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

आधुनिक समाचार

आधुनिक भारत का आधुनिक नजरिया

प्रयागराज से प्रकाशित हिन्दी दैनिक

वर्ष -12 अंक - 127 | प्रयागराज, सोमवार 03 अगस्त, 2026 | पृष्ठ- 8 | मूल्य : 3.00 रूपये

कतर के एलएनजी टैंकर पर होर्मुज में हमला,इंजन खराब, समुद्र में फंसा, ईरान का कुवैत पर ड्रोन अटैक, सरकारी इमारत बर्बाद

वॉशिंगटन डीसी/ तेहरान/तेल अवीव। होर्मुज स्ट्रेट से गुजर रहे कतर के एलएनजी (लिक्विफाइट नैचुरल गैस) से भरे एक टैंकर पर शनिवार को हमला हुआ। ब्लूमबर्ग के मुताबिक, सुरक्षा एजेंसियों ने जहाज की पहचान 'गैसलॉग शंघाई' के रूप में की है। बताया गया कि टैंकर किसी मिसाइल या ड्रोन की चपेट में आ गया। इससे पहले ब्रिटेन की एक एजेंसी ने बताया था कि ओमान तट के पास एक टैंकर पर हमला हुआ। इससे उसके इंजन रूम को नुकसान पहुंचा और वह आगे नहीं बढ़ पाया। घटना में किसी के हताहत होने की खबर नहीं है। उधर, ईरान ने शनिवार को कुवैत पर ड्रोन हमले किए। इन हमलों में एक सरकारी इमारत और एक नागरिक संपत्ति को नुकसान पहुंचा। कुवैत की सेना ने बताया कि हमले के बाद उसका एयर डिफेंस सिस्टम तुरंत सक्रिय हो गया और देश की सीमा में घुसे कई ईरानी ड्रोन मार गिराए गए। 1. जयशंकर की ईरानी विदेश मंत्री से बातः विदेश मंत्री जयशंकर ने ईरान के विदेश मंत्री अब्बास अराघची से फोन पर बात की। उन्होंने कहा कि किसी भी हाल में कारोबारी जहाजों और उन पर काम

करने वाले नाविकों को निशाना नहीं बनाया जाना चाहिए। 2. ईरान जंग में 16 भारतीयों की मौतः इस साल पश्चिम एशिया में संघर्ष शुरू होने के बाद अब तक 16 भारतीय नागरिकों की मौत हो चुकी है। इनमें 10 नाविक शामिल हैं। सरकार ने संसद में इसकी जानकारी दी। 3. पेंटागन ने मांगे 18.2 अरब डॉलरः अमेरिका के रक्षा विभाग (पेंटागन) ने ईरान युद्ध के दौरान इस्तेमाल की गई मिसाइलों का भंडार फिर से भरने के लिए 18.2 अरब डॉलर (करीब 1.59 लाख करोड़ रुपए) की आपात फंडिंग मांगी है। 4. आईआरजीसी सदस्यों के शव ईरान पहुंचेः ईरानी मीडिया के मुताबिक, इराक में हाल के अमेरिकी और सऊदी हमलों में मारे गए आईआरजीसी के पांच सदस्यों के शव शुक्रवार को ईरान लाए गए। अमेरिका इजराइल के बेन गुरियन एयरपोर्ट पर 40 रीफ्यूलिंग प्लेन तैनात करेगा-इजराइली मीडिया का कहना है कि अमेरिका के 10 और ईंधन भरने वाले विमान बेन गुरियन पहुंच रहे हैं, जिससे इनकी कुल संख्या 40 हो जाएगी। रिपोर्ट- अमेरिकी जनरल की पेंटागन को चेतावनी- इजराइल को बचाने नेवल फोर्स नाकाफी-अमेरिकी जनरल ने पेंटागन को चेतावनी दी कि उनके पास ईरान के हमलों से इज़राइल को बचाने के लिए पर्याप्त नेवल फोर्स नहीं हैं। वाशिंगटन को जल्द ही मिसाइल रक्षा संसाधनों के बारे में कड़े फैसले लेने पड़ सकते हैं, क्योंकि ईरान के साथ चल रहे संघर्ष के कारण अमेरिकी सैन्य भंडार पर भारी दबाव पड़ रहा है। यह जानकारी 'द वाशिंगटन पोस्ट' ने दी है। अखबार के अनुसार, अमेरिकी यूरोपीय कमान के प्रमुख जनरल एलेक्सस ग्रिनकेविच ने यह चेतावनी जारी की थी। इजराइली सेना बोली- 'अली अल-ताहेर रिज'में हिज्बुल्लाह के कई सदस्य मारे-इजराइली सेना ने शनिवार को कहा कि उसने दक्षिणी लेबनान में रणनीतिक 'अली अल-ताहेर रिज' पर रात भर चले ऑपरेशन में हिज्बुल्लाह के कई सदस्यों को मार गिराया। यह पहाड़ी इलाका इजराइली सीमा से लगभग छह मील दूर है। यूएस डिपार्टमेंट ऑफ स्टेट की अमेरिकियों को मिडिल ईस्ट छोड़ने की सलाह-यूएस डिपार्टमेंट ऑफ स्टेट ने अमेरिकी नागरिकों को सलाह दी है कि अगर सिक्योरिटी की स्थिति बिगड़ती है तो वे मिडिल ईस्ट छोड़ने पर विचार करें या वहां से जाने के लिए तैयार रहें।

जेलेंस्की ने अमेरिका और यूरोपीय देश से पैट्रियट मिसाइलें मांगी, बोले- यूक्रेन भेजिए, गोदाम में नहीं

कीव। रूस के ताजा मिसाइल और ड्रोन हमलों के बाद यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदिमिर जेलेंस्की ने अमेरिका और यूरोपीय देशों से तुरंत पैट्रियट एयर डिफेंस सिस्टम के इंटरसेप्टर मिसाइल भेजने की अपील की है। उन्होंने कहा कि ये मिसाइलें लोगों की जान बचाने के लिए हैं, इसलिए इन्हें गोदामों में रखने के बजाय यूक्रेन भेजा जाना चाहिए। रूस ने शनिवार रात कीव समेत कई शहरों पर बड़े पैमाने पर हमला किया था। यूक्रेनी अधिकारियों के मुताबिक हमले में 9 लोगों की मौत हुई, जबकि करीब 40 लोग घायल हुए हैं।जेलेंस्की बोले- पैट्रियट नहीं, इसलिए सिर्फ एक मिसाइल रोक पाए-जेलेंस्की ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर कहा कि रूस ने रातभर में 35 मिसाइलें, जिनमें 27 बैलिस्टिक मिसाइलें थीं, और करीब 185-190 ड्रोन दागे। इनमें से यूक्रेन केवल एक बैलिस्टिक मिसाइल को ही रोक सका, क्योंकि पैट्रियट सिस्टम के लिए इंटरसेप्टर मिसाइलों का भंडार लगभग खत्म हो चुका है। उन्होंने कहा, 'अमेरिका और यूरोप जानते हैं कि हमें क्या चाहिए। अब केवल राजनीतिक फैसला लेने की जरूरत है। बैलिस्टिक रोधी मिसाइलें लोगों

की रक्षा करें, गोदामों में न पड़ी रहें। हर दिन की देरी रूस को हमारे लोगों की जान लेने का एक और मौका देती है।' जेलेंस्की बोले- रूस नई रणनीति अपना रहा, नए प्रतिबंध लगाएं-जेलेंस्की ने दावा किया कि रूस अब जेट इंजन से लैस शाहेद ड्रोन का अधिक इस्तेमाल कर रहा है और युद्ध लंबा खिंचने का फायदा उठाकर नई हमलावर रणनीतियां विकसित कर रहा है। उन्होंने अमेरिका और यूरोपीय सहयोगियों से रूस के मिसाइल, लॉन्चर और हथियार उद्योग से जुड़े लोगों और कंपनियों पर नए प्रतिबंध लगाने की भी अपील की। साथ ही कहा कि रूस के तेल शोधन और ईंधन क्षेत्र को मिलने वाली मदद रोकना भी जरूरी है, ताकि उसकी युद्ध क्षमता कमजोर हो सके। रूस बोला- सैन्य ठिकानों को बनाया निशाना-रूसी रक्षा मंत्रालय ने दावा किया कि हमले में कीव स्थित यूक्रेन के सैन्य-औद्योगिक प्रतिष्ठानों और लॉजिस्टिक्स केंद्रों को निशाना बनाया गया। वहीं यूक्रेन का कहना है कि हमले में रिहायशी इलाके और नागरिक भी प्रभावित हुए। जेलेंस्की ने रक्षा मंत्री रुस्तम उमेरोव और अन्य वरिष्ठ अधिकारियों के साथ अमेरिका के साथ होने वाली आगामी कूटनीतिक बातचीत की भी समीक्षा की। उन्होंने कहा कि उन्हें उम्मीद है कि आने वाले दिनों में यूक्रेन को हथियारों और वायु रक्षा प्रणाली को लेकर सहयोगी देशों से ठोस समर्थन मिलेगा। पैट्रियट मिसाइल सिस्टम क्या है- पैट्रियट अमेरिका का अत्याधुनिक एयर डिफेंस सिस्टम है, जिसे दुश्मन की बैलिस्टिक मिसाइल, क्रूज मिसाइल और लड़ाकू विमानों को हवा में ही मार गिराने के लिए बनाया गया है। इसकी सबसे बड़ी ताकत यह है कि यह बेहद कम समय में आने वाली बैलिस्टिक मिसाइलों को भी इंटरसेप्ट कर सकता है। इसी वजह से रूस के लगातार बढ़ते मिसाइल हमलों के बीच यह यूक्रेन की सबसे अहम सुरक्षा ढाल माना जाता है। पैट्रियट सिस्टम में लॉन्चर, रडार, कमांड सेंटर और इंटरसेप्टर मिसाइलें शामिल होती हैं। रडार पहले लक्ष्य की पहचान करता है, फिर कमांड सेंटर खतरे का आकलन कर इंटरसेप्टर मिसाइल दागता है, जो हवा में ही दुश्मन की मिसाइल को नष्ट कर देती है।

पीओके में दूसरे चरण की वोटिंग शुरू; पीपुल्स पार्टी ने धांधली के आरोप लगाए

इस्लामाबाद। पाकिस्तान अधिकृत कश्मीर (पीओके) में

रविवार को विधानसभा चुनाव के दूसरे चरण के लिए मतदान शुरू हो गया। इस चरण में मुजफ्फराबाद डिवीजन की 9 सीटों और कश्मीरी शरणार्थियों के लिए आरक्षित 12 सीटों समेत 21 सीटों पर वोट डाले जा रहे हैं। इन सीटों पर 208 उम्मीदवार मैदान में हैं और 12 लाख से ज्यादा मतदाता मतदान करेंगे। मतदान के बीच पाकिस्तान पीपुल्स पार्टी (पीपीपी) ने चुनाव में धांधली के आरोप लगाए हैं। पार्टी अध्यक्ष बिलावल भुट्टो जरदारी ने कहा कि अगर पहले चरण की शिकायतों पर चुनाव आयोग कार्रवाई करता, तो दूसरे चरण के चुनाव की विश्वसनीयता बढ़ती। पीपीपी का आरोप है कि एलए-34 में उसके पोलिंग एजेंटों को मतदान केंद्रों में नहीं जाने दिया गया। वहीं एलए-27, एलए-28 और एलए-30 में मतदान कर्मियों के देर से पहुंचने से वोटिंग प्रभावित हुई। एलए-31 में सड़क बंद होने से 50 से ज्यादा वाहनों के फंसने का भी दावा किया गया है। पार्टी ने बैलेट बॉक्स में फर्जी वोट डालने और पोलिंग एजेंटों को बाहर रखने की शिकायत भी चुनाव आयोग से की है। दो महीने से जारी है विरोध प्रदर्शन-चुनाव ऐसे समय हो रहे हैं, जब पीओके में पिछले करीब दो महीने से विरोध प्रदर्शन जारी हैं। जॉइंट अवामी एक्शन कमेटी (जेएएसी) ने चुनाव का बहिष्कार किया है। संगठन 12 आरक्षित सीटें खत्म करने, राजनीतिक अधिकार बढ़ाने और आर्थिक सुधारों की मांग कर रहा है। हाल के प्रदर्शनों में हिंसा के बाद दो सीटों पर मतदान टालना भी पड़ा। मतदान को देखते हुए पुलिस, रेंजर्स और पाकिस्तानी सेना की भारी तैनाती की गई है। मुजफ्फराबाद समेत कई इलाकों में झड़पों के बाद सड़कों पर पत्थर, जले हुए वाहन और कड़ी सुरक्षा देखी गई।

ग्रीस में आग बुझाने गए 2 हेलिकॉप्टर हवा में टकराए, 2-2 लोग सवार थे

एथेंस। ग्रीस की राजधानी एथेंस के पास जंगल की आग

बुझाने के दौरान रविवार को 2 फायरफाइटिंग हेलिकॉप्टर हवा में टकरा गए। हादसा पोर्टो जर्मेनो इलाके में हुआ। टक्कर के बाद एक हेलिकॉप्टर जमीन पर गिर गया। फायर विभाग के मुताबिक, दोनों हेलिकॉप्टरों में 2-2 लोग सवार थे। उनकी तलाश के लिए रेस्क्यू ऑपरेशन चलाया जा रहा है। अभी तक उनके बारे में कोई आधिकारिक जानकारी नहीं दी गई है। ग्रीस में तेज हवाओं के कारण जंगल की आग तेजी से फैल रही है। एथेंस के आसपास कई इलाकों में आग पहुंचने के बाद लोगों को सुरक्षित जगहों पर भेजा गया है। तेज हवा के चलते हेलिकॉप्टरों को समुद्र से पानी भरने में भी दिक्कत आ रही है।

अगस्त में 5 बदलाव- कॉमर्शियल सिलेंडर रु200 पए सस्ता,तत्काल टिकट के लिए नया टोकन सिस्टम- सी केवाईसी 2.0 का नया अपग्रेडेड सिस्टम भी लागू

नयी दिल्ली। 1 अगस्त 2026 से कॉमर्शियल सिलेंडर औसतम 200 रुपए तक सस्ता हो गया है। वहीं तत्काल ट्रेन बुकिंग नियम और सी केवाईसी के नियम बदल गए हैं। इसके अलावा 3 से 5 अगस्त को होने वाली आरबीआई की मीटिंग में नई ब्याज दरों पर फैसले लिया जाएगा जिसका आपकी ईएमआई पर असर पड़ सकता है। अगस्त में होने जा रहे 5 बड़े बदलावः- 1. कॉमर्शियल गैस सिलेंडर ओसतन 180 रुपए सस्ता- बदलावः तेल कंपनियों ने कॉमर्शियल गैस सिलेंडर औसतन रु180 रुपए तक सस्ता कर दिया है। दिल्ली में इसकी कीमत रु2930 हो गई है। पहले ये रु3113.50 में मिल रहा था। असरः कॉमर्शियल सिलेंडर के दाम घटने से रेस्टोरेंट मालिकों का खर्च घटेगा। ऐसे में वे चाय, नाश्ते और थाली सस्ते कर सकते हैं। शादियों की कैटरिंग भी सस्ती हो सकती है। 14 किलो वाले घरेलू सिलेंडर के दाम में कोई बदलाव नहीं। 2. रेलवेः तत्काल टिकट के लिए नया टोकन सिस्टम-बदलावः 1 अगस्त से रेलवे पीआरएस रिज़र्वेशन काउंटरों पर भीड़ कम करने के लिए टोकन-बेस्ड सिस्टम लागू कर रहा है। काउंटरों से तत्काल टिकट लेने से पहले यात्रियों को टोकन लेना होगा। असरः इस नई व्यवस्था से काउंटरों पर यात्रियों का वेटिंग टाइम कम होगा। नए रिवाइज्ड प्रोसेस के तहत यात्री काउंटर से अपना टोकन कलेक्ट कर सकते हैं। टोकन मिलने के बाद वे अपने दिए गए अलॉटेड समय पर आकर आसानी से अपनी बुकिंग पूरी कर सकते हैं। 3. आरबीआई मॉनेटरी पॉलिसीः लोन ईएमआई और एफडी दरों पर असर-बदलावः रिजर्व बैंक की मॉनेटरी पॉलिसी कमेटी (एमपीसी) की बैठक 3 अगस्त से 5 अगस्त तक आयोजित होगी। इसके फैसलों का ऐलान 5 अगस्त को किया जाएगा। असरः ब्याज दरों में बदलाव की उम्मीद कम है, लेकिन अगर इसमें कोई भी बदवाल होता है तो आने वाले हफ्तों में आपके लोन की ईएमआई, एफडी रिटर्न्स और लोन पर असर होगा। 4. सी केवाईसी 2.0ः हर नई जगह कागजात जमा करने की जरूरत नहीं-बदलावः सेंट्रल नो योर कस्टमर यानी सी केवाईसी 2.0 का नया अपग्रेडेड सिस्टम रोलआउट हो रहा है। इसका सीधा सा मतलब यह है कि अगर आप बैंक खाता खोलते हैं, बीमा लेते हैं या म्यूचुअल फंड/शेयर बाज़ार में निवेश करते हैं, तो आपकी मंज़ूरी से ये सभी कंपनियां एक ही सरकारी डेटाबेस से आपकी केवाईसी की जानकारी ले लेंगी। पुराने सिस्टम में जो कमियां और गड़बड़ियां थीं, उन्हें ठीक कर डेटा को और सुरक्षित व सटीक बनाया गया है। असरः डेटा सिक्योरिटी मजबूत होगी, फ्रॉड पर लगाम लगेगी। अब आपको हर नई जगह पर बार-बार अपने कागज़ात (आईडी और एड्रेस प्रूफ) जमा करने की झंझट नहीं झेलनी पड़ेगी। 5. क्रेडिट कार्ड और बैंकिंगः बिलिंग में पारदर्शिता-बदलावः आरबीआई ने क्रेडिट कार्ड के नियमों को अपडेट किया है ताकि बिलिंग में पारदर्शिता बढ़ाई जा सके। इसके अनुसार, यदि कोई ग्राहक क्रेडिट कार्ड का पूरा बिल नहीं भर पाता है, तो बाकी बचे बकाया पैसों पर ब्याज लगाते समय सुविधा शुल्क, पेनल्टी और टैक्स को उसमें शामिल नहीं किया जाएगा।

असरः इस बदलाव से उन ग्राहकों को राहत मिलेगी जो पूरा बिल चुकाने के बजाय बकाया राशि को अगले महीने के लिए आगे बढ़ाते हैं, क्योंकि उनके लिए ब्याज का खर्च कम हो जाएगा। साथ ही, हिडन चार्ज और मनमानी पेनल्टी पर रोक लगने से बिलिंग सिस्टम अधिक पारदर्शी बनेगा।

भारत बोला- पहले आतंक का खेप खत्म करे पाकिस्तान, तभी सिंधु जल संधि पर बात होगी

इस्लामाबाद। अमेरिका में भारत के राजदूत विनय मोहन

क्वात्रा ने सिंधु जल संधि पर पाकिस्तान पर हमला बोला है। क्वात्रा ने कहा कि सिंधु जल संधि 'सद्भावना और मित्रता' की भावना से हुई थी, लेकिन पाकिस्तान ने पिछले 50 वर्षों में इसी भरोसे को खत्म कर दिया। उन्होंने कहा, 'अगर पाकिस्तान भारत से किसी भी मुद्दे पर सहयोग चाहता है, तो सबसे पहले उसे अपने यहां मौजूद आतंकवाद का ढांचा खत्म करना होगा।' क्वात्रा ने कहा कि भारत ने हमेशा संधि का सम्मान किया, लेकिन पाकिस्तान ने 1965, 1971 और 1999 की जंग, संसद हमला, 26/11 मुंबई, उरी, पठानकोट, पुलवामा और पहलगाम जैसे आतंकी हमलों से रिश्तों को लगातार नुकसान पहुंचाया। उन्होंने आरोप लगाया कि पाकिस्तान ने भारत की जलविद्युत परियोजनाओं में भी अड़चनें डालीं और संधि में बदलाव की हर कोशिश का विरोध किया। क्वात्रा ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के बयान का हवाला देते हुए कहा, 'आतंक और बातचीत साथ-साथ नहीं चल सकते... आतंक और व्यापार साथ-साथ नहीं चल सकते... और पानी और खून एक साथ नहीं बह सकते।' उन्होंने यह भी कहा कि पाकिस्तान को भारत पर आरोप लगाने के बजाय अपनी जल प्रबंधन व्यवस्था सुधारने पर ध्यान देना चाहिए।

दिल्ली कोर्ट के 3 साल बाद फैसले में बृजभूषण सिंह महिला पहलवान यौन शोषण केस में बरी, पूर्व सांसद बोले- होइहि सोइ जो राम रचि राखा

गोंडा। दिल्ली के राउज एवेन्यू कोर्ट ने सोमवार को महिला पहलवानों से जुड़े यौन शोषण मामले में भाजपा नेता बृजभूषण शरण सिंह को बरी कर दिया। सुनवाई के दौरान कैसरगंज के पूर्व सांसद बृजभूषण शरण सिंह और भारतीय कुश्ती संघ (डब्लू एफआई) के पूर्व सचिव विनोद तोमर कोर्ट में मौजूद रहे।2 जुलाई 2026 को दोनों पक्षों की दलीलें पूरी होने के बाद कोर्ट ने फैसला सुरक्षित रख लिया था। मामला जनवरी 2023 में सामने आया था। तब से लेकर अब तक कुल 1133 दिनों में 127 सुनवाई हुईं। फैसला एडिशनल चीफ ज्यूडिशियल मजिस्ट्रेट अश्वनी पंवार ने सुनाया। बृजभूषण 20 जुलाई 2023 से नियामित जमानत पर थे। 10 मई 2024 को अदालत ने दिल्ली पुलिस की चार्जशीट के आधार पर आरोप तय किए थे, जिसके बाद ट्रायल शुरू हुआ था। फैसले के बाद बृजभूषण का पहला बयान भी सामने आया। उन्होंने कहा-'जज ने ये कहा कि बृजभूषण और विनोद तोमर आप लोगों को

बाइज्जत बरी किया जाता है। मैंने पहले कहा था कि अगर कोई आरोप साबित हो जाएगा तो मैं फांसी पर लटक जाऊंगा। मेरे लिए खुशी का दिन है। कोर्ट की कॉपी मिलने के बाद आगे कहूंगा।' नाबालिग पहलवान ने वापस ले लिए थे आरोप- दरअसल, मई 2023 में सुप्रीम कोर्ट के दखल के बाद पुलिस ने बीजेपी के पूर्व सांसद बृजभूषण के खिलाफ एफआईआर दर्ज की थी। 6 खिलाड़ियों ने शिकायत दर्ज कराई थी। एक नाबालिग पहलवान ने बाद में अपनी शिकायत वापस ले ली और बयान बदल दिया था। आरोप तय करने पर सुनवाई के दौरान बृजभूषण सिंह ने कहा था कि मामला 'झूठा और प्रेरित' है। बृजभूषण बोले- होइहि सोइ जो राम रचि राखा-फैसले के बाद पूर्व सांसद जब अपने आवास पहुंचे, तो समर्थकों ने उन पर फूल बरसाए। अबीर-गुलाल लगाकर उनका स्वागत किया। रिपोर्टर ने पूछा कि कितनी बड़ी खुशी का क्षण है आपके लिए? इस पर बृजभूषण बोले- होइहि सोइ जो राम रचि राखा। बेटे करण भूषण ने फेसबुक पर पोस्ट किया। लिखा- साजिश हुई नाकाम, सत्य की हुई जीत। पिताजी बाइज्जत बरी हुए। सत्यमेव जयते! वहीं, डब्लू एफआई के अध्यक्ष संजय कुमार सिंह ने कहा- 'बृजभूषण पर झूठे आरोप लगाए गए थे। आज उन्हें सम्मानपूर्वक बरी कर दिया है। इससे पूरे कुश्ती जगत में खुशी का माहौल है।'

नेपाल के मशहूर पर्वतारोही निर्मल पुर्जा की पाकिस्तान में हिमस्खलन के चलते गई जान,8 हजार मीटर ऊंची ब्रॉड-पीक पर चढ़ रहे थे

काराकोरम। नेपाल के मशहूर पर्वतारोही निर्मल पुर्जा की पाकिस्तान में हिमस्खलन

यानी एवलांच की चपेट में आने के बाद मौत हो गई। उनके निधन की पुष्टि उनकी ही पर्वतारोहण कंपनी एलीट एक्सपेडिशन ने की है। निर्मल पुर्जा 30 जुलाई को काराकोरम इलाके में 8,051 मीटर ऊंची ब्रॉड पीक की चोटी पर चढ़ाई कर रहे थे। इस दौरान करीब 7,000 मीटर की ऊंचाई पर यह हादसा हुआ। हिमस्खलन के बाद निर्मल पुर्जा समेत 10 पर्वतारोही लापता हो गए थे। इनमें छह नेपाली पर्वतारोही भी शामिल थे। 6 महीने में 14 सबसे ऊंची चोटियां फतह कीं- नेपाल और दुनिया भर के पर्वतारोहियों के बीच 'निम्स दाइ' के नाम से मशहूर निर्मल पुर्जा ने 2019 में 'प्रोजेक्ट पॉसिबल' की शुरुआत की थी।**आगे की खबर पेज संख्या 07 पर..**

रक्षाबंधन पर डिजाइनर कवर व बॉक्स में देश-विदेश में डाक से राखी भेज सकेंगी बहनें, पोस्टमास्टर जनरल कृष्ण कुमार यादव ने जारी किए स्पेशल राखी कवर और बॉक्स

डाकघरों में मिलेंगे 'वाटर रेसिस्टेंट' डिजाइनर राखी कवर और गिफ्ट बॉक्स, बारिश में सुरक्षित पहुँचेगी राखियाँ

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली।रक्षाबंधन पर्व को

देखते हुए भारतीय डाक विभाग ने अभी से तैयारियाँ आरंभ कर दी हैं। भाई-बहन के स्नेह के प्रतीक राखी को सुरक्षित, आकर्षक और समयबद्ध ढंग से गंतव्य तक पहुँचाने के उद्देश्य से मुख्यालय क्षेत्र, गुजरात सर्किल के पोस्टमास्टर जनरल श्री कृष्ण कुमार यादव ने डिजाइनर राखी कवर एवं राखी गिफ्ट बॉक्स डाकघरों से बिक्री के लिए जारी किये। ये विशेष राखी लिफाफे और राखी गिफ्ट बॉक्स सभी प्रधान डाकघर, उप डाकघर और सुदूर गाँवों में स्थित शाखा डाकघरों में बिक्री के लिए उपलब्ध होंगे। इन्हें रेलवे मेल सर्विस के काउंटर्स द्वारा भी बिक्री के लिए उपलब्ध कराया जायेगा। पोस्टमास्टर जनरल श्री कृष्ण कुमार यादव ने बताया कि तीन विभिन्न डिजाइन में उपलब्ध ये राखी लिफाफे वाटर रेसिस्टेंट (जलरोधी) हैं, बारिश के संपर्क में आने पर खराब नहीं होंगे। 11 सेमी बाई 22 से.मी. आकार के इन लिफाफों का मूल्य रु10 मात्र है जो डाक शुल्क के अतिरिक्त है। इसके अलावा 3 विभिन्न साइज (250 ग्राम, 500 ग्राम और एक किलोग्राम) के राखी गिफ्ट बॉक्स भी काउंटर्स पर बिक्री के लिए उपलब्ध कराये जा रहे हैं, जिनका मूल्य क्रमशः 35, 40 और 50 रूपये है। इसके माध्यम से राखी के साथ मिठाई और गिफ्ट भी इण्डिया पोस्ट पार्सल से देश-विदेश में भेजे जा सकते हैं। राखी लिफाफे और बॉक्स की आकर्षक डिजाइन में भारतीय डाक का लोगो और रक्षाबंधन की पारंपरिक भावना को दर्शाते हुए राखी, पुष्प, पूजा थाल, तथा भाई-बहन के स्नेहपूर्ण संबंध का मनमोहक चित्रांकन किया गया है। रंगीन और डिजाइनर होने की वजह से उन्हें अन्य डाक और पार्सल से अलग करने में समय की बचत और रक्षाबन्धन पर्व के पूर्व वितरण करने में भी सहूलियत होगी। राखी पोस्ट की स्पेशल बुकिंग के साथ-साथ नेशनल सॉर्टिंग हब और पार्सल हब में त्वरित सॉर्टिंग के भी प्रबंध किये गए हैं। इंटरनेशनल ट्रैक पैकेट सेवा के माध्यम से विदेशों में किफायती दामों पर राखी पोस्ट भेजी जा सकती है।

पैरालंपिक चैंपियनों की नई पीढ़ी तैयार करने की दिशा में युवा क्रांति सेना का बड़ा कदम-पैरा खिलाड़ियों को मिलेगा हर स्तर पर सहयोग

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। बीते शनिवार को युवा क्रांति सेना ने समाज के दिव्यांग खिलाड़ियों को खेलों के क्षेत्र में नई पहचान दिलाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए 'अजीत कुमार सिंह पैरा स्पोर्ट्स स्कॉलरशिप' का शुभारंभ किया।

इस महत्वाकांक्षी पहल का शुभारंभ युवा क्रांति सेना के सलाहकार दीपक शंखधार के सेक्टर-48 स्थित कैंप कार्यालय में किया गया। इस अवसर पर घोषणा की गई कि यह अभियान सेना के महासचिव के.पी. चौहान के नेतृत्व में पूरे एनसीआर क्षेत्र में संचालित किया जाएगा। इस पहल के अंतर्गत प्रतिभाशाली पैरा खिलाड़ियों की पहचान कर उन्हें खेल उपकरण, प्रशिक्षण, प्रतियोगिताओं में भागीदारी, मार्गदर्शन, चिकित्सा एवं फिजियोथेरेपी सहायता, करियर काउंसलिंग तथा अन्य आवश्यक सहयोग उपलब्ध कराने का प्रयास किया जाएगा। युवा क्रांति सेना के राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश सिंह ने कहा कि अजीत कुमार सिंह पैरा स्पोर्ट्स स्कॉलरशिप केवल एक छात्रवृत्ति योजना नहीं, बल्कि 'खेल क्रांति' का एक व्यापक सामाजिक अभियान है। इसका उद्देश्य उन प्रतिभाशाली पैरा खिलाड़ियों तक पहुंचना है, जिनके पास क्षमता तो है लेकिन संसाधनों की कमी के कारण वे अपने सपनों को पूरा नहीं कर पाते। इस अवसर पर अर्जुन प्रजापति, आकाश शर्मा, अनूप चतुर्वेदी, अनुज सिंह, अवनीश यादव, बालम सिंह आदि मौजूद थे।

समाजसेवा के क्षेत्र में उत्कृष्ट योगदान पर नौमिश तिवारी व प्रिंस जायसवाल सम्मानित

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। बीते शनिवार को

प्रयागराज में यूपीएसआईए द्वारा एसजेडी ग्रुप ऑफ कंपनी के निदेशक नौमिश तिवारी एवं कृष्णा ट्रेडर्स के निदेशक प्रिंस जायसवाल को सामाजिक कल्याण के क्षेत्र में उत्कृष्ट योगदान के लिए सम्मानित करते पदाधिकारी।

उत्तर प्रदेश स्टेट इंडस्ट्रियल एसोसिएशन (ळइर्एे) की ओर से सामाजिक कल्याण एवं जनसेवा के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान के लिए एसजेडी ग्रुप ऑफ कंपनी के निदेशक नौमिश तिवारी तथा कृष्णा ट्रेडर्स के निदेशक प्रिंस जायसवाल को सम्मानित किया गया। सम्मान समारोह में यूपीएसआईए के अध्यक्ष अरविंद राय ने दोनों उद्यमियों को प्रशस्ति-पत्र प्रदान कर उनके सामाजिक सरोकारों की सराहना की। उन्होंने कहा कि उद्योग जगत से जुड़े लोगों का समाजहित के कार्यों में सक्रिय योगदान अन्य लोगों के लिए भी प्रेरणास्रोत है। इस अवसर पर संगठन मंत्री नीरज श्रीवास्तव, महामंत्री मनीष शुक्ला, अनुज तिवारी, अनंत चंद्र, मोहम्मद इज़राइल तथा डॉ. पुनीत अरोड़ा सहित संगठन के पदाधिकारी एवं सदस्य मौजूद रहे। सम्मान प्राप्त करने के बाद नौमिश तिवारी और प्रिंस जायसवाल ने यूपीएसआईए का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि वे भविष्य में भी सामाजिक कल्याण एवं जनहित से जुड़े कार्यों में अपनी सक्रिय भागीदारी जारी रखेंगे।

'क्लाइमेट 26' राष्ट्रीय समारोह में चमका वाईएसएस फाउंडेशन, निदेशक सचिन गुप्ता को मिला राष्ट्रीय जलवायु नेतृत्व सम्मान

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। पर्यावरण संरक्षण, जलवायु परिवर्तन के प्रति जन-जागरूकता, यमुना संरक्षण, वृक्षारोपण, जल संरक्षण एवं सतत विकास के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान के लिए वाईएसएस फाउंडेशन के निदेशक श्री सचिन गुप्ता को

प्रतिष्ठित 'राष्ट्रीय जलवायु नेतृत्व सम्मान 2026' से सम्मानित किया गया। बीते शनिवार को यह सम्मान कॉन्स्टिट्यूशन क्लब ऑफ इंडिया, नई दिल्ली में आयोजित 'क्लाइमेट 26 एवं राष्ट्रीय जलवायु नेतृत्व सम्मान 2026' समारोह में प्रदान किया गया। इस राष्ट्रीय समारोह का आयोजन नेचर केयर इनिशिएटिव्स द्वारा संस्था के संस्थापक श्री सुरेन्द्र कुमार के नेतृत्व में किया गया। कार्यक्रम में देशभर के पर्यावरणविदों, सामाजिक संगठनों, नीति-निर्माताओं एवं जलवायु विशेषज्ञों ने सहभागिता की। समारोह के मुख्य अतिथि डॉ. मृत्युंजय महापात्र, महानिदेशक, भारत मौसम विज्ञान विभाग (आईएमडी) रहे। इस अवसर पर राज्यसभा सांसद श्रीमती सुलता देव, पूर्व कैबिनेट मंत्री एवं वरिष्ठ भाजपा नेता डॉ. अरबिंद धाली, नाल्को के कार्यकारी निदेशक (मानव संसाधन)आसुतोष रथ तथा कंचन फाउंडेशन के अध्यक्ष श्री रंजन कुमार महापात्र सहित अनेक गणमान्य अतिथि उपस्थित रहे। सचिन गुप्ता को यह सम्मान यमुना संरक्षण, वृक्षारोपण, जल संरक्षण, स्वच्छता अभियानों तथा युवाओं को पर्यावरण संरक्षण से जोड़ने की दिशा में उनके निरंतर प्रयासों के लिए प्रदान किया गया। सम्मान प्राप्त करने के उपरांत श्री सचिन गुप्ता ने कहा, 'यह सम्मान वाईएसएस फाउंडेशन के प्रत्येक स्वयंसेवक और पर्यावरण संरक्षण के लिए कार्यरत सभी नागरिकों को समर्पित है। हम हरित, स्वच्छ और जलवायु-सुरक्षित भारत के निर्माण के लिए अपनी प्रतिबद्धता के साथ निरंतर कार्य करते रहेंगे।'

Gem of आधुनिक समाचार 2026-श्रीमती निशा राय

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। आदरणीय मंच और उपस्थित भाइयों-बहनों! आज

सामाजिक कार्यकर्ता पुरस्कार समारोह में, मुझे एक ऐसी प्रेरक हस्ती का परिचय कराने का गौरव मिला है, जिन्होंने खेल और अनुशासन से युवाओं की तकदीर बदली है–श्रीमती निशा राय (खेल शिक्षिका, कबड्डी कोच और एनसीसी ऑफिसर)। शिक्षा-उन्होंने वर्ष 2008 में (प्रथम श्रेणी) के साथ बी.पी.एड. की डिग्री हासिल की। खेल जगत में उपलब्धियाँ एक कोच बनने से पहले निशा जी खुद राज्य और राष्ट्रीय स्तर की बेहतरीन खिलाड़ी रही हैं। उन्होंने यूपी स्टेट कबड्डी चैंपियनशिप और तिरुपति में आयोजित नेशनल एथलेटिक्स चैंपियनशिप में भाग लेकर क्षेत्र का नाम रोशन किया है। व्यावसायिक सफर-वर्तमान गौरवः वर्तमान में वे एक प्रतिष्ठित सैनिक स्कूल में एनसीसी ऑफिसर- के रूप में देश के भावी वीरों को अनुशासित और प्रशिक्षित करने का अत्यंत महत्वपूर्ण कार्य कर रही हैं। केंद्रीय विद्यालय मऊ में कबड्डी कोच, चिन्मय विद्यालय एनटीपीसी, ऊंचाहार में एनसीसी अधिकारी के रूप में सेवा दी। नेतृत्व और प्रेरणा-प्रतिष्ठित NCC 'C' सर्टिफिकेट धारक निशा जी युवाओं में देशप्रेम और अनुशासन के संस्कार जगा रही हैं। वे एक एक्टिव कंटेंट क्रिएटर भी हैं और डिजिटल माध्यम से लोगों को मोटिवेट करती हैं। अपने पति श्री राजेश कुमार राय जी के सहयोग से वे परिवार और समाज सेवा दोनों बखूबी संभाल रही हैं। निष्कर्ष- सैनिक स्कूल में बच्चों को देश सेवा के लिए तैयार करने वाली निशा जी का जीवन हमें सिखाता है कि कड़ी मेहनत से कोई भी मुकाम हासिल किया जा सकता है। आज के सभी विजेताओं के लिए उनका जीवन एक बेहतरीन प्रेरणा है। धन्यवाद! जय हिंद!

डीएम-एसपी ने तहसील सलोन में सम्पूर्ण समाधान दिवस में फरियादियों की सुनी समस्याएं,शिकायतों का समयबद्ध व गुणवत्तापूर्ण से निस्तारण कराए अधिकारी - डीएम

सम्पूर्ण समाधान दिवस में कुल 92 शिकायतें आयी, 05 का तत्काल हुआ निस्तारण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) रायबरेली। बीते शनिवार को विधायक सलोन अशोक कुमार, जिलाधिकारी सरनीत कौर ब्रोका

व पुलिस अधीक्षक रवि कुमार की उपस्थिति में तहसील सलोन में सम्पूर्ण समाधान दिवस का आयोजन किया गया। जिलाधिकारी ने कहा कि जन सामान्य की शिकायतों का स्थानीय स्तर पर समाधान किया जाना सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है जिसके क्रम में तहसील व थानों में सम्पूर्ण समाधान दिवस का आयोजन

किया जाता है। इसमें स्थानीय नागरिक उपस्थित होकर अपनी समस्याओं का समाधान करा सकते है। जिलाधिकारी ने कहा कि सभी अधिकारी जनता की इन शिकायतों का निस्तारण त्वरित एवं समयबद्ध तरीके से एक सप्ताह में कराना सुनिश्चित करें। उन्होंने कहा कि शिकायतों के निस्तारण में यदि कोई समस्या है तो उसका कारण स्पष्ट करते हुए अवगत कराना सुनिश्चित किया जाये। जिलाधिकारी ने बताया कि तहसील सलोन में आयोजित सम्पूर्ण समाधान दिवस में राजस्व विभाग 62, पुलिस 07, विकास 07, विद्युत 07, पूर्ति विभाग 03, लोक निर्माण विभाग 02, नगर पंचायत 02, सिंचाई विभाग 01 एवं चकबंदी विभाग 01 कुल 92 प्रकरण प्राप्त हुए, जिसमें से 05 प्रकरणों का निस्तारण मौके पर ही कर दिया गया। शेष प्रकरणों के निस्तारण हेतु संबंधित विभागों को इस निर्देश के साथ उपलब्ध करा दिये गये कि उनका निस्तारण एक सप्ताह में कराना सुनिश्चित कराए। पुलिस अधीक्षक ने भी पुलिस से संबंधित मामलों को सुना और संबंधित को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। इस अवसर पर संतोष कुमार नि0 ग्राम अतागंज उसरी तहसील सलोन को 150 वर्गमीटर का आवासीय पट्टा का आवंटन प्रमाण पत्र प्रदान किया गया। इस अवसर पर उप जिलाधिकारी सलोन अंकित कुमार, तहसीलदार दीपिका सिंह, परियोजना निदेशक डीआरडीए मुनेश चन्द्र सहित संबंधित जिला स्तरीय अधिकारीगण उपस्थित रहे।

टीईटी के विरोध मे शिक्षक संघ ने सान्सद को दिया ज्ञापन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। कार्यरत

शिक्षको को टीईटी अनिवार्य किए जाने के विरोध मे उत्तर प्रदेशीय प्राथमिक शिक्षक संघ प्रयागराज द्वारा जिलाध्यक्ष शंकर चन्द्र द्विवेदी के नेतृत्व मे फूलपुर -प्रयागराज के सान्सद माननीय श्री प्रवीण पटेल जी को ज्ञापन दिया।शिक्षक संघ ने सान्सद जी से अनुरोध किया कि शिक्षक हित मे वह संसद मे टीईटी अनिवार्य किए जाने के विरोध मे आवाज उठाये ।इस पर सान्सद महोदय ने शिक्षको के हित के लिए कदम उठाए जाने का आश्वासन दिया।अखिल भारतीय प्राथमिक शिक्षक संघ के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री सुशील कुमार पाण्डेय के नेतृत्व मे संसद के मानसून सत्र मे देश के सभी सान्सदो को टीईटी के विरोध मे ज्ञापन दिये जाने का कार्यक्रम गतिमान है।माननीय उच्चतम न्यायालय के 1 सितम्बर 2025 के निर्णय के द्वारा सेवारत शिक्षको को टीईटी अनिवार्य किए जाने से देश के लाखो शिक्षक परिवार पर रोटी-रोजी का संकट आ पड़ा है।इसके विरोध मे शिक्षक एक वर्ष से आन्दोलनरत है।ज्ञापन कार्यक्रम मे अरविंद मिश्र मांडलिक मंत्री,अब्दुल कुद्दूस खा जिला वरिष्ठ उपाध्यक्ष, हरनाम सिंह उपाध्यक्ष, मनोज कुमार पाण्डेय संयुक्त मंत्री ,देवेन्द्र सिंह, मनोज कुमार शुक्ल, मोहन राम,अपर्णा योगेश्वर ,सूर्यभान सिंह आदि शिक्षक उपस्थित रहे।

आर डब्ल्यू ए की बार्षिक आमसभा शांतिपूर्ण सम्पन्न

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। अरावली बी-1 रेजिडेंट वेलफेयर एसोसिएशन, सेक्टर-34, नोएडा की वार्षिक आम सभा शांतिपूर्ण, गरिमामय एवं लोकतांत्रिक वातावरण में सफलतापूर्वक संपन्न हुई। सभा में बड़ी संख्या में निवासियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया तथा समाज के विकास, पारदर्शिता एवं बेहतर प्रबंधन से जुड़े विभिन्न महत्वपूर्ण विषयों पर विस्तार से चर्चा की गई। सभा में वर्ष 2025-26 के लेखा जोखा ऑडिटेड बैलेंस शीट को सभी ने ध्वनिमत से स्वीकृत किया वित्तीय वर्ष के दौरान किए गए विकास कार्यों का विवरण प्रस्तुत किया गया। इसमें रोड मार्किंग का कार्य, पार्कों की साफ-सफाई एवं सौंदर्यीकरण,

नालियों की मरम्मत एवं उन पर कवर लगाने, सड़क सुरक्षा के लिए रिफ्लेक्टर एवं कॉन्वेक्स मिरर लगाने, स्वच्छता व्यवस्था, सुरक्षा व्यवस्था तथा अन्य सामुदायिक सुविधाओं से संबंधित कार्यों की जानकारी साझा की गई। साथ ही आगामी वर्ष के विकास कार्यों एवं योजनाओं पर भी चर्चा कर आवश्यक सुझाव आम सहमति से स्वीकार किए गए। बैठक में आय-व्यय का विवरण प्रस्तुत किया गया तथा पारदर्शी एवं जवाबदेह कार्यप्रणाली के प्रति आर डब्लू ए की प्रतिबद्धता दोहराई गई। महासचिव जगदीश जोशी बताया बैठक में उपस्थित सदस्यों ने समाज के हित में आपसी सहयोग एवं सकारात्मक सहभागिता बनाए रखने का संकल्प लिया। बैठक के अंत में सभी निवासियों, पदाधिकारियों एवं कार्यकारिणी सदस्यों का सहयोग एवं सहभागिता के लिए हार्दिक धन्यवाद ज्ञापित किया गया। आर डब्लू ए ने विश्वास व्यक्त किया कि सभी निवासियों के सहयोग से अरावली बी-1 को एक स्वच्छ, सुरक्षित एवं आदर्श आवासीय परिसर बनाने का प्रयास निरंतर जारी रहेगा। इस मौके पर सरंक्षक डा. बी.जी सिंह, अध्यक्ष सुधीर सिंह, उपाध्यक्ष संजय विश्वास, सचिव यस यस पिल्लई, कोषाध्यक्ष दिलीप रावत, पवन शर्मा, प्रमोद शर्मा, जी पी शर्मा, कुलदीप सिंह, अमित पंवार, प्रमोद खारी, डा. अख्तर हुसैन, विनय सिंह, जैसन, रामा कृष्णन, किशोर सक्सेना,यशवीर चौधरी, नवीन चंदौकर, गिरीश सत्ती, आदि गणमान्य लोग मौजूद रहे।

मैहरः मंगरौरा माध्यमिक विद्यालय में जन चौपाल आयोजित, 'आपकी पुलिस आपके द्वार' अभियान के तहत लोगों को किया जागरूक

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) मैहर।बीते शनिवार को मैहर देहात थाना क्षेत्र अंतर्गत ग्राम पंचायत मंगरौरा स्थित माध्यमिक विद्यालय में आज जन चौपाल का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में 'आपकी पुलिस आपके द्वार' अभियान के तहत ग्रामीणों को कानून का पालन करने, सामाजिक सौहार्द बनाए रखने, साइबर अपराधों से बचाव, महिला सुरक्षा तथा नशामुक्ति सहित विभिन्न विषयों पर जागरूक किया गया। जन चौपाल में पुलिस अधिकारियों ने ग्रामीणों से अपील की कि किसी भी प्रकार की आपराधिक गतिविधि, विवाद या संदिग्ध घटना की सूचना तत्काल पुलिस को दें तथा कानून का पालन करते हुए सुरक्षित और शांतिपूर्ण समाज के निर्माण में सहयोग करें। इस अवसर पर देहात थाना स्टाफ के साथ जनपद सदस्य कामता शुक्ला,मंगरौरा सरपंच श्रीमती लक्ष्मी आशीष शुक्ला, संकुल प्रचार वीरेंद्र प्रताप सिंह, पूर्व जनपद सदस्य इंद्रमणि सिंह सहित बड़ी संख्या में ग्रामीणजन उपस्थित रहे।

3 अगस्त को दादरी में आयोजित होगी 'आत्मनिर्भर भारत संकल्प जनसभा,प्रदेश अध्यक्ष पंकज चौधरी का होगा भव्य स्वागत

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। बीते शुक्रवार को नोएडा भारतीय जनता पार्टी की ओर से आगामी 3 अगस्त को आर.वी. नॉर्थलैंड इंस्टीट्यूट चिटहैरा दादरी में आयोजित होने वाली 'आत्मनिर्भर भारत संकल्प जनसभा' की तैयारियों को लेकर भाजपा पश्चिम क्षेत्रीय अध्यक्ष नवाब सिंह नागर के नोएडा कैंप कार्यालय में एक महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई। बैठक में नवाब सिंह नागर ने जनसभा की तैयारियों, संगठनात्मक व्यवस्थाओं एवं कार्यकर्ताओं की जिम्मेदारियों पर विस्तार से चर्चा की। बैठक में नोएडा से जिला अध्यक्ष महेश चौहान ने बताया कि जनसभा को सफल बनाने के लिए पार्टी के पदाधिकारी, कार्यकर्ता एवं विभिन्न सामाजिक संगठन पूरे उत्साह और समर्पण के साथ जुटे हुए हैं। उन्होंने बताया कि नवाब सिंह नगर को क्षेत्रीय अध्यक्ष बनाने के बाद प्रदेश अध्यक्ष पंकज चौधरीका प्रथम बार दादरी गौतम बुद्ध नगर आ रहे हैं त कार्यकर्ता एवं जनता उनके अभिनंदन एवं स्वागत हेतु भारी उत्साहित है। नवाब सिंह नागर ने जानकारी दी कि 'आत्मनिर्भर भारत संकल्प जनसभा' में भाजपा प्रदेश अध्यक्ष पंकज चौधरी मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहेंगे। जनसभा का उद्देश्य प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आत्मनिर्भर भारत के संकल्प को जन-जन तक पहुंचाना तथा विकसित और सशक्त भारत के निर्माण में समाज की सहभागिता को और अधिक मजबूत करना है। नागर जी ने सभी नोएडा एवं गौतम बुद्ध नगर वासियों से अधिक से अधिक संख्या में पहुंचने की अपील की. बैठक के तुरंत बाद जिला अध्यक्ष नोएडा महेश चौहान के नेतृत्व में जनसभा को लेकर नोएडा बीजेपी कार्यालय पर शाम को इसी निमित्त एक बैठक आयोजित की गयी, बैठक में नोएडा महानगर के पदाधिकारी एवं कार्यकर्ता उपस्थित रहे तथा बैठक में नोएडा से बड़ी संख्या में गाड़ियां एवं बसों से कार्यकर्ता पहुंचे इसकी रूपरेखा तैयार की गयी। बैठक में सुनील भाटी, अमित त्यागी, पवन नागर गजेंद्र मावी रकम सिंह भाटी, विजेंद्र प्रमुख, मनोज भाटी, शशांक भाटी सोमेश गुप्ता समीर भाटिया, शशांक भाटी, चेनपाल प्रधान, संदीप प्रधान, अमित भाटी, सुनील नगर, सहित उपस्थित सभी पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं ने जनसभा को ऐतिहासिक एवं सफल बनाने का संकल्प लिया तथा अधिक से अधिक जनभागीदारी सुनिश्चित करने का आह्वान किया।

मीडिया क्लब के संगठन का हुआ विस्तार अरुण सोनकर बने सचिव टीके पांडेय बने कोषाध्यक्ष

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। संगम नगरी प्रयागराज के मीडिया क्लब के संगठन में बड़ा फेर बदल हुआ वही संगठन का विस्तार करते हुए खाली पदों पर मीडिया क्लब में नियुक्ति की गई मीडिया क्लब के हर्ष नारायण सभागार में अध्यक्ष अनुपम शुक्ला की अध्यक्षता और सह सचिव संतोष शर्मा के नेतृत्व में बैठक का आयोजन हुआ जिसमें सचिव और कोषाध्यक्ष,प्रकाशन मंत्री,सह प्रकाशन मंत्री पद पर जिम्मेदारी दी गई तो कई सदस्यों को कार्यकारिणी में शामिल किया गया। वहीं उपाध्यक्ष प्रशांत शर्मा ने सचिव पद पर इलाहाबाद एक्सप्रेस के संपादक अरुण सोनकर का नाम प्रस्तावित किया तो वही सलमान अहमद द्वारा कोषाध्यक्ष पद पर टी के पांडे जी का नाम प्रस्तावित किया गया वहीं कार्यकारिणी सदस्य अनुराग दुबे द्वारा प्रकाशन मंत्री पद पर दिलीप जायसवाल का नाम प्रस्तावित किया गया अध्यक्ष अनुपम शुक्ला द्वारा अजय कुशवाहा का नाम सह प्रकाशन मंत्री पद पर प्रस्तावित किया गया जिसपर बैठक में शामिल सभी सदस्यों ने सहमति जताई साथ ही इस बैठक के दौरान कार्यकारिणी में अबुल कलाम राईन,असद कुरेशी, हिमांशु त्रिपाठी श्यामू कुशवाहा को शामिल किया गया। बैठक में भाग लेने वाले अध्यक्ष अनुपम शुक्ला, उपाध्यक्ष प्रशांत शर्मा,सचिव अरुण सोनकर, सह सचिव संतोष शर्मा,कोषाध्यक्ष टी के पांडे,प्रकाशन मंत्री दिलीप जायसवाल,सह प्रकाशन मंत्री अजय कुशवाहा, कार्यालय प्रभारी जीएन वैश,सह कार्यलय प्रभारी विलास गुप्ता,कार्यकारिणी सदस्य सलमान अहमद,अनुराग दुबे,अबुल कलाम राईन,सैयद मोहम्मद आमिर,असद कुरैशी श्यामू कुशवाहा, हिमांशु त्रिपाठी सदस्य में कारी आरफीन सुशांत शुक्ला रहीम अहमद समेत कई पत्रकार उपस्थित रहे।

दादरी में बीजेपी प्रदेश अध्यक्ष के दौरे से पहले उठा राजनीतिक तूफानः पोस्टरों से दिग्गज गायब, अंदरूनी खींचतान उजागर

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा।बीते शनिवार को दादरी उत्तर प्रदेश भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष पंकज चौधरी के आगामी 3 अगस्त को दादरी आगमन को लेकर गौतम बुद्ध नगर का राजनीतिक माहौल गरमा गया है। एक तरफ जहां कार्यकर्ता प्रदेश अध्यक्ष के भव्य स्वागत की तैयारियों में जुटे हैं, वहीं दूसरी तरफ इस आयोजन को लेकर पार्टी के भीतर सुलग रही गुटबाजी अब खुलकर सतह पर आ गई है। चर्चा है कि इस पूरे कार्यक्रम का पूरा दारोमदार राज्यसभा सांसद सुरेंद्र सिंह नागर और वरिष्ठ नेता नवाब सिंह नागर के कंधों पर है। आयोजन की हर कमान इन्हीं दोनों नेताओं के इर्द-गिर्द सिमटी हुई है। हालांकि, पार्टी के अंदरूनी गलियारों में इस बात को लेकर तीव्र असंतोष है कि इस आयोजन में जिले के अन्य प्रमुख गुर्जर नेताओं को पूरी तरह से किनारे कर दिया गया है। स्थानीय नेताओं का आरोप है कि कार्यक्रम को 'व्यक्तिगत प्रभाव' चमकाने का जरिया बनाया जा रहा है, जिससे समुदाय और पार्टी के अन्य दिग्गज खुद को उपेक्षित महसूस कर रहे हैं। इस विवाद की सबसे बड़ी वजह क्षेत्र के स्थापित जनप्रतिनिधियों की अनदेखी मानी जा रही है। स्थानीय नेतृत्व दरकिनार दादरी के मौजूदा विधायक मास्टर तेजपाल सिंह नागर, पूर्व मंत्री नरेंद्र भाटी और हरिश्चंद्र भाटी जैसे कद्दावर गुर्जर नेताओं को इस आयोजन में कोई खास तवज्जो नहीं दी जा रही है। हद तो तब हो गई जब कार्यक्रम के लिए तैयार किए गए होर्डिंग्स और बैनरों से क्षेत्रीय सांसद डॉ. महेश शर्मा, नोएडा विधायक पंकज सिंह, जेवर विधायक धीरेंद्र सिंह, बीजेपी जिलाध्यक्ष अभिषेक शर्मा और प्रदेश मंत्री महामेधा नागर की तस्वीरें और नाम या तो नदारद हैं या उन्हें बिल्कुल हाशिए पर रखा गया है। राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि यह केवल एक बैनर या पोस्टर का विवाद नहीं है, बल्कि 2027 के विधानसभा चुनावों से पहले जिले में अपना वर्चस्व स्थापित करने की एक बड़ी लड़ाई है। आयोजन में क्षेत्रीय सांसद, विधायकों और जिलाध्यक्ष तक को अलग-थलग किए जाने से पार्टी के निष्ठावान कार्यकर्ताओं में भारी निराशा है। 3 अगस्त को होने वाले इस कार्यक्रम से पहले उभरा यह असंतोष बीजेपी के लिए गले की फांस बन सकता है। एक तरफ जहां पार्टी 'सबका साथ, सबका विकास' और अनुशासित संगठन का दावा करती है, वहीं गौतम बुद्ध नगर में मची यह खींचतान विरोधी दलों को भी मुद्दा थमा सकती है। अब देखना यह होगा कि प्रदेश अध्यक्ष पंकज चौधरी के दादरी पहुंचने से पहले शीर्ष नेतृत्व इस गुटबाजी पर काबू पाता है या फिर यह अंदरूनी नाराजगी कार्यक्रम में किसी बड़े राजनीतिक घमासान का रूप लेती है।

15 यूपी बटालियन एनसीसी के कैडेटों ने राष्ट्र निर्माण योजना के अंतर्गत ऐतिहासिक प्रयागराज किले का किया भ्रमण

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) प्रयागराज। भ्रमण के दौरान कैडेटों ने किले के भीतर स्थित अनेक ऐतिहासिक एवं धार्मिक स्थलों का अवलोकन किया, जिनमें पवित्र अक्षयवट, प्राचीन पातालपुरी मंदिर, सरस्वती कुंड, भव्य अशोक स्तंभ, राष्ट्रपति व्यू प्वाइंट तथा अक्षयवट तक जाने वाला ऐतिहासिक भूमिगत मार्ग प्रमुख रहे। इसके अतिरिक्त कैडेटों को रंग महल तथा किले के अन्य ऐतिहासिक महत्व के उन स्थलों का भी भ्रमण कराया गया, जो सामान्यतः आम जनता के लिए खुले नहीं रहते। इससे यह अनुभव कैडेटों के लिए अत्यंत विशेष एवं अविस्मरणीय बन गया। भ्रमण के दौरान ओडी फोर्ट के कमांडेंट ने कैडेटों को इन ऐतिहासिक स्मारकों के इतिहास, सांस्कृतिक महत्व एवं पुरातात्विक विशेषताओं की विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने प्रयागराज किले के निर्माण, मुगल सम्राट अकबर द्वारा इसकी स्थापना, भारत की प्राचीन सभ्यता से इसके संबंध तथा अशोक स्तंभ के माध्यम से सम्राट अशोक की गौरवशाली विरासत के बारे में विस्तार से अवगत कराया। इस शैक्षणिक भ्रमण ने कैडेटों को भारत की समृद्ध विरासत को निकट से जानने और समझने का अवसर प्रदान किया। साथ ही, राष्ट्र निर्माण योजना के उद्देश्यों के अनुरूप उनमें ऐतिहासिक जागरूकता, राष्ट्रभक्ति, नेतृत्व क्षमता तथा उत्तरदायी नागरिकता की भावना को और अधिक सशक्त किया। कैडेटों ने इस भ्रमण के प्रति अत्यंत उत्साह व्यक्त करते हुए इसे प्रेरणादायी, ज्ञानवर्धक एवं अविस्मरणीय अनुभव बताया। उन्होंने कहा कि इस यात्रा ने उन्हें राष्ट्र के गौरवशाली अतीत के प्रति गहरा सम्मान विकसित करने तथा देश की अमूल्य धरोहरों के संरक्षण के महत्व को समझने के लिए प्रेरित किया।

जीएल बजाज और हीलिंग हिमालयाज फाउंडेशन के बीच एमओयू, पर्यावरण संरक्षण व शोध के लिए मिलकर करेंगे काम

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) नोएडा। प्रकृति का सम्मान केवल शब्दों में नहीं, बल्कि व्यवहार में दिखना चाहिए। इसी संदेश के साथ प्रसिद्ध पर्यावरणविद्, पर्वतारोही एवं 'हीलिंग हिमालयाज फाउंडेशन' के संस्थापक 'प्रदीप सांगवान' ने जीएल बजाज इंस्टीट्यूट ऑफ मैनेजमेंट एंड रिसर्च में आयोजित 'उड़ान-2026' इंडक्शन कार्यक्रम के दौरान विद्यार्थियों को पर्यावरण संरक्षण का मंत्र दिया। कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्वलन के साथ हुआ और संस्थान के निदेशक डॉ. सपना राकेश ने मुख्य अतिथि का स्वागत किया। अपने स्वागत भाषण में डॉ. राकेश ने कहा कि पर्यावरण को सुरक्षित रखना हमारी प्राथमिकता है और यह हम सभी के जागरूक होने पर ही संभव है। सांगवान ने बताया कि उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा 'मन की बात' कार्यक्रम में हीलिंग हिमालयाज फाउंडेशन के कार्यों का उल्लेख किए जाने को अपने अभियान का महत्वपूर्ण पड़ाव माना। अपने संबोधन की शुरुआत करते हुए श्री प्रदीप सांगवान ने कहा कि ङ'पहाड़ हमारी विरासत नहीं, हमारी जिम्मेदारी हैं।' उन्होंने कहा कि आज हिमालय केवल प्राकृतिक बदलावों से नहीं, बल्कि मानवीय लापरवाही से भी जूझ रहा है। धार्मिक और साहसिक पर्यटन बढ़ने के साथ-साथ वहां कचरे का संकट भी तेजी से बढ़ा है। श्री प्रदीप सांगवान ने कहा कि 'हम केवल लोगों का छोड़ा हुआ कचरा नहीं उठाते, बल्कि उनकी नकारात्मक सोच भी बदलने का प्रयास करते हैं।' उन्होंने विद्यार्थियों से कहा कि जहां भी जाएं, वहां प्रकृति को नुकसान पहुंचाने के बजाय उसे सुरक्षित रखने का संकल्प लें। इस अवसर पर जीएल बजाज ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशन्स के वाइस चेयरमैन पंकज अग्रवाल ने कहाः 'पर्यावरण संरक्षण केवल एक अभियान नहीं, बल्कि हमारी नई पीढ़ी की सोच और संस्कार का हिस्सा होना चाहिए। जीएल बजाज हमेशा ऐसे प्रयासों के साथ खड़ा है जो देश और समाज के भविष्य को बेहतर बनाएं। प्रदीप सांगवान जी और हीलिंग हिमालयाज फाउंडेशन के साथ यह सहयोग हमारे छात्रों को जिम्मेदार नागरिक बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।' कार्यक्रम के दौरान जीएल बजाज इंस्टीट्यूट ऑफ मैनेजमेंट एंड रिसर्च तथा 'हीलिंग हिमालयाज फाउंडेशन' के बीच पर्यावरण संरक्षण, शोध, छात्र सहभागिता एवं जनजागरूकता कार्यक्रमों को बढ़ावा देने के उद्देश्य से 'समझौता ज्ञापन (एमओयू)' पर हस्ताक्षर किए गए। इस सहयोग के माध्यम से दोनों संस्थाएं भविष्य में संयुक्त शोध परियोजनाओं, स्वच्छता अभियानों तथा पर्यावरण संरक्षण से जुड़े विभिन्न कार्यक्रमों का संचालन करेंगी।

सावन के पहले सोमवार को जलाभिषेक,शिवालयों में उमड़ी श्रद्धालुओं की भारी भीड़, हर-हर महादेव के जयकारों से गूंजते रहे मंदिर

सोनभद्र। सावन के पहले सोमवार को सोनभद्र जिले में भगवान शिव के प्रति गहरी आस्था देखने को मिली। रॉबर्ट्सगंज, दुद्धी, बभनी, बीजपुर, शक्तिनगर, अनपरा, रेणुकूट, ओबरा, चोपन और घोरावल सहित जिले के प्रमुख शिवालयों में तड़के सुबह से ही श्रद्धालुओं की भारी भीड़ उमड़ पड़ी। श्रद्धालुओं ने विधि-विधान से भगवान भोलेनाथ का जलाभिषेक, दुग्धाभिषेक और रुद्राभिषेक किया। इस दौरान उन्होंने सुख-समृद्धि और परिवार की खुशहाली की कामना की। पूरे दिन मंदिर परिसर 'हर-हर महादेव', 'बम-बम भोले' और 'ॐ नमः शिवाय' के जयघोष से गूंजते रहे। चोपन स्थित सोनेश्वर महादेव मंदिर और कैलाश मंदिर में सुबह से ही दर्शन-पूजन के लिए लंबी कतारें लगी रहीं। ओबरा के डम-डम गुफा महादेव मंदिर और भूतेश्वर दरबार में भी हजारों श्रद्धालुओं ने भगवान शिव का जलाभिषेक किया। इसके अतिरिक्त, अगोरी धाम स्थित सोमनाथ मंदिर में भी बड़ी संख्या में भक्त पहुंचे। रॉबर्ट्सगंज नगर में भी सावन के पहले सोमवार को मंगला आरती के साथ ही प्रमुख शिव मंदिरों में श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ पड़ी। नगर के वीरेश्वर महादेव मंदिर, सोमनाथ मंदिर, बरैला महादेव मंदिर, गौरीशंकर महादेव मंदिर और दंडइत बाबा मंदिर सहित अन्य शिवालयों में सुबह से ही दर्शन-पूजन के लिए लंबी कतारें देखी गईं। भक्तों ने गंगाजल, दूध, बेलपत्र, भांग, धतूरा, पुष्प और फल अर्पित कर विधि-विधान से भगवान शिव की पूजा-अर्चना की। मंदिरों के बाहर पूजा सामग्री की दुकानों पर भी भीड़ रही। बेलपत्र, नारियल, धूप-दीप, अगरबत्ती, फूल-माला, रुद्राक्ष, कलावा, भांग और धतूरा खरीदने के लिए लोगों की कतारें लगी रहीं। दुकानदारों ने बताया कि सावन के पहले सोमवार को बिक्री में वृद्धि हुई। उन्हें पूरे सावन माह तक इसी तरह कारोबार जारी रहने की उम्मीद है। श्रद्धालुओं की सुविधा और सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए मंदिर परिसरों के आसपास पुलिस बल तैनात किया गया था।यातायात व्यवस्था को सुचारु बनाए रखने के साथ ही मंदिरों में साफ-सफाई और अन्य व्यवस्थाओं पर भी विशेष ध्यान दिया गया।

चोपन मे श्रद्धालुओं ने पवित्र सोन नदी से कलश में जल भरकर 'बोल बम' के जयघोष के साथ कई किलोमीटर की पैदल यात्रा की। भक्त नंगे पैर चलते हुए डम-डम गुफा महादेव मंदिर पहुंचे और भगवान शिव का जलाभिषेक कर परिवार,समाज और देश की सुख-समृद्धि की कामना की।

म्योरपुर में सावन के पहले सोमवार पर शिवालयों में भारी भीड़,श्रद्धालुओं ने की पूजा, युवतियों ने ली सेल्फी

सोनभद्र। सोनभद्र के म्योरपुर में सावन माह के पहले सोमवार को शिवालयों में श्रद्धालुओं की भारी भीड़ उमड़ पड़ी। सुबह से ही मंदिर परिसर 'हर-हर महादेव' और 'बोल बम' के जयघोष से गूंज उठे। भक्तों ने भगवान शिव का जलाभिषेक, दुग्धाभिषेक कर बेलपत्र, धतूरा, भांग और पुष्प अर्पित किए। उन्होंने सुख-समृद्धि एवं परिवार की खुशहाली की कामना की। दर्शन-पूजन के लिए महिलाओं, पुरुषों, बच्चों और कांवड़ियों की लंबी कतारें सुबह से ही लगी हुई थीं। मंदिरों में भजन-कीर्तन और शिव मंत्रों के उच्चारण के साथ श्रद्धालुओं ने पूरे श्रद्धाभाव से पूजा-अर्चना की। पूजा-अर्चना के उपरांत बड़ी संख्या में युवतियां और युवा मंदिर परिसर में सेल्फी लेते तथा यादगार तस्वीरें खिंचवाते दिखे। सावन के पहले सोमवार के उत्साह को कैमरे में कैद करने के लिए लोगों में विशेष उत्साह था। श्रद्धालुओं की सुविधा और सुरक्षा के लिए मंदिर परिसर में आवश्यक व्यवस्थाएं भी की गई थीं। दिनभर शिवालयों में दर्शन-पूजन का क्रम जारी रहा, जिससे पूरा क्षेत्र शिवभक्ति के रंग में सराबोर रहा।

गूगल-पे से निकले 95हजार, पीड़ित ने साइबर हेल्पलाइन 1930 पर करि शिकायत

सोनभद्र। बीजपुर थाना क्षेत्र के इंजनी निवासी 29 वर्षीय युवक साइबर ठगी का शिकार हो गया। ठगों ने उसके गूगल-पे खाते से दो ऑनलाइन ट्रांजैक्शन के जरिए कुल 95 हजार रुपये निकाल लिए। पीड़ित सौरभ मजुमदार के अनुसार, 1 अगस्त की सुबह करीब 10 बजे उसके खाते से पहली बार 45 हजार रुपये 'IT Traders' के नाम पर ट्रांसफर किए गए। इसके बाद दूसरी ट्रांजैक्शन में 'MS Asto E-Commerce Technology' के नाम पर 50 हजार रुपये निकाल लिए गए। खाते से रकम निकलने की जानकारी होने पर सौरभ ने तत्काल राष्ट्रीय साइबर हेल्पलाइन नंबर 1930 पर शिकायत दर्ज कराई। इसके बाद पुलिस ने मामले को संज्ञान में लेते हुए जांच शुरू कर दी है। फिलहाल साइबर पुलिस ऑनलाइन ट्रांजेक्शन और संबंधित खातों की जांच कर रही है। पीड़ित ने लोगों से अपील की है कि वे किसी भी अनजान लिंक, संदिग्ध कॉल या ऑनलाइन लेनदेन को लेकर सतर्क रहें। उन्होंने कहा कि साइबर ठगी होने पर बिना देरी किए हेल्पलाइन नंबर 1930 पर शिकायत दर्ज कराएं।

धूमधाम से सम्पन्न हुआ 'सखियों री तीज मेला', नीलम जैन बनीं तीज क्वीन

(आधुनिक समाचार नेटवर्क) सोनभद्र। श्री राणी सती दादी भक्त महिला मंडल एवं मारवाड़ी युवा मंच सोन महिला शाखा के संयुक्त तत्वावधान में शनिवार को सभी का पसंदीदा और बहुप्रतीक्षित 'सखियों री तीज मेला' का सफल आयोजन किया गया। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि डीएफओ श्रीमती आरुषि मिश्रा तथा विशिष्ट अतिथि डॉ. आभा शुक्ला रहीं। अतिथियों ने दीप प्रज्ज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया तथा आयोजन की सराहना करते हुए महिला सहभागिता और भारतीय संस्कृति को बढ़ावा देने वाले ऐसे आयोजनों की प्रशंसा की। 'आयो तीज त्योहार', 'बन्ना रे बाग़ में झूला डाल्या' सहित तीज के अनेक लोकप्रिय लोकगीतों पर विभिन्न महिला समूहों ने आकर्षक एवं मनमोहक नृत्य प्रस्तुत कर दर्शकों की खूब तालियाँ बटोरीं। मेले का मुख्य आकर्षण रही 'तीज क्वीन' प्रतियोगिता में नीलम जैन ने विजेता का खिताब अपने नाम किया। प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने पारंपरिक परिधान, आत्मविश्वास एवं सांस्कृतिक प्रस्तुतियों से दर्शकों का मन मोह लिया। मेले में लगे स्वादिष्ट व्यंजनों के स्टॉल, खरीदारी के स्टॉल तथा विभिन्न सांस्कृतिक और मनोरंजक कार्यक्रम लोगों के आकर्षण का केंद्र रहे। महिलाओं, बच्चों और परिवारों ने पूरे उत्साह के साथ कार्यक्रमों में भाग लिया और मेले का भरपूर आनंद उठाया। इस सफल आयोजन में श्री राणी सती दादी भक्त महिला मंडल की अध्यक्ष एडवोकेट अनीता थरड, मारवाड़ी युवा मंच सोन महिला शाखा की अध्यक्ष सुनीता सावरिया, मीरा जालान, चित्रा जालान, रितु जालान, पूनम खेतान, पूनम केड़िया, एव अंकिता केजरीवाल सहित समस्त आयोजन एवं प्रबंधन समिति ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। सभी के सामूहिक प्रयासों से कार्यक्रम सफल एवं यादगार रहा।

मेदनीखाड़ में सड़क किनारे विशाल पेड़ गिरने की कगार पे,ग्रामीणों ने जताई हादसे की आशंका, जल्द हटाने की मांग

सोनभद्र। दूधी विकासखंड की ग्राम पंचायत मेदनीखाड़ में सड़क किनारे स्थित एक विशाल पेड़ इन दिनों हादसे का कारण बन सकता है। पेड़ की जड़ों के आसपास की मिट्टी कट जाने से वह असंतुलित हो गया है और उसके कभी भी गिरने की आशंका बनी हुई है। इससे राहगीरों, ग्रामीणों और आसपास रहने वाले लोगों के जान-माल पर खतरा मंडरा रहा है। ग्रामीणों के अनुसार यह गांव का प्रमुख मार्ग है, जहां से प्रतिदिन बड़ी संख्या में ग्रामीण, स्कूली बच्चे और दोपहिया वाहन गुजरते हैं। पेड़ की जर्जर स्थिति को लेकर लोगों में भय का माहौल है, लेकिन अब तक संबंधित विभाग की ओर से कोई सुरक्षा व्यवस्था या कार्रवाई नहीं की गई है। ग्रामीण अटल कुमार यादव, प्यारेमोहन समेत अन्य लोगों ने प्रशासन से पेड़ की तत्काल जांच कराने और आवश्यक सुरक्षा उपाय करने की मांग की है। उनका कहना है कि यदि समय रहते कार्रवाई नहीं हुई तो कोई बड़ा हादसा हो सकता है। ग्रामीणों ने मांग की है कि विशेषज्ञों से पेड़ का निरीक्षण कराया जाए। यदि पेड़ अधिक जोखिमपूर्ण पाया जाता है तो उसे वैज्ञानिक तरीके से हटाया जाए, ताकि भविष्य में किसी अप्रिय घटना से बचा जा सके।

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

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

आपका भी 'एसी' फट सकता है, बचें कैसे, समझिए गर्मियों में एसी फटने की 5 बड़ी वजहें

नयी दिल्ली। गाजियाबाद के एक हाईराइज टावर में 29 अप्रैल

को आग लग गई। देखते ही देखते 7 मंजिलों में आग फैल गई। आग लगने का कारण एक फ्लैट में एसी ब्लास्ट होना बताया जा रहा है। इससे पहले 28 अप्रैल को नोएडा में भी एक घर में एसी का मेन स्विच ऑफ नहीं था, जिससे ब्लास्ट हो गया। सवाल-1: गाजियाबाद में एसी फटने का मामला क्या है? जवाबः गाजियाबाद की गौड़ ग्रीन एवेन्यू सोसाइटी में 29 अप्रैल को आग लगी, देखते ही देखते 12वीं मंजिल तक पहुंच गई. बिल्डिंग के टावर-डी से सुबह करीब 8:50 बजे अचानक एक ब्लास्ट की आवाज आई। आस-पास के लोगों ने जाकर देखा तो 9वें फ्लोर के एक फ्लैट में आग लग गई थी। कुछ ही देर में आग ने इमारत की 7 मंजिलों को अपनी चपेट में ले लिया। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, लोगों ने 5-6 किलोमीटर दूर से धुएं का गुबार देखा। शुरुआती जांच में आग लगने की दो थ्योरी समझ आ रही हैं। पहली- एक शॉर्ट सर्किट की वजह से आग लगी, जिसमें घरों के एसी ब्लास्ट हो

गए। दूसरी- एसी का कंप्रेसर ब्लास्ट होने से ही आग लगी। सोसायटी के जिस टावर में आग लगी, उसके पास वाले टावर में सीनियर जर्नलिस्ट अजीत अंजुम का भी घर था। उन्होंने 10:50 बजे एसी पर आग का वीडियो शेयर किया। अजीत के मुताबिक, शुरुआती घंटों में महज 2 फायर ब्रिगेड की गाड़ियां पहुंची, जिनके पास इमारत के करीब जाकर आग बुझाने के लिए सीढ़ियां नहीं थीं। इस वजह से सामने की बिल्डिंग के लोग

हो पाइप्स और बाल्टियों से आग बुझाने लगे। गाजियाबाद के चीफ फायर ऑफिसर राहुल कुमार के मुताबिक, करीब 5-7 फ्लैट आग की चपेट में आए, जिनमें से कुछ खाली पड़े थे। बाकी फ्लैट्स में फंसे लोगों को दरवाजा तोड़कर सुरक्षित बाहर निकाला गया। घटना में किसी की जान नहीं गई। कुमार के मुताबिक, हादसे की वजह जानने के लिए एसी का कंप्रेसर फटने और शॉर्ट सर्किट होने के एंगल पर जांच की जा रही है। 1. कंप्रेसर का ओवरहीट होना- गर्मियों में बाहर का तापमान 45डिग्री प्लस होता है। एसी का कंप्रेसर आउटडोर यूनिट में होने के कारण पहले से ही गर्म हवा में काम करता है। लगातार बिना रुके चलने से कंप्रेसर ज्यादा गर्म हो जाता है। दबाव इतना बढ़ जाता है कि वह फट जाता है।

2. रेफ्रिजरेंट गैस का रिसाव-एसी में आर-22 या आर-410ए जैसी गैस होती है। यह कमरे की गर्मी को बाहर ले जाने का काम करती है, जिससे कमरा ठंडा हो जाए। यह गैस ज्वलनशील होती है, यानी हल्की सी चिंगारी से भी आग पकड़ सकती है। अगर पाइप या वॉल्व में लीकेज हो जिससे गैस बाहर आ रही है, तो आग लग सकती है। 3. शॉर्ट सर्किट और खराब वायरिंग-खराब वायरिंग और एक ही ओवरलोडेड सॉकेट का इस्तेमाल शॉर्ट सर्किट की सबसे बड़ी वजह है। गर्मियों में घर के सभी एसी, पंखे, फ्रिज एक साथ चलते हैं, जिससे बिजली का बोझ बढ़ जाता है। ऐसे में शॉर्ट सर्किट हो सकता है। 4. पुराने एसी का समय पर मैनटेनेंस न होना-बिना सर्विसिंग के एसी के फिल्टर बंद हो जाते हैं। एसी के अंदर एक ब्लोअर फैन होता है, जो फिल्टर के जरिए हवा खींचता है।

धूल के कारण अगर यह बंद हो जाए, तो फैन को हवा खींचने में ज्यादा मशक्कत करनी पड़ती है। इससे मोटर गर्म हो जाती है और आग लग सकती है। जब हवा फैन तक आती ही नहीं तो रेफ्रिजरेंट गैस उसे ठंडी नहीं कर पाती। कंप्रेसर को लगता है कि कमरा अभी भी गर्म है और वह भी ज्यादा ताकत से काम करने लगता है। इससे भी कंप्रेसर फटने का खतरा होता है।

5. हाईराइज बिल्डिंग में आग का तेजी से फैलना हाईराइज बिल्डिंग में आग नीचे से ऊपर तेजी से जाती है क्योंकि गर्म हवा हमेशा ऊपर उठती है। इसे 'स्टैक इफेक्ट' कहा जाता है। अगर बिल्डिंग में लिफ्ट शाफ्ट खुला हो, एसी डक्ट्स जुड़े हो, वेंटिलेशन सिस्टम कमजोर हो या फायर डोर सही से बंद न हों, तो पूरा ढांचा चिमनी की तरह काम करने लगता है।सवाल-3: क्या इस तरह की घटनाएं पहले भी हो चुकी है? जवाबः पिछले कुछ महीनों में एसी ब्लास्ट के कई मामले सामने आ चुके हैं। फरीदाबाद, 8 सितंबर 2025: एसी ब्लास्ट से परिवार के 3 लोग, पालतू कुत्ते की मौत-ग्रीन फील्ड कॉलोनी की एक 4 मंजिला इमारत के पहले फ्लोर पर एसी फटा, जिसकी आग दूसरे फ्लोर तक पहुंची। आग की वजह से दूसरे फ्लोर पर रहने वाले एक ही परिवार के 3 लोगों और एक पालतू कुत्ते की दम घुटने से मौत हो गई। जांच में सामने आया कि एसी के कंप्रेसर पर लोड बढ़ने की वजह से हादसा हुआ। सवाल-4: गर्मी बढ़ने पर अचानक एसी में ब्लास्ट न हो, इसके लिए क्या सावधानी जरूरी? जवाबः गर्मी में अचानक एसी ब्लास्ट न हो इसके लिए कुछ सावधानियां रखी जा सकती हैंष्ठ हर 2-3 घंटे में 15 मिनट के लिए एसी बंद कर दें, ताकि कंप्रेसर ओवरहीट न हो। अगर पूरी रात एसी चलाते हैं तो 15 मिनट के ब्रेक के लिए अलार्म सेट कर दें। एसी का तापमान जितना कम रखेंगे, कंप्रेसर पर उतना ज्यादा दबाव बनेगा। ओवरहीट होने से आग लगने का खतरा बढ़ेगा। इसलिए एसी का तापमान 24 से 26 डिग्री के बीच रखें। एसी को कभी एक्सटेंशन लाइन या मल्टी-प्लग से न जोड़ें। इसके लिए अलग बिजली लाइन ही रखें, ताकि सॉकेट ओवरलोड न हो। अगर कोई पुरानी या खुली वायरिंग है तो उसे तुरंत बंद कराएं। ढीले सॉकेट न रहने दें।

एसी का समय पर मेंटेनेंस कराएं। एसी की आउटडोर यूनिट को छाया में रखें। हो सके तो इसके ऊपर शेड लगवाए, ताकि

धूप में इसका तापमान और न बढ़े।

किसी भी तरह की आवाज या बदबू आ रही हो तो एसी तुरंत बंद करें। ठीक न हो तो रिपेयर करने वाले को बुलाएं।मिनिएचर सर्किट ब्रेकर यानी एमसीबी जरूर लगाए। यह एसी को ओवरलोड से बचाता है। अगर अचानक करंट सप्लाई आए तो एमसीबी ट्रिप होकर बिजली सप्लाई काट देता है, जिससे शॉर्ट सर्किट या ओवर हीटिंग का खतरा टल जाता है।

इंस्टेंट नूडल्स खाने में भारत चौथे नंबर पर,न्यूट्रिशनिस्ट की चेतावनी, ज्यादा खाने से बढ़ेगा बीपी और इंफ्लेमेशन

नयी दिल्ली। पूरी दुनिया में सबसे ज्यादा इंस्टेंट नूडल्स खाने

वाले देशों में भारत चौथे नंबर पर है। वर्ल्ड इंस्टेंट नूडल्स एसोसिएशन (डब्लूआईएनए) के मुताबिक वर्ष 2023 में हमारे यहां इंस्टेंट नूडल्स की खपत 8.7 अरब सर्विंग्स नूडल्स पर पहुंच गई। वर्ष 2018 से 2023 के बीच भारत में इंस्टेंट नूडल्स का मार्केट 13फीसदी की कंपाउंड रेट के साथ बढ़ा है। फिलहाल ऑथेंटिक आंकड़े तो 2023 तक के उपलब्ध हैं, लेकिन यह मार्केट तेजी से बढ़ रहा है क्योंकि लोगों की खाने की आदतें बदल रही हैं। शहरों की आबादी बढ़ रही है और लोगों के खर्च करने की क्षमता में भी इजाफा हो रहा है। साल 2024 में इस मार्केट की कीमत अरबों अमेरिकी डॉलर हो गई है और 2030 तक इसके और भी ज्यादा बढ़ने की उम्मीद है। लेकिन क्या रोज इन्हें खाना ठीक है? क्या हम सिर्फ इंस्टेंट नूडल्स पर जिंदा रह सकते हैं और स्वस्थ भी? कई लोग इसे घर का आरामदायक खाना मानते हैं। अगर ये रोज का खाना बन जाएं तो सेहत पर क्या असर पड़ता है? आज 'फिजिकल हेल्थ' में हम इसी पर बात करेंगे। जानेंगे कि- इंस्टेंट नूडल्स के कौन से तत्व नुकसान पहुंचाते हैं? रोज खाने से कौन-कौन सी बीमारियां हो सकती हैं? इसे बैलेंस्ड मील कैसे बनाएं? इंस्टेंट नूडल्स में क्या होता है? भारत में मिलने वाले ज्यादातर नूडल्स मैदा से बने होते हैं। कुछ पैकेट में इसके साथ सूखी सब्जियां या तला हुआ लहसुन भी होता है। ज्यादातर नूडल्स में बहुत सारा नमक होता है। एक सर्विंग में 600 से 1500एमजी सोडियम हो सकता है। वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनाइजेशन अच्छे स्वस्थ के लिए रोज 2000एमजी से कम नमक खाने की सलाह देता है। इसलिए एक सर्विंग में ये मात्रा बहुत ज्यादा है। इसमें फाइबर बहुत कम यानी न के बराबर होता है। फाइबर पाचन के लिए जरूरी है।डॉ. अनु कहती हैं कि इंस्टेंट नूडल्स सुविधाजनक हैं, लेकिन पोषक तत्व

नहीं होते हैं। ये स्लो पॉइजन की तरह काम करते हैं अगर रोज खाए जाएं।कभी-कभी खाना भी फायदेमंद तो नहीं पर स्वाद के लिए चल सकता है, लेकिन रोज खाने से समस्या हो सकती है। हफ्ते में दो बार से ज्यादा खाने से महिलाओं में मेटाबॉलिक सिंड्रोम का खतरा बढ़ जाता है। मेटाबॉलिक सिंड्रोम से हार्ट डिजीज, डायबिटीज और दूसरी बीमारियां होती हैं। इसकी वजह, इन्हें बनाने में इस्तेमाल होने वाली चीजें हैं। नूडल्स में मौजूद ढेर सारे सोडियम से ब्लड प्रेशर बढ़ता है, जो हार्ट और किडनी पर दबाव डालता है। भारत में पहले से नमक ज्यादा खाया जाता है, और प्रोसेस्ड फूड इसका बड़ा कारण है। कम फाइबर से कब्ज, आंतों की समस्या और टाइप-2 डायबिटीज का खतरा। पोषक तत्वों की कमी से शरीर कमजोर होता है, इम्यूनिटी घटती है। वेट गेन भी बड़ी मुश्किल है। ये हाई कैलोरी फूड में आते हैं लेकिन पेट ज्यादा देर नहीं भरते हैं। रिफाइंड कार्ब्स से ब्लड शुगर तेज बढ़ता है, जिससे इंसुलिन रेजिस्टेंस और मोटापा। पाचन बिगड़ता है क्योंकि फाइबर कम, ऐडिटिव्स से ब्लोटिंग या इंडाइजेशन। कुछ स्टडीज में एमएसजी और प्रिजर्वेटिव्स से कैंसर का खतरा भी बताया गया है। हाल की आईसीएमआर स्टडी में कहा गया कि ऐसे प्रोसेस्ड फूड्स से डिप्रेशन, एंग्जाइटी जैसी मेंटल हेल्थ प्रॉब्लम्स बढ़ सकती हैं।नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ में पब्लिश एक स्टडी के मुताबिक, कोरियन कॉलेज स्टूडेंट्स में हफ्ते में 3 बार से ज्यादा नूडल्स खाने से डिस्लिपिडेमिया का खतरा 2.6 गुना बढ़ जाता है। इस कंडीशन में ब्लड में ट्राईग्लिसराइड बढ़ जाते हैं। डॉ. अनु अग्रवाल कहती हैं कि एमएसजी से वजन बढ़ना, ब्लड प्रेशर और ब्रेन पर बुरा असर होता है। जनवरी 2025 की रिपोर्ट में सर्दियों में रेमन नूडल्स पर बात हुई, जहां कहा गया कि एमएसजी,टीबीएचक्यू और सोडियम से हार्ट और पेट की बीमारियां बढ़ती हैं। उत्तर प्रदेश में 2024 में एक 7 साल के बच्चे की मौत नूडल्स से जुड़ी बताई गई, जो सदमा देने वाली है। लेकिन इससे पता चलता है कि ज्यादा खाना कितना खतरनाक है। एक्सपर्ट्स कहते हैं कि इंस्टेंट नूडल्स में रिफाइंड कार्ब्स से ब्लड शुगर स्पाइक होता है, जो डायबिटीज का खतरा बढ़ाता है। सैचुरेटेड फैट से कोलेस्ट्रॉल बढ़ता है, जो धमनियों को ब्लॉक करता है। कम न्यूट्रिएंट्स से कैल्शियम, आयरन, विटामिन सी की कमी हो सकती है। लंबे समय में ये इम्यूनिटी कमजोर करती है और बीमारियां आमंत्रित करती हैं। इंस्टेंट नूडल्स को हेल्दी कैसे बनाएं- अगर आप इन्हें पसंद करते हैं तो पूरी तरह छोड़ना जरूरी नहीं। कुछ आसान बदलाव से इन्हें बेहतर बना सकते हैं।सब्जियां मिलाएं- फ्रोजन मटर, पालक, ब्रोकली या गाजर डालें। इससे फाइबर और विटामिन बढ़ेंगे। प्रोटीन ऐड करें- उबला अंडा, टोफू, बीन्स या चिकन। इससे पेट ज्यादा देर भरा रहेगा। फ्लेवर पैकेट कम इस्तेमाल करें। ये नमक का मुख्य स्रोत है। आधा पैकेट यूज करें या लो-सोडियम स्टॉक, लहसुन, अदरक, हर्ब्स या मिर्च मिलाएं। होलग्रेन नूडल्स ट्राई करें- कुछ ब्रांड्स में बकवीट, ब्राउन राइस या मिलेट से बने होते हैं, जो फाइबर ज्यादा देते हैं।

कोविड के बाद बढ़ रहे हेपेटाइटिस केसेज:इसके लक्षणों को लेकर रहें सचेत

नयी दिल्ली। केरल में हेपेटाइटिस के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। केरल का त्रिशूर जिला इसके संक्रमण का केंद्र बन गया है, जहां मामले इतनी तेजी से बढ़ रहे हैं कि स्थानीय लोग घबरा रहे हैं।

स्वास्थ्य विभाग ने आपातकालीन चेतावनी जारी की है और लोगों से सतर्क रहने की अपील की है। इस साल अप्रैल के अंत तक केरल में हेपेटाइटिस के 3,227 मामले सामने आए हैं और 16 मौतें हो चुकी हैं। इसमें एर्नाकुलम, मलप्पुरम और कोझिकोड सबसे ज्यादा प्रभावित जिले रहे हैं। अब त्रिशूर संक्रमण का नया केंद्र बन गया है। पिछले साल केरल में हेपेटाइटिस-ए के 7,943 मामले दर्ज हुए थे और 81 लोगों की मौत हुई थी। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मुताबिक, किसी संक्रमण से होने वाली मौतों के लिए ट्यूबरकुलोसिस के बाद हेपेटाइटिस दूसरी सबसे बड़ी वजह है। इससे हर साल लगभग 13 लाख लोगों की मौत होती है। इसका मतलब है कि हेपेटाइटिस से दुनिया में हर दिन लगभग 3500 लोगों की मौत होती है। केरल में अचानक तेजी से बढ़ रहे मामले चिंता का विषय बन गए हैं।हेपेटाइटिस लिवर में होने वाला इंफ्लेमेशन है, जो वायरस, टॉक्सिन्स या ऑटोइम्यून बीमारियों के कारण होता है। इंफ्लेमेशन हमारे शरीर का इंफेक्शन या इंजरी के प्रति रिस्पॉन्स है। यह एक गंभीर कंडीशन है, जिससे लिवर को काफी नुकसान हो सकता है।आमतौर पर हेपेटाइटिस 2 तरह का होता है- एक्यूट: यह अल्पकालिक होता है, जो लगभग 6 महीने में ठीक हो सकता है। 2. क्रॉनिकः यह लंबे समय तक बना रहता है।इसके अलावा इसे 5 और तरह से बांटा जाता है, हेपेटाइटिस ए, बी,सी,डी, और ई। हेपेटाइटिस के कारण शुरुआत में थकान, पेट के दाहिनी ओर दर्द, भूख न लगना, दस्त और हल्के बुखार जैसे लक्षण दिख सकते हैं। क्रॉनिक हेपेटाइटिस में लक्षण गंभीर हो सकते हैं।हेपेटाइटिस अलग-अलग तरीकों से फैलता है। हेपेटाइटिस ए और ई दूषित भोजन या गंदे पानी के कारण फैल सकता है। जबकि, हेपेटाइटिस बी और सी खून के संपर्क से जैसे नीडल शेयर करने से, अनसेफ सेक्स से या जन्म के दौरान मां से बच्चे में फैल सकता है। हेपेटाइटिस डी तब होता है, जब किसी को पहले से हेपेटाइटिस बी है, क्योंकि इसे बी वायरस की जरूरत होती है। गर्मी और बरसात में हेपेटाइटिस ए और ई के मामले इसलिए बढ़ जाते हैं, क्योंकि गर्मियों में साफ पीने के पानी की समस्या हो जाती है। खाना जल्दी खराब हो जाता है। असल में गर्म मौसम में बैक्टीरिया और वायरस तेजी से पनपते हैं, खासकर गंदगी वाले स्ट्रीट फूड या दूषित पानी में ये और तेजी से पनप सकते हैं। पानी की कमी या खराब जल आपूर्ति से भी संक्रमण का खतरा बढ़ सकता है। इसलिए गर्मियों में साफ पानी पीना और स्वच्छ भोजन करना बहुत जरूरी है।सभी तरह के हेपेटाइटिस खतरनाक नहीं होते हैं, जबकि कुछ गंभीर हो सकते हैं। हेपेटाइटिस ए आमतौर पर हल्का होता है और अक्सर सामान्य इलाज से ही ठीक हो जाता है। हेपेटाइटिस बी और सी क्रॉनिक हो सकते हैं, जिससे सिरोसिस, लिवर कैंसर या लिवर फेल्योर का खतरा हो सकता है। हेपेटाइटिस डी और ई भी गंभीर हो सकते हैं, खासतौर पर जिन लोगों का इम्यून सिस्टम कमजोर है। टॉक्सिक और ऑटोइम्यून हेपेटाइटिस भी लिवर को नुकसान पहुंचा सकते हैं। सही समय पर इलाज और देखभाल से जोखिम कम किया जा सकता है। हां, हेपेटाइटिस का इलाज संभव है, लेकिन यह हेपेटाइटिस के प्रकार पर निर्भर करता है। हेपेटाइटिस ए का इलाज आसानीी से हो सकता है। हेपेटाइटिस सी को डायरेक्ट-एक्टिंग एंटीवायरल दवाओं से पूरी तरह ठीक किया जा सकता है। हेपेटाइटिस बी का क्रॉनिक रूप पूरी तरह ठीक नहीं होता है, लेकिन एंटीवायरल दवाओं से इसे काफी हद तक कंट्रोल किया जा सकता है। अगर टॉक्सिक हेपेटाइटिस है तो इलाज के साथ शराब या टॉक्सिन्स से बचना जरूरी है। इनके गंभीर मामलों में लिवर ट्रांसप्लांट की जरूरत पड़ सकती है।हां, हेपेटाइटिस ए और बी से बचाव के लिए प्रभावी वैक्सीन उपलब्ध हैं। ये वैक्सीन बच्चों और वयस्कों को दी जा सकती हैं। इसकी वैक्सीन उन लोगों को जरूर लगवानी चाहिए, जिन्हें इसका जोखिम ज्यादा रहता है, जैसे कोई स्वास्थ्यकर्मी है। हेपेटाइटिस सी ,डी , और ई के लिए अभी तक कोई वैक्सीन उपलब्ध नहीं है। वैक्सीनेशन के साथ-साथ स्वच्छता का ध्यान रखना बेहद जरूरी है, जैसे साफ पानी पीना और सेफ सेक्स का ध्यान रखें। अपने डॉक्टर से कंसल्ट करके वैक्सीनेशन शेड्यूल कर सकते हैं और जरूरतों के बारे में जानकारी ले सकते हैं, ताकि आप सुरक्षित रहें। कुछ तरह के हेपेटाइटिस संक्रामक होते हैं। हेपेटाइटिस ए और ई दूषित भोजन या पानी से फैल सकते हैं। हेपेटाइटिस बी और सी खून, अनसेफ सेक्स या शेयर्ड नीडल के जरिए फैलते हैं। हेपेटाइटिस बी जन्म के दौरान मां से बच्चे में भी जा सकता है।अगर हेपेटाइटिस बहुत लंबे समय तक बना रहे या संक्रमण बहुत गंभीर हो जाए तो यह कई गंभीर समस्याएं हो सकती हैं: सिरोसिस- यह लिवर में होने वाला घाव या स्कार होता है। अगर लिवर में बार-बार डैमेज हो रहा है और खुद इसे रीजनरेट करके ठीक करने की कोशिश करता है, तो उसमें निशान यानी घाव बन जाते हैं। यह एक गंभीर लिवर प्रॉब्लम है। लिवर कैंसर- हैपेटाइटिस बी और सी वायरस से होने वाली सिरोसिस से लिवर कैंसर का खतरा बढ़ जाता है। यह लिवर कैंसर का सबसे कॉमन प्रकार है। लगभग आधे केस इन्हीं वायरस के कारण होते हैं।लिवर फेल्योर- जब लिवर पूरी तरह काम करना बंद कर देता है तो उसे लिवर फेल्योर कहते हैं। अगर वायरल हेपेटाइटिस तेजी से लिवर को नुकसान पहुंचा रहा है, तो यह कभी यह अचानक से फेल हो सकता है। लंबे समय तक सिरोसिस रहने से भी ऐसा हो सकता है। पोर्टल हाईपरटेंशन- जब सिरोसिस के कारण लिवर में ब्लड सप्लाई करने वाली मुख्य नसों में रुकावट आ जाती है तो खून का दबाव बढ़ जाता है। इसे पोर्टल हाईपरटेंशन कहते हैं।

क्या आप कामकाजी महिलाओं के दोहरे बोझ को कम करने के बारे में सोच रहे हैं?

शुक्रवार को अधिकांश अंतरराष्ट्रीय अखबारों के पहले पन्ने पर शीर्ष वरीयता प्राप्त जानिक सिनर की तस्वीर छपी थी, जिन्हें फ्रेंच ओपन जीतने का प्रबल दावेदार माना जा रहा था। लेकिन इसकी वजह यह नहीं थी कि उन्होंने पिछले दिन कोई मैच जीता था, बल्कि यह थी कि वे विश्व रैंकिंग में 56वें स्थान पर मौजूद हुआन मानुएल सीरुन्दोलो से हार गए थे। अधिकांश अखबारों ने उनकी हार का कारण यह बताया कि 'झुलसा देने वाली धूप ने फिलिप-शात्रिये कोर्ट को एक विशाल बैगेट ओवन में बदल दिया था और सिनर की हालत इतनी बिगड़ गई कि उन्हें पहचानना तक मुश्किल हो गया था।' मैच के बाद सिनर ने कहा, 'मुझे याद नहीं आखिरी बार मैं कब इतना कमजोर महसूस कर रहा था। मैं पूरी तरह थक चुका था- मेरा पूरा शरीर जवाब दे रहा था।' अधिकांश समाचार पत्रों और खेल पत्रकारों ने उनकी हार के लिए भीषण गर्मी को ही जिम्मेदार ठहराया। वास्तव में दुनिया के नंबर एक खिलाड़ी तीसरे सेट में जीत से केवल एक गेम दूर थे, और ठीक उसी समय गर्मी ने उनकी सारी ऊर्जा सोख ली। इसे पढ़ते ही मुझे कुछ विश्वविद्यालय प्राध्यापिकाओं और स्कूल शिक्षिकाओं की याद आ गई, जो बताती रहती हैं कि दिनभर का पेशेवर काम पूरा करने के बाद जब वे अपनी 'सेकंड शिफ्ट' करने घर लौटती हैं, तो गर्मी और थकान उनकी सारी ऊर्जा चूस लेती है। यह ऐसा काम है, जिसमें कोई छुट्टी नहीं मिलती। उनका कहना था कि वे प्रतिदिन इस दबाव के नीचे निढाल हो जाती हैं और उनकी थकान को समझने या बांटने वाला कोई नहीं होता। और वे बिल्कुल सही थीं। अनेक कंजर्वेटिव या पारंपरिक परिवार गर्व के साथ कामकाजी बहू को स्वीकार तो कर लेते हैं, परंतु इसका प्रमुख कारण अकसर उससे मिलने वाला आर्थिक लाभ या सामाजिक प्रतिष्ठा होता है। लेकिन यह स्वीकृति प्रायः शर्तों के साथ आती है। मूल धारणा यही बनी रहती है कि उसके जॉब को पारंपरिक घरेलू बुनावट या परिवार की सुविधाओं में किसी प्रकार का व्यवधान नहीं डालना चाहिए। समाज और मीडिया द्वारा गढ़े गए सुपरवुमन के मिथक ने आदर्श भारतीय महिला का एक अवास्तविक मानक स्थापित कर दिया है, जो मानो बिना किसी कठिनाई के सब कुछ हासिल कर सकती है। यदि वे सहायता मांगें, घरेलू कामकाज को किसी और से साझा करने का प्रयास करें या अपनी थकान जाहिर करें, तो इसे अकसर उनकी नाकामी या परिवार के प्रति समर्पण की कमी के रूप में देखा जाता है। जिस प्रकार कोई विश्व नंबर एक खिलाड़ी भीषण गर्मी में हमेशा जीत नहीं सकता, उसी प्रकार इन युवा महिलाओं से यह अपेक्षा करना भी अवास्तविक है कि वे एक आधुनिक पेशेवर की तरह कमाएं भी और एक पारंपरिक गृहणी की तरह सेवा भी करें। जब ये कामकाजी महिलाएं रसोइयों, सफाईकर्मियों या आया जैसी घरेलू सहायिकाओं को नियुक्त करके अपनी समय की कमी की समस्या का समाधान करने का प्रयास करती हैं, तो उन्हें अकसर प्रतिरोध या आलोचनात्मक निगरानी का सामना करना पड़ता है। परिवार के सदस्य बाहर के सहायकों द्वारा किए गए कार्य की गुणवत्ता पर सवाल उठा सकते हैं, उसमें अत्यधिक हस्तक्षेप कर सकते हैं, या फिर सूक्ष्म रूप से कामकाजी महिलाओं को यह संकेत देकर उनमें अपराध-बोध पैदा कर सकते हैं कि उनके कारण परिवार उपेक्षित हो रहा है या परायों के हाथ का खाना खा रहा है। दूसरी ओर- विशेषकर उभरते हुए शहरों की टाउनशिप में रहने वाले कुछ वरिष्ठ सदस्य- जो कठोर जेंडर भूमिकाओं वाले युग में बड़े हुए हैं, अकसर उन्हीं पैटर्न्स को आगे बढ़ाते हैं, जिन्हें उन्होंने स्वयं झेला था। यदि सास ने अपने समय में पूरा घर अकेले संभाला था, तो ऐसे परिवारों में नई बहुओं द्वारा काम के बंटवारे की मांग को कभी-कभी अधिकार-बोध या आलस्य के रूप में देखा जाता है। इसके अलावा, परिवार की शक्ति-संरचनाएं भी किसी नई दुल्हन के लिए घरेलू कामकाज की जिम्मेदारियों को सम्भालना बहुत मुश्किल बना देती हैं। जब किसी व्यक्ति से पर्याप्त आराम या सहयोग के बिना दो फुल-टाइम भूमिकाओं में लगातार बेहतरीन प्रदर्शन की अपेक्षा की जाती है, तो उसका परिणाम मानसिक और भावनात्मक थकान के रूप में सामने आता है। ऐसी महिलाएं एक निरंतर 'ऑलवेज़-ऑन' वाली अवस्था में जीती हैं, जहां उन्हें सही मायनों में आराम करने का बहुत कम अवसर मिलता है। उनका मन लगातार एक मानसिक चेकलिस्ट का प्रबंधन करता रहता है- ऑफिस की डेडलाइंस के साथ-साथ घर की जरूरतों- जैसे किराने का सामान, बच्चों की देखभाल और भोजन की योजना। धीरे-धीरे यह स्थिति एक टाइम-डिसीज़ का रूप ले लेती है, जो वस्तुतः इस मनोवैज्ञानिक अनुभूति को दर्शाती है कि समय कभी भी काफी नहीं होता।इसका परिणाम लगातार भाग-दौड़, अत्यधिक सतर्कता और अवकाश के क्षणों में भी आराम न कर पाने के रूप में सामने आता है। कामकाजी महिलाओं पर पड़ने वाले इस दोहरे बोझ को कम करने के लिए घरेलू स्तर पर तत्काल बदलाव, जीवनसाथी का सहयोग और परिवारों के कम्युनिकेट करने के तरीके में परिवर्तन- इन तीनों की आवश्यकता है। फंडा यह है कि जिस प्रकार खेल जगत अपने किसी चैंपियन के पीछे मजबूती से खड़ा होता है, उसी प्रकार हमें भी अपनी बहुओं के पीछे खड़ा होना चाहिए- क्योंकि वे भी हमारी बेटियां ही हैं। एन. रघुरामन

किटी पार्टियां बुक क्लब्स से किताब का एक पन्ना ले सकती हैं!

85 साल की बेकी नेडेलमैन आज भी अमेरिका के लॉस एंजिल्स में अपना क्लब चलाती हैं। 2001 में शुरू हुए इस क्लब के सदस्य हर महीने मिलते हैं। कुछ सदस्य तो 90 से अधिक उम्र के हैं। उन्होंने कभी मासिक मीटिंग मिस नहीं की। हमारी किटी पार्टियों की तरह यह भी किसी एक महिला के घर पर होती है, जो मौसम के हिसाब से स्नैक्स और ड्रिंक्स का इंतजाम करती हैं। यह साथ उनकी जिंदगी के हर दौर से गुजरा है- शादी से मां बनने तक और बीमारी से तलाक तक। सदस्य तभी कम होते हैं, जब दुर्भाग्य से कोई गुजर जाए या कहीं और चला जाए। बेकी कहती हैं कि हर गुजरते साल के साथ इसका भावनात्मक महत्व और बढ़ता है। ये मुलाकातें जितनी लंबी चलती हैं, उतना ही वे एक-दूसरे के लिए अहम बनती जाती हैं। आज वे उस उम्र में हैं, जहां कभी-कभी दोस्तों को खो देती हैं। कई ने अपने पति भी खो दिए हैं। इसीलिए ये मीटिंग्स और भी अहम हो जाती हैं। तो मिल कर वे क्या करती हैं? वे किताबें पढ़ती हैं। हां, सही पढ़ा। यही उनकी किटी पार्टी है। 25 वर्षों में उन्होंने 252 किताबें पढ़ ली हैं। ये सदस्य हर किताब पर जीवंत बहस करते हैं। सदस्यों के दिमागी तौर पर खुलेपन के कारण यह क्लब चल रहा है। किसी को लेखक पसंद आता है, लेकिन उसकी किताब नहीं। किसी के विचार इससे उलट होते हैं। कुछ सोचते हैं कि लेखक को किताब का अंत कैसे करना चाहिए था। यही बहस हर मीटिंग के बाद उन्हें और समझदार बनाती है, क्योंकि उन्हें एक ही किताब पर कई नजरिए सुनने को मिलते हैं। इससे उन्हें एक विषय को विविध नजरियों से देखने में मदद मिलती है। हममें से कई लोगों ने देखा होगा कि हमारी मासिक मीटिंग्स घटती रुचि, समय न मिलने, घरेलू कारणों, यात्रा या रिश्तेदारों से जुड़े मसलों के कारण खत्म हो जाती हैं। लेकिन 'बेकीज बुक क्लब' की हर मीटिंग में आज भी जीवंत बहस होती है। किताब या लेखक के बारे में हर महिला की राय को दूसरे धैर्य से सुनते हैं और बहस करते हैं, क्योंकि यह पुराने दोस्तों का समूह है- जो गपशप नहीं, साहित्य पर बात करने जुटते हैं। अमेरिका में महिलाओं के अलग-अलग क्लब होते हैं- जैसे इन्वेस्टमेंट क्लब, जहां निवेश पर चर्चा होती है। प्लान्ड पैरेंटहुड क्लब, जहां माता-पिता बनने से पहले की तैयारियां साझा होती हैं। ऐसे ही बेकीज बुक क्लब में सिर्फ साहित्य प्रेमी और सच्चे बुक-रीडर हैं। जून 2001 से यह समूह 252 किताबें पढ़ चुका है और हर किताब का विस्तृत रिकॉर्ड रख रहा है। समूह समकालीन साहित्य पढ़ता है, लेकिन बीच-बीच में वे क्लासिक्स भी पढ़ लेते हैं। जो चीज इस समूह को खास और बिना रुकावट चलने वाला बनाती है, वह यह है कि हर सदस्य अलग-अलग विषयों की किताबें पढ़ने को तैयार रहता है। वे कोई विचार यह कहकर नहीं ठुकराते कि 'मुझे ऐसी किताबें पढ़ना पसंद नहीं।' पढ़ना उम्रदराज लोगों के दिमाग को गॉसिप से दूर रखकर साझा बौद्धिक चर्चा से जोड़ता है, जिससे स्थिर व रचनात्मक समुदाय बनता है। अलग-अलग साहित्य पर जीवंत चर्चा सदस्यों को सक्रिय व बौद्धिक तौर पर मजबूत रखती है। यह मेंटल वर्कआउट जैसा है, जो 90 की उम्र में भी कॉग्निटिव क्षमता मजबूत रखता है। रिसर्च बताती है कि ऐसा कॉग्निटिव स्टिमुलेशन दिमाग के न्यूरल पाथ-वे को सक्रिय रख कर डिमेंशिया, अल्जाइमर से लंबे समय बचाए रख सकता है। अध्ययन ये भी बताते हैं कि किताबें पढ़ने वाले लोग उन लोगों से ज्यादा जीते हैं, जो नहीं पढ़ते। मानसिक सक्रियता और बेकीज जैसे क्लब्स में मिलने वाले सामाजिक सहारे का कॉम्बिनेशन बढ़ती उम्र में एक ताकतवर 'सर्वाइवल एडवांटेज' बनाते हैं। ये क्लब्स स्ट्रेस मैनेजमेंट के अलावा अकेलेपन से जूझने में मदद करते हैं। उद्देश्य देते हैं, जैसे 252 किताबें पढ़ना। और सबसे अहम, बुजुर्गों को अपनी जिंदगी जीने में मदद करते हैं। यह निजी पीड़ा को साझा मानवीय अनुभवों में बदल देते हैं। फंडा यह है कि अगर हमारी किटी पार्टियों में कम से कम 100 पेज की किताबें पढ़ना शुरू करें तो इससे हमारी समझदार महिलाओं का ज्ञान जीवन के कई पहलुओं में और अधिक समृद्ध हो सकता है। एन. रघुरामन

हमें क्या चाहिए- संस्कृति में बदलाव या सख्त कार्रवाई

1. 'मैं डॉक्टर बनना चाहता था। मैं हमेशा अच्छे नंबर लाने के लिए पढ़ाई करता था। लेकिन जापानियों ने मुझे बताया कि पढ़ाई क्यों जरूरी है। वहां शिक्षा का मूल सिद्धांत यह है कि तकनीक में प्रगति जिज्ञासा की वजह से हुई है।' 2. 'पूरा देश स्वच्छ है। हमें वहां प्लास्टिक का टुकड़ा भी नहीं दिखेगा। मैं उनकी दयालुता, सहानुभूति और जिम्मेदारी की भावना से बहुत प्रभावित हुआ।' 3. 'मैं जापानियों का सिविक सेंस देखकर हैरान रह गया। वहां लोगों के चेहरे पर हमेशा मुस्कान रहती है।' ये बातें किसी महान शख्सियत ने नहीं कहीं, बल्कि गुरुवार को ये प्रतिक्रियाएं कर्नाटक के उन तीन स्टूडेंट्स की थीं, जो 56 भारतीय छात्रों के समूह के साथ काशिवा स्थित शिबुरा इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी गए थे। वहां उन्होंने नोबेल पुरस्कार विजेताओं समेत प्रमुख वैज्ञानिकों की विशेष कक्षाओं में हिस्सा लिया। जापान की प्रमुख यूनिवर्सिटीज और रिसर्च संस्थानों का दौरा किया। जापानी हाईस्कूल छात्रों के साथ सामाजिक गतिविधियों में शामिल हुए और वहां की संस्कृति को महसूस किया। उसी गुरुवार को इस जगह से मीलों दूर कोलकाता में राज्य की नगरीय मामलों की मंत्री अग्निमित्रा पॉल ने घोषणा की कि 'अगले तीन महीने हम जागरूकता और इंफ्रास्ट्रक्चर निर्माण अभियान चलाएंगे। लोगों से आग्रह करेंगे कि वे सड़कों पर कचरा न फेंकें। तीन माह बाद 1 सितंबर से कचरा फैलाने वालों पर जुर्माना लगाएंगे।'इन बच्चों के लिए सबसे बड़ा सबक था कि वहां के स्कूलों में सिविक रेस्पॉन्सिबिलिटी, नैतिकता, सहानुभूति और धैर्य सिखाने पर ज्यादा जोर देते हैं। यह उस अनुभव से बिल्कुल अलग था, जिसके ये स्टूडेंट आदी थे। भारतीय शिक्षा व्यवस्था में साइंस, टेक्नोलॉजी, इंजीनियरिंग और मैथ्स, बोर्ड परीक्षाओं और कम उम्र से अंग्रेजी की दक्षता को अत्यधिक प्राथमिकता दी जाती है। भारत में सफलता को अकसर नंबर, रैंक और किताबी ज्ञान से मापते हैं। जबकि जापान में, खासकर शुरुआती और विशेष विकास के चरणों में, सफलता इससे मापी जाती है कि बच्चा अपनी रोजमर्रा की जिंदगी कितने अच्छे-से संभालता है, टीम को कितना सहयोग करता है और कितनी भावनात्मक मजबूती दिखाता है। अगर वहां के पाठ्यक्रम को करीब से देखें तो उसे जानबूझकर ऐसा बनाया गया है, ताकि स्वतंत्र और सिविक-माइंडेड वयस्क तैयार किए जा सकें। वहां कुकिंग और सिलाई भी सिखाई जाती है, जिसे 'कतैका' कहते हैं। यह कोई बेकार विषय नहीं, बल्कि 'होम इकॉनॉमिक्स' के तौर पर जापान में लड़के और लड़कियों दोनों के लिए अनिवार्य विषय है। स्टूडेंट्स इसे सिर्फ इसलिए नहीं सीखते कि बड़े होकर पैरेंट्स या घरेलू सहायकों पर निर्भर न रहें, बल्कि इसमें वे न्यूट्रिशनल बैलेंस, बजटिंग और कपड़ों की मरम्मत सीखते हैं। फिर आता है संगीत और खेल। वे इसे बौद्धिक विकास, भावनात्मक अभिव्यक्ति और सामूहिक सामंजस्य का जरूरी साधन मानते हैं। जापान में बचपन में भारी अकादमिक परीक्षाओं को जानबूझकर टाला जाता है। वहां मान्यता है कि स्कूल के शुरुआती सालों में बच्चों को परीक्षा के अंकों के आधार पर 'स्मार्ट' और 'स्ट्रगलिंग' श्रेणियों में बांटने के बजाय उनमें चरित्र, व्यवहार और समाज के प्रति लगाव को विकसित करना चाहिए। जापानी शिक्षा मंत्रालय इन व्यवस्थाओं को स्पष्ट रूप से 'इकिरु चिकारा' नामक सिद्धांत के इर्द-गिर्द बुनता है, जिसका अर्थ है- 'जीने का उत्साह।' इसका उद्देश्य तीन मुख्य स्तंभों के बीच संतुलन बनाना है। 1. शैक्षणिक योग्यता, महज रटने के लिए नहीं बल्कि समस्या सुलझाने के लिए। 2. समृद्ध मानवीय गुण, यानी नैतिकता, सहानुभूति और नागरिक जिम्मेदारी। 3. स्वास्थ्य और शारीरिक मजबूती, जो दृढ़ता और आत्मअनुशासन लाती है। जापानी स्कूलों का मतलब अकादमिक पढ़ाई से कहीं ज्यादा है। वे चरित्र निर्माण के संपूर्ण तंत्र के जैसे काम करते हैं, जहां नैतिकता, नागरिक कर्तव्य और सख्त सामाजिक अनुशासन को रोजमर्रा की जिंदगी में शामिल किया जाता है। किताबों से परे स्टूडेंट्स स्कूल चलाने में सक्रिय भागीदारी निभाते हैं, कठोर क्लब गतिविधियों में हिस्सा लेते हैं और प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करते हैं। फंडा यह है कि यह लड़ाई नैतिकता और दबाव के बीच की है। अगर आप भावी पीढ़ी के लिए यह जंग जीतना चाहते हैं तो उन्हें स्कूली दिनों में ही सहानुभूति का पाठ पढ़ाना चुनिए, ताकि हमें कार्रवाई के लिए कानून बनाने को मजबूर न होना पड़े। एन. रघुरामन

आप अपनी रिटायरमेंट लाइफ कैसे बिताना चाहते हैं?

रवि और राधा (काल्पनिक नाम) की शादी तब हुई थी, जब रवि 26 साल के और राधा 22 की थीं। शादी के 38 सालों में उन्होंने हर चीज आपसी बातचीत से तय की। दोनों जिस पर राजी हुए, वो काम पूरा किया। उन्होंने एक घर का ही नहीं, बल्कि अपने शहर से 200 किमी दूर एक हॉलिडे होम का भी लोन चुका दिया। दो बच्चों को पाला-पोसा और सेटल कर दिया। अच्छा-खासा पेंशन फंड भी बना लिया, जिससे कम से कम एक इंटरनेशनल ट्रैवल और आधा दर्जन घरेलू छुट्टियों का खर्च निकल सकता है। बाकी वीकेंड वे हॉलिडे होम में बिताते थे। आज 67 साल के रवि और 63 साल की राधा की एक अलग समस्या है। उन्होंने यह प्लान ही नहीं किया कि रिटायरमेंट के बाद क्या होगा। राधा के पास रिटायरमेंट के बाद के कामों की सूची थी और रिटायर होते ही उन्होंने शुरू भी कर दिए। जबकि रवि का रिटायर होने का इरादा नहीं था। अंततः जब उन्होंने रिटायरमेंट पर बात शुरू की तो एहसास हुआ कि दोनों अलग दिशाओं में सोच रहे हैं। इन दोनों की भांति कई लोगों के लिए रिटायरमेंट प्लानिंग एक नंबर एक्सरसाइज जैसी होती है- कितना पैसा है, कितना चाहिए, कितने समय तक चलेगा और टैक्स कम करने के लिए इसे कैसे खर्च करें? जबकि कपल्स को सोचना यह चाहिए कि मौजूद पैसे को वे कितने लंबे समय तक एंजॉय कर सकते हैं। लेकिन असल में होता यह है कि तीन दशकों तक बचत के एक्सपर्ट बन चुके कपल्स को पता ही नहीं होता कि पैसे को किस चीज पर खर्च किया जाए। मैंने ज्यादातर कपल्स में रवि जैसी सोच देखी है- 60 की रिटायरमेंट उम्र के बाद 2 साल का एक्सटेंशन पाने की जी-तोड़ कोशिश। फिर 3 साल पार्ट टाइम और 68 तक कंसल्टिंग। उसके बाद यथासंभव गिग एम्प्लॉयमेंट, ताकि बचत में कमी न हो। पहले लोग तय उम्र में रिटायर हो जाते थे। उसके बाद काम बंद। आज चीजें बदल गई हैं। अपेक्षाकृत लंबे जीवन के साथ लोग अधिक फ्लेक्सिबली काम कर रहे हैं। अलग-अलग उम्र में रिटायर हो रहे हैं और महज अपनी ही नहीं, बल्कि पैरेंट्स की सम्पत्ति भी पा रहे हैं। इससे सामाजिक ताना-बाना बदल गया है। वे सिर्फ पैसे के लिए काम नहीं करते। रवि जैसे लोगों को काम से स्ट्रक्चर, स्टेटस, सोशल कनेक्शन और उद्देश्य भी मिलता है। लेकिन जब काम बंद होता है तो ये चीजें अपने आप ट्रांसफर नहीं होतीं। कुछ लोगों को यह बदलाव आजादी जैसा लगता है तो कई दूसरों को अस्थिर करने वाला। और रिटायरमेंट के बाद यदि एक पार्टनर पहचान खोने से जूझ रहा हो, जबकि दूसरा समृद्ध है तो यह असंतुलन रिश्ते पर दबाव डालता है। यह सलाह दी जाती है कि कपल्स इन सवालों के जवाब खोजें : आप कब और कैसे काम बंद करना चाहते हैं? तब एक सामान्य हफ्ता कैसा होगा? कोई छुट्टी वाला या रोमांटिक नहीं, बल्कि साधारण बुधवार कैसा होगा? आप क्या करेंगे? कहां रहेंगे? दोनों को कौन-सी चीज उद्देश्य या जुड़ाव का भाव देगी? कौन-सा पैसा किसका है और महीने का खर्च कहां से आएगा? जब आय नियमित सैलरी की जगह पेंशन, बचत और गिग वर्क से आने लगे तो यह सवाल पहले से ज्यादा मायने रखता है कि किसके कंट्रोल में क्या है और कौन आर्थिक रूप से सुरक्षित महसूस करता है। आप दोनों किस बात से डरते हैं? शायद पैसे खत्म हो जाने से, उद्देश्य खोने से, बोझ बन जाने से या जो चाहते हैं, वह करने से पहले ही मर जाने से। क्या होगा यदि आपमें से किसी को देखभाल की जरूरत पड़े या कोई पहले गुजर जाए? क्या जिंदा बचा पार्टनर जानता है कि सब कुछ कहां है? उसे सारी बचत और सम्पत्ति की जानकारी है? इन पर बातचीत नहीं करने के गंभीर नतीजे हो सकते हैं। फंडा यह है कि पैसा बेहद जरूरी है, लेकिन पैसा इसलिए है कि आपको बेहतर जिंदगी दे सके। और रिटायरमेंट से आप दोनों क्या चाहते हैं, इस पर बात किए बिना आप साझा खुशहाल जीवन की योजना नहीं बना सकते। (एन. रघुरामन)

नेपाल के मशहूर पर्वतारोही निर्मल पुर्जा की पाकिस्तान में हिमस्खलन के चलते गई जान,8 हजार मीटर ऊंची ब्रॉड-पीक पर चढ़ रहे थे

काराकोरम। उनका मकसद था दुनिया की 8,000 मीटर से ऊंची सभी 14 चोटियों को सिर्फ सात महीने में फतह करना। उस समय इसे लगभग असंभव माना जा रहा था। निर्मल पुर्जा ने यह कारनामा महज छह महीने और छह दिन में पूरा कर दिया। इसके साथ ही उन्होंने दक्षिण कोरिया के पर्वतारोही किम चांग-हो का करीब 8 साल पुराना विश्व रिकॉर्ड तोड़ दिया। तीसरी बार ब्रॉड पीक की चढ़ाई में जान गई-निर्मल पुर्जा ने पहली बार ब्रॉड पीक को 2019 में प्रोजेक्ट पॉसिबल के दौरान फतह किया था। ब्रॉड पीक को दुनिया के सबसे मुश्किल पर्वतों में गिना जाता है। दूसरी बार इस चोटी को उन्होंने 2023 में फतह किया। तब उन्होंने बिना सप्लीमेंट ऑक्सीजन के चढ़ाई की थी। इस चढ़ाई की सबसे बड़ी खासियत यह थी कि उन्होंने पाकिस्तान की पांचों 8,000 मीटर से ऊंची चोटियां (नंगा पर्वत, गाशरब्रुम-2, गाशरब्रुम-1, ब्रॉड पीक और के2) सिर्फ 26 दिनों में फतह कर नया गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड बनाया। तीसरी बार ब्रॉड पीक पर चढ़ाई के दौरान शिखर के पास हिमस्खलन की चपेट में आने से उनका निधन हो गया। ब्रिटिश स्पेशल फोर्स जॉइन करने वाले पहले नेपाली-निर्मल पुर्जा का जन्म 25 जुलाई 1983 को नेपाल के म्याग्दी जिले के दाना गांव में हुआ था। उनके परिवार का सेना से गहरा नाता रहा है। कई पीढ़ियों से परिवार के लोग गोरखा रेजिमेंट में सेवा करते रहे। उनके पिता और तीन बड़े भाई भी गोरखा सैनिक थे। ऐसे माहौल में पले-बढ़े निर्मल ने भी बचपन से ही सैनिक बनने का सपना देखा। बाद में उन्होंने इसी परंपरा को आगे बढ़ाया और ब्रिटिश सेना की गोरखा रेजिमेंट में भर्ती हो गए।करीब छह साल तक गोरखा सैनिक के रूप में सेवा देने के बाद उन्होंने एक और बड़ी उपलब्धि हासिल की। वह ब्रिटिश रॉयल नेवी की स्पेशल बोट सर्विस (एसबीएस) में शामिल होने वाले पहले नेपाली बने। एसबीएस ब्रिटेन की नौसेना की सबसे खतरनाक और प्रतिष्ठित स्पेशल फोर्स है। इसके सैनिक समुद्र, पहाड़, जंगल और दुश्मन के इलाके में सीक्रेट ऑपरेशन चलाने के लिए ट्रेंड होते हैं। इसमें चयन इतना मुश्किल है कि बहुत कम सैनिक इसे पूरा कर पाते हैं। सपने को पूरा करने के लिए नौकरी छोड़ दी-सेना में रहते हुए निर्मल पुर्जा ने अत्यधिक ठंडे और मुश्किल इलाकों में कई स्पेशल ऑपरेशन में हिस्सा लिया। इसी दौरान उनके मन में दुनिया की सबसे ऊंची चोटियों को फतह करने का ख्याल आया-साल 2012 में निर्मल पुर्जा पहली बार एवरेस्ट बेस कैंप ट्रेक पर गए थे। उस समय वह सेना में थे तभी उनके मन में एवरेस्ट की चोटी पर चढ़ने का ख्याल आया। इसके लिए उन्होंने ट्रेनिंग शुरू की। करीब दो साल की मेहनत के बाद 2014 में उन्होंने पहली बार माउंट एवरेस्ट फतह किया। इसके बाद उन्होंने दुनिया की 8,000 मीटर से ऊंची सभी चोटियों पर चढ़ने का लक्ष्य बना लिया।अपने इस सपने को पूरा करने के लिए उन्होंने 2018 में अपनी नौकरी छोड़ दी और पूरी तरह पर्वतारोहण पर फोकस किया। इसमें सबसे बड़ी चुनौती पैसों की थी। खर्च जुटाने के लिए उन्होंने अपना घर तक बेच दिया, ताकि दुनिया की सबसे ऊंची चोटियों पर चढ़ने का सपना पूरा कर सकें। नेटफ्लिक्स की डॉक्यूमेंट्री से दुनियाभर में मिली पहचान-2019 में छह महीने और छह दिन में दुनिया की 14 सबसे ऊंची चोटियां फतह करने के बाद निर्मल पुर्जा की कहानी पूरी दुनिया तक पहुंची। उनके इस रिकॉर्ड अभियान पर नेटफ्लिक्स ने '14 पीक्सः नथिंग इज इम्पॉसिबल' नाम से डॉक्यूमेंट्री बनाई। इस डॉक्यूमेंट्री में दिखाया गया कि कैसे निर्मल पुर्जा और उनकी नेपाली टीम ने बेहद कम समय में दुनिया की सबसे कठिन चोटियों को फतह किया। इसमें उनके सामने आई खराब मौसम की चुनौतियां, मौत का खतरा, ऑक्सीजन की कमी और कई जानलेवा हालात भी दिखाए गए हैं। डॉक्यूमेंट्री रिलीज होने के बाद इसे 191 देशों में देखा गया। इसके जरिए नेपाली पर्वतारोहियों के योगदान पर पूरी दुनिया का ध्यान गया। इससे पहले पर्वतारोहण की बड़ी उपलब्धियों में अक्सर विदेशी पर्वतारोहियों की चर्चा होती थी, जबकि नेपाली शेरपाओं और पर्वतारोहियों की भूमिका उतनी सामने नहीं आ पाती थी। इसके बाद 2020 में निर्मल पुर्जा ने 'बियॉन्ड पॉसिबल' नाम से अपनी आत्मकथा भी प्रकाशित की। इस किताब में उन्होंने अपने बचपन, सैन्य जीवन, पर्वतारोहण की शुरुआत, 'प्रोजेक्ट पॉसिबल' और विश्व रिकॉर्ड बनाने तक के पूरे सफर को विस्तार से बताया है। रिकॉर्ड की परवाह किए बिना पर्वतारोही का रेस्क्यू किया निर्मल पुर्जा ने प्रोजेक्ट पॉसिबल के तहत अन्नपूर्णा-1 पर सफल चढ़ाई की। लौटे तो पता चला कि मलेशिया के डॉ. वुई किन चिन अन्नपूर्णा पर फंसे हुए हैं। पुर्जा रिकॉर्ड की परवाह किए बगैर हेलिकॉप्टर से ऊंचाई वाले कैंप तक पहुंचे। रेस्क्यू शुरू किया। उनकी टीम करीब 4 घंटे में डॉ. चिन तक पहुंच गई। सामान्य रूप से यह दूरी करीब 16 घंटे में पूरी होती है। डॉ. चिन को नीचे लाया गया, हालांकि बाद में सिंगापुर के अस्पताल में उनकी मौत हो गई।

कुलगाम में हिंदू मजदूरों की हत्या का शक लतीफ पर, लश्कर से जुड़ा, अनंतनाग में 10 दिन पहले कॉन्स्टेबल की हत्या में भी इसका ही नाम आया था

श्रीनगर। दक्षिण कश्मीर के कुलगाम में 2 हिंदू मजदूरों की हत्या आतंकी संगठन द रेजिस्टेंस फ्रंट के आतंकियों ने की है। यह जानकारी खुफिया सूत्रों ने दी है। ये फ्रंट लश्कर ए तैयबा से जुड़ा है। सूत्रों ने बताया कि इस वारदात को अंजाम आतंकी मोहम्मद लतीफ ने दिया है। इसी ने 22 जुलाई को अनंतनाग में हेड कॉन्स्टेबल आशिक हुसैन कुरैशी की लाल चौक इलाके में दिनदहाड़े गोली मारकर हत्या कर दी थी। शुक्रवार रात करीब 8:30 बजे कुलगाम के केलाम में आतंकियों ने ईंट-भट्ठे पर काम कर रहे 2 हिंदू मजदूरों को नाम पूछकर गोली मार दी। पुलिस को यह जानकारी मौके पर मौजूद दूसरे मजदूरों ने दी। दोनों मृतक छत्तीसगढ़ के रहने वाले थे। ये हत्याएं पहलगाम जैसे पैटर्न पर की गई। 22 अप्रैल 2025 को पहलगाम में आतंकी हमला हुआ था। इसमें आतंकियों ने 26 पर्यटकों को उनका धर्म पूछकर मार दिया था। लतीफ मोटरसाइकिल पर पहुंचा था-रिपोर्ट्स के मुताबिक, लतीफ और उसका साथी मोटरसाइकिल पर प्रवासी मजदूरों के पास पहुंचा था। इन्होंने पहचान पत्र चेक किए और बहुत करीब से गोलीबारी की। स्थानीय लोगों के मुताबिक, उन्होंने 10-12 राउंड फायर की आवाज सुनी। एजेंसियों के अनुसार, लतीफ ने यह हमला इसलिए किया, ताकि वह यह संदेश दे सके कि उसका मॉड्यूल अब भी एक्टिव है और आतंकी हमले करने में सक्षम है। खुफिया सूत्रों का मानना है कि इस गोलीबारी की साजिश सीमा पार बैठे लश्कर के हैंडलर्स ने रची। शक मुख्य रूप से सज्जाद जट्ट / सैफुल्ला पर है, जो पाकिस्तान में रहने वाला जैश का सीनियर हैंडलर है। बीते दो-तीन साल में कश्मीर के ईंट-भट्ठों पर ऐसे ही आतंकी हमले हुए थे, जिसके बाद पुलिस ने यहां सीसीटीवी कैमरे लगाने का निर्देश दिया था। इस ईंट भट्ठे पर भी सीसीटीवी कैमरे लगे थे, जिसके फुटेज की पड़ताल की जा रही है। इस पूरे इलाके में 20 से ज्यादा ईंट भट्ठे हैं। यूपी-बिहार समेत 6 राज्यों से आते हैं सबसे ज्यादा मजदूर-करीब 3/5 लाख प्रवासी मजदूर हर साल मौसमी या अस्थायी काम के लिए जम्मू-कश्मीर पहुंचते हैं। इनमें सबसे ज्यादा मजदूर बिहार, उत्तर प्रदेश, झारखंड, पश्चिम बंगाल, ओडिशा और छत्तीसगढ़ से आते हैं। ये कंस्ट्रक्शन, ईंट-भट्ठों, सड़क परियोजनाओं, बागवानी, कृषि, होटल-पर्यटन और छोटे उद्योगों में काम करते हैं।

पाकिस्तान में गैंगस्टर उजैर बलोच के भाई पर हमला,ल्यारी में अज्ञात हमलावरों ने घर के बाहर गोली मारी, हालत गंभीर

कराची। पाकिस्तान के कराची में जेल में बंद कुख्यात गैंगस्टर उजैर बलोच के भाई जुबैर बलोच पर गुरुवार शाम जानलेवा हमला हुआ।

कराची के ल्यारी इलाके में उनके घर के बाहर बाइक सवार अज्ञात हमलावरों ने ताबड़तोड़ फायरिंग कर दी। हमले में 40 साल के जुबैर गंभीर रूप से घायल हो गए, जबकि गोलीबारी की चपेट में आए दो राहगीर भी जख्मी हुए हैं। पाकिस्तानी मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, जुबैर के सीने और पेट में गोलियां लगी हैं और उनकी हालत गंभीर बनी हुई है। पाकिस्तानी अखबार डॉन के मुताबिक, हमलावर वारदात को अंजाम देने के बाद मौके से फरार हो गए। घायलों को तुरंत कराची के सिविल अस्पताल ले जाया गया, जहां जुबैर की सर्जरी की गई। अस्पताल प्रशासन के अनुसार, घायल राहगीरों में से एक की हालत भी गंभीर है। अपराधियों को पकड़ने के लिए चेकिंग तेजपुलिस ने घटनास्थल के आसपास लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगालना शुरू कर दिया है ताकि हमलावरों के भागने के रूट का पता लगाया जा सके। मौके से गोलियों के खोल बरामद किए गए हैं, जिन्हें फॉरेंसिक जांच के लिए भेज दिया गया है ताकि इस्तेमाल किए गए हथियार के प्रकार का पता चल सके। हमले के बाद ल्यारी में स्थिति तनावपूर्ण है, जिसके चलते वहां अतिरिक्त पुलिस बल और रेंजरों की तैनाती कर दी गई है। संदिग्धों को पकड़ने के लिए कराची के एंट्री और एग्जिट पॉइंट्स पर चेकिंग तेज कर दी गई है। गैंगवार और पुरानी रंजिश की जांच-साउथ के डीआईजी सैयद असद रजा ने बताया कि पुलिस हर एंगल से मामले की जांच कर रही है। अभी यह पता लगाने की कोशिश की जा रही है कि हमला गैंगवार की वजह से हुआ, पुरानी दुश्मनी के चलते हुआ या इसके पीछे कोई और कारण है। फिलहाल पुलिस ने किसी एक वजह की पुष्टि नहीं की है। पुलिस के मुताबिक, जुबैर बलोच को 2012 में सात आपराधिक मामलों में गिरफ्तार किया गया था। वह जनवरी 2025 में जेल से बाहर आया था। पुलिस अब यह भी जांच कर रही है कि उसकी पुरानी आपराधिक रंजिशों का इस हमले से कोई संबंध है या नहीं। इलाके में गैंगवार फिर से शुरू होने की चर्चा-इस घटना के बाद ल्यारी में एक बार फिर गैंगवार की आशंकाएं तेज हो गई हैं। इलाके के एक सामाजिक कार्यकर्ता ने नाम न छापने की शर्त पर बताया कि जुबैर ने हाल ही में एक राजनीतिक पार्टी जॉइन की थी और कुछ महीने पहले इलाके में पार्टी के झंडे भी लगाए थे। हालांकि, इलाके में जारी तनाव के चलते उस राजनीतिक दल के नाम का खुलासा नहीं किया गया है, और न ही पार्टी की ओर से इस जानलेवा हमले पर अब तक कोई आधिकारिक बयान जारी किया गया है। उनका दावा है कि कराची ऑपरेशन के दौरान दुबई और ईरान भागे कई गैंगस्टरों के दोबारा लौटने की चर्चाएं हैं,

कनाडा में प्रदर्शन कर रही पंजाबी छात्रा का छलका दर्द,रोकर बोली- जमीन बेच पढ़ने भेजा, यहां वर्क परमिट नहीं दे रहे, घर में आटा भी नहीं आ रहा

जालंधर। कनाडा के पोर्टाज कॉलेज में पढ़ रहे पंजाबी छात्रों का आंदोलन में दर्द छलका है। पोस्ट ग्रेजुएशन वर्क परमिट (पीजीडब्ल्यूपी) के रिजेक्शन रही-अपना नाम न बताते हुए एक मैरिड छात्रा ने बताया कि वह 2 साल से ज्यादा वक्त से कनाडा के पोर्टाज कॉलेज में पढ़ रही है। ससुराल वालों ने अपनी रोते हुए बताया कि वह यहां 3 साल पहले एल्गोमा यूनिवर्सिटी आई थी, लेकिन फीस ज्यादा होने के कारण उसने अपनी पढ़ाई बदल ली। उसने यहां सब पता

मिलने से स्टूडेंट्स 3 हफ्ते से सड़कों पर प्रदर्शन कर रहे हैं। छात्रों ने आंकड़े शेयर करते हुए बताया कि हालिया पोल्स के मुताबिक, 485 रिजेक्शन के मुकाबले 50 से भी कम अप्रूवल मिले हैं। जबकि, पोटाज कॉलेज ने एडमिशन के वक्त वादा किया था कि उन्हें पीजीडब्ल्यूपी मिलेगा और उनकी डिग्री वैध होगी। अब जब उनके लाखों रुपए कोर्स पर बर्बाद हो गए तो घर जाने के लिए कह रहे हैं। पंजाब की एक छात्रा ने बताया- हालात ये हैं कि रेंट मांगकर भरना पड़ रहा है। 3 दिन भूखी रही। हफ्तों आटा नहीं आ पा रहा। मुझे भेजने के लिए ससुरालवालों ने जमीन तक बेच दी। 22 से 25 लाख रुपए बर्बाद हो गए। अब ससुराल वालों को क्या बताऊं, कैसे घर जाऊं? जो लोग सोचते हैं कि कनाडा में मजे हैं, वे देखे लें, ये यहां की कड़वी सच्चाई है। एक अन्य स्टूडेंट ने बताया कि कनाडा में वर्क परमिट के चक्कर में वह दादा की मौत पर घर नहीं जा पाई। अब पैसा बर्बाद हो चुका है। घरवालों को क्या बताएं? यह कहते ही वह रोने लगी। पिता की मौत पर 1 साल पहले घर गई छात्रा को कनाडा इमिग्रेशन विभाग ने यह कहते हुए वर्क परमिट देने से इनकार कर दिया कि उसकी एंट्री 2024 में नहीं हुई है।धरना दे रहे स्टूडेंट्स की ऐसी ही दर्द भरी कहानियां हैं। कुछ पर कर्ज का बोझ है तो कई पेरेंट्स को न बता पाने से डिप्रेशन में हैं। आइए जानते हैं, उनकी कहानी उन्हीं की जुबानी-ससुरालवालों ने जमीन बेचकर भेजा, यहां भूखी जमीन बेचकर उसे यहां भेजा था। अब इमिग्रेशन विभाग ने कहा कि उनकी डिग्री मान्य नहीं है।छात्रा ने बताया- हालात ये हैं कि किराए तक के पैसे नहीं हैं। गैस स्टेशन पर काम तक नहीं मिल रहा। मैं 3 दिन भूखी रही। 7-7 दिन घर पर आटा नहीं आ रहा है। अब मैं अपने ससुरालवालों से क्या कहूं और उनका 22 लाख रुपए का कर्ज कैसे लौटाऊं? जब यहां कोई काम ही नहीं मिल रहा है। 32 हजार डॉलर फीस भरी गई। हम 24 घंटे नियमों और कायदों के दायरे में रहे और कभी कोई गलत काम नहीं किया। मुझे पता है कि उन्होंने फीस के पैसे कैसे जुटाए थे। कॉलेज के खिलाफ वकील तक नहीं कर सकते-पंजाबी स्टूडेंट जशन सिंह ने बताया कि किसी को भी इस बात की उम्मीद नहीं थी। वह अपना 2 साल का डिप्लोमा पूरा कर वर्क परमिट के लिए आए थे, लेकिन हाल ही में नियम बदलने के कारण बड़ी संख्या में रिजेक्शन मिलने लगे हैं। उनका सवाल यह है कि अगर मंजूरी या रिजेक्शन मिल रहा है, तो वह किस आधार पर दिया जा रहा है? जशन ने कहा- हम मुख्य कैंपस भी गए थे और इस मुद्दे पर बात की थी, लेकिन वहां से कोई समाधान नहीं मिला। कॉलेज प्रशासन का साफ कहना था कि वे न तो वकील कर सकते हैं और न ही किसी तरह की मदद कर सकते हैं। दादा की मौत पर पंजाब नहीं जा पाई, यहां भी सब बर्बाद हो गया-पंजाबी छात्रा जसमीत कौर ने किया था कि कोर्स के बाद पीजीडब्ल्यूपी मिलेगा और इसका भविष्य में अच्छा स्कोप है। 2 साल पढ़ाई करने के बाद अब सब कुछ बेकार लग रहा है। जसमीत कौर ने कहा- मेरे लगभग 32 हजार डॉलर डूब गए हैं। इसी दौरान मेरे दादा की मौत हो गई। अगर मुझे पहले से पता होता कि ऐसा सब होने वाला है, तो मैं सब कुछ छोड़कर तुरंत वापस चली जाती, ताकि कम से कम आखिरी बार अपने दादा को देख पाती। अब न तो वे वापस आ सकते हैं और न ही पैसे वापस मिल सकते हैं। कॉलेज की भेजी हुई ईमेल भी, फिर भी नहीं मान रहे-एक अन्य स्टूडेंट ने बताया कि उनके कॉलेज की तरफ से उन्हें साफ कहा गया था कि वे पीजीडब्ल्यूपी के लिए एलिजिबल हैं। इसके लिए उनके पास कॉलेज की भेजी हुई ईमेल भी है। कॉलेज ने उन्हें एक पत्र भी दिया था, ताकि वे उसका उपयोग कर वर्क परमिट ले सकें, लेकिन अब इमिग्रेशन, रिफ्यूजी एंड सिटिजनशिप कनाडा (आईआरसीसी) उस पत्र को भी खारिज कर रही है और कह रही है कि यह मान्य कारण नहीं है। छात्र मई 2023 में पढ़ाई के लिए आए थे और जब नवंबर 2024 में नया नियम लागू हुआ, तब तक उनकी पढ़ाई लगभग पूरी हो चुकी थी। आशीष बोले-सांसद और विधायक प्रदर्शन में साथ दें-स्टूडेंट आशीष बूरा ने कहा कि सभी छात्र आज अपनी मांग उठाने के लिए एकत्र हुए हैं। पहले वे सिटी हॉल गए थे, लेकिन वहां ज्यादा देर रुकने की अनुमति नहीं मिली, इसलिए फिर उन्होंने इस जगह पर इकट्ठा होने का फैसला किया। उन्होंने बताया कि अब उनके कई साथी भाई-बहन भूख हड़ताल पर बैठ गए हैं। वहां काफी संख्या में छात्र जमा हैं और उन्होंने लोगों से समर्थन मांगने के लिए हॉर्न बजाने की अपील करने वाले पोस्टर लगाए हैं, जिस पर सड़कों से गुजरने वाले लोग लगातार हॉर्न बजाकर अपना पूरा समर्थन दिखा रहे हैं। आशीष ने स्थानीय सांसदों (एमपी) और विधायकों (एमएलए) से भी इस प्रदर्शन में साथ देने की अपील की है, क्योंकि यह पूरी बिरादरी और समाज का मामला है। उनकी सरकार से बस यही मांग है कि सभी छात्रों के साथ पूरा इंसाफ और न्याय किया जाए। मानसिक और आर्थिक संकट से जूझ रहे पंजाबी स्टूडेंट्स-छात्रों ने आपबीती सुनाते हुए कहा कि वे मानसिक तनाव, चिंता, डिप्रेशन और आर्थिक तंगी से गुजर रहे हैं। उनके हेल्थ कार्ड और सिन नंबर एक्सपायर हो चुके हैं, जिससे वे काम भी नहीं कर पा रहे हैं। छात्रों का तर्क है कि अगर छात्र कोई नियम तोड़ते हैं तो उन पर पेनल्टी लगती है या फीस दोबारा ली जाती है। अब जब आईआरसीसी और कॉलेज अपनी कही बातों से मुकर रहे हैं और अचानक नियम बदलकर गलतियां कर रहे हैं, तो वे इसका हर्जाना छात्रों को क्यों नहीं देते? पूर्व सांसद छात्रों के समर्थन में-प्रेस कॉन्फ्रेंस में कैलगरी के पूर्व सांसद और वकील देवेंद्र शौरी ने छात्रों के समर्थन में कहा कि कनाडा सरकार को अपने नियमों में मानवीय दृष्टिकोण रखना चाहिए। छात्रों को एक रास्ता दिखाया गया था, उन्होंने पैसे और समय लगाया और जब वे मंजिल के पास पहुंचे तो उनसे सीढ़ी खींच ली गई, जो पूरी तरह से गलत है। पीजीडब्ल्यूपी किसे मिलता है? पीजीडब्ल्यूपी एक ऐसा ओपन वर्क परमिट है जो इंटरनेशनल छात्रों को कनाडा में अपनी पढ़ाई पूरी करने के बाद काम करने की अनुमति देता है। इसके लिए जरूर है कि छात्र ने किसी डेजिग्नेटेड लर्निंग इंस्टीट्यूशन (डीएलआई) से पढ़ाई पूरी की हो जो पीजीडब्ल्यूपी देने के लिए पात्र हो। इसके अलावा, प्रोग्राम की अवधि कम से कम 8 महीने की होनी चाहिए। 8 महीने से छोटे कोर्स के लिए पीजीडब्ल्यूपी नहीं मिलता। पढ़ाई के दौरान छात्र का लगातार फुल-टाइम स्टूडेंट रहना अनिवार्य है। कोर्स पूरा होने के 180 दिनों के भीतर आवेदन करना होता है। आवेदन के समय छात्र के पास वैध स्टडी परमिट या लीगल टेंपररी स्टेटस होना चाहिए। वे नॉन-क्रेडिट प्रोग्राम जिन पर पीजीडब्ल्यूपी नहीं मिल रहा-क्रेडिट प्रोग्राम वे कोर्स हैं जो किसी आधिकारिक डिग्री, डिप्लोमा या सर्टिफिकेट की ओर ले जाते हैं। इनके अंक यूनिवर्सिटी या कॉलेज की मुख्य शैक्षणिक डिग्री में जुड़ते हैं। वहीं, नॉन-क्रेडिट प्रोग्राम ऐसे कोर्स होते हैं जो आमतौर पर व्यक्तिगत विकास, भाषा सीखने, स्किल ट्रेनिंग, या कम अवधि के वोकेशनल सर्टिफिकेट के लिए होते हैं। इनके अंक मुख्य डिग्री में नहीं जुड़ते। कनाडा के अप्रवासन नियमों के तहत नॉन-क्रेडिट प्रोग्राम पीजीडब्ल्यूपी के लिए पात्र नहीं होते। यदि किसी छात्र ने ऐसा कोर्स किया है जिसमें एकेडमिक क्रेडिट नहीं मिलते, तो उसे पढ़ाई के बाद वर्क परमिट नहीं दिया जाता। आईआरसीसी ने ये नियम बदले-पीपीपी कॉलेजों पर रोकः कनाडा सरकार (आईआरसीसी) ने अंतरराष्ट्रीय छात्रों की बढ़ती संख्या को नियंत्रित करने और अप्रवासन प्रणाली को व्यवस्थित करने के लिए कई बड़े बदलाव किए हैं। पहले कई निजी कॉलेज सरकारी कॉलेजों के साथ लाइसेंसिंग समझौता कर अपने छात्रों को पीजीडब्ल्यूपी दिलवाते थे। सरकार ने ऐसे निजी कॉलेजों के पीपीपी मॉडल वाले पाठ्यक्रमों को पीजीडब्ल्यूपी की पात्रता से बाहर कर दिया है। फील्ड ऑफ स्टडी की शर्तः अब केवल कॉलेज का पात्र होना ही काफी नहीं है। सरकार ने उन कोर्सों की सूची सीमित कर दी है जो देश में श्रमिकों की कमी (जैसे हेल्थकेयर, एसटीईएम, ट्रेड, एग्रीकल्चर आदि) को पूरा करते हैं। इन खास क्षेत्रों के बाहर के कई कोर्सों को नए पीजीडब्ल्यूपी नियमों से बाहर किया जा रहा है। भाषा और पढ़ाई की शर्तः वर्क परमिट के लिए भाषा परीक्षा (आईईएलटीएस/सीईएलपीआईपी) का न्यूनतम स्कोर (सीबीएल लेवल) अनिवार्य कर दिया गया है। इसके अलावा, छात्रों के पास पूरे कोर्स के दौरान लीगल स्टेटस होना और ऑनलाइन क्लासेस की सीमा (30-50फीसदी से अधिक नहीं) का पालन करना जरूरी है। वर्क परमिट की अवधिः 2 साल से छोटे क्रेडिट डिप्लोमा के लिए वर्क परमिट की अवधि कोर्स की अवधि के बराबर ही मिलती है। मास्टर डिग्री के स्नातकों को अब कोर्स की अवधि छोटी होने पर भी 3 साल का पीजीडब्ल्यूपी मिल सकता है।

पहली बार बिना सामान के चीन पहुंचे भारतीय व्यापारी, 2019 से तकलाकोट में छूटा है करोड़ों का माल,6 साल बाद भारत-तिब्बत ट्रेड शुरू

पिथौरागढ़। उत्तराखंड के लिपुलेख दर्रे से 6 साल बाद भारत-तिब्बत परंपरागत व्यापार शनिवार से फिर शुरू हो गया है। पहले दल में 16 भारतीय व्यापारी और 4 हेल्पर तिब्बत के तकलाकोट मंडी पहुंचे। खास बात यह रही कि इतिहास में पहली बार भारतीय व्यापारी बिना सामान के चीन गए। सीमा पर चीनी प्रशासन ने उनके दस्तावेजों की जांच के बाद प्रवेश दिया, जबकि व्यापारियों का सामान अब भी पिथौरागढ़ के गुंजी में रखा हुआ है। वहीं, वर्ष 2019 से भारतीय व्यापारियों का करोड़ों रुपए का माल भी तकलाकोट में छूटा हुआ है।कोरोना महामारी और भारत-चीन संबंधों में आई तल्खी के कारण वर्ष 2020 से दोनों देशों के बीच परंपरागत व्यापार पूरी तरह बंद था। इस साल जून में व्यापार शुरू होना था, लेकिन औपचारिकताओं और चीन की ओर से लगातार बदलते नियमों के कारण प्रक्रिया टलती रही। 8 जुलाई को व्यापारी सामान लेकर गुंजी तक पहुंच गए थे। उन्हें ट्रेड पास भी जारी कर दिए गए थे, लेकिन रवाना होने से ठीक एक दिन पहले चीन के पुरांग काउंटी प्रशासन ने व्यवस्थाएं पूरी न होने का हवाला देकर व्यापारियों की एंट्री रोक दी। इसके बाद व्यापारी अपना सामान गुंजी में छोड़कर वापस धारचूला लौट आए। फिलहाल सिर्फ 20 लोगों को मंजूरी-व्यापार शुरू होने को लेकर सीमांत क्षेत्र के व्यापारियों में काफी उत्साह था। प्रशासन ने 134 व्यापारियों और सहायकों के ट्रेड पास जारी किए थे। हालांकि बाद में चीन की ओर से नया आदेश जारी कर फिलहाल केवल 20 लोगों को तकलाकोट जाने की अनुमति दी गई। चीनी प्रशासन ने स्पष्ट किया कि पहले चरण में केवल उन्हीं व्यापारियों को प्रवेश मिलेगा, जो वर्ष 2019 में तकलाकोट गए थे और जिनका सामान वहां छूट गया था। एसडीएम बोले- भारत-चीन व्यापार विधिवत शुरू हुआ-धारचूला के एसडीएम एवं ट्रेड अधिकारी आशीष जोशी ने बताया कि 1 अगस्त को सुबह करीब 10:15 बजे लिपुलेख दर्रे से भारत-चीन परंपरागत व्यापार की औपचारिक शुरुआत हो गई। पहले दल में 16 व्यापारी और 4 हेल्पर, कुल 20 लोग तकलाकोट मंडी पहुंचे हैं। वहां वे व्यापारिक गतिविधियां शुरू करेंगे। उन्होंने कहा कि अगले बैचों को भेजने की तारीख तय करने के लिए चीनी प्रशासन से लगातार ईमेल के माध्यम से पत्राचार किया जा रहा है। अभी गुंजी में रखा है गुड़, मिश्री और बर्तन-व्यापारियों का गुड़, मिश्री, बर्तन समेत अन्य व्यापारिक सामान अभी भी गुंजी में रखा हुआ है। बताया जा रहा है कि तकलाकोट में व्यवस्थाएं पूरी होने के बाद व्यापारी दोबारा सामान लेकर जाएंगे। यदि सब कुछ सामान्य रहा तो अगले कुछ दिनों में 20-20 व्यापारियों के अन्य दल भी चीन रवाना किए जाएंगे। तकलाकोट में आज भी पड़ा है करोड़ों का सामान-वर्ष 2019 में कई भारतीय व्यापारी अपना माल तकलाकोट मंडी में ही छोड़कर लौटे थे। अगले ही वर्ष व्यापार बंद हो गया, जिससे करोड़ों रुपए का सामान वहीं फंस गया। व्यापारियों का कहना है कि धातु के बर्तन तो उपयोग में आ सकते हैं, लेकिन खाद्य सामग्री और अन्य सामान खराब होने की आशंका है। तकलाकोट में भारतीय व्यापारियों के लिए नए स्थान पर मंडी विकसित की गई है। अब व्यापारियों को इसी नई मंडी में किराये पर दुकानें उपलब्ध कराई जाएंगी, जहां से परंपरागत भारत-तिब्बत व्यापार संचालित होगा। भारतीय व्यापारी अब पुरानी नहीं, नई मंडी में करेंगे कारोबार-छह साल के लंबे अंतराल में तकलाकोट की तस्वीर भी बदल गई है। पहले भारतीय व्यापारी पुरानी मंडी में किराए पर दुकानें लेकर कारोबार करते थे, लेकिन व्यापार बंद रहने के दौरान वहां की कई दुकानें नेपाली और अन्य व्यापारियों को आवंटित कर दी गईं।

भीड़ में भी अकेली हूं,कोई मुझे समझता नहीं, किसी को मेरी परवाह नहीं, सब हैं, लेकिन दिल का साथी कोई नहीं, क्या करूं?

नयी दिल्ली। विषय पर प्रकाश डालेंगे एक्सपर्ट एक्सपर्ट- डॉ. द्रोण शर्मा, कंसल्टेंट साइकेट्रिस्ट, आयरलैंड, यूके। यूके, आयरिश और जिब्राल्टर मेडिकल काउंसिल के मेंबर जी और समझेंगे सवाल जवाब के माध्यम से। सवाल- मेरी उम्र 23

साल है। मैं रांची में रहती हूं और होटल मैनेजमेंट का कोर्स कर रही हूं। हमारी जॉइंट फैमिली है। कॉलेज में भी ढेर सारे दोस्त हैं। फिर भी मुझे हर वक्त एक अजीब सा अकेलापन महसूस होता है। हर वक्त मेरे चारों ओर लोग होते हैं और मैं उन सबसे भागकर अकेली होना चाहती हूं। मुझे लगता है कि कोई मेरा अपना नहीं है। चाहे दोस्त हों या फैमिली, कोई मुझे समझता नहीं है। मैं बाहर से खुश दिखती हूं, लेकिन अंदर-ही-अंदर दुखी रहती हूं। क्या सब लोग ऐसा ही फील करते हैं? क्या ये फीलिंग नॉर्मल है या मेरे अंदर ही कोई प्रॉब्लम है।जवाब-आज मेंटल हेल्थ डिसकशन का एक महत्वपूर्ण विषय बन चुका है। पहली नजर में यह साधारण 'अकेलेपन' जैसा लगता है, लेकिन मनोविज्ञान इसे कहीं अधिक गहराई से समझता है। इमोशनल लोनलीनेस क्या है ? आधुनिक मनोविज्ञान में इस विषय पर रॉबर्ट वाइस का काम आधारभूत माना जाता है। उन्होंने 1973 में यह बताया कि लोनलीनेस कोई एक अनुभव नहीं है। इसके अलग-अलग प्रकार होते हैं। हर व्यक्ति के लिए यह अनुभव अलग हो सकता है।वाइस के अनुसार, अकेलेपन का एक रूप वह है, जब व्यक्ति के पास कोई ऐसा घनिष्ठ, भरोसेमंद और भावनात्मक रूप से सुरक्षित रिश्ता नहीं होता, जिसमें वह खुलकर अपनी बात कह सके। इसे ही इमोशनल लोनलीनेस कहते हैं। दूसरा रूप वह है, जब व्यक्ति के पास व्यापक सामाजिक दायरा, जैसे परिवार, दोस्त, परिचित या कम्युनिटी नहीं होती है। इसे सोशल लोनलीनेस कहते हैं। भीड़ में अकेलापन-आगे चलकर न्यूजीलैंड के दो प्रसिद्ध समाजशास्त्रियों जेनी डे योंग हीरफेल्ड और थियो वान टिलबुर्ख ने इस अंतर को और साफ किया और इसे मापने के लिए कई वैज्ञानिक उपकरण विकसित किए। आज इमोशनल लोनलीनेस सिर्फ 'अकेले रहना' नहीं है। इमोशनल लोनलीनेस का मतलब है, लोगों से घिरे होने और भीड़ में रहने के बावजूद यह महसूस करना कि-मुझे कोई समझता नहीं। मुझे कोई सुनता नहीं। मुझे कोई प्यार नहीं करता। इसी संदर्भ में इमोशनल लोनलीनेस और सोशल लोनलीनेस के बीच अंतर समझना जरूरी है। कई बार व्यक्ति के पास परिवार होता है, दोस्त होते हैं, और वह सामाजिक रूप से सक्रिय भी रहता है। उदाहरण के तौर पर, कोई व्यक्ति संयुक्त परिवार में रह सकता है, कॉलेज में उसके कई दोस्त हो सकते हैं और वह अक्सर लोगों से घिरा रह सकता है। इसके बावजूद यदि उसके भीतर लगातार खालीपन, दूरी या 'कोई मुझे समझता नहीं' जैसी भावना बनी रहती है, तो यह इमोशनल लोनलीनेस का संकेत है। सोशल लोनलीनेस में व्यक्ति की मुख्य शिकायत होती है– 'मेरे पास लोग नहीं हैं।' इसके विपरीत, इमोशनल लोनलीनेस में व्यक्ति कहता है–'लोग तो हैं, लेकिन कोई सच में मेरा नहीं है।' यह अंतर बेहद महत्वपूर्ण है, क्योंकि इससे समस्या की जड़ साफ होती है। यहां चुनौती लोगों की संख्या नहीं, बल्कि रिश्तों की गुणवत्ता है। ऐसे मामलों में व्यक्ति अक्सर यह भी महसूस करता है कि सामाजिक संपर्क उसे सुकून देने की बजाय थका देता है। वह लोगों के बीच रहते हुए भी भावनात्मक रूप से जुड़ नहीं पाता। 'कोई मुझे समझता नहीं,' जैसी सोच इस बात की ओर इशारा करती है कि उसके अनुभवों को समझा और स्वीकारा नहीं जा रहा, जिसे मनोविज्ञान में 'इमोशनल एट्यूनमेंट' की कमी कहते हैं। कोई ऐसा जो हमें सुने, समझे- इस प्रकार, इमोशनल लोनलीनेस हमें यह समझने में मदद करती है कि केवल लोगों से घिरे रहना काफी नहीं है। मानसिक संतुलन और संतुष्टि के लिए जरूरी है कि हमारे जीवन में ऐसे रिश्ते हों, जहां हम बिना झिझक अपने असली भाव व्यक्त कर सकें और खुद को सच में समझा हुआ महसूस करें। करें सेल्फ एसेसमेंट टेस्ट-यहां मैं आपको एक सेल्फ एसेसमेंट टेस्ट दे रहा हूं। आपको इन सवालों को ध्यान से पढ़ना है और 0 से 3 के स्केल पर इसे रेट करना है। जैसेकि पहले सवाल के लिए अगर आपका जवाब 'कभी नहीं' है तो 0 नंबर दें और अगर आपका जवाब 'लगभग हर दिन' है तो 3 नंबर दें। अंत में अपने टोटल स्कोर की एनालिसिस करें। अगर आपका टोटल स्कोर 0 से 7 के बीच है तो आप में बहुत मामूली पैटर्न है। ये नॉर्मल है लेकिन अगर आपका स्कोर 24 से 30 के बीच है तो यह बहुत स्ट्रॉन्ग इमोशनल लोनलीनेस का संकेत है। ऐसे में प्रोफेशनल हेल्प के बारे में सोचना चाहिए। कहीं ये लो मूड/डिप्रेशन तो नहीं- इस एसेसमेंट टेस्ट के अलावा यह देखना भी जरूरी है कि कहीं ये लो मूड/डिप्रेशन का केस तो नहीं है। इसलिए खुद से ये दो सवाल भी पूछें- क्या अकेलेपन की यह फीलिंग दो हफ्तों से भी ज्यादा समय से लगातार बनी हुई है? क्या इस फीलिंग के साथ ये चीजें भी प्रभावित हो रही हैं- नींद,भूख,पढ़ाई, एनर्जी लेवल,क्या इसके अलावा ये भी हो रहा है- बीच-बीच में खूब रोना आ रहा है। निराशा महसूस हो रही है। खुद को नुकसान पहुंचाने का ख्याल आ रहा है। यदि आपका उत्तर 'हां' है, तो यहां पर लो मूड/डिप्रेशन को भी एक बार प्रोफेशनल लेंस से जरूर देखना चाहिए। हेल्थ एंड सेफ्टी एक्जीक्यूटिव, यूके और नेशनल हेल्थ सर्विस, यूके, दोनों सलाह देते हैं कि अगर 2 हफ्ते से अधिक समय तक लगातार लो मूड रहे, कोप करने में कठिनाई हो, या सेल्फ हेल्प से कोई फायदा न हो तो प्रोफेशनल हेल्प लेनी चाहिए.4 सप्ताह का सीबीटी आधारित सेल्फ हेल्प प्लान- सप्ताह 1-पहचानना और समझाना, लक्ष्यः फीलिंग को नाम देना, दबाना नहीं, पहले हफ्ते में आपका लक्ष्य अपनी भावनाओं को दबाना नहीं, बल्कि उन्हें पहचानना और नाम देना है। दिन में कम-से-कम एक बार एक छोटा-सा मूड लॉग भरें, जिसमें चार चीजें लिखें-सिचुएशन (क्या हुआ) थॉट (दिमाग में क्या आया) फीलिंग (क्या महसूस हुआ) नीड (आपको अंदर से क्या चाहिए था) उदाहरणः-सिचुएशन- दोस्तों के साथ थी। थॉट- कोई मुझे नहीं समझता। फीलिंग- खालीपन लगना। नीड- एक सच्ची बातचीत। इसके अलावा, रोज 10 मिनट शांति से बैठकर खुद से पूछें–'मैं अभी क्या महसूस कर रही हूं?' बिना जज किए उस फीलिंग को नोट करें। सप्ताह 2-विचारों को टेस्ट करना, लक्ष्यः ऑटोमैटिक नेगेटिव थॉट को मानना नहीं, जांचना, इस हफ्ते आपका लक्ष्य है, अपने नेगेटिव विचारों (जो अपने आप आते हैं) को सीधे सच न मान लेना, बल्कि उन्हें चेक करना, उन्हें चुनौती देना। जैसे आपके मन में ये ऑटोमैटिक विचार आया-'कोई मेरा अपना नहीं है।' 'कोई मुझे समझता नहीं है।' जब भी ऐसा ख्याल आए तो एक सीबीटी वर्कशीट बनाएं और उसमें लिखें- पक्ष- इस विचार के सपोर्ट में क्या सबूत है? विपक्ष- इस विचार के खिलाफ क्या सबूत है? संतुलन- ज्यादा संतुलित और यथार्थ सोच क्या हो सकती है? उदाहरणः- विचारः 'कोई मुझे समझता नहीं।' पक्षः मैं अपनी बातें शेयर नहीं करती। विपक्षः एक दोस्त और पापा कई बार समझने की कोशिश करते हैं। संतुलनः 'शायद हर कोई नहीं समझता, लेकिन अगर मैं ओपन होऊं तो कुछ लोग समझ सकते हैं।' सप्ताह 3-व्यवहार परीक्षण और कनेक्शन बिल्डिंग, लक्ष्यः यकीन को असल जिंदगी में टेस्ट करना,इस हफ्ते आपका लक्ष्य है, अपने पुराने यकीन को रियल लाइफ में टेस्ट करना। जैसेकि आपका ये यकीन–'कोई मुझे समझेगा नहीं।' इसके लिए तीन छोटे-छोटे प्रयोग करेंः-किसी एक दोस्त से 10 मिनट की ईमानदार बातचीत करें।परिवार के किसी भरोसेमंद व्यक्ति से एक लाइन शेयर करें–'मैं बाहर से ठीक लगती हूं, लेकिन अंदर लो फील करती हूं।' किसी ग्रुप में ज्यादा लोगों से बात करने की बजाय सिर्फ एक से मीनिंगफुल बातचीत पर ध्यान दें। हर एक्सपेरिमेंट के बाद तीन बातें लिखेंः-मैंने पहले क्या सोचा था? असल में क्या हुआ? मेरी फीलिंग पहले और बाद में कैसी थी? सप्ताह 4- इमोशनल जरूरतें और रीलैप्स को रोकना,लक्ष्यः सिर्फ अकेलापन कम करना नहीं, सेफ रिश्ते बनाना, इस हफ्ते का लक्ष्य सिर्फ अकेलेपन को कम करना नहीं, बल्कि सच्चा और सुरक्षित भावनात्मक कनेक्शन बनाना है। सबसे पहले अपनी टॉप 3 इमोशनल जरूरतों को पहचानें और लिखें। जैसेकि- 'मुझे सुना जाए।' 'मुझे जज न किया जाए।' 'कंसिस्टेंसी या अपनापन मिले।' फिर एक छोटा-सा रिलेशनशिप मैप बनाएं, जिससे समझें कि आपके जीवन में कौन व्यक्ति किस रोल में है। कौन सिर्फ मौज के लिए है। कौन सेफ स्पेस है। कौन सलाह देता है। कौन भावनात्मक रूप से उपलब्ध है। इसके बाद एक आसान वीकली प्लान बनाएंः-2 लोगों से सामान्य संपर्क (कॉल/मैसेज) किसी एक व्यक्ति से मीनिंगफुल बातचीत- 3 खुशी देने, शांत करने वाली एक्टिविटीज (जैसे वॉक करना, डायरी लिखना, संगीत सुनना) 1 बाउंड्री बनाना (जो बात पसंद न आए, वहां तुरंत सीमा तय करना।) इन सबके अलावा खुद से ये वाक्य दोहराएं- 'मुझमें कोई कमी नहीं है।

मेरी इमोशनल जरूरतें पूरी नहीं हुई हैं।' चार संकेतों में से कोई भी दो संकेत एक साथ दिखें तो प्रोफेशनल मदद जरूर लें। खासतौर पर खुद को किसी भी तरह से नुकसान पहुंचाने का ख्याल अलार्मिंग है।

ऐसे में तुरंत साइकेट्रिस्ट से मिलें। अकेलापन जिंदगी में सिर्फ लोगों की कमी नहीं, बल्कि सच्चे, गहरे भावनात्मक जुड़ाव की कमी है।

यह आपकी कमजोरी नहीं, बल्कि एक पूरी न हुई भावनात्मक जरूरत का संकेत है। खुलेपन के साथ सही समझ और छोटे-छोटे प्रयासों से आप धीरे-धीरे सुरक्षित, गहरे और संतुलित रिश्ते बना सकती हैं। खुद के साथ भी गहराई से जुड़ सकती हैं।

सलमान ने संजय दत्त के लिए भावनात्मक नोट लिखा,बड़े भाई बताते हुए भगवान से मांगी दुआ, दोनों गले मिलते नजर आए

मुंबई। सलमान खान ने शुक्रवार देर रात अपने सबसे करीबी दोस्त संजय दत्त के साथ 2 तस्वीरें सोशल मीडिया पर शेयर कीं, जिनमें दोनों गले मिल

रहे हैं।तस्वीरों के साथ सलमान ने कैप्शन में लिखा, 'बाबा फॉरएवर... बाबा और बाबा, बाबा होता है। संजू बाबा है हम सबका बाबा और अब अपने बच्चों का भी बाबा। मेरा बड़ा भाई संजय दत्त। अल्लाह, भगवान और जीसस सब इस आदमी को हमेशा खुश रखें। आई लव यू बाबा।' फैंस को सलमान और संजय के बीच यह बॉन्ड बहुत पसंद आ रहा है। कई लोगों ने इस पर रिएक्ट किया। संजय दत्त की पत्नी मान्यता दत्त ने पोस्ट पर कमेंट किया, 'ब्रदर्स फॉर लाइफ।' वहीं, संजय दत्त की बड़ी बेटी त्रिशाला दत्त ने हार्ट इमोजी कमेंट किए। संजय दत्त और सलमान खान की दोस्ती बॉलीवुड में मिसाल मानी जाती है। हालांकि, एक बार ऐसा भी हुआ था जब संजय दत्त, सलमान से नाराज हो गए थे। इस किस्से का खुलासा खुद सलमान ने रजत शर्मा के शो में किया था। सलमान ने बताया था कि सोहेल खान की फिल्म 'मैंने दिल तुझको दिया' में संजय दत्त ने दोस्ती की खातिर गेस्ट अपीयरेंस किया था। शूटिंग पूरी होने के बाद संजय दत्त सलमान के घर पहुंचे, जहां पार्टी चल रही थी। उसी दौरान सलमान के पास नई बीएमडब्लू एम5 आई थी। वह संजय दत्त को बाहर ले गए और बोले, 'बाबा, यह देश की पहली बीएमडब्लू एम5 है और मैं चाहता हूं कि यह आपके पास हो।' इतना सुनते ही संजय दत्त ने सलमान को धन्यवाद कहा, लेकिन अगले ही पल कार की चाबी उठाकर सीधे समुद्र में फेंक दी। चाबी समंदर में चली गई और क्योंकि कार की केवल एक ही चाबी थी, इसलिए वह कई दिनों तक घर के बाहर ही खड़ी रह गई। सलमान ने बताया था कि उस चाबी को ढूंढकर निकालने में पूरे चार दिन लगे थे। वर्क फ्रंट की बात करें तो सलमान जल्द ही फिल्म 'मातृभूमिः मे रेस्ट इन पीस' में दिखाई देंगे। इस फिल्म का निर्देशन अपूर्व लाखिया ने किया है।

सलमान खान ने घटाई फीसःरिपोर्ट में दावा- एसवीसी63 के लिए रु120 करोड़ की जगह रु70 करोड़ ले रहे, जानिए क्यों लिया यह फैसला

मुंबई। बॉलीवुड एक्टर सलमान खान ने वामशी पेडिपल्ली के निर्देशन में बन रही फिल्म

एसवीसी63 के लिए कथित तौर पर ?70 करोड़ की फीस तय की है।फ्री प्रेस जर्नल के मुताबिक, सलमान खान आमतौर पर एक फिल्म के लिए रु120 करोड़ या उससे अधिक फीस लेते हैं। ऐसे में यह रकम उनकी नॉर्मल फीस का लगभग 60फीसदी बताई जा रही है। रिपोर्ट में एक सोर्स के हवाले से बताया गया है कि सलमान के पुराने दोस्त रफी काजी इस प्रोजेक्ट में मीडिएटर का काम कर रहे हैं। उनका नाम फिल्म के प्रोड्यूसर्स में भी शामिल रहेगा। इसी दोस्ती की वजह से सलमान अपनी अपफ्रंट फीस कम करने के लिए तैयार हुए हैं।हालांकि, सूत्र ने यह साफ नहीं किया कि क्या इस समझौते में सलमान खान को फिल्म के मुनाफे में हिस्सेदारी भी मिलेगी। पिछले कई सालों से उनकी फिल्मों में इस तरह की व्यवस्था होने की बात सामने आती रही है। बता दें कि सलमान इन दिनों फिल्म 'एसवीसी63' की शूटिंग कर रहे हैं। वामशी पेडिपल्ली के डायरेक्शन में बन रही इस एक्शन फिल्म को दिल राजू की श्री वेंकटेश्वर क्रिएशंस प्रोड्यूस कर रही है। फिल्म में नयनतारा पहली बार सलमान के साथ स्क्रीन शेयर करेंगी। फिल्म ईद 2027 पर रिलीज होगी। 2010 के बाद कई फिल्मों में रही हिस्सेदारी-रिपोर्ट के अनुसार, दबंग (2010) के बाद सलमान खान ने अधिकतर फिल्मों में अपनी हिस्सेदारी रखी है। दबंग का निर्माण उनके भाई अरबाज खान ने किया था, जबकि बॉडीगार्ड (2011) उनकी बहन अलवीरा खान अग्निहोत्री ने बनाई थी। बाद की कई फिल्मों में उनके होम बैनर एसकेएफ की मौजूदगी रही। वहीं, बाहरी प्रोड्यूसर्स के साथ काम करने पर भी उन्होंने कई बार फिल्म के आईपीआर या ओटीटी और सैटेलाइट अधिकारों में हिस्सेदारी रखी। रिपोर्ट में दावा किया गया है कि 2010 से उनकी फिल्मों के ओटीटी और सैटेलाइट अधिकारों का मूल्य लगभग रु120 करोड़ से रु140 करोड़ तक रहा है। रिपोर्ट में यह भी कहा गया है कि वाईआरएफ ने सलमान खान को एक था टाइगर (2012), टाइगर जिंदा है (2017) और टाइगर 3 (2023) जैसी फिल्मों में दूसरे एक्टर्स के मुकाबले बेहतर टर्म्स ऑफर किए, जिसमें शाहरुख खान को भी एक एक्सेप्शन बताया गया। दोस्तों के लिए बिना फीस भी किया काम-रिपोर्ट के मुताबिक, सलमान खान ने कई मौकों पर अपने दोस्तों के लिए कैमियो और स्पेशल रोल बिना कोई फीस लिए किए हैं। इसमें अजय देवगन और रितेश देशमुख की फिल्म राजा शिवाजी भी शामिल है। अजय देवगन ने पहले बताया था कि सन ऑफ सरदार (2012) के 'पो पो' गाने में अपनी मौजूदगी के लिए उन्होंने सलमान को चेक दिया था, लेकिन सलमान ने यह कहते हुए चेक वापस कर दिया, 'आप दोस्त हैं। मैं दोस्तों से पैसे नहीं लेता।'

फिल्म फ्लॉप हुई तो रोती हुई घर गईं सोनाली सहगल,हिमांश कोहली ने कहा- 'यारियां' के बाद लगा, अब सब खत्म हो गया लेकिन..

मुंबई। फिल्म 'आर्य भट्ट का जीरो' खुद पर भरोसा और सपनों के लिए संघर्ष की कहानी है। एक न्यूज़ पोर्टल से बातचीत में सोनाली सहगल, हिमांश कोहली और डायरेक्टर कमल चंद्रा ने ऐसे अनुभव साझा किए, जब लोगों ने उन पर भरोसा नहीं किया, लेकिन उन्होंने हार नहीं मानी। सोनाली ने बताया कि एक फिल्म के फ्लॉप होने के बाद वह कार में रोते हुए घर गई थीं। हिमांश ने कहा कि 'यारियां' के बाद लगातार फिल्में नहीं चलीं तो लगा कि करियर खत्म हो गया। फिल्म का संदेश है कि खुद पर भरोसा सबसे जरूरी है। आपकी जिंदगी में ऐसा कब हुआ? जवाब/सोनाली सहगलः मेरे अंदर हमेशा आत्मविश्वास था, लेकिन मुझसे ज्यादा भरोसा मेरी मम्मी को था। उन्होंने मेरे मिस इंडिया बनने से पहले ही कहा था कि उनकी बेटी मिस इंडिया बनेगी। लोग हंसते थे, लेकिन उनका विश्वास कभी नहीं डगमगाया। आज मुझे लगता है कि परिवार का एक इंसान भी आप पर पूरा भरोसा करे, तो आधी लड़ाई वहीं जीत जाती है। इसलिए सेल्फ बिलीफ के साथ परिवार का भरोसा भी जरूरी है। सवालः हिमांश, आपके साथ भी ऐसा कुछ हुआ था? जवाब/हिमांश कोहलीः बचपन से मुझे फिल्मों का शौक था। जब लोगों से कहता था कि मुझे एक्टर बनना है, तो ज्यादातर लोग सपना छोड़ने की सलाह देते थे। स्कूल में मैंने झूठ बोल दिया कि मैं धारा तेल के विज्ञापन वाला बच्चा हूं। पूरे स्कूल ने भरोसा कर लिया, लेकिन बाद में सच सामने आ गया। इसके बाद मुझे बुलिंग झेलनी पड़ी। सीनियर्स मजाक उड़ाते थे और सजा भी देते थे। तभी मैंने तय किया कि सच में एक्टर बनकर दिखाऊंगा। सवालः उस घटना ने आपको कितना बदला? जवाब/हिमांश कोहलीः उस वक्त बहुत बुरा लगा था, लेकिन आज लगता है कि अगर वह घटना नहीं होती तो शायद मैं इतनी मेहनत नहीं करता। मैंने थिएटर शुरू किया, एक्टिंग सीखी और कई संस्थानों में ट्रेनिंग ली। मेरे माता-पिता ने हर कदम पर साथ दिया। आज पुराने दोस्त कहते हैं, 'यार, तूने सच में अपना सपना पूरा कर लिया।'सवालः परिवार का साथ कितना जरूरी रहा? जवाब/हिमांश कोहलीः अगर मेरे माता-पिता साथ नहीं देते तो मैं एक्टिंग की पढ़ाई नहीं कर पाता। उन्होंने सिर्फ पढ़ाई नहीं, मेरे सपने पर भी भरोसा किया। वही भरोसा मुझे यहां तक लेकर आया। सवालः कमल जी, आपकी कहानी भी कुछ ऐसी ही है? जवाब/कमल चंद्राः बिल्कुल। मैं इंजीनियर था। अच्छी नौकरी थी, लेकिन एक्टिंग वर्कशॉप के बाद लगा कि मुझे फिल्मों में काम

करना है। मैंने चार सरकारी नौकरियां छोड़ दीं। रिश्तेदारों ने मना किया, लेकिन पिता ने कहा, 'तूने मेरा सपना पूरा कर दिया, अब अपना सपना जी।' उसी बात ने मुझे कभी पीछे मुड़कर नहीं देखने दिया। सवालः हिमांश क्या आप भी अपने माता-पिता का कोई अधूरा सपना भी जी रहे हैं? जवाब/हिमांश कोहलीः बिल्कुल। मेरी मां कलाकार बनना चाहती थीं। उन्हें गायन, पेंटिंग और अभिनय का शौक था, लेकिन कम उम्र में शादी होने से उनका सपना अधूरा रह गया। आज फिल्मों में काम करते हुए लगता है कि मैं अपना ही नहीं, मां का सपना भी पूरा कर रहा हूं। उन्होंने एक बार ऋषि कपूर और जितेंद्र से मिलने की इच्छा जताई थी। जब मैं उन्हें दोनों कलाकारों से मिलवा पाया तो लगा कि मेरी मेहनत सफल हो गई। उनके चेहरे की खुशी मेरे लिए किसी अवॉर्ड से कम नहीं थी। सवालः कमल जी, आपकी जिंदगी का सबसे भावुक पल कौन-सा रहा? जवाब/कमल चंद्राः मेरी पहली फिल्म के दौरान महेश भट्ट ने मेरे पिता से फोन पर मेरी तारीफ की थी। फोन कटने के बाद पापा की खुशी देखने लायक थी। उन्होंने कहा, 'मुझे पता था, मेरा बेटा कुछ अच्छा करेगा।' माता-पिता की आंखों में अपने लिए गर्व देखना सबसे बड़ी उपलब्धि होती है। सवालः 'आर्य भट्ट का जीरो' की कहानी में ऐसी क्या बात थी, जिसने आपको सबसे ज्यादा प्रभावित किया? जवाब/हिमांश कोहलीः मुझे 'बग्गू' का किरदार बहुत पसंद आया। वह सिखाता है कि जिंदगी मंजिल से भटका सकती है, लेकिन सपना और मेहनत नहीं छोड़ें तो एक दिन मंजिल जरूर मिलती है। हालात जैसे भी हों, उम्मीद नहीं छोड़नी चाहिए। सवालः शूटिंग के दौरान सबसे बड़ी सीख क्या मिली? जवाब/हिमांश कोहलीः इस फिल्म की सबसे बड़ी ताकत इसकी टीम है। रवि किशन, राजेश शर्मा, गोपाल दत्त, नीरज सूद और बाकी कलाकारों के साथ बातचीत करना एक एक्टिंग स्कूल जैसा था। हर कलाकार अपने संघर्ष और अनुभव साझा करता था। उनसे बहुत कुछ सीखने को मिला। सवालः कमल जी, शूटिंग से जुड़ा कोई दिलचस्प किस्सा? जवाब/कमल चंद्राः जिस घर में शूटिंग हुई, उसके मालिक बाद में उसे रेनोवेट करने वाले थे। लेकिन फिल्म पूरी होने के बाद उन्होंने फैसला बदल दिया। उन्हें लगा कि यह घर फिल्म की यादों से जुड़ गया है, इसलिए इसे जैसा है, वैसा ही रहने देना चाहिए। यह हमारे लिए बहुत खास पल था। सवालः फिल्म का सबसे बड़ा संदेश क्या है? जवाब/कमल चंद्राः हर इंसान जिंदगी में कभी न कभी खुद को 'जीरो' महसूस करता है। हमारी फिल्म कहती है कि खुद पर भरोसा और मेहनत बनी रहे, तो वही इंसान एक दिन हीरो बन सकता है। सवालः सोनाली, आपने 'आर्य भट्ट का जीरो' के लिए हां क्यों कहा? जवाब/सोनाली सहगलः मेरे लिए किसी भी फिल्म में सबसे अहम उसकी कहानी होती है। कमल ने स्क्रिप्ट सुनाई तो उसमें बनावटीपन नहीं, बल्कि सच्चाई दिखी। हर किरदार असली लगा और यही बात सबसे ज्यादा पसंद आई। सवालः रिंकू का किरदार आपके लिए कितना चुनौतीपूर्ण था? जवाब/सोनाली सहगलः इस फिल्म से पहले मैं अलग जॉनर की फिल्म कर रही थी। वहां मेरा किरदार और दुनिया अलग थे। 'रिंकू' छोटे शहर की साधारण लड़की है, इसलिए उसके हावभाव, बोलने के तरीके और सोच पर अलग तरह से काम करना पड़ा। एक कलाकार के तौर पर यही चुनौती सबसे ज्यादा पसंद आई। सवालः इस फिल्म में सबसे खास बात क्या लगी? जवाब/सोनाली सहगलः मुझे लगा कि इस फिल्म का हर किरदार कुछ न कुछ सिखाता है। कोई उम्मीद देता है, कोई रिश्तों की अहमियत समझाता है और कोई संघर्ष से लड़ना सिखाता है। यही इसकी सबसे बड़ी खूबी है। सवालः दर्शक 'आर्य भट्ट का जीरो' देखकर क्या महसूस करेंगे? जवाब/हिमांश कोहलीः अगर लगे कि जिंदगी योजना के मुताबिक नहीं चल रही, तब भी हार मत मानिए। सपनों पर भरोसा रखिए और मेहनत करते रहिए। देर हो सकती है, लेकिन मंजिल जरूर मिलेगी। कमल चंद्राः यह फिल्म सिर्फ एक इंसान या एक कुत्ते की कहानी नहीं है। यह उन सभी लोगों की कहानी है, जिन्हें कभी न कभी 'जीरो' कहा गया। अगर आप खुद पर भरोसा रखते हैं, तो एक दिन वही लोग आपकी सफलता की मिसाल देंगे। सोनाली सहगलः हम चाहते हैं कि लोग थिएटर से सिर्फ फिल्म देखकर नहीं, बल्कि अपने सपनों पर दोबारा भरोसा करके निकलें। अगर फिल्म देखने के बाद एक भी इंसान हार मानने की बजाय फिर कोशिश करने लगे, तो हमारी मेहनत सफल हो जाएगी। सवालः क्या कभी ऐसा वक्त आया, जब आपका खुद पर भरोसा डगमगाया? उससे बाहर कैसे निकले? जवाब/सोनाली सहगलः इस इंडस्ट्री में रास्ता आसान नहीं है। मेहनत से कभी डर नहीं लगा, लेकिन शुरुआत में मौके मिलना सबसे मुश्किल होता है। सबसे बड़ा झटका 'जय मम्मी दी' का बॉक्स ऑफिस पर नहीं चलना था। शायद पहली बार कैमरे पर यह बात कह रही हूं। मैंने उस फिल्म के लिए अपना सब कुछ लगा दिया था। वह मेरी पहली सोलो लीड फिल्म थी और उससे बहुत उम्मीदें थीं। लेकिन कोविड की शुरुआत की वजह से फिल्म थिएटर में वैसा प्रदर्शन नहीं कर पाई। मुझे आज भी याद है, पहले दिन के बॉक्स ऑफिस नंबर देखकर मैं इवेंट से लौटते समय कार में रो रही थी। मेरी नई मैनेजर समझ नहीं पा रही थी कि मुझे कैसे संभाले। मैं कुछ दिनों के लिए डिप्रेशन में चली गई थी। लेकिन मैं जल्दी संभल जाती हूं। मैंने खुद से कहा कि मुझे अपने काम पर गर्व है। बाद में फिल्म नेटफ्लिक्स पर लोगों ने खूब पसंद की। तब समझ आया कि हर फिल्म अपनी किस्मत लेकर आती है। हौसला टूटता जरूर है, लेकिन उसे दोबारा खड़ा भी आपको ही करना पड़ता है। जीरो लगने के बाद खुद को फिर हीरो भी आपको ही बनाना पड़ता है। सवालः हिमांश, आपने भी उतार-चढ़ाव देखे हैं। उस दौर को कैसे संभाला? जवाब/हिमांश कोहलीः मेरे साथ शुरुआत उलटी हुई। 'यारियां' सुपरहिट रही, लेकिन उसके बाद दो-तीन फिल्मों को वैसा रिस्पॉन्स नहीं मिला। उस वक्त समझ नहीं आता था कि आगे क्या करना है। कई लोग कहने लगे थे, 'अब सब खत्म हो गया... अब यहां कुछ नहीं रखा।' सच कहूं तो मुझे भी लगने लगा था कि शायद बैग पैक करके घर लौट जाना चाहिए। लेकिन आज समझ आता है कि वह सिर्फ एक दौर था। उस समय जो फिल्में नहीं चलीं, वही आज टीवी और डिजिटल प्लेटफॉर्म पर शानदार प्रदर्शन कर रही हैं। मैं उनके रिजल्ट देखकर हैरान हो जाता हूं। इसलिए अब लगता है कि हर चीज का अपना समय होता है। अगर मेहनत और भरोसा बना रहे तो मुश्किल दौर भी हमेशा नहीं रहता।

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।