का आप इस्तेमाल कर रहे हैं, वह काम नहीं करेगा। आपके प्रॉक्सी लोगों का भी खुलासा होगा। यह मेरा बिफोर एनीथिंग एल्स काम होगा। सुकेश चंद्रशेखर, आपके भ्रष्टाचार को उजागर करने की दिशा में यह एक और कदम है। 2021-22 के मेरे खुलासे सही साबित हुए हैं। शराब नीति मामले के बाद अब जल बोर्ड का मामला सामने आया है। आपके तीन अन्य विभागों में तीन और घोटाले और भ्रष्टाचार उजागर किए जाएंगे। आम आदमी पार्टी का अब मतलब है एनीटाइम, ऑलवेज पार्टी ऑफ स्कैम है। पंजाब को फिर से [illegible] बनाने की बात भूल जाइए। दिल्ली में जो हुआ, पंजाब में आपकी अकड़ और आपकी घोटाले वाली पार्टी के खिलाफ इससे भी ज्यादा गुस्सा दिखेगा। आप लोग भ्रम में हो सकते हैं, लेकिन मुझे सब याद है। मैं जल्द ही आपको चौंकाऊंगा। केजरीवाल जी और सत्येंद्र जी, जेल से आपके लिए 2.0 बधाई। अब यह भी आने वाला है। सुकेश के पिछले 2 लेटर में आप पर लगाए आरोप- 4 नवंबर, 2022: सुकेश ने मीडिया के नाम तीन पन्नों की चिट्ठी लिखी थी। इसमें उसने दावा किया था कि अगर वह ठग है तो केजरीवाल 'महाठग' हैं। सुकेश ने आरोप लगाया था कि केजरीवाल ने राज्यसभा सीट देने के बदले उससे 50 करोड़ रुपए मांगे थे, जो उसने दिए। 7 अक्टूबर, 2022: सुकेश ने तत्कालीन उपराज्यपाल वीके सक्सेना को चिट्ठी लिखकर आप सरकार के तत्कालीन मंत्री सत्येंद्र जैन पर गंभीर आरोप लगाए थे। सुकेश ने दावा किया था कि जेल में सुरक्षा और सुविधाएं देने के नाम पर जैन ने उससे 10 करोड़ रुपए वसूले थे। उसके मुताबिक, यह रकम जैन के सहयोगी के जरिए कोलकाता में ली गई थी। दिल्ली पुलिस ने 2017 में सुकेश को गिरफ्तार किया था-सुकेश पर कई मामलों में आपराधिक मामले चल रहे हैं। 2017 में एआईए डीएमके के 'दो पत्ती' चुनाव चिह्न मामले में दिल्ली पुलिस ने गिरफ्तार किया था। इसके बाद 2020 में उसे तिहाड़ से रोहिणी जेल ट्रांसफर किया गया था। 2021 में सुकेश पर आरोप लगा कि उसने रैनबैक्सी के पूर्व प्रमोटर शिविंदर सिंह की पत्नी अदिति सिंह से करीब 200 करोड़ रुपए की ठगी की थी। इसके बाद उस पर धोखाधड़ी और मनी लॉन्ड्रिंग का केस दर्ज किया गया। फिर तिहाड़ जेल शिफ्ट कर दिया गया। इस मामले में ईडी की जांच में सामने आया था कि सुकेश ने ठगी के इन पैसों से एक्ट्रेस जैकलीन को करोड़ों रुपए के कीमती गिफ्ट्स दिए थे। इसमें लग्जरी बैग, हीरे की ज्वेलरी, महंगे घोड़े और बिल्लियां शामिल थीं। इस वजह से ईडी ने जैकलीन को भी इस मनी लॉन्ड्रिंग मामले में आरोपी बनाया था।



पूर्व कांग्रेस सांसद सज्जन कुमार का तिहाड़ में हुआ निधन,सिख विरोधी दंगों में उम्रकैद काट रहे थे

नयी दिल्ली। तिहाड़ जेल में बंद कांग्रेस के पूर्व सांसद सज्जन कुमार का गुरुवार को 80 साल की उम्र में निधन हो गया। न्यूज एजेंसी एनआई के सूत्रों के

मुताबिक उन्हें मृत अवस्था में सफदरजंग अस्पताल में लाया गया था। सज्जन कुमार दिसंबर 2018 से जेल में बंद थे। 7 साल 8 महीने जेल में रहने के बाद आज उनका निधन हो गया। उन्हें 1984 सिख विरोधी दंगों के दो मामलों में उम्रकैद की सजा मिली थी, जबकि दंगों से ही जुड़े दो केस में बरी हो गए थे। 1984 दंगे- सज्जन पर सिखों की हत्या का आरोप-31 अक्टूबर 1984: प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी की हत्या के बाद 1 नवंबर से दिल्ली समेत कई हिस्सों में सिख विरोधी दंगे भड़के थे। दिल्ली में करीब 2700 और देशभर में लगभग 3500 लोगों की मौत हुई। मई 2000: जीटी नानावटी कमीशन बना। इसकी सिफारिश पर 24 अक्टूबर 2005 को ँघ ने केस दर्ज किया। तब सज्जन कुमार सांसद थे। उन्हें दंगे भड़काने और सिखों की हत्या के मामले में आरोपी बनाया गया।2010-2013: ट्रायल कोर्ट ने सज्जन कुमार समेत कई आरोपियों को समन किया। 2013 में सज्जन कुमार को बरी किए जाने के बाद सीबीआई ने हाईकोर्ट में अपील की। 17 दिसंबर 2018: दिल्ली हाईकोर्ट ने पांच सिखों की हत्या के मामले में सज्जन कुमार को उम्रकैद की सजा सुनाई। 2005: दंगों के 21 साल बाद तत्कालीन प्रधानमंत्री मनमोहन सिंह ने संसद में माफी मांगते हुए कहा था कि इस घटना से उनका सिर शर्म से झुक जाता है। 4 मामले- 2 में बरी, 2 में उम्रकैद-सज्जन कुमार 20 अगस्त 2026, यानी उनकी मौत होने से पहले तक राजनगर और सरस्वती विहार से जुड़े 2 मामलों में दोषी थे, उन्हें उम्रकैद मिली थी, बाकी दूसरे 2 मामलों में बरी/डिस्चार्ज कर दिया गया था। पढ़िए कौन सा मामला क्या था-1. राज नगर केस- पहले बरी, फिर उम्रकैद: दिल्ली कैंट के राज नगर/पालम कॉलोनी में 1 नवंबर 1984 को एक ही सिख परिवार के 5 सदस्यों की हत्या और राज नगर में गुरुद्वारे को जलाने का मामला था। 2013 में ट्रायल कोर्ट ने सज्जन कुमार को बरी कर दिया, जबकि दूसरे आरोपियों को दोषी ठहराया गया। 17 दिसंबर 2018 के दिल्ली हाईकोर्ट ने ट्रायल कोर्ट का फैसला पलट दिया और सज्जन कुमार को दोषी ठहराया गया, उन्हें उम्रकैद की सजा दी गई। 31 दिसंबर 2018 को सज्जन कुमार ने कड़कड़डूमा कोर्ट में सरेंडर किया और उन्हें मंडोली जेल भेजा गया। यही वह केस है जिसके कारण वह दिसंबर 2018 से जेल में रहे। 2. सुल्तानपुरी केस- 20 सितंबर 2023 को बरी: सुल्तानपुरी इलाके में दंगों और हत्या से जुड़ा यह केस भी 1984 के दंगों का महत्वपूर्ण मामला था। 20 सितंबर 2023 को राउज एवेन्यू कोर्ट ने सज्जन कुमार और दूसरे आरोपियों को बरी कर दिया। 3. सरस्वती विहार केस- दूसरी बार उम्रकैद: 1 नवंबर 1984 को दिल्ली के सरस्वती विहार इलाके में जसवंत सिंह और उनके बेटे तरुणदीप सिंह की हत्या। यह केस लंबे समय तक बंद था। 2015 में 1984 दंगों के मामलों की दोबारा जांच के लिए बनी एघ्ऊ ने पुराने मामलों की जांच फिर शुरू की। 12 फरवरी 2025 को राउज एवेन्यू कोर्ट ने उन्हें दोषी ठहराया। 25 फरवरी 2025 को उन्हें उम्रकैद की सजा सुनाई। कोर्ट ने उम्र, स्वास्थ्य और जेल में आचरण को देखते हुए मृत्युदंड नहीं दिया। यह उनका दूसरा बड़ा कन्विक्शन था। 4. जनकपुरी-विकासपुरी केस- 22 जनवरी 2026 को बरी: यह अभी हाल का और काफी महत्वपूर्ण मामला है। इस केस में दो एफआईआर थीं। पहली एफआईआर में आरोप था कि 1 नवंबर 1984 को जनकपुरी इलाके में हुई हिंसा में सोहन सिंह और उनके दामाद अवतार सिंह की हत्या और लूटपाट/आगजनी हुई। दूसरी एफआईआर 2 नवंबर 1984 को गुरचरण सिंह को जिंदा जलाने और उनसे जुड़ी हिंसा का मामला था। दोनों मामलों को बाद में एक चार्जशीट में रखा गया था। जनवरी 2026 को राउज एवेन्यू कोर्ट ने सज्जन कुमार को बरी कर दिया।

जादवपुर यूनिवर्सिटी में एबीवीपी लेफ्ट छात्रों में हिंसक झड़प,कई घायल, दोनों पक्षों ने हिंसा और बाहरी लोगों को लाने के आरोप लगाए

कोलकाता। कोलकाता की जादवपुर यूनिवर्सिटी में बुधवार देर रात एबीवीपी और वामपंथी

छात्र संगठनों के बीच जनरल मीटिंग में हिंसक झड़प हो गई। कई छात्र घायल हुए और कैंपस में तनाव फैल गया। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर हालात संभाले। छात्र संगठनों के मुताबिक, विवाद फैकल्टी ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी स्टूडेंट्स यूनियन की जनरल मीटिंग को लेकर शुरू हुआ। बैठक में दोनों पक्षों के बीच विवाद बढ़ने के बाद मारपीट हो गई। एबीवीपी ने लेफ्ट संगठनों पर हमला करने का आरोप लगाया। वहीं, वामपंथी संगठनों ने एबीवीपी पर बाहरी लोगों को बुलाने और तोड़फोड़ का आरोप लगाया। घटना के कुछ वीडियो भी वायरल हो रहे हैं। इनमें एक ग्रुप नारे लगाते हुए बंद कमरों और दूसरी जगहों में घुसने की कोशिश करता दिख रहा है। दोनों पक्षों ने एक-दूसरे पर लगाए गंभीर आरोप-एबीवीपी ने आरोप लगाया कि वामपंथी छात्र संगठनों की आम बैठक की आड़ में सुनियोजित हमला किया। एबीवीपी का कहना है कि घटना में कई लोगों के खिलाफ एफआईआर दर्ज की गई है। वहीं, वामपंथी छात्र संगठनों ने एबीवीपी पर बाहरी लोगों को कैंपस में लाने और तोड़फोड़ करने का आरोप लगाया। फिलॉसफी के छात्र और रिवोल्यूशनरी स्टूडेंट्स फ्रंट के सदस्य अभिनव दास ने दावा किया कि एबीवीपी समेत कई बाहरी लोग बैठक में पहुंचे थे। एबीवीपी का पुलिस स्टेशन पर प्रदर्शन, आज विरोध का ऐलान एबीवीपी केंद्रीय कार्यसमिति के सदस्य शुभब्रत अधिकारी ने बताया कि इस मामले में कई लोगों के खिलाफ एफआईआर दर्ज की गई है। एबीवीपी से जुड़े कुछ सदस्य जादवपुर पुलिस स्टेशन में विरोध प्रदर्शन कर रहे हैं।

एबीवीपी ने बुधवार रात हुई घटना के विरोध में गुरुवार सुबह 11 बजे प्रदर्शन करने का ऐलान किया है। पुलिस की मौजूदगी के बीच यूनिवर्सिटी में तनाव को देखते हुए स्थिति पर नजर रखी जा रही है।

लखनऊ- यूट्यूबर प्रज्ञा मिश्रा की बहन की हत्या कर फिर बहन को मारकर खुदकुशी की

लखनऊ में एसबीआई के फील्ड ऑफिसर ने बैंक रिलेशनशिप मैनेजर पत्नी और अपनी बहन की गोली मारकर हत्या कर दी। फिर

खुद भी गोली मारकर जान दे दी। पूरी वारदात को उसने प्लानिंग करके अंजाम दिया। गुरुवार दोपहर करीब 12:05 बजे मानस कार से आईसीआईसीआई बैंक पहुंचा। फोन करके पत्नी दिव्या मिश्रा को ऑफिस से बाहर बुलाया। थोड़ी देर उनसे बातचीत की, फिर गोली मारकर भाग गया। इसके बाद 12:30 बजे वह सीधे 2 किमी दूर अपने घर पहुंचा। प्रत्यक्षदर्शियों के मुताबिक, मानस पसीने से भीगा हुआ था। अंदर जाने के बाद उसने सबसे पहले कमरे का दरवाजा बंद कर लिया। फिर टीवी पर तेज आवाज में हनुमान चालीसा चला दी। इसके बाद मानस ने बहन शीबा की गोली मारकर हत्या कर दी। शीबा मानसिक बीमार थी। उसका इलाज चल रहा था। मानस को डर था कि उसके मरने के बाद बहन की देखभाल कौन करेगा? इसके बाद मानस ने खुद को भी गोली मार ली। दो गोली चलने की आवाज सुनकर पड़ोसी भागकर पहुंचे और दरवाजा तोड़ दिया। अंदर भाई-बहन की खून से लथपथ लाश पड़ी थी। वारदात गोमतीनगर थाना क्षेत्र में हुई है। घटना की जानकारी मिलते ही अफसर मौके पर पहुंचे। फोरेंसिक टीम ने जांच की। पुलिस कमिश्नर तरुण गाबा भी मौके पर पहुंचे।

'एक्स बॉयफ्रेंड के चलते पीरियड्स में शर्म आती थी' साउथ एक्ट्रेस अनुपमा बोलीं- पहले 11 बच्चे चाहती थी, अभी एक भी नहीं चाहिए

चेन्नई। साउथ एक्ट्रेस अनुपमा परमेश्वरन ने हाल ही में अपने अतीत के एक नार्सिसिस्टिक दुर्व्यवहार (आत्ममुग्धता से भरे शोषण) वाले रिश्ते के बारे में बताया। धन्या वर्मा के यूट्यूब चैनल पर बातचीत में अनुपमा ने कहा कि उनके एक्स-पार्टनर ने कथित तौर पर उन्हें एक्ट्रेस होने, कॉन्फिडेंट होने और यहां तक ??कि पीरियड्स होने जैसी बातों पर भी शर्मिंदा महसूस कराया। रिश्ते के असर के बारे में बताते हुए अनुपमा ने कहा कि पहले वह 11 बच्चे चाहती थीं, लेकिन अब बच्चे नहीं चाहतीं। उन्होंने बताया कि पूर्व पार्टनर हर बहस को उनके पीरियड्स से जोड़ देता था, फिर चाहे वह पीरियड्स के किसी भी दिन हुई हो। उन्होंने कहा, 'पीरियड्स का पहला दिन हो, पांचवां दिन, दसवां दिन, पंद्रहवां दिन, बीसवां दिन या पच्चीसवां दिन, साइकिल का कोई भी दिन हो। आप इस व्यक्ति की किसी गलती पर उससे सवाल करेंगे, तो वह कहेगा- ओह, तुम पीएमएस (प्रीमेंस्ट्रुअल सिंड्रोम) कर रही हो, तुम्हारे पीरियड्स आने वाले हैं। इसलिए मुझे बहुत शर्म आती थी।' अनुपमा ने आगे कहा, 'मैं 11 बच्चे पैदा करने का सपना देखने वाली इंसान थी। इस समय मुझे बच्चे भी नहीं चाहिए। मुझे महिला होने पर बहुत बुरा लगता था। अपनी उपलब्धियों को लेकर भी मुझे बहुत बुरा लगता था।' पहले रिश्ते को नार्सिसिस्टिक एब्यूज बताया था-अनुपमा पहले भी अपने पूर्व पार्टनर के साथ रिश्ते के अनुभव के बारे में बात कर चुकी हैं। एक पुराने सोशल मीडिया पोस्ट में उन्होंने इस रिश्ते को 'नार्सिसिस्टिक एब्यूज' बताया था। उन्होंने आरोप लगाया था कि उनके पार्टनर ने धीरे-धीरे उनकी पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ के अलग-अलग पहलुओं को कंट्रोल करना शुरू कर दिया था। रिश्ते में लगातार इमोशनल उतार-चढ़ाव के बारे में बात करते हुए उन्होंने कहा, 'बहुत से लोग नार्सिसिस्टिक एब्यूज के बारे में नहीं जानते हैं। एक दिन, वह रेमो होगा। मुझ पर प्यार और देखभाल की बारिश होगी और मैं शायद दुनिया का सबसे लकी इंसान महसूस करूंगी।' उन्होंने कहा, 'लेकिन अगले दिन वह अग्नियन होगा। यह उसका सबसे क्रूर रूप होगा और उसे आसपास क्या हो रहा है, इसकी बिल्कुल परवाह नहीं होगी।' अनुपमा ने आगे कहा था, 'अगले दिन यही व्यक्ति अंबी बन जाएगा। वह अपनी गलतियों के लिए मुझसे माफी मांगेगा और बच्चे की तरह रोएगा। वह वादा करेगा कि गलतियां दोबारा नहीं करेगा, लेकिन फिर प्यार का वही चक्र जारी रहेगा।' अनुपमा ने 2015 में फिल्मी करियर शुरू किया था-अनुपमा परमेश्वरन ने साल 2015 में मलयालम फिल्म 'प्रेमम' से एक्टिंग करियर की शुरुआत की।

बच्चा पढ़ता है, लेकिन याद नहीं रख पाता,परीक्षा में ब्लैंक हो जाता है, नंबर भी खराब आते हैं, उसकी मेमोरी कैसे बढ़ाएं

मुंबई। बच्चों के साथ अकसर यह समस्या आती हैं। पर उसको सही तरीके और गाइडेंस से इम्प्रूव कर सकतें हैं सवाल- मैं लखनऊ से हूं। मेरा 13 साल का बेटा पढ़ाई में मेहनती है, लेकिन उसकी सबसे बड़ी समस्या यह है कि पढ़ा हुआ लंबे समय तक याद नहीं रहता। परीक्षा के समय वह अक्सर ब्लैंक हो जाता है और कहता है, 'सब पढ़ा था, लेकिन याद नहीं आया।' हमें समझ नहीं आता कि समस्या उसकी याददाश्त में है, पढ़ने के तरीके में या परीक्षा के तनाव में। हम उसकी पढ़ाई और याद रखने की क्षमता कैसे बेहतर बना सकते हैं? विषय को समझेंगे एक्सपर्ट- रिद्धि दोषी पटेल, चाइल्ड एंड पेरेंटिंग साइकोलॉजिस्ट, मुंबई जी के साथ जवाब- सवाल पूछने के लिए शुक्रिया। सबसे पहले यह समझना जरूरी है कि हर बच्चा एक जैसा नहीं सीखता। कई बार माता-पिता मान लेते हैं कि बच्चा पढ़ा हुआ भूल जाता है, इसलिए उसकी याददाश्त कमजोर है। जबकि ज्यादातर मामलों में समस्या याददाश्त (मेमोरी) की नहीं, बल्कि इन चीजों की होती है-लर्निंग स्ट्रैटजी यानी सीखने का तरीका। अटेंशन यानी ध्यान। रिवीजन की कमी। एग्जाम एंग्जाइटी यानी परीक्षा का तनाव। 13 साल की उम्र में बच्चे का ब्रेन अभी भी तेजी से विकसित हो रहा होता है। अगर सही तरीके से पढ़ाई, पर्याप्त नींद, संतुलित पोषण और नियमित अभ्यास मिले, तो उसकी सीखने और याद रखने की क्षमता में काफी सुधार हो सकता है। बच्चे को पढ़ी हुई चीजें याद क्यों नहीं रहतीं? इसके पीछे कई कारण हो सकते हैं, रिवीजन फोकस न होना। पढ़ते हुए ध्यान भटकना। सिर्फ रटकर पढ़ना। परीक्षा का तनाव। ज्यादा स्क्रीन टाइम। न्यूट्रिशन की कमी। नींद पूरी न होना। समझने की बजाय रटने की कोशिश-कई बार बच्चे पढ़ाई के दौरान विषय को समझने की बजाय सिर्फ शब्दों को याद करने की कोशिश करते हैं। इसे 'रोट लर्निंग' यानी रटकर पढ़ना कहते हैं। ऐसी जानकारी कुछ समय के लिए तो याद रहती है, लेकिन जल्द ही भूल जाती है। इसके उलट, जब बच्चा किसी विषय का मतलब, कारण और उससे जुड़े उदाहरण समझकर पढ़ता है, तो वह जानकारी ब्रेन में लंबे समय तक रहती है और जरूरत पड़ने पर आसानी से याद भी आ जाती है। इसलिए अच्छी याददाश्त की शुरुआत समझकर पढ़ने-सीखने से होती है, सिर्फ रटने से नहीं। पढ़ी हुई चीजें भूल जाना हमेशा कमी या लापरवाही नहीं होती। कई बार बच्चे को पढ़ाई की सही तकनीक पता नहीं होती। टीचर का फोकस पढ़ाने की बजाय रटाने पर होता है। इसलिए बच्चा याद नहीं रख पाता। मेमोरी कैसे काम करती है? सबसे पहले ये समझना जरूरी है कि हमारी याददाश्त कैसे काम करती है। ब्रेन में किसी भी जानकारी को ग्रहण करने और याद करने की प्रक्रिया के तीन चरण होते हैं। आइए इसे विस्तार से समझते हैं- 1. इनकोडिंग (जानकारी को ग्रहण करना) इसका मतलब है कि बच्चा पढ़ते समय जानकारी को कितनी अच्छी तरह समझ रहा है। अगर पढ़ते समय उसका ध्यान ही नहीं है, तो जानकारी ब्रेन तक पहुंचेगी ही नहीं। 2. स्टोरेज (जानकारी को सुरक्षित रखना) बच्चे ने पढ़कर जो बात समझी, वह उसके ब्रेन में स्टोर होती है। यूं समझिए कि ब्रेन की हार्ड ड्राइव में सेव हो जाती है। 2. रिवीजन (जानकारी को बार-बार दोहराना) यहां एक महत्वपूर्ण बात की ओर ध्यान दिलाना जरूरी है। हमारा ब्रेन सिर्फ एक बार ग्रहण की गई जानकारी को सेव तो कर लेता है, लेकिन वो ब्रेन के मुख्य डेटा सेंटर में नहीं रखता। उसके लिए जरूरी है कि उसे बार-बार दोहराया जाए यानी रिवीजन किया जाए। हम जितनी बार रिवीजन करते हैं, जानकारी ब्रेन में उतनी ही मजबूत हो जाती है। इसीलिए तो कक्षा में बच्चे को पूरे साल रोज सिर्फ ए,बी,सी,डी ही लिखवाया जाता है। रोज एक ही चीज को रिवाइज करने से वो दिमाग में बैठ जाती है। इनमें से अगर किसी भी स्टेप में समस्या होगी तो बच्चा एग्जाम में ब्लैंक हो सकता है। पढ़ना, समझना, मेमोरी के 5 स्टेप्स, ब्रेन में सेव होना, बार-बार रिवीजन करना, सही समय पर याद आना। क्या यह मेमोरी की समस्या है? जरूरी नहीं है कि ऐसा हो। समस्या मेमोरी की है या एग्जाम स्ट्रेस की, इसे समझने के लिए पहले आपको कुछ बुनियादी सवाल पूछने होंगे। जैसेकि-क्या बच्चा पढ़ते समय ध्यान देता है? क्या उसे क्लास में पढ़ाया गया लेसन समझ में आता है? क्या वह बिना देखे दोबारा बता सकता है? क्या वह सिर्फ परीक्षा में भूलता है? क्या वह घर में भी रोजमर्रा की बातें भूलता है? क्या वह होमवर्क, बैग या डेली लाइफ की जरूरी चीजें भी बार-बार भूल जाता है?याद रखें: अगर बच्चे को बाकी बातें याद रहती हैं और वो सिर्फ परीक्षा में भूल रहा है, तो इसका कारण परीक्षा का तनाव या पढ़ने की तकनीक हो सकती है। याद रखने के 5 गोल्डन रूल-1. सिर्फ रटें नहीं, समझें-रटने की बजाय विषय को समझने की कोशिश करें। समझी हुई जानकारी ज्यादा समय तक याद रहती है। 2. किताब बंद करके खुद से जवाब याद करें-सिर्फ बार-बार पढ़ने की बजाय, बिना देखे खुद से याद करने की कोशिश करना। इसे 'एक्टिव रिकॉल' कहते हैं। 3. एक ही दिन सब पढ़ने की बजाय गैप लेना, रिवीजन करना-आज जो पढ़ा, उसे फिर अगले दिन, फिर 3, 7 और 15 दिन बाद दोहराना। इसे 'स्पेस्ड रिपीटीशन' कहते हैं। 4. जो सीखा, उसे किसी और को समझाएं-जब बच्चा किसी विषय को अपने शब्दों में समझा पाता है, तो वह जानकारी उसे लंबे समय तक याद रहती है। 5. अच्छी नींद और नियमित ब्रेक लें- नींद के दौरान ब्रेन दिन भर की सीखी हुई जानकारी को ब्रेन के लॉन्ग टर्म मेमोरी सेंटर में सेव करता है। इसलिए अच्छी, पूरी नींद बहुत जरूरी है। साथ ही लगातार घंटों पढ़ने की बजाय बीच-बीच में छोटे-छोटे ब्रेक लेना भी जरूरी है। याददाश्त बढ़ाने के कुछ आसान तरीके:- रोज थोड़ा रिवीजन करें। खुद समझकर पढ़ें। माइंड मैप बनाएं। स्क्रीन टाइम सीमित रखें। पुराने प्रश्न हल करें। पर्याप्त नींद लें। कहीं बच्चे को 'एग्जाम एंग्जाइटी' तो नहीं? कई बार ऐसा होता है कि बच्चे को सब आता है, लेकिन परीक्षा शुरू होते ही-दिल तेज धड़कने लगता है। हाथ-पैर ठंडे हो जाते हैं। दिमाग खाली लगने लगता है। इसे 'एग्जाम एंग्जाइटी' कहते हैं। स्ट्रेस बढ़ने पर शरीर में कॉर्टिसोल हॉर्मोन बढ़ता है। ज्यादा कॉर्टिसोल हमारे ब्रेन के दो जरूरी हिस्सों हिप्पोकैम्पस और प्रीफ्रंटल कॉर्टेक्स की कार्यक्षमता को प्रभावित करता है। ये दोनों वो हिस्से हैं, जो मेमोरी और डिसिजन मेकिंग के लिए जिम्मेदार हैं। 'एग्जाम एंग्जाइटी' कम करने के लिए पेरेंट्स क्या करें? नंबर नहीं, तैयारी पर ध्यान दें। नतीजे से ज्यादा बच्चे की मेहनत की तारीफ करें। तुलना करने से बचें। भाई-बहन या दूसरे बच्चों से तुलना तनाव बढ़ाती है। परीक्षा को 'जीवन का आखिरी मौका' न बनाएं। बच्चे को समझाएं कि एक परीक्षा उसका भविष्य तय नहीं करती। घर का माहौल शांत और सकारात्मक रखें। डांट-डपट या बार-बार पढ़ने का दबाव न बनाएं। मॉक टेस्ट और प्रैक्टिस करवाएं। इससे परीक्षा जैसा माहौल परिचित लगता है और घबराहट कम होती है। पर्याप्त नींद, अच्छी डाइट का ख्याल रखें। थकान और नींद से एंग्जाइटी बढ़ती है। परीक्षा वाले दिन दबाव न बनाएं। कहें- 'तुमने अच्छी तैयारी की है, अपना बेस्ट देना।' बच्चे की भावनाएं सुनें। अगर वह डर या घबराहट की बात करे, तो उसे नकारने की बजाय भरोसा दिलाएं। अच्छी मेमोरी के लिए जरूरी पोषक तत्व- याददाश्त केवल पढ़ाई पर नहीं, बल्कि पोषण पर भी निर्भर करती है, क्योंकि जरूरी पोषक तत्व-ब्रेन की कोशिकाओं को स्वस्थ और सक्रिय रखने में मदद करते हैं। नई जानकारी को सीखने और लंबे समय तक याद रखने में मदद करते हैं। फोकस और एकाग्रता बढ़ाने में मदद करते हैं। मस्तिष्क और नसों के बीच कम्युनिकेशन को बेहतर बनाते हैं। मानसिक थकान कम करने और सीखने की क्षमता बनाए रखने में मदद करते हैं। इनकी कमी से याददाश्त, सीखने की क्षमता और पढ़ाई में परफॉर्मेंस प्रभावित हो सकता है। अच्छी मेमोरी के लिए कौन-से न्यूट्रिएंट्स लेने जरूरी हैं, विटामिन बी12, कॉपर, ओमेगा-3, फैटी एसिड, आयरन, जिंक, विटामिन डी, फोलेट (विटामिन बी9) मैग्नीशियम, आयोडीन 1. ओमेगा-3 फैटी एसिड (अंडे) क्यों जरूरी: मस्तिष्क की कोशिकाओं के लिए महत्वपूर्ण। कैसे मिलेगा: मछली, अखरोट, अलसी के बीज। 2. आयरन-क्यों जरूरी: फोकस और सीखने की क्षमता के लिए जरूरी। कैसे मिलेगा: हरी पत्तेदार सब्जियां, दालें, बीन्स, गुड़, बाजरा। 3. विटामिन बी12-क्यों जरूरी: नर्वस सिस्टम, ब्रेन फंक्शन और मेमोरी के लिए जरूरी। कैसे मिलेगा: दूध, दही, पनीर, अंडा, मीट। 4. फोलेट (विटमिन बी9)-क्यों जरूरी: ब्रेन डेवलपमेंट और कोशिकाओं के काम में मददगार। कैसे मिलेगा: हरी पत्तेदार सब्जियां, चना, राजमा। 5. विटामिन डी -क्यों जरूरी: इसकी कमी का सीधा संबंध सीखने की क्षमता और मूड से है। कैसे मिलेगा: धूप, फोर्टिफाइड दूध, अंडा, सप्लीमेंट। 6. जिंक, कॉपर, मैग्नीशियम-क्यों जरूरी: ब्रेन और नर्वस सिस्टम के सामान्य कामकाज में मदद करते हैं। कैसे मिलेगा: कद्दू के बीज, दालें, मेवे, साबुत अनाज आदि। 7. आयोडीन-क्यों जरूरी: थायरॉइड हॉर्मोन के जरिए ब्रेन डेवलपमेंट के लिए जरूरी। कैसे मिलेगा: आयोडीन युक्त नमक, डेयरी, सी-फूड। याद रखें: कोई भी विटामिन या मिनरल सप्लीमेंट बिना डॉक्टर की सलाह के न दें। कमी का संदेह होने पर चिकित्सकीय जांच जरूरी है। अपनी तरफ से बच्चे को ऊपर दिए गए जरूरी विटामिन्स-मिनरल्स से भरपूर संतुलित खाना खिलाएं।

कब डॉक्टर या विशेषज्ञ से मिलना चाहिए? इन स्थितियों में चाइल्ड साइकोलॉजिस्ट, डेवलपमेंटल पीडियाट्रिशियन या जरूरत पड़ने पर न्यूरोलॉजिस्ट से मिलें। अगर बच्चा-रोजमर्रा की बातें भी भूलने लगे। पढ़ाई से जुड़े मामूली इंस्ट्रक्शन भी याद न रख पाए। बच्चे का ध्यान बहुत ज्यादा भटकता हो।

पढ़ने के बावजूद उसे कुछ समझ में न आए। स्कूल में बच्चे का परफॉर्मेंस लगातार गिरता जाए। बच्चे में चिंता, उदासी या व्यवहार में बदलाव दिखे। अंत में यही कहूंगी कि हर बच्चे का सीखने और याद रखने का तरीका अलग होता है।

अगर बच्चा मेहनत कर रहा है, लेकिन पढ़ा हुआ याद नहीं रह रहा, तो उसे डांटने या दूसरों से तुलना करने की बजाय उसकी पढ़ाई की तकनीक, दिनचर्या और मानसिक स्थिति पर ध्यान दें। सही अभ्यास, रेगुलर रिवीजन से याददाश्त और आत्मविश्वास, दोनों बेहतर हो सकते हैं।

रणदीप हुड्डा हुए 50 के, गरीबी में मेल सेक्स वर्कर बनने निकले,बाढ़ में उतरकर पीड़ितों को खाना बांटा, नेपाल जेल में बिकिनी किलर से मिल

मुंबई। बॉलीवुड के संजीदा एक्टर्स में शुमार रणदीप हुड्डा आज 50 साल के हो गए हैं। पर्दे पर अपनी दमदार एक्टिंग और सीरियस किरदारों से पहचान बनाने वाले रणदीप की असल जिंदगी का एक पहलू इंसानियत से भरा भी है। जब भी देश के किसी कोने में आपदा आई या लोग तकलीफ में दिखे, रणदीप ग्लैमरस दुनिया से दूर जमीनी स्तर पर मदद के लिए सबसे आगे खड़े नजर आए। हाल ही में असम में आई भीषण बाढ़ के दौरान भी रणदीप हुड्डा का यही मानवीय चेहरा देखने को मिला। जब बाढ़ के पानी ने असम के कई इलाकों को डुबा दिया, तो रणदीप सोशल मीडिया पर केवल दुख जताकर नहीं रुके। वे सीधे असम के शिवसागर जिले पहुंचे। यहां वे खुद पानी में उतरे और पीड़ितों को राहत सामग्री बांटी। रेलवे स्टेशन पर बनाए गए राहत कैंपों में रह रहे पीड़ित परिवारों के बीच पहुंचकर उन्होंने भोजन परोसा और लंगर की व्यवस्था संभाली। नासिक के सूखे में टैंकर लेकर पहुंचे थे-रणदीप हुड्डा का राहत कार्यों में जुटना हाल की घटना तक सीमित नहीं है। वे लंबे समय से संकट के समय जमीनी स्तर पर सेवा करते आए हैं। 2018 में जब केरल भीषण बाढ़ की चपेट में था और लाखों लोग बेघर हो गए थे, तब रणदीप सीधे केरल के बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों में पहुंचे थे। संस्था खालसा एड के साथ मिलकर उन्होंने राहत शिविरों में हजारों लोगों के लिए खाना पकाने से लेकर बांटने तक का काम किया था। बड़े-बड़े बर्तनों में खाना बनाते और बाढ़ पीड़ितों को भोजन परोसते हुए उनकी तस्वीरें भी सामने आईं।केरल के बाद साल 2019 में जब महाराष्ट्र का नासिक जिला भयंकर सूखे की चपेट में था, तब भी रणदीप राहत लेकर पहुंचे। नासिक के वेले गांव में स्थिति इतनी गंभीर थी कि पीने के पानी के कुएं पूरी तरह सूख चुके थे और ग्रामीण बूंद-बूंद पानी के लिए तरस रहे थे। रणदीप खुद उस गांव में पहुंचे, स्थिति का जायजा लिया और सूखे की मार झेल रहे ग्रामीणों के लिए रोज 25 से 30 पानी के टैंकरों का इंतजाम कराया। 2025 में पंजाब में आई बाढ़ के दौरान भी वे प्रभावित क्षेत्रों में पहुंचे और राहत सामग्री बांटी। वीकेंड पर करते हैं बीच की सफाई, यूएन ने बनाया ब्रांड एंबेसडर-रणदीप हुड्डा सिर्फ प्राकृतिक आपदाओं में ही नहीं, बल्कि पर्यावरण और वन्यजीवों की सुरक्षा के लिए भी सक्रिय रहे हैं। मुंबई के वर्सोवा बीच और मीठी नदी के सफाई अभियान में वे लगातार पर्यावरण कार्यकर्ता अफरोज शाह के साथ मिलकर खड़े रहे। वीकेंड्स पर जब अन्य बॉलीवुड सेलिब्रिटीज पार्टियों में व्यस्त रहते थे, तब रणदीप सुबह-सुबह वर्सोवा बीच पर ग्लव्स पहनकर कचरा और प्लास्टिक उठाते नजर आते थे। पर्यावरण के प्रति उनके इसी काम को देखते हुए संयुक्त राष्ट्र (यूएन) ने उन्हें 'जलीय प्रवासी प्रजातियों के संरक्षण' (सीएमएस) के लिए अपना ब्रांड एंबेसडर बनाया था। वे खुद बताते हैं कि उन्हें बचपन से ही जानवरों और प्रकृति से गहरा लगाव रहा है। उन्होंने कई घोड़ों को गोद ले रखा है और बाघ संरक्षण अभियानों में भी वे सक्रिय भूमिका निभाते हैं। इंसानियत और समाज सेवा का यह जज्बा रणदीप को उनके परिवार से विरासत में मिला है। उनके पिता डॉक्टर और मां आशा हुड्डा एक जानी-मानी सोशल वर्कर हैं। रणदीप का मानना है कि बचपन में मां को दूसरों की मदद करते देखकर ही उनके भीतर भी जरूरतमंदों के प्रति यह संवेदनशीलता पैदा हुई। खर्च निकालने के लिए मेल सेक्स वर्कर बनने निकले स्कूल की पढ़ाई पूरी करने के बाद उच्च शिक्षा के लिए रणदीप हुड्डा ऑस्ट्रेलिया के मेलबर्न चले गए। वहां उन्होंने मार्केटिंग में बैचलर्स की डिग्री ली और उसके बाद बिजनेस मैनेजमेंट व ह्यूमन रिसोर्स में मास्टर्स की पढ़ाई पूरी की। हालांकि, ऑस्ट्रेलिया में उनके दिन बहुत कठिनाइयों में बीते। जेब खर्च निकालने और अपनी पढ़ाई का खर्च उठाने के लिए उन्होंने वहां कई छोटे-मोटे काम किए। रणदीप ने ऑस्ट्रेलिया में रेस्टोरेंट में बर्तन धोए, वेटर का काम किया, कार वाशिंग सेंटर में गाड़ियां धोईं और देर रात तक टैक्सी भी चलाई। संघर्ष इतना बढ़ गया था कि एक वक्त पैसों की सख्त किल्लत के कारण उन्होंने जिगोलो (मेल सेक्स वर्कर) बनने के बारे में भी गंभीरता से सोचा था। मिड-डे को दिए एक इंटरव्यू में रणदीप ने खुलासा किया था कि उन्होंने जिगोलो बनने के लिए वहां कोशिश भी की थी। एक एजेंट ने उन्हें एक कपल को सर्विस देने के लिए कहा तो उन्होंने मना कर दिया। एयरलाइन कंपनी में नौकरी, थिएटर से मिला पहला ब्रेक ऑस्ट्रेलिया से पढ़ाई पूरी कर जब रणदीप भारत लौटे, तो उन्होंने मुंबई में एक एयरलाइन कंपनी में मार्केटिंग की नौकरी शुरू कर दी। नौकरी के साथ-साथ वे थिएटर और मॉडलिंग भी कर रहे थे। एक दिन रणदीप मुंबई में एक प्ले की रिहर्सल कर रहे थे, तभी मशहूर डायरेक्टर मीरा नायर की नजर उन पर पड़ी। मीरा नायर उनके अभिनय और पर्सनालिटी से काफी प्रभावित हुईं। मीरा नायर ने रणदीप को अपनी आने वाली फिल्म 'मानसून वेडिंग' (2001) के ऑडिशन के लिए बुलाया। ऑडिशन में रणदीप का काम पसंद आया और उन्हें एनआरआई रिश्तेदार राहुल चड्ढा के किरदार में कास्ट कर लिया गया। इस तरह साल 2001 में रणदीप हुड्डा ने बॉलीवुड में अपना पहला कदम रखा। 35 हजार रुपए का कॉन्ट्रैक्ट किया, 4 साल तक काम नहीं मिला 'मानसून वेडिंग' के बाद रणदीप को उम्मीद थी कि उन्हें बॉलीवुड में काम मिलने लगेगा, लेकिन उनके करियर में एक बड़ा अड़ंगा आ गया। उस दौरान मशहूर डायरेक्टर रामगोपाल वर्मा ने रणदीप का एक नाटक देखा और उनसे प्रभावित होकर उन्हें अपनी गैंगस्टर फिल्म के लिए साइन कर लिया। रामगोपाल वर्मा ने रणदीप के साथ 35,000 रुपए महीने का एक एक्सक्लूसिव कॉन्ट्रैक्ट साइन कराया। शर्त यह थी कि जब तक रामगोपाल वर्मा की फिल्म पूरी नहीं हो जाती, रणदीप किसी दूसरे बैनर की फिल्म में काम नहीं कर सकते। लेकिन स्क्रिप्टिंग और प्रोडक्शन की वजह से वह फिल्म टलती गई। यह इंतजार एक-दो महीने नहीं, बल्कि पूरे चार साल लंबा चला। इस कॉन्ट्रैक्ट के कारण रणदीप के हाथ से कई बड़ी फिल्में निकल गईं। आखिरकार 2005 में जाकर रामगोपाल वर्मा ने फिल्म 'डी' बनाई। फिल्म बॉक्स ऑफिस पर फ्लॉप साबित हुई। रणदीप का 4 साल का कीमती वक्त और करियर का शुरुआती फ्लो इस वजह से पूरी तरह प्रभावित हुआ। इसके बाद उन्होंने 'डरना जरूरी है' और 'रू-ब-रू' जैसी फिल्मों में काम किया, लेकिन ये फिल्में भी असफल रहीं। 'वन्स अपॉन अ टाइम इन मुंबई' से बदला करियर का ग्राफ लगातार असफलताओं के बाद साल 2010 में मिलन लुथरिया की फिल्म 'वन्स अपॉन अ टाइम इन मुंबई' रणदीप के करियर में टर्निंग प्वाइंट साबित हुई। फिल्म में उन्होंने एसीपी विल्सन का ईमानदार किरदार निभाया था। अजय देवगन और इमरान हाशमी जैसे बड़े स्टार्स की मौजूदगी के बावजूद रणदीप ने अपनी दमदार एक्टिंग से आलोचकों और दर्शकों का ध्यान अपनी ओर खींचा। इस फिल्म की सफलता के बाद इंडस्ट्री ने रणदीप की अदाकारी को गंभीरता से लेना शुरू किया और उनके पास मुख्य किरदारों के ऑफर्स आने लगे। इसके बाद उन्होंने 'साहब बीवी और गैंगस्टर', 'जन्नत 2' और 'जिस्म 2' जैसी फल्मिों में अपनी अदाकारी का प्रदर्शन किया। 'हाईवे' के लिए धूप में सनबर्न कराया, वोदका पीकर किरदार में ढले रणदीप हुड्डा को बॉलीवुड का एक ऐसा मेथड एक्टर माना जाता है जो किरदार में ढलने के लिए किसी भी हद तक जा सकते हैं। साल 2014 में आई इम्तियाज अली की फिल्म 'हाईवे' में रणदीप ने महावीर भाटी नाम के एक एरोगेंट किडनैपर का किरदार निभाया था। इस किरदार की तैयारी के लिए रणदीप ने बेहद अजीब और कठिन तरीके अपनाए। फिल्म में उनका लुक काफी थका हुआ, उबड़-खाबड़ और सनबर्न से झुलसा हुआ दिखना था। इसलिए रणदीप सेट पर कोई मेकअप नहीं लेते थे, बल्कि घंटों तेज धूप में सीधे लेट जाते थे ताकि उनकी स्किन कुदरती रूप से झुलस जाए और सनबर्न हो जाए। इसके बावजूद अगर किसी दिन वे फ्रेश या साफ-सुथरे दिखते, तो किरदार के चेहरे पर वह थकान लाने के लिए वे वोदका की पूरी बोतल पी लेते थे। काठमांडू जेल में 'बिकिनी किलर' से 10 मिनट की मुलाकात साल 2015 में आई फिल्म 'मैं और चार्ल्स' में रणदीप ने दुनिया के सबसे शातिर क्रिमिनल और 'बिकिनी किलर' के नाम से मशहूर चार्ल्स शोभराज का किरदार निभाया था। इस किरदार की बारीकियों, बॉडी लैंग्वेज और बात करने के लहजे को समझने के लिए रणदीप सिर्फ किताबों या डाक्यूमेंट्रीज पर निर्भर नहीं रहे। उन्होंने फिल्म के डायरेक्टर पी. रमन से जिद की कि वे उन्हें असली चार्ल्स शोभराज से मिलाएं। उस वक्त चार्ल्स शोभराज नेपाल की काठमांडू जेल में बंद था। काफी कोशिशों और कानूनी प्रक्रियाओं के बाद रणदीप को काठमांडू की सेंट्रल जेल में चार्ल्स शोभराज से मिलने की इजाजत मिली। रणदीप जब जेल पहुंचे, तो चार्ल्स उनसे करीब 7 फीट की दूरी पर खड़ा था। ई-टाइम्स को दिए अपने इंटरव्यू में रणदीप ने बताया था कि शुरुआत में चार्ल्स ने उन्हें नहीं पहचाना। फिर रणदीप ने उन्हें अपने और फिल्म के बारे में बताया। चार्ल्स ने रणदीप से पूछा कि उन्होंने किरदार की तैयारी कहां से की, जिस पर रणदीप ने कहा कि इंटरनेट पर उपलब्ध उनके पुराने वीडियोज से। इसके बाद चार्ल्स शोभराज ने फिल्म के पोस्टर पर रणदीप को अपना ऑटोग्राफ भी दिया था। 3 साल तक दाढ़ी-बाल नहीं काटे, फिल्म बंद होने पर गुरुद्वारे में मांगी माफी रणदीप हुड्डा के करियर का सबसे दर्दनाक और इमोशनल किस्सा उनकी फिल्म 'बैटल ऑफ सारागढ़ी' से जुड़ा है। यह फिल्म रणदीप का ड्रीम प्रोजेक्ट थी, जिसमें वे हवलदार ईशर सिंह का किरदार निभा रहे थे। सिख इतिहास और इस महान योद्धा के किरदार के प्रति सम्मान जताने के लिए रणदीप ने अमृतसर के स्वर्ण मंदिर में जाकर शपथ ली थी कि जब तक यह फिल्म पूरी होकर रिलीज नहीं हो जाती, वे अपने सिर के बाल और दाढ़ी नहीं कटवाएंगे। डायरेक्टर राजकुमार संतोषी के निर्देशन में फिल्म की शूटिंग शुरू हुई और कुछ हिस्सा शूट भी कर लिया गया। रणदीप ने 3 साल तक कोई दूसरी फिल्म साइन नहीं की और अपने केस (बाल) बढ़ाए रखे। लेकिन प्रोडक्शन और बजट की दिक्कतों की वजह से फिल्म की शूटिंग अटक गई। इसी दौरान अक्षय कुमार की इसी विषय पर बनी फिल्म 'केसरी' का ऐलान हो गया और वह रिलीज भी हो गई। इसके बाद 'बैटल ऑफ सारागढ़ी' हमेशा के लिए डिब्बा बंद हो गई।

रणदीप के लिए 3 साल का लंबा इंतजार, मेहनत और इमोशनल जुड़ाव सब बेकार हो गया था। जब आखिरकार उन्हें अपने बाल कटवाने पड़े, तो वे गुरुद्वारे गए।

वहां उन्होंने सिख परंपरा के मुताबिक कसम पूरी न कर पाने के लिए ईश्वर से माफी मांगी और फिर अपने बाल कटवाए। सुष्मिता सेन से रिश्ता टूटने को बताया टर्निंग पॉइंट रणदीप हुड्डा की पर्सनल और लव लाइफ भी काफी उतार-चढ़ाव भरी रही है।

साल 2006 में आई फिल्म 'कर्मा और होली' के सेट पर उनकी मुलाकात बॉलीवुड एक्ट्रेस और पूर्व मिस यूनिवर्स सुष्मिता सेन से हुई थी। शूटिंग के दौरान दोनों के बीच नजदीकियां बढ़ीं और उन्होंने करीब 3 साल तक एक-दूसरे को डेट किया।

सुष्मिता सेन के साथ ब्रेकअप के बाद रणदीप काफी अकेले पड़ गए थे। हालांकि, बाद में रणदीप ने कई इंटरव्यूज में माना कि सुष्मिता के साथ हुआ ब्रेकअप उनकी जिंदगी का सबसे बड़ा टर्निंग प्वाइंट साबित हुआ। उन्होंने कहा कि ब्रेकअप के बाद वे अपने काम और एक्टिंग करियर को लेकर ज्यादा सीरियस हो गए और अपना पूरा ध्यान फिल्मों पर लगा दिया। सुष्मिता के अलावा रणदीप का नाम एक्ट्रेस नीतू चंद्रा के साथ भी लंबे वक्त तक जुड़ा। 'मर्डर 3' की शूटिंग के दौरान अदिति राव हैदरी के साथ भी उनके लिंकअप की खबरें आईं, हालांकि रणदीप ने इन बातों पर कभी खुलकर कोई कमेंट नहीं किया।

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।