

पश्चिम एशिया के वर्तमान हालात अत्यंत चिंता का विषय : भारत

नई दिल्ली। भारत ने सोमवार को पश्चिम एशिया में फिर से बढ़ते हमलों पर गहरा खेद जताया और सभी पक्षों से तनाव कम करने की अपील की। साथ ही विदेश मंत्रालय ने कहा कि यह घटनाक्रम अंतरराष्ट्रीय समुदाय के लिए अत्यंत चिंता का विषय है।

मंत्रालय के बयान में कहा गया, 'भारत पश्चिम एशिया में फिर से हुए हमलों पर गहरा खेद व्यक्त करता है। ये घटनाक्रम अंतरराष्ट्रीय समुदाय के लिए अत्यंत चिंता का विषय है। यह संघर्ष अब 100 दिनों से अधिक समय से जारी है और इससे भारी मानवीय पीड़ा हुई है। इसका वैश्विक अर्थव्यवस्था और ऊर्जा आपूर्ति पर भी गंभीर प्रभाव पड़ा है।'

बयान में आगे कहा गया, 'हम सभी पक्षों से अपील करते हैं कि वे तुरंत तनाव कम करें, यह सुनिश्चित करें कि नागरिकों को कोई नुकसान न हो, और कूटनीतिक समाधान के लिए चल रही वार्ताओं को पूरा करें'



ताकि क्षेत्र में शांति और स्थिरता लौट सके।'

इससे पहले, भारत के तेहरान स्थित दूतावास ने भी क्षेत्रीय स्थिति को देखते हुए ट्वैल एडवाइजरी जारी की। दूतावास ने भारतीय नागरिकों से ईरान की यात्रा से बचने और वहां मौजूद लोगों से

उपलब्ध सभी साधनों के माध्यम से देश छोड़ने की सलाह दी।

इजरायल डिफेंस फोर्सेस (आईडीएफ) ने सोमवार को कहा कि उसने ईरान के महशहर क्षेत्र में एक पेट्रोकेमिकल कॉम्प्लेक्स पर 'कई लक्ष्यों' को निशाना बनाया है। एक अन्य बयान में इजरायली

सेना ने दावा किया कि सोमवार सुबह दागी गई सभी ईरानी मिसाइलों को रोक दिया गया।

आईडीएफ ने यह भी कहा कि वेस्ट बैंक में खुले क्षेत्र में जो प्रभाव देखा गया, वह संभवतः इंटरसेप्शन के बाद गिरे बड़े मलबे के कारण था। 'द टाइम्स ऑफ इजरायल' की

रिपोर्ट के अनुसार, यरुशलम क्षेत्र में मिसाइल हमले की चेतावनी के बाद अलर्ट वापस ले लिया गया।

इस बीच, ईरान के खतम अल-अनबिया सेंट्रल हेडक्वार्टर के प्रमुख कमांडर अली अब्दोल्लाही ने चेतावनी दी कि अगर इजरायल दक्षिणी लेबनान और बेरूत के दक्षिण स्थित दहियाह क्षेत्र में हमले बढ़ाता है, तो उसे और भी 'विनाशकारी हमलों' का सामना करना पड़ेगा जिसके लिए वो 'पछता सकता है।'

उन्होंने कहा कि इजरायल, लेबनान के लोगों के खिलाफ 'शत्रुतापूर्ण कार्रवाई' कर रहा है और अमेरिका के समर्थन तथा अंतरराष्ट्रीय संगठनों की चुप्पी के कारण युद्ध अपराध कर रहा है, जिसमें फॉस्फोरस बम जैसे प्रतिबंधित हथियारों का इस्तेमाल शामिल है। उन्होंने यह भी कहा कि चेतावनियों के बावजूद इजरायल ने दक्षिणी लेबनान और दहियाह पर हमले बढ़ा दिए हैं और सभी सीमाओं को पार कर दिया है।

डीडीएमए की बैठक में मानसून से जुड़ी तैयारियों की समीक्षा, बाढ़-जलभराव पर जीरो टॉलरेंस के निर्देश



नई दिल्ली। दिल्ली के उपराज्यपाल तरनजीत सिंह संधू की अध्यक्षता में आयोजित दिल्ली आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डीडीएमए) की बैठक में राजधानी में आपदा प्रबंधन, अग्नि सुरक्षा और मानसून की तैयारियों की व्यापक समीक्षा की गई। बैठक में मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता, मंत्री आशीष सूद और प्रवेश साहिब सिंह समेत कई वरिष्ठ अधिकारी मौजूद रहे।

दिल्ली के उपराज्यपाल के आधिकारिक एक्स हैंडल से बैठक की तस्वीर शेयर की गई। बैठक के दौरान अवैध इमारतों के खिलाफ चल रही कार्रवाई, फायर सेफ्टी लाइसेंस के कथित दुरुपयोग और भविष्य में आपदा जोखिम को कम करने के उपायों पर विस्तार से चर्चा की गई। अधिकारियों ने राजधानी में बढ़ते शहरीकरण और घनी आबादी

वाले क्षेत्रों में सुरक्षा मानकों के पालन को लेकर भी विचार-विमर्श किया।

बैठक में इस बात पर जोर दिया गया कि दिल्ली जैसे महानगर में आपदा का जोखिम कई गंभीर चुनौतियां प्रस्तुत करता है, लेकिन इसे तैयारियों को मजबूत करने, संस्थागत क्षमता बढ़ाने और आपदा प्रतिक्रिया प्रणाली को अधिक प्रभावी बनाने के अवसर के रूप में भी देखा जाना चाहिए। साथ ही यह निर्देश भी दिए गए कि नियमों को लागू करने के दौरान आम नागरिकों को अनावश्यक परेशानी का सामना न करना पड़े।

फायर सेफ्टी व्यवस्था को और मजबूत बनाने के उद्देश्य से दिल्ली अग्निशमन सेवा में रिक्रूट पदों को भरने पर भी चर्चा हुई। बैठक में सुझाव दिया गया कि

खाली पदों पर पूर्व अग्निवीरों की नियुक्ति की संभावनाओं का अध्ययन किया जाए, ताकि प्रशिक्षित और अनुशासित मानव संसाधन का उपयोग किया जा सके। अधिकारियों का मानना है कि इससे फायर विभाग की कार्यक्षमता और आपातकालीन प्रतिक्रिया क्षमता में सुधार हो सकता है। इसके अलावा, पिछले सप्ताह गठित विभिन्न अधिकारियों की टीमों को निर्देश दिए गए कि वे निर्धारित समय सीमा के भीतर अपनी 'एक्शन टेकन रिपोर्ट' (एटीआर) प्रस्तुत करें। इन रिपोर्टों के आधार पर आगे की रणनीति और आवश्यक सुधारात्मक कदम तय किए जाएंगे। बैठक में गर्मी से संबंधित आपदाओं, हीटवेव की स्थिति और मानसून पूर्व तैयारियों की भी समीक्षा की गई।

संक्षिप्त खबरें

भाजपा के राज्यसभा उम्मीदवार सतीश पूनिया अलका सिंह गुर्जर ने दाखिल किया नामांकन



जयपुर। भाजपा के वरिष्ठ नेता सतीश पूनिया और अलका सिंह गुर्जर ने सोमवार को राजस्थान से राज्यसभा की दो सीटों के लिए भारतीय जनता पार्टी के उम्मीदवारों के तौर पर अपने नामांकन पत्र दाखिल किए। अपना नॉमिनेशन फाइल करने से पहले, सतीश पूनिया ने जयपुर के मशहूर गोविंद देव जी मंदिर में पूजा-अर्चना की और पिंक सिटी के मुख्य देवता का आशीर्वाद लिया। इस पत्र को एक्स पर शेयर करते हुए पूनिया ने लिखा कि जयपुर के मुख्य देवता, गोविंद देव जी महाराज के दरबार में पूजा-अर्चना करने के बाद, मैंने उनका आशीर्वाद लिया। पूनिया के नॉमिनेशन फाइल करने के दौरान मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा, उपमुख्यमंत्री दीपा कुमारी और डॉ. प्रेम चंद बैरवा, राजस्थान भाजपा अध्यक्ष मदन राठौड़, पार्टी के वरिष्ठ नेता, जन प्रतिनिधि और पार्टी कार्यकर्ता मौजूद थे। डॉ. अल्का सिंह गुर्जर ने भी मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा, पूर्व मुख्यमंत्री वसुंधरा राजे, भाजपा प्रदेश अध्यक्ष मदन राठौड़ और पार्टी के अन्य वरिष्ठ नेताओं की मौजूदगी में अपने नॉमिनेशन पेपर फाइल किए।

असम में मंत्रियों के विभागों का बंटवारा, गृह और लोक निर्माण विभाग सीएम हिमंता के पास

गुवाहाटी। असम में मंत्रियों के विभागों का बंटवारा हो गया है। इसकी जानकारी खुद सीएम हिमंता बिस्वा सरमा ने अपने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर दी है।



सीएम ने बताया कि असम सरकार की मंत्रिपरिषद के सदस्यों के बीच विभागों के बंटवारे की घोषणा करते हुए खुशी हो रही है। मुख्यमंत्री हिमंता बिस्वा सरमा ने राज्यपाल की मंजूरी के बाद राज्य मंत्रिपरिषद के बीच विभागों का बंटवारा घोषित किया है। उन्होंने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर जानकारी साझा करते हुए कहा कि सभी मंत्रियों को उनके विभाग सौंप दिए गए हैं। मुख्यमंत्री ने स्वयं अपने पास गृह एवं राजनीतिक विभाग, लोक निर्माण विभाग (भवन एवं राष्ट्रीय राजमार्ग), लोक निर्माण विभाग (सड़कें), ऊर्जा विभाग, सूचना एवं जनसंपर्क, मुद्रण एवं लेखन सामग्री तथा अन्य ऐसे विभाग रखे हैं जो किसी अन्य मंत्री को आवंटित नहीं किए गए हैं।

बंगाल पुलिस में बड़े पैमाने पर फेरबदल, 179 आईपीएस अधिकारियों का तबादला

कोलकाता। पश्चिम बंगाल पुलिस प्रशासन में सोमवार को बड़ा फेरबदल हुआ, जिसमें सरकार ने 179 आईपीएस अधिकारियों के तबादले का नोटिफिकेशन जारी किया।

तबादले में लगभग 12 पुलिस अधीक्षक (एसपी) शामिल हैं, जिनमें दक्षिण 24 परगना जिले के डायमंड हार्बर के एसपी भी हैं। डायमंड हार्बर लोकसभा क्षेत्र का प्रतिनिधित्व तृणमूल कांग्रेस नेता अभिषेक बनर्जी करते हैं।

राज्य में सत्ता में आने के बाद सुवेंदु अधिकारी सरकार ने प्रशासनिक स्तर पर अपना पहला बड़ा फेरबदल किया। सूर्य प्रताप यादव को बीरभूम जिले के पुलिस अधीक्षक पद से हटा दिया गया। उन्हें कोलकाता पुलिस के संयुक्त सीपी (प्रशासन) का प्रभार दिया जा रहा है।

जलपाईगुड़ी के एसपी अमरनाथ के. को पदोन्नत (प्रमोट) करके उत्तर बंगाल के इंटे्लिजेंस ब्यूरो का डीआईजी बनाया गया है।

पुरलिया के एसपी भीमव तिवारी को अब कोलकाता पुलिस का संयुक्त सीपी (सशस्त्र



पुलिस) नियुक्त किया गया है। बारासात पुलिस जिले की अधीक्षक पुष्पा को पूर्वी बर्दवान भेजा गया है। बांकुड़ा के एसपी सीमादित्य भट्टाचार्य को मालदा स्पेशल टास्क फोर्स (एसटीएफ) का प्रभार दिया गया है।

दक्षिण दिनाजपुर के पुलिस अधीक्षक चिन्मय मित्तल का भी तबादला कर दिया गया है। हुगली ग्रामीण एसपी कुमार सनी राज को पुरलिया का प्रभार दिया गया है। बारुईपुर पुलिस जिले के अधीक्षक शुबेंद्र कुमार को कोलकाता पुलिस की वायरलेस शाखा का प्रभार दिया गया है।

डायमंड हार्बर पुलिस जिले की एसपी ईशानी पाल ने कोलकाता पुलिस के दक्षिण-पश्चिम क्षेत्र के डीसीपी का पदभार संभाल लिया है। बंगाल एसटीएफ के अधीक्षक पारिजात विश्वास को प्रवर्तन शाखा में भेजा गया है। पूर्वी बर्दवान के एसपी सायक दास का भी तबादला कर दिया गया है। बंगाल एसटीएफ के डीआईजी सुधीर कुमार नीलकंठम को पश्चिम बंगाल पुलिस की काउंटर इंसर्जेंसी फोर्स (सीआईएफ) के महानिरीक्षक (आईजी) का प्रभार दिया गया है। कोलकाता पुलिस की सशस्त्र पुलिस के संयुक्त सीपी शुभंकर भट्टाचार्य को ट्रैफिक डीआईजी का प्रभार दिया गया है।

मरीजों को पीएम-जेएवाई योजना का लाभ दिलाने के लिए अहमदाबाद म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन की खास पहल

अहमदाबाद। अहमदाबाद म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन (एमसीसी) का आधार डिपार्टमेंट शहर के अलग-अलग इलाकों में चल रहे कुल 47 आधार कार्ड एनरोलमेंट सेंटर के जरिए लोगों को नए आधार कार्ड के साथ-साथ आधार कार्ड में जरूरी क्रेडेंशियल सर्विस भी दे रहा है। लोगों तक सर्विस पहुंचाने के लिए, एएमसी ने दिव्यांग, अलग तरह से सक्षम और सीनियर सिटिजन्स को घर और हॉस्पिटल में आधार सर्विस देने के लिए एक खास पहल की है।



हाल ही में, असरवा के यूएन मेहता हॉस्पिटल में एडमिट 36 साल के पार्थ न्तू पटेल आधार एनरोलमेंट सेंटर जाने की हालत में नहीं थे, इसलिए उनके परिवार एएमसी के आधार डिपार्टमेंट ने करवाने के लिए हॉस्पिटल

पुलिस परिवार के मेधावी बच्चों का सम्मान, 90 प्रतिशत से अधिक अंक लाने वाले 7 छात्र-छात्राएं पुरस्कृत

नोएडा। पुलिस कमिश्नरेट गौतमबुद्धनगर में पुलिस अधिकारियों और कर्मचारियों के बच्चों की शैक्षिक उपलब्धियों को सम्मानित करने के उद्देश्य से एक विशेष सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। पुलिस कमिश्नर गौतमबुद्धनगर लक्ष्मी सिंह के निर्देशन एवं डीसीपी मुख्यालय के पर्यवेक्षण में एसपी पुलिस लाइन्स द्वारा वामा सारथी, उत्तर प्रदेश पुलिस वेल्फेयर एसोसिएशन के तत्वावधान में पुलिस लाइन्स स्थित बहुउद्देशीय हॉल में यह कार्यक्रम संपन्न हुआ।

कार्यक्रम में पुलिस कमिश्नरेट गौतमबुद्धनगर के पुलिस अधिकारी एवं कर्मचारियों के उन मेधावी छात्र-छात्राओं को सम्मानित किया गया, जिन्होंने हाईस्कूल और



इंटरमीडिएट परीक्षा वर्ष 2025-26 में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए 90 प्रतिशत या उससे अधिक अंक प्राप्त किए हैं। कुल सात छात्र-छात्राओं को प्रशस्ति पत्र एवं पुरस्कार प्रदान कर सम्मानित किया गया।

इस अवसर पर एसपी लाइन्स शकील मोहम्मद ने मेधावी विद्यार्थियों को सम्मानित करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। उन्होंने कहा कि कठिन परिश्रम, अनुशासन और समर्पण ही

सफलता की कुंजी है। उन्होंने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए उन्हें अपने निर्धारित लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए निरंतर प्रयासरत रहने की प्रेरणा दी। साथ ही उन्होंने कहा कि इन बच्चों की उपलब्धि न केवल उनके परिवार बल्कि पूरे पुलिस विभाग के लिए गर्व का विषय है।

समारोह के दौरान उत्तर प्रदेश पुलिस वेल्फेयर एसोसिएशन की अध्यक्षता द्वारा लखनऊ मुख्यालय से वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम

से भी सहभागिता की गई। उन्होंने पुलिस परिवारों के कल्याण और बच्चों की शिक्षा को बेहतर बनाने के लिए चलाई जा रही विभिन्न योजनाओं की जानकारी साझा की।

कार्यक्रम में एक महत्वपूर्ण पहल के तहत पुलिस परिवार के बच्चों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा उपलब्ध कराने के उद्देश्य से आठ प्रतिष्ठित कोचिंग संस्थानों के साथ किए गए समझौता ज्ञापनों (एमओयू) की भी जानकारी दी गई। इन एमओयू के माध्यम से पुलिस कर्मियों के बच्चों को रियायती दरों पर कोचिंग सुविधाएं उपलब्ध कराई जाएंगी। इस संबंध में उपस्थित छात्र-छात्राओं एवं उनके अभिभावकों को विस्तार से अवगत कराया गया।

धरती आबा बिरसा मुंडा : जब तीर-कमान ने दी चुनौती, जंगलों से उठी वह क्रांति जिसने हिला दी थी अंग्रेजी हुकूमत की नींव

नई दिल्ली। यह कहानी है उस योद्धा की, जिसने जंगल से उठकर ब्रिटिश ताशाशही को खुली चुनौती दी और कह दिया कि अब राज तुम्हारा नहीं बल्कि आदिवासियों का है। उस नायक ने बता दिया था कि जब जंगल जागता है तो साम्राज्य कांपते हैं। एक ऐसा योद्धा जिसने न बंदूक से लड़ाई लड़ी और न किताबों से क्रांति लिखी, बस अपने हौसलों से ही 'उलगुलान' कर डाला। बात हो रही है महज 25 साल की उम्र में दुनिया को अलविदा कह देने वाले महान क्रांतिकारी बिरसा मुंडा की।

बिरसा मुंडा को 'धरती आबा' यानी धरती का पिता कहा जाता है और देश के एक बड़े वर्ग में उन्हें ये पहचान दी। उन्हें भगवान का दर्जा नहीं बल्कि आदिवासियों राज्यों में आज भी उनकी पूजा की जाती है।

15 नवंबर 1875 को झारखंड के खूंटी जिले के उलिहातु गांव में जन्मे बिरसा मुंडा का बचपन सगे संबंधियों के यहां भेड़-बकरियां चराते और बांसुरी बजाते बीता था। उस समय भारत के उरांव, मुंडा और खड़िया आदिवासी विदेशी दास्तानों की जंजीरों में जकड़े हुए थे। ऐसे



हालात सिर्फ बिरसा मुंडा के घर के नहीं बल्कि हर आदिवासी के यहां थे। वे सदियों से जमीन, फसलों और अपने गांवों के मालिक आप थे लेकिन ईस्ट इंडिया कंपनी ने उन्हें

नष्ट करने के लिए जमींदार, जागीरदार, जज, कचहरी, जंगल के ठेकेदार और दलाल उनके ऊपर लाद दिए थे। वनवासी अपनी ही जमीन पर मालिक से नौकर बन चुका था। लोग बेबसी, भूख, अंधविश्वासों और दमन के कारण डरी-सहमी जिंदगी जी रहे थे। उस कालखंड में एक बार बिरसा मुंडा कुछ दिनों के लिए चाईबासा के जर्मन स्कूल में पढ़ने गए लेकिन मुसीबतों ने कभी पीछा नहीं छोड़ा। उनकी जिंदगी का ये एक अहम हिस्सा है कि उस स्कूल में आदिवासी-वनवासी संस्कृति का

मजाक उड़ाया जाता था, जो बिरसा मुंडा को कतई बदरिश्त नहीं था।

एक दिन उन्होंने इसके खिलाफ विरोध शुरू कर दिया लेकिन दूसरे धर्म के प्रचारकों ने उन्हें स्कूल से निकाल दिया।

इसी समय उनकी मुलाकात स्वामी आनंद पांडे से हुई, जो नजदीक के गांव में एक जमींदार के मुंशी थे। उनसे मिलने के बाद बिरसा मुंडा को अपनी संस्कृति, धर्म और महाभारत के पात्रों का परिचय हुआ। इस तरह आनंद पांडे की संगति में उन्होंने बहुत कुछ सीखा और समझा।

सीबीआई ने धोखाधड़ी मामले में बिल्डर कंपनी और निदेशकों के खिलाफ आरोपपत्र दाखिल किया

नई दिल्ली। होम बायर्स के साथ बड़े पैमाने पर हो रही धोखाधड़ी को चल रही जांच में केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) ने बड़ी कार्रवाई की है। इस क्रम में सीबीआई ने हरियाणा के गुफ्राम स्थित एक आवास परियोजना से संबंधित कथित धोखाधड़ी गतिविधियों के संबंध में मेसर्स नाइनेक्स डेवलपर्स लिमिटेड और उसके निदेशक के खिलाफ आरोपपत्र दाखिल किया है।



सीबीआई द्वारा की गई जांच से पता चला है कि आरोपी बिल्डर कंपनी और उसके निदेशक ने आपराधिक साजिश के तहत, भोले-भाले होम बायर्स/निवेशकों को झूठे आश्वासनों, गुमराह करने वाले

आरोपों के लिए सक्षम न्यायालय में चार्जशीट दाखिल कर दी गई है। सीबीआई वर्तमान में सर्वोच्च न्यायालय के निर्देशों के अनुसार देश भर की विभिन्न बिल्डर कंपनियों और वित्तीय संस्थानों के अज्ञात अधिकारियों के खिलाफ घर खरीदारों से जुड़े कथित धोखाधड़ी और धन के गबन के मामलों में दर्ज 50 मामलों की जांच कर रही है।

नए शिक्षा सत्र : महाविद्यालयों में प्रवेश की गति धीमी

विषय चयन की स्वतंत्रता और छात्रवृत्ति योजनाओं ने बढ़ाया विद्यार्थियों का उत्साह

रायपुर (संवाददाता)। प्रदेशभर के शासकीय और निजी महाविद्यालयों में नए शिक्षा सत्र 2026-27 के लिए प्रवेश प्रक्रिया शुरू हो गई है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति (एनईपी) के तहत उच्च शिक्षा में किए गए बदलावों का असर अब महाविद्यालयों में स्पष्ट रूप से दिखाई देने लगा है। विद्यार्थियों को विषय चयन में अधिक स्वतंत्रता, बहुविषयक शिक्षा की सुविधा और रोजगारीन्मुखी पाठ्यक्रमों का विकल्प मिलने से कॉलेजों में प्रवेश को लेकर उत्साह बढ़ा है। राजधानी रायपुर के डिग्री गर्ल कॉलेज, दुर्गा महाविद्यालय, महंत लक्ष्मीनारायण दास कॉलेज सहित छत्तीसगढ़ महाविद्यालय में भी छात्र-छात्राएं प्रवेश लेने पहुंच रहे हैं। हालांकि अभी प्रवेश के लिए शुरुआत धीमी चल रही है।

नए सत्र की शुरुआत के साथ ही कॉलेज परिसरों में चहल-पहल शुरू हो गई है। प्रवेश काउंटेंटों पर विद्यार्थियों और अभिभावक दिखाई दे रहे हैं। स्कूल शिक्षा पूरी कर उच्च शिक्षा की ओर कदम बढ़ा रहे विद्यार्थी अपने भविष्य और करियर को ध्यान में रखते हुए विषयों का चयन कर रहे हैं। महाविद्यालय प्रशासन भी प्रवेश प्रक्रिया को सुगम और पारदर्शी बनाने के लिए विशेष व्यवस्था कर रहा है।

एनईपी को लेकर क्या कहते हैं प्राचार्य

महंत कॉलेज के प्राचार्य डॉ. देवाशीष मुखर्जी ने बताया कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति के लागू होने के बाद उच्च शिक्षा व्यवस्था में कई सकारात्मक बदलाव आए हैं। अब विद्यार्थी केवल एक ही विषय तक सीमित नहीं रहेंगे, बल्कि अपनी रुचि और आवश्यकता के



अनुसार अन्य विषयों का भी अध्ययन कर सकेंगे। इससे विद्यार्थियों को बहुआयामी ज्ञान प्राप्त होगा और वे बदलते समय की मांग के अनुरूप स्वयं को तैयार कर पाएंगे। उन्होंने कहा कि एनईपी का उद्देश्य केवल डिग्री प्रदान करना नहीं, बल्कि विद्यार्थियों में कौशल विकास, नवाचार और व्यावहारिक ज्ञान को बढ़ावा देना भी है।

दूसरी ओर, छत्तीसगढ़ महाविद्यालय प्रशासन आर्थिक रूप से कमजोर और मध्यम वर्गीय विद्यार्थियों को उच्च शिक्षा से जोड़ने के लिए विशेष प्रयास कर रहा है। महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. अंजली भटनागर ने बताया कि कॉलेज में प्रवेश लेने

वाले पात्र विद्यार्थियों को विभिन्न छात्रवृत्ति योजनाओं का लाभ दिलाने के लिए अलग से मार्गदर्शन दिया जा रहा है। विद्यार्थियों को आवेदन प्रक्रिया, आवश्यक दस्तावेजों और शासन की योजनाओं की जानकारी उपलब्ध कराई जा रही है, ताकि किसी भी छात्र की पढ़ाई आर्थिक कारणों से प्रभावित न हो। उन्होंने कहा कि शिक्षा सभी के लिए सुलभ हो, इसके लिए महाविद्यालय लगातार प्रयासरत है।

प्रवेश प्रक्रिया के दौरान कुछ नए विद्यार्थियों में भी उत्साह देखने को मिला। भर्ती लेने पहुंचे छात्रों ने बताया कि नई शिक्षा नीति के तहत उन्हें अपने मुख्य विषय के साथ अन्य रुचिकर विषयों को पढ़ने का

अवसर मिलेगा। इससे उनकी जानकारी का दायरा बढ़ेगा और भविष्य में रोजगार तथा प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए बेहतर तैयारी करने में मदद मिलेगी। विद्यार्थियों का मानना है कि वर्तमान समय में बहुविषयक शिक्षा की आवश्यकता बढ़ गई है और एनईपी इसी दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

शिक्षाविदों ने एनईपी को बताया बेहतर

शिक्षाविदों का मानना है कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति उच्च शिक्षा प्रणाली को अधिक लचीला, समावेशी और छात्र-केंद्रित बनाने का प्रयास है। इसके माध्यम से विद्यार्थियों को केवल अकादमिक ज्ञान ही नहीं, बल्कि कौशल आधारित शिक्षा, शोध और नवाचार के अवसर भी प्राप्त हो रहे हैं। यही कारण है कि इस वर्ष प्रवेश प्रक्रिया को लेकर छात्रों और अभिभावकों में भीषण गर्मी में भी उत्साह देखा जा रहा है। नई शिक्षा नीति के प्रति युवाओं का भरोसा बढ़ रहा है। विषय चयन की स्वतंत्रता, छात्रवृत्ति योजनाओं की उपलब्धता और करियर उन्मुख शिक्षा व्यवस्था ने उच्च शिक्षा की विद्यार्थियों के लिए अधिक आकर्षक बना दिया है।

कुल मिलाकर, नए शिक्षा सत्र के साथ महाविद्यालयों में एक बार फिर रौनक धीरे- धीरे बढ़ रही है। एनईपी के तहत मिल रहे नए अवसर, आधुनिक शिक्षा व्यवस्था और विद्यार्थियों के हित में संचालित योजनाएं उच्च शिक्षा के क्षेत्र में सकारात्मक बदलाव का संकेत दे रही हैं। आने वाले दिनों में प्रवेश प्रक्रिया और तेज होने के साथ कॉलेज परिसरों में शैक्षणिक गतिविधियां भी पूरी तरह से शुरू हो जाएंगी।

ईपीएफओ ने निकाली सायकल रैली



रायपुर। कर्मचारी भविष्य निधि संगठन के क्षेत्रीय कार्यालय, रायपुर द्वारा विश्व साइकिल दिवस के अवसर पर आयोजित साइकिल रैली में अधिकारियों, कर्मचारियों एवं नागरिकों ने उत्साहपूर्वक भाग लेकर स्वस्थ जीवनशैली और पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया।

क्षेत्रीय कार्यालय, रायपुर द्वारा आयोजित यह कार्यक्रम केंद्रीय श्रम एवं रोजगार तथा युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्री मनसुख मंडाविया की पहल 'संडे ऑन साइकिल' अभियान के अंतर्गत संपन्न हुआ। अभियान का उद्देश्य नागरिकों को नियमित साइकिलिंग के प्रति प्रेरित करना तथा स्वास्थ्य के साथ पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ाना है।

साइकिल रैली में कर्मचारी भविष्य निधि संगठन के क्षेत्रीय भविष्य निधि आयुक्त-द्वितीय गौरव डोगरा एवं सहायक निदेशक (राजभाषा) विकास शुक्ल सहित कार्यालय के अधिकारी एवं कर्मचारी शामिल हुए। कार्यक्रम में 'दूर-द-आयोजित किए जाने की बात कही।

छत्तीसगढ़ का युवा प्रतिनिधिमंडल दिल्ली रवाना

रायपुर। भावनात्मक जुड़ाव को मजबूत करने, सांस्कृतिक समझ को गहरा करने और राष्ट्रीय एकीकरण को बढ़ावा देने के लिए भारत सरकार की महत्वाकांक्षी 'एक भारत श्रेष्ठ भारत' पहल के तहत शुरू किए गए प्रतिष्ठित युवा संगम चरण कार्यक्रम के उन्मुखीकरण (ओरिएंटेशन) और आधिकारिक प्लेग-ऑफ समारोह में भाग लेने के लिए आज पूरे छत्तीसगढ़ से आए छात्र और युवा प्रतिनिधि भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान (आईआईटी) भिलाई में एकत्र हुए। छत्तीसगढ़ का यह प्रतिनिधिमंडल 7 जून से 13 जून 2026 तक दिल्ली का दौरा करेगा, जहां भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान (आईआईटी) दिल्ली इस राष्ट्रव्यापी युवा विनिमय कार्यक्रम के तहत एक सप्ताह तक उनकी मेजबानी करेगा।

गोवर्धन नगर के रहवासी बूंद-बूंद पानी को मोहताज

रायपुर (संवाददाता)। राजधानी रायपुर के वार्ड क्रमांक 4 स्थित गोवर्धन नगर, बजरंग चौक में लगा सार्वजनिक पानी बोर और पानी टंकी पिछले एक सप्ताह से बंद पड़ा है। मोहल्ले के लोगों का आरोप है कि क्षेत्र में यह एकमात्र निस्तारी बोर और टंकी है, जिसके बंद हो जाने से सैकड़ों रहवासियों को भारी परेशानी का सामना करना पड़ रहा है।

स्थानीय निवासियों के अनुसार, बोर सूख जाने अथवा तकनीकी खराबी के कारण पानी की आपूर्ति पूरी तरह ठप हो गई है। गर्मी के इस मौसम में पानी की समस्या ने लोगों की दिनचर्या प्रभावित कर दी है। कई परिवारों को दूर-दराज के क्षेत्रों से पानी लाना पड़ रहा है, जबकि बुजुर्ग, महिलाएं और बच्चे सबसे अधिक परेशान हैं।



रहवासियों का कहना है कि समस्या की जानकारी संबंधित विभाग और जनप्रतिनिधियों को दी गई है, लेकिन अब तक कोई ठोस

पहल नहीं की गई है। लोगों ने चेतावनी दी है कि यदि जल्द ही बोर और टंकी की मरम्मत कर जलापूर्ति न बहाल नहीं की गई तो वे नगर निगम

कार्यालय का घेराव करने को मजबूर होंगे। मोहल्ले के संदीप साहू ने बताया कि नगर निगम प्रशासन से मांग की है कि बंद पड़े बोर की

रेलवे को राजस्व हानि से बचाने वाले 7 कर्मचारी सम्मानित

रायपुर/बिलासपुर (संवाददाता)। दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे के प्रधान मुख्य वाणिज्य प्रबंधक (पीसीसीएम) बिलस कुमार ने सोमवार को बिलासपुर, रायपुर और नागपुर मंडल के वाणिज्य एवं टिकट जांच विभाग के उत्कृष्ट कार्य करने वाले कर्मचारियों को प्रशस्ति-पत्र एवं नगद पुरस्कार देकर सम्मानित किया। सम्मान समारोह में कुल सात कर्मचारियों को उनके उत्कृष्ट प्रदर्शन, यात्री सेवा और रेलवे राजस्व संरक्षण में उल्लेखनीय योगदान के लिए पुरस्कृत किया गया।

वित्तीय वर्ष 2025-26 के दौरान अपने-अपने मंडलों में सर्वाधिक आय अर्जित करने वाली महिला कर्मचारियों को विशेष रूप से सम्मानित किया गया। इनमें बिलासपुर मंडल की टिकट निरीक्षक बसंती सिंह, रायपुर मंडल की उप मुख्य टिकट निरीक्षक रुद्राणी देव बर्मन तथा नागपुर मंडल की उप मुख्य टिकट निरीक्षक रेखा यादव शामिल हैं।

समारोह में दिव्यांग कर्मचारियों की सेवाओं की भी विशेष सराहना की गई। पीसीसीएम विजय कुमार ने कहा कि शारीरिक चुनौतियों के बावजूद ऐसे कर्मचारी यात्रियों को बेहतर सेवाएं देकर प्रेरणादायक उदाहरण प्रस्तुत कर रहे हैं। बिलासपुर मंडल की दृष्टिबाधित टिकट परीक्षक रानी सोनवानी को यात्रियों के मार्गदर्शन



और सहायता में उत्कृष्ट योगदान के लिए विशेष नगद पुरस्कार प्रदान किया गया। इस दौरान रायपुर मंडल की उस टीम को भी सम्मानित किया गया, जिसने एमएसटी, क्यूएमएसटी और एचएमएसटी से जुड़े दुरुपयोग एवं धोखाधड़ी के मामलों का खुलासा कर रेलवे को होने वाली राजस्व हानि को रोका। टीम ने कुत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) की सहायता से फर्जी एमएसटी बनाने और उसका उपयोग करने वाले गिरोह का पर्दाफाश किया।

मुख्य वाणिज्य निरीक्षक दुर्ग जितेंद्र प्रसाद के नेतृत्व में कार्यरत टीम को इस उपलब्धि के लिए समूह नगद पुरस्कार प्रदान किया गया। पीसीसीएम ने टीम की सतर्कता, तकनीक के नवाचारपूर्ण उपयोग और राजस्व सुरक्षा के प्रति प्रतिबद्धता की सराहना की।

अपने संबोधन में विजय कुमार ने कहा कि यात्रियों को उत्कृष्ट सेवा प्रदान करना, ईमानदारी के साथ कार्य करना तथा रेलवे राजस्व की सुरक्षा सुनिश्चित करना वाणिज्य विभाग की सर्वोच्च प्राथमिकताएं हैं।

स्कूलों के पास नशे पर कसेगा शिकंजा

रायपुर (संवाददाता)। राजधानी रायपुर में पुलिस कमिश्नरेट प्रणाली लागू होने के करीब साढ़े चार माह पूर्ण होने पर पुलिस कमिश्नर संजय शुक्ला ने सभी जोन के डीसीपी, एसीपी एवं अन्य राजपत्रित अधिकारियों की समीक्षा बैठक ली। बैठक में कमिश्नरेट व्यवस्था लागू होने के बाद किए गए कार्यों, उपलब्धियों तथा कानून-व्यवस्था की स्थिति का विस्तृत मूल्यांकन किया गया। बैठक के दौरान पुलिस अधिकारियों ने अपने-अपने क्षेत्रों में अपराध नियंत्रण, यातायात प्रबंधन, जनसुरक्षा एवं विभिन्न अभियानों की प्रगति की जानकारी प्रस्तुत की। पुलिस कमिश्नर ने अधिकारियों को कानून-व्यवस्था बनाए रखने के साथ-साथ जनता से बेहतर समन्वय स्थापित करने के निर्देश दिए।

आगामी 15 जून से स्कूलों के खुलने को देखते हुए बैठक में



विशेष कार्ययोजना पर भी चर्चा की गई। पुलिस कमिश्नर ने अधिकारियों को निर्देशित किया कि स्कूल, कॉलेज एवं शैक्षणिक संस्थानों के आसपास नशे को खरीद-बिक्री और इसके नेटवर्क पर प्रभावी कार्रवाई सुनिश्चित की जाए।

उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों को नशे के दुष्प्रभाव से बचाने और सुरक्षित शैक्षणिक वातावरण उपलब्ध कराने के लिए पुलिस विशेष अभियान चलाएगी। संजय शुक्ला ने स्पष्ट किया कि स्कूल

खुलने के बाद छात्र-छात्राओं को सुरक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता दी जाएगी। इसके लिए संवेदनशील क्षेत्रों में पुलिस गश्त बढ़ाने, संदिग्ध गतिविधियों पर नजर रखने तथा नशे के कारोबार में संलिप्त लोगों के खिलाफ कठोर कार्रवाई करने के निर्देश दिए गए हैं। बैठक में अधिकारियों को आगामी दिनों में अपराध नियंत्रण और जनसुरक्षा से जुड़े मामलों में और अधिक सक्रियता के साथ कार्य करने की भी हिदायत दी गई।

बेटा बचाओ आंदोलन का 14 जून से होगा राज्यव्यापी आगाज



रायपुर (संवाददाता)। जनता कांग्रेस छत्तीसगढ़ (जे) द्वारा प्रदेशभर में बेटा बचाओ आंदोलन की शुरुआत 14 जून से की जाएगी। पार्टी अध्यक्ष अमित जोगी के नेतृत्व में शुरू होने वाला यह अभियान अगले एक माह के भीतर छत्तीसगढ़ के सभी पांच संभागों में पहुंचाया जाएगा। आंदोलन के राज्यव्यापी संचालन और विस्तार की जिम्मेदारी संजीव अग्रवाल को सौंपते हुए उन्हें प्रदेश संयोजक नियुक्त किया गया है। पार्टी के प्रदेश मुख्या प्रवक्ता भगवानु नायक ने बताया कि रायपुर स्थित जोगी

निवास में आयोजित वरिष्ठ पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं की बैठक में आंदोलन की विस्तृत रूपरेखा को अंतिम रूप दिया गया। उन्होंने कहा कि अपराध अभियान युवाओं को प्रभावित कर रही बेरोजगारी, अवसाद, नशाखोरी और अपराध जैसी समस्याओं के खिलाफ जनजागरण के उद्देश्य से शुरू किया जा रहा है।

बैठक में पार्टी अध्यक्ष अमित जोगी ने कहा कि बेरोजगारी, अवसाद, नशा और अपराध युवाओं के भविष्य के लिए गंभीर चुनौती बन चुके हैं।

‘योगासन के माध्यम से स्वास्थ्य संवर्धन की पहल’

एनआईटी रायपुर में 21 दिवसीय योग प्रोटोकॉल अभ्यास सत्र आयोजित

रायपुर। राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान (एनआईटी) रायपुर के मानविकी एवं सामाजिक विज्ञान विभाग द्वारा विद्यार्थियों, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं आम नागरिकों के स्वास्थ्य और मानसिक संतुलन को ध्यान में रखते हुए 21 दिवसीय योग प्रोटोकॉल अभ्यास सत्र का आयोजन किया जा रहा है। यह विशेष योग सत्र 1 जून से प्रारंभ होकर 30 जून 2026 तक संस्थान परिसर में नियमित रूप से संचालित किया जा रहा है।

संस्थान द्वारा आयोजित इस पहल का उद्देश्य योग को दैनिक जीवन का हिस्सा बनाने हुए लोगों में स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता बढ़ाना तथा तनावमुक्त एवं संतुलित



जीवनशैली को प्रोत्साहित करना है। वर्तमान समय में बदलती जीवन का हिस्सा बनाने हुए लोगों में स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता और मानसिक तनाव के बीच योग को शारीरिक, मानसिक एवं

भावनात्मक स्वास्थ्य के लिए अत्यंत प्रभावी माध्यम माना जा रहा है। इसी उद्देश्य के साथ राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान रायपुर द्वारा यह अभ्यास सत्र आयोजित किया जा

रहा है। आयुष मंत्रालय द्वारा निर्धारित मानकीकृत ‘योग प्रोटोकॉल’ के अंतर्गत आयोजित इस प्रशिक्षण सत्र में विभिन्न विद्यापीठ, शोधार्थी, वरिष्ठ नागरिक तथा नियमित योग साधक सभी

अभ्यास शामिल किए गए हैं। यह प्रोटोकॉल इस प्रकार तैयार किया गया है कि शुरुआती अभ्यासी, विद्यार्थी, शोधार्थी, वरिष्ठ नागरिक तथा नियमित योग साधक सभी

इसका लाभ उठा सकें। योग विशेषज्ञों के मार्गदर्शन में प्रतिभागियों को सही तकनीक एवं वैज्ञानिक पद्धति से योगाभ्यास कराया जा रहा है। संस्थान परिसर स्थित डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम योग हॉल में आयोजित इन सत्रों में राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान रायपुर के शिक्षक, कर्मचारी, शोधार्थी एवं उनके परिवारजनों के साथ-साथ संस्थान से बाहर के इच्छुक नागरिक भी भाग ले सकते हैं। योग अभ्यास सत्र सोमवार से शुक्रवार तक प्रतिदिन रात 7 बजे से 8 बजे तक तथा सायं 4 बजे से 5:30 बजे तक संचालित किए जा रहे हैं।

संपादकीय

84 कोस ब्रज परिक्रमा: धार्मिक, सांस्कृतिक एवं ऐतिहासिक परिप्रेक्ष्य



ललित शर्मा

प्राचीन काल से भारतीय संस्कृति में अनेक धार्मिक परिक्रमाओं का उल्लेख मिलता है। उनमें नर्मदा परिक्रमा, कैलाश मानसरोवर परिक्रमा, अयोध्या की पंचकोशी, चौदह कोशी, गोवर्धन की 7 कोस की परिक्रमा, वृन्दावन की परिक्रमा आदि प्रमुख हैं। परन्तु ब्रज 84 कोस की परिक्रमा अपनी धार्मिक महत्ता, सांस्कृतिक वैभव तथा व्यापक जनआस्था के कारण अत्यंत लोकप्रिय और श्रद्धेय मानी जाती है। बारह पुराण में ब्रज 84 कोस की परिक्रमा के विषय में वर्णन मिलता है। इस परिक्रमा के बारे में ऐसा कहा जाता है एक बार नंदबाबा और यशोदा मैया की चारधाम यात्रा करने की इच्छा प्रकट हुयी तब भगवान श्रीकृष्ण ने उनके दर्शनों के लिए सभी तीर्थों को ब्रज में बुला लिया था। इस परिक्रमा के बारे में प्रचलित है कि 84 कोस परिक्रमा करने से व्यक्ति को 84 लाख योनियों से छुटकारा मिल जाता है और मोक्ष की प्राप्ति होती है। व्यक्ति के समस्त पाप नष्ट हो जाते हैं। ब्रज 84 कोस की परिक्रमा लगभग 252 किलोमीटर से 264 किलोमीटर है। यह परिक्रमा 3 रान्यों में उत्तर प्रदेश में मथुरा, राजस्थान में भरतपुर, डींग और हरियाणा में पलवल नामक स्थान आते हैं। 84 कोस की परिक्रमा प्रारम्भ करने का कोई निश्चित बिन्दु नहीं है क्योंकि यह एक गोलाकार मार्ग (सर्किल) है। श्रद्धालु अपनी सुविधा के अनुसार किसी भी प्रमुख पड़ाव से यात्रा शुरू करते हैं। हालांकि ब्रज 84 कोस की परिक्रमा पारंपरिक रूप से मथुरा से शुरू होती है, श्रद्धालु मथुरा के विश्राम घाट पर यमुना पूजन के साथ अपनी यात्रा आरंभ करके वृन्दावन, गोकुल, बरसाना, गोवर्धन होते हुए वापस मथुरा में समाप्त करते हैं। कई श्रद्धालु इस परिक्रमा को बंचारी गांव(पलवल) के दाऊजी मंदिर से शुरू करते हैं। ब्रज 84 कोस परिक्रमा पारंपरागत रूप से पैदल की जाती है। किंतु वर्तमान समय में कुछ श्रद्धालु जिनके पास समय का अभाव है अथवा जो शारीरिक रूप से संपूर्ण परिक्रमा पैदल करने में सक्षम नहीं हैं। वे अपनी श्रद्धा और आस्था के अनुसार विभिन्न वाहनों के माध्यम से इस परिक्रमा को संपन्न करते हैं। कुछ श्रद्धालु ऐसे भी होते हैं जो चलने-फिरने में पूर्णतः असमर्थ होते हैं। ऐसे में उनके परिवारजन उनकी धार्मिक आस्था का सम्मान करते हुए उन्हें श्रद्धा परिक्रमा कराते हैं। यह यात्रा उसी प्रकार का है जैसे पौराणिक कथा में श्रवण कुमार अपने माता-पिता को तीर्थयात्रा कराने के लिए साथ लेकर गये थे। इस पूरी परिक्रमा में 1300 के आसपास गांव, भावान श्रीकृष्ण की लीलाओं से जुड़े 1100 सरोवर, 36 वन-उपवन अनेक पहाड़-पर्वत इसके अंतर्गत आते हैं। इसके अलावा ब्रज 84 कोस की परिक्रमा में अनेक महत्वपूर्ण धार्मिक एवं सांस्कृतिक स्थल सम्मिलित होते हैं जैसे श्रीकृष्ण जन्मभूमि मथुरा, वृन्दावन, गोवर्धन, बरसाना, नंदगांव, गोकुल, महावन, बलदेव, राधाकुण्ड, श्यामकुण्ड, कामवन, डींग, कोकिलावन, कुसुम सरोवर, मानसी गंगा, प्रेम सरोवर, रमरतोरी इसके अतिरिक्त ब्रजमंडल के बाह्य वन मधुवन, तालवन, कुसुमवन, बहुलावन, कामवन, खदिरवन, वृन्दावन, भद्रवन, भांडीरवन, वेलवन, लोहवन और महावन परिक्रमा की धार्मिक महत्ता के प्रमुख केन्द्र हैं। वर्तमान समय में अधिकांश परिक्रमार्थी इसे निर्धारित पड़ावों के साथ लगभग 8 से 10 दिनों में पूर्ण करते हैं। परिक्रमा का मुख्य पारंपरिक सम्यं चैत्र पूर्णिमा से वैशाख पूर्णिमा(मार्च-अप्रैल) के बीच होता है किन्तु अधिक मास यह महीना तीन साल में एक बार आता है। शास्त्रों में इस दौरान 84 कोस की परिक्रमा का विशेष महत्व बताया गया और इसे पुण्यदायी माना जाता है। ब्रज 84 कोस परिक्रमा के दौरान मार्ग में स्थान-स्थान पर श्रद्धालु अपने सामर्थ्य और श्रद्धा के अनुसार परिक्रमार्थियों की सेवा हेतु भंडारों पर आयोजन करते हैं। कुछ श्रद्धालु चाय, दूध, फल तथा दवाइयों की व्यवस्था कर यात्रियों की सहायता करते हैं। वहीं कुछ सेवाभावी लोग परिक्रमार्थियों के हाथ, पैर, और सिर स्वाकर उनकी थकान दूर करने तथा उन्हें आराम पहुंचाने प्रयास करते हैं। इस प्रकार सेवा, सहयोग और भक्ति की भावना परिक्रमा के दौरान सर्वत्र देखने को मिलती है। परिक्रमा में कुछ परिक्रमार्थी ऐसे भी होते हैं जो अपनी धार्मिक मान्यताओं और व्यक्तिगत नियमों का पालन करते हुए किसी भंडारे में भोजन ग्रहण नहीं करते। वे स्वयं भोजन तैयार करते हैं और उसी का सेवन करते हैं। परिक्रमार्थी प्रायः अपने सहयोगियों, मित्रों एवं परिवारोजनों के साथ परिक्रमा के लिए जाते हैं। इस यात्रा से ने केवल उनकी धार्मिक आस्था और भक्ति सुदृढ़ होती है, बल्कि आपसी सहयोग, सामाजिक सद्भाव तथा सामुदायिक एकजुटता को बल मिलता है। ब्रज 84 कोस परिक्रमा की लोकप्रियता का अनुमान इस तथ्य से लगाया जा सकता है कि इसमें बच्चे, युवा, बुजुर्ग तथा महिलाएं सभी आयु वर्ग के श्रद्धालु बड़ी संख्या में भाग लेते हैं। ब्रज 84 कोस परिक्रमा आध्यात्मिक एवं धार्मिक दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण और श्रद्धा का केन्द्र है। इसके साथ-साथ यह क्षेत्र की आर्थिक गतिविधियों को भी गति प्रदान करती है। परिक्रमा के दौरान परिवहन, आवास, भोजन, प्रसाद, धार्मिक, सामग्री तथा स्थानीय व्यापार से जुड़े अनेक लोगों को रोजगार और आय के अवसर प्राप्त होते हैं। इसलिए यह कहना अतिशयोक्तिपूर्ण नहीं होगा कि ब्रज की 84 कोस परिक्रमा केवल आध्यात्मिक और धार्मिक साधना का माध्यम ही नहीं बल्कि क्षेत्रीय अर्थव्यवस्था को संचालित करने वाला एक महत्वपूर्ण आधार भी है। ब्रज 84 कोस परिक्रमा को सुचारु एवं सफल बनाने में प्रशासन की महत्वपूर्ण भूमिका रहती है। परिक्रमा के दौरान सुरक्षा, यातायात नियंत्रण, स्वच्छता, स्वास्थ्य सेवाओं, पेयजल व्यवस्था तथा अन्य आवश्यकताओं के प्रबंधन हेतु प्रशासन सक्रिय रूप से कार्य करता है। प्रशासन और स्थानीय संस्थाओं के सहयोग से लाखों श्रद्धालु अपनी यात्रा को सुरक्षित एवं व्यवस्थित रूप से संपन्न कर पाते हैं। ब्रज 84 कोस परिक्रमा भारतीय धार्मिक एवं सांस्कृतिक परंपरा की एक महत्वपूर्ण धरोहर है। यह श्रद्धालुओं को आध्यात्मिक शांति और भक्ति का अनुभव कराती है तथा सामाजिक एकता, सेवा-भाव और सांस्कृतिक मूल्यों को सुदृढ़ करती है। साथ ही, यह स्थानीय अर्थव्यवस्था को भी गति प्रदान करती है। इस प्रकार ब्रज 84 कोस परिक्रमा धार्मिक, सामाजिक, सांस्कृतिक एवं आर्थिक दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण है।

विकास का इंजन, पर असुरक्षित मध्यम वर्ग ‘मिसिंग मिडिल’ की चुनौती और आर्थिक सुरक्षा का प्रश्न



डॉ. प्रिंका सौरभ

भारत आज विश्व की सबसे तेजी से बढ़ती बड़ी अर्थव्यवस्थाओं में से एक है। वैश्विक मंच पर उसकी बढ़ती आर्थिक शक्ति, विशाल युवा आबादी, डिजिटल क्रांति और बढ़ते उपभोक्ता बाजार की चर्चा लगातार हो रही है। इस विकास यात्रा के केंद्र में यदि कोई सामाजिक-आर्थिक वर्ग सबसे महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है तो वह है भारत का मध्यम वर्ग। यही वर्ग देश में उपभोग बढ़ाता है, बचत करता है, निवेश करता है, कर देता है, शिक्षा और कौशल में निवेश करता है तथा आर्थिक गतिविधियों को निरंतर गति प्रदान करता है। किसी भी आधुनिक अर्थव्यवस्था में मध्यम वर्ग को विकास का इंजन माना जाता है क्योंकि उसकी आय और आकांक्षाएं उत्पादन तथा बाजार दोनों को संचालित करती हैं। भारत में भी मध्यम वर्ग को भविष्य के आर्थिक विकास, सामाजिक स्थिरता और लोकतांत्रिक मजबूती का आधार माना जाता है। इसके बावजूद एक विडंबना यह है कि भारतीय मध्यम वर्ग का बड़ा हिस्सा स्वयं आर्थिक रूप से सुरक्षित नहीं

है। वह गरीबी से ऊपर तो उठ चुका है, लेकिन स्थायी समृद्धि और सुरक्षा तक नहीं पहुंच पाया है। यही स्थिति अर्थशास्त्र में ‘मिसिंग मिडिल’ अर्थात ‘लुप्त या कमजोर मध्य वर्ग’ की परिघटना के रूप में पहचानी जाती है। ‘मिसिंग मिडिल’ का आशय उस स्थिति से है जिसमें समाज में गरीबों और अमीरों के बीच स्थित मध्यम वर्ग पर्याप्त रूप से मजबूत नहीं होता या उसकी आर्थिक स्थिति इतनी स्थिर नहीं होती कि वह किसी संकट का सामना कर सके। भारत में लाखों परिवार ऐसे हैं जो आय के आधार पर मध्यम वर्ग में गिने जाते हैं, लेकिन उनके पास पर्याप्त बचत, सामाजिक सुरक्षा, गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुंच या दीर्घकालिक वित्तीय स्थिरता नहीं होती। परिणामस्वरूप वे किसी बीमारी, नौकरी जाने, व्यवसाय में नुकसान या आर्थिक मंदी जैसी परिस्थितियों में तेजी से आर्थिक संकट में फंस सकते हैं। कोविड-19 महामारी ने इस वास्तविकता को बहुत स्पष्ट रूप से सामने ला दिया था। महामारी के दौरान लाखों ऐसे परिवार, जो स्वयं को मध्यम वर्ग का हिस्सा मानते थे, अचानक आय के स्रोत समाप्त होने, चिकित्सा खर्च बढ़ने और रोजगार अस्थिर होने के कारण आर्थिक कठिनाइयों में आ गए। इससे यह स्पष्ट हुआ कि भारत का मध्यम वर्ग संख्या में बड़ा होने के बावजूद सुरक्षा के मामले में कमजोर है।



भारतीय मध्यम वर्ग की सबसे बड़ी शक्ति उसकी उपभोग क्षमता है। देश में घर, वाहन, इलेक्ट्रॉनिक वस्तुएं, शिक्षा, स्वास्थ्य, बीमा, पर्सनल और डिजिटल सेवाओं की मांग का बड़ा हिस्सा इसी वर्ग से आता है। जब मध्यम वर्ग की आय बढ़ती है तो वह अधिक वस्तुओं और सेवाओं की खरीद करता है, जिससे उद्योगों का विस्तार होता है, निवेश बढ़ता है और नए रोजगार सृजित होते हैं। यही कारण है कि विकसित देशों की आर्थिक सफलता के पीछे मजबूत मध्यम वर्ग को एक प्रमुख कारक माना जाता है। भारत भी यदि विकसित राष्ट्र बनने की दिशा में आगे बढ़ना चाहता है तो उसे अपने मध्यम वर्ग को अधिक मजबूत और सुरक्षित

बढ़ सकता है। काफी अधिक है। यह स्थिति मध्यम वर्ग को आर्थिक रूप से असुरक्षित बनाती है और उसे लगातार वित्तीय दबाव में रखती है।

तीसरी चुनौती महंगाई और जीवन-यापन की बढ़ती लागत है। महानगरों और बड़े शहरों में आवास, परिवहन, ऊर्जा, भोजन और अन्य आवश्यक सेवाओं की कीमतों में लगातार वृद्धि हुई है। हालांकि आय में भी वृद्धि होती है, लेकिन कई बार वह महंगाई की गति के अनुरूप नहीं होती। परिणामस्वरूप वास्तविक आय और क्रय शक्ति प्रभावित होती है। मध्यम वर्ग को अपने जीवन स्तर को बनाए रखने के लिए अधिक ऋण लेना पड़ता है। गृह ऋण, वाहन ऋण, शिक्षा ऋण और उपभोक्ता ऋणों का बढ़ता बोझ भी वित्तीय असुरक्षा को बढ़ाता है।

‘मिसिंग मिडिल’ की समस्या का एक महत्वपूर्ण पहलू सामाजिक सुरक्षा से जुड़ा हुआ है। भारत में गरीबों के लिए अनेक कल्याणकारी योजनाएं उपलब्ध हैं, जैसे मुफ्त राशन, स्वास्थ्य बीमा, आवास सहायता और अन्य सामाजिक लाभ। दूसरी ओर उच्च वर्ग के पास निजी संसाधन और निवेश होते हैं, जिनसे वे जोखिमों का सामना कर सकते हैं।

लेकिन मध्यम वर्ग अक्सर इन दोनों के बीच फंस जाता है। वह सरकारी सहायता योजनाओं के लिए पात्र नहीं होता, जबकि निजी सुरक्षा और सेवाओं की पूरी लागत वहन करना भी उसके लिए कठिन होता है। यही कारण है कि किसी भी अप्रत्याशित संकट की स्थिति में वह तेजी से आर्थिक अस्थिरता की ओर

बढ़ सकता है। भारत में छोटे और मध्यम उद्यमों की सीमित वृद्धि भी ‘मिसिंग मिडिल’ की समस्या को बढ़ाती है। छोटे व्यवसाय अक्सर वित्त, तकनीक और बाजार तक पर्याप्त पहुंच के अभाव में बड़े नहीं बन पाते। परिणामस्वरूप वे बड़ी संख्या में उच्च गुणवत्ता वाले रोजगार उत्पन्न नहीं कर पाते। यदि छोटे और मध्यम उद्यम मजबूत हों तो वे माध्यम से मध्यम वर्ग का विस्तार कर सकते हैं। लेकिन वर्तमान में अनेक उद्यम नियामकीय जटिलताओं, पूंजी की कमी और प्रतिस्पर्धात्मक दबावों से जूझ रहे हैं।

मध्यम वर्ग की एक और चुनौती है संपत्ति निर्माण की सीमित क्षमता। विकसित देशों में मध्यम वर्ग के पास आवास, पेंशन फंड, निवेश पोर्टफोलियो और अन्य वित्तीय परिसंपत्तियां होती हैं, जो उन्हें दीर्घकालिक सुरक्षा प्रदान करती हैं। भारत में बड़ी संख्या में मध्यमवर्गीय परिवारों की बचत सीमित होती है और उनका लाभ में भागीदारी बहुत है। बच्चों के भविष्य पर केंद्रित रहता है। इससे वे पर्याप्त संपत्ति निर्माण नहीं कर पाते। वित्तीय बाजारों में भागीदारी बढ़ने के बावजूद अभी भी बड़ी संख्या में लोग दीर्घकालिक निवेश के प्रति जागरूक नहीं हैं।

भारत के मध्यम वर्ग को एक मजबूत और लचीली आर्थिक शक्ति में बदलने के लिए बहुआयामी नीति हस्तक्षेप आवश्यक है।

बोध कथा

निःस्वार्थ रूप से की गई सेवाएं एक दिन अवश्य फल्लवित होती हैं

नर्स के रूप में हम तीन डायमंड विभूतियों के बारे में चर्चा करने जा रहे हैं। पहला महात्मा गांधी जो फादर ऑफ नेशन कहे जाते हैं। महात्मा गांधी के जीवन को हमने पढ़ा कि गांधीजी कैसे बड़े हुए, उनके जीवन में कौन-कौन सी धारणाएं थीं। उनके जीवन का बचपन से लेकर बड़े होने तक, बचपन में चोरी, मांस खाया और उसके पश्चात्पात तक सबकुछ जो उन्होंने किया। कैसे एक-एक भोजन को उन्होंने सुधार, कैसे वो आगे बढ़े और कैसे इस देश का इतना बड़ा व्यक्तित्व बने। साबरमती का संत तथा राष्ट्रपिता जिसे आज कहते हैं। कैसे इस व्यक्ति ने अपनी दुर्दृष्टि शक्ति से अपने जीवन की भूलों को ठीक करते हुए आगे बढ़ते हुए कहाँ से कहाँ पहुंच गए। दूसरा हमारे समाज में पालना और सेवा का एक अभिप्राय शब्द नर्स भी है जिसे अंग्रेजी वर्ण में तोड़ कर व्याख्या किया जाए तो सुंदर अर्थ निकलता है। एन से नोबिल्टी अर्थात् चरित्र की महानता, यू से अप-टू-डेट अर्थात् अपने ज्ञान में अपूर्ण जागरूक, आर से रेस्पॉन्स, एन से स्किलफुल ज्ञात केवल थ्योरी का नहीं लेकिन प्रैक्टिकल और इ से एमपिथि अर्थात् केवल सहानुभूति नहीं समानुभूति। नर्सज अंदोलन को शुरूआत करने वाली महिला फ्लोरेंस नाइटिंगेल इंग्लैंड में जन्मी थीं। ये महिला 1820 ई. में एक उच्च घराने में पैदा हुई थीं। वह कैसे इतनी बड़ी व्यक्तित्व हुई? उस जमाने में नर्स के प्रोफेशन को इतनी मान्यता नहीं थी। लोग इसे ऊंचा प्रोफेशन नहीं समझते थे। मरीजों की हालत उस समय बहुत खराब रहती थी। कभी कपड़े नहीं बदले जाते तो कभी बेड की चादर नहीं बदली जाती थी, चारों तरफ गंदगी रहती थी। उस समय घर का विरोध सहन करते हुए इस महिला ने फैसला किया कि मुझे नर्स बनना है।



व्यंग्य केसरी

पेट्रोल बनाम डॉलर की रफ्तार

गिरीश पंकज

आजकल सुबह उठकर अखबार देखना किसी थ्रिलर फिल्म के क्लाइमेक्स जैसा लगता है। देश में विकास की रफ्तार भले ही कभी-कभी ट्रैफिक जाम में फंस जाए, लेकिन दो चीजें ऐसी हैं जिन्होंने ‘स्पीड’ के मामले में उसेन बोल्ट को भी पीछे छोड़ दिया है—हमारे प्यारे डॉलर भाई साहब और रसीले पेट्रोल बाबू। इन दोनों के बीच एक

अघोषित, अदृश्य और बेहद रोमांचक ‘दौड़’ चल रही है। जनता दर्शक दीर्घा में बैठी है, जेब खाली कर रही है और तालियां (या फिर आँसू) बजा रही है। ?एक जमाना था जब सचिन तेंदुलकर की सेंचुरी पर पूरा देश झूमता था। आज देश पेट्रोल की सेंचुरी पर झूम रहा है। पेट्रोल ने जब पहली बार सौ का आंकड़ा पार किया था, तो ऐसा लगा था जैसे उसने सीधे ओलंपिक का गोल्ड मेडल जीत लिया हो। ?उधर डॉलर भाई साहब, जो कभी 60-70 के फेर में शर्माते थे, उन्होंने पेट्रोल की इस कामयाबी को दिल पर ले लिया। डॉलर ने कहा, ‘अगर लिक्विड होकर यह 100 पार कर सकता है, तो मैं तो फिर भी ग्लोबल करेंसी हूँ!’ और बस, डॉलर ने जो गियर बदला है कि अब वह पेट्रोल को पीछे छोड़ने के लिए

बेताब दिख रहा है। इन दिनों दोनों में कांटे की टक्कर है। पेट्रोल अगर थोड़ा सुस्ताने के लिए रुकता है, तो डॉलर तुरंत छलांग लगा देता है। ऐसा लगता है कि दोनों मिलकर खेल रहे हैं—‘तुम आगे चलो, मैं पीछे आता हूँ।’ इस रफ्तार का सबसे ज्यादा फायदा (या नुकसान) आम आदमी की सेहत को हुआ है। पहले लोग पैसे बचाकर गाड़ी खरीदते थे, अब लोग गाड़ी खड़ी करके पेट्रोल के पैसे बचा रहे हैं। जैसे ही आप पेट्रोल पंप पर जाकर ‘फुल टैंक’ बोलने का साहस करते हैं, आपका ब्लड प्रेशर अपने आप हाई हो जाता है। अब आपको डॉलर का झटका महसूस करने के लिए अमेरिका जाने की जरूरत नहीं है। अब बस अपने स्कूटर में तेल डलवाइए, आपको वहीं बैठे-बैटे

वैश्विक अर्थव्यवस्था और अंतरराष्ट्रीय मंदी का सजीव अहसास हो जाएगा। जैसे जीवन मरण प्रभु के हाथ में है, उसी अंदाज में हमारे देश के अर्थशास्त्री रोज टीवी पर आकर समझाते हैं कि डॉलर का बढ़ना और पेट्रोल का महंगा होना हमारे हाथ में नहीं है, यह ‘अंतरराष्ट्रीय बाजार’ की माया है। आम आदमी भी अब इतना समझदार हो गया है कि वह घर का बजट बनाने से पहले सीधे न्यूयॉर्क और क्रूड ऑयल के चार्ट देखता है। ?सब्जी वाले से पूछो कि ‘टमाटर महंगे क्यों हैं?’ तो वह झट से बोलता है, ‘भैया, क्या करें, पेट्रोल महंगा हो गया है!’ ?इस दौड़ का अंत क्या होगा, यह तो कोई नहीं जानता। मुमकिन है कि किसी दिन डॉलर और पेट्रोल आपस में गले मिल जाएं और कहें, ‘चलो, अब मिलकर दोहरा शतक बनाते हैं!’

इतिहास

8 जून का इतिहास भारत और दुनिया की कई महत्वपूर्ण घटनाओं से जुड़ा है, जिसकी मुख्य बातें निम्नलिखित हैं :1936: भारतीय सरकारी रेडियो सेवा ‘इंडियन स्टेट ब्रॉडकारिंग सर्विस’ का आधिकारिक रूप से नाम बदलकर ‘ऑल इंडिया रेडियो’ (AIR) कर दिया गया था ?1948: देश की सरकारी विमानन सेवा एयर इंडिया ने भारत और ब्रिटेन के बीच अपनी पहली अंतरराष्ट्रीय उड़ान शुरू की ?2009: मशहूर पटकथा लेखक, कवि और रंगमंच निर्देशक हबीब तनवीर का निधन हुआ ?2020: अमेरिका की पूर्व अंतरिक्ष यात्री कैथी सुलिवन समुद्र के सबसे गहरे बिंदु ‘चैलेंजर डीप’ (मारियाना ट्रेंच) तक पहुंचने वाली दुनिया की पहली महिला बर्नी ?2024: मीडिया जगत की दिग्गज हस्ती और रामोजी समूह के अध्यक्ष रामोजी राव का 88 वर्ष की आयु में निधन हुआ।

संक्षिप्त खबरें

प्राकृतिक खेती और मिलेट्स को मिलेगा बढ़ावा देने दंतेवाड़ा जिले में ‘खेत बचाओ अभियान



दंतेवाड़ा/रायपुर। छत्तीसगढ़ राज्य सरकार द्वारा किसानों की आय बढ़ाने, मिट्टी की सेहत सुधारने और लोगों को पौष्टिक आहार उपलब्ध कराने के लिए प्राकृतिक खेती और मिलेट्स (मोटे अनाजों) की खेती को व्यापक स्तर पर बढ़ावा दिया जा रहा है। यह मिट्टी की उर्वरता को लंबे समय तक बनाए रखती है, पानी बचाती है और उपभोक्ता को जहरीले-मुक्त रसायन वाले खाद्य उत्पाद देती है। इसमें बाहर से महंगी खाद या कीटनाशक खरीदने की जरूरत नहीं पड़ती, जिससे किसानों की खेती की लागत काफी कम हो जाती है और मुनाफा बढ़ता है। कृषि भूमि की उर्वरता को संरक्षित करने, किसानों की लागत कम करने और प्राकृतिक खेती को बढ़ावा देने के उद्देश्य से दंतेवाड़ा जिले में ‘खेत बचाओ अभियान’ प्रारंभ किया जा रहा है। कृषि विभाग द्वारा तैयार इस रणनीतिक कार्ययोजना का उद्देश्य मिट्टी के स्वास्थ्य का पुनर्जीवन, जल संरक्षण, पारंपरिक बीजों का संरक्षण तथा प्राकृतिक कृषि पद्धतियों को जन-आंदोलन के रूप में स्थापित करना है। ‘खेत बचाओ अभियान’ दंतेवाड़ा की प्राकृतिक कृषि, जैव विविधता संरक्षण और किसान समृद्धि की नई पहचान देने की दिशा में एक ऐतिहासिक पहल माना जा रहा है। जिले की भौगोलिक परिस्थितियों, समृद्ध आदिवासी परंपराओं और जैव विविधता को ध्यान में रखते हुए तैयार इस अभियान को दंतेवाड़ा के चारों विकासखंडों में चरणबद्ध तरीके से लागू किया जाएगा। अभियान की मूल भावना यह है कि ‘मिट्टी केवल उत्पादन का माध्यम नहीं, बल्कि एक जीवंत पारिस्थितिकी तंत्र है, जिसकी सुरक्षा भविष्य की खाद्य सुरक्षा और किसान समृद्धि की गारंटी है।’

2.45 करोड़ की तम्बाकू जात तीन तस्करों समेत 5 गिरफ्तार

धमतरी। छत्तीसगढ़ के धमतरी जिले में पुलिस ने तस्कर गिरोह के खिलाफ अब तक की सबसे बड़ी कार्रवाई करते हुए करीब 490.818 लाख रुपए की जन्ती की है, अंतरराष्ट्रीय बाजार में इसकी कीमत करीब 2.45 करोड़ रुपए बताई गई है। इस कार्रवाई में तीन बदमाशों सहित कुल पांच आरोपियों को गिरफ्तार किया गया है, जबकि एक विधि से संघर्षरत बालक को भी पकड़ा गया है। पुलिस को सूचना मिली कि एक सुपरस्टार और मारुति स्विफ्ट कार में भारी मात्रा में तंबाकू को लेकर धमतरी की ओर आ रहा है। सूचना के आधार पर श्यामतराई फॉरेस्ट नाका के पास नाका कर दोनों बदमाशों को पकड़ा गया है। 13 प्लास्टिक बोरियों में से 490.818 प्लास्टिक बोरियों में से 490.818 किलो तम्बाकू बरामद किए गए। पुलिस ने दो वाहन, छह मोबाइल फोन और ज्वत्त कर चार लोगों को गिरफ्तार किया है। प्रारंभिक जांच में सामने आया है कि जगदलपुर क्षेत्र से रायपुर और अन्य शहरों में करने की तैयारी में थे। धमतरी पुलिस के मुताबिक, यह पिछले चार सालों में जिले की सबसे बड़ी जुआ बंदी की कार्रवाई है। मामले में अंतरराज्यीय डेटाबेस नेटवर्क की भी जांच की जा रही है और पुलिस पूरे गिरोह के अन्य सदस्यों की तलाश में जुटी है।

इंद्रावती टाइगर रिजर्व का अनूठा अभियान

बीजापुर। विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर इंद्रावती टाइगर रिजर्व द्वारा बीजापुर जिले के ग्राम नेमैड़ में एक पेड़ माँ के नाम अभियान के अंतर्गत भव्य वृक्षारोपण एवं पर्यावरण जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस विशेष पहल का उद्देश्य पर्यावरण संरक्षण को बढ़ावा देना, जैव विविधता का संवर्धन करना तथा स्थानीय समुदायों को प्रकृति की सुरक्षा से जोड़ना है। कार्यक्रम के दौरान विभिन्न देशी प्रजातियों के पौधे लगाए गए और उपस्थित जनसमुदाय ने इनकी सुरक्षा व नियमित देखभाल का संकल्प लिया। इसके साथ ही प्रतिभागियों को वन्यजीव संरक्षण, पर्यावरण सुरक्षा, अवैध वन्यजीव व्यापार की रोकथाम तथा जलवायु परिवर्तन के वैश्विक प्रभावों के प्रति जागरूक किया गया। वनाधिकारियों ने पर्यावरण संतुलन बनाए रखने में वृक्षारोपण और वन संरक्षण की महत्ता पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि वन, वन्यजीव और स्थानीय समुदाय एक-दूसरे के पूरक हैं, इसलिए इनके संरक्षण में जनभागीदारी अत्यंत आवश्यक है। एक पेड़ माँ के नाम अभियान के बेटे ने साबित कर दिया है कि अगर हौसलों में उड़ान हो, तो कोई भी लक्ष्य नामुमकिन नहीं है। जिले के सुदूर वनांचल के झारपा क्षेत्र के निवासी आदिवासी छात्र बारसे रोशन ने देश की सबसे प्रतिष्ठित इंजीनियरिंग प्रवेश परीक्षा श्रम्प एडवांस 2026 में कैटेगरी रैंक 634 हासिल कर पूरे छत्तीसगढ़ प्रदेश

जवाहरलाल नेहरू चिकित्सालय को मिला ‘ब्रेस्टफीडिंग फ्रेंडली हॉस्पिटल’ का राष्ट्रीय सम्मान

विश्व स्वास्थ्य संगठन के स्तनपान मानकों के प्रभावी क्रियान्वयन पर मिली मान्यता, 2029 तक रहेगी प्रभावी

भिलाई। भिलाई इस्पात संयंत्र के जवाहरलाल नेहरू चिकित्सालय एवं अनुसंधान केंद्र (जेएलएनएच एंड आरसी), दुर्ग को मातृ एवं नवजात स्वास्थ्य सेवाओं के क्षेत्र में उल्लेखनीय उपलब्धि हासिल करते हुए ‘ब्रेस्टफीडिंग फ्रेंडली हॉस्पिटल’ की प्रतिष्ठित मान्यता प्रदान की गई है। यह मान्यता ब्रेस्टफीडिंग प्रमोशन नेटवर्क ऑफ इंडिया (बीपीएनआई) तथा एसोसिएशन ऑफ हेल्थ प्रोवाइडर्स ऑफ इंडिया (एएचपीआई) द्वारा प्रदान की गई है।

अस्पताल को प्राप्त यह मान्यता 05 जून 2026 से 04 जून 2029 तक प्रभावी रहेगी। यह उपलब्धि विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) द्वारा निर्धारित ‘सफल स्तनपान के दस चरण’ तथा भारत सरकार के ‘माँ कार्यक्रम’ के प्रभावी क्रियान्वयन की पुष्टि करती



है। इसके साथ ही जवाहरलाल नेहरू चिकित्सालय देश के उन चुनिंदा स्वास्थ्य संस्थानों में शामिल हो गया है, जहां माताओं एवं नवजात शिशुओं के लिए स्तनपान आधारित सर्वोत्तम स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराई जा रही हैं। मान्यता के अंतर्गत अस्पताल में जन्म के प्रथम घंटे में स्तनपान की शुरुआत, माँ एवं शिशु के बीच त्वचा से त्वचा संपर्क (स्किन-टू-स्किन कॉन्टैक्ट), रुमिंग-इन व्यवस्था, स्तनपान संबंधी विशेषज्ञ परामर्श

संस्थाओं का सहयोग प्राप्त हुआ। इस उपलब्धि में मुख्य चिकित्सा अधिकारी प्रभारी (चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवाएं) डॉ. विनीता द्विवेदी, मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. कौशलेन्द्र ठाकुर तथा मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. उदय कुमार के नेतृत्व एवं मार्गदर्शन की महत्वपूर्ण भूमिका रही। उनके निर्देशन में अस्पताल में स्तनपान अनुकूल सेवाओं के संस्थागत विकास एवं प्रभावी क्रियान्वयन को गति मिली। बाल रोग विभाग की अतिरिक्त मुख्य चिकित्सा अधिकारी एवं विभागाध्यक्ष डॉ. समिन्ता पांडा तथा नवजात शिशु विभाग प्रभारी अतिरिक्त मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. सुबोध साहा ने नवजात एवं बाल स्वास्थ्य सेवाओं में स्तनपान संबंधी मानकों के सफल समावेशन में महत्वपूर्ण योगदान दिया।

भांटागांव फ्लाईओवर पर ट्रक और कार में जोरदार टक्कर, कोई हताहत नहीं



रायपुर। रॉंग साइड से ओवरटेक करने के दौरान राजधानी रायपुर के रिंग रोड नंबर-1 स्थित भांटागांव फ्लाईओवर पर ट्रक और कार के बीच जोरदार टक्कर हो गई। लेकिन राहत की बात यह है कि दुर्घटना में किसी के हताहत होने की सूचना नहीं है।

प्राप्त जानकारी के अनुसार भांटागांव फ्लाईओवर पर एक कार चालक रॉंग साइड से ओवरटेक करने का प्रयास कर रहा था। इसी

दौरान कार की ट्रक से जोरदार भिड़ंत हो गई। टक्कर इतनी तेज थी कि कार के ड्राइवर साइड से हिस्सा पूरी तरह क्षतिग्रस्त हो गया। हादसे के बाद फ्लाईओवर पर वाहनों की लंबी कतार लग गई और यातायात कुछ देर के लिए प्रभावित हो गया।

सूचना मिलते ही डीडी पुलिस मौके पर पहुंची और यातायात को सुचारू करने के साथ मामले की जांच में जुट गई।

अवैध उत्खनन मार्ग ध्वस्त, दो वाहन जल

बलरामपुर। कलेक्टर चंदन संजय त्रिपाठी के निर्देश पर खनिज विभाग की टीम ने वाइफनगर क्षेत्र में विशेष अभियान चलाकर अवैध उत्खनन के लिए उपयोग किए जा रहे मार्ग को अवरोद्ध कर दिया तथा अवैध परिवहन में संलिप्त दो वाहनों को जब्त किया।

बलरामपुर में अवैध खनन पर प्रशासन की बड़ी कार्रवाई

खनिज अधिकारी राहुल गुलाटी के नेतृत्व में ग्राम कैलाशपुर स्थित मोरन नदी क्षेत्र में कार्रवाई करते हुए अवैध खनन के लिए बनाए गए मार्गों को ग्रामीणों की मौजूदगी में विभिन्न स्थानों पर बंद कर नष्ट कराया गया। इस कार्रवाई का उद्देश्य खनिज संसाधनों के अवैध दोहन पर प्रभावी रोक लगाना और पर्यावरण संरक्षण सुनिश्चित करना है। अभियान के दौरान रेत एवं पत्थर का अवैध परिवहन करते पाए गए दो ट्रैक्टर वाहनों को जब्त किया गया। जब्त



वाहनों को पुलिस चौकी वाइफनगर एवं थाना बसंतपुर की अभिरक्षा में रखा गया है। संबंधित वाहन मालिकों के विरुद्ध खनिज नियमों के तहत वैधानिक कार्रवाई

की जा रही है। जिला प्रशासन ने स्पष्ट किया है कि बलरामपुर जिले में अवैध खनन, परिवहन एवं भंडारण के विरुद्ध अभियान लगातार जारी रहेगा।

नई दिल्ली

मंगलवार, 09 जून 2026

5

शौर्य चक्र से सम्मानित हुए छत्तीसगढ़ के तीन वीर जवान



रायपुर। छत्तीसगढ़ के लिए गर्व का क्षण उस समय आया जब राज्य के तीन जांबाज जवानों को देश के प्रतिष्ठित वीरता सम्मान शौर्य चक्र से सम्मानित किया गया। सोमवार को नई दिल्ली स्थित राष्ट्रपति भवन में आयोजित अलंकरण समारोह में राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू ने असाधारण साहस और वीरता के लिए एन सहस्र सम्मान प्रदान किया। समारोह में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी भी उपस्थित रहे।

सम्मानित होने वालों में असम राइफल्स के जवान भोजराम साहू, छत्तीसगढ़ पुलिस के निरीक्षक लक्ष्मण केवट और निरीक्षक लक्ष्मण देशमुख शामिल हैं। तीनों ने अलग-अलग अभियानों में अदम्य साहस, नेतृत्व क्षमता और कर्तव्यनिष्ठा का परिचय देते हुए देश और प्रदेश का गौरव बढ़ाया है।

नक्सल विरोधी अभियानों के जांबाज अधिकारी

छत्तीसगढ़ में नक्सल विरोधी अभियानों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने वाले निरीक्षक लक्ष्मण केवट और निरीक्षक रामेश्वर देशमुख को भी शौर्य चक्र से अलंकृत किया गया। दोनों अधिकारी वर्षों से राजनांदगांव और बस्तर के दुर्गम वन क्षेत्रों में नक्सल उन्मूलन अभियानों का नेतृत्व कर रहे हैं। पुलिस विभाग में दोनों अधिकारियों की पहचान नक्सल विरोधी अभियानों के विशेषज्ञ अधिकारियों के रूप में है। निरीक्षक लक्ष्मण केवट अब तक 97 नक्सलियों के खिलाफ सफल अभियानों का हिस्सा रहे हैं, जबकि निरीक्षक रामेश्वर देशमुख 56 नक्सलियों के विरुद्ध हुई महत्वपूर्ण कार्रवाइयों में अपनी भूमिका निभा चुके हैं।

प्रधानमंत्री आवास हितग्राहियों से पंचायत सचिव ने वसूले 80 हजार, नही बना मकान

बीजापुर। प्रधानमंत्री आवास योजना के तहत गरीब परिवारों को पक्का घर उपलब्ध कराने के सरकारी दावों के बीच बीजापुर जिले के ग्राम पंचायत दम्पूर में सामने आया एक मामला ग्राम पंचायत और जनपद पंचायत की कार्य प्रणाली पर गंभीर सवाल खड़े कर रहा है। पंचायत के तत्कालीन सचिव ओम प्रकाश कोरम पर आरोप है कि उन्होंने प्रधानमंत्री आवास योजना से स्वीकृत दो आदिवासी हितग्राहियों से मकान बनवाने के नाम पर 40-40 हजार रुपये कुल 80 हजार रुपये लिए लेकिन न तो मकान बनवाया गया और न ही अब तक राशि वापस की गई।

पीड़ित हितग्राही सुरेश चिड़ेम का कहना है कि उन्होंने पक्के मकान बनाकर देने की उम्मीद में एक वर्ष से अधिक समय के



बाद आवास निर्माण कार्य शुरू तो हुआ लेकिन केवल गड्डे खोदकर निर्माण अधूरा छोड़ दिया गया। समय बीतता गया, लेकिन न मकान बन पाया और न ही हितग्राहियों को उनकी राशि वापस मिली। मामले का सबसे चिंताजनक पहलू यह है कि बीते एक वर्ष से अधिक समय के

दौरान न तो इंजीनियर ने स्थल का निरीक्षण किया और न ही जनपद पंचायत के अधिकारियों ने मौके पर पहुंचकर स्थिति का जायजा लिया। यदि समय-समय पर निरीक्षण और निगमनी की जाती तो हितग्राहियों की परेशानी सामने आ सकती थी और कथित अनियमितता की जानकारी

जिम्मेदार अधिकारियों को पहले ही मिल जाती। जून 2025 से अब तक एक वर्ष का लंबे समय हो गया मामला पूरी तरह दबा रहा और गरीब आदिवासी परिवार अपने हक के लिए भटकते रहे। हितग्राहियों ने कई बार सचिव से आवास बनाकर देने या राशि वापस की मांग की लेकिन अब तक न आवास बना और न ही राशि वापस करने की कोई पहल की गई।

इस पूरे मामले को लेकर जनपद पंचायत भोपालपटनम के मुख्य कार्यपालन अधिकारी आदित्य कुंजाम से बात की गई तो उन्होंने बयान देने के लिए अधिकृत नहीं होने और जिला पंचायत के सीईओ से बयान लेने की बात कही। प्रधानमंत्री आवास योजना के क्रियान्वयन, निगरानी और जिम्मेदार अधिकारियों की जवाबदेही पर सवाल खड़े कर दिए हैं।

पीडिया के जंगल से 3 आईईडी व 2 नक्सल डंप बरामद

बीजापुर। जिले में नक्सलवाद समाप्त होने के बाद भी लगातार एंटी नक्सल ऑपरेशन जारी है। आसूचना के आधार पर हर्ष/अर्षा (पीडिया) गांव के जंगल में चलाए गए सर्च ऑपरेशन के दौरान आज सोमवार को 3 आईईडी और 2 नक्सल डंप बरामद किए गए। कार्रवाई कांडाटेंट आनंद कुमार के मार्गदर्शन में की गई। बरामद डंप से गन पाउडर, जिंटीन स्टिक, कमरिशियल डेटोनेटर और मेडिकल सामग्री सहित कुल 21 प्रकार के नक्सल सामग्री बरामद किए गए, जिन्हें नक्सलियों ने छिपाकर रखा था।

आसूचना के आधार पर कांडाटेंट आनंद कुमार के मार्गदर्शन एवं द्वितीय कमान अधिकारी कुमार नीरज की देख-रेख में एफ/199 कंपनी ने हर्ष/अर्षा (पीडिया) गांव



के घने जंगलों में सघन तलाशी अभियान चलाया। कंपनी कमांडर केबी. पांडा के नेतृत्व में जवानों ने योजनाबद्ध तरीके से इलाके की घेराबंदी कर चरणबद्ध सर्च ऑपरेशन को अंजाम दिया गया। अभियान के दौरान नक्सलियों द्वारा छिपाकर रखे गए 3 आईईडी और 2 नक्सल डंप बरामद किए गए। तलाशी में मिले डंप से आईईडी निर्माण में उपयोग होने वाली

सामग्री जैसे गन पाउडर, जिंटीन स्टिक, कमरिशियल डेटोनेटर के साथ 15 मेडिकल सामग्री सहित कुल 21 प्रकार की नक्सल सामग्री जब्त की गई। सुरक्षाबलों के अनुसार हर्ष/अर्षा और आस-पास का क्षेत्र अभियान के दौरान नक्सलियों द्वारा छिपाकर रखे गए 3 आईईडी और 2 नक्सल डंप बरामद किए गए। तलाशी में मिले डंप से आईईडी निर्माण में उपयोग होने वाली

सुकमा के आदिवासी किसान के बेटे बारसे रोशन ने जेईई एडवांस में गाड़े झंडे

जिला प्रशासन उठाएगा पढ़ाई का पूरा खर्च

सुकमा। छत्तीसगढ़ के अति-वनांचल (सुकमा) जिले के होनहार आदिवासी छात्र बारसे रोशन ने छुश्वरख एडवांस परीक्षा में ऐतिहासिक सफलता हासिल की है। पहले ही प्रयास में कैटेगरी रैंक 634 लाकर और अपनी लगन से आईआईटी (भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान) तक का सफर तय कर उन्होंने राष्ट्रीय स्तर पर अंचल का नाम रोशन किया है।

शिक्षा के क्षेत्र में सुदूर और वनांचल क्षेत्र सुकमा के एक आदिवासी छात्र ने राष्ट्रीय स्तर पर एक बड़ी उपलब्धि हासिल की है। विपरीत परिस्थितियों और सीमित संसाधनों के बीच रहने वाले एक साधारण किसान के बेटे ने साबित कर दिया है कि अगर हौसलों में उड़ान हो, तो कोई भी लक्ष्य नामुमकिन नहीं है। जिले के सुदूर वनांचल के झारपा क्षेत्र के निवासी आदिवासी छात्र बारसे रोशन ने देश की सबसे प्रतिष्ठित इंजीनियरिंग प्रवेश परीक्षा श्रम्प एडवांस 2026 में कैटेगरी रैंक 634 हासिल कर पूरे छत्तीसगढ़ प्रदेश



का नाम रोशन किया है। इस ऐतिहासिक सफलता पर छात्र का उत्साहवर्धन करने के लिए खुद कलेक्टर और जिला प्रशासन आगे आया है। तुंगल डैम में आयोजित एक गरिमामयी कार्यक्रम में कलेक्टर अमित कुमार ने छात्र बारसे रोशन को

शाल और श्रीफल भेंटकर सम्मानित किया।

पढ़ाई के आड़े नहीं आएगा पैसा कलेक्टर

कलेक्टर अमित कुमार ने इस मौके पर एक बड़ी घोषणा करते हुए कहा कि रोशन की पढ़ाई की राह में पैसे कभी रोड़ा नहीं बनेंगे। जिला

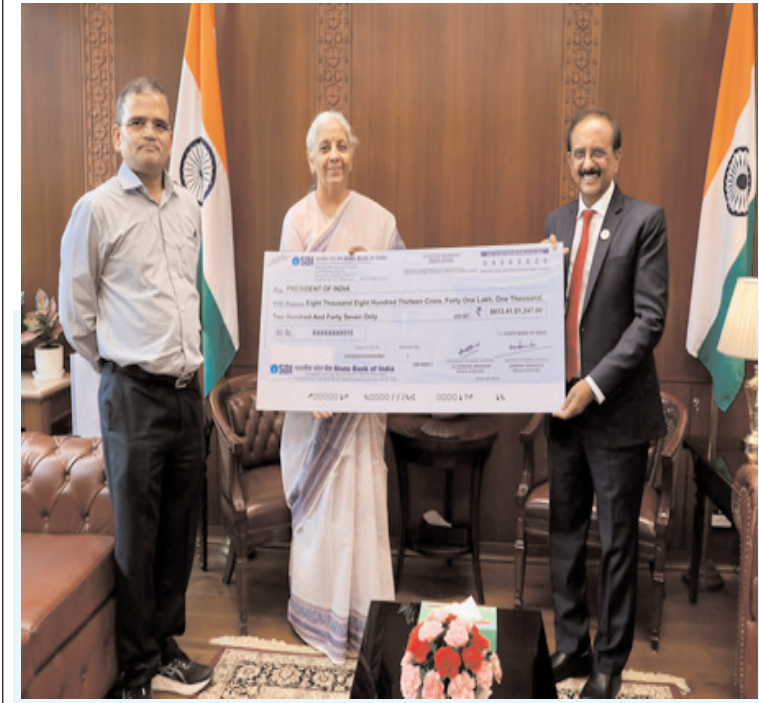
संसदीय संकुल विकास परियोजना एवं स्थानीय संसाधनों से आत्मनिर्भर बनेगा बस्तर : कश्यप

जगदलपुर। बस्तर लोकसभा क्षेत्र के सांसद महेश कश्यप के पहल पर संसदीय संकुल विकास परियोजना के अंतर्गत विकासखंड बकावंड के दूरस्थ ग्राम मोहलई में युवा चेतना कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य केंद्र और राज्य सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं को बस्तर के अंतिम छोर पर बैठे व्यक्ति को मुख्यधारा से जोड़ना है। सांसद महेश कश्यप ने कहा कि योजनाओं का वास्तविक लाभ तभी सार्थक है, जब वह पात्र हितग्राहियों तक पहुंचे। उन्होंने बताया कि इस कार्यक्रम के माध्यम से 29 इत्यादि स्थानीय अर्थव्यवस्था को नई दिशा दे सकते हैं। रुकेगा।



योजनाओं की जानकारी एक ही मंच पर दी गई, ताकि जागरूकता के अभाव में कोई व्यक्ति तय हो सके। सांसद महेश कश्यप ने कहा कि योजनाओं का वास्तविक लाभ तभी सार्थक है, जब वह पात्र हितग्राहियों तक पहुंचे। उन्होंने बताया कि इस कार्यक्रम के माध्यम से 29 इत्यादि स्थानीय अर्थव्यवस्था को नई दिशा दे सकते हैं। रुकेगा।

उन्होंने इमली प्रोसेसिंग यूनिट,टोरा तेल घानी और लघु उद्योगों की स्थापना से व्यापक स्तर पर सकारात्मक बदलाव होगा। इन उद्योगों के लिए और महिलाओं के लिए कहा कि यहां के प्राकृतिक संसाधन और वन उपज जैसे होंगे, जिससे ग्रामीण अर्थव्यवस्था मजबूत होगी और युवाओं का पलायन को नई दिशा दे सकते हैं। रुकेगा।



नई दिल्ली। देश के सबसे बड़े सरकारी बैंक भारतीय स्टेट बैंक (एसबीआई) ने सोमवार को वित्त वर्ष 2025-26 के लिए केंद्र सरकार को 8,813 करोड़ रुपए का डिविडेंड (लाभांश) चेक सौंपा।

यह चेक एसबीआई के चेयरमैन सी.एस. शेट्टी ने केंद्रीय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण को सौंपा।

वित्त मंत्री कार्यालय (एफएमओ) ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर इस

जानकारी को साझा करते हुए बताया कि वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने एसबीआई के चेयरमैन सी.एस. शेट्टी से वित्त वर्ष 2025-26 के लिए 8,813 करोड़ रुपए का डिविडेंड चेक प्राप्त किया है।

यह लाभांश भुगतान सार्वजनिक क्षेत्र के इस बड़े बैंक के मजबूत वित्तीय प्रदर्शन को दर्शाता है। साथ ही, यह केंद्र सरकार को गैर-कर (नॉन-टैक्स) आय में एक महत्वपूर्ण योगदान भी माना जा रहा है।

एसबीआई ने वित्त वर्ष 2026 के लिए केंद्र सरकार को सौंपा 8,813 करोड़ रुपए का डिविडेंड चेक

यह घटनाक्रम ऐसे समय में हुआ है जब एसबीआई देश के बैंकिंग और डिजिटल भुगतान तंत्र में एक अहम भूमिका निभा रहा है।

सी.एस. शेट्टी के नेतृत्व में एसबीआई लगातार इस बात पर जोर देता रहा है कि वैश्विक अनिश्चितताओं के बावजूद भारत की आर्थिक बुनियाद मजबूत है और देश की दीर्घकालिक विकास संभावनाएं बेहतर बनी हुई हैं।

इस महीने की शुरुआत में सी.एस. शेट्टी ने कहा था कि भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) की मौद्रिक नीति समिति (एमपीसी) द्वारा ब्याज दरों को स्थिर रखने का फैसला आर्थिक परिस्थितियों को संतुलित करने और विकास को समर्थन देने में मदद करेगा।

मुंबई में आयोजित एक उद्योग कार्यक्रम में उन्होंने कहा था कि महंगाई की स्थिति नीति निर्माताओं के लिए महत्वपूर्ण बनी हुई है, लेकिन मौजूदा समय में ब्याज दरों में कोई बदलाव न करना वित्तीय

स्थिरता बनाए रखने और अर्थव्यवस्था की सुचारु वृद्धि के लिए लाभकारी होगा।

उन्होंने कहा, ‘कुल मिलाकर बाजार की उम्मीद है कि इस समय ब्याज दरों में उठराव आ सकता है। महंगाई की स्थिति महत्वपूर्ण है, लेकिन दरों को स्थिर रखना निश्चित रूप से हालात को संतुलित करने और विकास को सुचारु बनाए रखने में मदद करेगा।’

इसके अलावा, देश के सबसे बड़े बैंक के चेयरमैन ने निवेशकों से शेयर बाजार के अल्पकालिक उतार-चढ़ाव से आगे देखने की सलाह दी।

उन्होंने कहा कि निवेशकों को भारत की दीर्घकालिक विकास कहानी पर ध्यान देना चाहिए, जो बैंकिंग सुधारों, डिजिटल इंफ्रास्ट्रक्चर, वित्तीय समावेशन और बुनियादी ढांचे के विकास से संचालित हो रही है। सी.एस. शेट्टी ने कहा, ‘सिर्फ स्थिति नीति निर्माताओं के लिए महत्वपूर्ण नहीं हुई है, लेकिन मौजूदा समय में ब्याज दरों में कोई बदलाव न करना वित्तीय

वैश्विक तनावों के बीच कीमती धातुओं में बड़ी गिरावट, एक ही दिन में चांदी 2.6 प्रतिशत फिसली, सोना 1.3 प्रतिशत गिरा

मुंबई। हफ्ते के पहले कारोबारी दिन सोमवार को घरेलू कमोडिटी बाजार में सोने और चांदी की कीमतों में बड़ी गिरावट दर्ज की गई। शेयर बाजार में कमजोरी के बीच कीमती धातुओं में भी तेज बिकवाली देखने को मिली।

मल्टी कमोडिटी एक्सचेंज (एमसीएक्स) पर सोमवार को सोना और चांदी, दोनों के भाव में बड़ी गिरावट दर्ज की गई। खासतौर पर चांदी की कीमतों में आई तेज गिरावट ने निवेशकों का ध्यान खींचा, क्योंकि इसका भाव ढाई लाख रुपए प्रति किलोग्राम के स्तर से नीचे पहुंच गया।

एमसीएक्स पर चांदी का वायदा भाव सोमवार को कारोबार शुरू होते ही तेज गिरावट के साथ 2,41,990 रुपए प्रति किलोग्राम तक पहुंच गया। पिछले कारोबारी सत्र में यह 2,48,537 रुपए प्रति किलोग्राम पर बंद हुई थी, यानी एक ही दिन में चांदी की कीमत में 6,500 रुपए से अधिक की गिरावट दर्ज की गई।

आज एमसीएक्स सिल्वर जुलाई वायदा 2,51,001 रुपए प्रति



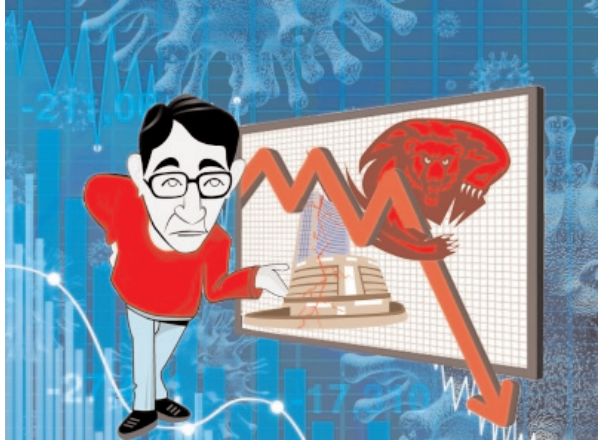
किलोग्राम पर खुला और यही दिन का उच्च स्तर रहा, वहीं दिन के कारोबार में गिरकर 2,39,064 रुपए का दिन का निम्नतम स्तर छुआ। हालांकि खबर लिखे जाने तक (दोपहर 12.17 बजे के करीब) यह चांदी 6,512 रुपए यानी 2.62 प्रतिशत की गिरावट के साथ 2,42,025 रुपए प्रति किलोग्राम पर कारोबार करती हुई नजर आई।

वहीं, अगर जून महीने की शुरुआत से अब तक के प्रदर्शन पर नजर डालें तो चांदी में करीब

24,000 रुपए प्रति किलोग्राम की गिरावट आ चुकी है। महीने की शुरुआत में इसका भाव 2,66,163 रुपए प्रति किलोग्राम के आसपास था, जो अब काफी नीचे आ चुका है। इससे स्पष्ट है कि जून का महीना अब तक चांदी के लिए दबाव भरा रहा है।

चांदी अपने सर्वकालिक उच्च स्तर से भी काफी नीचे कारोबार कर रही है। इस वर्ष जनवरी में चांदी ने 4,57,328 रुपए प्रति किलोग्राम का रिकॉर्ड स्तर छुआ था।

वैश्विक तनावों के चलते गिरावट के साथ लाल निशान में बंद हुआ बाजार, सेंसेक्स 719 अंक लुढ़का, निफ्टी में 1 प्रतिशत से ज्यादा की गिरावट



मुंबई। पश्चिम एशिया में बढ़ते तनाव के चलते हफ्ते के पहले कारोबारी दिन सोमवार को भारतीय शेयर बाजार गिरावट के साथ लाल निशान में बंद हुआ। इस दौरान घरेलू बाजार के प्रमुख बेंचमार्क बीएसई सेंसेक्स और एनएसई निफ्टी 50 में 1 प्रतिशत तक गिरावट दर्ज की गई।

बाजार बंद होने के समय 30 शेयरों वाला सेंसेक्स 719.08 अंकों

यानी 0.97 प्रतिशत की गिरावट के साथ 73,524.26 पर बंद हुआ, तो वहीं निफ्टी 243.70 (1.04 प्रतिशत) अंक गिरकर 23,123 पर पहुंच गया।

व्यापक बाजार का प्रदर्शन प्रमुख बेंचमार्कों से खराब रहा। निफ्टी मिडकैप इंडेक्स में 1.40 प्रतिशत और निफ्टी स्मॉलकैप इंडेक्स में 1.92 प्रतिशत की गिरावट दर्ज की गई। वहीं, सेक्टरवार देखें

तो निफ्टी रियल्टी (2.56 प्रतिशत), निफ्टी मेटल (2.33 प्रतिशत) और निफ्टी ऑटो (1.85 प्रतिशत) में सबसे ज्यादा गिरावट देखने को मिली। इसके साथ ही, निफ्टी मीडिया, निफ्टी ऑयल एंड गैस, निफ्टी आईटी, निफ्टी फार्मेशियल सर्विसेज और निफ्टी कंज्यूमर ड्यूरेबल्स में 1 प्रतिशत से ज्यादा की गिरावट दर्ज की गई।

निफ्टी 50 पैक में सिर्फ 9 शेयरों में बढ़त दर्ज की गई, जबकि अन्य सभी शेयर लाल निशान में ट्रेड करते नजर आए। मैक्स हेल्थ, पावरग्रिड, भारतीय एयरटेल, बोईएल, नेस्ले इंडिया और निफ्टी महिंद्रा के शेयरों में सबसे ज्यादा तेजी देखने को मिली, जबकि विप्रो (8.4 प्रतिशत की गिरावट), जियो फाइनेंस, इंटरनल, हिंडाल्को और श्री राम फाइनेंस के शेयरों में 3.6 प्रतिशत की गिरावट देखने को मिली।

खबरों के मुताबिक, ईरान ने इजरायल पर मिसाइलें दागीं, जिससे

वाशिंगटन और तेहरान के बीच शांति समझौते की उम्मीदों पर पानी फिर गया और साथ ही युद्धविराम की स्थिति को लेकर चिंताएं बढ़ गईं।

एक मार्केट एक्सपर्ट ने कहा कि तकनीकी रूप से देखें तो निफ्टी 50 अपने हालिया उच्च स्तरों से नीचे कारोबार कर रहा है, जिससे बाजार में कमजोरी का संकेत मिलता है। फिलहाल 23,250 से 23,300 का दायरा तत्काल प्रतिरोध (रेजिस्टेंस) के रूप में काम करेगा। इसके ऊपर 23,450 का स्तर अगला महत्वपूर्ण अवरोध है। बाजार में मजबूती लौटने के लिए निफ्टी को इन स्तरों के ऊपर टिकना जरूरी होगा।

वहीं, नीचे की ओर 23,100 का स्तर महत्वपूर्ण सपोर्ट बना हुआ है। यदि यह स्तर टूटता है तो निफ्टी 23,000 तक फिसल सकता है। इसके नीचे 22,800 से 22,850 का क्षेत्र अगला मजबूत सपोर्ट माना जा रहा है।

जन धन खातों की संख्या 58.15 करोड़ पहुंची, जमा राशि 3 लाख करोड़ रुपए के पार: सरकार

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार की पिछले 12 वर्षों की पहलों ने वित्तीय समावेशन, स्वास्थ्य सेवा, आवास, नल से जल, स्वच्छ ईंधन और सामाजिक सुरक्षा जैसी सुविधाओं तक लोगों की पहुंच को कई गुना बढ़ाया है। यह जानकारी वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण के कार्यालय द्वारा सोमवार को जारी एक फैक्टशीट में दी गई।

फैक्टशीट के अनुसार, देश भर में गरीबों के लिए खोले गए जन धन बैंक खातों की संख्या बढ़कर 58.15 करोड़ हो गई है। इन खातों में कुल जमा राशि भी बढ़कर 3 लाख करोड़ रुपए तक पहुंच गई है, जो इस योजना की सफलता को दर्शाती है।

प्रधानमंत्री जन धन योजना के तहत, खासकर ग्रामीण क्षेत्रों में खोले गए ये खाते दुनिया के सबसे बड़े वित्तीय समावेशन अभियान के रूप में देखे जाते हैं। भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) के आंकड़ों के



मुताबिक, जन धन खातों में से 56 प्रतिशत खाते महिलाओं के नाम पर हैं।

फैक्टशीट में कहा गया है कि जन धन योजना, आधार और मोबाइल को मिलाकर बनी 'जेएएम ट्रिनिटी' ने देश में वित्तीय

समावेशन को नई गति दी है। इस व्यवस्था के जरिए यह सुनिश्चित किया गया है कि सरकारी कल्याणकारी योजनाओं का लाभ बिना किसी रिसाव (लीकेज) के सीधे पात्र लाभार्थियों तक पहुंचे।

बयान में बताया गया कि

प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना (एबी-पीएमजेएवाई) के तहत जारी आयुष्मान भारत कार्डों की संख्या 44 करोड़ तक पहुंच गई है।

यह योजना 12 करोड़ परिवारों को प्रति वर्ष 5 लाख रुपए तक का स्वास्थ्य बीमा कवर प्रदान करती है, जो कि देश की तकरीबन 40 प्रतिशत आबादी को कवर करती है। इसके अलावा, मार्च 2024 में लगभग 37 लाख आशा कार्यकर्ताओं, आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं और सहायिकाओं के परिवारों को भी इस योजना में शामिल किया गया।

बाद में इस योजना का विस्तार करते हुए 70 वर्ष या उससे अधिक आयु के 6 करोड़ वरिष्ठ नागरिकों को भी इसमें शामिल किया गया। ये लाभार्थी लगभग 4.5 करोड़ परिवारों से आते हैं और उनकी सामाजिक-आर्थिक स्थिति की परवाह किए बिना उन्हें योजना का लाभ दिया गया है।

कल्याणकारी योजनाओं से 12 वर्षों में करीब 25 करोड़ लोग बहुआयामी गरीबी से बाहर निकले : सरकार

नई दिल्ली। केंद्र सरकार ने सोमवार को कहा कि पिछले 12 वर्षों में कल्याणकारी योजनाओं और सामाजिक सुरक्षा उपायों के विस्तार के कारण देश में करीब 25 करोड़ लोग बहुआयामी गरीबी से बाहर निकलने में सफल हुए हैं।

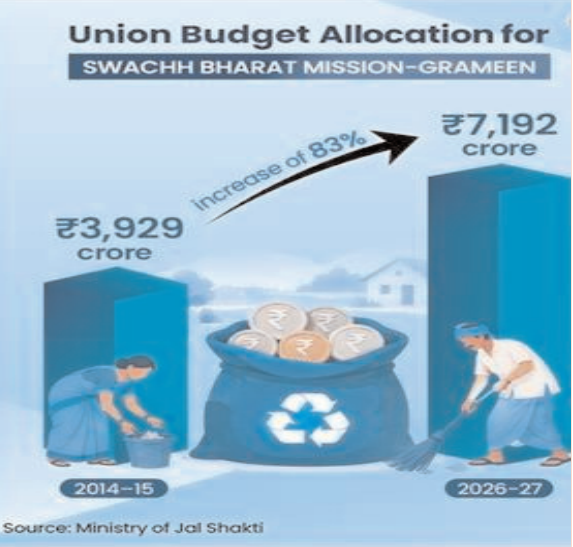
सरकार ने नल से जल, खुले में शौच से मुक्ति, स्वास्थ्य सुरक्षा, खाद्य सुरक्षा और प्राथमिक शिक्षा में लड़कियों के नामांकन जैसे क्षेत्रों में हुई प्रगति को इस उपलब्धि का प्रमुख आधार बताया है।

एक आधिकारिक बयान के अनुसार, अगस्त 2019 में ग्रामीण भारत के 3.23 करोड़ घरों तक ही नल के माध्यम से पानी पहुंचता था, जो मई 2026 तक बढ़कर 15.84 करोड़ घरों तक पहुंच गया।

'हर घर जल' अभियान के तहत अब तक 2.77 लाख गांवों में 100 प्रतिशत नल जल कवरेज हासिल की जा चुकी है। इसके साथ ही देश में घरेलू नल जल कवरेज बढ़कर 81.87 प्रतिशत हो गई है।

सरकार ने बताया कि पिछले वर्षों में 12.11 करोड़ से अधिक घरेलू शौचालयों का निर्माण किया गया है, जिसके परिणामस्वरूप ग्रामीण क्षेत्रों में स्वच्छता कवरेज 2014 के 39 प्रतिशत से बढ़कर लगभग सार्वभौमिक स्तर तक पहुंच गई है।

सरकार ने कहा कि प्रधानमंत्री उज्ज्वला योजना के तहत 10.57 करोड़ से अधिक मुफ्त एलपीजी कनेक्शन दिए गए हैं, जिससे महिलाओं के स्वास्थ्य में सुधार हुआ है और घरों के अंदर होने वाले



धुएं और प्रदूषण में कमी आई है।

बयान के अनुसार, देश में बहुआयामी गरीबी की दर 2013-14 में 29.17 प्रतिशत थी, जो 2022-23 में घटकर 11.28 प्रतिशत रह गई। इस तरह इस अवधि में गरीबी दर में 17.89 प्रतिशत अंक की उल्लेखनीय कमी दर्ज की गई है।

सरकार के अनुसार, 2004 से 2014 के बीच औसत महंगाई दर 8.1 प्रतिशत थी, जो 2014 से 2025 के दौरान घटकर 5.1 प्रतिशत रह गई। इससे परिवारों की क्रय शक्ति (पurchasing power) में सुधार हुआ है।

2019 में शुरू किए गए जल जीवन मिशन (जेजेएम) ने ग्रामीण आबादी के स्वास्थ्य, शिक्षा और सामाजिक-आर्थिक स्थिति में महत्वपूर्ण सुधार लाने में मदद की

है। इस योजना के लिए 2020-21 से 2026-27 के बीच बजटीय आवंटन में लगभग 488 प्रतिशत की वृद्धि की गई है, जो बढ़कर 67,670 करोड़ रुपए तक पहुंच गया है।

स्वास्थ्य और खाद्य सुरक्षा के क्षेत्र में सरकार ने कहा कि आयुष्मान भारत योजना के माध्यम से आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों को सस्ती स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुंच मिली है।

वहीं, प्रधानमंत्री गरीब कल्याण अन्न योजना (पीएमजीकेएवाई) के तहत 81 करोड़ से अधिक लाभार्थियों को मुफ्त खाद्यान्न उपलब्ध कराया गया है।

सरकार के अनुसार, प्राथमिक स्तर पर लड़कियों के स्कूल छोड़ने की दर 2013-14 में 4.6 प्रतिशत थी।

दिल्ली में पेट्रोल, डीजल, सीएनजी और एलपीजी की आपूर्ति सामान्य: बीपीसीएल

नई दिल्ली। सरकारी तेल विपणन कंपनी भारत पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लिमिटेड (बीपीसीएल) ने सोमवार को कहा कि दिल्ली में पेट्रोल, डीजल, सीएनजी और एलपीजी की आपूर्ति पूरी तरह सामान्य बनी हुई है। कंपनी अपनी मजबूत सप्लाई चेन और रिटेल नेटवर्क के जरिए राजधानी में निर्बाध ईंधन आपूर्ति सुनिश्चित कर रही है।

कंपनी ने बताया कि दिल्ली में उसके सभी पेट्रोल पंपों पर ईंधन की उपलब्धता स्थिर बनी हुई है। नियमित स्टॉक भरने और लॉजिस्टिक्स संचालन के कारण उपभोक्ताओं, व्यवसायों, परिवहन ऑपरेटरों और जरूरी सेवाओं के लिए पर्याप्त मात्रा में ईंधन उपलब्ध है।



बीपीसीएल के अनुसार, मई 2026 के दौरान दिल्ली में पेट्रोल की बिक्री 27,800 मीट्रिक टन (एमटी) से अधिक रही, जो पिछले वर्ष इसी अवधि में 27,100 मीट्रिक टन से अधिक था। इस तरह पेट्रोल बिक्री में लगभग 2.5 प्रतिशत की वृद्धि दर्ज की गई।

इसके अलावा, मई में डीजल की बिक्री में भी स्थिर वृद्धि देखी गई, जो मई 2025 में 16,100 मीट्रिक टन से अधिक के मुकाबले 16,500 मीट्रिक टन से अधिक तक पहुंच गई, जो करीब 2.9 प्रतिशत की वृद्धि को दर्शाती है।

सार्वजनिक क्षेत्र की इस कंपनी ने कहा कि मई के दौरान उसने 33,400 मीट्रिक टन से अधिक सीएनजी की आपूर्ति की। इससे दिल्ली के सार्वजनिक परिवहन नेटवर्क, व्यावसायिक वाहनों और स्वच्छ ईंधन आधारित परिवहन व्यवस्था की बढ़ती

जरूरतों को पूरा किया गया।

परिवहन ईंधन के अलावा कंपनी दिल्ली में बड़ी संख्या में एलपीजी उपभोक्ताओं की जरूरतें भी पूरी कर रही है।

मई के दौरान बीपीसीएल ने 7.7 लाख से अधिक घरेलू एलपीजी सिलेंडरों की आपूर्ति की। इसके अलावा, 18,000 से ज्यादा कमर्शियल एलपीजी सिलेंडर और 22,000 से अधिक एफटीएल एलपीजी सिलेंडरों की भी सप्लाई की गई।

कंपनी के मुताबिक, ईंधन और एलपीजी की लगातार बढ़ती मांग इस बात का संकेत है कि दिल्ली में आर्थिक गतिविधियां, लोगों की आवाजाही, व्यावसायिक संचालन और ऊर्जा की जरूरतें लगातार बढ़ रही हैं।

बीपीसीएल के प्रवक्ता ने कहा, 'बीपीसीएल दिल्ली में भरोसेमंद और निर्बाध ऊर्जा आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध है। हमारी सप्लाई चेन और लॉजिस्टिक्स नेटवर्क कुशलतापूर्वक काम कर रहे हैं।'

मेसाबी मेटालिक्स ने 265 मिलियन डॉलर में बेची रॉयल्टी हिस्सेदारी का 50 प्रतिशत हिस्सा, कंपनी का मूल्यांकन 500 मिलियन डॉलर से अधिक

नई दिल्ली। एस्सार समूह समर्थित मेसाबी मेटालिक्स कंपनी एलएलसी (मेसाबी मेटालिक्स) ने अपनी रॉयल्टी हिस्सेदारी का 50 प्रतिशत हिस्सा द मेटल्स रॉयल्टी कंपनी इंक. (टीएमसीआर) को 265 मिलियन डॉलर में बेचने पर सहमति जताई है। इस सौदे के आधार पर कंपनी के रॉयल्टी प्लेटफॉर्म का मूल्यांकन 500 मिलियन डॉलर से अधिक आंका गया है।

टीएमसीआर के साथ यह सौदा 132.5-132.5 मिलियन डॉलर की दो समान किश्तों में पूरा किया जाएगा। पहली किश्त का लेनदेन 1 जून 2026 को पूरा हो चुका है, जबकि दूसरी किश्त अगले 60 दिनों

के भीतर पूरी होने की उम्मीद है।

कंपनी ने बताया कि इस डील से मिलने वाली अधिकांश राशि का उपयोग मेसाबी मेटालिक्स की भविष्य की विकास योजनाओं में किया जाएगा।

यह सौदा मेसाबी मेटालिक्स की मिनेसोटा स्थित विश्वस्तरीय डायरेक्ट रिडक्शन (डीआर) ग्रेड आयरन ओर खदान, बेनिफिशिएशन प्लांट और पेलेट प्लांट की गुणवत्ता, बड़े पैमाने और दीर्घकालिक रणनीतिक महत्व को भी साबित करता है। कंपनी की योजना 2026 के साथ-साथ बुनियादी ढांचा, ऑटोमोबाइल, जहाज निर्माण, रक्षा और ऊर्जा जैसे महत्वपूर्ण क्षेत्रों को

उत्पादन शुरू करने के लिए फर्नेस (ईएएफ) आधारित स्टील निर्माण के लिए बेहद महत्वपूर्ण कच्चा माल है। वर्तमान में अमेरिका इस प्रकार के पेलेट्स की आपूर्ति के लिए ब्राजील और अन्य देशों से आयात पर काफी हद तक निर्भर है।

कंपनी का उत्पादन घरेलू विनिर्माण प्रतिस्पर्धा को मजबूत करने के लिए अत्याधुनिक और उच्च गुणवत्ता वाले डीआर-ग्रेड पेलेट्स का उत्पादन करना है, ताकि उसका उत्पाद इलेक्ट्रिक आर्क फर्नेस से अक्षाति स्टील कंपनियों की पहली पसंद बन सके। यह सौदा हाल ही में घोषित 670 मिलियन डॉलर से

भी समर्थन देगा। कंपनी के अनुसार, अमेरिका के अलावा कंपनी दिल्ली में बड़ी संख्या में एलपीजी उपभोक्ताओं की जरूरतें भी पूरी कर रही है।

मई के दौरान बीपीसीएल ने 7.7 लाख से अधिक घरेलू एलपीजी सिलेंडरों की आपूर्ति की। इसके अलावा, 18,000 से ज्यादा कमर्शियल एलपीजी सिलेंडर और 22,000 से अधिक एफटीएल एलपीजी सिलेंडरों की भी सप्लाई की गई।

कंपनी के मुताबिक, ईंधन और एलपीजी की लगातार बढ़ती मांग इस बात का संकेत है कि दिल्ली में आर्थिक गतिविधियां, लोगों की आवाजाही, व्यावसायिक संचालन और ऊर्जा की जरूरतें लगातार बढ़ रही हैं।

बीपीसीएल के प्रवक्ता ने कहा, 'बीपीसीएल दिल्ली में भरोसेमंद और निर्बाध ऊर्जा आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध है। हमारी सप्लाई चेन और लॉजिस्टिक्स नेटवर्क कुशलतापूर्वक काम कर रहे हैं।'

अधिक की फंडिंग प्रतिबद्धताओं के बाद हुआ है, जिसमें ब्रेकवॉल कैपिटल से 520 मिलियन डॉलर और मैक्वेरी ग्रुप से 150 मिलियन डॉलर की फंडिंग शामिल है।

इसके अलावा, कंपनी को अमेरिका के एक्सपोर्ट-इंपोर्ट बैंक (इक्विजम) से 10 अरब डॉलर तक के संभावित समर्थन का संकेत भी मिला है।

कंपनी का कहना है कि ये सभी निवेश और फंडिंग प्रतिबद्धताएं अमेरिका की महत्वपूर्ण खनिज और औद्योगिक विकास परियोजनाओं में से एक के रूप में मेसाबी मेटालिक्स पर बड़े संस्थागत भरोसे को दर्शाती हैं।

फोन की स्क्रीन, वाई-फाई, स्ट्रेस क्या सच में ब्रेन ट्यूमर का कारण है? न्यूरोलॉजिस्ट से सच जानकर दूर करें टैशन

आज के डिजिटल युग में शायद ही कोई ऐसा होगा जो मोबाइल फोन का इस्तेमाल न करता हो। ऐसे समय कौन इसके बगैर जीवन की कल्पना कर सकता है। लेकिन अक्सर इस बात को लेकर बहस हो जाती है कि मोबाइल फोन, ज्यादा स्क्रीन, टाइम, वाई-फाई जैसे डिजिटल उपकरण क्या सच में ब्रेन ट्यूमर का कारण बनता है। इसी कंफ्यूजन को दूर करने के लिए हमने आकाश हेल्थकेयर नई दिल्ली में न्यूरोलॉजी डिपार्टमेंट के डायरेक्टर डॉ. मधुकर भारद्वाज से बात की।

क्या मोबाइल फोन से ब्रेन ट्यूमर हो सकता है ? क्या वाई-फाई भी ब्रेन ट्यूमर का कारण बनता है और क्या ज्यादा देर तक फोन पर वीडियो देखने या इसका ज्यादा इस्तेमाल करने से सच में ब्रेन ट्यूमर का कारण है। इस तरह के कई सवाल अक्सर लोग-बाग के बीच तैरते रहते हैं। कई बार इस मुद्दे को लेकर डॉक्टरों के बीच बहस भी हुई है। यहां तक कहा जाता है कि जो लोग ज्यादा देर तक स्क्रीन पर समय बिताते हैं उसे कभी न कभी कैंसर ज़रूर होगा। दो साल पहले एक रिसर्च पेपर में इसका जिक्र किया गया था। हालांकि इसमें बहुत छोटे सैंपल थे। लेकिन इसके बाद इसे लेकर काफी बहस हुई है। इन सारे मुद्दों को लेकर सीनियर न्यूरोलॉजिस्ट और आकाश हेल्थकेयर में न्यूरोलॉजी डिपार्टमेंट के डायरेक्टर डॉ. मधुकर भारद्वाज क्या कहते हैं, आइए जानते हैं।



क्या फोन से सच में ब्रेन ट्यूमर होता है

डॉ. मधुकर भारद्वाज ने इसका सीधा और स्पष्ट जवाब देते हुए कहा कि कुछ सालों से यह मामला तुल पकड़ा हुआ है लेकिन सबका जवाब एक ही है। अब तक कोई भी ऐसी स्टडी या रिसर्च नहीं है जिसमें यह साबित हुआ हो कि मोबाइल फोन, ज्यादा स्क्रीन टाइम, वाई-फाई या स्ट्रेस के कारण ब्रेन ट्यूमर या कैंसर हुआ हो। इसलिए यदि मेडिकल साइंस की मांनें तो ये सारी बातें पूरी तरह से मिथ है। ऐसा कहा गया कि मोबाइल से रेडिएशन निकलती है और उससे कैंसर हो सकता है। दरअसल, रेडिएशन कोशिकाओं के अंदर डीएनए की संरचना को बदल देता है जिससे कैंसर का खतरा बढ़ सकता है। लेकिन इस रेडिएशन से ब्रेन ट्यूमर

या कैंसर की अब तक किसी भी रिसर्च में पुष्टि नहीं हुई है। जिन स्टडी में इस ओर ध्यान दिलाया गया था वे स्टडी बहुत ही छोटी थीं और इनमें कुछ ही लोगों को शामिल किया गया था, इसलिए इससे यह बात साबित नहीं होती कि मोबाइल फोन ब्रेन ट्यूमर का कारण है। डॉ. मधुकर भारद्वाज ने बताया कि उल्टे कुछ मामलों में यह देखा गया है कि जो लोग ज्यादा मोबाइल फोन का यूज करते थे, उनमें कैंसर का कोई भी लक्षण नहीं देखा गया। हालांकि इसमें कोई संदेह नहीं कि इन मुद्दों को लेकर अब भी रिसर्च जारी है पर जिसमें उन्होंने बताया कि यह एक्सरसाइज इनके पसंदीदा फुल-बॉडी मूवमेंट्स में से एक है। उनके अनुसार, वह इसे अपने कई मॉडल्स और क्लाइट्स को नियमित रूप से करवाती हैं। यह एक्सरसाइज केवल पेट की मांसपेशियों पर ही काम नहीं करती, बल्कि

जिम जाने की जरूरत नहीं! घर पर इस जादुई एक्सरसाइज से गलेगी पेट की चर्बी, कोर मसल्स बनेगा मजबूत और कमर होगी स्लिम

घर पर फिट रहने के बारे में सोच रहे हैं तो पिलाटेस एक्सरसाइज एक आसान और असरदार ऑप्शन साबित हो सकती है। कम समय में पूरे शरीर को एक्टिव करने वाली यह टैक्नीक न केवल कोर स्ट्रेंथ बढ़ाती है बल्कि पेट की चर्बी कम करने, शरीर की बनावट और पोस्चर सुधारने में भी मदद कर सकती है।

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में फिट रहने की इच्छा तो लगभग हर किसी की होती है, लेकिन जिम जाने का समय और नियमितता बनाए रखना आसान नहीं होता। ऐसे में अगर कोई ऐसी एक्सरसाइज मिल जाए जिसे घर पर ही किया जा सके और जो पेट की चर्बी घटाने से लेकर पूरे शरीर को टोन करने तक में मदद करे, तो इससे बेहतर क्या हो सकता है। इन दिनों सोशल मीडिया पर एक पिलाटेस एक्सरसाइज तेजी से चर्चा में है, जिसे एक्सपर्ट्स पिलाटेस इंस्ट्रक्टर कैट ने शेयर किया है। उनका दावा है कि यह एक ऐसा मूवमेंट है जो कोर मसल्स को मजबूत करने, कमर को सुडौल बनाने, ग्लूट्स को टोन करने और शरीर की मुद्रा सुधारने में मदद कर सकता है। खास बात यह है कि इसे करने के लिए किसी महंगे उपकरण या जिम मेम्बरशिप की जरूरत नहीं पड़ती।

क्या है यह खास पिलाटेस एक्सरसाइज ?
पिलाटेस इंस्ट्रक्टर कैट पिछले 20 वर्षों से लोगों को ट्रेनिंग दे रही हैं। उन्होंने हाल ही में इंस्टाग्राम पर एक वीडियो शेयर किया, जिसमें उन्होंने बताया कि यह एक्सरसाइज उनके पसंदीदा फुल-बॉडी मूवमेंट्स में से एक है। उनके अनुसार, वह इसे अपने कई मॉडल्स और क्लाइट्स को नियमित रूप से करवाती हैं। यह एक्सरसाइज केवल पेट की मांसपेशियों पर ही काम नहीं करती, बल्कि



कंधों, भुजाओं, कमर, ग्लूट्स और पोस्चर को भी मजबूत बनाने में मदद करती है। यही वजह है कि इसे एक संपूर्ण बॉडी वर्कआउट माना जा रहा है।

पिलाटेस आखिर इतना पॉपुलर क्यों है ?
पिछले कुछ वर्षों में पिलाटेस को पॉपुलेरिटी तेजी से बढ़ी है, लेकिन बहुत कम लोग जानते हैं कि इसकी शुरुआत लगभग एक सदी पहले हुई थी। 1920 के दशक में विकसित यह एक्सरसाइज सिस्टम शरीर की गहरी मांसपेशियों को सक्रिय करने पर केंद्रित है।

कम प्रभाव लेकिन असरदार वर्कआउट

पिलाटेस की सबसे बड़ी खासियत यह है कि इसमें शरीर पर अत्यधिक दबाव नहीं पड़ता। जो लोग हाई-इंटेंसिटी वर्कआउट नहीं कर सकते, उनके लिए यह एक अच्छा विकल्प माना जाता है। नियमित अभ्यास से शरीर का संतुलन बेहतर होता है, लचीलापन बढ़ता है और कमर व पीठ से जुड़ी कई समस्याओं में राहत मिल सकती है।

कैसे करें यह एक्सरसाइज ?

इस एक्सरसाइज को करने के लिए सबसे पहले फर्श पर योगा मैट बिछाएं। इसके बाद अपने कंधों के नीचे एक रोलर रखें। यदि आप चाहें तो हल्के वेट का इस्तेमाल कर

सकते हैं, लेकिन शुरुआती लोग बिना वेट के भी इसे कर सकते हैं। अब पैरों को हल्का ऊपर उठाकर पंजों को मैट पर टिकाएं। इसके बाद बाएं पैर को ऊपर उठाएं और साथ ही दाएं हाथ को भी सामने की ओर बढ़ाएं। फिर घुटने को पेट की तरफ लाते हुए दाएं हाथ की उंगलियों से उसे छूने की कोशिश करें। इस मूवमेंट को 15 बार दोहराएं। इसके बाद हाथ और पैर बदलकर दूसरी तरफ भी यही प्रक्रिया अपनाएं। कैट की सलाह है कि प्रत्येक तरफ 15 रेपिटेशन के चार राउंड पूरे किए जाएं और हर सेट के बीच चार गहरी सांस ली जाएं।

मूंग दाल के कुरकुरे पकोड़ों से बनाएं ढाबा स्टाइल मसालेदार करी, स्वाद ऐसा कि हर कोई मांगेगा एक्स्ट्रा रोटी, जानिए रेसिपी

मूंग दाल पकोड़े की सब्जी स्वाद और पोषण का शानदार मेल है। दरदरे मूंग दाल पकोड़ों को मसालेदार ग्रेवी में पकाकर तैयार की गई यह डिश रोटी, परांठे या चावल के साथ बेहद स्वादिष्ट लगती है। आसान रेसिपी होने के कारण इसे घर पर आसानी से बनाया जा सकता है।

कई बार ऐसा होता है कि रोज-रोज की हरी सब्जियां खाकर मन ऊब जाता है और कुछ अलग, चटपटा और पेट भरने वाला खाने का मन करता है। ऐसे समय में मूंग दाल पकोड़े की सब्जी एक बेहतरीन विकल्प बन सकती है। यह रेसिपी स्वाद से भरपूर होने के साथ-साथ काफी पौष्टिक भी होती है। मूंग दाल में भरपूर प्रोटीन मौजूद होता है,

जिससे यह डिश सिर्फ स्वाद ही नहीं बल्कि सेहत के लिए भी अच्छी मानी जाती है। इस सब्जी की खास बात यह है कि इसमें कुरकुरे पकोड़ों को मसालेदार ग्रेवी में पकाया जाता है, जिससे उनका स्वाद कई गुना बढ़ जाता है। जब पकोड़े ग्रेवी का रस अपने अंदर सोख लेते हैं, तब हर निवाला बेहद लाजवाब लगता है।

चाहे गर्मियों का मौसम हो या बारिश का, यह रेसिपी हर मौसम में खाने का मजा बढ़ा देती है, अगर आपके घर में कुछ नया बनाने की डिमांड हो रही है या आप साधारण खाने से हटकर कुछ खास बनाना चाहते हैं, तो मूंग दाल पकोड़े की सब्जी जरूर ट्राई करें। आइए जानते हैं इसे बनाने का आसान तरीका।

मूंग दाल पकोड़े की सब्जी



बनाने के लिए सामग्री
पकोड़ों के लिए
1. 1 कप मूंग दाल
2. 1-2 हरी मिर्च
3. 3-4 लहसुन की कलियां
4. छोटा चम्मच नमक

5. छोटा चम्मच अजवाइन
6. तलने के लिए सरसों का तेल

ग्रेवी के लिए

1. 2-3 प्याज



2. 1 टमाटर
3. 3-4 लहसुन की कलियां
4. छोटा चम्मच जीरा
5. एक चुटकी हिंग
6. 1 तेजपत्ता
7. छोटा चम्मच हल्दी
8. छोटा चम्मच कश्मीरी लाल मिर्च
9. छोटा चम्मच लाल मिर्च पाउडर
10. 1-2 बड़े चम्मच धनिया पाउडर

अयोध्या जैसा आर्किटेक्चर, वही पत्थर! दिल्ली में बना है अनोखा राम मंदिर, भक्तों की लगती है लंबी लाइन



देश की राजधानी दिल्ली के प्रताप नगर के किशनगंज गौशाला में अयोध्या राम मंदिर जैसी तर्ज पर श्री राम मंदिर बनाया गया है। यह मंदिर अयोध्या की तर्ज पर बना है। यहां का पत्थर और आर्किटेक्चर वैसा ही है। यहां आने वाले भक्त इसे मिनी अयोध्या बता रहे हैं।

नई दिल्ली: अयोध्या में विराजमान रामलला के दर्शन करने की इच्छा हर राम भक्त की होती है। हालांकि समय और दूरी की वजह से हर किसी के लिए वहां जा पाना संभव नहीं है। ऐसे में दिल्ली में एक ऐसा अनोखा मंदिर मौजूद है, जिसे अयोध्या के भव्य राम मंदिर की तर्ज पर तैयार किया गया है। यहां पहुंचकर श्रद्धालु न केवल प्रभु श्रीराम के दर्शन कर सकते हैं। बल्कि अयोध्या जैसी आध्यात्मिक अनुभूति का भी अनुभव कर सकते हैं। यह मंदिर इन दिनों भक्तों और पर्यटकों के बीच खासा आकर्षण का केंद्र बना हुआ है। इस मंदिर का नाम श्री राम मंदिर है। जो कि दिल्ली के प्रताप नगर किशनगंज

गौशाला में बनी हुई है। इसका उद्घाटन इसी साल हु और यह 200 साल पुरानी किशनगंज गौशाला में बनाई गई है।

राम मंदिर की तर्ज पर है तैयार यहां के पुजारी श्याम जी महाराज ने बताया कि इस मंदिर का उद्घाटन 29 अप्रैल 2026 को मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने किया है। यहां पर 200 साल पुरानी दिल्ली पिंजरा पोल समिति की गौशाला है। इस मंदिर का निर्माण भी दिल्ली पिंजरा पोल समिति ने ही करवाया है। उन्होंने बताया कि यह मंदिर सुबह के 6:00 बजे खुल जाती है और दोपहर में 12:00 बजे बंद होती है। शाम को 5:00 खुलती है और रात के 8:30 बजे बंद होती है। जिस पत्थरों से राम मंदिर अयोध्या का निर्माण हुआ है। उसी पत्थरों से इस मंदिर को भी बनाया गया है।

जैसे ही श्री राम मंदिर अयोध्या बाहर से देखने में लगता है। वही आर्किटेक्चर और खूबसूरत लुक इस मंदिर को दिया गया है। इसे अयोध्या राम मंदिर की तर्ज पर ही

बनाया गया है। अगर आप राम मंदिर नहीं जा पा रहे हैं तो यहां पर आकर दर्शन कर सकते हैं। यहां पर खादू श्याम बाबा, सिद्धिविनायक गणेश देवा, राधा कृष्ण भगवान के साथ-साथ राम दरबार है और लक्ष्मी नारायण है। हनुमान जी, नवग्रह के साथ-साथ शिव जी की भी प्रतिमा मौजूद है।

भक्त बोले- लगता है आ गए हैं अयोध्या

सब्जी मंडी दिल्ली से यहां दर्शन करने आई सीमा राजपाल ने बताया कि उन्होंने इस मंदिर के बारे में सुना था। इसीलिए ढूंढते हुए यहां तक पहुंची है। यहां पर आकर ऐसा लगा जैसे मिनी अयोध्या में आ गए हो। बस अंदर अयोध्या जैसी श्री राम लाल की प्रतिमा नहीं है, लेकिन मंदिर बाहर से देखने में पूरा अयोध्या जैसा ही लग रहा है। यहां पर आकर लगा जैसे कनक भवन के अंदर आ गए हो। क्योंकि कनक भवन ठीक ऐसा ही है अंदर से। उन्होंने बताया कि वह पहली बार आई हैं, लेकिन दर्शन करके अयोध्या जैसा ही महसूस हुआ है। हालांकि गौशाला के अंदर स्थित होने की वजह से यहां तक पहुंचने में थोड़ी दिक्कतों का सामना लोगों को करना पड़ सकता है। जब थोड़ा और इसका अच्छे से रस्ता बन जाएगा या निर्माण हो जाएगा तब लोगों को तकलीफ नहीं होगी।

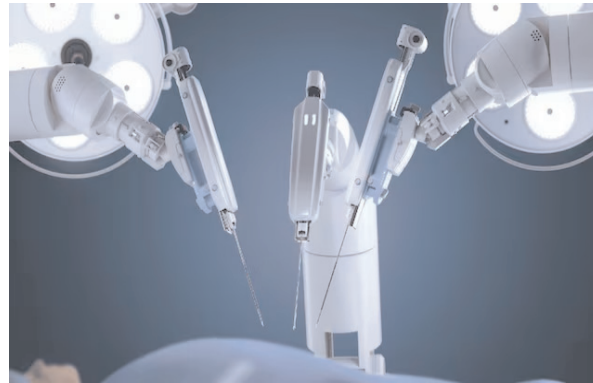
जानें कैसे पहुंचें दिल्ली के राम मंदिर

इस मंदिर की खासियत यह है कि यहां पर 200 साल पुरानी किशनगंज गौशाला भी मौजूद है, जिसमें 2000 से ज्यादा गाये हैं। जो लोग गुरु नक्षत्रों के दुष्प्रभाव से पीड़ित हैं।

इंदौर में ऑपरेशन टेबल पर था मरीज, 20,000 किमी दूर बैठा था डॉक्टर, कर दी हार्ट सर्जरी

भारतीय डॉक्टर सुधीर श्रीवास्तव ने इतिहास रच दिया है। उन्होंने 20 हजार किमी दूर गुयाना में बैठकर इंदौर में ऑपरेशन टेबल पर लेटे मरीज को सफल हार्ट सर्जरी की है। SSI Mantra से दुनिया की सबसे लंबी रोबोटिक हार्ट टेली सर्जरी की गुयाना के राष्ट्रपति ने भी तारीफ की है।

चिकित्सा तकनीक और भारत के डॉक्टरों की दुनिया ऐसे ही मुरीद नहीं है। 20 हजार किलोमीटर दूर बैठे डॉक्टर ने मरीज की हार्ट सर्जरी कर एक बार फिर इतिहास रच दिया है। भारत के जाने-माने हृदय रोग सर्जन डॉ. सुधीर श्रीवास्तव ने दक्षिण अमेरिकी देश गुयाना में बैठकर भारत के इंदौर में मौजूद एक मरीज के हृदय की सफल रोबोटिक



टेली-सर्जरी कर नया विश्व रिकॉर्ड बनाया है।

करीब 20,000 किलोमीटर की दूरी से की गई यह प्रक्रिया दुनिया की अब तक की सबसे लंबी दूरी की रोबोट-सहायित कार्डियक टेली सर्जरी मानी जा रही है। इस

उपलब्धि की सबसे खास बात यह है कि सर्जरी पूरी तरह भारत में विकसित SSI Mantra Surgical Robotic System की मदद से की गई जिसने भारत को वैश्विक रोबोटिक सर्जरी क्षेत्र में एक नई पहचान

दिलाई है।

बता दें कि यह ऐतिहासिक सर्जरी गुयाना के जॉर्जटाउन पब्लिक हॉस्पिटल कॉर्पोरेशन (GPHC) और इंदौर स्थित IRCAD इंडिया के बीच में हुई। जहां डॉक्टर श्रीवास्तव गुयाना के जीपीएचसी में बैठे थे, जबकि मरीज इंदौर के आईआरसीएड में था।

सर्जरी के दौरान डॉ. श्रीवास्तव गुयाना में स्थित एक विशेष टेली-सर्जन कंसोल से रोबोटिक सिस्टम को नियंत्रित कर रहे थे, जबकि मरीज इंदौर में सर्जरी टेबल पर लेटा हुआ था।

सामाने रोबोटिक आर्म्स थी जो डॉक्टर के हाथों की गतिविधियों को रियल टाइम में दोहरा रही थी और हृदय की जटिल प्रक्रिया

LIMA Takedown को सफलतापूर्वक अंजाम दे रही थी।

लगभग 300 मिलीसेकंड की नेटवर्क देरी के बावजूद पूरी प्रक्रिया बेहद सटीक और सुरक्षित तरीके से पूरी हुई। भारत में ऑपरेशन के दौरान मणिपाल हॉस्पिटल, जयपुर के कार्डियक सर्जन डॉ. ललित मलिक भी मौजूद रहे।

इस उपलब्धि को गुयाना के राष्ट्रपति डॉ. मोहम्मद इरफान अली ने स्वास्थ्य क्षेत्र में नए युग की शुरुआत बताया।

वहीं, डॉ. सुधीर श्रीवास्तव ने कहा कि यह सफलता साबित करती है कि भविष्य में दुनिया के किसी भी कोने में मौजूद मरीज तक विशेषज्ञ सर्जिकल सेवाएं पहुंचाई जा सकेंगी।

आम पन्ना से कोकम शरबत तक, बनाएं ये 10 नेचुरल शरबत, शरीर को रखेंगे ठंडा, बेहद पौष्टिक, पावरफुल

भारत के अलग-अलग राज्यों में कई ऐसे पारंपरिक पेय प्रचलित हैं, जो स्थानीय सामग्री से तैयार किए जाते हैं। ये ड्रिंक्स वर्षों से भारतीय खानपान और संस्कृति का हिस्सा रहे हैं। इनमें स्वाद के साथ-साथ स्वास्थ्य लाभ भी छिपे होते हैं। जानिए यहां 10 सुपर नेचुरल ड्रिंक्स के फायदों को बारे में...

गर्मियों के मौसम में बढ़ती गर्मी और तेज धूप से राहत पाने के लिए लोग अक्सर ठंडे पेय पदार्थों का सहारा लेते हैं। हालांकि, बाजार में मिलने वाले कई ड्रिंक्स में अधिक चीनी और कृत्रिम तत्व होते हैं। इसके विपरीत, पारंपरिक भारतीय



प्राकृतिक पेय न केवल शरीर को ठंडक पहुंचाते हैं, बल्कि जरूरी पोषक तत्व भी प्रदान करते हैं।

देसी पेय: स्वाद और सेहत का बेहतरीन मेल
भारत के अलग-अलग राज्यों

में कई ऐसे पारंपरिक पेय प्रचलित हैं, जो स्थानीय सामग्री से तैयार किए जाते हैं।

ये ड्रिंक्स वर्षों से भारतीय खानपान और संस्कृति का हिस्सा रहे हैं। इनमें स्वाद के साथ-साथ स्वास्थ्य लाभ भी छिपे होते हैं।

आम पन्ना: गर्मी से बचाव का लोकप्रिय पेय

कच्चे आम से तैयार होने वाला आम पन्ना गर्मियों में काफी पसंद किया जाता है। इसमें विटामिन सी, आयरन और इलेक्ट्रोलाइट्स पाए जाते हैं, जो शरीर को ठंडक देने और थकान कम करने में मदद कर सकते हैं।

लस्सी: ऊर्जा और पोषण से भरपूर

दही से बनने वाली लस्सी उत्तर भारत, खासकर पंजाब और हरियाणा में बेहद लोकप्रिय है। इसमें प्रोटीन, कैल्शियम और प्रोबायोटिक्स मौजूद होते हैं, जो पाचन तंत्र और शरीर की ऊर्जा बनाए रखने में सहायक माने जाते हैं।

छाछ: पाचन के लिए फायदेमंद छाछ एक हल्का और ताजगी देने वाला पेय है, जिसे कई राज्यों में भोजन के साथ पिया जाता है। इसमें कैल्शियम, विटामिन बी12 और प्रोबायोटिक्स होते हैं।

इजरायल और ईरान दोनों तत्काल सीजफायर चाहते हैं, ‘मूर्खता’ शांति की राह में बाधा : ट्रंप

वाशिंगटन। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने दावा किया है कि इजरायल और ईरान दोनों ‘तत्काल संघर्ष विराम (सीजफायर)’ चाहते हैं। इससे पहले की पोस्ट में उन्होंने दोनों को तुरंत ‘शूटिंग रोकने’ की नसीहत दी थी।

सोमवार को अपने लेटेस्ट टुथ सोशल पर ट्रंप ने लिखा, ‘इजरायल और ईरान दोनों तुरंत संघर्ष विराम चाहते हैं। शांति को लेकर अंतिम बातचीत आगे बढ़ रही है, बस मूर्खता या अज्ञानता शांति की राह में बाधा न बने।’

उन्होंने आगे कहा, ‘अंतिम समझौता होने तक नाकेबंदी (ब्लॉकेड) पूरी तरह लागू रहेगी और प्रभावी बनी रहेगी। चीजें तेजी से आगे बढ़नी चाहिए।’ यानी हमलों पर लगाम लगाने को लेकर जल्द ही कोई नतीजा सामने आ सकता है। उम्मीद जताई कि दोनों पक्ष संघर्ष समाप्त करने में अपनी भूमिका निभाएंगे। इससे पहले की एक



छोटी सी पोस्ट में ट्रंप ने सिर्फ एक वाक्य को कहा था। रविवार को ईरान ने इजरायल में ईरान-इजरायल से तुरंत शूटिंग रोकने

को कहा था। रविवार को ईरान ने इजरायल में कई मिसाइल दागे थे। तेहरान ने

हिज्बुल्लाह पर हमले को सीजफायर उल्लंघन मानते हुए हमला किया। इसके बाद इजरायल ने भी ईरान पर निशाना साधना शुरू कर दिया। ब्रिटेन के प्रधानमंत्री कीर स्टार्मर ने भी कहा कि मध्य पूर्व में सभी पक्षों का सीजफायर पर वापस लौटना बेहद जरूरी है। स्टार्मर ने कहा, ‘हिंसा फिर से शुरू होने को लेकर मैं बेहद चिंतित हूं। यह बहुत महत्वपूर्ण है कि सभी पक्ष फिर से युद्धविराम का पालन करें।’ उन्होंने आगे कहा, ‘स्थायी शांति की दिशा में गंभीर बातचीत चल रही है। यह बेहद जरूरी है कि हम इन प्रयासों को सफल होने का पूरा अवसर दें, क्योंकि इस संघर्ष का प्रभाव पूरी दुनिया पर पड़ रहा है, जिसमें यूनाइटेड किंगडम भी शामिल है। मैं सभी पक्षों से कहना चाहता हूं कि हम सभी की जिम्मेदारी है कि युद्धविराम की स्थिति बहाल की जाए और इस बारे में हमारा रुख पूरी तरह स्पष्ट होना चाहिए।’

आईडीएफ ने किया दावा, हवाई हमलों में तबाह हुई ईरान की बहाल की गई रक्षा प्रणालियां

नई दिल्ली। इजरायल डिफेंस फोर्स (आईडीएफ) ने ईरानी शासन के रणनीतिक रक्षा सिस्टम पर जबरदस्त हमले का दावा किया। यह कार्रवाई मिलिट्री इंटीलिजेंस की जानकारी के आधार पर की गई।

आईडीएफ ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म ‘एक्स’ पोस्ट में बताया, ‘वायु सेना के दर्जनों लड़ाकू विमानों ने सैन्य खुफिया जानकारी के आधार पर कुछ समय पहले ईरानी शासन की रणनीतिक रक्षा प्रणालियों पर बड़े पैमाने पर हमला किया। हाल के दिनों में ईरान के कई अलग-अलग इलाकों में रक्षा प्रणालियां तैनात की गई थीं। यह कदम शासन की ओर से अपनी पहचान (डिटेक्शन) और रक्षा क्षमताओं को फिर से बहाल करने की कोशिश का हिस्सा था, जिन्हें ऑपरेशन ‘ऑपरेशन रोरिंग लायन’ के दौरान नुकसान पहुंचा था। इन ताजा हमले में उन रक्षा प्रणालियों को नष्ट कर दिया गया है। ऑपरेशन ‘ऑपरेशन रोरिंग लायन’ के दौरान आईडीएफ ने ईरानी



शासन की रक्षा प्रणालियों पर गहराई तक जाकर हमला किया था। अभी पूरा किया गया यह हमला ईरानी हवाई क्षेत्र में वायु सेना की कार्रवाई करने की आजादी और क्षमता को और मजबूत करता है। वहीं दूसरी ओर आईआरजीसी ने ‘ऑपरेशन नख’ शुरू कर इजरायल के नेवतिम और तेल नोफ एयरबेस पर हवाई हमले का दावा किया। ईरान और इजरायल तनाव के बीच दोनों ही तरफ से घातक हमले जारी हैं। इन हमलों ने एक बार फिर से युद्ध के हालात पैदा कर दिए हैं। ईरान की अर्ध-सरकारी

समाचार एजेंसी फार्स न्यूज के अनुसार, आईआरजीसी ने एक बयान में कहा कि उसकी एयरोस्पेस फोर्स के बहादुर जवानों ने सोमवार को ‘ऑपरेशन नख’ (ऑपरेशन विजय) शुरू किया। यह कार्रवाई इजरायल की सैन्य गतिविधियों के जवाब में की गई। बयान में कहा गया, ‘यह ऑपरेशन बच्चों के हत्यारे जायोनिस्ट शासन (इजरायल) की ओर से ईरान के तीन अलग-अलग इलाकों में स्थित कई रडार ठिकानों पर किए गए मिसाइल हमलों के जवाब में किया गया।’

संक्षिप्त खबर

ईरान के पेट्रोकेमिकल प्लांट को इजरायली हमले से नुकसान, नेतन्याहू ने बुलाई सुरक्षा कैबिनेट बैठक



तेल अवीव/तेहरान। लेबनान में हिज्बुल्लाह पर हमले के जवाब में ईरान ने रविवार रात से इजरायल के कई इलाकों पर बैलिस्टिक मिसाइलें दागीं। जवाबी कार्रवाई में ईरान के खुजेस्तान प्रांत के माहशहर स्थित कारून पेट्रोकेमिकल कंपनी को निशाना बनाया। ईरानी मीडिया के अनुसार, इससे प्लांट को काफी नुकसान पहुंचा है। इस बीच इजरायल के प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू ने सुरक्षा कैबिनेट की बैठक बुलाई। फार्स समाचार एजेंसी ने खुजेस्तान प्रांत के एक सुरक्षा अधिकारी के हवाले से बताया कि हमले में संयंत्र का एक हिस्सा क्षतिग्रस्त हुआ है। अधिकारी के पास नुकसान और हताहतों का पूरा ब्योरा उपलब्ध नहीं था। ईरानी शहर माहशहर प्रमुख पेट्रोकेमिकल और औद्योगिक केंद्रों में गिना जाता है। यहां मौजूद ऊर्जा और रासायनिक उद्योग देश की अर्थव्यवस्था में महत्वपूर्ण योगदान देते हैं। वहीं, इजरायली सेना ने पेट्रोकेमिकल कॉम्प्लेक्स पर हमले की पुष्टि की है। सैन्य बयान में कहा गया कि इजरायली वायुसेना ने परिसर के कई लक्ष्यों को निशाना बनाया। सेना ने संक्षिप्त बयान में कहा कि अभियान से जुड़ी विस्तृत जानकारी बाद में जारी की जाएगी।

पीओके के रावलकोट में प्रदर्शनकारियों पर गोलीबारी को लेकर चिंता, हालात पर उठे सवाल



इस्लामाबाद। पाकिस्तान अधिकृत कश्मीर (पीओके) के रावलकोट क्षेत्र में शांतिपूर्ण प्रदर्शनकारियों पर पाकिस्तानी सुरक्षा बलों द्वारा की गई कथित गोलीबारी को लेकर गंभीर चिंताएं सामने आई हैं। यूनाइटेड कश्मीर पीपल्स नेशनल पार्टी ने सोमवार को इस घटना की कड़ी निंदा करते हुए इसे ‘नरसंहार’ करार दिया। यूकेपीएनपी के अनुसार, रविवार रात हुई इस घटना में कई प्रदर्शनकारियों की मौत हो गई और कई अन्य घायल हुए। संगठन ने कहा कि शांतिपूर्ण और निहत्थे लोगों पर बल प्रयोग लोकतांत्रिक मूल्यों के खिलाफ है। पार्टी ने बयान में कहा, ‘शांतिपूर्ण विरोध प्रदर्शन लोकतांत्रिक अधिकार है। पाकिस्तान को निहत्थे कश्मीरियों के खिलाफ अत्याचार और दमन का यह सिलसिला तुरंत बंद करना चाहिए।’ संगठन ने संयुक्त राष्ट्र और अंतरराष्ट्रीय समुदाय से हस्तक्षेप कर कश्मीरी लोगों के जीवन और उनके मौलिक अधिकारों की सुरक्षा सुनिश्चित करने की मांग की है। साथ ही अंतरराष्ट्रीय मीडिया और मानवाधिकार संगठनों से पीओके की जमीनी स्थिति को दुनिया के सामने लाने की अपील की है।

बलूच हथियारबंद समूहों का दावा, ‘अलग-अलग हमलों ने पहुंचाया पाक आर्मी को भारी नुकसान’

क्वेटा। बलूच हथियारबंद समूहों ने दावा किया है कि पिछले कुछ दिनों में उनके हमले में पाकिस्तानी सुरक्षा बलों को काफी नुकसान झेलना पड़ा है। अलग-अलग हमलों में पाक सेना के एक बड़े अधिकारी समेत कई कर्मी मारे गए हैं। स्थानीय मीडिया ने इस पर रिपोर्ट प्रकाशित की है।

बलूच लिबरेशन आर्मी (बीएलए) ने तुर्बत क्षेत्र के पास पाकिस्तानी सुरक्षा बलों पर हुए सशस्त्र हमले की जिम्मेदारी ली है। संगठन के अनुसार, इस हमले में पाकिस्तानी सेना के एक वरिष्ठ अधिकारी समेत चार लोगों की मौत हुई। अन्य सशस्त्र संगठनों बलूच राजा आजोई संगर (बीआरएस)



और बलूच रिपब्लिकन गार्ड्स (बीआरजी) ने बलूचिस्तान के जेहरी और कच्छी क्षेत्रों में पाकिस्तानी सुरक्षा बलों पर हमले करने का दावा किया है।

रविवार को जारी एक बयान में बीएलए प्रवक्ता जियाद बलोच ने कहा कि संगठन के लड़ाकों ने तुर्बत

के कलातुक इलाके में हमला किया। बीएलए के अनुसार, इस कार्रवाई में पाकिस्तानी सैन्य खुफिया विभाग (मिलिट्री इंटीलिजेंस) के वरिष्ठ अधिकारी बताए गए लेफ्टिनेंट कर्नल अरसान हलीम (सेवानिवृत्त) समेत तीन अन्य सैन्यकर्मी मारे गए।

आईआरजीसी ने शुरू किया ‘ऑपरेशन नख’, इजरायल के नेवतिम-तेल नोफ एयरबेस पर हमले का दावा

नई दिल्ली। ईरान और इजरायल तनाव के बीच दोनों ही तरफ से घातक हमले जारी हैं। रविवार रात से जारी हमलों ने एक बार फि से अशांति फैला दी है। इस्लामिक रिवोल्यूशनरी गार्ड कॉर्पस (आईआरजीसी) ने सोमवार को घोषणा की कि उसने कब्जे वाले इलाकों में मौजूद नेवतिम और तेल नोफ एयरबेस पर जवाबी हवाई हमले किए हैं।

ईरान की अर्ध-सरकारी समाचार एजेंसी फार्स न्यूज के अनुसार, आईआरजीसी ने एक बयान में कहा कि उसकी एयरोस्पेस फोर्स के बहादुर जवानों ने सोमवार को ‘ऑपरेशन नख’ (ऑपरेशन विजय) शुरू किया। यह कार्रवाई इजरायल की सैन्य गतिविधियों के जवाब में की गई।

बयान में कहा गया, ‘यह ऑपरेशन बच्चों के हत्यारे जायोनिस्ट शासन (इजरायल) की ओर से ईरान के तीन अलग-अलग इलाकों में स्थित कई रडार ठिकानों पर किए गए मिसाइल हमलों के जवाब में किया गया।’ फार्स न्यूज के अनुसार, आईआरजीसी की यह कार्रवाई



इजरायली शासन की ओर से युद्धविराम उल्लंघन के बाद की गई, जिसमें ईरानी क्षेत्र के अंदर कुछ लक्ष्यों पर हवाई मार्ग से दागी गई बैलिस्टिक मिसाइलों से हमला किया गया।

ईरानी सशस्त्र बलों ने रविवार रात इजरायल के कब्जे वाले इलाकों पर मिसाइलों की बौछार की। इजरायली मीडिया के अनुसार, कब्जे वाले गोलाण हाइट्स, तिबेरियास, सफ़द, नाजरेथ, हाइफा और कई अन्य शहरों में सायरन बजने लगे। ये घटनाएं लेबनान के खिलाफ ठिकानों पर किए गए मिसाइल हमलों के जवाब में किया गया। फार्स न्यूज के अनुसार, आईआरजीसी की यह कार्रवाई

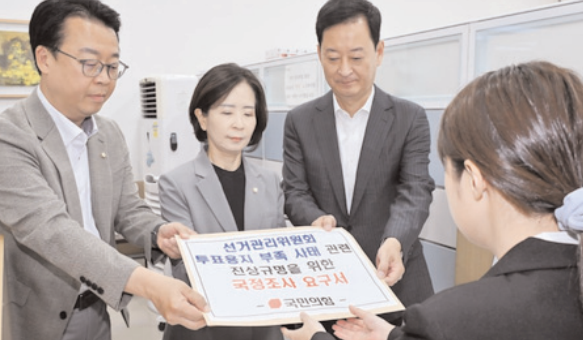
के दक्षिणी उपनगर दाहि्येह को निशाना बनाना भी शामिल था। फार्स न्यूज के अनुसार, आईआरजीसी ने कहा कि इजरायली सेना की कार्रवाई के जवाब में तेज प्रतिक्रिया देना और बड़ी संख्या में संभावित लक्ष्यों की पहचान करना इस चरण में शामिल महत्वपूर्ण कदमों में से था। बयान के मुताबिक, ‘आईआरजीसी की सभी लड़ाकू और ऑपरेशनल इकाइयां बड़े पैमाने पर कार्रवाई करने के लिए पूरी तरह तैयार हैं। उनका उद्देश्य दुश्मन को हर मोर्चे पर सबक सिखाना है। साथ ही, दुश्मन की संभावित रणनीतियों को ध्यान में रखते हुए आवश्यक कार्य योजनाएं भी तैयार कर ली गई हैं।’

स्थानीय चुनावों में मतपत्रों की कमी का मुद्दा गर्माया, संसदीय जांच की उठी मांग

सोल। दक्षिण कोरिया के स्थानीय चुनावों में मतपत्रों की कमी बड़ा मुद्दा बनी। इसे लेकर अब सत्तारूढ़ और विपक्षी खेमे ने संसदीय जांच की मांग करते हुए अलग-अलग प्रस्ताव दाखिल किए हैं। दोनों दलों ने घटना की विस्तृत जांच की मांग की, लेकिन जांच के दायरे को लेकर उनके बीच मतभेद हैं।

सत्तारूढ़ डेमोक्रेटिक पार्टी (डीपी) और मुख्य विपक्षी पीपुल पावर पार्टी (पीपीपी) ने नेशनल असेंबली के बिस्व विभाग में अपने-अपने अनुरोध अलग-अलग दाखिल किए, हालांकि दोनों ने कहा कि वे आगे बातचीत कर जांच के विवरण पर सहमति बनाने की कोशिश करेंगे।

योनहाप न्यूज एजेंसी के अनुसार, पीपीपी ने 18 सदस्यीय विशेष समिति बनाने का प्रस्ताव दिया है, जो 60 दिनों तक जांच की निगरानी करेगी। इसमें दोनों दलों से



नौ-नौ सदस्य होंगे और समिति की अध्यक्षता पीपीपी का एक सदस्य करेगा। पीपीपी के प्रस्ताव के अनुसार, यह समिति मतपत्रों की कमी के कारणों, मतदाताओं के अधिकारों के उल्लंघन और मतदान केंद्र से बैलेट बॉक्स हटाने के दौरान कथित पुलिस कार्रवाई की भी जांच करेगी। इसके अलावा, पार्टी ने इस मामले में स्वतंत्र आभियोजन जांच के लिए एक अलग विधेयक लाने की भी योजना बनाई है। सत्तारूढ़

डेमोक्रेटिक पार्टी ने अपना अलग प्रस्ताव बाद में प्रस्तुत किया। डेमोक्रेटिक पार्टी के सांसद चेओन जून-हो ने कहा, ‘राष्ट्रीय निर्वाचन आयोग (एनईसी) ने पहले से मतपत्रों की कमी की संभावना जताई थी। इसके बावजूद समय पर प्रतिक्रिया नहीं दी, जिससे गंभीर अव्यवस्था पैदा हुई।’ उन्होंने कहा कि इस ‘गंभीर कुप्रबंधन’ ने चुनाव की निष्पक्षता पर अनावश्यक संदेह को जन्म दिया।

पूर्व राष्ट्रपति यून सुक योल के महाभियोग का विरोध करने वाले पादरी से मिला अमेरिकी प्रतिनिधिमंडल

सोल। हाल ही में अमेरिका के विदेश विभाग के वरिष्ठ अधिकारियों ने दक्षिण कोरिया के एक पादरी से मुलाकात की। यह वही पादरी हैं जिन्होंने पूर्व राष्ट्रपति यून सुक योल के महाभियोग के खिलाफ रैलियों का नेतृत्व किया था। यून सुक योल फिलहाल जेल में हैं। उन पर दिसंबर 2024 में असफल मार्शल लॉ लागू करने की कोशिश का आरोप है।

सोमवार को सेंगेरो चर्च के अनुसार, लोकतंत्र, मानवाधिकार और श्रम मामलों के लिए अमेरिकी विदेश विभाग के सहायक सचिव राइली बार्न्स, कार्यवाहक उप सहायक सचिव जुली टर्नर और व्हाइट हाउस की फेथ लाइजन्ग बेल्सिस रोमेरो ने रविवार को बुसान में चर्च का दौरा किया। बुसान, सियोल से लगभग 330 किलोमीटर दक्षिण-पूर्व में स्थित है। वहां उन्होंने चर्च के वरिष्ठ पादरी सोन ह्यून-बो से मुलाकात की।



योनहाप समाचार एजेंसी की रिपोर्ट के अनुसार, चर्च ने बताया कि यह मुलाकात अमेरिकी पक्ष की पहल पर हुई थी। करीब एक महीने पहले उन्होंने संपर्क किया था। दोनों पक्षों के बीच दक्षिण कोरिया से जुड़े कई मुद्दों पर चर्चा हुई।

चर्च के अनुसार, बातचीत में धार्मिक संस्थाओं को भंग करने से जुड़े प्रस्तावित कानून, व्यापक भेदभाव-विरोधी कानून पर चल रही चर्चाएं और अन्य कई विषय शामिल थे। पादरी सोन ‘सेव कोरिया’ नामक एक रूढ़िवादी ईसाई नागरिक संगठन का भी नेतृत्व करते हैं। इस संगठन ने दिसंबर

2024 में यून सुक योल की असफल मार्शल लॉ घोषणा के बाद उनके महाभियोग के विरोध में कई रैलियां आयोजित की थीं।

पादरी सोन पर पिछले साल के राष्ट्रपति चुनाव के दौरान अवैध चुनाव प्रचार करने का आरोप लगा था। इस साल उन्हें छह महीने की जेल की सजा सुनाई गई, हालांकि यह सजा एक साल के लिए निलंबित (सस्पेंड) कर दी गई। इस बीच, अधिकारियों ने रविवार को बताया कि इस सप्ताह एक अदालत पूर्व राष्ट्रपति यून सुक योल के खिलाफ दर्ज मामले में फैसला सुनाने वाली है।

ईरान में फिर बिगड़े हालात, भारत ने नागरिकों को यात्रा से बचने और देश छोड़ने की सलाह दी

नई दिल्ली। ईरान और इजरायल में एक बार फिर शुरू हुई जंग के हालात को देखते हुए ईरान में भारतीय दूतावास सभी भारतीय नागरिकों को ईरान की यात्रा करने से बचने की एडवाइजरी जारी की है। साथ ही, जो भारतीय नागरिक ईरान में हैं उन्हें उपलब्ध परिवहन साधनों से देश से बाहर निकलने को कहा गया है।

ईरान में भारतीय दूतावास ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म ‘एक्स’ पर पोस्ट किया, ‘इलाके में हाल की घटनाओं को देखते हुए, दूतावास सभी भारतीय नागरिकों को अपनी पहले की सलाह दोहराता है कि वे ईरान की यात्रा करने से बचें। जो भारतीय नागरिक अभी ईरान में हैं, उन्हें भी सलाह दी जाती है कि वे उपलब्ध परिवहन साधनों से देश से बाहर



निकल जाएं।’ इस्लामिक रिपब्लिक न्यूज एजेंसी (आईआरएनए) के अनुसार, तेहरान के मेहराबाद हवाई अड्डे पर उड़ानें निलंबित कर दी गई हैं। ईरान के हवाई क्षेत्र का पश्चिमी भाग बंद कर दिया गया है। वहीं, इजरायल ने भी तेल अवीव के पूर्व में स्थित बेन गुरियन हवाई अड्डे पर नए प्रतिबंध लगाए हैं। इजरायली होम

फ्रंट कमांड ने बेन गुरियन हवाई अड्डे पर अतिरिक्त प्रतिबंध लगाने का आह्वान किया है। लेबनान में हिज्बुल्लाह पर हमले के जवाब में ईरान ने रविवार रात से इजरायल के कई इलाकों पर बैलिस्टिक मिसाइलें दागीं। जवाबी कार्रवाई में ईरान के खुजेस्तान प्रांत के माहशहर स्थित कारून पेट्रोकेमिकल कंपनी को निशाना

बनाया। ईरानी मीडिया के अनुसार, इससे प्लांट को काफी नुकसान पहुंचा है। ईरान के इस्लामिक रिवोल्यूशनरी गार्ड कॉर्पस (आईआरजीसी) ने बयान में पुष्टि की कि उसने इजरायल के रमत डेविड एयरबेस को बैलिस्टिक मिसाइलों से निशाना बनाया है। यह हमला उसने इजरायल की ओर से लेबनान में ‘बड़े पैमाने पर किए गए अपराधों’ के जवाब में किया है। दूसरी ओर इजरायल ने सोमवार तड़के पश्चिमी और मध्य ईरान में सैन्य ठिकानों पर हमले किए। ईरान की मिसाइल बौछारों के बाद इजरायल ने भी जवाबी कार्रवाई शुरू कर दी है। इजरायल डिफेंस फोर्स (आईडीएफ) ने दावा किया कि इजरायली वायु सेना ने पश्चिमी और मध्य ईरान में सैन्य ठिकानों पर हवाई हमले किए हैं।

करोड़ों की जमीन घोटाले का पर्दाफाश रिटायर्ड लेखपाल समेत 10 आरोपी गिरफ्तार

लखनऊ। उत्तर प्रदेश की गाजियाबाद पुलिस को एक बड़ी सफलता हाथ लगी है। दरअसल, पुलिस ने सोमवार को कार्रवाई करते हुए करोड़ों रुपए की जमीन हड़पने की साजिश में शामिल होने के आरोप में 10 लोगों को गिरफ्तार किया है। इसी को लेकर गाजियाबाद के डिप्टी कमिश्नर ऑफ पुलिस (डीसीपी) धवल जायसवाल ने गिरफ्तारियों और जांच के बारे में जानकारी दी।

उन्होंने बताया कि कमिश्नरेट गाजियाबाद के अंतर्गत थाना साहिबाबाद ने एक सराहनीय कार्य करते हुए फर्जी जमीनों के आधार पर धोखाधड़ी और कूटचिंत दस्तावेज तैयार करने वाले एक अंतर-राज्यीय गिरोह का पर्दाफाश किया है, जिसमें 10 लोगों को गिरफ्तार किया गया है। ये अपराधी महाराष्ट्र, राजस्थान और उत्तर प्रदेश के निवासी हैं। इनके पास से फर्जी पेन कार्ड, आधार कार्ड, कूटचिंत दस्तावेज और रजिस्ट्ररी की कॉपी आदि बरामद की गई है।



उन्होंने बताया कि इन अपराधियों का अपराध करने का जो तरीका था, वो इस प्रकार का था कि वे किसी दूसरे व्यक्ति के नाम पर जो जमीन थी, वे पहले उन जमीनों की कागजात हासिल करते थे और एक व्यक्ति को डमी कैंडिडेट के रूप में खड़ा गिरफ्तारी की गई है। इनके पास से तमाम ऐसे कागजात मिले हैं, जो फर्जी और कूटरचित तरीके से बनाई गई है। उन्होंने बताया कि इन लोगों ने एक फर्जी व्यक्ति के माध्यम से एक जमीन की डील करने का प्रयास किया, जिसकी बाजार

लेकर गायब हो जाते हैं। इसी प्रक्रिया के आधार पर सोमवार को इन लोगों ने साहिबाबाद क्षेत्र में एक जमीन का सौदा राम कुमार अग्रवाल के नाम से बनकर करने के साथ दूसरी पार्टी को ठगने का प्रयास किया। इसी संदर्भ में इनकी गिरफ्तारी की गई है। इनके पास से तमाम ऐसे कागजात मिले हैं, जो फर्जी और कूटरचित तरीके से बनाई गई है। उन्होंने बताया कि इन लोगों ने एक फर्जी व्यक्ति के माध्यम से एक जमीन की डील करने का प्रयास किया, जिसकी बाजार

में कीमत 100 करोड़ रुपए है, जिसे ये लोग दूसरे पक्ष से 50 करोड़ रुपए में डील कर रहे थे। इसी को लेकर दूसरे पक्ष ने इन लोगों के खिलाफ शियाकत दर्ज कराई, जिसके आधार पर पुलिस ने एक जाल बिछाया और इन लोगों को रंगे हाथ पकड़ा है। इसमें 10 लोगों की गिरफ्तारी की है, जिसमें एक महिला वांक्षित है, जिसकी गिरफ्तारी जल्द की जाएगी।

डीसीपी ने बताया इस पूरे प्रकरण में सराहनीय कार्य करने के लिए थाना साहिबाबाद पुलिस टीम को 25 हजार रुपए पुरस्कार की घोषणा की गई है। पुलिस ने बताया कि इन लोगों ने अलग-अलग क्षेत्रों में इस प्रकार की धोकाधड़ी की कोशिश की थी। साहिबाबाद में भी उन्होंने पूर्व में एक बार प्रयास किया था, लेकिन उन्हें सफलता नहीं मिली थी। दूसरी बार उन्होंने ऐसा करने का प्रयास किया, जिसके आधार पर उनकी गिरफ्तारी की गई है।

विधान परिषद चुनाव: जदयू के निशांत सहित एनडीए के सभी उम्मीदवारों ने दाखिल किया

पटना। बिहार विधान परिषद (एमएलसी) चुनाव को लेकर सोमवार को जदयू के निशांत कुमार सहित एनडीए के सभी नौ उम्मीदवारों ने नामांकन दाखिल कर दिया। नामांकन दाखिल करने के अंतिम दिन आज राजद के सुनील सिंह ने भी पर्चा भरा। आवश्यकता पड़ने पर विधान परिषद की नौ सीट के लिए द्विवार्षिक चुनाव 18 जून को प्रस्तावित है। इसके साथ ही पूर्व मुख्यमंत्री नीतीश कुमार के राज्यसभा सदस्य बनने के बाद रिक्त हुई एक सीट पर उपचुनाव भी कराया जा रहा है।

एनडीए में शामिल भाजपा और जदयू ने बिहार विधान परिषद द्विवार्षिक चुनाव 2026 के लिए भोजपुरी अभिनेता पवन सिंह, डॉ. संजय मयूख, अनिल कुमार ठाकुर और शीला पंडित को उम्मीदवार बनाया है, जबकि जदयू ने पूर्व मुख्यमंत्री नीतीश कुमार के पुत्र निशांत कुमार, डॉ. भारती मेहता, जो पार्टी की प्रदेश प्रवक्ता हैं, और



शिवानी प्रजापति, जो पश्चिम चंपारण जिला परिषद अध्यक्ष रह चुकी हैं, को भी उम्मीदवार बनाया है।

जदयू ने लालन प्रसाद को भी विधान परिषद भेजने का फैसला लिया है। लोजपा (रामविलास) की ओर से अशरफ अंसारी को प्रत्याशी बनाया है। इन सभी प्रत्याशियों ने सोमवार को नामांकन दाखिल किया। इस मौके पर मुख्यमंत्री सम्राट चौधरी , केंद्रीय मंत्री लालन सिंह, चिराग पासवान सहित एनडीए

के घटक दलों के कई प्रमुख नेता उपस्थित रहे। मुख्यमंत्री सम्राट चौधरी ने विधानमंडल परिसर पहुंचने के बाद लोगों को विक्रेती का साइन दिखाकर एनडीए के सभी प्रत्याशियों की जीत का दावा किया। विधानसभा में संख्या बल के हिसाब से एनडीए की आठ सीटों पर जीत पक्की है। महागठबंधन की ओर से राजद नेता सुनील सिंह ने अपना नामांकन भरा है। हालांकि, पार्टी के भीतर ही उनकी उम्मीदवारी पर सवाल उठने लगे हैं।

कलकत्ता हाईकोर्ट ने बंगाल के पूर्व मंत्री सुजीत बोस की याचिका खारिज की

कोलकाता। कलकत्ता हाईकोर्ट ने सोमवार को पश्चिम बंगाल के पूर्व अग्निशमन सेवा मंत्री सुजीत बोस की उस याचिका को खारिज कर दिया, जिसमें उन्होंने नगर पालिकाओं में भर्ती से जुड़े करोड़ों रुपए के घोटाले में अपनी कथित संलिप्तता को लेकर प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) की ओर से उनके खिलाफ दर्ज ‘एनफोर्समेंट केस इंफॉर्मेशन रिपोर्ट’ (ईसीआईआर) को रद्द करने की मांग की थी।

जस्टिस कृष्णा राव की सिंगल जज वेकेशन बेंच ने बोस को जमानत की अर्जी दाखिल करने की सलाह दी। जज ने इस मामले में तेज सुनवाई के लिए बोस की अर्जी भी खारिज कर दी। नगर पालिका में नौकरी के बदले पैसे लेने के मामले में लंबी पुछताछ के बाद 11 मई की रात ईडी अधिकारियों द्वारा गिरफ्तार किए जाने के बाद से बोस अभी तक न्यायिक हिरासत में हैं। सोमवार को बोस के वकील ने



कोर्ट को बताया कि हालांकि इस मामले को दिन की सुनवाई की सूची में शामिल किया जाना था लेकिन सूची में न होने के कारण वे तत्काल सुनवाई के लिए विशेष अनुरोध कर रहे हैं।

हालांकि, सिंगल-जज वेकेशन बेंच इस तर्क से बिस्कुल भी संतुष्ट नहीं थी। जस्टिस राव ने ईसीआईआर को रद्द करने की याचिका पर तेज सुनवाई की जरूरत पर सवाल उठाया। इसके बाद, उन्होंने वकील को सलाह दी कि अगर उन्हें जरूरी लगे तो वे इस मामले में जमानत की अर्जी दाखिल कर सकते हैं। अगरली सुनवाई जुलाई में तय की गई थी।

संक्षिप्त खबर

मालवीय नगर अग्निकांड : आम आदमी पार्टी ने शेफ की गिरफ्तारी पर उठाए सवाल, बड़े दोषियों को बचाने का आरोप

नई दिल्ली। मालवीय नगर अग्निकांड मामले में होटल के शेफ की गिरफ्तारी को लेकर आम आदमी पार्टी ने सरकार और जांच एजेंसियों की कार्यप्रणाली पर सवाल उठाए। पार्टी के वरिष्ठ नेता एवं बुरुड़ी विधायक संजीव झा ने आरोप लगाया कि इस मामले में गरीब और प्रवासी कर्मचारी को निशाना बनाकर बड़े जिम्मेदार लोगों को बचाने की कोशिश की जा रही है। संजीव झा ने कहा कि मालवीय नगर स्थित होटल में हुए भीषण अग्निकांड में अब तक 22 लोगों की मौत की पुष्टि हो चुकी है। घटना के बाद दिल्ली सरकार की ओर से गहन जांच और दोषियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई का आश्वासन दिया गया था, लेकिन शुरुआती कार्रवाई को देखकर ऐसा नहीं लगता कि वास्तविक जिम्मेदार लोगों तक जांच पहुंच रही है। उन्होंने कहा कि होटल में कार्यरत शेफ केशव नेगी को इस मामले का मुख्य आरोपी बनाकर पेश किया जा रहा है। झा के अनुसार, ऐसा प्रतीत कराय़ा जा रहा है मानो अवैध निर्माण, होटल संचालन और सुरक्षा मानकों की अनदेखी के लिए केवल वही जिम्मेदार हों। उन्होंने सवाल उठाया कि यदि होटल अवैध रूप से संचालित हो रहा था और सुरक्षा मानकों का पालन नहीं किया जा रहा था तो संबंधित विभागों और अधिकारियों की जवाबदेही क्यों तय नहीं की जा रही है। विधायक ने कहा कि केशव नेगी उत्तराखंड से आए एक प्रवासी कर्मचारी हैं और जांच के नाम पर उन्हें बलि का बकरा बनाया जा रहा है। उन्होंने आरोप लगाया कि प्रशासन यह मानकर चल रहा है कि एक साधारण कर्मचारी का पक्ष रखने वाला कोई नहीं होगा।

जम्मू में अगले तीन दिन तक आग उगलेगा सूरज, सामान्य से अधिक रहेगा तापमान

श्रीनगर। आईएमडी के डायरेक्टर मुख्तार अहमद ने 10 जून तक गर्म और शुष्क मौसम का अनुमान लगाया है। इसके बाद 11 जून से हल्की बारिश, आंधी-तूफान और तेज हवाएं चलने की संभावना है, साथ ही जम्मू में तापमान सामान्य से अधिक रहेगा। आईएनएस से बात करते हुए उन्होंने कहा कि 10 जून तक शुष्क मौसम रहने का पूर्वानुमान है। जम्मू संभाग में 9-10 तारीख को लू चलने की आशंका है। 11 तारीख को हल्की बारिश हो सकती है, लेकिन भारी बारिश की कोई संभावना नहीं है। इस हिसाब से मौसम ठीक रहने का चांस है। कुछ जिलों में आंधी-तूफान चलने की भी आशंका है। ऐसे में लोगों को सलाह है कि घर के अंदर रहें। उन्होंने कहा कि श्रीनगर में एक-दो डिग्री सेल्सियस तापमान बढ़ने के भी चांस हैं। जम्मू संभाग में अगले दो-तीन दिनों में 42-43 डिग्री सेल्सियस तक तापमान जा सकता है। लेकिन 11 तारीख से तापमान में 3-5 डिग्री सेल्सियस की गिरावट आएगी। बता दें कि एक दिन पहले 7 जून को दिल्ली-एनसीआर समेत उत्तर भारत में लू का अलर्ट जारी किया गया। दक्षिण-पश्चिम मानसून देश के दक्षिणी और पूर्वोत्तर हिस्सों में तेजी से आगे बढ़ रहा है। हालांकि, मानसून की यह रफ्तार उत्तर भारत तक अभी नहीं पहुंची है। भारत मौसम विज्ञान विभाग (आईएमडी) ने चेतावनी दी है कि दिल्ली-एनसीआर, पंजाब, हरियाणा, पश्चिमी उत्तर प्रदेश और राजस्थान के बड़े हिस्से अगले कई दिनों तक भीषण गर्मी और लू की चपेट में रहेंगे।



मालवीय नगर अग्निकांड : कोर्ट ने लवकेश बजाज की रिमांड बढ़ाई, कुक को न्यायिक हिरासत में भेजा

नई दिल्ली। दिल्ली के मालवीय नगर अग्निकांड में गिरफ्तार होटल के मालिक लवकेश बजाज और कुक केशव नेगी को सोमवार को साकेत कोर्ट में पेश किया गया।

राजधानी दिल्ली के मालवीय नगर में हुए अग्निकांड मामले में होटल के गिरफ्तार मालिक लवकेश बजाज और कुक केशव नेगी की पुलिस रिमांड खत्म होने के बाद दोनों को सोमवार को दिल्ली के साकेत कोर्ट में पेश किया गया। इस दौरान कोर्ट ने लवकेश बजाज की पुलिस रिमांड दो दिन और बढ़ा दी है, जबकि कुक केशव नेगी को 14 दिन की न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया है। इससे पहले दिल्ली पुलिस ने 6 जून को होटल के कुक केशव नेगी को गिरफ्तार किया था। दिल्ली पुलिस की



जांच में सामने आया है कि आग लगने में कुक की लापरवाही थी। जांच के दौरान अधिकारियों को कथित तौर पर सुरक्षा नियमों के कई उल्लंघन और इन्धन के फायर सेफ्टी इंफ्रास्ट्रक्चर में भी गंभीर कमियां मिली थीं। इस मामले में पुलिस ने होटल के मालिक लवकेश बजाज के अलावा अन्य आरोपी स्वीटी सरकार और पुष्पो सरकार को

भी गिरफ्तार किया है। बता दें कि इस घटना में कई विदेशी नागरिकों समेत कम से कम 22 लोगों की मौत हो गई। इन 22 लोगों में से 9 भारतीय थे, जबकि 13 विदेशी नागरिक थे, जो बांग्लादेश, लाइबेरिया, नाइजीरिया और मोजाम्बिक के रहने वाले थे। इमारत से 47 लोगों को सुरक्षित बाहर निकाला गया था।

जन धन खातों की संख्या 58.15 करोड़ पहुंची, जमा राशि 3 लाख करोड़ रुपए के पार: सरकार

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार की पिछले 12 वर्षों की पहलों ने वित्तीय समावेशन, स्वास्थ्य सेवा, आवास, नल से जल, स्वच्छ ईंधन और सामाजिक सुरक्षा जैसी सुविधाओं तक लोगों की पहुंच को कई गुना बढ़ाया है। यह जानकारी वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण के कार्यालय द्वारा सोमवार को जारी एक फैक्टशीट में दी गई।

फैक्टशीट के अनुसार, देश भर में गरीबों के लिए खोले गए जन धन बैंक खातों की संख्या बढ़कर 58.15 करोड़ हो गई है। इन खातों में कुल जमा राशि भी बढ़कर 3 लाख करोड़ रुपए तक पहुंच गई है, जो इस योजना की सफलता को दर्शाती है।

प्रधानमंत्री जन धन योजना के तहत, खासकर ग्रामीण क्षेत्रों में खोले गए ये खाते दुनिया के सबसे बड़े वित्तीय समावेशन अभियान के



रूप में देखे जाते हैं। भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) के आंकड़ों के मुताबिक, जन धन खातों में से 56 प्रतिशत खाते महिलाओं के नाम पर हैं। फैक्टशीट में कहा गया है कि जन धन योजना, आधार और मोबाइल को मिलाकर बनी ‘जेएएम ट्रिनिटी’ ने देश में वित्तीय समावेशन को नई गति दी है। इस व्यवस्था के जरिए यह सुनिश्चित किया गया है कि सरकारी कल्याणकारी योजनाओं का लाभ बिना किसी रिसाव (लीकेज) के सीधे पात्र लाभार्थियों तक पहुंचे।

बयान में बताया गया कि प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना (एबी-पीएमजेएवाई) के तहत जारी आयुष्मान भारत कार्डों की संख्या 44 करोड़ तक पहुंच गई है। यह योजना 12 करोड़ परिवारों को प्रति वर्ष 5 लाख रुपए तक का स्वास्थ्य बीमा कवर प्रदान करती है, जो कि देश की तकरीबन 40 प्रतिशत आबादी को कवर करती है। इसके अलावा, मार्च 2024 में लगभग 37 लाख आशा कार्यक्रमकर्ताओं, आंगनवाड़ी कार्यकर्ताओं और सहायिकाओं के परिवारों को भी इस योजना में शामिल किया गया। बाद में इस योजना का विस्तार करते हुए 70 वर्ष या उससे अधिक आयु के 6 करोड़ वरिष्ठ नागरिकों को भी इसमें शामिल किया गया। ये लाभार्थी लगभग 4.5 करोड़ परिवारों से आते हैं और उनकी सामाजिक-आर्थिक स्थिति की परवाह किए बिना उन्हें योजना का लाभ दिया गया है।

दलाई लामा के बाएं घुटने का सफल ऑपरेशन चिकित्सक बोले- 'रिकवरी अच्छी'

नई दिल्ली। तिब्बती धर्म गुरु दलाई लामा की बाएं घुटने की सर्जरी सफल रही है। उनके निजी चिकित्सकों ने सोमवार को हेल्थ बुलेटिन जारी किया। दलाई लामा के बाएं घुटने का प्रत्यारोपण नई दिल्ली स्थित निजी अस्पताल में कराया गया।

दलाई लामा के निजी चिकित्सकों डॉ. त्सेतन डी. सदुतशांग, डॉ. तमदिन त्सेवांग, डॉ. त्सेरिंग ल्हाडोन और डॉ. तेनजिन सुंदू के साथ-साथ उनके सचिव टेनजिन एन. ताकला ने अपोलो अस्पताल में सफल प्रत्यारोपण किया। जून 2024 में भी उन्होंने सर्जरी के बाद उनके स्वास्थ्य को स्पेशल सर्जरी में दाएं घुटने का सफल प्रत्यारोपण कराया था,



जिसके बाद उनकी रिकवरी अच्छी रही थी। चिकित्सकों ने बताया कि वर्तमान प्रक्रिया के बाद उनकी स्थिति स्थिर है और स्वास्थ्य में सुधार जारी है।

चिकित्सकों ने बताया कि अस्पताल के मेडिकल, नर्सिंग और प्रशासनिक स्टाफ ने उनके उपचार में उत्कृष्ट देखभाल प्रदान की है। बयान में अस्पताल की पेशेवर सेवा, समर्पण और सहयोग के लिए आभार व्यक्त किया गया है। तिब्बती धर्मगुरु दलाई लामा शुक्रवार को दिल्ली पहुंचे थे। शुक्रवार सुबह कांगड़ा एयरपोर्ट से दिल्ली रवाना होने से पहले एयरपोर्ट पर अनुयायियों की अच्छी खासी तादाद जुट गई।

श्रीनगर पुलिस की बड़ी कार्रवाई, ड्रग तस्करी से जुड़ी 4 करोड़ की संपत्तियां जब्त

श्रीनगर। जम्मू-कश्मीर को नशामुक्त बनाने के उद्देश्य से चलाए जा रहे ‘नशामुक्त जम्मू-कश्मीर अभियान’ के तहत श्रीनगर पुलिस ने बड़ी कार्रवाई करते हुए दो कथित ड्रग तस्करों की करीब चार करोड़ रुपये मूल्य की अचल संपत्तियां जब्त की हैं। यह कार्रवाई नारकोटिक ड्रग्स एंड साइकोट्रोपिक सब्स्टेंस (एनडीपीएस) एक्ट, 1985 के प्रावधानों के तहत की गई।

पुलिस अधिकारियों के अनुसार, ड्रग तस्करी के खिलाफ जारी अभियान के तहत संगम पुलिस स्टेशन ने एनडीपीएस एक्ट की धारा 8/20 के अंतर्गत दर्ज एफआईआर संख्या 14/2026 की जांच के दौरान गुलाम अहमद डार की संपत्तियों को जब्त किया। जब्त की गई संपत्तियों का अनुमानित मूल्य लगभग तीन करोड़ रुपये बताया गया है।

इन संपत्तियों में एक रिहायशी मकान, भूमि का एक हिस्सा और कई व्यावसायिक दुकानें शामिल हैं। जांच के दौरान पुलिस को



ऐसे साक्ष्य मिले, जिनके आधार पर यह संपत्तियों को जब्त कर लिया गया। एक अन्य निष्कर्ष निकाला गया कि इन संपत्तियों को नशीले पदार्थों की तस्करी से अर्जित अवैध आय के माध्यम से हासिल किया गया था। इसके बाद कानूनी प्रक्रिया पूरी करते हुए

संपत्तियों को जब्त कर लिया गया। एक अन्य मामले में पुलिस स्टेशन नवाहट्टन ने एनडीपीएस एक्ट की धारा 8/20 के तहत दर्ज एफआईआर संख्या 09/2018 के संबंध में मोहम्मद शफी शेख की लगभग एक करोड़ रुपए मूल्य की

रिहायशी संपत्ति को जब्त किया। मोहम्मद शफी शेख, स्वर्गीय मोहम्मद सुभान शेख के पुत्र हैं। पुलिस जांच में इस संपत्ति को भी मादक पदार्थों की तस्करी से अर्जित अवैध संपत्ति के रूप में चिह्नित किया गया था। पुलिस ने बताया कि इन जकी कार्रवाइयों का उद्देश्य नशीले पदार्थों के अवैध कारोबार से अर्जित संपत्तियों को छिपाने, बेचने या किसी अन्य व्यक्ति को हस्तांतरित करने से रोकना है। एनडीपीएस एक्ट के तहत ऐसे मामलों में अवैध कमाई से अर्जित संपत्तियों को जब्त करने का प्रावधान है, ताकि ड्रग तस्करी के आर्थिक नेटवर्क को कमजोर किया जा सके। श्रीनगर पुलिस ने कहा कि वह केवल ड्रग तस्करों के खिलाफ ही नहीं बल्कि उनके द्वारा अवैध गतिविधियों से अर्जित संपत्तियों के खिलाफ भी सख्त कार्रवाई कर रही है। पुलिस का मानना ​​है कि आर्थिक स्रोतों पर चोट पहुंचाकर नशीले पदार्थों के नेटवर्क को प्रभावी ढंग से समाप्त किया जा सकता है।

एनवीडिया और एसके हाइनिक्स ने एआई फैक्टरियों के लिए कई साल के समझौते पर किए हस्ताक्षर



सोल। एनवीडिया और एसके हाइनिक्स ने सोमवार को कहा कि उन्होंने आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) फैक्ट्रियों के लिए अगली पीढ़ी की मेमोरी टेक्नोलॉजी को आगे बढ़ाने के लिए कई सालों की टेक्नोलॉजी पार्टनरशिप की है।

एनवीडिया के सीईओ जेन्सेन हुआंग ने सोल में एसके ग्रुप के हेडक्वार्टर में पत्रकारों से कहा, 'हमने इसके के साथ एक बहुत ही

अहम और लंबे समय तक चलने वाली पार्टनरशिप की है।'

योनहाप समाचार एजेंसी की रिपोर्ट के अनुसार, हुआंग ने कहा कि दोनों कंपनियां मिलकर टेक्नोलॉजी रोडमैप तैयार करेंगी और पारंपरिक मेमोरी डेवलपमेंट से आगे बढ़कर अपने सहयोग को और गहरा करेंगी।

एसके ग्रुप के चेयरमैन चेई ताए-बोन ने भी कहा कि यह पार्टनरशिप दोनों कंपनियों

मौजूदगी को बढ़ाएगी, साथ ही लंबे डेवलपमेंट साइकल के बावजूद एडवांस्ड मेमोरी प्रोडक्ट की स्थिर सप्लाई सुनिश्चित करने में मदद करेगी।

हुआंग ने कहा, 'हम एआई क्रांति की शुरुआत में हैं,' और उन्होंने आगे कहा कि एआई का भविष्य बहुत उम्मीदों वाला है।

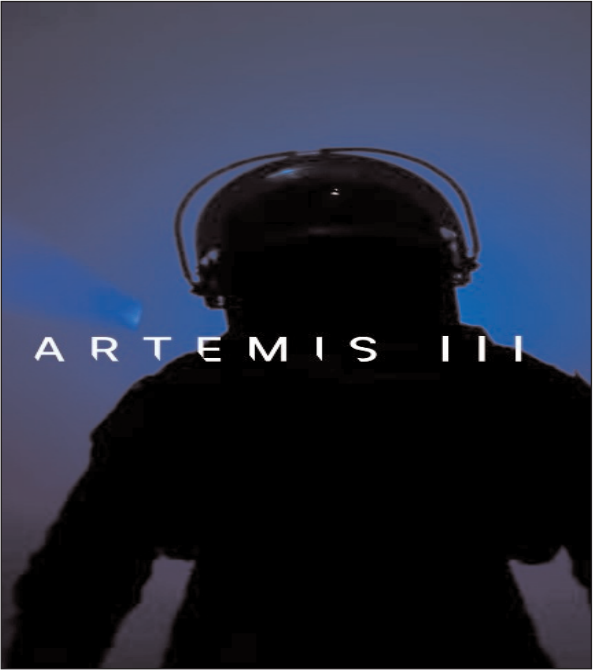
हुआंग ने यह भी कहा कि एनवीडिया, एसके हाइनिक्स को एआई इंफ्रास्ट्रक्चर और फिजिकल एआई जैसे नए क्षेत्रों में विस्तार करने में मदद करेगा, साथ ही एनवीडिया के अगली पीढ़ी के फ्लैगशिप एआई प्लेटफॉर्म 'वेरा रबिन' के लिए मेमोरी टेक्नोलॉजी पर मिलकर काम करेगा।

इस समझौते के तहत, कंपनियां एनवीडिया के अगली पीढ़ी के सिस्टम, जिसमें वेरा रबिन एआई सुपरकंप्यूटर भी शामिल हैं, के लिए मेमोरी टेक्नोलॉजी को मिलकर डेवलप करेंगी।

एसके हाइनिक्स, अपनी स्थानीय प्रतिद्वंद्वी सैमसंग इलेक्ट्रॉनिक्स कंपनी और माइक्रोन टेक्नोलॉजी के साथ मिलकर, वेरा रबिन के लिए एक अहम मेमोरी कंपोनेंट एचबीएम4 की सप्लाई करती है। एनवीडिया ने कहा कि वेरा रबिन का प्रोडक्शन अब पूरी तरह से चल रहा है और इस साल की तीसरी तिमाही में इसकी डिलीवरी शुरू होने वाली है।

यह घोषणा दक्षिण कोरिया में हुआंग की हाई-प्रोफाइल यात्रा के दौरान की गई, जहां वे एआई और रोबोटिक्स में व्यापक सहयोग की संभावनाओं पर चर्चा करने के लिए बड़े कॉर्पोरेट समूहों के नेताओं और शोधकर्ताओं से मिल रहे हैं।

आर्टेमिस-III की तैयारी में जुटा नासा, इस दिन कराएगा मिशन के एस्ट्रोनॉट्स से मुलाकात



नई दिल्ली। चंद्रमा पर मानव मिशनों को लेकर तेजी से काम कर रहे अमेरिकी स्पेस एजेंसी नासा ने आर्टेमिस-III मिशन की तैयारियां और तेज कर दी हैं। इसी क्रम में नासा 9 जून को इंस्टाग्राम लाइव कार्यक्रम के माध्यम से आर्टेमिस-III मिशन से जुड़े एस्ट्रोनॉट्स से दुनिया को रूबरू कराएगा। यह कार्यक्रम भारतीय समयानुसार रात में प्रसारित होगा, जिसमें मिशन की तैयारियों और भविष्य की योजनाओं पर चर्चा की जाएगी।

नासा ने इंस्टाग्राम पर किए पोस्ट में बताया कि 9 जून को सुबह 11 बजे ईडीटी (1500 यूटीसी) पर आयोजित होने वाले इंस्टाग्राम लाइव में आर्टेमिस-III मिशन के लिए चयनित अंतरिक्ष यात्री शामिल होंगे। इस दौरान मिशन से संबंधित अहम जानकारीयां भी मिल सकती हैं।

नासा के अनुसार, आर्टेमिस-III मिशन भविष्य में चंद्रमा पर मानव लैंडिंग को संभव बनाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पड़ाव साबित होगा। मिशन के तहत एसएलएस (स्पेस लॉन्च सिस्टम) रॉकेट की मदद से ओरियन अंतरिक्ष यान में अंतरिक्ष यात्रियों को पृथ्वी की निचली कक्षा में भेजा जाएगा। वहां ओरियन स्पेसक्राफ्ट और निजी कंपनियों द्वारा विकसित कर्मशियल लैंडर्स में से एक या दोनों का उपयोग डाकिंग क्षमताओं का परीक्षण किया जाएगा।

यह परीक्षण इसलिए महत्वपूर्ण

कर्मशियल लैंडर्स के बीच सफलतापूर्वक मिलन और डाकिंग हो सके। यही तकनीक भविष्य में अंतरिक्ष यात्रियों को चंद्रमा की सतह तक पहुंचाने में अहम भूमिका निभाएगी।

नासा के अनुसार, फिलहाल मिशन की तैयारियां तय कार्यक्रम के अनुसार आगे बढ़ रही हैं और लॉन्च को लेकर सभी आवश्यक व्यवस्थाएं की जा रही हैं। एजेंसी ने यह भी संकेत दिया है कि आर्टेमिस-III मिशन के डिजाइन और कू से जुड़ी विस्तृत जानकारी 2027 में प्रस्तावित लॉन्च के करीब साझा की जाएगी।

पॉज, ब्रीद, रीकनेक्ट : आयुष मंत्रालय ने सिखाई ध्यान की आसान तकनीक

नई दिल्ली। विश्व योग दिवस अब मात्र कुछ ही दिन दूर है। ऐसे में भारत सरकार का आयुष मंत्रालय लगातार लोगों को स्वस्थ और शांत जीवन जीने के लिए योगासन को दिनचर्या में शामिल करने की सलाह दे रहा है। इसी कड़ी में मंत्रालय लगातार नए-नए योगासनों के साथ ही उसके अभ्यास से मिलने वाले लाभ के बारे में भी जानकारी दे रहा है।

मंत्रालय ने आसन और प्रभावी मेडिटेशन तकनीक

सिखाई है। मंत्रालय का संदेश बहुत स्पष्ट है 'पॉज, ब्रीद, रीकनेक्ट' यानी रुकें, सांस लें और खुद से दोबारा जुड़ें। योग एक्सपर्ट्स के अनुसार, ध्यान मन को शांत करने, एकाग्रता बढ़ाने और भावनात्मक संतुलन बनाने का सबसे आसान तरीका है। आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में रोजाना सिर्फ कुछ मिनट की सचेत सांस और ध्यान अभ्यास से व्यक्ति के जीवन में स्पष्टता, शांति और सकारात्मक ऊर्जा आ



सकती है।

ऐसे में एक्सपर्ट लोगों से अपील करते हैं कि व्यस्त दिनचर्या में भी ध्यान के लिए समय निकालें। साथ ही ध्यान करने की सरल तकनीक भी बताई-

ध्यान के लिए किसी आरामदायक जगह पर ध्यान मुद्रा में बैठ जाएं और रीढ़ की हड्डी को सीधा रखें। हाथों को जांघों पर ज्ञान मुद्रा (अंगुठा और तर्जनी उंगली को जोड़कर) में रखें।

इसके बाद धीरे-धीरे आंखें बंद कर लें और चेहरे को थोड़ा ऊपर की ओर उठाएं। इस दौरान सामान्य रूप से सांस लेते-छोड़ते रहें। शुरुआत में सिर्फ सांस पर पूरा ध्यान केंद्रित करें। फिर अपना ध्यान भौंहों के बीच वाली जगह (आज्ञा चक्र) पर लगाएं। इस अवस्था में पांच मिनट या जितनी देर तक सहज रह सकें, बैठे रहें। वहीं, अभ्यास पूरा करने के लिए धीरे-धीरे ध्यान को वापस सांस पर लाएं और फिर

आसपास के वातावरण की ओर ले जाएं।

यह तकनीक अभ्यास के शुरुआती स्तर पर मौजूद लोगों के लिए भी बहुत आसान है। एक्सपर्ट्स का कहना है कि नियमित अभ्यास से तनाव कम होता है, नींद अच्छी आती है और मन की अशांति दूर होती है। योग और ध्यान न सिर्फ शारीरिक स्वास्थ्य बल्कि मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य के लिए भी बेहद जरूरी हैं।

हर्निया से बचाव में मददगार उपविष्ट कोणासन, साइटिका में भी मिल सकती है राहत



नई दिल्ली। आज की तेज रफ्तार जिंदगी में शरीर पर लगातार दबाव बढ़ता जा रहा है, जिससे पाचन तंत्र की कमजोरी, मांसपेशियों में जकड़न, कमर दर्द और हर्निया जैसी गंभीर समस्याएं पैदा हो रही हैं। ऐसे में योग को शरीर के प्राकृतिक इलाज के रूप में देखा जाता है। इन्हीं योगासनों में उपविष्ट

शरीर को धीरे-धीरे फैलाकर आगे की ओर झुकाया जाता है, जिससे मांसपेशियों में खिंचाव आता है। यह खिंचाव शरीर की जकड़न को कम करता है और अंदरूनी रक्त संचार को बेहतर बनाता है। ये उन लोगों के लिए ज्यादा फायदेमंद है, जो लंबे समय तक बैठकर काम करते हैं।

इस आसन का सबसे बड़ा लाभ हैमिस्ट्रिंग मांसपेशियों में लचीलापन बढ़ाना है। हैमिस्ट्रिंग शरीर के पिछले हिस्से की बड़ी मांसपेशियां होती हैं, जो जांघों के पीछे स्थित होती हैं। जब कोई व्यक्ति लंबे समय तक बैठा रहता है या कम चलता है, तो ये मांसपेशियां धीरे-धीरे सख्त हो जाती हैं। उपविष्ट कोणासन में जब पैरों को फैलाकर आगे झुकते हैं, तो इन मांसपेशियों पर धीरे-धीरे खिंचाव आता है।

यह खिंचाव मांसपेशियों को लचीला और लचीला बनाता है, जिससे चलने-फिरने में आसानी होती है और शरीर का संतुलन बेहतर होता है।

इसके अलावा, यह पेल्विक क्षेत्र में रक्त संचार को बेहतर करता है। पेल्विक क्षेत्र शरीर का महत्वपूर्ण हिस्सा है, जहां कई अंदरूनी अंग स्थित होते हैं। इस आसन के दौरान जब शरीर आगे की ओर झुकता है, तो इस क्षेत्र में हल्का दबाव और खिंचाव बनता है, जिससे रक्त का प्रवाह बेहतर होता है। बेहतर रक्त संचार से अंग ज्यादा सक्रिय और स्वस्थ रहते हैं, जिससे कई अंदरूनी समस्याओं की संभावना कम हो जाती है।

उपविष्ट कोणासन को हर्निया की रोकथाम में भी सहायक माना जाता है। हर्निया तब होता है जब पेट की मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं और अंदरूनी अंग अपनी सामान्य जगह से बाहर की ओर दबाव डालने लगते हैं।

यह आसन पेट और पेल्विक मांसपेशियों को मजबूत करता है। जब मांसपेशियां मजबूत होती हैं, तो वे अंदरूनी अंगों को सही जगह पर बनाए रखने में मदद करती हैं।

एसी के ज्यादा इस्तेमाल से बढ़ रहा त्वचा और बालों का रूखापन, ऐसे करें देखभाल

मुंबई। तेज गर्मी और बढ़ते तापमान के लिए लोग एयरकंडीशनर (एसी) का इस्तेमाल करते हैं, लेकिन इसका लंबे समय तक इस्तेमाल स्किन मॉइस्चर बैरियर को प्रभावित कर सकता है। कमरे की हवा सूखी हो जाती है, जिससे त्वचा और बालों से पानी जल्दी वाष्पित होने लगता है। यही कारण है कि लंबे समय तक एसी में रहने वाले लोगों में रूखापन, खुजली, बालों का टूटना और त्वचा में जलन जैसी समस्याएं ज्यादा देखने को मिलती हैं। अगर सही देखभाल की जाए तो इनसे काफी हद तक बचा जा सकता है।

त्वचा विशेषज्ञों के अनुसार, एसी की हवा में नमी की मात्रा बहुत कम होती है, जिससे त्वचा की ऊपरी परत, यानी स्किन बैरियर, कमजोर होने लगता है। यह बैरियर हमारी त्वचा को बाहरी नुकसान और पानी की कमी से बचाता है। जब यह कमजोर होता है तो त्वचा जल्दी ड्राई हो जाती है और उसमें खुजली या रैशेज जैसी समस्याएं शुरू हो सकती हैं। इस स्थिति से बचने



के लिए सबसे जरूरी उपाय है त्वचा को बाहरी रूप से नमी देना। मॉइस्चराइजिंग क्रीम या लोशन का इस्तेमाल इसमें बेहद मददगार है। ये क्रीम त्वचा पर एक हल्की सुरक्षात्मक परत बनाती हैं, यह कमजोर होता है तो त्वचा जल्दी ड्राई हो लंबे समय तक नरम बनी रहती है।

नहाने की आदत भी त्वचा की सेहत पर

असर डालती है। हल्के गुनगुने पानी का उपयोग त्वचा के लिए संतुलित माना जाता है। यह त्वचा के रोमछिद्रों को सफाई करता है और प्राकृतिक नमी को बनाए रखने में मदद करता है। यह तरीका त्वचा के लिपिड बैरेंस को स्थिर रखता है, जिससे त्वचा ज्यादा समय तक स्वस्थ रहती है। त्वचा की गहराई से देखभाल के लिए हाइड्रेटिंग फेस मास्क जरूरी है, ये जरूरी पोषक तत्व और नमी देते हैं। इनमें मौजूद प्राकृतिक तत्व त्वचा की कोशिकाओं में पानी को बनाए रखने में मदद करते हैं, जिससे त्वचा का लचीलापन और चमक बनी रहती है। नियमित रूप से हाइड्रेटिंग मास्क लगाने से त्वचा की बाहरी परत मजबूत होती है और पर्यावरणीय नुकसान से सुरक्षा बढ़ती है।

बालों की बात करें तो एसी की हवा बालों की नमी को भी प्रभावित करती है। बालों की बाहरी परत, यानी क्यूटिकल, जब सूख जाती है तो बाल रूखे, कमजोर और टूटने लगते हैं।

बांग्लादेश में खसरे के प्रकोप से सात और मौतें, मरने वालों की संख्या 620 हुई

ढाका। बांग्लादेश में खसरे का प्रकोप बढ़ता जा रहा है। रविवार सुबह 8 बजे तक 24 घंटों में खसरे जैसे लक्षणों से सात बांग्लादेशी बच्चों की मौत हो गई। इससे देश में खसरे से जुड़ी कन्फर्म और संदिग्ध मौतों की कुल संख्या बढ़कर 620 हो गई।



डायरेक्टरेट जनरल ऑफ हेल्थ सर्विसेज (डीजीएचएस) के अनुसार, हाल की मौतों को खसरा के संदिग्ध श्रेणी में रखा गया है। यूनाइटेड न्यूज ऑफ बांग्लादेश (यूएनबी) ने बताया कि हाल की मौतों के साथ, खसरा से होने वाली

के अनुसार, यूएनबी ने बताया कि 15 मार्च से, खसरा के 64,263 संदिग्ध मरीजों को हॉस्पिटल में भर्ती कराया गया है। उनमें से 60,084 ठीक हो चुके हैं।

स्थानीय मीडिया के अनुसार, पिछले महीने संयुक्त राष्ट्र अंतरराष्ट्रीय बाल आपातकालीन कोष (यूनिकेफ) ने कहा कि उसने देश की पिछली अंतरिम मुहम्मद यूनुस की सरकार को बार-बार लैटर लिखकर और स्वास्थ्य मंत्रालय के अधिकारियों के साथ मीटिंग के जरिए वैक्सीन की कमी के बारे में चेतावनी दी थी।

रातभर करवटें बदल रहे हैं? शरीर में इन जरूरी पोषक तत्वों की हो सकती है कमी

नई दिल्ली। आज की तेज रफ्तार जिंदगी में अच्छी और गहरी नींद लोगों के लिए सबसे बड़ी चुनौतियों में से एक बनती जा रही है। कई लोग रात को समय पर बिस्तर पर तो चले जाते हैं, लेकिन घंटों तक नींद नहीं आती। कुछ लोगों की नींद बार-बार टूटती है, जबकि कुछ सुबह उठते ही खुद को थका हुआ महसूस करते हैं। आमतौर पर इसकी वजह तनाव, काम का दबाव, मोबाइल और लैपटॉप का ज्यादा इस्तेमाल या अनियमित दिनचर्या को माना जाता है। हालांकि वैज्ञानिक शोध बताते हैं कि कई मामलों में शरीर में कुछ जरूरी विटामिन और पोषक तत्वों की कमी भी नींद की गुणवत्ता को प्रभावित कर सकती है।

वैज्ञानिकों के अनुसार, जब हम सोते हैं, तब शरीर खुद की मरम्मत करता है, मस्तिष्क दिनभर की जानकारीयों को व्यवस्थित करता है और हार्मोन संतुलित होते हैं। अगर यह प्रक्रिया बार-बार बाधित होती है, तो इसका असर पूरे शरीर पर पड़ सकता है। लंबे समय तक खराब नींद रहने से थकान, चिड़चिड़ापन, ध्यान की कमी और कई स्वास्थ्य समस्याएं पैदा हो सकती हैं।

पोषों में विटामिन डी को नींद से जुड़े महत्वपूर्ण पोषक तत्वों में से एक माना गया है। विटामिन डी केवल हड्डियों के लिए ही जरूरी नहीं है, बल्कि यह मस्तिष्क और शरीर की कई जैविक प्रक्रियाओं में भी भूमिका निभाता है। जिन लोगों में

विटामिन डी का स्तर कम होता है, उनमें नींद की अवधि कम हो सकती है या रात में नींद बार-बार टूट सकती है। हालांकि यह संबंध हर व्यक्ति में एक जैसा नहीं होता और इसके पीछे अन्य कारण भी हो सकते हैं।

इसी तरह विटामिन बी12 को भी शरीर की तंत्रिका प्रणाली के लिए बेहद महत्वपूर्ण माना जाता है। यह विटामिन बॉडी क्लॉक को संतुलित रखने में मदद करता है। जब इसका स्तर बहुत कम हो जाता है, तो कुछ लोगों में नींद और जागने के प्राकृतिक चक्र पर असर पड़ सकता है। इसके साथ ही थकान, कमजोरी और ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई जैसी समस्याएं भी दिखाई दे सकती हैं।

भारतीय अंडर-18 महिला टीम के प्रदर्शन पर कोच रानी बोलीं, ‘आत्मविश्वास बढ़ाने वाला है ब्रॉन्ज मेडल’



नई दिल्ली। भारतीय अंडर-18 महिला हॉकी टीम की कोच रानी रामपाल ने एशिया कप में जीते गए ब्रॉन्ज मेडल को टीम के लिए आत्मविश्वास बढ़ाने वाला बताया है। वहीं, टीम की कप्तान स्वीटी कुजूर ने ब्रॉन्ज जीतने की खुशी जताई, लेकिन कहा कि गोल्ड मेडल नहीं जीत पाने का थोड़ा अफसोस भी है।

टीम में गोल्ड जीतने की क्षमता थी, लेकिन फिर भी यह मेडल भविष्य के लिए खिलाड़ियों का मनोबल बढ़ाएगा। भारतीय महिला टीम का प्रदर्शन टूर्नामेंट में शानदार रहा। पूल स्टेज में भारतीय टीम ने अपने तीनों ही मुकाबले जीते और टीम पहले स्थान पर रही। पूल स्टेज में भारतीय टीम ने 30 गोल किए और विपक्षी टीम को

महज 2 गोल करने का मौका दिया। हालांकि, भारतीय टीम को सेमीफाइनल मुकाबले में चीन के खिलाफ हार का सामना करना पड़ा। चार क्वार्टर के बाद स्कोर 2-2 पर रखने के बाद भारतीय टीम को शूटआउट में 1-3 से हार का सामना करना पड़ा। हालांकि, ब्रॉन्ज मेडल के लिए हुए

मुकाबले में टीम का प्रदर्शन दमदार रहा। भारतीय टीम ने कोरिया को 3-0 से हराते हुए ब्रॉन्ज मेडल अपने नाम किया और टूर्नामेंट का अंत तीसरे स्थान पर रहते हुए किया। टीम के प्रदर्शन पर ‘आईएनएस’ के साथ बात करते हुए हेड कोच रानी रामपाल ने कहा, ‘यह इन खिलाड़ियों के लिए सिर्फ शुरुआत है, और उनके सामने हॉकी का एक लंबा सफर है। मेरा मानना ​​? है कि यह मेडल और एशिया कप टूर्नामेंट उनके लिए आत्मविश्वास बढ़ाने वाला रहा है, और यह उन्हें भविष्य में और भी बेहतर प्रदर्शन

करने में मदद करेगा। ‘ब्रॉन्ज मेडल के लिए कोरिया के खिलाफ हुए मुकाबले में संदीपा कुमारी (2वें मिनट), कैप्टन स्वीटी कुजूर (16वें मिनट) और नौशीन नाज (33वें मिनट) ने भारतीय टीम की तरफ से गोल किया। कप्तान स्वीटी ने टीम के प्रदर्शन को लेकर कहा, ‘हम खुश हैं, लेकिन साथ ही थोड़े निराश भी हैं क्योंकि हमने जो गोल अपने लिए तय किया था, उसे पूरी तरह हासिल नहीं कर पाए। हमें विश्वास था कि हमारी टीम गोल्ड मेडल जीतने के काबिल है, लेकिन हम अपनी ही गलतियों की वजह से पीछे रह गए।



फीबा 3×3 वर्ल्ड कप: पुरुषों में लातविया चैंपियन, महिलाओं में यूएसए ने जीता खिताब

वारसा। फीबा 3×3 वर्ल्ड कप में लातविया की पुरुष टीम, जबकि अमेरिका की महिला टीम ने खिताब अपने नाम किए। यह मुकाबले पोलैंड के वारसा में खेले गए। लातविया ने पुरुषों के फाइनल में जर्मनी को 20-15 से शिकस्त देकर अपना पहला 3×3 वर्ल्ड कप खिताब जीता। इस जीत के साथ लातविया प्रमुख अंतरराष्ट्रीय सम्मानों का संग्रह पूरा करने वाली पहली पुरुष टीम बन गई। इस टीम ने 2020 टोक्यो ओलंपिक में गोल्ड और यूरोपीय कप 2017 अपने नाम किया था। सर्बिया ने फ्रांस को 20-19 से हराकर कांस्य पदक जीता। महिलाओं के मुकाबले में, अमेरिका ने फाइनल में ऑस्ट्रेलिया को 21-20 से मात दी। मिकायला विलियम्स ने विजयी बास्केट किया, जिन्हें टूर्नामेंट का मोस्ट वैल्यूएबल प्लेयर (एमवीपी) चुना गया। यह जीत अमेरिकी महिलाओं के लिए चौथा 3×3 वर्ल्ड कप खिताब था। इससे पहले टीम ने साल 2012, 2014 और 2023 में खिताबी जीत हासिल की थी, जबकि ऑस्ट्रेलिया पहली बार

महिला फाइनल में पहुंचा था। नीदरलैंड ने अजरबैजान पर 21-14 से जीत के साथ ब्रॉन्ज अपने नाम किया। 7 दिनों तक चले इस टूर्नामेंट में दुनियाभर की 40 टीमों ने हिस्सा लिया और 1,00,000 से अधिक दर्शक इसे देखने पहुंचे। शुरुआती टूर्नामेंट, जिसका नाम मूल रूप से फीबा 3×3 वर्ल्ड चैंपियनशिप था, अगस्त 2012 में एथेंस (ग्रीस) में आयोजित किया गया था। पहले संस्करण में एक मिक्स्ड इवेंट था, जिसमें प्रत्येक टीम में 2 पुरुष और 2 महिलाएं शामिल थीं, लेकिन अब उसे बंद कर दिया गया है। अब टूर्नामेंट में सिर्फ दो ही इवेंट होते हैं: एक पुरुषों के लिए और दूसरा महिलाओं के लिए। सर्बिया पुरुषों के मुकाबले में सबसे सफल देश है, जिसने 6 गोल्ड, 1 सिल्वर और 2 ब्रॉन्ज पदक जीते हैं, जबकि अमेरिका 1 गोल्ड और 2 सिल्वर के साथ दूसरे स्थान पर है। लातविया, कतर और ओमान फीबा 3×3 वर्ल्ड कप में गोल्ड जीतने वाले अन्य देश हैं।

‘प्लेयर ऑफ द मैच’ चुने गए डेब्यूटेंट मानव सुथार, बताया मैच से क्या सबक मिला ?



न्यू चंडीगढ़। मानव सुथार ने अपने डेब्यू टेस्ट मैच की पहली पारी में 6 विकेट लेने के साथ मुकाबले में कुल 7 विकेट हासिल किए। इस शानदार प्रदर्शन के लिए बाएं हाथ के स्पिनर को ‘प्लेयर ऑफ द मैच’ चुना गया। महाराजा यादवेंद्र सिंह अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट स्टेडियम में जारी एकमात्र टेस्ट मैच में भारत ने अपनी पहली पारी 564/8 के स्कोर

पर घोषित की। इसके जवाब में अफगानिस्तान की पहली पारी महज 152 रन पर सिमट गई। टीम इंडिया ने मेहमानों को फॉलोऑन दिया, जिसके बाद दूसरी पारी में अफगानिस्तान का खेमा 112 रन पर ढेर हो गया। ‘प्लेयर ऑफ द मैच’ चुने जाने पर मानव सुथार ने स्वीकारा कि टेस्ट क्रिकेट आसान नहीं है। भारत के लिए टेस्ट डेब्यू करने पर मानव

ने कहा, ‘यह मेरे लिए बेहद अवास्तविक एहसास था। शुरुआत से ही मेरा सपना भारत के लिए खेलना था। मैं टेस्ट क्रिकेट खेलना चाहता था। इसलिए यह पल मेरे लिए अविश्वसनीय था और सच कहूँ तो अभी भी यकीन नहीं हो रहा है।’ अपने डेब्यू टेस्ट की पहली पारी में मानव ने 41 गेंदों का सामना करते हुए 2 छक्कों और इतने ही

चौकों के साथ 28 रन बनाए। सुथार से पूछा गया कि क्या गेंदबाजी से पहले बल्लेबाजी करने से घबराहट कम हुई ? इसके जवाब में उन्होंने कहा, ‘नहीं, जब मैं बल्लेबाजी करने उतरा तब भी काफी सहज महसूस कर रहा था। कुछ गेंदें खेलने के बाद मुझे लगा कि विकेट स्पिनर्स के लिए थोड़ी मददगार है। फिर जब मैं गेंदबाजी करने आया और पहला ओवर डाला, तब भी मुझे वही महसूस हुआ। इसके बाद मेरा पूरा ध्यान सही लाइन, लेंथ और गति बनाए रखने पर था।’ करियर के शुरुआती ओवरों में गेंदबाजी को लेकर मानव सुथार ने कहा, ‘शुरुआत में मेरा फोकस विकेट को समझने पर था। इसलिए मैं अपनी स्टॉक डिलीवरी का ज्यादा से ज्यादा इस्तेमाल करना चाहता था। जब मुझे समझ आया कि विकेट थोड़ा धीमा है और गति में बदलाव की जरूरत है, तब मैंने वैसी रणनीति अपनाई, लेकिन विचार यही था कि मेरी स्टॉक बॉल जितनी प्रभावी हो सके, उतनी ही। दूसरी नई गेंद मिलना मेरे लिए बहुत गर्व की बात थी।

3 प्रमुख तेज गेंदबाज और नीतीश-दुबे भी मौजूद, आयरलैंड-इंग्लैंड सीरीज में प्रिंस को कैसे मिलेगी प्लेइंग-11 में जगह ?

नई दिल्ली। आयरलैंड और इंग्लैंड दौरे के लिए चुनी गई भारतीय टीम में कुल चार तेज गेंदबाजों को जगह दी गई है, जिसमें उभरते हुए गेंदबाज प्रिंस यादव का भी नाम शामिल है। अफगानिस्तान के खिलाफ वनडे टीम में मौका मिलने के बाद प्रिंस टी20 के लिए भी सिलेक्टेड का भरोसा जीतने में सफल रहे हैं। हालांकि, बड़ा सवाल यह है कि क्या प्रिंस इस पूरे दौरे पर प्लेइंग इलेवन में जगह बना पाएंगे और अगर टीम मैनेजमेंट उनको खिलाने का फैसला लेता है, तो कौन उन्हें आयरलैंड और इंग्लैंड में अंतिम एकादश में मौका मिलेगा या नहीं। प्रिंस के लिए जगह बनाने इस वजह से भी मुश्किल नजर आ रहा है, क्योंकि नीतीश कुमार रेड्डी और शिवम दुबे को भी टी20 टीम में रखा गया है, जो बल्ले के साथ-साथ गेंदबाजी कर सकते हैं। अब अगर टीम मैनेजमेंट प्रिंस की काबिलियत से बहुत ज्यादा प्रभावित होगा, तो उन्हें मौका मिलने का चांस सिर्फ आयरलैंड के खिलाफ नजर आ रहा है। दिक्कत यह है कि आयरलैंड के खिलाफ भारत को सिर्फ 2 ही टी20 खेलने हैं।

प्रिंस की प्लेइंग इलेवन में जगह बनती हुई दिखाई नहीं दे रही है। आईपीएल 2026 में लखनऊ सुपर जायंट्स की ओर से खेलते हुए प्रिंस ने 14 मुकाबलों में 16 विकेट निकाले थे। प्रिंस ने हर किसी का ध्यान अपनी ओर तब खींचा था, जब उन्होंने बेहतरीन गेंद पर विराट कोहली को क्लीन बोलर कर दिया था। टी20 से पहले अफगानिस्तान के खिलाफ प्रिंस को वनडे में आजमाया जा सकता है और 50 ओवर के फॉर्मेट के प्रदर्शन से ही शायद यह तय हो कि उन्हें आयरलैंड और इंग्लैंड में अंतिम एकादश में मौका मिलेगा या नहीं। प्रिंस के लिए जगह बनाने इस वजह से भी मुश्किल नजर आ रहा है, क्योंकि नीतीश कुमार रेड्डी और शिवम दुबे को भी टी20 टीम में रखा गया है, जो बल्ले के साथ-साथ गेंदबाजी कर सकते हैं। अब अगर टीम मैनेजमेंट प्रिंस की काबिलियत से बहुत ज्यादा प्रभावित होगा, तो उन्हें मौका मिलने का चांस सिर्फ आयरलैंड के खिलाफ नजर आ रहा है। दिक्कत यह है कि आयरलैंड के खिलाफ भारत को सिर्फ 2 ही टी20 खेलने हैं।

महिला टी20 विश्व कप: आईसीसी ने किया कमेंट्री पैनल का ऐलान, मिताली-अंजुम समेत कई पूर्व दिग्गज शामिल



दुबई। इंटरनेशनल क्रिकेट कमेंटरेटर शामिल हैं, जो टूर्नामेंट के कार्डसिल (आईसीसी) ने महिला टी20 विश्व कप 2026 के लिए विश्लेषण और रोमांचक अनुभव अपनी कमेंट्री और ब्रॉडकास्ट टीम की घोषणा कर दी है। इस टीम में दुनिया भर के कई पूर्व कप्तान, विश्व कप विजेता खिलाड़ी और अनुभवी

कमेंटरेटर शामिल हैं, जो टूर्नामेंट के दौरान दर्शकों को बेहतरीन विश्लेषण और रोमांचक अनुभव देंगे। आईसीसी द्वारा घोषित कमेंट्री पैनल में भारत की पूर्व कप्तान मिताली राज, इंग्लैंड की तेज

गेंदबाज ताश फरांट, पूर्व भारतीय क्रिकेटर अंजुम चोपड़ा, न्यूजीलैंड की केटी मार्टिन, पाकिस्तान की पूर्व कप्तान सना मीर, आयरलैंड की इसोबेल जॉयस, भारत की वेदा कृष्णमूर्ति और पूर्व क्रिकेटर साइमन डूल जैसे बड़े नाम शामिल हैं। इस टीम में कई ऐसे सदस्य भी हैं, जो अपने-अपने देशों के लिए विश्व कप जीत चुके हैं। मेल जोन्स और जुलिया प्राइस ऑस्ट्रेलिया की विश्व कप विजेता टीम का हिस्सा रह चुकी हैं। वहीं स्टेसी-एन किंग वेस्टइंडीज की उस टीम में शामिल थीं जिसने महिला टी20 विश्व कप जीता था। इंग्लैंड की पूर्व खिलाड़ियों ईसा गुहा और एबोनी रैनफोर्ड-ब्रेंट ने भी अपने देश को विश्व कप और टी20 विश्व कप जीताने में अहम भूमिका निभाई थी। पुरुष क्रिकेट के कुछ बड़े नाम भी कमेंट्री पैनल का हिस्सा होंगे।

इनमें ऑस्ट्रेलिया के दो बार के विश्व कप विजेता मैथ्यू हेडन, भारत के दिनेश कार्तिक और वेस्टइंडीज के पूर्व ऑलराउंडर कालिस ब्रैथवेट शामिल हैं। इसके अलावा नासिर हुसैन, इयान बिशप और इयान स्मिथ जैसे अनुभवी कमेंटरेटर भी टूर्नामेंट में अपनी आवाज का जादू बिखेरेंगे। इन सभी ने क्रिकेट के कई ऐतिहासिक मुकाबलों में कमेंट्री की है और प्रशंसकों के बीच काफी लोकप्रिय हैं। आईसीसी ने प्रस्तोता और ब्रॉडकास्ट टीम में चार्ल्स डेगर्नाल, लैटली जर्मनोस, एलन विल्किंस, नीला मैकगोल्ड्रिक, जितिन सप्रू, कैस नायडू, रोनक कपूर और अली मिशेल को भी शामिल किया है। ये सभी टूर्नामेंट के दौरान दर्शकों तक खिलाड़ियों की कहानियाँ, मैचों का विश्लेषण और मैदान से जुड़ी खास जानकारियाँ पहुंचाएंगे।

एशियन गेम्स में भारतीय गोल्फर्स को मिलेगा पूरा सपोर्ट: पीजीटीआई चीफ कपिल देव

नई दिल्ली। प्रोफेशनल गोल्फ टूर ऑफ इंडिया (पीजीटीआई) के अध्यक्ष कपिल देव को उम्मीद है कि भारतीय गोल्फर्स जापान के आइची-नागोया में होने वाले एशियन गेम्स 2026 में शानदार प्रदर्शन करेंगे। उनका मानना ​​है कि गर्वनिंग बॉडी एथलीट्स को हर तरह का सपोर्ट देगी। इंडियन गोल्फ यूनियन (आईजीयू) ने छह सदस्यों वाली एक शानदार टीम की घोषणा की थी, जिसमें ओलंपियन अदिति अशोक और दीक्षा डागर के साथ पीजीटीआई के उभरते हुए स्टार सुवराज संभू भी शामिल हैं, जिन्होंने घरेलू सीजन में रिकॉर्ड-तोड़ प्रदर्शन के बाद पुरुष टीम की कप्तान संभाली थी। भारतीय क्रिकेट टीम को साल 1983 में वर्ल्ड कप खिताब जीताने वाले कपिल देव का मानना ​​है कि



आज के टैलेंट पूल ने स्थापित स्टार्स और उभरते हुए खिलाड़ियों के बीच के अंतर को कम कर दिया है। कपिल देव ने ‘आईएनएस’ से 2?कहा, ‘मुझे लगता है कि यह बहुत अच्छी बात है। आजकल ज्यादा अंतर नहीं है, क्योंकि सभी

युवा खिलाड़ी आगे आ रहे हैं। वे लगातार अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं। मुझे बस उम्मीद है कि उस अहम हफ्ते के दौरान वे अपना संयम बनाए रखेंगे और बेहतर खेलेंगे।’ कपिल देव ने स्पष्ट तौर पर कहा है कि वह खुद इस बड़े टूर्नामेंट

के लिए जापान नहीं जाएंगे। पीजीटीआई चीफ ने कहा, ‘मैं यात्रा नहीं कर रहा हूँ। हालांकि, हमारे ऑफिस के लोग, शायद एक या दो व्यक्ति उन्हें वह ‘कंफर्ट लेवल’ देने के लिए जाएंगे, ताकि पीजीटीआई की तरफ से जो भी सपोर्ट हम दे सकें, वह उन्हें मिल सके। एशियन गेम्स में जा रही टीम को सलाह देते हुए उन्होंने कहा कि अंतरराष्ट्रीय स्तर पर बड़ी सफलता हासिल करने के लिए मानसिक फोकस सबसे जरूरी है। कपिल देव ने कहा, ‘इसका मंत्र बस कड़ी मेहनत करना और खुद पर फोकस करना है। मुझे लगता है कि यह बहुत जरूरी है, क्योंकि कहना तो आसान है, लेकिन असली परीक्षा तब होती है, जब आप बड़ी कामयाबी हासिल करने की कोशिश कर रहे हों और उस समय अपना फोकस बनाए रखें।’