संस्करण : भोपाल
वर्ष : 01
अंक : 236
पृष्ठ : 08
मूल्य :1.00
बुधवार 25 नवम्बर 2026

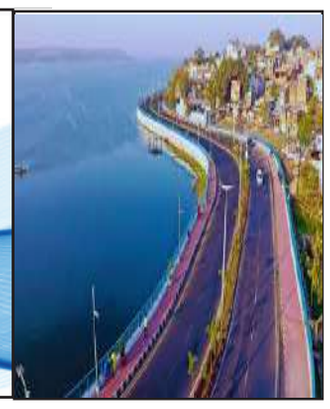
राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

मध्य प्रदेश, उत्तर प्रदेश से प्रकाशित

प्रातःकाल एक्सप्रेस

प्रातःकालीन संस्करण

सच से रूबरू



Website:www.pratahkalexpress.in | E-mail :pratahkalexpress@gmail.com | facebook.com/pratahkalexpressnews | https://twitter.com/ratahkalexpress1

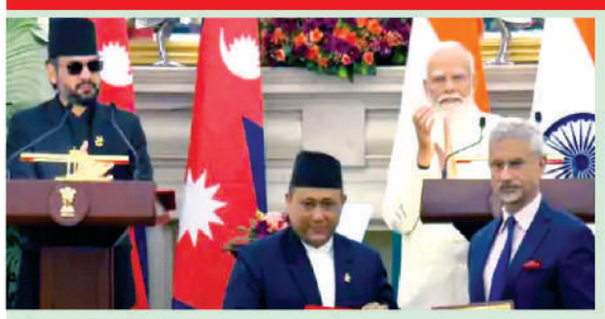
कर में राहत, फिर भी नहीं बढ़ाया वेतन कंपनियों पर पीएम मोदी की बात का शशि थरूर ने समर्थन किया



नई दिल्ली(एजेंसी)। कांग्रेस सांसद शशि थरूर ने प्रधानमंत्री (पीएम) नरेंद्र मोदी की बात का समर्थन किया है। पीएम मोदी ने भारतीय कंपनियों पर सवाल उठाए थे। उन्होंने कहा था कि कंपनियों ने कर (टैक्स) में छूट मिलने के बाद भी रोजगार नहीं बढ़ाए। कर्मचारियों का वेतन भी नहीं बढ़ाया। शशि थरूर ने कहा, देश में रोजगार की स्थिति बेहद खराब है। खासकर पढ़े-लिखे युवाओं के लिए हालात मुश्किल हैं। उन्होंने सरकार के नियमों और भ्रष्टाचार पर भी सवाल उठाए। साथ ही मोदी के पुराने नारे 'न खाऊंगा, न खाने दूंगा' पर तंज कसा। थरूर ने यह बातें केरल के तिरुवनंतपुरम में कहीं। उन्होंने कहा कि कर में राहत मिलने के बाद कंपनियों ने अपना वादा पूरा नहीं किया। प्रधानमंत्री की बात देश की आर्थिक स्थिति की सच्चाई दिखाती है। कंपनियों ने अपना वादा क्यों नहीं निभाया?थरूर ने कहा, 'मुझे लगता है कि प्रधानमंत्री ने जो कहा, वह सच्चाई है। कंपनियों के पास इसका अपना बचाव हो सकता है। लेकिन जहां तक मैं उनकी बात समझता हूं, सरकार ने कंपनियों को ज्यादा निवेश करने के लिए कर कम किए। ताकि वे ज्यादा रोजगार दें और वेतन बढ़ाएं। लेकिन कंपनियों ने अपने हिस्से का वादा पूरा नहीं किया'। थरूर ने नौकरी तलाश रहे लोगों की परेशानी बताई। उन्होंने खासकर कॉलेज से पढ़कर निकले युवाओं का जिक्र किया। उन्होंने कहा कि रोजगार की स्थिति पर ज्यादा ध्यान देने की जरूरत है।थरूर ने कहा, 'लोग हमें बताते हैं कि नौकरी मिलना बहुत मुश्किल है। उदाहरण के लिए, पहली बार ऐसा हुआ कि आईआईटी के एक छात्र को नौकरी नहीं मिली। मेरा मतलब है कि पहले ऐसी बात सुनने को नहीं मिलती थी। इससे पता चलता है कि रोजगार का माहौल, खासकर कॉलेज से पढ़े युवाओं के लिए, बेहद खराब है' ।कांग्रेस नेता ने कहा कि अर्थव्यवस्था पर ध्यान देने की जरूरत है। सरकार और कंपनियों के बीच आर्थिक विकास की जिम्मेदारी को लेकर जो बहस चल रही है, उस पर नजर रखनी चाहिए। थरूर ने कहा, 'अगर प्रधानमंत्री कंपनियों पर सवाल उठा रहे हैं और कंपनियां सरकार की नीतियों पर सवाल उठाना चाहती हैं, तो इस पर नजर रखी जा सकती है। हमारा मानना है कि सरकार कुछ काम बेहतर तरीके से कर सकती है'।

प्रधानमंत्री मोदी बोले-नेपाल के बिना हमारे धाम और राम अधूरे

15 हजार करोड़ की मदद दी; नेपाल को एक हवाई रास्ता देने पर भारत राजी



नई दिल्ली(एजेंसी)। 15 हजार करोड़ की मदद दी; नेपाल को एक हवाई रास्ता देने पर भारत राजी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सोमवार को नेपाल के साथ रिश्तों को और मजबूत करने के लिए 15 हजार करोड़ भारतीय रुपए की मदद का ऐलान किया। बालेन शाह के भारत के पहले द्विपक्षीय दौरे को दोनों देशों की गहरी दोस्ती का प्रतीक बताते हुए मोदी ने साझा इतिहास, संस्कृति और आस्था का जिक्र किया। उन्होंने कहा कि भगवान राम और माता सीता भारत-नेपाल की साझा सभ्यता के प्रतीक हैं। 2018 में जनकपुर यात्रा को याद करते हुए मोदी ने कहा कि नेपाल के बिना हमारे धाम अधूरे हैं और नेपाल के बिना हमारे राम भी अधूरे हैं।वहीं, नेपाल के प्रधानमंत्री बालेन शाह ने दोनों देशों के रिश्तों को नई ऊंचाई देने की बात कही। उन्होंने कहा कि नेपाल और भारत के रिश्ते हिमालय की तरह मजबूत और समुद्र की तरह विशाल हैं। दोनों देशों के लोग एक-दूसरे से गहराई से जुड़े हुए हैं। इस दौरान नेपाल-भारत के बीच काठमांडू-भैरहवा-लखनऊ हवाई रूट दोनों तरफ से शुरू करने पर सहमति बनी। इससे लखनऊ से आने वाले विमान भैरहवा के रास्ते काठमांडू पहुंच सकेंगे। बालेन शाह के भारत दौरे में दोनों देशों के बीच हवाई संपर्क को लेकर अहम फैसला हुआ है। काठमांडू-भैरहवा-लखनऊ (बी-345) हवाई रास्ते को अब दोनों दिशाओं में इस्तेमाल किया जा सकेगा। अभी इस रास्ते का इस्तेमाल नेपाल से भारत जाने वाली उड़ानों के लिए होता है। नए फैसले के बाद भारत से आने वाले विमान भी इसी रास्ते



से नेपाल में प्रवेश कर सकेंगे। हालांकि, महेंद्रनगर वाले रास्ते पर अभी सहमति नहीं बनी है।
दोनों देशों के अधिकारी इस पर बातचीत कर रहे हैं।
नए फैसले से पश्चिमी नेपाल में स्थित भैरहवा के गौतम बुद्ध अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे तक पहुंचना आसान हो सकता है। नेपाल को उम्मीद है कि इससे भैरहवा और पोखरा के हवाई अड्डों पर अंतरराष्ट्रीय उड़ानों की संख्या बढ़ाने में मदद मिलेगी। महेंद्रनगर वाले रास्ते पर सहमति नहीं बनी

बंगाल BJP विधायक रेखा पात्रा ने जहर खाया, हालत गंभीर



बंगाल(एजेंसी)। BJP विधायक रेखा पात्रा ने जहर खा लिया है। दो दिनों से कोलकाता के निजी अस्पताल में उनका इलाज चल रहा है। PTI के मुताबिक, रेखा पहले वेंटिलेटर पर थीं। सोमवार सुबह उन्हें वेंटिलेटर से हटाया गया है। हालांकि, उनके शरीर में जहर का असर बना हुआ है, जिसके कारण हार्ट रेट सामान्य से ज्यादा है। परिवार के मुताबिक, रेखा ने शनिवार रात हर्बल कीटनाशक खाया था। उनके पति संदीप पात्रा ने दैनिक भास्कर को बताया कि रेखा की स्थिति ठीक नहीं है। अभी कुछ कहना संभव नहीं है। रेखा पात्रा 2024 में संदेशखाली आंदोलन के दौरान चर्चा में आई थीं। 26 मार्च 2024 को PM मोदी ने रेखा से फोन पर बातचीत की थी। मोदी ने कहा था- रेखा, आपने संदेशखाली में बहुत बड़ी लड़ाई लड़ी है। आप एक तरह से शक्ति स्वरूपा हैं। PTI के मुताबिक, शनिवार रात करीब 9 बजे हिंगलगंज स्थित घर पर रेखा की तबीयत अचानक बिगड़ गई थी। पहले उन्हें स्थानीय अस्पताल ले जाया गया था। फिर बशीरहाट सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल में भर्ती कराया गया। वहां भी करीब चार घंटे इलाज के बावजूद उनकी हालत में खास सुधार नहीं हुआ। इसके बाद उन्हें कोलकाता रेफर किया गया। अस्पताल में जांच के दौरान उनका ब्लड प्रेशर 124/70 mmHg और पल्स रेट 110 प्रति मिनट था।

बेटा, पढ़-लिखकर प्रिंस बनो, क्रिकेट में भी एडमिशन करवा देंगे

लखनऊ(एजेंसी)। सोमवार को मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के जनता दर्शन में गोंडा से आया एक छात्र क्रिकेटर बनने की इच्छा लेकर पहुंचा। कक्षा-8 के छात्र प्रिंस साहू ने मुख्यमंत्री को बताया कि आर्थिक तंगी के कारण वह क्रिकेट की कोचिंग नहीं ले पा रहा है। क्रिकेट किट खरीदना भी मुश्किल है। इस पर मुख्यमंत्री ने उसकी मदद का भरोसा दिया। उन्होंने कहा कि सरकार उसकी कोचिंग और दाखिले की व्यवस्था कराएगी। गोंडा के इटियाथोक क्षेत्र के पड़री पारासराय गांव निवासी प्रिंस ने बताया कि उसे बचपन से क्रिकेट खेलने का शौक है। वह इसी में



करियर बनाना चाहता है। लेकिन परिवार की आर्थिक स्थिति कमजोर है।मुख्यमंत्री ने करीब पांच मिनट तक उससे बातचीत की। उन्होंने कहा कि अभी कक्षा-8 में हो, इसलिए पढ़ाई और खेल दोनों पर ध्यान दो। अच्छे अंकों से परीक्षा पास करो। इसके बाद क्रिकेट कोचिंग में दाखिले की व्यवस्था कराई जाएगी। उन्होंने कहा, 'बेटा, तुम्हारा नाम प्रिंस है, इसलिए खूब पढ़-लिखकर प्रिंस बनो। खूब खेलो, लेकिन पढ़ाई भी जरूरी है।' मुख्यमंत्री ने एक-एक कर फरियादियों से मुलाकात की। उनके प्रार्थना पत्र लेकर समस्याएं सुनीं। अधिकारियों को शिकायतों का समयबद्ध निस्तारण करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि कार्रवाई निष्पक्षता और संवेदनशीलता के साथ होनी चाहिए। जनता दर्शन में इलाज के लिए आर्थिक सहायता मांगने पहुंचे लोगों को भी मुख्यमंत्री ने भरोसा दिया। उन्होंने कहा कि पैसे की कमी से किसी जरूरतमंद का इलाज नहीं रुकने दिया जाएगा। मरीजों के इलाज का एस्टीमेट मिलते ही सरकार आर्थिक सहायता उपलब्ध कराएगी।

जमशेदपुर में रामदेव का धीरेंद्र शास्त्री पर हमला

बोले- कुछ लोग ना वेद पढ़े हैं, ना दर्शन; बकवास करते हैं

झारखंड(एजेंसी)। भगवान श्रीकृष्ण पर कथावाचक धीरेंद्र कृष्ण शास्त्री की टिप्पणी से विवाद शुरू हुआ। यह विवाद अब झारखंड तक पहुंच गया है। योग गुरु रामदेव ने रविवार को जमशेदपुर में तीखा हमला बोला। उन्होंने बिना नाम लिए ऐसे कथावाचकों को निशाने पर लिया। ये कथावाचक धर्म और आस्था के नाम पर लोगों को भ्रमित करते हैं। रामदेव ने ऐसे लोगों को बावला, पाखंडी और धूर्त तक कह दिया। उनकी टिप्पणियों को धीरेंद्र कृष्ण शास्त्री से जोड़कर देखा जा रहा है। यह हमला महिला पतंजलि योग समिति, पूर्वी सिंहभूम के प्रांतीय महासम्मेलन में हुआ। रामदेव ने कहा कि कुछ लोग वेद, दर्शन और



उपनिषद का अध्ययन नहीं करते। फिर भी वे खुद को सनातनी बताते हैं और हिंदू धर्म की रक्षा का दावा करते हैं। उन्होंने कहा कि धर्म रक्षा से पहले व्यक्ति को अपने आचरण और ज्ञान पर ध्यान देना चाहिए।
रामदेव ने प्रेत बाधा के नाम पर दरबार लगाने वाले कथावाचकों को भी निशाने पर लिया।

दिल्ली में थाने के अंदर खूनखराबा: पांच पुलिसकर्मियों पर चाकू से हमला



नई दिल्ली(एजेंसी)। जामा मस्जिद थाना में सोमवार दोपहर करीब 2:30 बजे एक बड़ी घटना हुई। पारिवारिक विवाद की शिकायत पर थाने बुलाए गए नबील नामक व्यक्ति ने पुलिसकर्मियों पर अचानक चाकू से हमला कर दिया। इस हमले में पांच पुलिसकर्मी गंभीर रूप से घायल हो गए। नबील को उसकी मां और बहन से जुड़े एक पारिवारिक विवाद के मामले में थाने बुलाया गया था। उसने अचानक पुलिसकर्मियों पर हमला कर दिया, जिससे वे घायल हो गए। घायल पुलिसकर्मियों को गर्दन और चेहरे पर चोटें आईं। उन्हें तुरंत संजीवनी अस्पताल ले जाया गया। बाद में बेहतर उपचार के लिए सर गंगा राम अस्पताल रेफर कर दिया गया। हमले के बाद आरोपी नबील थाना से भाग निकला। भागने में मदद के लिए उसने रास्ते में एक दोपहिया वाहन भी लूट लिया। सेंट्रल डिस्ट्रिक्ट की ऑपरेशंस यूनिट की एक टीम ने उसका पीछा करना शुरू किया। ऑपरेशंस यूनिट की टीम ने आरोपी नबील को चितली कबर इलाके में ट्रैक किया। जब पुलिस टीम ने उसे पकड़ने का प्रयास किया। नबील ने एक बार फिर पुलिसकर्मियों पर हमला कर दिया। इस स्थिति में पुलिस टीम को आत्मरक्षा में गोली चलानी पड़ी। पुलिस ने खतरे को बेअसर करने और आरोपी को नियंत्रण में लाने के लिए गोली चलाई।
यह कार्रवाई नबील के लगातार हमलों के जवाब में की गई।

यूपी: सांसद एसपी सिंह बोले- धर्म का ढोंग करती है भाजपा

कावड़ यात्रा में लोग भांग खाकर करते हैं उपद्रव

उन्नाव(एजेंसी)। बीजेपी पूजा पाठ धार्मिक अनुष्ठान के ढोंग करती है। वो धर्म की रोटी खाते हैं और भगवान का अपमान करते हैं। इनके लिए धर्म मखौल बन कर रह गया है। हमारे लिए धर्म आस्था का विषय है। यह आरोप क्षेत्र के ग्राम रूझिहई स्थित रामनाथ इंटर कालेज में सपा युवजन सभा के प्रदेश सचिव



नीतिन पटेल द्वारा मुलायम सिंह यादव की जयंती पर आयोजित पीडीए स्वाभिमान सम्मेलन में मुख्य अतिथि प्रतापगढ़ के सांसद एसपी सिंह पटेल ने लगाए। उन्होंने कहा कि कावड़ यात्रा में लोग शराब, गांजा भांग खाकर उपद्रव करते हैं, दुकान लूटते है और तो और यह स्कूली बच्चों की वैन व पुलिस पर भी हमला करने का काम करते हैं। मेरा मानना है कि पूजा आप घर और आसपास के मंदिरों में करें। यात्रा आदि के जरिये केवल ढोंग ही कर रहे हैं। बीजेपी धर्म की बात करेगी पर किसान युवा बेरोजगारी, महंगाई की बात नहीं करेगी। मौतों व घटना, दुर्घटना को भी इवेंट बना कर जनता की भावनाओं के साथ खिलवाड़ करते हैं।

प्रदूषण के लिए सिर्फ दिल्ली जिम्मेदार नहीं, सुप्रीम कोर्ट ने एनसीआर राज्यों से मांगा जवाब

नई दिल्ली(एजेंसी)। दिल्ली-एनसीआर में हर साल सर्दियों के दौरान गंभीर रूप धारण करने वाले वायु प्रदूषण के मुद्दे पर सुप्रीम कोर्ट ने सख्त रुख अपनाया है। अदालत ने स्पष्ट किया कि प्रदूषण की समस्या के लिए केवल दिल्ली को जिम्मेदार नहीं ठहराया जा सकता, बल्कि राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र से जुड़े सभी राज्यों को अपनी जिम्मेदारी निभानी होगी। सुप्रीम कोर्ट ने दिल्ली में केवल बीएस-6 मानक वाले वाहनों के संचालन की संभावना पर जोर देते हुए प्रदूषण नियंत्रण के लिए पांच साल की दीर्घकालिक कार्ययोजना तैयार करने को कहा है। मुख्य न्यायाधीश सूर्यकांत की अध्यक्षता वाली पीठ, जिसमें न्यायमूर्ति जॉयमाल्या बागची और न्यायमूर्ति वी. महादेवन शामिल हैं, वायु प्रदूषण से जुड़े मामले की सुनवाई कर रही थी। सुनवाई के दौरान अदालत ने कहा कि यदि पूरे एनसीआर में बीएस-6 वाहनों की व्यवस्था तत्काल लागू करना संभव नहीं है, तो कम से कम दिल्ली में इसे लागू करने की दिशा में गंभीरता से विचार किया जाना चाहिए। अदालत का मानना है कि पुराने वाहनों से निकलने वाला प्रदूषण राजधानी की हवा को खराब करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। सुप्रीम कोर्ट ने दिल्ली में प्रदूषण फैलाने वाले व्यावसायिक वाहनों की आवाजाही को नियंत्रित करने के लिए भी ठोस व्यवस्था विकसित करने का सुझाव दिया। मुख्य



न्यायाधीश ने कहा कि व्यावसायिक वाहनों को दिल्ली में प्रवेश से रोकने के विकल्पों पर विचार किया जाना चाहिए, लेकिन इसके साथ ही आम लोगों तक सब्जियां, फल और रोजमर्रा की आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति प्रभावित नहीं होनी चाहिए। अदालत ने सवाल उठाया कि जब आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति जारी रखना जरूरी है, तो इसके लिए कोई वैकल्पिक व्यवस्था क्यों नहीं बनाई जा सकती? इस संबंध में पीठ ने दिल्ली की सीमाओं के आसपास बड़े वेयरहाउस और वितरण केंद्र विकसित करने का सुझाव दिया। अदालत ने कहा कि सीमावर्ती क्षेत्रों में सामान उतारने और उसके बाद बैटरी से चलने वाले अथवा प्रदूषण नहीं फैलाने वाले वाहनों के माध्यम से शहर के भीतर आपूर्ति की व्यवस्था की जा सकती है। इससे भारी व्यावसायिक वाहनों की दिल्ली में आवाजाही कम होगी और प्रदूषण पर नियंत्रण पाने में मदद मिल सकती है।मुख्य न्यायाधीश ने यह भी स्पष्ट किया कि इस तरह की व्यवस्था एक-दो साल में पूरी तरह लागू करना संभव नहीं होगा, लेकिन पांच साल की समयसीमा निर्धारित कर इस दिशा में व्यवस्थित तरीके से काम किया जा सकता है। अदालत ने संबंधित अधिकारियों से पूछा कि जब दीर्घकालिक योजना बनाई जा सकती है, तो इस व्यवस्था को पांच वर्षों में लागू करने की दिशा में प्रयास क्यों नहीं किए जा सकते? एनसीआर राज्यों से मांगी कार्रवाई की रिपोर्ट सुनवाई के दौरान सुप्रीम कोर्ट ने दिल्ली के साथ-साथ हरियाणा, पंजाब, उत्तर प्रदेश और अन्य संबंधित राज्यों की भूमिका पर भी सवाल उठाए। अदालत ने कहा कि वायु प्रदूषण किसी एक शहर या राज्य तक सीमित समस्या नहीं है। इसका प्रभाव पूरे राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र पर पड़ता है, इसलिए सभी संबंधित राज्यों को मिलकर जिम्मेदारी निभानी होगी। पीठ ने संबंधित राज्यों को निर्देश दिया कि वे प्रदूषण की रोकथाम के लिए अब तक उठाए गए कदमों और भविष्य की योजनाओं की जानकारी देते हुए स्टेटस रिपोर्ट दाखिल करें।

सुप्रीम कोर्ट: वोटर लिस्ट से नाम कटने पर अपील की सुनवाई तेजी से होगी

बंगाल(एजेंसी)। मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) के बाद जिन लोगों के नाम वोटर लिस्ट से हटाए गए हैं, उन्हें बड़ी राहत मिल सकती है। सुप्रीम कोर्ट ने चुनाव आयोग को अपीलीय ट्रिब्यूनलों की संख्या बढ़ाने का निर्देश दिया है। अदालत ने साफ कहा कि वोटर लिस्ट से नाम हटाए जाने के खिलाफ दाखिल अपीलों पर पहले सुनवाई होनी चाहिए। खासकर उन विधानसभा क्षेत्रों के मतदाताओं को प्राथमिकता दी जाए, जहां नगर निकाय चुनाव होने वाले हैं। सुप्रीम कोर्ट ने चुनाव आयोग को क्या निर्देश दिया?मुख्य न्यायाधीश सूर्यकांत और जस्टिस जॉयमाल्य बागची तथा जस्टिस वी. मोहना की पीठ ने कहा कि अपीलीय ट्रिब्यूनलों की संख्या बढ़ाने के लिए चुनाव आयोग कलकत्ता हाईकोर्ट के मुख्य न्यायाधीश से सलाह करे। अदालत ने अपीलों को दो अलग-अलग श्रेणियों में बांटने का निर्देश दिया है। पहली श्रेणी में उन लोगों



की अपीलें होंगी, जिनके नाम वोटर लिस्ट से काट दिए गए हैं। दूसरी श्रेणी में उन लोगों की अपीलें होंगी, जो किसी दूसरे व्यक्ति का नाम वोटर लिस्ट में शामिल किए जाने को चुनौती दे रहे हैं। अदालत ने कहा कि दूसरी श्रेणी के मामलों में उतनी जल्दबाजी की जरूरत नहीं है।सुनवाई के दौरान याचिकाकताओं की ओर से पेश वकील प्रशांत भूषण ने बताया कि करीब 38 लाख अपीलें दाखिल हुई हैं, लेकिन अब तक केवल एक लाख के आसपास मामलों का निपटारा हुआ है। उन्होंने कहा कि नाम काटे जाने के खिलाफ करीब 93 प्रतिशत अपीलों में फैसला हो चुका है और संबंधित लोगों के नाम दोबारा जोड़ने के आदेश दिए गए हैं। हालांकि, उन्होंने करीब 22 लाख अपीलें लंबित होने की बात भी कही। उनके मुताबिक, कोलकाता नगर निगम क्षेत्र में दो लाख से अधिक मतदाताओं के नाम कथित तौर पर हटाए गए हैं और उनकी अपीलों पर सुनवाई बाकी है।अदालत ने चुनाव आयोग को कोलकाता के अलग-अलग इलाकों में ऐसे स्थानों की पहचान करने को कहा है, जहां अपीलीय ट्रिब्यूनल बनाए जा सकें।

संक्षिप्त डायरी

बेतिया में मालगाड़ी पर पथराव, इंजन में बैठे लोको पायलट के हाथ में लगा पत्थर, चार संदिग्ध हिरासत में

एजेंसी

पटना। बेतिया में हरिनगर और चमुआ रेलवे स्टेशन के बीच रविवार देर शाम असामाजिक तत्वों ने मालगाड़ी पर पथराव कर दिया। पत्थर लगने से लोको पायलट यूके यादव घायल हो गए। आरपीएफ ने चार संदिग्धों को हिरासत में लेकर पूछताछ शुरू की है। बेतिया जिले में हरिनगर और चमुआ रेलवे स्टेशन के बीच रविवार देर शाम मोतिहारी की ओर जा रही एक मालगाड़ी पर असामाजिक तत्वों ने पथराव कर दिया। इस घटना में मालगाड़ी चला रहे लोको पायलट यूके यादव के हाथ में पत्थर लगने से वह घायल हो गए। घटना के तुरंत बाद घायल रेलकर्मी को उपचार के लिए नरकटियागंज लाया गया, जहां उनका इलाज कराया गया। मामले की जानकारी मिलते ही रेलवे सुरक्षा बल की टीम हरकत में आई और संदेह के आधार पर चार लोगों को हिरासत में लेकर पूछताछ शुरू कर दी। मालगाड़ी पर असामाजिक तत्वों का हमला चलती ट्रेन में जीआरपी सिपाहियों से मारपीट, महिला ने अपनी बेटियों और दो युवकों के साथ मिलकर पीटा बिजनौर यह घटना उस समय हुई जब मोतिहारी जा रही मालगाड़ी हरिनगर और चमुआ स्टेशन के मध्य से गुजर रही थी। उसी दौरान अज्ञात तत्वों ने ट्रेन को निशाना बनाकर पथराव कर दिया। एक पत्थर सीधे इंजन के भीतर पहुंचकर संचालन संभाल रहे लोको पायलट यूके यादव के हाथ में जा लगा। इस हमले से चालक के हाथ में चोट आई। चोट लगने के बाद तुरंत रेलवे प्रशासन को सूचित किया गया। इसके बाद पीड़ित रेल चालक को इलाज के लिए नरकटियागंज लाया गया, जहां डॉक्टरों ने उनका प्राथमिक उपचार किया। स्टेशन प्रबंधक मो. कलीम ने इस घटना की आधिकारिक पुष्टि की है। उन्होंने बताया कि किसी अज्ञात व्यक्ति ने चलती मालगाड़ी पर पत्थर फेंका था, जो लोको पायलट को लगा और वह चोटिल हो गए। वहीं आरपीएफ पोस्ट कमांडर ऋतुराज कश्यप ने बताया कि रेलवे सुरक्षा बल मामले की गहनता से जांच कर रहा है। उन्होंने स्पष्ट किया कि संदेह के आधार पर चार लोगों को हिरासत में लिया गया है और उनसे पूछताछ जारी है। आरपीएफ की टीम पत्थर फेंकने वाले की पहचान करने तथा घटना के कारणों का पता लगाने में जुटी हुई है।

भोजपुर पुलिस की डिजिटल स्ट्राइक, फेसबुक-इंस्टाग्राम के 120 खातों पर कार्रवाई; 40 आईडी हटवाई

एजेंसी

पटना। भोजपुर पुलिस ने डिजिटल स्ट्राइक अभियान के तहत अश्लीलता, हिंसा, रंगदारी और जातीय उन्माद फैलाने वाले फेसबुक-इंस्टाग्राम के 120 खातों पर कार्रवाई की है। इनमें 40 आईडी हटवाई गई हैं। पुलिस ने आपत्तिजनक रील बनाने वाले दो युवकों को भी पकड़ा। इंटरनेट मीडिया पर लाइक, दृश्यता और फॉलोअर्स बढ़ाने की होड़ में अश्लीलता, हिंसा और रंगदारी फैलाने वाले सोशल मीडिया खातों पर भोजपुर पुलिस ने बड़ी कार्रवाई की है। जिले में 'डिजिटल स्ट्राइक अभियान' के तहत पुलिस ने अब तक फेसबुक और इंस्टाग्राम की 120 आईडी के विरुद्ध सख्त कार्रवाई की है। अभियान के माध्यम से आपत्तिजनक पोस्ट, विवादित गानों और भड़काऊ रील के जरिये समाज में जातीय उन्माद तथा अवैध हथियारों का प्रदर्शन करने वाले इंटरनेट खातों को चिह्नित कर उन पर शिकंजा कसा गया है। भोजपुर के पुलिस अधीक्षक अवधेश दीक्षित ने बताया कि 'डिजिटल स्ट्राइक अभियान' के अंतर्गत चिह्नित 120 खातों में से 40 आईडी को संबंधित सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म से हटवा यानी टेक डाउन करवा दिया गया है। पुलिस अधीक्षक ने स्पष्ट हिदायत दी है कि इंटरनेट मीडिया पर आपत्तिजनक सामग्री पोस्ट करने, अश्लील और भड़काऊ रील बनाने तथा समाज में नफरत व वैमनस्य फैलाने वालों को किसी भी सूरत में बख्शा नहीं जाएगा। इसके लिए पुलिस की सोशल मीडिया मॉनिटरिंग टीम लगातार ऐसे खातों, वीडियो और पोस्ट पर कड़ी नजर रख रही है। किसी भी प्रकार की असामाजिक गतिविधि सामने आने पर संबंधित लोगों की पहचान कर उनके खिलाफ नियमानुसार सख्त कानूनी कार्रवाई की जाएगी। अभियान के दौरान रंगदारी वाले गानों को लेकर प्राथमिकी दर्ज होने के बावजूद पुलिस को चुनौती देने के अंदाज में रील बनाना दो युवकों को भारी पड़ गया। कृष्णागढ़ थाना पुलिस ने तत्परता दिखाते हुए दोनों युवकों को पकड़ा और थाने ले आई। थाने में पुलिस ने दोनों युवकों से कान पकड़वाकर माफी मंगवाई और भविष्य में इस तरह की हरकत न करने की सख्त हिदायत दी। उल्लेखनीय है कि पिछले दिनों रंगदारी और विवादित गानों के मामले में गायकों, गीतकारों और स्टूडियो संचालकों समेत 45 से अधिक लोगों के विरुद्ध साइबर थाने में प्राथमिकी दर्ज की गई थी।

तेज रफ्तार हाईवा की टक्कर से व्यक्ति की मौत, मुआवजे की मांग को लेकर ग्रामीणों ने किया सड़क जाम

एजेंसी

पटना। पटना सिटी के दीदारगंज थाना क्षेत्र में फतेहपुर रोड के पास रविवार शाम हाईवा की टक्कर से शैलेन्द्र सिंह उर्फ मास्टर साहेब की मौत हो गई। हादसे के बाद चालक फरार हो गया। आक्रोशित ग्रामीणों ने मुआवजे की मांग पर सड़क जाम किया। पटना के दीदारगंज थाना क्षेत्र के फतेहपुर रोड के पास रविवार शाम हुए सड़क हादसे में फतेहपुर निवासी शैलेन्द्र सिंह उर्फ मास्टर साहेब की मौत हो गई। हादसे के बाद हाईवा चालक वाहन छोड़कर मौके से फरार हो गया। शैलेन्द्र सिंह की मौत की खबर मिलते ही परिजनों और स्थानीय ग्रामीणों में कोहराम मच गया। घटना से आक्रोशित ग्रामीणों ने मुआवजे और कार्रवाई की मांग को लेकर सड़क जाम कर दिया। इससे सड़क पर आवागमन पूरी तरह बाधित हो गया। सड़क के दोनों ओर वाहनों की लंबी कतार लग गई और राहगीरों को परेशानी का सामना करना पड़ा। घटना की सूचना मिलते ही दीदारगंज थाना पुलिस मौके पर पहुंची। पुलिस ने आक्रोशित ग्रामीणों को समझाकर जाम हटवाने का प्रयास किया। वहीं, फरार हाईवा चालक की तलाश में पुलिस जुट गई है। हादसे के बाद पूरे इलाके में शोक का माहौल है।

तीन भाइयों के घरों में लगी भीषण आग, कपड़े-गहने और नकदी समेत लाखों का नुकसान

एजेंसी

पटना। किशनगंज के भोकसरभीट्टा गांव में अचानक लगी आग से तीन भाइयों के मकान जलकर राख हो गए। अगलगी में लाखों की संपत्ति नष्ट हो गई। मुखिया प्रतिनिधि ने अंचलाधिकारी से बात कर पीड़ित परिवारों को मुआवजा दिलाने की पहल की। गलगलिया थाना क्षेत्र के भातगांव पंचायत अंतर्गत भोकसरभीट्टा गांव के वार्ड संख्या-4 में अचानक लगी भीषण आग से तीन भाइयों के मकान जलकर राख हो गए। अगलगी में घरों में रखे कपड़े, बर्तन, अनाज, सोने-चांदी के आभूषण और नकदी समेत लाखों रुपये की संपत्ति नष्ट हो गई। घटना के बाद तीनों परिवारों के सामने रहने और खाने-पीने का संकट खड़ा हो गया है। जानकारी के अनुसार, गांव निवासी सैईद अख्तर और उनके दो भाइयों के मकानों में अचानक आग लग गई। देखते ही देखते आग ने विकराल रूप धारण कर लिया और तीनों घरों को अपनी चपेट में ले लिया। मकानों से आग की ऊंची लपटें उठती देख आसपास के ग्रामीण मौके पर पहुंचे। ग्रामीणों ने अपने स्तर से आग बुझाने का प्रयास किया और घटना की सूचना पुलिस को दी। सूचना मिलते ही गलगलिया थानाध्यक्ष रवि शंकर पुलिस बल के साथ घटनास्थल पर पहुंचे। इसके बाद अग्निशमन वाहन और ग्रामीणों की मदद से काफी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया गया। घटना की जानकारी मिलते ही भातगांव पंचायत के मुखिया प्रतिनिधि बृजमोहन उर्फ मुन्ना ने गांव से बाहर रहने के बावजूद दूरभाष पर ठाकुरगंज के अंचलाधिकारी से बात की। उन्होंने अंचल कर्मियों को घटनास्थल पर भेजकर अगलगी से हुई क्षति का आकलन कराने और सरकारी प्रावधानों के तहत पीड़ित परिवारों को उचित मुआवजा दिलाने की पहल की। मुखिया प्रतिनिधि ने कहा कि वह फिलहाल गांव से बाहर हैं, लेकिन जल्द ही पहुंचकर पीड़ित परिवारों से मुलाकात करेंगे। साथ ही अपने स्तर से हरसंभव सहायता उपलब्ध कराने का प्रयास करेंगे। घटना के बाद ग्रामीणों ने प्रशासन से प्रभावित परिवारों को तत्काल राहत सामग्री और उचित मुआवजा उपलब्ध कराने की मांग की है।

विवादित जमीन की अवैध जमाबंदी का मामला, पूर्व सीओ और राजस्व कर्मचारी समेत कई पर एक और प्राथमिकी

एजेंसी

पटना। बिहार विवादित जमीन की अवैध जमाबंदी और गलत लगान रसीद जारी करने के मामले में पूर्व अंचलाधिकारी महेंद्र कुमार शुक्ल और राजस्व कर्मचारी करुण करण समेत अन्य के खिलाफ नगर थाने में एक और प्राथमिकी दर्ज की गई है। विवादित भूमि की अवैध रूप से जमाबंदी कायम करने और गलत लगान रसीद जारी करने के मामले में अंचल के पूर्व अधिकारियों की मुश्किलें बढ़ गई हैं। जमीन फजीर्वाड़े के आरोपी तत्कालीन अंचलाधिकारी महेंद्र कुमार शुक्ल और तत्कालीन राजस्व कर्मचारी करुण करण के खिलाफ नगर थाने में एक और प्राथमिकी दर्ज हुई है। जमानत पर



बाहर चल रहे दोनों आरोपियों पर जिलाधिकारी को गलत सूचना देकर गुमराह करने का भी गंभीर आरोप है। मिठनपुरा के चर्च रोड निवासी पंकज कुमार के आवेदन पर नगर थाना पुलिस ने तत्कालीन अंचलाधिकारी, राजस्व कर्मचारी, मीना कुमारी तथा अन्य लोगों के विरुद्ध नामजद मामला दर्ज कर जांच आरंभ कर दी है। पीड़ित पंकज कुमार ने पुलिस को दिए आवेदन में बताया कि उनके दिवंगत पिता कामदेव मंडल की स्वअर्जित जमीन पर संयुक्त परिवार का मकान बना है। इस भूमि और मकान के स्वामित्व को लेकर सिविल कोर्ट में स्वत्व वाद लंबित चल रहा है। इसके अलावा भूमि सुधार उप समाहर्ता पूर्वी के न्यायालय में भी दाखिला-खारिज से जुड़ा अपील वाद विचाराधीन है। इसके बावजूद अधिकारियों ने मिलीभगत कर 6 दिसंबर, 2025 को म्यूटेशन वाद में नियम विरुद्ध शुद्धि पत्र निर्गत कर दिया। इसी शुद्धि पत्र के आधार पर मीना कुमारी के नाम जमाबंदी दर्ज कर 4 अप्रैलको लगान रसीद काट दी गई। इससे पूर्व मीना कुमारी की ओर से प्रस्तुत दो म्यूटेशन आवेदनों को खारिज किया जा चुका था। जिलाधिकारी को भेजा भ्रामक जांच प्रतिवेदन मामले में हुई गंभीर धांधली को लेकर शिकायतकर्ता के बड़े भाई केशव कुमार ने 17 जुलाई को जिलाधिकारी के समक्ष शिकायत दर्ज कराई थी। आरोप है कि शिकायत के बाद तत्कालीन अंचलाधिकारी ने 6 अगस्त 2026 को जिलाधिकारी को भेजे गए अपने जांच प्रतिवेदन में इस म्यूटेशन वाद को आदेश के लिए प्रक्रियाधीन बताया। जबकि सच यह था कि प्रतिवेदन भेजने से कई महीने पहले ही शुद्धि पत्र जारी करके अवैध जमाबंदी और रसीद निर्गत करने की पूरी प्रक्रिया की जा चुकी थी। इस प्रकार प्रशासनिक पद का अनुचित लाभ उठाते हुए उच्चाधिकारियों को अंधेरे में रखा गया। पद का दुरुपयोग और पुलिस की कार्रवाई आवेदक ने अपनी शिकायत में कहा है कि आरोपियों ने अपने पद का दुरुपयोग करते हुए वास्तविक तथ्यों को छिपाने की सुनियोजित साजिश रची, ताकि दूसरे पक्ष को अनुचित लाभ पहुंचाया जा सके। पीड़ित परिवार ने पुलिस प्रशासन से इस पूरे प्रकरण में निष्पक्ष जांच कर सभी दोषी व्यक्तियों के खिलाफ कठोर कानूनी कार्रवाई करने का अनुरोध किया है। नगर थाना पुलिस ने आवेदन के आधार पर मामला पंजीकृत कर लिया है।

विक्रमशिला पुल बंद होने से एनएच 31 पर लोग परेशान

एजेंसी

पटना। विक्रमशिला पुल बंद रहने से राष्ट्रीय राजमार्ग-31 पर वाहनों का दबाव बढ़ गया है। सोमवार को एक महीने में सातवीं बार महेशखूंट से मानसी तक लंबा जाम लगा। खराब डायवर्सन, सड़क धंसने और ओवरटेकिंग के कारण वाहन घंटों फंसे रहे। एंबुलेंस, स्कूली बच्चों और दैनिक यात्रियों को भी परेशानी हुई। विक्रमशिला पुल के बंद रहने से राष्ट्रीय राजमार्ग 31 पर गाड़ियों का दबाव अत्यधिक बढ़ गया है। सोमवार को इस मार्ग पर एक महीने के दौरान सातवीं बार लंबा यातायात जाम लगा। सुबह से ही महेशखूंट से मानसी तक वाहनों की लंबी कतारें लगी रहीं। अन्य रास्तों से गुजरने वाले वाहनों का दबाव इस सड़क पर आने से स्थिति और अधिक विकट हो गई है। इससे यात्रियों, राहगीरों और वाहन चालकों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। खस्ताहाल सड़क और संकरा रास्ता महेशखूंट और पसराहा के बीच बने डायवर्सन की खराब स्थिति, पसराहा के समीप सड़क धंसने और मार्ग संकरा होने के कारण वाहन अत्यंत धीमी गति से चल रहे हैं। कई स्थानों पर एक ही दिशा से वाहनों की निकासी हो पा रही है। ऐसे में भारी वाहनों के आमने-सामने आने अथवा किसी गाड़ी के बीच रास्ते खराब होने पर किलोमीटर लंबा जाम लग जाता है। बीते रविवार को भी महेशखूंट से मानसी तक लगभग 35 किलोमीटर की दूरी में गाड़ियां रेंगती नजर आईं। ओवरटेकिंग से बढ़ा संकट इससे पूर्व गुरुवार की रात लगभग 11:00 बजे गौछारी के पास ओवरटेक करने को लेकर दो ट्रक चालकों के बीच कहासुनी हो गई। देखते ही देखते यातायात खगड़िया से पसराहा तक पूरी तरह ठप हो गया। शुक्रवार दोपहर 3:00 बजे लगभग 16 घंटे की मशक्कत के बाद आवाजाही सुचारू हो सकी। लगातार हो रही इस समस्या से मरीजों को ले जा रहीं एंबुलेंस, स्कूली बच्चे, नौकरीपेशा लोग और दैनिक यात्री घंटों फंसे रहने को विवश हैं। क्षेत्र के निवासियों का मानना है कि विक्रमशिला पुल पर आवागमन शुरू होने तक इस मार्ग पर दबाव बना रहेगा।

इंडिगो की फ्लाइट रद्द होने पर यात्रियों का हंगामा, पुणे जाने वाले विमान का बिगड़ा शेड्यूल

एजेंसी

पटना। पटना एयरपोर्ट पर पुणे जाने वाली इंडिगो की फ्लाइटरद्द होने के बाद यात्रियों ने हंगामा किया। खराब मौसम और कम दृश्यता के कारण पुणे से पटना आ रहा विमान लखनऊ डायवर्ट कर दिया गया था। इसके बाद पटना से पुणे जाने वाली उड़ान का शेड्यूल बिगड़ गया। यात्रियों ने एयरलाइंस कर्मचारियों पर गलत जानकारी देने और समय पर स्थिति स्पष्ट नहीं करने का आरोप लगाया। पटना के हवाई अड्डे पर पुणे जाने वाली इंडिगो की उड़ान अचानक रद्द होने के बाद यात्रियों ने भारी हंगामा किया। यात्रा के अंतिम समय में उड़ान निरस्त होने की सूचना मिलने से परिसर में मौजूद यात्रियों का गुस्सा फूट पड़ा। एयरलाइंस प्रबंधन के खिलाफ नाराजगी जताते हुए यात्रियों ने हवाई अड्डे पर प्रदर्शन किया। यात्रियों का कहना था कि एयरलाइंस कर्मियों के गैर-जिम्मेदाराना रवैये और जानकारी छिपाने की वजह से उन्हें भारी परेशानी



का सामना करना पड़ा। खराब मौसम के कारण लखनऊ भेजा गया विमान पुणे से पटना आने वाला इंडिगो का विमान संख्या रात 1:40 बजे पटना पहुंचने वाला था। हालांकि, हवाई अड्डे के आसपास खराब मौसम और कम दृश्यता की वजह से विमान वहां उतर नहीं सका। इस कारण विमान को लखनऊ की तरफ मोड़ना पड़ा। इसी विमान को पटना पहुंचने के बाद पुनः पुणे के लिए रवाना होना था। पटना से पुणे जाने वाली इंडिगो की उड़ान संख्या को रात 2:45 बजे उड़ान भरनी थी। आने वाले विमान के पटना न पहुंच पाने के कारण आगे का पूरा शेड्यूल बिगड़ गया और एयरलाइंस को अपनी उड़ान रद्द करनी पड़ी। एयरलाइंस कर्मचारियों पर लगाया गुमराह करने का आरोप उड़ान निरस्त होने की सूचना मिलते ही यात्रियों और इंडिगो के कर्मचारियों के बीच तीखी नोकझोंक शुरू हो गई। यात्रियों ने आरोप लगाया कि एयरलाइंस के कर्मचारी उन्हें लगातार समय पर उड़ान भरने का झूठा आश्वासन देते रहे। काफी देर तक इंतजार करवाने के बाद अचानक उड़ान रद्द करने की घोषणा कर दी गई। यात्रियों ने यह भी शिकायत की कि परेशानी के इस समय समाधान निकालने के लिए एयरलाइंस का कोई भी वरिष्ठ अधिकारी मौके पर उपस्थित नहीं हुआ, जिससे परिसर में काफी देर तक अफरातफरी मची रही। यात्रा योजनाएं ध्वस्त होने से यात्रियों में अनिश्चितता अचानक उड़ान रद्द होने के कारण पुणे में अपने आवश्यक कार्यों से जा रहे कई यात्रियों की पूरी योजना प्रभावित हो गई। लंबा समय बीत जाने के बाद भी स्थिति स्पष्ट न होने पर यात्रियों का सब्र जवाब दे गया। यात्रियों की मुख्य चिंता अपनी आगे की यात्रा को लेकर बनी रही। एयरलाइंस ने प्रभावित लोगों के लिए वैकल्पिक उड़ान, रीबुकिंग अथवा रिफंड की क्या व्यवस्था की है, इस संबंध में अब तक कोई आधिकारिक जानकारी सामने नहीं आ पाई है।

पटना में गंगा किनारे चला बुलडोजर, सर्वोच्च न्यायालय ने दिए थे अतिक्रमण हटाने के निर्देश

एजेंसी

पटना। पटना पटना में गंगा नदी के किनारे अवैध अतिक्रमण हटाने का अभियान सोमवार सुबह शुरू हुआ। सर्वोच्च न्यायालय के निर्देश पर मालसलामी थाना क्षेत्र के दमराही घाट से कार्रवाई शुरू की गई। प्रशासन ने दर्जनों जेसीबी मशीनों की मदद से मकानों, ईंट-भट्ठों और चिमनियों को ध्वस्त करना शुरू किया है। अभियान नूरपुर से नौजर घाट तक चलाया जाएगा। सर्वोच्च न्यायालय के निर्देश पर पटना में गंगा नदी के किनारे कायम अवैध अतिक्रमण को हटाने का व्यापक अभियान सोमवार सुबह से शुरू हो गया है। प्रशासनिक टीम ने बुलडोजर और दर्जनों जेसीबी मशीनों की मदद से तट पर बने कच्चे-पक्के मकानों, ईंट-भट्ठों और चिमनियों को ध्वस्त करना शुरू कर दिया है। इस कार्रवाई की शुरूआत मालसलामी थाना क्षेत्र के दमराही घाट से हुई। दमराही घाट से कार्रवाई शुरू अतिक्रमण हटाने के इस अभियान का नेतृत्व प्रशासनिक अधिकारी कर रहे हैं। मौके पर मौजूद नगर



पुलिस अधीक्षक शैलजा ने बताया कि सर्वोच्च न्यायालय के निर्देश पर पटना सिटी में गंगा किनारे कायम सभी अवैध कब्जों को हटाया जा रहा है। अभियान के दौरान किसी भी अप्रिय स्थिति से निपटने के लिए भारी संख्या में पुलिस बल और दंडाधिकारियों की तैनाती की गई है। एसडीओ कशिश बख्शी, कई दंडाधिकारी और पुलिस अधिकारी स्वयं मौके पर उपस्थित रहकर पूरी कार्रवाई की निगरानी कर रहे हैं। नूरपुर से नौजर घाट तक अभियान अधिकारियों के अनुसार अतिक्रमण विरोधी यह अभियान नूरपुर से नौजर घाट के बीच संचालित किया जाएगा। इसके तहत गंगा किनारे अवैध रूप से निर्मित कच्चे-पक्के मकानों, ईंट-भट्ठों और चिमनियों को बुलडोजर से ढहाया जा रहा है। गंगा तट पर अचानक शुरू हुई इस सख्त कार्रवाई से अवैध कब्जाधारियों के बीच अफरा-तफरी मच गई। कार्रवाई के दौरान कुछ लोगों ने विरोध करने का प्रयास भी किया, लेकिन पुलिस की सख्ती के आगे उनका विरोध टिक नहीं सका।

अररिया में भीषण सड़क हादसा, स्कूली बच्चों से भरे ई-रिक्शा को कार ने मारी टक्कर, 12 घायल

एजेंसी

पूर्णिया अररिया-रानीगंज मार्ग पर कार और स्कूली बच्चों से भरे ई-रिक्शा की टक्कर में 12 बच्चे घायल हो गए। हादसे में एक बच्चे का हाथ कट गया। दो गंभीर घायलों को बेहतर इलाज के लिए हायर सेंटर रेफर किया गया है। सोमवार को अररिया-रानीगंज मार्ग पर पावर हाउस के पास विपरीत दिशा से आ रही एक कार ने स्कूली बच्चों से भरे ई-रिक्शा में जोरदार टक्कर मार दी। एनएच-327 ई पर हुए इस हादसे में ई-रिक्शा सवार 12 बच्चे घायल हो गए। टक्कर इतनी भीषण थी कि एक बच्चे का हाथ कटकर चार पहिया वाहन में ही फंस गया। घटना के तुरंत बाद स्थानीय लोगों ने सभी घायलों को इलाज के लिए अररिया के सदर अस्पताल पहुंचाया। सदर अस्पताल में डॉ. निर्मल कुमार मंडल की देखरेख में सभी घायलों का इलाज चल रहा है। चिकित्सकों ने दो घायलों की हालत बेहद गंभीर बताई है। अत्यधिक गंभीर रूप से घायल 15



वर्षीय मोहम्मद अकरम और 10 वर्ष के एक बालक को प्राथमिक चिकित्सा के बाद बेहतर इलाज के लिए हायर सेंटर रेफर कर दिया गया। इसके अतिरिक्त सात वर्षीय अबू हमवाद, ई-रिक्शा चालक 30 वर्षीय मोहम्मद आबिद, जोया परवीन, सानिया फिरदौस और मोहम्मद आबिदुल्लाह का उपचार सदर अस्पताल में जारी है। अस्पताल में उपचाराधीन ई-रिक्शा चालक मोहम्मद आबिद ने बताया कि वह अपनी सही दिशा में जा रहे थे, तभी अचानक सामने से आई कार ने टक्कर मार दी। इस दुर्घटना के बाद स्थानीय निवासियों ने सड़क पर लगातार गलत दिशा में वाहनों के चलने और ई-रिक्शा में क्षमता से अधिक सवारी बैठाने पर गहरा आक्रोश जताया है। लोगों ने बच्चों की सुरक्षा को लेकर स्कूल प्रशासन पर भी सवाल उठाए हैं। अनुमंडल पुलिस पदाधिकारी सुशील कुमार ने बताया कि पुलिस टीम मौके पर पहुंचकर मामले की गहन जांच कर रही है और दुर्घटना कारित करने वाले वाहन तथा उसके चालक की तलाश की जा रही है।

24 नवंबर को पटना में इन रास्तों पर रहेगी नो एंट्री, घर से निकलने से पहले देखें ट्रैफिक प्लान

एजेंसी

पटना। कार्तिक पूर्णिमा पर गंगा स्नान की तैयारी कर रहे हैं तो पटना की यह ट्रैफिक एडवाइजरी जरूर जान लें। 24 नवंबर को कई प्रमुख रास्तों पर वाहनों की आवाजाही बंद रहेगी। जेपी सेतु पर भी विशेष प्रतिबंध लागू होगा। प्रशासन ने घाटों के पास पार्किंग से लेकर वैकल्पिक रास्तों तक की पूरी व्यवस्था तय कर दी है। कार्तिक पूर्णिमा के अवसर पर 24 नवंबर को गंगा घाटों पर श्रद्धालुओं की संभावित भीड़ को देखते हुए पटना में यातायात व्यवस्था में बदलाव किया गया है। जिला प्रशासन और यातायात पुलिस ने इसके लिए विशेष ट्रैफिक प्लान जारी किया है। इसके तहत कई प्रमुख रास्तों पर वाहनों के परिचालन पर रोक रहेगी, जबकि श्रद्धालुओं के लिए अलग-अलग घाटों के



आसपास पार्किंग स्थल निर्धारित किए गए हैं। प्रशासन ने लोगों से अपील की है कि वे निर्धारित पार्किंग स्थलों पर ही वाहन खड़े करें और यातायात नियमों का पालन करें। कारगिल चौक से गायघाट तक नहीं चलेंगे वाहन ट्रैफिक प्लान के मुताबिक, 24 नवंबर को कारगिल चौक से पूर्वी दिशा में गायघाट तक किसी भी तरह के वाहनों का परिचालन नहीं होगा। अशोक राजपथ पर कारगिल चौक से गायघाट पुल के नीचे तक सभी इंट्री प्वाइंट बंद रहेंगे। हालांकि, खजांची रोड से पटना कॉलेज और साइंस कॉलेज परिसर में प्रवेश करने वाले वाहनों को पार्किंग की अनुमति दी जाएगी। कारगिल चौक से पश्चिम में शाहपुर घाट तक सभी प्रकार के वाहन चल सकेंगे। घाटों तक जाने के लिए तय किए गए रास्ते गायघाट की ओर जाने वाले श्रद्धालुओं को पुरानी बाइपास या न्यू बाइपास से सीधे धनुकी मोड़, शीतला माता मंदिर अथवा बिरकोन गोलंबर के रास्ते गायघाट की ओर जाना होगा। वहां निर्धारित पार्किंग स्थल पर वाहन खड़े करने होंगे। गायघाट पुल के नीचे टेंपो और अन्य व्यावसायिक वाहनों के आने-जाने पर भी विशेष व्यवस्था लागू रहेगी। पटना सिटी की ओर से आने वाले व्यावसायिक वाहन एनएमसीएच तक जा सकेंगे। धनुकी मोड़ और बिरकोन गोलंबर से आने वाले वाहनों के लिए भी अलग-अलग मार्ग निर्धारित किए गए हैं। इन घाटों पर होगी पार्किंग की व्यवस्था प्रशासन ने श्रद्धालुओं के वाहनों के लिए अलग-अलग स्थानों पर पार्किंग की व्यवस्था की है। इसमें शाहपुर घाट, पीपापुल घाट, दीघा घाट, राजीव नगर, कुर्जी घाट, पहलवान घाट, बांस घाट, मीनार घाट, गायघाट और पटना सिटी क्षेत्र के घाट शामिल हैं। गांधी मैदान के गेट नंबर 93, 88 और 83 के आसपास भी पार्किंग स्थल बनाए गए हैं। कुर्जी घाट, पहलवान घाट और बांस घाट जाने वाले श्रद्धालुओं को निर्धारित रास्तों से ही प्रवेश करना होगा। पटना कॉलेज और साइंस कॉलेज आने वाले श्रद्धालुओं के लिए भी अलग पार्किंग की व्यवस्था की गई है। जेपी सेतु पर भी लागू रहेगा प्रतिबंध जेपी सेतु पर 23 नवंबर की रात 10 बजे से 24 नवंबर सुबह 11 बजे तक यातायात व्यवस्था बदली रहेगी। इस दौरान सोनपुर और छपरा से पटना की ओर आने वाले वाहनों का परिचालन बंद रहेगा। भारी वाहन, बस, ट्रक और जेसीबी समेत अन्य बड़े वाहनों के प्रवेश पर रोक रहेगी। जेपी सेतु से पटना आने वाले वाहनों को गांधी मैदान के पास नीचे नहीं उतरने दिया जाएगा। ऐसे वाहन सीधे जेपी सेतु के एप्रोच पथ से अशोक राजपथ की ओर जा सकेंगे। सोनपुर, छपरा और हाजीपुर जाने वाले लोगों से इस अवधि में महात्मा गांधी सेतु का अधिक से अधिक इस्तेमाल करने की अपील की गई है। बड़े वाहनों की आवाजाही पर भी रोक पटना में चल रहे निर्माण कार्यों से जुड़े वाहनों का परिचालन 23 नवंबर की रात 10 बजे से 24 नवंबर सुबह 11 बजे तक प्रतिबंधित रहेगा। मालवाहक बड़े वाहनों के प्रवेश पर भी इसी अवधि में रोक रहेगी। ट्रैफिक एसपी सागर कुमार झा ने स्पष्ट किया है कि एंबुलेंस, अग्निशमन वाहन और मरीजों को ले जाने वाले वाहनों पर कोई प्रतिबंध नहीं रहेगा।

कर्मचारी संगठनों ने शासकीय सेवकों के लिए दो संतान के नियम को खत्म करने पर माना आभार

आउटसोर्स कर्मचारी बाहर नहीं होंगे, वर्तमान व्यवस्था रहेगी जारी : मुख्यमंत्री डॉ. यादव

प्रातःकाल एक्सप्रेस, भोपाल

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने कहा है कि आउटसोर्स कर्मचारियों को बाहर करने के संबंध में फैलाई जा रही बात भ्रामक है, राज्य सरकार कर्मचारी कल्याण के लिए प्रतिबद्ध है। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने स्पष्ट किया कि किसी भी आउट सोर्स कर्मचारी को बाहर नहीं किया जाएगा। आउटसोर्स कर्मचारियों की नियुक्ति के संबंध में वर्तमान में जारी व्यवस्था कायम रहेगी। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि किसी सरकार की ताकत और पहचान कर्मचारियों की बुलंदी से होती है। कर्मचारियों के चेहरे पर मुस्कान होगी, तभी प्रदेश प्रगति के रास्ते पर बढ़ेगा। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में विकसित मध्यप्रदेश के निर्माण के लिए राज्य सरकार और अधिकारी-कर्मचारी एक परिवार की तरह कार्य कर रहे हैं। मुख्यमंत्री डॉ. यादव मुख्यमंत्री निवास (संवाद भवन) में मंगलवार को विभिन्न कर्मचारी संगठनों द्वारा आयोजित अभिनंदन समारोह को संबोधित कर रहे थे। इस अवसर पर मध्यप्रदेश राज्य कर्मचारी कल्याण आयोग के अध्यक्ष श्री रमेश शर्मा के नेतृत्व में लगभग 40 कर्मचारी यूनियन के प्रतिनिधियों ने मुख्यमंत्री डॉ. यादव का गजमाला से भव्य स्वागत किया। साथ ही शासकीय सेवाओं में नियुक्ति और कार्यरत कर्मचारियों के लिए दो संतान की सीमा की नीति को अनिवार्यतः समाप्त करने, पदोन्नति, वेतन भत्तों में वृद्धि सहित अनेक कल्याणकारी निर्णयों के लिए कर्मचारी संगठनों ने मुख्यमंत्री डॉ. यादव का आभार व्यक्त किया। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि सरकार नीतियां बनाती है, योजनाएं तैयार करती है, लेकिन उन्हें लागू कर अंतिम पंक्ति के जरूरतमंद को लाभ हमारे कर्मचारी ही दिलवाते हैं। कर्मचारियों का सम्मान और उनके परिवार की आर्थिक सुरक्षा राज्य सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता है। कर्मचारियों के प्रति संवेदनाएं रखनी चाहिए। कई काम ऐसे होते हैं, जिन्हें करने



में आत्मीय सुख होता है, जिसका प्रकटीकरण नहीं किया जा सकता है। कर्मचारियों के कल्याण के लिए निर्णय भी इसी प्रकार के कार्य हैं। राज्य सरकार ने शासकीय सेवकों के लिए दो बच्चे की सीमा की नीति को समाप्त करने का ऐतिहासिक निर्णय लिया है। इसी प्रकार सहायक ग्रेड-3 के समकक्ष पदोन्नति में कुछ शर्तों के साथ सीपीसीटी की अर्हता से छूट दी गई है। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि प्रदेश में रिक्त पदों पर भर्तियों का क्रम जारी रहेगा। प्रदेश के सभी विभागों में एक लाख से अधिक अधिकारियों-कर्मचारियों को पदोन्नति का लाभ मिला है। इससे परिणामस्वरूप कई विभागों में युवा ऊर्जावान कर्मचारियों की संख्या में वृद्धि हुई है। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि राज्य सरकार ने कर्मचारियों के लिए कम्प्यूटर प्रोफेशियन्सी सार्टिफिकट टेस्ट सहित लगभग 26 प्रकार के भत्तों का पुनरीक्षण किया है। कर्मचारियों को मिलने वाले वेतन भत्तों में कोई विलंब नहीं होना चाहिए। दिवंगत शासकीय सेवकों के परिवार की सहायता के लिए अनुकम्पा नियुक्ति के प्रकरणों का तेजी से निराकरण किया जा रहा है। इसमें विभागों के बीच प्रतिस्पर्धा शुरू हो गई है। स्कूल शिक्षा विभाग ने ही एक हजार से अधिक अनुकंपा नियुक्ति दी हैं। सेवानिवृत्त कर्मचारियों को महंगाई भत्ता दिए जाने के लिए छत्तीसगढ़ राज्य से सहमति लेने की असंगत प्रथा को खत्म किया गया है। राज्य सरकार ने अधिकारी-कर्मचारियों के विभिन्न विषयों और उनकी परेशानियों को बारीकी से समझने के लिए मध्यप्रदेश राज्य कर्मचारी कल्याण आयोग का गठन किया है। भारतीय मजदूर संघ के प्रदेश महामंत्री श्री कुलदीप सिंह गुर्जर ने कहा कि मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कर्मचारियों की वर्षों से लंबित समस्याओं का निराकरण किया। मध्यप्रदेश सरकार अधिकारियों-कर्मचारियों को पदोन्नति देने के मामले में अग्रणी है।



जनजातीय नायक टंट्या मामा के बलिदान दिवस पर होंगे छात्रावासों में संवाद कार्यक्रम : मुख्यमंत्री डॉ. यादव

प्रातःकाल एक्सप्रेस, भोपाल

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने कहा है कि जनजातीय नायक टंट्या मामा के योगदान का पुण्य स्मरण करते हुए उनके बलिदान दिवस पर प्रदेश में 4 दिसम्बर को कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। इनमें जनजाति वर्ग के विद्यार्थियों की सहभागिता के साथ छात्रावासों में संवाद कार्यक्रम होंगे, जिनमें जनजातीय नायक टंट्या मामा के व्यक्तित्व और कृतित्व पर चर्चा होगी। इस संवाद कार्यक्रम में जनप्रतिनिधि और अधिकारी उपस्थित होंगे। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने मुख्यमंत्री निवास में वीडियो कॉन्फ्रेंस द्वारा केंद्रीय महिला एवं बाल विकास राज्य मंत्री श्रीमती सावित्री ठाकुर, जनजातीय विकास मंत्री श्री विजय शाह, नगरीय विकास एवं आवास मंत्री श्री कैलाश विजयवर्गीय और जल संसाधन मंत्री श्री तुलसीराम सिलावट के साथ चर्चा की। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने गरिमामय आयोजन के निर्देश दिए। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि राज्य सरकार द्वारा जनजातीय नायक टंट्या मामा की स्मृति और सम्मान में उनके नाम पर खरगोन में विश्वविद्यालय की स्थापना की गई है। टंट्या मामा तत्कालीन समाज में बेहद लोकप्रिय थे। उन्हें जनजातीय समाज में मसीहा के रूप में देखा जाता था। अंग्रेजों द्वारा उन्हें जबलपुर में 4 दिसम्बर 1889 को फांसी दे दी गई। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि जनजातीय समाज के आराध्य भगवान बिरसा मुंडा की जयंती गत 15 नवम्बर को राज्य में मनाई गई। अंग्रेजों के विरूद्ध जनजातीय नायकों द्वारा किए गए संघर्ष और बलिदान के लिए राष्ट्रवासी कृतज्ञ हैं।

गुरू नानक देव जी के संघर्षों एवं बलिदान को सदैव स्मरण किया जाना चाहिए

कांग्रेस को अपनी नीतियों, नेतृत्व और कार्यप्रणाली पर आत्ममंथन करने की जरूरत : हेमंत खण्डेलवाल

प्रातःकाल एक्सप्रेस, भोपाल

भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष व विधायक हेमंत खण्डेलवाल ने मंगलवार को गुरुनानक देव जी महाराज के प्रकाश पर्व के पावन अवसर पर भोपाल के हमीदिया रोड स्थित गुरुद्वारा पहुंचकर मत्था टेका एवं गुरु वाणी और कीर्तन का श्रवण किया। उन्होंने गुरु साहिब के चरणों में शीश नवाकर प्रदेशवासियों की सुख-समृद्धि एवं उत्तम स्वास्थ्य की कामना की। भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष हेमंत खण्डेलवाल ने कहा कि गुरु नानक देव जी ने देश और समाज को एक नई दिशा देने का कार्य किया है। उनके संघर्षों, त्याग और बलिदान को सदैव स्मरण किया जाना चाहिए। इस अवसर पर पार्टी के प्रदेश उपाध्यक्ष व कार्यालय प्रभारी डॉ. निशांत खरे उपस्थित रहे।

कांग्रेस को अपनी नीतियों और नेतृत्व पर विचार करना चाहिए

भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष खण्डेलवाल ने कहा कि हजारों कार्यकर्ताओं का कांग्रेस छोड़कर जाना पार्टी के लिए आत्ममंथन का विषय है। कांग्रेस को अपनी नीतियों, नेतृत्व और पार्टी की कार्यप्रणाली पर गंभीरता से विचार करना चाहिए। जनता का विश्वास लगातार कांग्रेस से कम हो रहा है। कांग्रेस को सबसे पहले



अपने संगठन और नेताओं को संभालने की जरूरत है। कौन कांग्रेस में आएगा और कौन पार्टी छोड़कर जाएगा, यह तो भविष्य बताएगा। जीतू पटवारी कांग्रेस



के नेता हैं, वे ही बता सकते हैं कि कितने लोगों को कांग्रेस में ला पाएंगे और कितने कार्यकर्ताओं को पार्टी में संभाल पाएंगे।

मध्यप्रदेश के नवाचारों से भारत सरकार को अवगत करवाएंगे

प्रदेश में उद्यमिता की भावना का निरंतर हो रहा है विकास : मुख्यमंत्री

प्रातःकाल एक्सप्रेस, भोपाल

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने प्रदेश में ग्रामीण विकास, कृषि, राजस्व, खाद्य और नागरिक आपूर्ति के अलावा अन्य विभागों के केंद्र के समक्ष विचाराधीन विषयों पर वरिष्ठ अधिकारियों के साथ चर्चा की। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने जल जीवन मिशन के अंतर्गत प्रदेश में सम्पन्न कार्यों सहित जन कल्याण से जुड़ी योजनाओं और प्राथमिकता के विषयों पर जानकारी प्राप्त की। बैठक में मुख्य सचिव श्री अशोक बर्णवाल, मुख्यमंत्री कार्यालय में अपर मुख्य सचिव श्री नीरज मंडलोई सहित अन्य वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित थे। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने मध्यप्रदेश में किए गए नवाचारों और सफल कार्यक्रमों का उल्लेख करते हुए इन क्षेत्रों में कार्य की निरंतरता की आवश्यकता बताई। ऐसे कार्यों में केंद्र सरकार के अपेक्षित सहयोग के संबंध में विभागों के अपर मुख्य सचिवों और प्रमुख सचिवों से विचार-विमर्श किया गया। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि भारत सरकार के संबंधित विभागों को प्रदेश में हुए नवाचारों और विशेष कार्यों से समय-समय पर अवगत करवाया जाता है। जिलों में उद्यमिता की भावना



विकसित की जा रही है। ऐसे कार्यों और प्रयासों को गति दी जाएगी। इस क्रम में बैतूल जिले में %कुकरू नेचुरल% के तहत स्थानीय उत्पादों का विपणन महत्वपूर्ण है। कुकरू अपनी उत्कृष्ट कॉफी के साथ-साथ कोदो कुटकी, आंवला, हनी, हर्रा, बहेड़ा, सफेद मूसली, भिलवा और अन्य प्राकृतिक उत्पादों के लिए प्रसिद्ध है। इन उत्पादों को बढ़ावा देने के लिए स्व-सहायता समूहों की महिलाओं तथा वन विभाग के सहयोग से ÷कुकरू नेचुर÷ के नाम से इकाइयां स्थापित की जा रही हैं। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि कुकरू क्षेत्र में दुग्ध उत्पादन की अपार संभावनाओं को देखते हुए रबड़ी, मावा, दही सहित अन्य दुग्ध उत्पादों के विक्रय केंद्र भी स्थापित किए जा रहे हैं। कुकरू में रोबुस्टा एवं अरेबिका कॉफी के ग्रोइंग, कल्टीवेशन एवं प्रोसेसिंग उत्पादन के लिए एक करोड़ रुपये की लागत से परियोजना स्थापित करने का प्रस्ताव है। कॉफी बोर्ड एवं वन विभाग द्वारा ग्रामीणों को कॉफी उत्पादन के लिए तकनीकी सहयोग भी उपलब्ध कराया जाएगा।

कूटरचित वीडियो मामले में पीसी शर्मा पर दर्ज हो आपराधिक प्रकरण : राहुल कोठारी

प्रातःकाल एक्सप्रेस, भोपाल

भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन जी का कूटरचित वीडियो सोशल मीडिया के विभिन्न प्लेटाफार्म में प्रसारित करने के मामले में भारतीय जनता पार्टी के एक प्रतिनिधिमंडल ने मंगलवार को भोपाल के साइबर क्राइम थाने में कांग्रेस नेता पीसी शर्मा के खिलाफ शिकायत कर आपराधिक प्रकरण दर्ज किए जाने की मांग की है। भाजपा के प्रदेश महामंत्री राहुल कोठारी के नेतृत्व में एक प्रतिनिधि मंडल ने कांग्रेस नेता पीसी शर्मा के खिलाफ साइबर क्राइम थाने में की गई शिकायत में लिखा है कि पीसी शर्मा द्वारा अपने सोशल मीडिया आईडी फेसबुक द्वारा प्रसारित किए गए कूटरचित वीडियो से भाजपा के कार्यकर्ताओं की भावनाएं आहत हुई हैं। शिकायत में कांग्रेस से



जुड़े लोगों की भूमिका की जांच कर दोषियों के विरुद्ध आपराधिक प्रकरण दर्ज कर कठोर कार्रवाई करने की मांग की है। शिकायत के साथ भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन जी का मूल वीडियो भी संलग्न किया गया है, जिसका दुरूपयोग कर कूटरचित वीडियो तैयार किया गया है। भारतीय जनता पार्टी द्वारा की गई शिकायत में उल्लेख किया कि भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन जी के संबोधन के वीडियो को कूटरचित कर उसमें ऐसे वक्तव्य जोड़कर सोशल मीडिया के विभिन्न प्लेटफॉर्म पर प्रसारित किया गया।

गोविंदपुरा विधानसभा क्षेत्र विकास का पर्याय बनकर निरंतर तरक्की की ओर अग्रसर : राज्यमंत्री गौर

प्रातःकाल एक्सप्रेस, भोपाल

पिछड़ा वर्ग एवं अल्पसंख्यक कल्याण राज्यमंत्री (स्वतंत्र प्रभार) कृष्णा गौर ने कहा कि ÷गोविंदपुरा विधानसभा क्षेत्र विकास का पर्याय बनकर निरंतर तरक्की की ओर अग्रसर है। क्षेत्र में विकास कार्यों की अनदेखी संभव नहीं है। जनता का अभूतपूर्व उत्साह और प्रगाढ़ विश्वास ही हमें जनसेवा एवं क्षेत्र के



नवनिर्माण की ऊर्जा प्रदान करता है। जब क्षेत्र में सतत विकास कार्य संपादित होते हैं, तो नागरिकों की अपेक्षाएं बढ़ना स्वाभाविक है और उन अपेक्षाओं को पूर्ण करना ही हमारा सर्वोपरि लक्ष्य है। जनसुविधाओं का सुदृढ़ीकरण एवं क्षेत्र को प्रगति पथ पर निरंतर अग्रसर रखना हमारी प्राथमिकताओं में शामिल है। राज्यमंत्री गौर ने गोविंदपुरा विधानसभा क्षेत्र के वार्ड क्रमांक 60 में आयोजित विभिन्न विकास एवं निर्माण कार्यों के भूमि पूजन समारोह को संबोधित कर रही थी। उन्होंने वार्ड 60 अंतर्गत कुल 1 करोड़ 83 लाख रुपये की लागत से स्वीकृत सीसी सड़क एवं आरसीसी नाली निर्माण कार्यों का विधिवत पूजन कर शिलान्यास किया। इन निर्माण कार्यों के पूर्ण होने से संपूर्ण क्षेत्र के नागरिकों को आवागमन एवं जल निकासी की समुचित सुविधा प्राप्त होगी। विकास कार्यों में वार्ड 60 स्थित प्रताप नगर के पिरामिड टाउन में 80 फीट मुख्य मार्ग तक 47 लाख रुपये की लागत से निर्मित होने वाली सीसी सड़क का भूमिपूजन किया गया। इस मार्ग के निर्माण से न्यू फोर्ट कॉलोनी एवं आसपास के रहवासियों को सुगम एवं निर्बाध आवागमन की सुविधा उपलब्ध होगी। इसके अतिरिक्त, जवाहर नगर से समन्वय नगर चौराहे तक तथा सुरभि मोहिनी होम्स से ई-13 एक्सटेंशन तक 48 लाख रुपये की लागत से निर्मित की जाने वाली सीसी सड़क का भी शिलान्यास संपन्न हुआ।

गंजबासौदा क्षेत्र के नागरिकों ने तीन सड़कों की सौगात मिलने पर मुख्यमंत्री डॉ. यादव का माना आभार

बुनियादी सुविधाएं बढ़ाने से नागरिकों का जीवन हो रहा आसान : सीएम डॉ. यादव

प्रातःकाल एक्सप्रेस, भोपाल

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने कहा है कि प्रदेश में बुनियादी सुविधाओं में निरंतर की जा रही वृद्धि से नागरिकों का जीवन आसान हो रहा है। चारों दिशाओं में सड़कों का जाल बिछाया जा रहा है। बदलते दौर में फोर-लेन से कम सड़कें नहीं बन रहीं। विदिशा सहित सभी जिलों को सड़क निर्माण परियोजनाओं का फायदा मिल रहा है। मुख्यमंत्री डॉ. यादव विदिशा जिले में तीन महत्वपूर्ण सड़कों के निर्माण की मंजूरी के फैसलों के लिए जिले के गंजबासौदा क्षेत्र के नागरिकों द्वारा मुख्यमंत्री निवास आकर किए गए अभिनंदन के अवसर पर संबोधित कर रहे थे। गंजबासौदा क्षेत्र के विधायक श्री हरिसिंह रघुवंशी के नेतृत्व में जनप्रतिनिधि और नागरिकों ने मुख्यमंत्री डॉ. यादव का विशाल पुष्पहार और पुष्पगुच्छों से अभिनंदन किया। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि भोपाल-विदिशा मार्ग 1 हजार 757 करोड़, मेलहुआ-बीना-खिमलासा- मालथोन मार्ग 3272 करोड़ और अहमदपुर-



विदिशा मार्ग 112 करोड़ लागत से तैयार होंगे। विदिशा और भोपाल मेट्रोपॉलिटन क्षेत्र में साथ होंगे। राजधानी भोपाल का सीहोर, रायसेन, राजगढ़ और नर्मदापुरम जिलों से जुड़ाव भी बढ़ेगा। सर्वाधिक लाभान्वित विदिशा जिला होगा। विदिशा जिले का तीव्र विकास होगा। जिस तरह इंदौर-उज्जैन जुड़वा शहर होने से विकसित होंगे, उसी तरह भोपाल के साथ विदिशा का संबंध गहरा होगा और नव निर्मित सड़कें विकास के नए आयाम स्थापित करेंगी। किसानों को अपनी उपज मंडी और बाजार तक पहुंचाने में आसानी होगी। विद्यार्थियों को विशेष लाभ होगा। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि प्रदेश में प्रत्येक वर्ग के हित में निर्णय लिए गए हैं। लगभग एक लाख पदों पर नियुक्ति की पहल, आगामी दो वर्ष में दो लाख भर्तियां, बड़े पैमाने पर पदोन्नतियां, चिकित्सा महाविद्यालयों की संख्या में वृद्धि, चिकित्सकों के स्थायी पदों पर नियुक्ति, फूड पार्क प्रारंभ करने, वर्ष में दो बार लोकसेवा आयोग की परीक्षाओं का आयोजन, वृंदावन ग्राम और गीता भवन प्रारंभ करने, खेती और किसानी क्षेत्र को प्रोत्साहन और पर्व-त्योहार सरकार और समाज द्वारा संयुक्त रूप से उत्साहपूर्वक मनाने का आम जनता ने स्वागत किया है।

तमिलनाडु के कोटागिरी में 9 से 12 दिसंबर तक होगी राष्ट्रीय प्रतियोगिता

राष्ट्रीय बास्केटबॉल प्रतियोगिता में शहडोल की बेटियां दिखाएंगी दमखम, आराध्या और दाक्षी का मध्यप्रदेश टीम में चयन

प्रातःकाल एक्सप्रेस, भोपाल

खेल के मैदान में शहडोल की बेटियां लगातार अपनी प्रतिभा का परचम लहरा रही हैं। इसी कड़ी में शहडोल की दो होनहार बालिका बास्केटबॉल खिलाड़ी कुमारी आराध्या द्विवेदी एवं कुमारी दाक्षी सिंह का 14 वर्ष बालिका वर्ग की राष्ट्रीय बास्केटबॉल प्रतियोगिता के लिए मध्यप्रदेश टीम में चयन हुआ है। दोनों खिलाड़ी गुड शेफर्ड कॉन्वेंट स्कूल शहडोल में अध्ययनरत हैं। उनका चयन राज्य स्तरीय बास्केटबॉल प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर किया गया है। राष्ट्रीय प्रतियोगिता का आयोजन 9 से 12 दिसंबर तक तमिलनाडु के कोटागिरी में किया जाएगा। इसके पूर्व चयनित खिलाड़ियों के लिए 3 से 7 दिसंबर तक गुना में प्री-नेशनल प्रशिक्षण शिविर आयोजित किया जाएगा। कुमारी दाक्षी सिंह, पिता श्री शैलेश सिंह एवं माता श्रीमती दर्शी सिंह, गुड शेफर्ड कॉन्वेंट स्कूल शहडोल में कक्षा छठवीं की छात्रा हैं। दाक्षी पिछले छह वर्षों से जिला बास्केटबॉल संघ की नियमित खिलाड़ी के रूप में अभ्यास कर रही हैं। वहीं कुमारी आराध्या द्विवेदी, पिता श्री अमित द्विवेदी एवं माता श्रीमती कल्पना द्विवेदी, इसी विद्यालय में कक्षा आठवीं की छात्रा हैं। आराध्या पिछले 10 वर्षों से जिला बास्केटबॉल संघ की नियमित खिलाड़ी हैं। कम उम्र से ही बास्केटबॉल के प्रति लगन, नियमित अभ्यास और खेल के प्रति समर्पण ने दोनों खिलाड़ियों को इस मुकाम तक पहुंचाया है। उल्लेखनीय है कि राज्य स्तरीय बास्केटबॉल प्रतियोगिता का आयोजन 16 से 20 नवंबर तक गुना में किया गया था। प्रतियोगिता में शहडोल संभाग की 14 वर्ष बालिका टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए अपने पूल के सभी मुकाबलों में जीत दर्ज की थी। शहडोल की टीम ने पहले मुकाबले में नर्मदापुरम संभाग को 37-0 से पराजित किया। दूसरे मुकाबले में ग्वालियर संभाग को 10 अंकों से हराया, जबकि तीसरे मैच में जनजातीय कार्य विभाग की टीम को 15 अंकों से शिकस्त दी। पूल के अंतिम मुकाबले में उज्जैन संभाग को 22 अंकों से पराजित कर शहडोल की बालिकाओं ने अपने पूल



में प्रथम स्थान प्राप्त किया और सेमीफाइनल में प्रवेश किया। इसी प्रतियोगिता में उनके खेल प्रदर्शन के आधार पर आराध्या और दाक्षी को राष्ट्रीय प्रतियोगिता के लिए चयनित किया गया है। कुमारी आराध्या द्विवेदी इससे पहले भी दो एसजीएफआई राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में सहभागिता कर चुकी हैं। इसके साथ ही इसी वर्ष आंध्र प्रदेश में आयोजित ओपन नेशनल बास्केटबॉल प्रतियोगिता में भी उन्होंने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया है। आराध्या का यह अनुभव राष्ट्रीय स्तर पर शहडोल का प्रतिनिधित्व करने में महत्वपूर्ण साबित होगा। शहडोल संभाग में बास्केटबॉल खेल को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाने में प्रशिक्षकों की भी महत्वपूर्ण भूमिका रही है। राष्ट्रीय प्रशिक्षक श्री के.के. श्रीवास्तव एवं श्री वीरेन्द्र श्रीवास्तव द्वारा संभाग के तीन अलग-अलग खेल मैदानों में बालक-बालिकाओं को नियमित प्रशिक्षण दिया जा रहा है। प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन और खिलाड़ियों की मेहनत का परिणाम है कि शहडोल संभाग की टीमें पिछले कई वर्षों से प्रदेश स्तरीय प्रतियोगिताओं में लगातार बेहतर प्रदर्शन कर रही हैं। गत वर्ष संभाग की 14 वर्ष बालिका बास्केटबॉल टीम ने मध्यप्रदेश में प्रथम स्थान प्राप्त किया था, वहीं इस वर्ष 17 वर्ष बालिका टीम ने उत्कृष्ट खेल का प्रदर्शन करते हुए प्रदेश में द्वितीय स्थान हासिल किया है। राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में खिलाड़ियों ने संयुक्त संचालक लोक शिक्षण संभाग शहडोल श्री उमेश कुमार धुर्वे, जिला शिक्षा अधिकारी श्री अतुल चौधरी, सहायक संचालक खेल श्री रईस अहमद खान एवं जिला क्रीड़ा निरीक्षक श्री रामरूप पटेल के मार्गदर्शन में सहभागिता की थी। आराध्या द्विवेदी एवं दाक्षी सिंह के राष्ट्रीय प्रतियोगिता के लिए चयनित होने पर अधिकारियों, जिला बास्केटबॉल संघ के पदाधिकारियों, प्रशिक्षकों, विद्यालय परिवार एवं खेल प्रेमियों ने प्रसन्नता व्यक्त करते हुए दोनों खिलाड़ियों, उनके अभिभावकों तथा प्रशिक्षकों को हार्दिक बधाई और शुभकामनाएं दी हैं। सभी ने उम्मीद जताई है कि शहडोल की ये बेटियां राष्ट्रीय प्रतियोगिता में भी उत्कृष्ट प्रदर्शन कर संभाग और प्रदेश का नाम रोशन करेंगी।

सर्दियों में नाश्ते से जुड़ी ये गलतियां पड़ेंगी भारी, दिनभर बनी रहती है थकान



सर्दी के मौसम में आलस या थकान ज्यादा महसूस होती है. इसके पीछे वजह हमारे रूटीन में नाश्ते से जुड़ी की जाने वाली कुछ गलतियां भी हो सकती हैं. चलिए आपको बताते हैं...

ठंड भरे मौसम में शरीर थोड़ा आलसी हो जाता है. इसमें न कंबल को छोड़ने का मन करता है और इस वजह से लोग अपने खानपान के रूटीन में भी कई गलतियां कर देते हैं. नाश्ते की बात करें तो गलतियां दोहराई जाती हैं और दिनभर थकान महसूस होती है. एक्सपर्ट्स कहते हैं कि ठंड का मौसम ऐसा होता है जिसमें हमारे शरीर को न्यूट्रिएंट्स के जरिए एनर्जी चाहिए होती है. इसलिए हेल्दी ईटिंग की सलाह दी जाती है. आलसी या थकान महसूस होने के पीछ और भी कई फैक्टर्स होते हैं. इसमें ठीक से धूप न मिलना, हार्मोनल फंक्शन और डाइट शामिल है.अधिकतर लोग जानते हैं कि नाश्ता रूटीन का वो जरूरी पार्ट है जिससे शरीर में पूरे दिन एनर्जी बनी रहती है. यहां हम नाश्ते में की जाने वाली गलतियों का जिक्र आपके करने जा रहे हैं. दिनभर थकान या आलसी महसूस होने की वजह से काम भी प्रभावित होता है. ऐसी कौन सी आदतें हैं, चलिए आपको बताते हैं...

ठंड में नाश्ते लेट करना या न करने की आदत

विंटर में कुछ लोग अपने रूटीन की चीजों को स्लो या शेड्यूल को डिले करते हैं और इसमें नाश्ता न करना भी शामिल है. जो लोग ब्रेकफास्ट नहीं करते हैं या लेट करते हैं उन्हें ज्यादा भूख लगती है, थकान होती है और शरीर का फंक्शन भी बिगड़ता है. खासतौर पर उन्होंने एक रात पहले डिनर जल्दी किया हो. दरअसल, नाश्ते के जरिए हमें कार्ब्स, प्रोटीन और फाइबर मिलता है और इस वजह से हम दिनभर एनर्जेटिक बने हते हैं.

चाय-कॉफी पर ज्यादा डिपेंड रहना

ठंड में चाय-कॉफी को पीने की बात ही अलग होती है. लेकिन कुछ लोग नाश्ते में मील लेने के बजाय सिर्फ चाय या कॉफी पीना पसंद करते हैं. इनमें कैफीन होता है जो इंस्टेंट एनर्जी दे सकता है लेकिन बिना कुछ खाए सिर्फ इस पर डिपेंड रहने से ज्यादा भूख लगती है और धीरे-धीरे लो एनर्जी महसूस होने लगती है. ज्यादा कैफीन लेने से हमारे नींद का सिस्टम भी बिगड़ता है और अगले दिन थकान बनी रहती है.

ज्यादा रिफाइंड कार्ब्स लेना

बिस्कुट, वाइट ब्रेड और स्वीट सेरेल्स जैसी चीजें जिन्हें रिफाइंड कार्ब्स से बनाया जाता है, ये ज्यादातर भारतीयों के नाश्ते का हिस्सा हैं. इनमें से अधिकतर में न ज्यादा फाइबर होता है और न ही प्रोटीन. इसलिए इन्हें खाने के बाद पचाने के लिए हमारी एनर्जी ज्यादा खर्च होती है. इसकी जगह सर्दियों में सब्जियों वाला पोहा, ओट्स, साबुत अनाज का डोसा या फिर साबुत अनाज का टोस्ट खाना चाहिए.

डाइट में प्रोटीन कम होना

अगर आपके नाश्ते और दूसरे खानपान में सिर्फ कार्ब्स है तो ये एक बड़ी गलती है. ज्यादातर लोग ये ध्यान नहीं देते हैं कि उनकी डाइट में प्रोटीन का इंटेक कम है. प्रोटीन की हेल्प से हमारी मसल्स हेल्दी रहती है और पेट भी भरा हुआ रहता है. सर्दियों के दौरान अंडे, साबुत अनाज, दालें, स्प्राउट्स, नट्स और दही के जरिए आप प्रोटीन के इंटेक को पूरा कर सकते हैं.

ठीक से पानी न पीना

सर्दियों की सबसे बड़ी गलती एक ये भी है कि कुछ लोग कम पानी पीते हैं. उन्हें जब प्यास लगती है तो वे तभी पानी पीते हैं. पर क्या आप जानते हैं कि कम पानी पीने की आदत के चलते भी पूरे दिन थकान, सर्द दर्द और ध्यान न लगा पाने की दिक्कतें होती हैं.

विधानसभा चुनाव से पहले पंजाब का राजनीतिक माहौल और अधिक प्रतिस्पर्धी



पंजाब का राजनीतिक परिदृश्य राजनीतिक दलों के लिए और अधिक प्रतिस्पर्धी होता जा रहा है, लेकिन आम लोगों के लिए यह और भी दिलचस्प हो गया है। नेता अपनी निष्ठाएं बदलते दिख रहे हैं और राजनीतिक दल जिस तरह के पैंतरे अपना रहे हैं, वह आम लोगों के लिए मनोरंजन का विषय बन गया है। आम लोग नेताओं और राजनीतिक दलों की इन चालबाजियों को बखूबी समझ रहे हैं।मौजूदा हालात को देखते हुए, पंजाब में चार-तरफा राजनीतिक मुकाबला होता दिख रहा है। हालांकि, अगर चुनाव से पहले भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) और शिरोमणि अकाली दल (एसएडी) के बीच गठबंधन हो जाता है, तो यह मुकाबला तीन-तरफा हो सकता है। सत्ताधारी आम आदमी पार्टी (आप) अपनी सरकार का बचाव कर रही है और राज्य में सत्ता बनाए रखने की कोशिश में है, जबकि मुख्य विपक्षी दल कांग्रेस वापसी की जुगत में है। भाजपा अपने प्रभाव को बढ़ाने का प्रयास कर रही है, और एसएडीअपने खोए हुए पारंपरिक राजनीतिक आधार को फिर से हासिल करने की कोशिश कर रही है। इसमें कोई हैरानी की बात नहीं है कि इनके बीच होने वाला मुकाबला 2022 के विधानसभा चुनाव की तुलना में कहीं अधिक प्रतिस्पर्धी होगा।ऐसा लगता है कि यह राजनीतिक निष्ठाएं बदलने का दौर है। भाजपा इस मामले में काफी सक्रिय और सफल रही है। उसने आप, कांग्रेस और एसएडीके कई नेताओं को अपनी पार्टी छोड़कर भाजपा में शामिल होने के लिए प्रेरित किया है। हाल ही में, 19 नवंबर को ऐसा ही एक बदलाव देखने को मिला, जब लुधियाना, मोगा और संगरूर जिलों से आप, कांग्रेस और एसएडीके कई प्रमुख नेता अपने सैकड़ों समर्थकों के साथ भाजपा में शामिल हो गए।भाजपा ने चंडीगढ़ स्थित अपने पंजाब मुख्यालय में इन नेताओं के शामिल होने का कार्यक्रम आयोजित किया था। भाजपा में शामिल होने वालों में मोगा से आप नेता और प्रवक्ता नवदीप सिंह संघा, रायकोट से वरिष्ठ अकाली नेता सुरिंदर सिंह चौहान, और पंजाब यूनिवर्सिटी एनएसयूआईके पूर्व अध्यक्ष हार्दिक नैन (लेहरागागा) शामिल थे। आप के प्रवक्ता नवदीप सिंह संघा के साथ-साथ, पार्टी के संस्थापक सदस्य और मोगा बुद्धिजीवी शाखा के प्रभारी मनदीप सिंह गिल, तथा पंजाब एससी-बीसी शाखा के संयुक्त सचिव सुखदीप सिंह धामी भी भाजपा में शामिल हो गए।

इस कार्यक्रम के दौरान एक बहुत ही दिलचस्प घटना घटी। ऑल इंडिया ह्यूमन राइट्स काउंसिल (एआईएचआरसी) के लगभग 25 पदाधिकारियों ने भाजपा की विचारधारा अपना ली! यह दिलचस्प इसलिए है क्योंकि एआईएचआरसीखुद को एक गैर-राजनीतिक और धर्मनिरपेक्ष संगठन बताता रहा है, जो मानवाधिकारों, समानता और लोगों की गरिमा की रक्षा के लिए काम करने का दावा करता है। भाजपा में शामिल होने वालों में पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष आशा सिंह आजाद, आरटीआई विंग के अध्यक्ष गुरप्रीत सिंह (मोहाली), किसान विंग के अध्यक्ष हरजिंदर सिंह घुमन और एनआरआई विंग के अध्यक्ष गुरप्रीत सिंह शामिल हैं।पंजाब के लोगों के बीच एक और दिलचस्प बात चर्चा का विषय बनी, वह यह कि कांग्रेस के नेता और दो बार विधायक रहे हरदयाल सिंह कंबोज ने भी अपनी पार्टी छोड़ दी और 19 नवंबर को भाजपा में शामिल हो गए। उन्हें कांग्रेस की ओर से 2027 के पंजाब विधानसभा चुनाव के लिए घोषणापत्र तैयार करने की अहम जिम्मेदारी सौंपी गई थी। वह 2027 के चुनाव के लिए कांग्रेस की घोषणापत्र समिति के सह-अध्यक्ष के रूप में काम कर रहे थे। उनके साथ कांग्रेस के कई अन्य नेता और कार्यकर्ता भी भाजपा में शामिल हो गए हैं।

भाजपा मुख्य रूप से दूसरी राजनीतिक पार्टियों के नेताओं को अपने पाले में लाकर, राज्य में अपनी स्थिति मजबूत करने की कोशिश कर रही है। 2022 के पंजाब विधानसभा चुनाव में, 117 सीटों में से भाजपा केवल 2 सीटें ही जीत पाई थी। उस समय भाजपा का वोट शेयर भी महज 6.6 प्रतिशत था, इसलिए अब वह अपने समर्थन आधार को बढ़ाना चाहती है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह सहित भाजपा के केंद्रीय नेता लगातार राज्य का दौरा कर रहे हैं और ऐसे कई धार्मिक नेताओं से मुलाकात कर रहे हैं, जिनका सिख और दलित समुदायों के बीच अच्छा-खासा प्रभाव है। ऐसी खबरें भी हैं कि भाजपा, शिरोमणि अकाली दल के साथ चुनाव से पहले गठबंधन करने की कोशिश कर रही है। गौरतलब है कि 2020 में कृषि से जुड़े तीन विवादित कानूनों के मुद्दे पर उसने एनडीए से अपना नाता तोड़ लिया था।एसएडीनेताओं ने भी भाजपा के साथ अपने पुराने गठबंधन को फिर से बहाल करने पर विचार करने के संकेत दिए हैं, लेकिन अभी तक कुछ भी पक्का नहीं है। 2022 के चुनाव में एसएडी केवल 3 सीटें जीत पाई थी और उनका वोट शेयर 18.38 प्रतिशत था। किसानों और सिखों के बीच उनका समर्थन आधार काफी कम हो गया है। अब पार्टी अपना खोया हुआ समर्थन आधार वापस पाना चाहती है। एसएडीके लिए यह अपने राजनीतिक अस्तित्व को बचाने की लड़ाई है। पार्टी अपने संगठन को फिर से खड़ा करने की कोशिश कर रही है, जिसका साफ संकेत 15 नवंबर को तब मिला, जब बीबी जागीर कौर की एसएडीमें वापसी हुई।18 नवंबर को छपी एक रिपोर्ट के अनुसार, भाजपा और एसएडीअपने पुराने गठबंधन को फिर से बहाल करने को लेकर बातचीत के काफी करीब पहुंच गए हैं। पुराने गठबंधन के ढांचे में, भाजपा और एसएडी क्रमशः 23 और 94 सीटों पर लड़े थे। हालांकि, नई बातचीत में भाजपा 42-47 सीटों की मांग कर रही है, और एसएडीको यह समझाने की कोशिश कर रही है कि उन्हें लगभग 70-75 सीटों पर चुनाव लड़ना चाहिए।सत्ताधारी आप सत्ता में रहने के फायदे और राज्य स्तर पर एक स्थापित संगठन के साथ चुनाव मैदान में उतर रही है। हालांकि, उसे अपने कामकाज और किए गए वादों को पूरा करने को लेकर सवालों का सामना करना पड़ रहा है। इसलिए, उसे अपने कामकाज का बचाव करना होगा। नशीले पदार्थों (ड्रग्स) का मुद्दा पार्टी के लिए सबसे बड़ी चुनौती बन गया है, जबकि सरकार के खिलाफ काफी नाराजगी भी है।भाजपा के अमित शाह राज्य में %नशा मुक्त पंजाब, के वादे के साथ प्रचार कर रहे हैं, और कह रहे हैं कि अगर उनकी पार्टी सत्ता में आती है तो वे इसे पूरा करेंगे।

2022 के चुनावों में आप ने 42.01 प्रतिशत वोट शेयर के साथ 92 सीटें जीती थीं।कांग्रेस राज्य में मुख्य विपक्षी दल है, जिसने पिछले चुनाव में आम आदमी पार्टी के हाथों सत्ता गंवा दी थी। इसका मुख्य कारण पार्टी के भीतर की आपसी कलह थी, जो आज भी जारी है। 2022 में कांग्रेस ने 22.98 प्रतिशत वोट शेयर के साथ 18 सीटें जीती थीं। कांग्रेस के पास सत्ता विरोधी वोटों को एकजुट करने का मौका है, खासकर अगर वह अपने आंतरिक मतभेदों को सफलतापूर्वक सुलझा ले।

पार्टी ग्रामीण पंजाब में अपने मजबूत जनाधार के दम पर सत्ता में वापसी करना चाहती है। चूंकि आम आदमी पार्टी को भी सत्ता विरोधी लहर का सामना करना पड़ रहा है, ऐसे में कांग्रेस को इसका सबसे ज्यादा फायदा मिल सकता है, खासकर तब जब राज्य में कोई अन्य मजबूत राजनीतिक दल मौजूद नहीं है।इसके अलावा, अमृतपाल सिंह और पंथिक कारक भी अहम हैं। %अकाली दल (वारिस पंजाब दे) का गठन राज्य में हाल के समय का एक महत्वपूर्ण राजनीतिक घटनाक्रम है। यह पार्टी युवा सिख मतदाताओं को अपनी ओर आकर्षित कर रही है और शिरोमणि अकाली दलके पारंपरिक पंथिक राजनीतिक आधार के लिए चुनौती बन सकती है।पंजाब में उभरते हुए तीन प्रमुख राजनीतिक मुद्दे हैं - नशे की समस्या, बेरोजगारी और किसानों का कल्याण। इसके अलावा, कानून-व्यवस्था का बिगड़ना और पंजाब की खराब होती आर्थिक स्थिति भी दो अन्य बड़े मुद्दे हैं।

संपादकीय

भारत-नेपाल के बीच नयी शुरुआत

नेपाल के प्रधानमंत्री बालेन शाह 22 नवंबर को अपनी पहली आधिकारिक यात्रा पर भारत पहुंचे। अपने दो दिन के दौरे में बालेन शाह ने पहले दिन विदेश मंत्री एस.जयशंकर से मुलाकात की और अगले दिन प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी और राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू के साथ उनकी मुलाकात हुई।

बालेन शाह का यह भारत दौरा कई मायनों में अहम है। जून 2024 के बाद अब नेपाल के प्रधानमंत्री भारत यात्रा पर आए हैं। बालेन शाह से पहले के पी शर्मा ओली जुलाई 2024 से सितंबर 2025 तक नेपाल के प्रधानमंत्री थे, और इस दौरान वे एक बार भी भारत नहीं आए। उनसे पहले के प्रधानमंत्री पुष्प कमल दहल %प्रचंड% जून 2024 में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के शपथ ग्रहण समारोह में शामिल होने के लिए भारत आए थे। नेपाल भारत का निकट पड़ोसी ही नहीं है, बल्कि सदियों से नेपाल और भारत के बीच रोटी-बेटी के संबंध भी हैं। यह महज जुमलेबाजी नहीं है, हकीकत है। नेपाल की सीमा से लगे हिस्सों में बहुत से परिवार ऐसे हैं जिनकी रिश्तेदारी नेपाल में है और यही स्थिति नेपाल के अनेक परिवारों की है। दरअसल नेपाल के साथ रिश्तों की खासियत यह है कि भावनात्मक तौर पर दोनों देशों में जुड़ाव रहा है। नेपाल में चाहे सत्ता किसी की भी रही हो, दोनों देशों की जनता के बीच आपसी प्रेम और सद्भाव बना ही रहा। बांग्लादेश, भूटान, श्रीलंका, म्यांमार जैसे अन्य पड़ोसी देशों की तुलना में नेपाल से एक सहजता भारतीय महसूस करते रहे हैं।

लेकिन पिछले कुछ वर्षों में भारत और नेपाल के बीच कभी सीमा विवाद तो कभी राजनैतिक बयानबाजी के कारण रिश्तों में खटास भी आई है। नेपाल और भारत के राजनैतिक संबंधों पर चीन की छाया पड़ने से संबंधों में कड़वाहट देखने मिली है। चीन अपने सामरिक और आर्थिक लाभ के लिए बांग्लादेश, श्रीलंका, पाकिस्तान सभी देशों को अपने प्रभाव में रखना चाहता है, अपनी बड़ी परियोजनाओं के लिए इन देशों का इस्तेमाल करता है, बदले में उन्हें आर्थिक तौर पर उपकृत करता है, नेपाल भी इन्हीं में से एक देश बना हुआ है। नेपाल के साम्यवादी नेताओं का झुकाव भी चीन की तरफ रहा। लेकिन अब हालात बदले हुए हैं।नेपाल में कुछ अरसा पहले ही सरकार के खिलाफ युवाओं का बड़ा आंदोलन हुआ। इसमें पिछली सरकारों के अहम किरदार हाशिए पर चले गए। काठमांडू के मेयर रहे और नयी पीढ़ी के बीच लोकप्रिय रैपर बालेन शाह को सत्ता संभालने का मौका मिला। राजशाही को खत्म करने के बाद यह नेपाल की जनता के लिए एक और बड़ा बदलाव था कि उम्रदराज नेताओं की जगह एक अपेक्षाकृत युवा नेता के हाथ में देश की बागडोर आई। बालेन शाह से नेपाल के युवाओं को वही सारी अपेक्षाएं हैं, जो किसी भी देश के युवा को अपनी सरकार से होती है। अच्छी शिक्षा व्यवस्था, रोजगार, आगे बढ़ने के मौके, भ्रष्टाचार पर लगाम आदि।

यह सब तभी संभव है, जब देश आर्थिक विकास के रास्ते पर आगे बढ़े। नेपाल की प्रगति में भारत ने हमेशा ही साथ दिया है और अब बालेन शाह ने अपने दौरे में भारत से सहयोग की अपेक्षा ही दर्शाई है।

भारत नेपाल का सबसे बड़ा व्यापारिक साझेदार है। नेपाल अपनी जरूरतों के लिए भारतीय बाजार, परिवहन और आपूर्ति व्यवस्था पर काफी निर्भर है। वहीं भारत के लिए नेपाल हिमालयी क्षेत्र में रणनीतिक और आर्थिक रूप से महत्वपूर्ण है। बालेन शाह से सोमवार को प्रधानमंत्री मोदी की मुलाकात के बाद कई महत्वपूर्ण समझौते हुए और दोनों देशों ने मिलकर विकसित भारत और समुन्नत नेपाल% साझा विजन दस्तावेज जारी किया। इसके तहत आर्थिक साझेदारी, व्यापार, निवेश, कनेक्टिविटी, ऊर्जा और जल संसाधन समेत 10 प्रमुख क्षेत्रों में सहयोग बढ़ाने का रोडमैप तैयार हुआ। दस्तावेज में शिक्षा, खेल, डिजिटल सेवाओं, स्टार्टअप, अंतरिक्ष तकनीक और नवाचार को भी प्राथमिकता दी गई है। इसके अलावा तय हुआ कि जलवायु परिवर्तन और आपदा प्रबंधन में भी दोनों देश मिलकर काम करेंगे।

म्यांमार: फ़ैसला अंत नहीं है



अमेरिका की प्रतिक्रिया अधिक सतर्क रही। हालांकि बाइडेन प्रशासन ने 2022 में औपचारिक रूप से माना था कि म्यांमार की सेना ने नरसंहार और मानवता के विरुद्ध अपराध किए, अमेरिकी विदेश विभाग ने कहा कि वह आईसीजे के निर्णय का अध्ययन कर रहा है और न्यायालय के राजनीतिकरण से बचने के महत्व पर बल दिया। यह विरोधाभास एक केंद्रीय तनाव को उजागर करता है- रोहिंग्या के प्रति समर्थन इस राजनीतिक सावधानी के साथ भी रह सकता है कि अंतरराष्ट्रीय अदालतें नरसंहार को कैसे परिभाषित और लागू करती हैं। अतरराष्ट्रीय न्यायालय (आईसीजे) का नवंबर 2026 का फ़ैसला एक ऐतिहासिक क़ानूनी हिसाब-किताब है- उसने म्यांमार को रोहिंग्या के विरुद्ध नरसंहार का ज़िम्मेदार ठहराया है। लेकिन केवल एक फ़ैसला नागरिकता बहाल नहीं कर सकता, सुरक्षित वापसी सुनिश्चित नहीं कर सकता और न ही व्यक्तियों को दंडित कर सकता है। इसका असर इस पर निर्भर है कि म्यांमार पालन करता है या नहीं, और सरकारें निंदा को निरंतर दबाव व व्यावहारिक संरक्षण में बदलती हैं या नहीं।

रोहिंग्या मुख्यत- मुस्लिम जातीय अल्पसंख्यक हैं, जिनकी जड़ें म्यांमार के राखाइन राज्य में गहरी हैं। उन्हें दशकों से भेदभाव और राज्य के दमन का सामना करना पड़ा है। 1982 के नागरिकता क़ानून ने व्यावहारिक रूप से अधिकांश रोहिंग्या को नागरिकता से वंचित कर दिया, उन्हें राज्यविहीन बना दिया और उनके आवागमन, शिक्षा तथा सेवाओं तक पहुंच को सीमित कर दिया। %रोहिंग्या% नाम को नकारना उस व्यापक इनकार का हिस्सा बन गया कि यह समुदाय देश का हिस्सा है।संकट कई लहरों में गहराता गया, जिनमें 1978, 1991 और 2012 के सामूहिक विस्थापन शामिल हैं। 2016 में अराकान रोहिंग्या साल्वेशन आर्मी (अरसा) के सुरक्षा चौकियों पर हमलों के बाद सैन्य अभियान चले। 25 अगस्त 2017 को अरसा ने पुलिस और सैन्य ठिकानों पर हमला किया; सेना की प्रतिक्रिया कहीं अधिक विनाशकारी थी। बाद के हफ़्तों में सुरक्षा बलों ने गांव जलाए, नागरिकों की हत्या की और बड़े पैमाने पर यौन हिंसा की। सात लाख से अधिक रोहिंग्या सीमा पार कर बांग्लादेश भाग गए।यह पलायन कोई अलग-थलग घटना नहीं था। यह वर्षों के बहिष्कार का परिणाम था, और इसके बाद भी लाखों रोहिंग्या म्यांमार के भीतर कठोर पाबंदियों में रहते रहे। संयुक्त राष्ट्र के 2018 के तथ्य-अन्वेषण मिशन ने 2017 की हिंसा को व्यापक और सुनियोजित बताया और वरिष्ठ सैन्य नेताओं की जवाबदेही की माँग की। म्यांमार सरकार ने नरसंहार के आरोपों को ख़ारिज कर दिया और अपनी कार्रवाइयों को अरसा के विरुद्ध उग्रवाद-रोधी उपाय बताया।

मुक़दमा: कटघरे में राज्य, व्यक्ति नहीं

नवंबर 2019 में गांबिया ने, इस्लामी सहयोग संगठन के समर्थन से, म्यांमार के विरुद्ध आईसीजे में मामला दायर किया और 1948 के नरसंहार अभिसमय के उल्लंघन का आरोप लगाया। यह जनरलों के विरुद्ध आपराधिक मुक़दमा नहीं था। सवाल यह था कि क्या म्यांमार ने, एक राज्य के रूप में, नरसंहार को रोकने और दंडित करने के अपने दायित्वों का उल्लंघन किया है।जनवरी 2020 में न्यायालय ने म्यांमार को आदेश दिया कि वह रोहिंग्या की रक्षा और साक्ष्य सुरक्षित रखने के लिए अंतरिम उपाय करे। म्यांमार ने न्यायालय के अधिकार-क्षेत्र और गांबिया के मामला लाने के अधिकार को चुनौती दी; जुलाई 2022 में न्यायाधीशों ने उसकी प्रारंभिक आपत्तियां ख़ारिज कर दीं, जिससे गुण-दोष पर कार्यवाही जारी रह सकी। जनवरी 2026 में सुनवाई हुई, जिसमें पीड़ितों की गवाही साक्ष्य का केंद्रीय हिस्सा थी।19 नवंबर का फ़ैसला एक मील का पत्थर है- न्यायालय ने पाया कि म्यांमार ने 2017 के सफ़ाई अभियानों के दौरान रोहिंग्या के विरुद्ध नरसंहार किया, और वह नरसंहार को रोकने तथा दंडित करने में विफल रहा। साथ ही म्यांमार ने साक्ष्य सुरक्षित रखने संबंधी 2020 के आदेश का उल्लंघन किया। फ़ैसले पर आई रिपोर्टों के अनुसार, न्यायाधीशों ने 9-6 के मत से माना कि सैन्य अभियान इस समूह को, कम से कम काफ़ी हद तक, नष्ट करने के इरादे से चलाया गया था। न्यायालय ने यह दावा ठुकरा दिया कि हिंसा के पैमाने और स्वरूप की व्याख्या केवल आतंकवाद-रोधी कार्रवाई से होती है।

न्यायालय का आदेश, और वह क्या नहीं कर सकता

न्यायालय ने म्यांमार को निर्देश दिया कि वह जारी उल्लंघन रोके, नरसंहार के उचित रूप से संदिग्ध लोगों की जांच करे और जहां उचित हो उन पर मुक़दमा चलाकर दंडित करे। उसने पुनरावृत्ति न होने के आश्वासन, रोहिंग्या के लिए पुनर्स्थापन, जिसमें सुरक्षित, स्वैच्छिक और गरिमामय वापसी तथा परिवारों के पुनर्मिलन की शर्तें शामिल हैं, और मुआवज़े का भी आदेश दिया। क्षतिपूर्ति की राशि और व्यवस्थाएं बाद के चरण में तय होंगी; म्यांमार को दो वर्ष के भीतर बहाली और मुआवज़े के उपायों पर रिपोर्ट देनी होगी।ये आदेश बाध्यकारी हैं, किंतु आईसीजे के पास पुलिस बल नहीं है, न वह अधिकारियों को गिरफ़्तार कर सकता है और न म्यांमार के सैन्य नेतृत्व को सहयोग के लिए बाध्य। यदि कोई राज्य पालन न करे, तो दूसरा पक्ष मामला संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में ले जा सकता है, जो उपायों की सिफ़ारिश या निर्णय कर सकती है। यह मार्ग राजनीतिक रूप से अनिश्चित है- परिषद की शक्ति विवेकाधीन है और स्थायी सदस्य कार्रवाई रोक सकते हैं। इसलिए अनुपालन काफ़ी हद तक कूटनीतिक दबाव, अंतरराष्ट्रीय समन्वय और निरंतर निगरानी पर निर्भर करेगा।

प्रतिक्रियाएं: मान्यता, पर निश्चिंत होने की गुंजाइश नहीं

संयुक्त राष्ट्र महासचिव एंतोनियो गुटेरेस ने फ़ैसले का स्वागत किया और इसे पीड़ितों की मान्यता तथा इस बात की पुनर्पुष्टि बताया कि दंडमुक्ति हावी नहीं होनी चाहिए। बांग्लादेश से फ़ैसला देख रहे रोहिंग्या पीड़ितों के लिए यह सशक्त सार्वजनिक स्वीकृति थी। लेकिन रोहिंग्या पैरोकारों के अनुसार मान्यता पर्याप्त नहीं- पीड़ित चाहते हैं कि दुनिया उनकी बात सुने और उनके भविष्य से जुड़े निर्णयों में महिलाओं को शामिल करे।

अमेरिका की प्रतिक्रिया अधिक सतर्क रही। हालांकि बाइडेन प्रशासन ने 2022 में औपचारिक रूप से माना था कि म्यांमार की सेना ने नरसंहार और मानवता के विरुद्ध अपराध किए, अमेरिकी विदेश विभाग ने कहा कि वह आईसीजे के निर्णय का अध्ययन कर रहा है और न्यायालय के राजनीतिकरण से बचने के महत्व पर बल दिया। यह विरोधाभास एक केंद्रीय तनाव को उजागर करता है- रोहिंग्या के प्रति समर्थन इस राजनीतिक सावधानी के साथ भी रह सकता है कि अंतरराष्ट्रीय अदालतें नरसंहार को कैसे परिभाषित और लागू करती हैं।म्यांमार की सैन्य-समर्थित सरकार ने अब तक फ़ैसले पर सार्वजनिक प्रतिक्रिया नहीं दी है। यह चुप्पी क़ानूनी निष्कर्ष को कमज़ोर नहीं करती, पर यह प्रश्न खुला छोड़ देती है कि क्या अधिकारी आदेश लागू करेंगे। यह फ़ैसला व्यक्तिगत अपराधियों की ज़िम्मेदारी भी तय नहीं करता; उसके लिए अलग आपराधिक कार्यवाही और राज्यों व संस्थाओं का सहयोग चाहिए।



शरीर में उत्पन्न होने वाली कई नई-पुरानी व्याधियों को दूर करने के लिए जापान की सकनीरा एसोसिएशन द्वारा पानी के प्रयोग का प्रचार-प्रसार किया जा रहा है। पानी के द्वारा रोगों को दूर करने की यह सादी-सरल विधि है। भारत जैसे गरीब देश के लिए तो यह विधि बिना पैसा खर्च की चमत्कारी पद्धति सिद्ध हो सकती है।

सेहत का राज बस 4 ग्लास पानी एक साथ

सिरदर्द, उच्च रक्तचाप, खून की कमी, मोटापा, बेहोशी, दमा, खांसी, लीवर की कमजोरी, पेशाब की बीमारी, गैस, कब्ज, एसीडिटी, कमजोरी, आंख की बीमारी, मानसिक रोग, महिलाओं को होने वाली बीमारियां एवं शरीर में उत्पन्न होने वाली कई नई-पुरानी व्याधियों को दूर करने के लिए जापान की सकनीरा एसोसिएशन द्वारा पानी के प्रयोग का प्रचार-प्रसार किया जा रहा है। पानी के द्वारा रोगों को दूर करने की यह सादी-सरल विधि है। भारत जैसे गरीब देश के लिए तो यह विधि बिना पैसा खर्च की चमत्कारी पद्धति सिद्ध हो सकती है। कमी है तो बस इसके जनसाधारण के बीच प्रसार की।

पानी प्रयोग की विधि क्या है

सुबह उठकर बिस्तर में बैठ जाएं और चार बड़े ग्लास भरकर (लगभग एक लीटर) पानी एक ही समय एक साथ पी जाएं। ध्यान रहे कि पानी पीने के पहले मुंह न धोएं, न ब्रश करें तथा शौचकर्म भी न करें। पानी पीने के बाद थूकें नहीं। पानी पीने के पौन घंटे बाद आप ब्रश/दातून, मुंह धोना, शौचकर्म इत्यादि नित्यकर्म कर सकते हैं। जो व्यक्ति बीमार या कमजोर काया के हैं और वे एक साथ चार ग्लास पानी नहीं पी सकते तो उन्हें शुरूआत एक-दो ग्लास पानी से करना चाहिए तथा धीरे-धीरे चार ग्लास तक बढ़ाना चाहिए। साथ ही भोजन करने के बाद लगभग दो घंटे पानी न पिया जाए तो अति उतम रहेगा।

चार ग्लास पानी पीने की यह विधि स्वस्थ या बीमार, सभी के लिए अति लाभदायक सिद्ध हुई है। सकनीरा एसोसिएशन के अनुभव द्वारा यह सिद्ध किया गया है कि कई बीमारियां इस प्रयोग से निम्नलिखित समय में दूर होती जाती हैं।

● मधुमेह एक माह के लगभग। ● उच्च रक्तचाप एक माह के लगभग।
● गैस दो सप्ताह के लगभग। ● टी.बी. छः माह के लगभग। ● कब्जीयत- दो सप्ताह के लगभग।

सावधान रहें ताजातरीन सब्जियों से

यूं तो हम हर रोज तरह-तरह की सब्जियां खाते हैं लेकिन वे ताजा होती हैं इस बारे में कुछ भी कहना मुश्किल है। हर रोज सामने आ रही बीमारियों के पीछे कहीं न कहीं एक कारण यह भी है कि आज इंसान को शुद्ध और ताजा आहार नसीब नहीं हो पा रहा। मिलावट और रसायन संरक्षण से सब्जियां भी अछूती नहीं हैं।



सब्जी विक्रेता आज या तो रसायन में संरक्षित कर रखी गई सब्जियां बेचते हैं या फिर मुनाफे के चक्कर में लौकी जैसी सब्जियों का आकार बढ़ाने के लिए उनमें ऑक्सीटोसिन इंजेक्शन लगा देते हैं। आहार विशेषज्ञ का कहना है कि लोगों को अपने आहार में ताजा सब्जियों का इस्तेमाल करना चाहिए और ऐसी सब्जियों के सेवन से बचना चाहिए जो बहुत दिनों से संरक्षित कर रखी गई हों। ताजा सब्जियां जहां खाने में स्वादिष्ट और पौष्टिक होती हैं वहीं उनमें विटामिन कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन जैसे पोषक तत्व भी प्रचूर मात्रा में होते हैं लेकिन सावधानी यह जरूरी है कि सब्जियां सचमुच ताजा हो न कि उन्हें इंजेक्शन से ताजा बनाया गया हो। बाजार से सब्जियां खरीदते समय बहुत सतर्क रहने की जरूरत है। यदि ऐसी सब्जी खरीद ली जाती है, जिसका आकार बढ़ाने के लिए या चमकदार दिखाने के लिए किसी रसायन का इस्तेमाल किया गया हो तो इससे पेट में अल्सर अम्लता और गैस बनने जैसी समस्याएं पैदा हो सकती हैं। सब्जियों को संरक्षित कर रख दिए जाने स उनके पोषक तत्वों में कमी आ जाती है, जो स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद नहीं हैं। ऐसा नहीं होना चाहिए कि एक बार सब्जी बनाने के बाद उसे बार-बार गर्म करके रात तक इस्तेमाल किया जाता रहे। ऐसा करने से उसके पोषक तत्व नष्ट हो जाते हैं और शरीर को कोई फायदा नहीं पहुंचता। एक बार सब्जी बनाने के बाद उसे कुछ घंटों के भीतर ही इस्तेमाल कर लेना चाहिए। सब्जी को फ्रिज में रख देने का मतलब यह नहीं है कि वह जरा भी खराब नहीं होगी। फ्रिज में रखी सब्जी को भी छह-सात घंटे के भीतर इस्तेमाल कर लेना चाहिए। इसके बाद उसके पोषक तत्वों में ह्रास होने लगता है।

सिर्फ 5 आहार ठंड में रखे सदाबहार

सर्द मौसम में व्यायाम करके अपने शरीर को गर्म व ऊर्जावान बनाए रखने के साथ ही अपने भोजन में ऐसी चीजों को शामिल करना भी जरूरी हो गया है जिनकी कम मात्रा लेने पर भी शरीर को भरपूर कैलोरी मिले। पेश है 5 ऐसे आहार जो आपको सर्दियों में तरोताजा और स्वस्थ बनाएंगे।

सलाद

आपके सुबह व शाम के भोजन में सलाद के लिए एक सुरक्षित स्थान होना चाहिए। यदि आप कम कैलोरी और हाई फाइबर वाला फूड लेना चाहते हैं तो सलाद आपके लिए बेहतर विकल्प है। सलाद के लिए प्रयोग में आने वाली कच्ची सब्जियों व फलों में एंटी ऑक्सीडेंट, नेचुरल एंजाइम्स और फाइबर्स होते हैं जो शरीर के कोलेस्ट्रॉल को कम करने के साथ ही भोजन के पाचन में भी सहायक होते हैं। इससे आपका वजन भी नियंत्रित रहता है। यदि आप सेहत के प्रति जागरूक हैं तो आपको रोजाना कम से कम एक बड़ा कप हरी सलाद खानी चाहिए।

छिलके वाली दालें

छिलके वाली दालों में प्रोटीन की भरपूर मात्रा होती है। प्रोटीन के साथ ही दालों में फोलिक एसिड, विटामिन ए, विटामिन बी आदि होता है। इनका रोजाना सेवन शरीर में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा को कम करता है जिससे आपका वजन नियंत्रित होता है।

पीले व खट्टे फल

फलों में सबसे अधिक गुणकारी खट्टे फल होते हैं। पीले व नारंगी रंग के फलों में बीटा केरोटिन व एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं। खट्टे फल विटामिन सी, कैल्शियम, मिनरल, फाइबर्स आदि का प्रमुख स्रोत होते हैं जो शरीर के विकास के लिए उपयोगी होते हैं। नींबू में मौजूद पेक्टिन शरीर में जमा वसा को गलाता है और पाचन प्रक्रिया को भी धीमा करता है जिससे खाने के बाद भी लगने वाली भूख शांत होती है। खट्टे फलों का सेवन डाइबीटिज, कैंसर, एनीमिया, मोतियाबिंद, अस्थमा, किडनी में पथरी आदि रोगों में लाभदायक होता है। इन फलों को निरंतर सेवन से हमारे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता में भी वृद्धि होती है।

तरल, जूस व ड्रिंक

भोजन के पूर्व या पश्चात यदि आप तरल पदार्थ लेने के आदी हैं तो इस सर्द मौसम में भी आप छाछ, लस्सी, दही व फ्रूट जूस का सेवन कर सकते हैं। दही, छाछ व ताजे फलों का रस आपके शरीर के लिए गुणकारी होता है। खट्टे फलों में नींबू का रस वजन कम करने, डेंटल केयर, बुखार, रक्त शुद्धि आदि में सहायक होता है। भोजन के बाद ली जाने वाली छाछ में दूध की अपेक्षा फैट की मात्रा कम होती है। यदि हम लिक्विड में नारियल पानी की बात करें तो इसमें पोटेशियम की भरपूर मात्रा होती है, जो ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखने के साथ ही शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को भी बढ़ाता है। इसमें कार्बोहाइड्रेट, शर्करा व वसा की कम मात्रा होती है।

अंकुरित अनाज

अंकुरित किए जाने से अनाज में पोषक तत्वों की मात्रा दुगुनी हो जाती है। चना, मूंग, सोयाबीन, मटर आदि को अंकुरित करके खाया जा सकता है। सर्दियों के मौसम में नाश्ते में अंकुरित अनाज को शामिल करना स्वास्थ्य के लिहाज से बेहतर है। भरपूर अंकुरित अनाज का सेवन आप सूप या सलाद के साथ भी कर सकते हैं। सुलभ, सस्ता, बनाने में आसान व पौष्टिक होने के कारण अंकुरित अनाज का सेवन आपके शरीर के लिए लाभदायक होता है। विटामिन, मिनरल्स, प्रोटीन, एंटी ऑक्सीडेंट आदि की भरपूर मात्रा होने के कारण अंकुरित अनाज हमारे भोजन के पाचन में भी सहायक होता है।

ब्रेस्ट कैंसर से बचाता है

विटामिन डी

ब्रिटेन के विशेषज्ञों का कहना है कि विटामिन डी के सेवन से स्तन कैंसर के खतरे को कम किया जा सकता है. लंदन की सर्जन एवं प्रो. केफाह मोकबेल के अनुसार इससे एक हजार जिंदगियां प्रतिवर्ष बचाई जा सकती हैं. वैसे तो धूप विटामिन डी का सबसे बड़ा स्रोत है. लेकिन महिलाएं अक्सर अपनी दिनचर्या में इससे महरूम हो जाती है. प्रो. मोकबेल का दावा है कि 20 साल की आयु के बाद महिलाएं को प्रतिदिन एक विटामिन डी की गोली का सेवन करना चाहिए. इसके सेवन से स्वस्थ्य महिलाओं में भी ब्रेस्ट कैंसर होने की आशंका काफी घट जाती है. महिलाओं में जरूरी विटामिन डी लेबल काफी उच्च स्तर का होता है. जो अक्सर कम हो जाता है. इसे मेंटेन करके खतरे को कम किया जा सकता है.

अध्ययन के अनुसार इसका (विटामिन डी की गोलियों का) खर्च काफी कम है और लाभ काफी अधिक क्योंकि इससे बड़ी परेशानी की आशंका काफी कम हो जाती है. एक अध्ययन के अनुसार, ब्रिटेन में हर साल 50 हजार महिलाएं ब्रेस्ट कैंसर की चपेट में आ रही हैं. इसमें 1200 मौत के मुंह में चली जाती हैं. अध्ययन के अनुसार, वैसे तो विटामिन डी हड्डियों की मजबूती में अहम रोल अदा करता है. लेकिन अब यह भी माना जाता है कि विटामिन डी इम्यून सिस्टम और कोशिका विभाजन को नियंत्रित करने में भी लाभकारी है. यह दोनों कैंसर की रोक के अहम कारक हैं. अमेरिका के हार्वर्ड स्कूल और पब्लिक हेल्थ के अनुसार विटामिन डी की कमी से कई बड़ी बीमारियों जैसे ऑस्टियोपोरोसिस, हृदय रोग, फ्लू, कई प्रकार के कैंसर, टीबी और स्केरोसिस का खतरा बढ़ जाता है. विटामिन डी हड्डियों की मजबूती में अहम रोल अदा करता है यह इम्यून सिस्टम और कोशिका विभाजन को नियंत्रित करने में लाभकारी हेल्थ फैक्ट्स है.



जरा संभलकर मम्मी टू बी...

गर्भावस्था के दौरान जरा सी असावधानी बरतने पर आपको कमर दर्द संबंधी समस्या उत्पन्न हो सकती है। इससे बचने के लिए आइए जानते हैं क्या करें और क्या न करें

ऐसा न करें

● भारी वस्तुएं न उठाएं। ● कमर को झुकाएं नहीं।
● उल्टे-सीधे तरीके से न लेटें। ● जगने पर बिस्तर से झटके में न उठें।
● ज्यादा देर के लिए हाई हील न पहनें।
● कंधे पर भारी बैग लटकाकर न चलें।
● हर काम अपने सिर पर लेने की कोशिश न करें।

ऐसा करें

● भारी वस्तुएं उठाने के लिए अपने पति या अपने किसी खास से कहें।
● कमर झुकाने के बजाय घुटनों के बल बैठें और अपनी कमर सीधी रखें।
● अपनी स्पाइन को सीधा रखने के लिए जिस करवट लेटी हैं उस तरफ घुटनों के बीच में एक तकिया जरूर रखें।
● नींद से उठने पर पहले करवट लें। फिर अपने हाथों का सहारा लेकर बैठ जाएं।
● हाई हील के स्थान पर लो हील और फ्लैट जूते-चप्पल का ही इस्तेमाल करें। इससे आपकी पेल्विस और पीठ सीधी रहेगी।
● भारी बैग के बजाय बैक पैक का इस्तेमाल करें।
● जितना संभव हो घर के कामों की जिम्मेदारियां परिवार के सदस्यों को सौंपें। आपके साथ ही आने वाले नन्हें मेहमान को भी तो सुकून चाहिए।



हिन्दी दैनिक प्रातःकाल एक्सप्रेसः- स्वामी, प्रकाशक, फिरदौस फातिमा द्वारा एफ-1, अनमोल होम, प्लाट नं0 53, गोविन्द गार्डेन, राइसेन रोड़, भोपाल मध्य प्रदेश-462023 से प्रकाशित एवं अशोक कुमार खुराना, द्वारा पी.जी. इंफ्रास्ट्रचर एण्ड सर्विस प्रा.लि. करोंद भानपुर बाइपास रोड़ भोपाल मध्य प्रदेश-462037 से मुद्रक। पंजीयन संख्या : **MPHIN/26/A1603,** संपादकः परवेज आलम,मो0 9336781957, पी.आर.बी. एक्ट के तहत समाचार चयन के लिए जिम्मेदार। इससे उत्पन्न समस्त विवाद का न्याय क्षेत्र जनपद न्यायालय भोपाल होगा।



हम बढ़ती उम्र के बदलाव को क्यों नहीं स्वीकारते?

तमन्ना भाटिया

के सवाल पर क्या बोले जग्गी वासुदेव?

बॉलीवुड एक्ट्रेस तमन्ना भाटिया और फिल्म डायरेक्टर विशाल भारद्वाज ने मुंबई के फेयरमोंट होटल में जग्गी वासुदेव संग बातचीत की. मौका सद्गुरु की नई किताब डिसअपीयरिंग फेसेस पर विचार-विमर्श का था. इस दौरान तमन्ना भाटिया का ध्यान किताब में शामिल कुछ शानदार तस्वीरों पर गया. इसमें सद्गुरु द्वारा खींची गई पिछले 5 दशक की कुछ ऐसी तस्वीरें थीं जो बहुत शानदार थीं. इन तस्वीरों में लोग अपनी वास्तविकता में लीन नजर आ रहे थे और अपनी उम्र के साथ कन्फरटेबल लग रहे थे.इसपर तमन्ना भाटिया का सवाल सद्गुरु जी से ये था कि हम(शहर के लोग) बढ़ते वक्त के साथ अपने शरीर के बदलावों को लेकर असहज क्यों हो जाते हैं. इसका सद्गुरु जी ने विस्तार से जवाब भी दिया.

सद्गुरु ने क्या कहा ?

तमन्ना भाटिया के सवालों का जवाब देते हुए सद्गुरु ने कहा- मुझे लगता है कि भारत में ऐसा पिछले कुछ समय से होना शुरू हुआ है. नहीं तो लंबे समय से भारत में पुरुष और स्त्री सम्मान के साथ बूढ़े होते थे. लेकिन हमने पिछले कुछ समय में वेस्टर्न आइडियाज को एडॉप्ट किया है जिसमें पूरी सभ्यता ही हारमोन्स के बल पर चलती है. ये एक ऐसा समाज है जिसने मान लिया है कि युवावस्था ही जीवन का सबसे सार्थक और वांछनीय काल है. इस दौरान ये समझा जाता है कि जब इंसान अपने हॉरमोनल पीक पर होता है तभी वो सबसे सामर्थ्यवान होता है.मेरी नजर में ये इंसान के संपूर्ण जीवन को लेकर उत्साह को कम कर देता है और उसे सिर्फ एक स्टेज ऑफ लिविंग तक के अनुभवों तक ही सीमित कर देता है. जबकी ये सभ्यता इस बात को पूरी तरह से खारिज कर देती है कि कैसे एक इंसान के पूरे जीवनकाल में ग्रो करने और बदलने की भी अपनी एक अलग महत्ता है. इसलिए अगर हम जीवन को लेकर सिर्फ एक तरह का ही अप्रोच रखेंगे तो इसे सम्पूर्ण रूप से नहीं जी पाएंगे.



देश में ज्ञान का तात्पर्य सिर्फ रोजगार तक सीमित....

तमन्ना भाटिया ने सद्गुरु से पूछा कि इन तस्वीरों में लोग खुद को कितनी सरलता के साथ एक्सप्रेस कर रहे हैं. जबकी शहरों में ऐसा देखा गया है कि लोगों पर लुक्स और बर्ताव को लेकर सामाजिक प्रेशर होता है. इसे सद्गुरु ने ज्ञान के सही मायने से जोड़ा. उन्होंने कहा कि एजुकेशन का लक्ष्य कभी भी सीमित नहीं होना चाहिए बल्कि इसके दायरे को हमेशा बढ़ाते रहना चाहिए. सद्गुरु ने कहा कि आज के दौर में शिक्षा को सिर्फ रोजगार तक सीमित कर दिया गया है.इस वजह से लोग अपने इंटरेस्ट की एजुकेशन तक पहुंच ही नहीं पाते और उसे एक्सप्लोर नहीं कर पाते हैं. देश में ज्यादातर लोगों के लिए शिक्षा बस नौकरी पाने और माली रूप से खुद को स्थिर रखने का माध्यम बनकर रह गया है. वहीं कुछ लोग ही ऐसे हैं जो अपनी क्षमताओं पर विश्वास रख पाते हैं और अपनी रुचि के हिसाब से ज्ञान को एक्सप्लोर कर पाते हैं.

ग्वालियर में जन्मे कार्तिक तिवारी के कार्तिक आर्यन बनने की कहानी, जिसे डायरेक्टर ने फेसबुक पर देखा और ऑफर कर दी फिल्म



बॉलीवुड फिल्म इंडस्ट्री में कार्तिक आर्यन ने बिना किसी गॉड फादर के अपना मुकाम बनाया है. पिछले एक दशक में वे इंडस्ट्री के मोस्ट डिमांडिंग एक्टर में से एक साबित हुए हैं. प्यार का पंचनामा के मोनोलॉग से चंदू चैम्पियन में एथलीट बनने तक का उनका सफर बहुत शानदार रहा है. उनकी फिल्मों को बॉक्स ऑफिस पर बहुत ज्यादा स्ट्रगल नहीं करना पड़ा. ऑडियंस के बीच उनका क्रेज तगड़ा है. वहीं वे सीरियस से लेकर कॉमेडी और रोमांटिक करिदारों से फैंस का दिल जीतते आए हैं.एक्टर के पास हमेशा कुछ ना कुछ फिल्में जरूर रहती हैं. भले ही आज वे देश के लीडिंग एक्टर्स में से एक हैं लेकिन इसकी शुरुआत भी एक अजब इत्तेफाक से हुई थी. कार्तिक को उनकी पहली फिल्म के लिए खुद जाकर संघर्ष नहीं करना पड़ा था बल्कि उनके पास उनकी फिल्म खुद चलकर आई थी.

डायरेक्टर ने फेसबुक से एक्टर को चुना

कार्तिक आर्यन का जन्म 22 नवंबर 1990 को मध्य प्रदेश के ग्वालियर में हुआ था. बहुत कम लोग ये जानते होंगे कि उनका असली नाम कार्तिक तिवारी है. साल 2011 में उन्होंने प्यार का पंचनामा से अपने अभिनय की शुरुआत की थी. इस फिल्म के लिए वे ऑडिशन देने कहीं नहीं गए थे बल्कि फिल्म के डायरेक्टर लव रंजन ने उनकी एक फोटो फेसबुक पर देख ली थी. अब लव को कार्तिक आर्यन भा गए और उन्होंने कार्तिक को अपनी फिल्म प्यार का पंचनामा के लिए ऑफर दे दिया. भला कौन सोच सकता है कि ग्वालियर में रहने वाले एक आम लड़के को ऐसे भी फिल्म हाथ लग सकती है.अपनी पहली ही फिल्म से कार्तिक आर्यन ने फैंस का और डायरेक्टर्स का भरोसा जीता. इसके बाद एक्टर ने कभी पीछे मुड़कर नहीं देखा. कार्तिक आर्यन ने कभी अपनी चॉकलेटी इमेज से फैंस का मनोरंजन किया तो कभी वे कॉमेडी और रोमांटिक रोल से दर्शकों को आकर्षित करते नजर आए. ऐसा नहीं है कि उनके करियर में एक भी फ्लॉप फिल्म नहीं है. लेकिन हर 1-2 फिल्मों के बाद वे कोई एवरेज या हिट फिल्म निकाल ले जाते हैं. इसलिए उन्होंने अभी तक बाकी कन्टेमपरेरी एक्टर्स की तरह अपने करियर में ढलान नहीं देखा.साथ ही वे अपनी परफॉर्मेंस के लिए नेशनल अवॉर्ड और फिल्मफेयर अवॉर्ड भी जीत चुके हैं. उनकी पिछली फिल्म तू मेरी मैं तेरा मैं तेरा तू मेरी बॉक्स ऑफिस पर फ्लॉप रही थी. वहीं अब वे नागजिल्ला, कैप्टन इंडिया, लड़ाकू और अनुराग बसु की एक अनटाइटल्ड फिल्म का हिस्सा हैं.

तलाक के बाद दूसरी शादी करेंगी सपना चौधरी? बोलीं- कोई उस लायक मिला तो...



अपने दमदार डांस और बेबाक अंदाज के लिए मशहूर सपना चौधरी इन दिनों अपनी निजी जिंदगी और तलाक की खबरों को लेकर चर्चा में हैं. हाल ही में एक पॉडकास्ट में बातचीत के दौरान सपना चौधरी ने अपने तलाक की अर्जी, टूटे रिश्ते से मिले अनुभव और भविष्य में दूसरी शादी की संभावनाओं पर खुलकर बात की. जब उनसे पूछा गया कि क्या वो भविष्य में दूसरी बार शादी करेंगी, तो सपना ने बेहद स्पष्ट और दो टूक जवाब दिया.इंटरव्यू के दौरान जब सपना चौधरी से सीधे सवाल किया गया कि क्या वो दूसरी बार शादी करेंगी, तो शुरुआत में सपना ने साफ नहीं कहा. जब उनसे कहा गया कि प्यार कभी भी हो सकता है और दूसरी बार शादी करने में क्या हर्ज है, तो इस पर सपना ने कहा, मुझे लगता है प्यार कोई गाजर-मूली नहीं है कि ऐसे चलते-फिरते, पहली बात तो मेरे जैसी लड़की को नहीं होगा.सपना ने खुद को एक बेहद भावुक इंसान बताते हुए कहा, मैंने बोला ना मैं इमोशनल हूं. मेरे लिए प्यार हलवा नहीं है. मैं बहुत डेप्थ में जाकर किसी को प्यार करती हूं और मैं कर सकती हूं, आगे कोई अगर उस लायक हुआ तो देखेंगे, लेकिन अभी तोज...

मैं अपने रिश्तों से बहुत कुछ सीखी हूं...

बातचीत के दौरान जब उनसे कहा गया कि अभी तो तलाक की कोर्ट डेट्स आनी बाकी हैं, उसके बाद ही इस बारे में सोचा जा सकता है. इस पर सपना ने अपनी बात पूरी करते हुए कहा, मुझे नहीं लगता कि मैं कर पाऊंगी क्योंकि मैं सीखी हूं, मैं अपने रिश्तों से बहुत कुछ सीखी हूं. तो मुझे नहीं लगता कि मुझे इतनी जल्दी किसी से प्यार हो सकता है. लेकिन जब भी होगा तो फिर खतरनाक ही होगा. जब होस्ट ने मजाकिया अंदाज में कहा कि उनका पहला प्यार भी इतना खतरनाक था कि बात कोर्ट तक पहुंच गई, तो इस पर सपना ने मुस्कुराते हुए जवाब दिया, मैंने बोला ना कि मैं खुश हूं. फैसला मेरा था. मैंने दूसरे से नहीं पूछा वो.

तलाक के बाद महिलाओं को लेकर समाज की सोच और दोबारा शादी के विषय पर लौटते हुए सपना चौधरी ने कहा कि फिलहाल उनके लिए दूसरी शादी के बारे में सोचना भी बेहद अजीब है. उन्होंने कहा, ये टैबू तो मुझे लगता है कि कोई डीसेंट, बढ़िया, कमाल का, जैसा ना भी सोचा हो वैसा कोई पुरुष आए तो टूट सकता है, वरना नहीं. मुझे लगता है कि मैं जितनी खुश अकेली, जितनी फ्री अकेली या जितने अच्छे से अपने आपको ग्रूमिंग मैं अकेली दे सकती हूं, कोई और नहीं दे सकता.अपने पिछले रिश्ते और आज के हालात की तुलना करते हुए सपना ने ये भी जोड़ा कि पहले उनके रिश्ते में सपोर्ट और चीजें जरूर थीं, लेकिन कहीं न कहीं उसमें 'मतलब' भी जुड़ा था, जबकि आज उन्हें जो सपोर्ट मिल रहा है, उसमें किसी का कोई स्वार्थ या मतलब नहीं है. उन्होंने कहा कि नीयत और सीरत में बहुत बड़ा फर्क होता है.

लोग तेरे पर थूकते टाइम भी सोचें कि....बहन ईशा के सपोर्ट में आए रजत दलाल, अविनाश को दी चेतावनी

टीवी एक्ट्रेस ईशा सिंह से जुड़े ताजा विवाद पर अब 'बिग बॉस 18' के चर्चित कंटेस्टेंट रहे रजत दलाल का बयान सामने आया है. ईशा को अपनी बहन मानने वाले रजत दलाल ने सोशल मीडिया पर वीडियो जारी कर बिना किसी का नाम लिए बेहद सख्त लहजे में अपनी बात रखी है और ईशा से दूर रहने की चेतावनी दी है.अपने वीडियो संदेश में रजत दलाल ने बिना किसी का नाम लिए उन्हें 'महापुरुष' कहकर संबोधित किया और सोशल मीडिया पर चीजों को प्राइवेट बताने वाली पोस्ट पर निशाना साधा. रजत ने कहा, भाई, तू प्यार-मोहब्बत बहुत चौड़े में पब्लिकली कर नेशनल टेलीविजन पर, फिर तुम्हारा नाड़ा ढीला हो जाए तो कहीं भी सो जाओ और स्टोरी डाल दो कि चीजें प्राइवेट होती हैं, ये बढ़िया है.

रजत ने आगे बताया कि उन्होंने चार बार प्यार से समझाया था कि ईशा से दूर रह और उन्हें इससे कोई मतलब नहीं है कि सामने वाले ने क्या किया, वो अपना काम करे और उनसे दूर रहे. रजत ने साफ कहा कि वो ये स्टोरी सिर्फ इसलिए डाल रहे हैं क्योंकि सामने वाले ने क्लब में जाकर 'बेवफा निकली है तू' गाना बजाया. रजत ने सवाल उठाया कि ये गाना बजाकर क्या ऐसा प्रोपेगेंडा चलाना है कि वो शरीफ हैं और उनके साथ गलत हुआ है.

लड़कियों के नाम के साथ 'चिट्ठा-पट्टा' खोलने की चेतावनी

वीडियो में रजत दलाल ने सीधे तौर पर कच्चा-चिट्ठा सार्वजनिक करने की बात कहते हुए कहा, मेरे को बोल, मैं डालता हूं तेरा चिट्ठा-पट्टा. ईशा डाले या न डाले, मैं डाल दूंगा एक-एक लड़की के नाम के साथ कि किसके साथ क्या. तो भाई सुधर जा, उन चीजों पर मत उतर कि लोग तेरे पर थूकते टाइम भी सोचें कि क्यों थूक रहे हैं इस पर. इतना भोला और इतना प्यारा मत बन. इसके साथ ही रजत ने स्टंटबाजी बंद करने की नसीहत देते हुए कहा, यहां खतरों के स्टंट नहीं चल रहे हैं, यहां सेफ्टी नहीं मिलेगी, चला जाएगा सब कुछ. हाथ जोड़कर निवेदन है ये स्टंटबाजी बंद कर दे, अपनी जिंदगी बढ़िया जी, कर लिया तूने जो करना था, हमसे दूर रह.रजत ने ये भी कहा कि अगर सामने वाला आकर एक बार भी कह दे कि रजत झूठ बोल रहा है, तो वो सबको सारा सच दिखा देंगे और ऐसा उदाहरण सेट करेंगे कि ये सब बहुत भारी पड़ जाएगा. वीडियो के आखिर में रजत ने कहा, कोशिश करता हूं ना भाई शांत रहने की, प्यार से रहने की, सुकून से रहने की, उड़ता तीर लेने कोई ना कोई आ ही जाता है.



'बिग बॉस 18' में बना था भाई-बहन का रिश्ता

गौरतलब है कि रजत दलाल और ईशा सिंह 'बिग बॉस 18' के घर में साथ नजर आए थे. शो के दौरान ही दोनों के बीच भाई-बहन का रिश्ता बना था और शो खत्म होने के बाद भी उन्होंने इस रिश्ते को कायम रखा है. यही वजह है कि इस पूरे विवाद के बीच रजत दलाल खुलकर ईशा के समर्थन में खड़े नजर आए.

सोशल मीडिया पेजों और मीडिया से की सच जांचने की अपील

अपने वीडियो की शुरुआत और अंत में रजत दलाल ने सोशल मीडिया पेजों और मीडिया से भी जिम्मेदारी के साथ खबरें पोस्ट करने की अपील की. ईशा का जिक्र करते हुए रजत ने कहा कि कुछ भी डालने से पहले सच पता कर लिया जाए और देखा जाए कि क्या सच है और क्या झूठ. रजत ने दो टूक कहा कि किसी ने कोई गलती की है .

314 रन के लक्ष्य का पीछा करते हुए भारत 265 पर सिमटा

तिलक का शतक बेकार, पाकिस्तान से हारी इंडिया-ए

मध्यक्रम का साथ नहीं मिलने से टीम को 48 रन से मिली हार



नई दिल्ली। रविवार को एशिया कप राइजिंग स्टार्स टूर्नामेंट में पाकिस्तान ए से 48 रन से हार के बाद भारतीय टीम के कप्तान तिलक वर्मा ने मध्य क्रम में साझेदारियों की कमी पर अफसोस जताया। 314 रनों के लक्ष्य का पीछा करते हुए, भारतीय टीम 129 रन पर छह विकेट खोकर मुश्किल में थी, लेकिन तिलक और शाहबाज अहमद ने सातवें विकेट के लिए 112 रनों की साझेदारी की। शाहबाज ने 41 गेंदों पर 56 रन बनाए, जबकि तिलक 149 गेंदों पर 100 रन बनाकर नाबाद रहे। हालांकि, उनका प्रयास काफी नहीं था और भारत 265 रनों पर ऑल आउट हो गया। तिलक का माननाथा कि शाहबाज का आउट होना गलत समय पर हुआ, ठीक उसी समय जब दोनों बल्लेबाज स्कोर बढ़ाने की कोशिश कर रहे थे। उनका मानना था कि ऑलराउंडर द्वारा फेंके गए कुछ और ओवरों से मैच का रुख बदल सकता था। 'अभिषेक ने जिस तरह से शुरुआत की और बीच में शाहबाज ने जिस तरह से मेरे साथ साझेदारी की, वह निर्णायक साबित हुई। दुर्भाग्य से, जब हम तेजी से रन बनाना चाहते थे, तब शाहबाज आउट हो गए। वरना, अगर वह दो ओवर और टिक जाते, तो मैं मैच खत्म कर सकता था,' तिलक ने मैच के बाद कहा। उन्होंने कहा, 'दूसरे ओवर के पहले 10 ओवरों में थोड़ी स्विंग देखने को मिली। उन दोनों तेज गेंदबाजों को श्रेय जाता है जिन्होंने बेहतरीन लाइन और लेंथ से गेंदबाजी की। लेकिन साथ ही, बीच में हमने लगातार दो विकेट गंवा दिए। नहीं तो हम 47वें या 48वें ओवर में ही मैच जीत सकते थे।

भारत ए बनाम पाकिस्तान ए, राइजिंग स्टार्स एशिया कप के मुख्य अंश

अभिषेक शर्मा ने 42 गेंदों में 70 रन बनाकर भारत को शानदार शुरुआत दी, लेकिन उनके आउट होने के बाद मध्य क्रम के बल्लेबाजों पर काफी दबाव आ गया। भारतीय बल्लेबाज रन रेट बनाए रखने के लिए संघर्ष करते रहे, और पाकिस्तान के गेंदबाजों ने नियमित अंतराल पर विकेट लिए। तिलक ने पाकिस्तान के तेज गेंदबाजों के अनुशासित प्रयास की भी सराहना की, लेकिन उन्हें लगा कि भारत ने लगातार विकेट खोकर मैच को हाथ से जाने दिया।

'शतक बनाने के बावजूद, तिलक इसे अपने सर्वश्रेष्ठ बल्लेबाजी प्रदर्शनों में से एक मानने को उत्सुक नहीं थे। भारतीय टीम के कप्तान के लिए, व्यक्तिगत प्रयास से कहीं अधिक परिणाम मायने रखता था। 'मैं ऐसा नहीं कहूंगा। मेरे लिए सबसे महत्वपूर्ण है मैच जीतना। अगर मैं मैच नहीं जीतता, तो यह मेरे लिए सबसे महत्वपूर्ण नहीं है। लेकिन मैं हमेशा जितना हो सके उतना आगे तक जाना चाहता हूं। आज मैं उसी की तलाश में था। अगर कोई और बल्लेबाज मेरा साथ दे पाता, तो मैं मैच खत्म कर सकता था,' उन्होंने कहा। तिलक ने टीम की कप्तानी करने के साथ आने वाली जिम्मेदारी के बारे में भी बात की और कहा कि उन्हें टीम को कठिन परिस्थितियों से बाहर निकालने में मजा आता है। 'अगर आप टीम के कप्तान हैं, तो आपको वह जिम्मेदारी और भार उठाना ही चाहिए। तो हां, मुझे ईमानदारी से यह करना अच्छा लगता है। आखिरकार, भगवान दयालु हैं और उन्होंने ही मुझे ये रन दिए हैं,' उन्होंने आगे कहा।

हसन नवाज़ का सर्वोच्च स्कोर

इससे पहले, हसन नवाज़ ने पाकिस्तान ए के लिए 79 रन बनाकर सर्वोच्च स्कोर किया, जबकि माज़ सदाकत (59) और फरहान यूसुफ (56) ने महत्वपूर्ण अर्धशतक बनाकर अपनी टीम को 313 रन पर ऑल आउट होने तक पहुंचाया। इसके बाद पाकिस्तान के गेंदबाजों ने मैच का समापन करते हुए तिलक के शतक के बावजूद भारत ए को 48 रन से हरा दिया।

सिराज को बाहर रखना मेरे लिए भी मुश्किल फैसला था

मैच से पहले उनसे बात की थी: शुभमन गिल

वेलिंगटन। भारत और न्यूजीलैंड के बीच बेसिन रिजर्व में खेला गया पहला टेस्ट मैच ड्रॉ रहा। डेरिल मिचेल और ग्लेन फिलिप्स की जुझारू पारियों के दम पर न्यूजीलैंड पहले टेस्ट में हार को टालने में सफल रहा। मैच के बाद भारतीय टीम के कप्तान शुभमन गिल ने मोहम्मद सिराज को प्लेइंग इलेवन से बाहर रखने का कारण बताया। गिल ने कहा, 'हमने इस मैच के लिए सबसे बेहतरीन गेंदबाजी आक्रमण को मैदान में उतारा। सिराज एक शानदार खिलाड़ी और बेहतरीन गेंदबाज हैं, जिन्होंने भारत के लिए बहुत अच्छा प्रदर्शन किया है। मगर इन सबसे बढ़कर, वह मेरे बहुत अच्छे दोस्त हैं। हमने एक साथ अपने करियर की शुरुआत की थी, भारत के लिए खेलने से पहले से ही हम बहुत अच्छे दोस्त रहे हैं। इसलिए उन्हें बाहर रखना मेरे लिए भी एक बहुत मुश्किल फैसला था। हालांकि, कभी-कभी आपको यह देखना पड़ता है कि कौन से गेंदबाज फॉर्म में हैं और कौन सबसे अच्छी गेंदबाजी कर रहा है। ' दरअसल, वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप (डब्ल्यूटीसी) की मौजूदा चक्र में मोहम्मद सिराज भारत की ओर से सबसे ज्यादा विकेट लेने वाले गेंदबाज रहे हैं। यही वजह है कि जब पहले टेस्ट के लिए उन्हें प्लेइंग इलेवन में जगह नहीं दी गई, तो टीम मैनेजमेंट के इस फैसले की जमकर आलोचना हुई। गिल ने वेलिंगटन टेस्ट के बाद प्रेस कॉन्फ्रेंस में सिराज को अंतिम ग्यारह में जगह न देने को लेकर सफाई दी। भारतीय कप्तान ने आगे कहा, 'मेरी उनसे (सिराज) बात हुई थी। मैंने मैच से पहले ही उन्हें बता दिया था कि वह इस मैच में नहीं खेल रहे हैं। मुझे नहीं पता कि वह इससे पूरी तरह सहमत थे या नहीं, लेकिन उन्होंने बात को समझा और इसके पीछे का तर्क भी समझ गए। उन्हें समझ आ गया कि हमने उनकी जगह किसी और को क्यों चुना। मुझे लगता है कि हर खिलाड़ी के करियर या जीवन में एक ऐसा दौर आता है जब वह हमेशा अपने करियर के शिखर पर नहीं होता। मेरे हिसाब से वह इस बात को समझते हैं।



मैनचेस्टर यूनाइटेड के कार्यकाल की भयावह शुरुआत के बाद पोचेटिनो ने योरो को मिले रेड कार्ड पर सवाल उठाए



नई दिल्ली। मैनचेस्टर यूनाइटेड के मैनेजर के रूप में मॉरीसियो पोचेटिनो के लिए इससे मुश्किल शुरुआत शायद ही हो सकती थी। लेनी योरो को शुरुआती ही रेड कार्ड मिलने से लिवरपूल के खिलाफ 4-0 की करारी हार का रास्ता साफ हो गया। अर्जेंटीना के इस कोच का मानना ??था कि इस रेड कार्ड ने पूरे मैच का रुख बदल दिया, और उनका तर्क था कि दुनिया की सर्वश्रेष्ठ टीम भी ऐसी परिस्थितियों में इसी तरह की हार का सामना कर सकती थी। आठवें मिनट में ही योरो को एलेक्जेंडर इसाक पर किए गए फाउल के लिए रेड कार्ड दिखाए जाने के बाद यूनाइटेड की टीम 10 खिलाड़ियों तक सीमित हो गई और इसके ठीक पांच मिनट बाद ही लिवरपूल ने 2-0 की बढ़त बना ली। मैच के बाद पोचेटीनो ने इस फैसले पर निराशा व्यक्त की और सवाल उठाया कि क्या रेड कार्ड दिखाना उचित था। 'यह बहुत दुखद है, मैं बहुत निराश महसूस कर रहा हूँ। यह अविश्वसनीय है कि प्रीमियर लीग में मेरी यात्रा की शुरुआत ऐसे हालातों में हो रही है। एकमात्र समस्या यह है कि मैच छह मिनट बाद पूरी तरह से बदल गया, और अब हम बात कर सकते हैं और सब कुछ समझा सकते हैं, लेकिन नुकसान तो हो ही चुका है। ' 'यह बेहद दर्दनाक है। खिलाड़ी इस तरह की स्थिति का दर्द महसूस करते हैं। मैंने उनसे कहा कि उन्हें शांत रहना होगा, और जो कुछ हुआ वह पूरी तरह से अन्यायपूर्ण स्थिति थी।

पोचेटीनो ने योरो की बर्खास्तगी पर सवाल उठाए

पोचेटीनो ने तर्क दिया कि इसाक को गोल करने के स्पष्ट अवसर से वंचित नहीं किया गया था, उन्होंने जोर देकर कहा कि गेंद पहले से ही गोलकीपर की ओर जा रही थी और योरो का स्ट्राइकर को गिराने का कोई इरादा नहीं था। 'गेंद गोलकीपर की ओर जा रही थी। मुझे लगता है कि उस स्थिति में, अगर आप वीएआर चेक करेंगे, तो आप देखेंगे, जैसा कि हम अब कैमरों में देख सकते हैं, कि लेनी योरो का इरादा कभी भी अलेक्जेंडर इसाक को गिराने का नहीं था। ' उन्होंने आगे कहा कि इसाक गिरने से पहले धीमे हो गए थे, और उनका मानना था कि इस घटना के लिए रेड कार्ड देना उचित नहीं था। पोचेटिनो ने कहा कि वह अधिकारियों का सम्मान करते हैं, लेकिन अपनी टीम का बचाव करना और अपने विचार

'सर्वश्रेष्ठ टीम भी 4-0 से हार सकती है'

मैच के बाद उनकी प्रतिक्रिया में रेड कार्ड का मुद्दा हावी रहा, लेकिन पोचेटीनो ने यह भी स्वीकार किया कि यूनाइटेड को अपने प्रदर्शन की जिम्मेदारी लेनी होगी। उन्होंने खिलाड़ियों से बेहतर एकाग्रता और निर्णय लेने की क्षमता विकसित करने का आह्वान किया और माना कि उनके खिलाड़ियों को कुछ क्षेत्रों में सुधार करने की आवश्यकता है। लेकिन उन्होंने इस बात पर भी जोर दिया कि इतनी जल्दी मिली हार से उबरना कितना मुश्किल होता है, यहां तक कि उच्चतम स्तर की टीम के लिए भी। 'अगर दुनिया की सबसे अच्छी टीम भी इस तरह से, हमारी परिस्थितियों में खेलती, तो शायद चार गोल या उससे भी ज्यादा गोल खा लेती। और अब हम क्या कहेंगे? ' पोचेटीनो ने जोर देकर कहा कि उनके खिलाड़ियों ने मुश्किल परिस्थितियों के बावजूद संघर्ष जारी रखा, लेकिन इस हार ने उनके सामने एक तत्काल चुनौती खड़ी कर दी है। यूनाइटेड के पास परिणाम पर विचार करने के लिए ज्यादा समय नहीं है, क्योंकि बुधवार को चैंपियंस लीग में स्पोर्टिंग के खिलाफ मैच है, जिसके बाद शनिवार को ओल्ड ट्रैफर्ड में ब्रेंटफोर्ड के खिलाफ प्रीमियर लीग का मुकाबला है। 2 दिसंबर को न्यूकैसल का दौरा भी है, जिससे एक ऐसी टीम के लिए मैचों का यह दौर काफी चुनौतीपूर्ण हो जाता है जो अपने सीजन को पलटने के लिए बेताब है।

'नो हैंडशेक' के पीछे बड़े मुद्दे हैं

एमसीसी हेड ऑफ क्रिकेट बोले इन पर हमारा कोई नियंत्रण नहीं



शारजाह। मैरीलेबोन क्रिकेट क्लब (एमसीसी) ने माना है कि जब राजनीति शामिल हो, तो खिलाड़ियों को हैंडशेक (हाथ मिलाने) से बचने से रोकना उनके बस में नहीं है, भले ही वे 'स्पिरिट ऑफ क्रिकेट' (खेल की भावना) को बचाए रखना चाहते हों। क्रिकेट में हैंडशेक न करने का मुद्दा मुख्य रूप से भारत-पाकिस्तान मैचों से जुड़ा है। अप्रैल 2025 में हुए पहलगाम आतंकी हमले के बाद से टॉस के समय या मैच के बाद पारंपरिक रूप से हाथ मिलाने की प्रक्रिया को छोड़ देना एक आम बात हो गई है। हालांकि हैंडशेक खेल भावना का एक पारंपरिक प्रतीक है, लेकिन आईसीसी के नियमों के अनुसार यह अनिवार्य नहीं है। भारत और पाकिस्तान की टीमों के बीच हैंडशेक न करने के मामले पुरुषों, महिलाओं और विभिन्न आयु वर्गों के मैचों में देखी गई हैं। इसमें रविवार को दोहा में भारत-ए और पाकिस्तान-ए के बीच खेला गया एसीसी मेंस एशिया कप राइजिंग स्टार्स मैच भी शामिल है। जब एमसीसी के हेड ऑफ क्रिकेट फ्रेजर स्टीवर्ट से पूछा गया कि क्या खिलाड़ियों के हाथ मिलाने से इनकार करने पर खेल भावना को बनाए रखना मुश्किल होता जा रहा है, तो उन्होंने जवाब दिया कि बड़े राजनीतिक मुद्दे कहीं अधिक अहम होते हैं और वे उनके नियंत्रण से बाहर हैं। शारजाह में आईएलटी20 के दौरान स्टीवर्ट ने कहा, 'मुझे लगता है कि कुछ ऐसी स्थितियां होती हैं जो क्रिकेट से परे होती हैं। ये ऐसे स्तर से आती हैं, जहां भू-राजनीतिक मुद्दों पर बात करना मेरे अधिकार क्षेत्र से बाहर है। ' उन्होंने बताया कि एमसीसी तो यही चाहेगा कि खिलाड़ी आपस में हाथ मिलाएं, लेकिन उसका अधिकार क्षेत्र केवल खेल के दौरान खिलाड़ियों के व्यवहार तक ही सीमित है। उन्होंने आगे कहा, 'हम केवल मैदान पर होने वाली चीजों को नियंत्रित कर सकते हैं, जैसे खिलाड़ी एक-दूसरे का सम्मान करें, अंपायरों और उनके फैसलों का सम्मान करें, और खेल का सम्मान करें। बस इतना ही हमारे नियंत्रण में है। ' स्टीवर्ट ने आगे कहा कि अगर नेताओं या उच्च स्तर से खिलाड़ियों को हाथ न मिलाने का आदेश दिया जाता है, तो एमसीसी इसमें दखल देकर उसे बदल नहीं सकता। उन्होंने अपनी बात खत्म करते हुए कहा, 'अगर ऊपर से हैंडशेक न करने के आदेश आते हैं, तो एमसीसी उसे नियंत्रित नहीं कर सकता। हम तो यही चाहेंगे कि खिलाड़ी हाथ मिलाएं, लेकिन हम समझते हैं कि इसके पीछे बड़े मुद्दे हैं, जो हमारे नियंत्रण से पूरी तरह बाहर हैं। '

'इस ट्रॉफी को पाने के लिए मैंने बहुत मेहनत की थी'

एटीपी फाइनल्स का खिताब जीतने के बाद बोले अल्कराज

ट्यूरिन। कार्लोस अल्काराज ने अपनी पहली एटीपी फाइनल्स जीत को एक बेहद निजी उपलब्धि बताया। रविवार को ट्यूरिन में हुए चैंपियनशिप मैच में अलेक्जेंडर ज्वेरेव को 6-2, 7-6(6) से हराने वाले अल्काराज ने इस मुश्किल सीजन में अपनी मदद के लिए अपने परिवार और सपोर्ट स्टाफ को श्रेय दिया। 23 वर्षीय स्पेनिश खिलाड़ी ने बिना कोई मैच हारे अपनी पहली 'ईयर-एंड चैंपियनशिप' (साल के अंत की चैंपियनशिप) जीती। उन्होंने कहा कि यह जीत सिर्फ एक खिताब जीतने से कहीं बढ़कर है, खासकर तब जब इस ट्रॉफी को पाने के सफर में उन्हें शारीरिक परेशानियों और मानसिक दबावों का सामना करना पड़ा था। उन्होंने कहा, 'यह जीत बहुत खास है। यह जीत मेरे लिए, मेरी टीम और मेरे परिवार के लिए सब कुछ है। वे जानते हैं कि मैंने इस पल, इस ट्रॉफी और इस टूर्नामेंट के लिए कितनी मेहनत की है। मैंने इस ट्रॉफी को उठाने के लिए कितनी कड़ी मेहनत की है। इसलिए, आखिरकार यहां इस ट्रॉफी को उठा पाना, एक अद्भुत एहसास है जो मैं अभी महसूस कर रहा हूं। ' एटीपी के अनुसार, मैच के बाद प्रेस कॉन्फ्रेंस में अल्काराज ने कहा, 'सच कहूं तो, इसे शब्दों में बयां करना मुश्किल है। मुझे इस बात पर बहुत गर्व है कि मैंने, मेरी टीम और मेरे करीबी लोगों ने इस हफ्ते क्या कुछ हासिल किया है। उनके बिना, इस ट्रॉफी को उठाना मुमकिन नहीं होता। ' मैच के आखिरी पॉइंट के बाद ही अल्काराज की भावनाएं साफ



झलक रही थीं। वह कोर्ट पर ही गिर पड़े और फिर अपनी टीम के सदस्यों को गले लगाया। अल्काराज के लिए यह जश्न और भी खास था, क्योंकि उन्होंने बताया कि इस उपलब्धि पर अपने परिवार की प्रतिक्रिया देखकर यह पल और भी यादगार बन गया। अप्रैल में बार्सिलोना एटीपी 500 टूर्नामेंट के दौरान कलाई में चोट लगने के कारण स्पेन के इस खिलाड़ी को चार महीने से ज्यादा समय तक खेल से दूर रहना पड़ा। चोट से उबरने और वापस टूर पर लौटने के लिए उन्हें कोर्ट के बाहर काफी सपोर्ट की जरूरत थी। अल्काराज का मानना है कि इसी सपोर्ट ने उनका आत्मविश्वास वापस लाने और उनमें फिर से प्रतिस्पर्धा करने की क्षमता जगाने में अहम भूमिका निभाई।

अल्काराज का इंतजार खत्म

अल्काराज ने कहा, 'यह एक ऐसा टूर्नामेंट है जिसे मैं हमेशा से जीतना चाहता था। मैं लंबे समय से इस पल का इंतजार कर रहा था। जब मैंने इसे हासिल किया, तो मुझमें और मेरी टीम में भावनाओं का सैलाब आ गया। मैं उन्हें देख रहा था—वे चिल्ला रहे थे, जश्न मना रहे थे, वे सब कुछ थे। मेरी मां रो रही थीं। वह काफी भावुक इंसान हैं।' 'उन्हें वहां देखकर, उनके साथ जश्न मनाना और उन्हें गले लगाना– यह सब बहुत शानदार था। मेरे लिए पिछले दो हफ्ते बहुत मुश्किल रहे—दबाव को संभालना, शारीरिक समस्याओं से निपटना, टीम मीटिंग करना, बहुत कठिन फैसले लेना, और कोर्ट के अंदर व बाहर खुद पर काबू रखना।'

बाल-बाल बचे सांसद पप्पू यादव, गड्ढे में गिरी कार



पटना, एजेंसी। पूर्णिया के निर्दलीय सांसद और कांग्रेस नेता पप्पू यादव के काफिले की एक कार कटिहार में सड़क हादसे का शिकार हो गई। इस दुर्घटना में सांसद पप्पू यादव बाल-बाल बच गए हैं। यह हादसा उस वक्त हुआ जब पप्पू यादव कटिहार के सालमारी में आयोजित एक निजी कार्यक्रम में शामिल होने के लिए जा रहे थे। जानकारी के अनुसार, कटिहार के कदवा थाना अंतर्गत कुम्हरी पेट्रोल पंप के पास उनके काफिले के साथ सुरक्षा में चल रही पुलिस की गाड़ी अचानक अनियंत्रित होकर दुर्घटनाग्रस्त हो गई। बताया जा रहा है कि गाड़ी सड़क से नीचे उतर गई। इस घटना में काफिले में मौजूद एक पुलिस कर्मी को मामूली चोटें आई हैं। हादसे के बाद सांसद पप्पू यादव ने कुम्हरी से ही पूर्णिया के लिए वापस लौटना उचित समझा और अपना निर्धारित कार्यक्रम रद्द कर दिया। घटना की सूचना मिलते ही कदवा थाना की पुलिस टीम तत्काल मौके पर पहुंची और सड़क से नीचे उतरी दुर्घटनाग्रस्त पुलिस वाहन को बाहर निकालने की कार्रवाई की।

सीएम विजय की अपने सहयोगी दलों के विधायकों के साथ अहम बैठक

चेन्नई, एजेंसी। तमिलनाडु के सीएम सी जोसेफ विजय सोमवार को सहयोगी दलों के विधायकों से मुलाकात करेंगे। सूत्रों के मुताबिक सीएम विजय ग्रीनवेज रोड स्थित अपने आधिकारिक आवास पर भेंट करेंगे, जहां उनका कार्यालय भी है और वे अक्सर अहम बैठकें करते हैं। इस बैठक में मुख्यमंत्री गठबंधन में शामिल विधायकों के साथ परामर्श करेंगे। यह बैठक दोपहर 2 बजे होगी, जिसमें राज्य सरकार का समर्थन करने वाले गैर-टीवीके विधायक शामिल हो सकते हैं। इनमें कांग्रेस, वीसीके, एमडीएमके, आईयूएमएल और वाम दलों के विधायक शामिल हैं। बता दें इससे पहले 1 जुलाई और 9 सितंबर को सीएम विजय की तरफ से बुलाई गई परामर्श बैठकों में वाम दलों सीपीआई और सीपीआई (एम) ने हिस्सा नहीं लिया था।

नोएडा सेक्टर-6 में प्लास्टिक सामान बनाने की कंपनी में भीषण आग

- आग ने पूरी बिल्डिंग को अपनी चपेट में ले लिया, कोई जनहानि नहीं

नोएडा, एजेंसी। नोएडा के सेक्टर-6 स्थित एक कंपनी में देर रात भीषण आग लगने से हड़कंप मच गया। आग इतनी भयानक थी कि देखते ही देखते पूरी बिल्डिंग इसकी चपेट में आ गई। कंपनी में प्लास्टिक से सजावटी सामान बनाने का काम होता है। प्लास्टिक से बने उत्पाद और अन्य सामग्री मौजूद होने के कारण आग ने विकराल रूप ले लिया। घटना की सूचना मिलते ही दमकल की कई गाड़ियां मौके पर पहुंच गईं और आग बुझाने का अभियान शुरू किया। जानकारी के मुताबिक सेक्टर-6 में स्थित निजी कंपनी में देर रात आग लग गई। शुरुआत में कंपनी के अंदर से धुआ और आग की लपटें उठती दिखाई दीं। कुछ ही देर में आग ने पूरी बिल्डिंग को अपनी चपेट में ले लिया। आग की भयावहता को देखते हुए दमकल विभाग को तत्काल सूचना दी गई। पूरी बिल्डिंग में आग फैलने के कारण दमकल कर्मियों को आग बुझाने में काफी मशक्कत करनी पड़ी। दमकल कर्मियों ने कई घंटों तक अभियान चलाकर आग पर काबू पाया। इस दौरान बिल्डिंग के अंदर मौजूद गर्म हिस्सों और आग से प्रभावित स्थानों पर पानी डालकर उन्हें ठंडा किया गया ताकि अंदर सुलग रही आग दोबारा न भड़क सके। इस घटना में राहत की बात यह रही कि अब तक किसी भी प्रकार की जनहानि की सूचना नहीं है। हालांकि आग की चपेट में आने से कंपनी की बिल्डिंग और उसमें रखे सामान को कितना नुकसान हुआ है, इसका आकलन किया जाना बाकी है। देर रात हुई इस घटना के बाद आसपास के इलाके में काफी देर तक अफरा-तफरी मची रही। फिलहाल दमकल विभाग की टीम मौके पर कूलिंग की कार्रवाई में जुटी हैं।

मोदी और शाह की जोड़ी कोई साजिश रच रही या फिर झूठ के जाल में फंस गए

-संसद सत्र और परिसीमन को लेकर कांग्रेस नेता जयराम रमेश ने किया दावा



नई दिल्ली , एजेंसी। संसद सत्र और परिसीमन को लेकर बने सस्पेंस के बीच कांग्रेस ने दावा किया है कि पीएम मोदी और गृह मंत्री अमित शाह की जोड़ी या तो कोई खतरनाक साजिश रच रही है, या फिर वे अपने ही बुने झूठ और दिखावे के जाल में फंस गए हैं।
कांग्रेस महासचिव जयराम रमेश ने सोमवार को एक्स पर लिखा- पीएम मोदी और अमित शाह की जोड़ी क्या खेल खेल रही है, अगर मान लें कि यह जोड़ी अभी भी साथ है? उन्होंने कहा कि यदि मान लें कि शीतकालीन सत्र होने वाला है तो अब तक देश को पता चल जाना चाहिए था कि संसद का शीतकालीन सत्र कब होगा। यदि मान लें कि इसे फिर से बुलाया जाने वाला है, तो अब तक देश को पता चल जाना चाहिए था कि मानसून सत्र को कब फिर से बुलाया जाएगा।
मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक कांग्रेस नेता ने कहा कि लोकसभा में किसी तरह दो-तिहाई बहुमत जुटाने की इस जोड़ी की हताश कोशिशों को देखते हुए, देश को यह जानने का हक है कि परिसीमन को लेकर पीएम मोदी और अमित शाह का फॉर्मूला क्या है। जयराम रमेश ने कहा क्थ् यह लगातार बना हुआ सस्पेंस साफ तौर पर दो बातें बताता है- पहला यह जोड़ी खुद उलझन में है और अपने ही बुने झूठ और दिखावे के जाल में फंस गई है, या दूसरा- कोई बहुत खतरनाक साजिश रची जा रही है।
उन्होंने आगे कहा कि जो भी हो जीटीए यानी ज्ञानेश-थेफ्ट-अरेंजर्स की यह जोड़ी पूरी तरह से बेनकाब हो चुकी है। दुख की बात है कि संसद जैसी संस्था, जो पहले से ही काफी कमजोर हो चुकी है, इस खतरनाक जोड़ी की हरकतों की वजह से और भी ज्यादा कमजोर होती जा रही है। इससे पहले, साल 2025 में 5 नवंबर को तत्कालीन संसदीय कार्यमंत्री किरेन रिजिजू ने बताया था कि संसद का शीतकालीन सत्र 25 नवंबर से शुरू होगा और 20 दिसंबर को समाप्त होगा। हालांकि, मौजूदा स्थिति में सत्र को लेकर अनिश्चितता बनी हुई है।

सूखे से निपटने को तैयार महाराष्ट्रः सुनेत्रा पवार ने बताए उपाय



मुंबई , एजेंसी। महाराष्ट्र की उपमुख्यमंत्री सुनेत्रा पवार ने घोषणा की कि राज्य सरकार सूखे की गंभीर स्थिति से निपटने के लिए पूरी तरह तैयार है। उन्होंने बताया कि प्रभावित 310 तालुकाओं में पशुओं के लिए चारे की उपलब्धता सुनिश्चित करने, प्रभावी जल प्रबंधन और ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार के मौके पैदा करने को सर्वोच्च प्राथमिकता दी जा रही है। पुणे के बालेवाडी स्थित शिव छत्रपति खेल परिसर के दौरे के दौरान उपमुख्यमंत्री सुनेत्रा पवार ने कहा कि महायुति सरकार ने किसानों की मदद के लिए जल प्रबंधन की पुख्ता व्यवस्था की है।
उन्होंने बताया कि किसानों को बड़े पैमाने पर चारे की फसलें उगाने के लिए प्रोत्साहित किया जा रहा है, जिसके लिए उन्हें आवश्यक बीज भी उपलब्ध कराए गए हैं। इसके अतिरिक्त, नहरों और बांधों के आसपास रहने वाले किसानों से भी चारे की खेती करने का आग्रह किया गया है। महायुति सरकार इन किसानों से चारा खरीदेगी, जिससे उन्हें अतिरिक्त आय होगी। रोजगार सृजन के संबंध में, डिप्टी सीएम पवार ने बताया कि महायुति सरकार ने रोजगार गारंटी योजना के तहत गर्मियों में विभिन्न कार्य कराने का प्रस्ताव रखा है, ताकि अधिक लोगों को काम मिल सके और उनकी आजीविका चलाने में मदद हो सके।
महाराष्ट्र सरकार ने राज्य के कुल 358 तालुकाओं में से 310 को सूखाग्रस्त घोषित किया है। केंद्र से सहायता, विशेष रूप से किसानों को पांच-पांच हजार रुपये की अग्रिम राहत के संबंध में अपेक्षित समयसीमा के सवाल पर, उपमुख्यमंत्री ने कोई निश्चित जानकारी नहीं दी। हालांकि, उन्होंने दृढ़ता से कहा कि राज्य सरकार अपनी ओर से सूखे की इस चुनौती का सामना करने के लिए पूरी तरह सज्ज है और सभी आवश्यक कदम उठा रही है।

बीजेपी ने यूपी मिशन-2027 के लिए 403 विधानसभा सीटों पर चुनावी घेराबंदी की शुरू

- अगले महीने यूपी का दौर कर सकते हैं शाह, सियासी समीकरण साधने पर रहेगा जोर

लखनऊ, एजेंसी। यूपी में 2027 के विधानसभा चुनाव को लेकर बीजेपी ने अपनी तैयारियां तेज कर दी हैं। अगले महीने से अमित शाह का उत्तर प्रदेश दौरा संभावित है। इस दौरान उनका फोकस संगठन को मजबूत करने, कमजोर सीटों पर पार्टी की स्थिति सुधारने और प्रदेश के सियासी समीकरण साधने पर रहेगा। माना जा रहा है कि शाह अपने दौरे के जरिए यूपी में बीजेपी के चुनावी अभियान की कमान संभालेंगे। गृह मंत्री अमित शाह के प्रस्तावित दौरे में इन सभी तैयारियों की समीक्षा के साथ चुनावी रोडमैप को अंतिम रूप देने पर जोर रह सकता है।
मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक बीजेपी कमजोर सीटों पर अपनी स्थिति मजबूत करने, कार्यकर्ताओं को सक्रिय करने और बूथ स्तर तक संगठन को धार देने की रणनीति पर काम कर रही है। बीजेपी आने वाले दिनों में संगठन से लेकर जनसंपर्क तक अभियान और तेज कर सकती है। इसके साथ ही बीजेपी ने मिशन-2027 के लिए प्रदेश की सभी 403 विधानसभा सीटों पर चुनावी घेराबंदी शुरू कर दी है। इसके तहत पार्टी ने 40 पर्यवेक्षकों को जिम्मेदारी सौंपी है। हर दो जिलों के बीच एक पर्यवेक्षक तैनात किया गया है। ये पर्यवेक्षक गांव-गांव जाकर चौपाल लगाएंगे और केंद्र और प्रदेश सरकार की योजनाओं का प्रचार-प्रसार करेंगे। इसके साथ ही जनता के बीच सरकार के कामकाज को लेकर फीडबैक भी जुटाएंगे। पर्यवेक्षकों की रिपोर्ट के आधार पर पार्टी चुनावी तैयारियों की समीक्षा कर केंद्रीय नेतृत्व को जानकारी देगी। वहीं संगठन को मजबूत करने के लिए बीजेपी ने छह क्षेत्रों में दूसरे राज्यों से आए संगठन मंत्रियों को भी जिम्मेदारी सौंपी है। पार्टी का जोर उन इलाकों और सीटों पर विशेष रूप से है, जहां संगठन को और मजबूत करने की जरूरत है। बीजेपी की रणनीति के तहत संगठन, विकास और राष्ट्रवाद के मुद्दों को लेकर जनता के बीच पहुंचने की तैयारी है, ताकि आगामी विधानसभा चुनाव में पार्टी अपनी स्थिति को और मजबूत कर सके।

आरक्षण बिल पर सियासी हलचलः विपक्ष ने लगाया सांसद खरीद का आरोप



नई दिल्ली , एजेंसी । संसद के बहुप्रतीक्षित शीतकालीन सत्र की तारीखों का अभी तक ऐलान नहीं हुआ है। इसी बीच, परिसीमन से जुड़े संविधान संशोधन विधेयक और महिला आरक्षण बिल को लेकर देश की सियासत गरमा गई है। विपक्षी गठबंधन इंडिया ने केंद्र सरकार पर गंभीर आरोप लगाए हैं, दावा किया जा रहा है कि सरकार के पास इन महत्वपूर्ण विधेयकों को पारित कराने के लिए आवश्यक 40-50 सांसदों की संख्या कम पड़ रही है, जिसके चलते पार्टियों को तोड़ने और सांसदों की खरीद-फरोख्त की तैयारी की जा रही है।
शिवसेना यूबीटी नेता संजय राउत ने दावा किया है कि इस संख्या को जुटा पाने में असमर्थता के चलते सत्ताधारी दल शीतकालीन सत्र को दांव पर लगा रहा है। उन्होंने यहां तक कहा कि सांसदों की खरीद के लिए प्रति सांसद 150 करोड़ रुपये की रकम तय की गई है। राउत के अनुसार, इस काम के लिए महाराष्ट्र सरकार के एक मंत्री को भी लगाया गया है, हालांकि उन्होंने इस दौरान किसी नेता का नाम नहीं लिया। राउत ने अपने दावे में कहा, सरकार जिद और अहंकार पर उतर आई है। शीतकालीन सत्र इसलिए नहीं हो रहा है क्योंकि वे चाहते हैं कि परिसीमन बिल हम मंजूर कर लेंगे। यह उनका ईगो है और इस ईगो के लिए एक शीतकालीन सत्र खाया जा रहा है। उन्होंने आगे कहा, देश, संविधान और संसद की चिंता नहीं की जा रही है, बल्कि यह तय किया गया है कि किसी भी हालत में परिसीमन बिल मंजूर किया जाएगा। इसके लिए जो 40-45 सांसदों का आंकड़ा कम पड़ रहा है, उसे छोटी-छोटी पार्टियों को खरीदकर या दबाव में लाकर पूरा किया जाएगा। अगर पार्टियां नहीं टूट रहीं, तो कुछ सांसदों को खरीद लेंगे।
राज्यसभा सांसद राउत ने सांसदों को खरीदने के लिए 150 करोड़ रुपये की पेशकश का दावा करते हुए कहा, यह भाजपा के नेशनल स्टॉक एक्सचेंज का भाव है एक सांसद का 150 करोड़। पार्टी का व्हिप तोड़कर वोट करो, आपको अयोग्य नहीं किया जाएगा। न ओम बिरला जी करेंगे, न चुनाव आयोग करेगा। आराम से पार्टी व्हिप तोड़कर वोट करो और 150 करोड़ रुपये लेकर जाओ। उन्होंने यह भी दावा किया कि पूरा पैसा महाराष्ट्र से जाएगा और एक बड़े मंत्री ने इसकी जिम्मेदारी ली है। हालांकि, इन आरोपों को सत्ता पक्ष ने सिरे से खारिज कर दिया है। महाराष्ट्र सरकार में मंत्री संजय शिरसाट ने राउत के दावों को झूठ का पुलिंदा करार दिया। उन्होंने पलटवार करते हुए सवाल किया, 150 करोड़ रुपये दे रहे हैं, आपसे किसने बताया? उसको सामने लाओ और कहो न। दरअसल, सरकार परिसीमन से जुड़े संविधान संशोधन विधेयक को पारित कराने की तैयारी में है, जिसका उद्देश्य लोकसभा की मौजूदा 543 सीटों को बढ़ाकर अधिकतम 850 करना और 2029 के लोकसभा चुनाव से पहले संसद व राज्य विधानसभाओं में महिलाओं के लिए 33 प्रतिशत आरक्षण लागू करने का रास्ता साफ करना है। इस विधेयक को लोकसभा में दो-तिहाई बहुमत यानी 361 वोटों की जरूरत होगी। 540 सदस्यों वाले मौजूदा सदन में, सत्ताधारी दल के पास 320 सदस्य हैं। ऐसे में, आवश्यक संख्या जुटाने के लिए उन्हें विपक्षी दलों के समर्थन की आवश्यकता होगी।

ऋषिकेश में विदेशी महिलाओं ने उठाया गंगा सफाई का बीड़ा, सोशल मीडिया पर लोग कर रहे तारीफ

देहरादून ,एजेंसी। उत्तराखंड के ऋषिकेश में गंगा नदी के किनारे का वीडियो इन दिनों सोशल मीडिया पर खूब सुर्खियां बटोर रहा है। वीडियो में कुछ विदेशी महिलाएं हाथों में दस्ताने पहने और काले कचरे के थैले लिए गंगा घाट पर फैला प्लास्टिक और अन्य कचरा साफ करती दिख रही हैं। चट्टानों के बीच दबी पन्नियां हों या रेत में पड़ा कूड़ा, ये महिलाएं बिना किसी दिखावे के, पूरी लगन से एक-एक चीज को उठाकर थैले में डाल रही हैं। एक इंस्टाग्राम यूजर द्वारा साझा किए गए वीडियो को देखकर हर कोई हैरान है। वीडियो रिकॉर्ड करने वाले शख्स ने भी अपनी हैरानी जताकर कहा कि जहां लोग अपनी पवित्र नदी में कचरा फेंकने से बाज नहीं आते, वहीं दूसरे देशों से आई ये महिलाएं हमारी विरासत को बचाने की कोशिश कर रही हैं।

जब पाकिस्तान अपने आतंकी ढांचे को खत्म करेगा तभी होगी द्विपक्षीय बातचीत

-पाक मंत्री मलिक के भारत दौरे पर कांग्रेस सांसद शशि थरूर का बयान आया सामने

नई दिल्ली , एजेंसी। पाकिस्तानी मंत्री मुसादिक मसूद मलिक के भारत दौरे पर कांग्रेस सांसद शशि थरूर ने कहा कि दोनों देशों के बीच खराब रिश्तों के बावजूद मल्टीलेटरल फोरम की अपनी जगह है। उन्होंने दोहराया कि दोनों देशों के बीच बातचीत तभी शुरू हो सकती है, जब पाकिस्तान अपने आतंकी ढांचे को खत्म कर दे। थरूर ने स्पष्ट किया कि जब तक पाकिस्तान अपने इलाके से चल रहे आतंकवादी ढांचे के खिलाफ ठोस कार्रवाई नहीं करता, तब तक भारत पहले की तरह द्विपक्षीय बातचीत फिर से शुरू नहीं करेगा।
उन्होंने कहा कि भले ही उन दिनों भी पाकिस्तान के साथ हमारे रिश्ते काफी खराब थे, तो ये ऐसी बातें हैं जिन्हें आपको समझना होगा। मल्टीलेटरल फोरम की अपनी जगह है। थरूर ने आगे कहा कि जहां तक द्विपक्षीय रिश्तों की बात है, हमने यह साफ कर दिया है कि पहले जिस तरह की बाइलेटरल बातचीत होती थी, वह तभी फिर से शुरू हो सकती है जब पाकिस्तान अपने देश में आतंक के इंफ्रास्ट्रक्चर को खत्म कर दे। उन्होंने आतंकवाद के मुद्दे पर भारत की स्थिति दोहराते हुए कहा कि आप ये टेररिस्ट कैंप, हेडक्वार्टर, ट्रेनिंग ग्राउंड वगैरह नहीं रख सकते जिनका इस्तेमाल रेगुलर तौर पर हमारे लोगों पर हिंसा करने के लिए किया जा रहा है और फिर बातचीत की उम्मीद करें। उन्होंने कहा कि कोई भी अपने सिर पर बंदूक तानकर बात नहीं करना चाहता और हम भी ऐसा नहीं करने वाले हैं।
शंघाई सहयोग संगठन (एससीओ) के कार्यक्रम में शामिल होने आए पाकिस्तान के मंत्री मुसादिक मलिक ने आतंकवाद के मुद्दे पर कहा कि इस विषय पर किसी भी तरह की चर्चा ठोस सबूतों के आधार पर होनी चाहिए। उन्होंने कहा कि पूरा क्षेत्र आतंकवाद की चपेट में है, इसलिए इसका समाधान भी सामूहिक रूप से मिलकर निकाला जाना चाहिए। मलिक ने यह भी वकालत की कि एक ऐसा फोरम बनाया जाना चाहिए, जहां इन सबूतों को सामने लाया जा सके और उसी आधार पर हर



मुद्दे का समाधान किया जाए। उन्होंने कहा कि पूरा क्षेत्र इस समस्या से जूझ रहा है और अगर आतंकवाद से निपटने में किसी का सबसे बड़ा हित है तो वह किसी और से ज्यादा पाकिस्तान का है।

गोवा में सीजेपी ने फूंका चुनावी बिगुल कहा- धारा 39ए हटाना होगी

सत्रावसान नहीं होने को लेकर चिंतित विपक्ष, लग रही साजिश

पणजी , एजेंसी। गोवा में आगामी विधानसभा चुनाव से पहले कॉकरोच जनता पार्टी (सीजेपी) ने भाजपा सरकार के खिलाफ मोर्चा खोल दिया है। पार्टी के संस्थापक अभिजीत दीपके ने घोषणा की है कि उनकी पार्टी अब गोवा में ही रहकर एक प्रेशर ग्रुप के तौर पर काम करेगी और सरकार से जवाबदेही सुनिश्चित करेगी। दीपके ने बताया कि सीजेपी गोवा विधानसभा चुनाव के लिए अपना घोषणापत्र भी जारी करेगी, हालांकि उन्होंने स्पष्ट किया कि उनकी पार्टी चुनाव नहीं लड़ेगी। दीपके ने कहा कि उनकी सर्वोच्च प्राथमिकता गोवा नगर एवं ग्रामीण नियोजन अधिनियम की धारा 39ए को निरस्त करवाना है। यह धारा स्थानीय लोगों के भारी विरोध का सामना कर रही है, जिससे यह भाजपा सरकार के लिए एक संवेदनशील मुद्दा बन गई है।
सीजेपी नेता आशुतोष रांका ने गोवा में अपनी पार्टी के दीर्घकालिक रहने का संकल्प दोहराते हुए कहा, हमें भारत बचाना है और भारत का



निर्माण करना है। इस देश का भविष्य कोई 75 साल का महामानव नहीं, बल्कि यहां के युवा हैं। दरअसल, धारा 39ए को गोवा नगर एवं ग्रामीण नियोजन अधिनियम 1974 में 2024 में हुए एक संशोधन के जरिए जोड़ा गया था। यह प्रावधान बोर्ड की मंजूरी के बाद किसी भी भूखंड का ज़ोन बदलने की अनुमति देता है, जिसके लिए जनता से केवल 30 दिनों के भीतर आपत्तियां मांगी जाती हैं। स्थानीय निवासी इस धारा का पुरजोर विरोध कर रहे हैं, उनका तर्क है कि यह पर्यावरण को गंभीर नुकसान पहुंचाएगी और उद्योगपतियों व प्रभावशाली लोगों के हितों को बढ़ावा देगी। इससे कृषि योग्य और वन भूमि का उपयोग भी निर्माण या शहरी विकास के लिए किया जा सकेगा, जो गोवा की पारिस्थितिकी और संस्कृति के लिए खतरा है।
आशुतोष रांका ने बताया कि एक आंदोलन ने लोगों को एक मंच पर इकट्ठा किया था। उन्होंने सीजेपी की दीर्घकालिक रणनीति पर जोर देते हुए कहा, सीजेपी अब गोवा में लंबे समय के लिए आई है। अब यहां लंबा खेल चलेगा। कॉकरोच कभी नहीं मरेंगे। दीपके ने कहा कि सीजेपी अब गोवा की पहचान और जमीन के लिए लड़ाई लड़ेगी और उनके घोषणापत्र में धारा 39ए के खिलाफ संघर्ष को प्रमुखता दी जाएगी। उनका आरोप है कि गोवा की अनूठी संस्कृति को खत्म करने का प्रयास किया जा रहा है।

अनंत सिंह की बेटी की शादी- किन्नरों ने मांगा सवा करोड़ का नेग

पटना , एजेंसी । मोकामा के बाहुबली विधायक अनंत सिंह की बेटी शिवांगी की शादी इन दिनों बिहार से लेकर सोशल मीडिया तक चर्चा में है। हाल ही में दानापुर स्थित ऑर्गेनिक रिजॉर्ट में हुए भव्य तिलक समारोह के दौरान एक खास नजारा देखने को मिला, जब किन्नरों की टोली ने अनंत सिंह के होने वाले समधी से सवा करोड़ रुपये का नेग मांगकर सभी को चौंका दिया। अपने पारंपरिक अंदाज में नाच-गाना करते हुए किन्नरों ने ठिठोली कर कहा कि छोटे सरकार के यहां शादी हो रही है, तब नेग भी दिल खोलकर मिलना चाहिए। उन्होंने मजाकिया लहजे में कहा कि इस बार सवा करोड़ रुपये दे दीजिए, इसके बाद वे सीधे तब आएंगे, जब घर में पोता होगा। इस बातचीत का वीडियो भी खूब चर्चा बटोर रहा है, जहां किन्नरों ने परिवार को खुशहाल जीवन का आशीर्वाद भी दिया।

1977 के चुनाव को प्रभावित करने कांग्रेस ने कारोबारियों से लिए थे 113 करोड़

बीजेपी सांसद ने अवैध सांठगांठ और काले धन के इस्तेमाल का लगाया आरोप

रांची, एजेंसी । बीजेपी सांसद निशिकांत दुबे ने कांग्रेस पर पिछले कई दशकों से कारोबारियों से अवैध सांठगांठ और काले धन के इस्तेमाल से चुनावों को प्रभावित करने का आरोप लगाया है। उन्होंने सोमवार को एक्स पर 70 के दशक में प्रकाशित एक खबर की पुरानी कटिंग साझा की। इसके आधार पर दावा किया कि पूर्व पीएम इंदिरा गांधी ने 1977 के लोकसभा चुनाव को प्रभावित करने के लिए कारोबारियों से 113 करोड़ रुपए लिए थे। दुबे के मुताबिक उस समय खर्च की गई यह रकम आज के मूल्य के हिसाब से करीब 25 हजार करोड़ रुपए बैठती है। दुबे ने पुरानी खुफिया रिपोर्ट का हवाला देते हुए कहा कि चुनाव में लोकसभा के प्रत्येक उम्मीदवार को दो लाख रुपए और दो जीप उपलब्ध कराई गई थीं। उन्होंने कांग्रेस पर चुनावी चंदे और कारोबारी हितों के बीच पुराने गठजोड़ का आरोप लगाया और इसे देश की राजनीति का काला इतिहास बताया। दुबे सोशल मीडिया पर 'कांग्रेस का काला अध्याय' नाम से शृंखलाबद्ध अभियान चला रहे हैं। इसकी 252वीं कड़ी में उन्होंने लिखा कि 23 नवंबर 1978 को इंटेलिजेंस ब्यूरो (आईबी) की रिपोर्ट मीडिया में प्रकाशित हुई थी। उनके मुताबिक इस रिपोर्ट में इंदिरा गांधी और कारोबारियों के बीच कथित सांठगांठ का खुलासा किया था।



दुबे ने सबसे ज्यादा चंदा देने का आरोप आरपी गोयनका पर लगाया। उन्होंने दावा किया कि गोयनका को तीन अक्टूबर 1977 को काले धन के मामले में गिरफ्तार किया था। इस मामले में आयकर विभाग और प्रवर्तन निदेशालय ने कई बार छापेमारी भी की थी। बीजेपी सांसद ने सरकारिया आयोग और हजारी आयोग की रिपोर्ट का हवाला देते हुए आरोप लगाया कि बिड़ला समूह ने 1957 से 1977 के बीच कांग्रेस को धन देकर लाइसेंस हासिल किए। उन्होंने कोका-कोला और आईबीएम जैसी विदेशी कंपनियों पर भी कांग्रेस को धन देने का आरोप लगाया। निशिकांत दुबे ने अपनी पोस्ट में दावा किया कि इन आरोपों से घिरी इंदिरा गांधी ने जनता पार्टी को तोड़ने के लिए हर तरीका अपनाया।