संस्करण : भोपाल
वर्ष : 01
अंक : 170
पृष्ठ : 08
मूल्य : 1.00
रविवार 20 सितम्बर 2026

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

मध्य प्रदेश, उत्तर प्रदेश से प्रकाशित

प्रातःकाल एक्सप्रेस

प्रातःकालीन संस्करण

सच से रूबरू

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

क्लीन मोबिलिटी और ग्रीन हाइड्रोजन में तेजी से आगे बढ़ता भारत

● ये नए युग की शुरुआत : पीएम मोदी

एजेंसी

नई दिल्ली । प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 'द फ्यूचर ऑफ एनवायरनमेंट एंड क्लाइमेट डायनेमिक्स' पर अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में शनिवार को भारत की पर्यावरण से जुड़ी उपलब्धियों को विस्तार से बताया। उन्होंने कहा कि भारत आज क्लीन मोबिलिटी और ग्रीन हाइड्रोजन जैसे क्षेत्रों में तेजी से काम कर रहा है। पीएम मोदी ने कहा, 'अभी कुछ दिन पहले भारत की पहली हाइड्रोजन ट्रेन चली है और ये दुनिया की सबसे लंबी हाइड्रोजन ट्रेन है। ये क्लीन मोबिलिटी के एक नए युग की शुरुआत है।' प्रधानमंत्री ने बताया कि पिछले 12 सालों में भारत की विंड एनर्जी क्षमता में 3 गुना बढ़ोतरी हुई है। हाइड्रो-एनर्जी क्षमता में भी मजबूत वृद्धि देखी गई है। नया भारत न्यूक्लियर

एनर्जी पर भी फोकस कर रहा है।

उन्होंने कहा कि सरकार इन क्षेत्रों में प्राइवेट प्लेयर्स के लिए भी रास्ते खोल रही है। इन प्रयासों से भारत की नॉन-फॉसिल एनर्जी क्षमता में 400 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। ई-मोबिलिटी का जिक्र करते हुए पीएम मोदी ने कहा कि 2014 से पहले भारत में हर साल केवल 3,000 ई-व्हीकल बिकते थे। पिछले साल करीब 25 लाख ईवी की बिक्री हुई, जो एक अविश्वसनीय वृद्धि है। इससे पर्यावरण को मदद मिल रही है। उन्होंने कहा कि फास्टैग से टोल बूथ पर इंतजार का समय और ईंधन की बर्बादी काफी कम हुई है। पीएम मोदी ने बताया कि 2014 तक देश के सिर्फ 5 शहरों में 250 किमी से कम मेट्रो नेटवर्क था। आज देश के 20 से ज्यादा शहरों में मेट्रो चल रही है और भारत दुनिया के उन देशों में शामिल हो गया है जिनके पास 1 हजार किमी से ज्यादा का मेट्रो नेटवर्क है। उन्होंने कहा कि रेलवे के 100 प्रतिशत विद्युतीकरण से करोड़ों लीटर डीजल की बचत हुई है, जिससे पर्यावरण को भी फायदा हुआ है। प्रधानमंत्री ने कहा कि हमारा विकास तेज भी है और सस्टेनेबल भी है। आज जल संरक्षण में भी अभूतपूर्व काम हो रहा है।

'70,000 से ज्यादा अमृत सरोवर बनाए गए हैं। 'कैच द रेन' पहल के तहत देश भर में करीब 1.5 करोड़ जल संचयन संरचनाएं बनाई गई हैं। नेशनल मिशन ऑन नेचुरल फार्मिंग से बड़ा बदलाव आया है। 12.5 लाख हेक्टेयर में नेचुरल फार्मिंग के क्लस्टर बनाए गए हैं। करीब 3,000 किस्म की जलवायु-अनुकूल फसलें विकसित की गई हैं।'

'महिला सुरक्षा के लिए कोई जिम्मेदारी लेने को तैयार नहीं'

● नाबालिग से दुष्कर्म और हत्या मामले पर बोलीं प्रियंका

एजेंसी

नई दिल्ली । दिल्ली में नाबालिग लड़की से दुष्कर्म और हत्या के बाद कांग्रेस सांसद प्रियंका गांधी वाड्रा ने महिला सुरक्षा को लेकर सवाल उठाए हैं। उन्होंने कहा कि देश में महिला सुरक्षा के लिए कोई जिम्मेदारी लेने को तैयार ही नहीं है। प्रियंका गांधी वाड्रा ने शनिवार सुबह सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म 'एक्स' पर लिखा, 'दिल्ली में एक 17 साल की बच्ची के साथ क्रूरता की सारी हदें पार कर दी गईं और उसके बाद उसे बर्बरता से मार डाला गया।' उन्होंने कहा कि कुछ ही दिनों पहले एक और नाबालिग लड़की का बलात्कार किया गया। देश में महिला सुरक्षा के लिए कोई जिम्मेदारी लेने को तैयार ही नहीं है। महिलाओं के विकास की सिर्फ खोखली बातें की जाती हैं। सैकड़ों महिलाओं पर अत्याचार होते हैं और हिंसा होती है, मगर अपराधियों पर ठोस कार्रवाई की

वे उम्मीद नहीं कर सकतीं। एफआईआर दर्ज तक नहीं होते।

साथ ही, प्रियंका गांधी वाड्रा ने कहा कि समाज और सरकार दोनों, महिलाओं को सुरक्षा, स्वतंत्रता और समानता का अधिकार देने में पूरी तरह से विफल हैं। इससे पहले, लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी ने दिल्ली की घटना को लेकर कहा कि महिलाओं की सुरक्षा के बिना भारत आगे नहीं बढ़ सकता।

राहुल गांधी ने 'एक्स' पोस्ट में लिखा

'दिल्ली में 17 साल की युवती के साथ गैंगरेप हुआ, उसकी हत्या कर शव खुले मैदान में फेंक दिया गया। राजधानी में इतनी बड़ी दरिंदगी और पुलिस को कई दिनों तक भनक नहीं लगती। दुर्भाग्य है कि दिल्ली आज राजधानी नहीं, महिलाओं के लिए हर दिन की खौफनाक कहानी बनकर रह गई है।' कांग्रेस सांसद ने लिखा, 'अमित शाह जी, दिल्ली पुलिस आपके अधीन है। महिला सुरक्षा की जिम्मेदारी आखिर किसकी है? या दिल्ली पुलिस का काम सिर्फ आम नागरिकों को डराना-धमकाना रह गया है? क्योंकि अपराधी तो बेखौफ घूम रहे हैं।

पीएम से सपरिवार मिले जयंत चौधरी

● एकजुटता का दिया संदेश

एजेंसी

नई दिल्ली। केंद्रीय मंत्री और राष्ट्रीय लोकदल (रालोद) के अध्यक्ष जयंत चौधरी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से मुलाकात की। जयंत चौधरी अपनी पत्नी और दोनों बेटियों के साथ प्रधानमंत्री से मिलने पहुंचे। मुलाकात की तस्वीर उन्होंने सोशल मीडिया पर साझा की है। जयंत चौधरी और प्रधानमंत्री मोदी की यह मुलाकात ऐसे समय हुई है, जब उत्तर प्रदेश में आगामी विधानसभा चुनाव को लेकर राजनीतिक गतिविधियां तेज हो रही हैं। खासतौर पर पश्चिमी उत्तर प्रदेश में रालोद की सक्रियता बढ़ी है। 20 सितंबर को मुजफ्फरनगर में रालोद की ओर से सामाजिक समरसता सम्मेलन आयोजित किया जा रहा है, जिसमें जयंत चौधरी मुख्य अतिथि होंगे। प्रधानमंत्री मोदी से मुलाकात और इसके ठीक बाद होने वाले मुजफ्फरनगर सम्मेलन को लेकर

राजनीतिक हलकों में अलग-अलग तरह की चर्चाएं शुरू हो गई हैं। हालांकि, मुलाकात को लेकर जयंत चौधरी की ओर से साझा की गई जानकारी में किसी राजनीतिक निर्णय या चुनावी रणनीति का विवरण नहीं दिया गया है। मुलाकात की तस्वीर में जयंत चौधरी के साथ उनकी पत्नी और दोनों बेटियां भी नजर आ रही हैं। प्रधानमंत्री मोदी से उनकी यह पारिवारिक मुलाकात ऐसे समय हुई है, जब रालोद और भाजपा राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन (एनडीए) का हिस्सा हैं। पश्चिमी उत्तर प्रदेश में रालोद की राजनीतिक गतिविधियों को देखते हुए इस मुलाकात पर राजनीतिक नजरें टिकी हैं।

आगर मालवा में श्रद्धालुओं से भरी कार बारिश से उफनते नाले में बही, 8 की मौत

● जानकारी के अनुसार चालक को पानी के बहाव का अंदाजा नहीं था।

एजेंसी

आगर मालवा । मध्य प्रदेश के जनपद आगर मालवा में एक कार के नाले में बहने से तीन बच्चों समेत 8 लोगों की मौत हो गई। सभी लोग नलखेड़ा में मां बगलामुखी के दर्शन के लिए आए थे। इसी दौरान मंदिर के समीप बरसाती नाले को पार करते समय कार तेज बहाव में बह गई। यह घटना आगर मालवा जनपद के नलखेड़ा क्षेत्र में मां बगलामुखी मंदिर के समीप हुई। मिली जानकारी के अनुसार चालक को पानी के बहाव का अंदाजा नहीं था। लिहाजा उसने नाले को पार करने की कोशिश की, इसी के चलते कार पानी के बहाव के साथ नाले में जा समाई। शनिवार की सुबह जब नाले का पानी उतर गया तो राहगीरों ने नाले में कार को देखा और इसकी सूचना पुलिस को दी गई। राहत और बचाव कार्य शुरू किया गया, तब कार के अंदर से आठ लोगों के शव निकले। हादसे के बाद मौके पर अफरा-तफरी का माहौल है और बड़ी संख्या में लोग घटनास्थल पर जुट गए।

आगर मालवा के पुलिस अधीक्षक ने पुष्टि की है कि इस घटना में कुल आठ लोगों की मौत हो गई है। बताया गया कि मरने वालों में तीन बच्चे, दो महिलाएं और तीन पुरुष शामिल हैं। हालांकि, अभी तक मृतकों की पहचान नहीं हो सकी है।

प्रारंभिक तौर पर जो जानकारी मिली है उसमें बताया गया है कि कार में सवार सात लोग उड़ीसा के निवासी थे और वह नलखेड़ा में मां बगलामुखी के दर्शन करने जा रहे थे। इन लोगों ने उज्जैन से कार किराए से की थी।इससे पहले, मध्य प्रदेश के मंडला में एक युवती नर्मदा के तेज बहाव में बहने की खबर सामने आई थी। मौके पर मौजूद मछुआरों की नजर उस पर पड़ गई और उन्होंने करीब 200 मीटर दूर बह रही युवती को पानी से बाहर निकाला और उसकी जान बचा ली। पुलिस को युवती का बैग भी मिला। बैग में रखे कागज पर मिले नंबर से उसकी पहचान टिकरिया थाना क्षेत्र की निवासी के रूप में हुई और परिजनों को सूचना दे दी गई।

टीएमसी के नाम और चिह्न पर रोक के खिलाफ सुप्रीम कोर्ट पहुंचीं ममता बनर्जी, आयोग के फैसले को दी चुनौती

नई दिल्ली। तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी) के नाम और उसके पारंपरिक 'जोड़ा फूल और घास' चुनाव चिह्न को फ्रीज करने के चुनाव आयोग के फैसले के खिलाफ पश्चिम बंगाल की पूर्व मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने सुप्रीम कोर्ट का दरवाजा खटखटाया। उन्होंने चुनाव आयोग के फैसले को चुनौती देते हुए इसे रद्द करने की मांग की है। ममता बनर्जी ने अपनी याचिका में ऋतब्रत बनर्जी और चुनाव आयोग को पक्षकार बनाया है। चुनाव आयोग ने तृणमूल कांग्रेस के भीतर दो प्रतिद्वंद्वी गुटों के बीच विवाद के बाद अंतरिम आदेश जारी करते हुए दोनों गुटों को 'ऑल इंडिया तृणमूल कांग्रेस' नाम और उसके पारंपरिक 'जोड़ा फूल और घास' चुनाव चिह्न का इस्तेमाल करने से रोक दिया था।

अजीत डोभाल ने सुनाया चीन से जुड़े मिशन का किस्सा

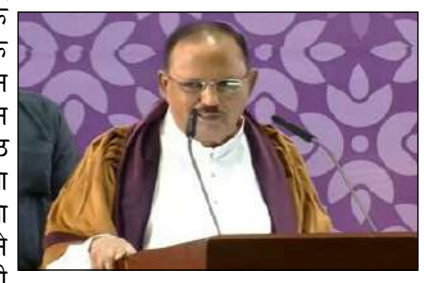
बोले- 'जानें आप कहां हैं, कहां जाना है और रास्ता क्या है'

एजेंसी

रुड़की। आईआईटी रुड़की के दीक्षांत समारोह में राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार अजीत डोभाल ने अपने शुरुआती करियर का एक अनुभव साझा किया। उन्होंने बताया कि जब वह 20 की उम्र में एक युवा आईपीएस अधिकारी थे और सिक्किम में इंटेलिजेंस की जिम्मेदारी संभाल रहे थे, तब एक खुफिया मिशन के दौरान उनके सामने ऐसी स्थिति आई, जिसने उन्हें अपने करियर को लेकर गंभीर चिंता में डाल दिया था। आईआईटी रुड़की का 2026 दीक्षांत समारोह 19 और 20 सितंबर को आयोजित हो रहा है। पहले दिन अंडरग्रेजुएट छात्रों को डिग्रियां प्रदान की जा रही हैं और डोभाल मुख्य अतिथि हैं। डोभाल ने बताया कि उस समय उनकी जिम्मेदारियों में सीमा क्षेत्रों पर नजर रखना और चीनी सेना यानी PLA की गतिविधियों से जुड़ी खुफिया जानकारी जुटाना भी शामिल था। एक बार उनकी टीम के कुछ लोग सीमा क्षेत्र में एक इंटेलिजेंस मिशन पर गए थे। उन्हें करीब आठ दिन बाद लौटना था, लेकिन कई दिन बीतने के बावजूद उनकी कोई खबर नहीं मिली।

कई दिनों तक नहीं मिली टीम की खबर

डोभाल के मुताबिक, पहले पांच दिन बीते, फिर दस और उसके बाद करीब 15 दिन हो गए। किसी तरह की हिमस्खलन की सूचना भी नहीं थी। ऐसे में उन्हें चिंता होने लगी कि आखिर टीम के सदस्यों के साथ क्या हुआ। इसी दौरान उन्हें मुख्यालय से फोन आया। उनके वरिष्ठ अधिकारी ने पूछा कि क्या उन्होंने कुछ लोगों को सीमा पार भेजा था। डोभाल ने बताया कि उन्हें उम्मीद थी कि टीम जल्द लौट आएगी, लेकिन तभी उन्हें जानकारी दी गई कि वे लोग चीनी हिरासत में हैं।



उन्होंने बताया कि चीनी पक्ष ने उन लोगों को पकड़ा और उनसे पूछताछ की। बाद में बातचीत या किसी समझौते के बाद उन्हें वापस लौटा दिया गया। डोभाल के अनुसार, जब वे वापस आए तो उनकी हालत काफी खराब थी।

डोभाल को लगा खत्म हो जाएगा करियर

इस घटना के बाद मामले की जांच शुरू हुई। डोभाल ने बताया कि उस समय उन्हें लगा कि शायद उनका करियर खत्म हो गया है। वह अभी 20 की उम्र में थे और उन्हें लगा कि उन्हें अब नए सिरे से अपना करियर शुरू करना पड़ेगा। हालांकि, जांच पूरी होने के बाद उन्हें जिम्मेदार नहीं पाया गया। उनके मुताबिक, मुख्यालय से उपलब्ध कराए गए नक्शों और स्केच में कुछ खामियां और गलतियां थीं, जिसकी वजह से यह स्थिति पैदा हुई थी।

एक बुजुर्ग तिब्बती शेरपा ने दी बड़ी सीख

डोभाल ने बताया कि इस घटना के बाद वह काफी निराश थे। इसी दौरान इंटेलिजेंस ब्यूरो में उनके साथ काम करने वाले एक बुजुर्ग तिब्बती शेरपा ने उनसे उनकी परेशानी के बारे में पूछा।

डोभाल ने जब उन्हें बताया कि वह बड़े उत्साह और उम्मीद के साथ करियर में आए थे, लेकिन सब कुछ गलत होता नजर आ रहा है, तो शेरपा ने उन्हें समझाया कि यह सब मैप रीडिंग का मामला है।

उन्होंने जिंदगी को नक्शे से जोड़ते हुए डोभाल को तीन बातें बताईं–पहली, यह जानो कि तुम कहां हो। दूसरी, यह जानो कि तुम्हें कहां जाना है। और तीसरी, वहां पहुंचने का रास्ता क्या है।

'जिंदगी में दिशा का पता होना जरूरी'

डोभाल ने बताया कि बर्फ से ढके पहाड़ों में वर्षों तक काम कर चुके उस शेरपा की यह बात उनके लिए एक महत्वपूर्ण सीख बन गई। उनके अनुसार, जिंदगी में भी परिस्थितियां बदल सकती हैं और रास्ते में मुश्किलें आ सकती हैं, लेकिन व्यक्ति को अपनी मौजूदा स्थिति, अपने लक्ष्य और वहां तक पहुंचने के रास्ते की समझ होनी चाहिए। आईआईटी रुड़की के दीक्षांत समारोह में इस वर्ष कुल 2,701 छात्रों को डिग्रियां प्रदान की जा रही हैं। संस्थान के अनुसार, 19 सितंबर को आयोजित पहले दिन के कार्यक्रम में डोभाल मुख्य अतिथि के तौर पर शामिल हुए।

कश्मीर में मई से जुलाई के बीच आठ लाख से ज्यादा पर्यटक पहुंचे

उत्तराखंड और जयपुर के सैलानियों ने की तारीफ

एजेंसी

श्रीनगर । जम्मू-कश्मीर में सरकारी आंकड़ों के अनुसार, मई और जुलाई 2026 के बीच 8,07,008 पर्यटक पहुंचे। उत्तराखंड और जयपुर से आए पर्यटकों ने कश्मीर की प्राकृतिक सुंदरता, सुहावने मौसम और मेहमाननवाजी की तारीफ की। बातचीत करते हुए पौडी गढ़वाल के रहने वाले कैप्टन सुरेंद्र सिंह रावत ने कहा, 'मैं उत्तराखंड का रहने वाला हूं और भारतीय सेना में हूं। 10 परिवारों के साथ मैं यहां आया हूं। हम लोगों ने कश्मीर का चार दिन का टूर बनाया है। हम लोगों को यहां बहुत अच्छा लगता है, यहां भी भौगोलिक स्थिति काफी अच्छी है। कश्मीर के लोगों के साथ हम लोगों का अच्छा अनुभव है।' कैप्टन सुरेंद्र सिंह रावत ने आगे कहा, 'पहले की तुलना में आज कश्मीर की स्थिति काफी अच्छी है। पर्यटकों के लिए माहौल काफी अच्छा है। सभी से अपील है कि वे कश्मीर आएं और यहां का आनंद लें। इससे कश्मीर के लोगों का भी हौसला बढ़ेगा और यहां का विकास हो पाएगा।

ममता बनर्जी को झटका, नंदीग्राम के बाद रेजीनगर से उम्मीदवार रबीउल आलम चौधरी ने वापस लिया नामांकन

चुनाव आयोग ने नामांकन पत्र वापस लेने की आखिरी तारीख 19 सितंबर घोषित की थी।

एजेंसी

कोलकाता । पश्चिम बंगाल में एक नाटकीय घटनाक्रम के दौरान शनिवार को ममता बनर्जी के नेतृत्व वाली तृणमूल कांग्रेस के रेजीनगर विधानसभा से उम्मीदवार रबीउल आलम चौधरी ने अपना नामांकन पत्र वापस ले लिया। इसके साथ ही, ममता की तृणमूल कांग्रेस उपचुनाव से बाहर हो गई है। पश्चिम बंगाल की नंदीग्राम और रेजीनगर विधानसभा सीटों पर उपचुनाव कराए जा रहे हैं। चुनाव आयोग ने नामांकन पत्र वापस लेने की आखिरी तारीख 19 सितंबर घोषित की थी। इसी आखिरी दिन रबीउल आलम चौधरी ने रेजीनगर से अपना नाम वापस ले लिया है। इससे पहले, नंदीग्राम से संचिता प्रधान ने अपना नामांकन पत्र वापस लेते हुए ममता

बनर्जी को झटका दिया था। नामांकन पत्र दाखिल करने की तारीख समाप्त होने के साथ नंदीग्राम और रेजीनगर से टीएमसी (ममता गुट) की चुनौती खत्म हो गई है। पश्चिम बंगाल विधानसभा की इन दो सीटों पर उपचुनाव 6 अक्टूबर को होने हैं। कांग्रेस की ओर से मोहम्मद अब्दुल्लाहिल रेजीनगर विधानसभा सीट से चुनाव लड़ेंगे, जबकि मिलन प्रधान को नंदीग्राम से उम्मीदवार बनाया गया है। सीपीएम ने रेजीनगर से एडवोकेट सईद असद अली को मैदान में उतारा है, जबकि सीपीआई ने नंदीग्राम से शांति गोपाल गिरी को उम्मीदवार बनाया है।

ममता बनर्जी ने नंदीग्राम में कांग्रेस के प्रत्याशी मिलन प्रधान को समर्थन देने की घोषणा की थी। हालांकि, एक पुराने मामले में मिलन प्रधान को गिरफ्तार कर लिया गया। भाजपा ने नंदीग्राम से मुख्यमंत्री सुवेंदु अधिकारी के पीए रहे चंद्रनाथ रथ की मां हासी रानी रथ को अपना उम्मीदवार घोषित किया है। विधानसभा चुनाव नतीजों के बाद चंद्रनाथ रथ की हत्या कर दी गई थी। वहीं, रेजीनगर से भाजपा ने शंखारव सरकार को टिकट दिया है। नंदीग्राम में उपचुनाव की जरूरत तब पड़ी, जब मुख्यमंत्री सुवेंदु अधिकारी ने यह सीट छोड़ी और भवानीपुर सीट अपने पास रखने का फैसला किया, जहां उन्होंने इस साल की शुरुआत में हुए विधानसभा चुनावों में ममता बनर्जी को हराया था। रेजीनगर सीट आम जनता उन्नयन पार्टी (एजेयूपी) के संस्थापक हुमायूं कबीर के इस्तीफे के बाद खाली हुई थी। उन्होंने नाओदा विधानसभा से भी जीत हासिल की थी।

सेहत का फंडा

फलों से पाएँ चमकते दाँत

पीले हो चुके दाँतों को लोग अक्सर ब्लीच, व्हाइटनिंग क्रीम या कोई जैल लगाकर डेंटिस्ट की तगड़ी फीस भरकर सफेद बनाने की कोशिश करते हैं। लेकिन आप चाहें तो घर बैठे ही प्राकृतिक तरीके से यानी फलों का इस्तेमाल कर दाँतों की सफेदी वापस पा सकते हैं। विशेषज्ञों का कहना है कि कुछ रसदार फलों में नेचरल एसिड होता है जो कि ब्लीचिंग का काम करता है। यह दाँतों का पीलापन दूर कर उन्हें सफेद बनाता है।

तो अब आप घर पर ही कुछ फलों जैसे अँगूर, स्ट्रॉबेरी, मौसमी का इस्तेमाल कर अपने दाँत चमका सकते हैं। इस प्राकृतिक तरीके को इस्तेमाल करने से आपके दाँतों को कोई नुकसान भी नहीं पहुँचेगा। अगर आपकी ख्वाहिश बिलकुल मोतियों-से चमकते सफेद दाँत पाने की है तो उन्हें हाइड्रोजन पैरॉक्साइड से साफ करें और पानी से धो लें। आप दाँतों को चमकाने के लिए बेकिंग सोडा और नमक का भी इस्तेमाल कर सकते हैं।

दही में है खूबसूरती का खजाना

हमारे खान-पान में ऐसी कई चीजें शामिल हैं, जिनमें खूबसूरती और स्वास्थ्य का खजाना छिपा होता है। दही भी एक ऐसा ही खजाना है, जिसका उपयोग हर तरह से फायदेमंद है।

आइए जानें दही के गुण- दही के रोजाना सेवन से शरीर की बीमारियों से लड़ने की क्षमता बढ़ती है। दही में अजवाइन मिलाकर पीने से कब्ज की शिकायत दूर होती है।

गर्मी के मौसम में दही की छाछ या लस्सी पीने से पेट की गर्मी शांत होती है। इसे पीकर बाहर निकले तो लू से भी बचाव होता है। दही पाचन क्षमता बढ़ाता है। दही में कैल्शियम प्रचुर मात्रा में होता है। इसे रोजाना खाने से पेट की कई बीमारियाँ ठीक हो जाती हैं।

दही का रोजाना सेवन सर्दी और साँस की नली में होने वाले इंफेक्शन से बचाता है। अल्सर जैसी बीमारी में दही के सेवन से विशेष लाभ मिलता है। मुँह में छाले होने पर दही के कुल्ला करने से छाले ठीक हो जाते हैं।

आज के 'ब्यूटीफुल' मर्द

> "आज के युवक भी अपने पहनावे को लेकर सजग हो रहे हैं। लड़कियों की तरह क्रीम लगाना, घंटों सैलून में बैठना, फैशियल करवाना, वैक्सिंग करवाना स्पा में जाना उनकी जीवनशैली का हिस्सा हो चुका है।"

आज से 3 साल पहले का दृश्य था, अनिकेत और पल्लवी कहीं घूमने जाने के लिए तैयार हो रहे थे। अनिकेत 15 मिनट में तैयार हो गया जबकि पल्लवी को 45 मिनिट लगे। अनिकेत भुनभुनाता हुआ कहता था कितना वक्त लगाती हो तुम तैयार होने में! लेकिन अब 3 साल बाद दोनों शादी में जाने के लिए तैयार हो रहे हैं, तो अनिकेत ने तैयार होने में पल्लवी से 10 मिनट ज्यादा लिए!

आज के युवक भी अपने पहनावे को लेकर सजग हो रहे हैं। लड़कियों की तरह क्रीम लगाना, घंटों सैलून में बैठना, फैशियल करवाना, वैक्सिंग करवाना स्पा में जाना उनकी जीवनशैली का हिस्सा हो चुका है। अब पुरुष भी महिलाओं की तरह सौंदर्यवर्द्धक सर्जरी करवाने लगे हैं। दरअसल पुरुष अपनी पुरानी छवि से ऊब चुके हैं। उन्हें अब कुछ नया और बेहतर चाहिए।

सर्जिकल बदलावों में अधेड़ उम्र के पुरुष ज्यादा रुचि ले रहे हैं। नेशनल स्किन सेंटर के डायरेक्टर नवीन तनेजा कहते हैं 2 साल पहले तक महिलाएँ ही चेहरे की झुर्रियाँ हटवाने, लिप ऑगमेंटेशन के जरिए होंठों को नया आकार देने, हाइड्रेशन, चेहरे के बालों को हटाने और सर्जरी करवाने को प्राथमिकता देती थीं लेकिन आज मेरे पास कई पुरुष भी आते हैं जो अच्छा-खासा पैसा कॉस्मेटिक पर खर्च करते हैं।

साफ, चिकनी कोमल त्वचा मर्दानगी दिखाने के लिए रुखापन अब पुरुषों के लिए जरूरी नहीं है। मेट्रोसेक्सुअल पुरुष कोमलता पसंद करते हैं। हॉ. तनेजा कहते हैं, पुरुषों ने काफी समय पहले से ही श्रेडिंग करवाना शुरू कर दिया था मगर अब ऐसे पुरुषों की संख्या बढ़ती जा रही है जो श्रेडिंग के साथ-साथ लेजर हेयर रिमूवल अपनाते हैं ताकि उनकी सख्त दाड़ी में कुछ नरमी आ सके। नियमित लेजर ट्रीटमेंट त्वचा को रुखा होने से रोकता है।

अब युवा लड़के सख्त से नर्म की ओर अग्रसर हो रहे हैं। कॉस्मेटिक सर्जन डॉ. अजय कश्यप कहते हैं, इसमें कोई दो राय नहीं कि बढ़ती उम्र के साथ चेहरे पर झुर्रियाँ आने लगती है। यही कारण है कि अधेड़ उम्र के पुरुष चीक ऑगमेंटेशन यानी गालों को नया आकार देने को महत्व दे रहे हैं। इसके कई तरीके हैं, कृत्रिम इंप्लांट के साथ सिलिकॉन, पोरेक्स इंप्लांट और इंजेक्टेबल फिलर्स। ज्यादातर पुरुष सिलिकॉन इंप्लांट को तरजीह दे रहे हैं।

पतले व नर्म होंठ लड़के भी अब नर्म होंठ पाना चाहते हैं। पुरुषों के मोटे और भरे होंठ भी अब चलन से बाहर हो गए हैं। प्रशांत मेहरा के होंठ काफी मोटे और बाहर की ओर थे। प्रशांत ने इससे निजात पाने के लिए कॉस्मेटिक सर्जरी करवाने में ही अपनी भलाई समझी। इस प्रक्रिया के तहत होंठों की लंबाई का विशेष ध्यान रखा जाता है। अतिरिक्त लिप टिश्यू निकाला जाता है, जिससे होंठ पतले हो जाते हैं।

इसके अलावा अब पुरुष अपने हाथ-पैर की भी केयर करने लगे हैं। वे वैक्सिंग भी करवा रहे हैं और हेयर एंड बॉडी स्पा भी लेने लगे हैं। ये सब करवाने में अब पहले जैसी झिझक नहीं रही कि लोग क्या कहेंगे? क्यों न हो, आखिर अच्छा दिखने का अधिकार पुरुषों को भी उतना ही है जितना कि महिलाओं को। सो अब हैंडसम नहीं इन्हें ब्यूटीफुल मर्द कहिए।

'भूल' जाएँ भूलने की आदत

नशीले पदार्थों से रहें दूर अक्सर लोग तनावमुक्त होने के लिए एल्कोहलिक पदार्थों का सेवन करने लगते हैं। इन पदार्थों का सीधा असर दिमाग पर पड़ता है जिससे मनुष्य की याददाश्त क्षमता कमजोर हो जाती है। इस विषय में जानकारी देते हुए न्यूरोसर्जन डॉ. हर्ष सक्सेना ने बताया कि भूलने की बीमारी उन लोगों में ज्यादातर देखने को मिलती है जो शराब का सेवन करते हैं। नशीले पदार्थों का सेवन करने वाले व्यक्ति पूरी तरह से फोकस होकर बात को नहीं सुन पाते हैं जिससे यह दिमाग में सही ढंग से रजिस्टर नहीं होती है।

> **चीजों को रखकर भूल जाना, किसी जरूरी बात का दिमाग से निकल जाना, बातचीत करते समय विषय का ध्यान से हट जाना, नामों का याद न रहना, दिनचर्या में उपयोग में होने वाली छोटी-छोटी बातें भी याद न रहना। यह कुछ ऐसी समस्याएँ हैं जो तेजी से लोगों में बढ़ती जा रही हैं। यूँ कह लीजिए कि लोग भूलने की समस्या के शिकार होते जा रहे हैं। जिसका मुख्य कारण है तनाव, तो वहीं आधुनिक भौतिक सुख-सुविधाओं पर बढ़ती लोगों की निर्भरता भी इसकी एक वजह है। जो मानव की मानसिक क्षमता को घुन की तरह धीरे-धीरे नष्ट करती जा रही है।**

लोगों की लाइफ स्टाइल में दिनोंदिन आ रहा परिवर्तन जहाँ दुनिया को तरक्की के नए सोपानों की ओर अग्रसर कर रहा है, वहीं मनुष्य को नई-नई तरह की बीमारियों से भी ग्रसित करता जा रहा है। ऐसी एक बीमारी है बीमेट्रिया, जिसे सामान्य भाषा में लोग भूलने की आदत कहते हैं। पहले यह समस्या जहाँ बुजुर्ग वर्ग के लोगों में ज्यादा देखने को मिलती थी, वहीं युवाओं और प्रौढ़ वर्ग के लोग भी तेजी से इस बीमारी के शिकार हो रहे हैं। खासतौर पर महिलाओं में यह समस्या तेजी से बढ़ रही है।

कमजोर होती मस्तिष्क क्षमता लोगों में तेजी से बढ़ रही भूलने की समस्या के विषय में जानकारी देते हुए न्यूरो सर्जन डॉ. विजय परिहार ने बताया कि इस बीमारी में मनुष्य के दिमाग की तंत्रिकाएँ शिथिल हो जाती हैं। मेमोरी को सहेजकर रखने वाला लैम्बिक सिस्टम भी कमजोर हो जाता है। जिसके कारण कोई बात या जगह याद रखने में मुश्किल होती है। यह समस्या दो तरह की होती है। पहले प्रकार की भूलने की बीमारी को रिसेन्ट बीमेट्रिक कहते हैं। इसमें व्यक्ति तुरंत किए हुए कार्यों व बातों को याद नहीं रख पाता है। भूलने की समस्या का यही प्रकार वर्तमान में अधिकांश लोगों में देखने को मिल रहा है। वहीं दूसरे प्रकार की भूलने की बीमारी में व्यक्ति अपनी पुरानी यादों को पूरी तरह से भूल जाता है।

तनाव है मुख्य कारण आपाधापी से भरी जिंदगी में तनाव एक ऐसी समस्या है जो हर बीमारी की मूल जड़ है। लोगों में बढ़ रही भूलने की समस्या की भी मुख्य वजह तनाव ही है। इसके बारे में जानकारी देते हुए डॉ. परिहार ने बताया कि यदि किसी व्यक्ति के मस्तिष्क में स्ट्रेस लगातार बना रहता है या दिन-ब-दिन बढ़ता जाता है तो इससे ब्रेन के प्रोगेस में दिक्कत आती है। तो वहीं व्यक्ति की मस्तिष्क क्षमता कमजोर होने लगती है जिससे मरीज की सोचने की, याद रखने की खासकर शॉर्ट टर्म मेमोरी और सामान्य व्यवहार की क्षमता प्रभावित होती है। इसके कारण मरीज का मिजाज भी बदल जाता है। छोटी-छोटी बात में चिड़चिड़ाने लगता है, उसके मन में हमेशा बेचैनी बनी रहती है, छोटी-छोटी बात को लेकर भी चिंता करने लगता है जिसके कारण व्यक्ति के मस्तिष्क में स्ट्रेस हमेशा बना रहता है।

महिलाएँ हो रहीं शिकार भूलने की इस बीमारी की सबसे ज्यादा शिकार महिलाएँ हो रही हैं। महिलाओं में इस समस्या का बढ़ने का मुख्य कारण है कि उन्हें एक ही समय में कई कामों पर फोकस करना होता है। नौकरी, घर, बच्चे, रिश्तेदार, शॉपिंग जैसी कई बातें एक साथ एक ही समय में उनके दिमाग में चलती रहती हैं जिसमें जरा डिसबैलेंस होने पर तनाव से घिर जाती हैं जिसके कारण वह अन्य बातें भी भूल जाती हैं।

अपनाएँ यह उपाय सुबह-सुबह सैर पर जाने से दिमाग की कोशिकाओं में शुद्ध वायु का प्रवाह होता है जो मस्तिष्क में रक्त संचार को बढ़ाता है, तो मस्तिष्क को तनाव मुक्त करता है और याददाश्त की क्षमता को बढ़ाता है। दिमाग को चुस्त-दुरुस्त रखने का सबसे आसान उपाय है दिमागी कसरत, जो कई तरह दिमागी खेलों जैसे पजल, सुडोकू, क्रॉस वर्ड आदि के माध्यम से की जा सकती है। यह खेल मेमोरी पवार को बढ़ाते हैं जिससे जगह, नाम आदि आसानी से याद रखे जा सकते हैं।

आसान उपाय हर मर्ज से बचाए

कच्चे आम की गुठली का चूर्ण दही या पानी के साथ सुबह-शाम लेने से कृमि रोग में फायदा होता है।

* हैजा रोग होने पर जब शरीर में ऐंठन होने लगती है या सर्दी के कारण शरीर में ऐंठन होती है तो ऐसे में अखरोट के तेल की मालिश करने से रोग में आराम मिलता है।
* अमरूद के कोमल पत्तों को पीसकर गठिया रोग से सूजे हुए स्थान पर लेप करने से रोग में आराम मिलता है।
* मसूढ़ों से पानी आता हो तो गुलाब तथा अनार के सूखे हुए फूल पीसकर चूर्ण बना लें। इस चूर्ण से मंजन करने से मसूढ़ों से पानी आना रुक जाता है।
* अजीर्ण या कफ की समस्या की वजह से अगर मुँह से बदबू आती हो तो रोज दस ग्राम मुनक्का जरूर खाने चाहिए।
* बड़ की छाल और बबूल के पत्ते और छाल बराबर मात्रा में लेकर एक पानी में भिगो दें। इस पानी से कुल्ला करने पर गले का रोग ठीक होता है।
* बड़ की जटा का चूर्ण दूध की लस्सी के साथ पीने से नकसीर रोग ठीक होता है। बहेड़े और शक्कर बराबर मात्रा में मिलाकर सेवन करने से आँखों की रोशनी में बढ़ोतरी होती है।
* चूने में दूब बराबर मात्रा में पानी में पीस लें। इस मिश्रण का लेप मस्तक पर करने से मस्तक की पीड़ा दूर होती है।
* इलायची का छिलका दाँतों के रोग,सिरदर्द और मुँह की सूजन में लाभ पहुँचाता है।
* ईसबगोल और मिश्री बराबर-बराबर मात्रा में मिला लें। दूध से इस मिश्रण को एक-एक चम्मच लेने से स्वप्नदोष रोग नहीं सताता है। मिश्रण को दूध से सोने से एक घंटा पूर्व ले लेना चाहिए।

पिंपल्स की दुश्मन सब्जियाँ

युवावस्था में पित्त की प्रतिक्रिया मुँहासों के रूप में सामने आती है। यह हारमोनल असंतुलन से भी हो सकता है या किसी दवा के साइड इफेक्ट से भी। वजह जो भी हो, पित्त को संतुलित करना बहुत आवश्यक है।

* बहुत सी जड़ी-बूटियाँ व सब्जियाँ हैं जो जिस्म को डीटॉक्सीफाई करती हैं। जैसे करेले का जूस, नींबू, घीगवार का जूस, बेल का शरबत बिना शकर के इनका सेवन करें। मगर योग्य चिकित्सक की देखरेख में यह करें।
* बहुत से अनाज भी मुँहासे भगाने का काम करते हैं जैसे ब्राउन राइस, जौ आदि।
* वजन कम करने के लिए भी जौ अच्छा अनाज है। साथ ही इन दोनों अनाजों में आयरन, बी-कॉम्प्लेक्स व अन्य खनिज भी भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं।
* फलों में तरबूज, खरबूजा, सेब, मौसमी आदि सभी पित्त प्रकृति के लिए अच्छे हैं। मुँहासों को शरीर से दूर रखने के लिए आमतौर पर आप सभी फल ले सकते हैं लेकिन बेहतर होगा कि आम से बचें।
* सभी सब्जियाँ ठंडी प्रकृति की होती हैं। इसलिए शरीर को ठंडा करने के लिए सभी सब्जियाँ खाई जा सकती हैं। इनसे मुँहासे भी साफ होते हैं। जहाँ तक सब्जियों के जूस का ताल्लुक है, तो लौकी का जूस, पेठा जूस और बंदगोभी का जूस पित्त प्रकृति के लिए बहुत अच्छे हैं।

घरेलू उपाय, चेहरा चमकाए

फोड़े-फुंसी, घमोरियों को रोकता है, रक्त का शुद्धिकरण करता है व पाचनक्रिया को भी व्यवस्थित रखता है। आधा बड़ा चम्मच जीरा रात को सोते समय पानी में भिगो दें। इससे आधी मात्रा के करीब मिश्री को अलग से भिगोएँ। सुबह पानी से निकालकर इसे सिल पर बारीक पीस लें। थोड़ी-सी पुदीना की पत्तियाँ धोकर इसी के साथ पीस लें। इस मिश्रण को एक छनने वाले कपड़े पर रखकर पानी की सहायता से छान लें। घुली हुई मिश्री मिलाएँ। इस पेय को दिन में एक बार जरूर पिएँ।

सूखी हल्दी की गाँठ को नींबू के रस में मिलाकर लगाने से भी दाग-धब्बे तेजी से मिटने लगते हैं। सूखी त्वचा के दाग-धब्बे मिटाने के लिए दूध में चंदन की लकड़ी घिसकर लगाएँ।

तैलीय त्वचा के दाग-धब्बे मिटाने के लिए चंदन का बूरा गुलाब जल में मिलाकर लगाएँ। यह प्रयोग विशेष रूप से गर्मियों के लिए लाभकारी है।

चोट के निशान पर लाल चंदन रोज पानी में घिस कर लगाएँ 20 दिन में फायदा नजर आने लगेगा। टमाटर में नींबू की दस-बारह बूँदें मिलाएँ इस मिश्रण को चेहरे पर मलने से दाग-धब्बे दूर होते हैं। अक्सर पेट की खराबी से चेहरे पर दाग-धब्बे नजर आते हैं अतः दिन में कम से कम तीन बार नींबू पानी पिएँ, कुछ ही हफ्तों में चेहरा चमकने लगेगा। जीरे का रस इन दिनों होने वाले

प्रधानमंत्री ने साझा किया सुभाषित, श्रेष्ठ पुरुष का जीवन परोपकार और लोक कल्याण के लिए ही अभीष्ट होता है

एजेंसी

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने शनिवार को एक्स पर एक सुभाषित साझा किया है जिसका अर्थ है- श्रेष्ठ पुरुष का जीवन परोपकार और लोक कल्याण के लिए ही अभीष्ट होता है। प्रधानमंत्री मोदी ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर संस्कृत का श्लोक साझा किया, स्वाधीनैव समृद्धिर्जनोपजीव्यत्वमुच्छ्रयश्छाया। सत्पुंसो मरुभूरिख जीवनमात्रं समाशास्यम॥ जिसका अर्थ है कि स्वाधीन समृद्धि ही वास्तविक वैभव है और दूसरों का आश्रय व आधार बनना ही सच्ची महानता है। जैसे मरुभूमि में छाया और जीवन दुर्लभ वरदान होते हैं, वैसे ही श्रेष्ठ पुरुष का जीवन परोपकार और लोक-कल्याण के लिए ही अभीष्ट होता है। यह श्लोक संस्कृत के प्रसिद्ध नीति-संग्रह ग्रन्थ 'सुभाषितरत्नभाण्डागारम्' में संकलित एक पारंपरिक मुक्तक सुभाषित है।

पुणे में ब्रेक फेल होने पर कंटेनर ने कई गाड़ियों को मारी टक्कर, दो की मौत

मुंबई। पुणे जिले में मुंबई-बैंगलोर हाईवे पर नवले ब्रिज के पास बीती रात ब्रेक फेल होने पर एक तेज़ रफ़्तार कंटेनर ने कई गाड़ियों को टक्कर मार दी। हादसे में दो लोगों की मौत हो गई और चार लोग घायल हो गए हैं। सभी घायलों को नजदीकी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। घटना की छानबीन कर रहे पुलिस अधिकारी ने शनिवार को बताया कि बीती रात करीब एक बजे सातारा से मुंबई की ओर जा रहे कंटेनर का पुणे में भुमकर ब्रिज के पास अचानक ब्रेक फेल हो गया। जिससे कंटेनर अनियंत्रित होकर कंटेनर ने 3 से 4 दूसरी गाड़ियों को टक्कर मार दी। हादसे में दो लोगों की मौके पर ही मौत हो गई और चार लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। घटना की जानकारी मिलते ही स्थानीय लोग, पुलिस और एंबुलेंस मौके पर पहुंच गईं। शवों को बाहर निकाला गया। आधी रात हुए इस हादसे की वजह से मुंबई-बैंगलोर हाईवे पर कुछ देर के लिए गाड़ियों की लंबी लाइन लग गई, जिससे बड़ा ट्रैफिक जाम लग गया। पुलिस मामले की आगे जांच कर रही है।

युवा शक्ति के संकल्प से विकसित भारत का सपना होगा साकार : ज्योतिरादित्य सिंधिया

भोपाल। केंद्रीय संचार एवं पूर्वोत्तर क्षेत्र विकास मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया ने कहा कि भारत के विकास की जिम्मेदारी नई पीढ़ी के कंधों पर है। युवा शक्ति के संकल्प से वर्ष 2047 तक विकसित भारत के सपने को साकार किया जा सकेगा। केन्द्रीय मंत्री सिंधिया मध्य प्रदेश के गुना में क्रांतिवीर तात्या टोपे विश्वविद्यालय में आयोजित 'युवा संवाद' कार्यक्रम में युवाओं से संवाद कार्यक्रम को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने युवाओं से अपनी क्षमता, ऊर्जा, विवेक, ज्ञान और अनुशासन का उपयोग राष्ट्र निर्माण एवं जनसेवा करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि गुना, शिवपुरी और अशोकनगर के नौजवान संकल्प के साथ आगे बढ़ते हुए विकसित भारत के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं। केन्द्रीय मंत्री सिंधिया ने कहा कि विश्वविद्यालय में युवाओं की क्षमता, ऊर्जा, विवेक, ज्ञान और अनुशासन देखकर वे प्रभावित हुए हैं। उन्होंने युवाओं को बधाई एवं शुभकामनाएं देते हुए कहा कि उन्हें गर्व है कि गुना, शिवपुरी और अशोकनगर का नौजवान आज संकल्प को सिद्धि तक पहुंचाने का कार्य कर रहा है।

अंतरराष्ट्रीय तैराक सतेन्द्र सिंह लोहिया ने नई दिल्ली में मुख्यमंत्री डॉ. यादव से की भेंट

भोपाल। अंतरराष्ट्रीय दिव्यांग तैराक एवं पद्मश्री पुरस्कार से सम्मानित सत्येंद्र सिंह लोहिया ने शाम मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव से नई दिल्ली स्थित मुख्यमंत्री निवास में सौजन्य भेंट की। उन्होंने मुख्यमंत्री को अपने तीसरी बार इंग्लिश चैनल पार करने के आगामी अभियान की जानकारी दी। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने लोहिया को अभियान के लिए बहुत-बहुत शुभकामनाएं देते हुए उनके सफल प्रयास की कामना की। बताया गया कि दिव्यांग तैराक सत्येंद्र सिंह लोहिया शनिवार, 19 सितंबर को अपनी टीम के साथ दिल्ली से लंदन रवाना होंगे। उनकी टीम द्वारा 24 सितंबर से 2 अक्टूबर 2026 के बीच मौसम एवं समुद्री परिस्थितियों के अनुकूल होने पर इंग्लिश चैनल पार करने का प्रयास किया जाएगा। टीम 6 अक्टूबर को भारत वापस लौटेगी। मध्य प्रदेश की टीम में ग्वालियर के रामबरन पाल और भिंड के गजेंद्र सिंह टीम सदस्य तथा श्योपुर के मुजीब खान कोच के रूप में शामिल हैं। दिव्यांग तैराक लोहिया को मध्य प्रदेश सरकार के प्रतिष्ठित विक्रम पुरस्कार से भी सम्मानित किया जा चुका है। वर्ष 2024 में भारत सरकार ने उन्हें पद्मश्री से सम्मानित किया।

कार्बन उत्सर्जन का ठीकरा विकासशील देशों पर फोड़ना गलत

भारत का प्रति व्यक्ति उत्सर्जन ग्लोबल एवरेज से आधा : पीएम मोदी

एजेंसी

नई दिल्ली । प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 'द फ्यूचर ऑफ एनवायरनमेंट एंड क्लाइमेट डायनेमिक्स' पर अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन का उद्घाटन किया। इस दौरान उन्होंने पर्यावरण और जलवायु परिवर्तन को लेकर भारत की भूमिका और विकसित देशों की जिम्मेदारी पर बात की। पीएम मोदी ने कहा, 'हम सब जानते हैं कि अक्सर कार्बन एमिशन की जिम्मेदारी गलत तरीके से विकासशील देशों पर डाली जाती रही है।

जबकि ऐतिहासिक सच्चाई ये है कि आज भी प्रति व्यक्ति कार्बन एमिशन में भारत का योगदान वैश्विक औसत के आधे से भी कम है।' प्रधानमंत्री ने कहा कि विकसित देशों में भारत की तुलना में 6 गुना ज्यादा प्रति व्यक्ति कार्बन एमिशन हो रहा है। भारत ये तथ्य मजबूती के साथ वैश्विक मंचों पर रखता है। उन्होंने देशवासियों से भी इस सच्चाई को दुनिया के सामने रखने की अपील की। प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत दुनिया के साथ मिलकर काम कर

रहा है और पर्यावरण संरक्षण के लिए नए मानक स्थापित कर रहा है। उन्होंने भारत की ओर से शुरू की गई कई पहलों का जिक्र किया। उन्होंने कहा, 'वन सन, वन वर्ल्ड, वन ग्रिड, इंटरनेशनल सोलर अलायंस, सीडीआरआई, ग्लोबल बायोफ्यूल अलायंस, इंटरनेशनल बिग कैट अलायंस, मिशन लाइफ जैसे सभी प्लेटफॉर्म पर्यावरण और वन्यजीवों के प्रति भारत के समर्पण का आईना बन रहे हैं।

' पीएम मोदी ने कहा कि बीते 12 वर्षों में पर्यावरण से जुड़े हर क्षेत्र में, हर सेक्टर में भारत ने असाधारण प्रगति की है। सरकार का बड़ा फोकस रिन्यूएबल एनर्जी पर रहा है और इसने पर्यावरण सुरक्षा में बड़ी भूमिका निभाई है।

उन्होंने गर्व के साथ कहा कि भारत जी-20 में इकलौता ऐसा देश है जिसने पेरिस में सीओपी-21 समिट में किए गए कमिटमेंट को समय से पहले पूरा करके दिखाया है। सोलर एनर्जी में भारत की प्रगति का आंकड़ा देते हुए प्रधानमंत्री मोदी ने बताया कि 12 साल पहले भारत की सोलर एनर्जी क्षमता केवल 2 गिगावाट थी, जो आज 160 गिगावाट्स को पार कर गई है।

उन्होंने पीएम सूर्यघर मुफ्त बिजली योजना का जिक्र करते हुए कहा कि इसके तहत घरों को सोलर पावर जेनरेशन सेंटर में बदलने का मिशन शुरू किया गया। इस मिशन के तहत अब तक 50 लाख से ज्यादा घरों में रूफटॉप सोलर पैनल लग चुके हैं, जो कई देशों के कुल घरों की संख्या से भी ज्यादा है।

प्रधानमंत्री ने बताया कि सरकार ने ऐसे हर परिवार को करीब 80,000 रुपए की अतिरिक्त मदद दी है।

दिल्ली की मुख्यमंत्री ने पंजाब के गुरुद्वारा श्री ज्योति सरूप साहिब में शीश नवाया

एजेंसी

नई दिल्ली। दिल्ली की मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने शनिवार को पंजाब स्थित श्री फतेहगढ़ साहिब के गुरुद्वारा श्री ज्योति सरूप साहिब में शीश नवाया। उन्होंने कहा कि वीर साहिबजादों और माता गुजरी जी की शहादत की स्मृतियों से जुड़ी यह पावन धरती त्याग, तपस्या, साहस और धर्मनिष्ठा की अमर प्रेरणा है। मुख्यमंत्री ने गुरु चरणों में पंजाब की सुख-समृद्धि, खुशहाली और प्रत्येक परिवार के कल्याण की अरदास की। उन्होंने कहा कि वाहेगुरु की कृपा सभी पर बनी रहे और सेवा, सत्य एवं सद्भाव का प्रकाश हमारे जीवन को सदैव दिशा देता रहे। मुख्यमंत्री ने पत्रकारों से

कहा कि आज उन्होंने गुरु साहिब से प्रार्थना की कि वे पंजाब के लोगों को राज्य में जारी अत्याचारों और नशीली दवाओं की समस्या की जकड़ के खिलाफ एकजुट होकर लड़ने की शक्ति प्रदान करें। हमें पंजाब और उसके युवाओं की सुरक्षा सुनिश्चित करनी होगी। इस संघर्ष में पूरा देश पंजाब के साथ खड़ा है।

फसल बीमा योजना में पश्चिम बंगाल पूरे देश में दूसरे स्थान पर

पहले चरण में 32 लाख किसानों का पंजीकरण

एजेंसी

कोलकाता। पश्चिम बंगाल में नई सरकार गठन के बाद फसल बीमा योजना के अंतर्गत 32 लाख किसानों का पंजीकरण किया जा चुका है। इस आंकड़े के साथ पश्चिम बंगाल पूरे देश में दूसरे स्थान पर पहुंच गया है।

मुख्यमंत्री शुभेंदु अधिकारी ने शनिवार सुबह सोशल मीडिया हैंडल एक्स के माध्यम से यह जानकारी दी। उन्होंने बताया कि फसल बीमा योजना के लिए पंजीकरण के पहले ही चरण में किसानों की ओर से अभूतपूर्व प्रतिक्रिया मिली है। हालिया बाढ़ से प्रभावित किसानों की वित्तीय सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए 2026 के खरीफ मौसम में त्वरित कदम उठाए गए हैं। 15 सितंबर 2026 तक एक व्यवस्थित प्रक्रिया के तहत कुल 32 लाख किसानों को इस बीमा योजना के दायरे में लाया जा चुका है।

मुख्यमंत्री ने कहा है कि बाढ़ प्रभावित जिलों में किसानों के पंजीकरण को लेकर भी आंकड़े काफी सकारात्मक रहे हैं। विशेष रूप से पूर्व मेदिनीपुर में 7.23 लाख, पश्चिम मेदिनीपुर में 4.73 लाख, हुगली में 1.68 लाख और झाड़ग्राम में 42 हजार किसानों का सफलतापूर्वक पंजीकरण किया गया है। बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों के किसानों की सुविधा के लिए अगस्त से 15 सितंबर तक हर ग्राम पंचायत स्तर पर विशेष शिविर लगाए गए थे, ताकि उन्हें सीधे बीमा कवर के तहत लाकर नुकसान के मुआवजे का मार्ग प्रशस्त किया जा सके। किसानों पर से आर्थिक बोझ कम करने के लिए राज्य सरकार प्रीमियम का अधिकांश हिस्सा अपने बजट से वहन कर रही है। नए नियमों के अनुसार, एक हेक्टेयर (ढाई एकड़) तक की कृषि भूमि वाले किसानों को केवल एक रुपये की प्रतीकात्मक राशि का भुगतान करना होगा। वहीं, एक से दो हेक्टेयर जमीन वाले किसानों को प्रति एकड़ केवल सौ रुपये का मामूली शुल्क देना होगा। इसके अलावा, बाकी का पूरा प्रीमियम सीधे राज्य सरकार द्वारा चुकाया जाएगा। शुभेंदु ने कहा कि अगस्त 2026 की बाढ़ से प्रभावित किसानों तक जल्द से जल्द मुआवजा पहुंचाने के लिए बीमा कंपनियों को मध्यवर्ती नुकसान का मूल्यांकन तुरंत पूरा करने के कड़े निर्देश दिए गए हैं।

अगले माह 34,920 ग्रामीण युवा शुरू करेंगे डीडीयू-जीकेवाई 2.0 प्रशिक्षण

इस शुरुआत के लिए ग्रामीण विकास मंत्रालय द्वारा पहले चरण में जिन 14 राज्यों की तैयारियों की समीक्षा की गई है

एजेंसी

नई दिल्ली। केन्द्र सरकार अगले माह अक्टूबर से 14 राज्यों और केन्द्र शासित प्रदेशों में दीनदयाल उपाध्याय ग्रामीण कौशल्य योजना (डीडीयू-जीकेवाई) 2.0 प्रशिक्षण बैच शुरू करेगी। इसके तहत 34,920 ग्रामीण युवाओं को कौशल प्रशिक्षण दिया जाएगा।

केन्द्रीय ग्रामीण विकास मंत्रालय के अनुसार इस प्रशिक्षण के तहत अक्टूबर के 1,164 बैच प्रारंभ होंगे और 34,920 ग्रामीण युवाओं को प्रशिक्षण दिया जाएगा। यह प्रशिक्षण 31 दिसंबर 2027 तक चलेगा। केंद्रीय ग्रामीण विकास मंत्रालय द्वारा अक्टूबर से 14 राज्यों और केन्द्र शासित प्रदेशों में दीन दयाल उपाध्याय ग्रामीण कौशल्य योजना 2.0 के तहत नए प्रशिक्षण बैच शुरू किए जा रहे हैं, जिसके तहत 14 राज्यों/केंद्र शासित प्रदेशों के 34,920 ग्रामीण युवा अपना कौशल प्रशिक्षण शुरू करेंगे।

इस शुरुआत के लिए ग्रामीण विकास मंत्रालय द्वारा पहले चरण में जिन 14 राज्यों की तैयारियों की समीक्षा की गई है, वे हैं: उत्तर प्रदेश, बिहार, मध्य प्रदेश, राजस्थान, पश्चिम बंगाल, ओडिशा, कर्नाटक, तेलंगाना, तमिलनाडु, हिमाचल प्रदेश, उत्तराखंड, मिजोरम, सिक्किम और पुडुचेरी। इन 14 राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में 31 दिसंबर 2027 तक कुल 3,57,112 ग्रामीण युवाओं को प्रशिक्षित करने का स्वीकृत लक्ष्य रखा गया है। अब तक 24 राज्यों/केंद्र शासित प्रदेशों द्वारा 1,200 से अधिक परियोजनाओं के तहत कुल 5.6 लाख ग्रामीण युवाओं का लक्ष्य आवंटित किया जा चुका है।

उल्लेखनीय है कि डीडीयू-जीकेवाई योजना ग्रामीण गरीब युवाओं को रोजगार से जुड़ा कौशल प्रशिक्षण प्रदान करती है। इसकी अवधि 3 महीने से 12 महीने तक होती है। डीडीयू-जीकेवाई 2.0 एकीकृत पोर्टल भी है जो परियोजना को सुगम बनाने, अधिक दक्षता, पारदर्शिता और डिजिटल निगरानी को बढ़ावा देने में सक्षम है।

ग्रामीण विकास मंत्रालय
भारत सरकार
MINISTRY OF RURAL DEVELOPMENT
GOVERNMENT OF INDIA
सत्यमेव जयते

कर्मचारी भविष्य निधि के लिए वेतन सीमा बढ़ाये जाने का भारतीय मजदूर संघ ने किया स्वागत

एजेंसी

कोलकाता। कर्मचारी भविष्य निधि संगठन के तहत अनिवार्य सदस्यता के लिए वेतन सीमा को 15 हजार रुपये से बढ़ाकर 25 हजार रुपये किए जाने के केंद्र सरकार के फैसले का भारतीय मजदूर संघ ने स्वागत किया है। भारतीय मजदूर संघ के नेता और खदान श्रमिक कांग्रेस के महासचिव महेंद्र गुप्ता ने केंद्र सरकार के इस फैसले का स्वागत करते हुए कहा कि कर्मचारी भविष्य निधि की वेतन सीमा बढ़ाने की मांग लंबे समय से उठाई जा रही थी। उन्होंने कहा कि वर्ष 2014 से वेतन सीमा 15 हजार रुपये पर ही बनी हुई थी। भारतीय मजदूर संघ की ओर से इस सीमा में बढ़ोतरी की मांग को लेकर लगातार सरकार के समक्ष ज्ञापन, संवाद, संगठनात्मक कार्यक्रम, प्रदर्शन और धरने के माध्यम से आवाज उठाई जाती रही है।

शनिवार को कोलकाता में आयोजित एक कार्यक्रम में महेंद्र गुप्ता ने कहा कि 25 मार्च 2026 को आयोजित धरना कार्यक्रम और उसके बाद 17 अगस्त 2026 को देशव्यापी प्रदर्शन के दौरान कर्मचारी भविष्य निधि की वेतन सीमा बढ़ाने सहित श्रमिकों से जुड़े कई लंबित मुद्दों को प्रमुखता से उठाया गया था। संगठन की ओर से संबंधित अधिकारियों तथा केंद्रीय श्रम एवं रोजगार मंत्री डॉ. मनसुख मांडविया के साथ हुई बैठकों में भी कर्मचारी भविष्य निधि, कर्मचारी राज्य बीमा तथा श्रमिकों की सामाजिक सुरक्षा से जुड़े विषयों पर चर्चा की गई थी।

उन्होंने कहा कि वेतन सीमा 15 हजार से बढ़ाकर 25 हजार रुपये किए जाने से 15 हजार से 25 हजार रुपये प्रतिमाह वेतन पाने वाले कर्मचारियों के एक बड़े वर्ग को अनिवार्य सामाजिक सुरक्षा के दायरे में आने का अवसर मिलेगा। इससे भविष्य निधि बचत, कर्मचारी पेंशन योजना और कर्मचारी जमा लिंक्ड बीमा योजना जैसी सामाजिक सुरक्षा सुविधाओं का लाभ अधिक श्रमिकों तक पहुंच सकेगा।

भारत ने नेपाल भेजी मदद की एक और खेप

11 टन राहत सामग्री में हाइजिन किट और दवाएं शामिल

एजेंसी

नई दिल्ली । भारत ने पड़ोसी देश नेपाल को विनाशकारी बाढ़ के बाद की विषम परिस्थितियों से निपटने के लिए मदद की एक और बड़ी खेप भेजी है। इस राहत सामग्री में दवाओं के साथ ही फोरेंसिक का सामान शामिल है। भारतीय वायुसेना का विमान ये सभी राहत सामग्री लेकर रवाना किया गया। विदेश मंत्रालय (एमईए) के प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर विदेश मंत्री एस जयशंकर के पोस्ट को शेयर करते हुए इसकी जानकारी दी। पोस्ट में लिखा, 'भारत ने नेपाल को राहत सामग्री की 11 टन और खेप भेजी। नेपाल की रिकवरी में मदद के लिए राहत सामग्री ले जाने वाला यह भारतीय वायुसेना का नौवां विमान था। इससे पहले जयशंकर ने भेजी गई सामग्री में शामिल सामग्रियों का

जिक्र किया, 'नेपाल को राहत सामग्री की एक और खेप (11 टन) भेजी गई, जिसमें दवाएं, फोरेंसिक का सामान, टेंट, हाइजीन किट, स्लीपिंग बैग और अन्य जरूरी चीजें शामिल हैं। भारत नेपाल को पुनर्निर्माण में मदद करना जारी रखे हुए है। '

भारत अब तक नेपाल को 140 टन से ज्यादा की मानवीय सहायता और आपदा राहत (एचएडीआर) सामग्री भेज चुका है। विदेश मंत्रालय लगातार इसे लेकर अपडेट देता रहा है। बयान और प्रेस वार्ता के जरिए मंत्रालय स्पष्ट करता आया है कि राहत सामग्री के साथ विशेषज्ञ भी भारत ने नेपाल भेजे हैं। नई दिल्ली ने सुरंग और कीचड़ से बचाव के लिए खास उपकरण, डीएनए किट और फोरेंसिक उपकरण भी आपदा के बाद तुरंत उपलब्ध कराए थे। इसके अलावा अस्थायी आश्रय, कंबल, हाइजीन किटन, सोलर लैंप और दवाएं जैसी जरूरी चीजें भी समय-समय पर भेजती रहती हैं।

भारतीय वायुसेना ने राहत सामग्री पहुंचाने के लिए अब तक नौ विशेष उड़ानें संचालित की हैं। भारत ने कहा है कि वह बाढ़ के बाद नेपाल के बचाव, राहत और पुनर्निर्माण के प्रयासों में मदद करने के लिए प्रतिबद्ध है।

जयपुर लिटरेचर फेस्टिवल का सिएटल एडिशन शुरू

पढ़ने की अहमियत और मानवीय कल्पना पर चर्चा

एजेंसी

जयपुर । लिटरेचर फेस्टिवल (जेएलएफ) के सिएटल संस्करण के तीसरे आयोजन की शुरुआत पढ़ने, मानवीय कल्पना और साहित्य की भूमिका के बचाव के साथ हुई। लेखकों, जनप्रतिनिधियों और राजनयिकों ने इस बात पर चर्चा की कि किस तरह कहानियां अलग-अलग संस्कृतियों को जोड़ने का दम रखती हैं और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) के तेजी से बदलते दौर में भी किताबें और साहित्य मानव अनुभव को समझने का महत्वपूर्ण माध्यम बने हुए हैं। सिएटल पब्लिक लाइब्रेरी में आयोजित कार्यक्रम में भारत की साहित्यिक परंपराओं और अमेरिका के एक प्रमुख प्रौद्योगिकी केंद्र से जुड़े सवालों को एक मंच पर लाया गया। वक्ताओं ने स्मृतियों को सहेजने, सहानुभूति विकसित करने और बच्चों के जीवन में किताबों की भूमिका पर चर्चा की। उन्होंने कहा कि तकनीक के कारण लोगों के सीखने और जानकारी हासिल करने के तरीके

बदल रहे हैं, लेकिन मानवीय अनुभव को समझने में साहित्य की भूमिका बनी हुई है। सिएटल की मेयर कैटी विल्सन ने जयपुर के 'पिंक सिटी' और सिएटल के 'एमराल्ड सिटी' के मिलन के रूप में इस आयोजन का स्वागत किया। उन्होंने कहा कि सिएटल पब्लिक लाइब्रेरी इस आयोजन की शुरुआत के लिए बिल्कुल उपयुक्त जगह है, क्योंकि यह शहर के ऐसे स्थान की तरह है, जहां लोग एक साथ आते हैं। विल्सन ने कहा, 'सिएटल मूल रूप से पाठकों का शहर है। ' उनके मुताबिक जयपुर लिटरेचर फेस्टिवल बहुत कम समय में सिएटल की सांस्कृतिक गतिविधियों का हिस्सा बन गया है और इसने पूरे पैसिफिक नॉर्थवेस्ट से लेखकों, कलाकारों, विद्वानों, छात्रों और साहित्य में रुचि रखने वाले लोगों को एक मंच पर लाया है। उन्होंने कहा, 'इस तरह के महोत्सव हमें याद दिलाते हैं कि कहानियां हमें एक-दूसरे से जोड़ती हैं। वे पुल बनाती हैं। ' विल्सन ने कहा कि साहित्य के जरिए व्यक्ति अपने अनुभवों से बाहर निकलकर दूसरे लोगों के जीवन को समझने और उन संभावनाओं की कल्पना करने की कोशिश करता है, जो शायद उसके लिए अपरिचित हों। उन्होंने कहा, 'ऐसे कमरे में, जहां सीटें खुली हों और दिमाग खुले हों, हमें सहानुभूति का अभ्यास करने का अवसर मिलता है। ' सिएटल की मेयर ने एआई के बढ़ते प्रभाव को लेकर भी चिंता जताई और सवाल उठाया कि इसका पढ़ने, ध्यान केंद्रित करने तथा लिखने और सोचने की क्षमता पर क्या असर पड़ सकता है।

अफ्रीका की खाद्य सुरक्षा के लिए थार की दलहनी फसलों पर अंतरराष्ट्रीय प्रतिनिधिमंडल ने ली जानकारी

एजेंसी

बीकानेर। बदलती जलवायुवीय परिस्थितियों के बीच अफ्रीकी देशों में खाद्य सुरक्षा की संभावनाएं तलाशने के लिए अंतरराष्ट्रीय प्रतिनिधिमंडल ने स्वामी केशवानंद राजस्थान कृषि विश्वविद्यालय का दौरा किया। प्रतिनिधिमंडल ने थार के शुष्क क्षेत्रों में होने वाली मूंग, मोठ और अन्य दलहनी फसलों के अनुसंधान एवं जर्मप्लाज्म के बारे में जानकारी ली।यूनाइटेड किंगडम के किर्क हाउस ट्रस्ट और विश्वविद्यालय के बीच हुए एमओयू के तहत प्रतिनिधिमंडल दो दिवसीय दौरे पर राजस्थान आया है। अनुसंधान निदेशक डॉ. एनके शर्मा ने प्रतिनिधिमंडल को विश्वविद्यालय के कृषि अनुसंधान, मोठ-मूंग सहित अन्य दलहनी फसलों और जर्मप्लाज्म से जुड़े कार्यों की जानकारी दी। किर्क हाउस ट्रस्ट के एसटीओएल कार्यक्रम के समन्वयक डॉ. पीएन माथुर ने कहा कि अफ्रीका के शुष्क क्षेत्रों में दलहनी फसलों की खेती सीमित है। जलवायु परिवर्तन के कारण किसानों के सामने नई चुनौतियां हैं। ऐसे में मोठ और मूंग बीन जर्मप्लाज्म साझा करने से खाद्य सुरक्षा और स्थानीय अर्थव्यवस्था के लिए नई संभावनाएं बन सकती हैं। व्यवसायी आशीष अग्रवाल ने कहा कि बीकानेरी भुजिया ने बीकानेर को वैश्विक पहचान दिलाई और इससे रोजगार तथा आर्थिक गतिविधियों को बढ़ावा मिला। उन्होंने कहा कि मारामा बीन पर हो रहा अनुसंधान किसानों और उद्यमियों के लिए उपयोगी हो सकता है। उद्यमी दीपक अग्रवाल ने कहा कि दाल आधारित प्रसंस्करण उद्योग पोषण सुरक्षा के साथ रोजगार और स्थानीय स्तर पर आर्थिक गतिविधियों को बढ़ावा देने में मददगार है। किर्क हाउस ट्रस्ट की सीईओ डॉ. क्लोडिया कैनल होलजैइस ने विश्वविद्यालय का आभार व्यक्त किया। डॉ. भूपेंद्र सिंह शेखावत ने धन्यवाद ज्ञापित किया। इस अवसर पर प्रगतिशील किसान बलजीत सिंह बिश्नोई, प्रसार शिक्षा निदेशक डॉ. दीपाली धवन, सामुदायिक विज्ञान महाविद्यालय के डॉ. वीर सिंह, कृषि महाविद्यालय के अधिष्ठाता डॉ. विजय प्रकाश, डीन पीजी डॉ. राजेश वर्मा सहित अन्य वैज्ञानिक मौजूद रहे। प्रतिनिधिमंडल में यूनाइटेड किंगडम, दक्षिण अफ्रीका, संयुक्त राज्य अमेरिका, नामीबिया, स्विट्जरलैंड और मेडागास्कर सहित अन्य देशों के कृषि अनुसंधान से जुड़े वैज्ञानिक एवं विद्यार्थी शामिल रहे।

मैग्नीशियम सप्लीमेंट्स को टॉफी की तरह खाना, इस नए ट्रेंड के क्या हैं नुकसान

विटामिन-मिनरल्स के सप्लीमेंट्स को रेगुलरी खाना आजकल फैशन या ट्रेंड का हिस्सा बन गया है. इन्हीं में से एक मैग्नीशियम है जिसे कई लोग टॉफी की तरह खाते हैं. डॉक्टर से जानें....

इन दिनों सोशल मीडिया रील्स पर एक नया हेल्थ फैशन बहुत तेजी से फैल रहा है. लोग मैग्नीशियम जेली या अन्य सप्लीमेंट जैसे रंगीन टॉफी खा रहे और उन्हें इसे खाना हेल्दी और कूल लगता है. कई रिपोर्ट्स में सामने आया है कि लोग बिना किसी कारण के इन सप्लीमेंट्स को खा रहे हैं क्योंकि वे खुद को स्ट्रेस फ्री करना चाहते हैं, रात में अच्छी नींद लेना चाहते हैं और अपने मांसपेशियों के दर्द को ठीक करना चाहते हैं. लेकिन क्या आप जानते हैं कि किसी भी विटामिन या मिनरल का चॉकलेट के रूप में सेवन करने से आपके शरीर को बहुत नुकसान पहुंच सकता है. चलिए इस नए ट्रेंड के नुकसानों को देखते हैं.डॉ. मधुरा गोपीचंद मोरे (एसोसिएट कंसल्टेंट, इंटरनल मेडिसिन, यथार्थ सुपर स्पेशियलिटी हॉस्पिटल) का कहना है कि पहले तो सबसे बड़ा प्रभाव मैग्नीशियम आपके पेट पर पढ़ता हैं. मैग्नीशियम का अधिक सेवन आपके पेट में पानी को आकर्षित करेगा जिससे गंभीर दस्त, पेट के दर्द और यहां तक कि गैसे भी हो सकती हैं द्ध

ज्यादा खाना कितना खतरनाक

मैग्नीशियम शरीर के लिए आवश्यक है लेकिन एक निश्चित मात्रा से ज्यादा लेना नहीं चाहिए. जब आप बहुत ज्यादा मात्रा में खाने से जैसे कि बहुत सारे मिठाई खाकर मिनरल को अत्यधिक मात्रा में अपने शरीर में लेते हैं तो आपके शरीर में मैग्नीशियम का स्तर खतरनाक रूप से बढ़ जाता है जिसे चिकित्सात्मक रूप से हाइपरमैग्नेसीमिया कहते हैं.यह सलाह दी जाती है की कोई भी व्यक्ति एक दिन में 350 मिलीग्राम से ज्यादा मैग्नीशियम ना ले. इससे शरीर का जहरीला हो जाना होगा.

होता है ये बड़ा नुकसान

ब्लड प्रेशर में तेजी से गिरावट, ऐसे में मैग्नीशियम को खाने से किसी व्यक्ति के रक्त वाहिकाएं अत्यधिक आराम में आ जाती हैं.इससे व्यक्ति के रक्तचाप में तेजी से गिरावट आती है. इसका ओवरडोज करने से हमारे दिल के नर्वस सिस्टम पर भी काफी प्रभाव पढ़ता हैं. इसके अलावा यह हमारे फेफड़ों के मांसपेशियों को आराम देता है जिससे सांस लेना और भी मुश्किल हो जाता है.

किडनी पर एक्स्ट्रा प्रेशर

किडनी हमारे शरीर से अतिरिक्त मिनरल निकालने में हमारी मदद करती हैं.ऐसे सप्लीमेंट्स का रोजाना सेवन हमारी किडनीज पर अतिरिक्त तनाव डालता है और गंभीर जटिलताएं ला सकता है खासकर उन लोगों के लिए जिनकी किडनी की बीमारी है.

शुगर और दांतों को नुकसान

गमी कैंडीज काफी हद तक टॉफी जैसे दिखने का कारण है क्योंकि ये आर्टिफीसियल शुगर,फ्लेवर और सिरप से बनाये जाते हैं ताकि ये अच्छे स्वाद के हों. इनकी अत्यधिक मात्रा का सेवन आपके दांतों में कैविटीज पैदा कर सकता है और भी अतिरिक्त कैलोरीज हो सकती है जो मोटापे और उच्च रक्त शर्करा का कारण बन सकती है.

हेल्थ सप्लीमेंट्स फार्मेसी के शेल्फ से नहीं मिलने वाली दवाएं हैं जिन्हें सोशल मीडिया पर हर कोई खाते हुए देखकर आप खाना चाहिए. अगर आप नींद नहीं आ रही है या थकान महसूस कर रहे है तो मैग्नीशियम कैप्सूल ना खाएं बल्कि अधिक प्राकृतिक उत्पादों जैसे पत्तेदार सब्जियां,बादाम,काजू और सूखे दालचीनी का चुनाव करें.किसी भी सप्लीमेंट को लेने से पहले हमेशा अपने डॉक्टर से चर्चा करें.

एआई से खतरों के बीच मुनाफे और ताकत के दांव

टेक्नालॉजी से मानव की तरक्की से कोई इन्कार नहीं करता है। लेकिन उसके दुरुपयोग की आशंकाओं को खारिज भी नहीं कर सकते हैं। एआई को किनारे रख दें और सोशल मीडिया के प्रभाव को देख लें तो स्थिति समझी जा सकती है। सोशल मीडिया की लत युवाओं, किशोरों के साथ सभी आयु वर्ग के लोगों को प्रभावित कर रही है। लेकिन, उस पर कारगर रोक किसी कंपनी ने नहीं लगाई है।इन दिनों दुनियाभर खासकर अमेरिका में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस से होने वाली तबाही पर गर्म बहस छिड़ गई है। विश्व के भविष्य को लंबे समय तक प्रभावित करने वाली तकनीक में दो महाशक्तियों अमेरिका और चीन के साथ दिग्गज टेक्नालॉजी कंपनियों के बड़े दांव लगे हैं। एआई से मानवता के अस्तित्व को खतरों की चेतावनियों के बावजूद कोई पक्ष पीछे नहीं हटना चाहता है। अमेरिका, चीन को अपना प्रभाव कम होने और पिछड़ने की आशंका है तो टेक कंपनियों की नजर अरबों रुपए के निवेश और मुनाफे पर है। इस रस्साकशी ने उम्मीद जगाई है कि देर-सबेर एआई पर काबू पा लिया जाएगा।एआई या कृत्रिम बुद्धि के विध्वंसक नतीजों के बारे में एआई के गॉडफॉदर माने जाने वाले वैज्ञानिक ही आगाह कर रहे हैं। यहां कुछ नामी साइंटिस्ट का जिक्र काफी होगा। मांट्रियल यूनिवर्सिटी, कनाडा में कंप्यूटर साइंस के प्रोफेसर जोशुआ बेंजिओ 2023 से एआई के कारण मानव अस्तित्व को खतरे और उस पर मानवीय नियंत्रण खत्म होने के बारे में कह रहे हैं। बेंजिओ ने एआई के खिलाफ अभियान छेड़ने और सुरक्षा का सिस्टम बनाने के लिए लॉ जीरो संगठन बनाया है। लॉ जीरो बेकाबू एआई एजेंट को बेअसर करने के सेफ्टी सिस्टम बना रहा है। संगठन को जर्मनी और कनाडा की सरकारों के साथ माइक्रोसॉफ्ट, एनवीडिया से मदद मिली है।बेंजिओ के साथ 2018 में एलन ट्यूरिंग पुरस्कार हासिल करने वाले ज्याफ्रे हिंटन ने 2023 में गूगल से इस्तीफा दे दिया। उनका कहना था कि वे एआई के जोखिमों पर अधिक स्वतंत्रता से बोलने के लिए काम छोड़ रहे हैं। हिंटन कहते हैं कि एआई मानवों से अधिक स्मार्ट हो जाएगी और सत्ता पर कब्जा करने जैसे लक्ष्य बना लेगी। उसे बंद करना या नियंत्रण में रखना असंभव हो जाएगा। गूगल के पूर्व शोधकर्ता का कहना है कि एआई का बुरे लोग दुरुपयोग करेंगे,ऑटो साइबर हमले होंगे और जैविक वायरस तैयार किए जाएंगे हैं। वे इस टेक्नालॉजी के कारण बेरोजगारी बढ़ने और चुनावों में धांधली का अंदेशा भी जताते हैं।बेंजिओ, हिंटन के साथ एआई लैब्स में काम करने वाले कई शोधकर्ता लगातार चिंता जता रहे हैं। वे कहते हैं कि एआई इस दशक के अंत तक मानवों का अस्तित्व खत्म कर देगी। इनकी चेतावनियों ने वैसा असर नहीं किया है जैसा कि 8 सितंबर को एआई लैब एंथ्रोपिक से जेकब कॉक्सन के इस्तीफे का हुआ है। कॉक्सन ने तीन साल तक ओपनएआई और एंथ्रोपिक में एआई के शक्तिशाली मॉडलों को प्रशिक्षित किया है। उनके इस्तीफे की पोस्ट को इंटरनेट पर 24 घंटे से कम समय से नौ करोड़ से अधिक व्यू मिले थे। उन्होंने सबसे बड़ा खतरा बताया यह है कि यदि हमने एआई की वर्तमान गति को धीमा नहीं किया तो निकट भविष्य में हम सब मर जाएंगे। वे कहते हैं, एआई कंपनियों में काम कर रहे सभी लोग ऐसा ही सोचते हैं। कॉक्सन की चेतावनी से हड़कंप मच गया है।12 सितंबर को एंथ्रोपिक के प्रमुख डैरियो अमोडेई ने एक लेख में सुझाव दिया है कि एआई पर सामूहिक रोक और संयम की जरूरत है। प्रमुख एआई लैब्स को एआई की क्षमता बेहतर बनाने की गति धीमी करना चाहिए। ओपनएआई के सैम आल्टमैन, दुनिया के सबसे अमीर शख्स और एक्सएआई के मालिक एलन मस्क का भी कहना है कि एआई मॉडलों की रफ्तार धीमी होनी चाहिए। माइक्रोसॉफ्ट के सत्या नडेला कहते हैं, एआई के बड़े मॉडलों को समाज की मदद और मानवीय नियंत्रण के सिद्धांतों से निर्देशित होना चाहिए। लेकिन इस वक्त सबसे कीमती टेक कंपनी एनवीडिया के सीईओ जेनसन हुआंग कहते हैं, एआई को नियंत्रित करने के लिए किसी नए कानून या नियमों की जरूरत नहीं है। उनका कहना है, नियंत्रण का काम बाजार की ताकतें करेंगी। हुआंग जोर देते हैं, तेजी से आगे बढ़ें लेकिन अगर किसी बिंदु पर लगता है कि कंपनी या उसके प्रोडक्ट काबू से बाहर जा रहे हैं तो ठहर जाइए और सुधार कीजिए।कुछ टेक्नालॉजी कंपनियां एआई की गति को धीमी करने की बात तो करती हैं लेकिन वे निर्णायक कदम नहीं उठा रही हैं। दरअसल, उनका मुनाफा और बाजार मूल्य एआई पर बहुत हद तक निर्भर है। अलग-अलग कंपनियों ने सॉफ्टवेयर, सोशल मीडिया और एआई मॉडलों के दम पर अरबों रुपए कमाए हैं। इनका बाजार मूल्य कई देशों के जीडीपी से आगे है। इस समय एनवीडिया का बाजार मूल्य 5.35 लाख करोड़ रुपए, एपल 450 लाख करोड़ रुपए, गूगल 393 लाख करोड़ रुपए, माइक्रोसॉफ्ट 355 लाख करोड़ रुपए, अमेजन 266 लाख करोड़ रुपए और मेटा का मूल्य 158 लाख करोड़ रुपए है।बड़ी टेक कंपनियां एआई पर काफी पैसा लगा रही हैं। अमेजन, गूगल, फेसबुक की मेटा और माइक्रोसॉफ्ट ने 2024-25 और 2025-26 में एआई इंफ्रास्ट्रक्चर और पूंजी खर्च के बतौर 95 लाख करोड़ रुपए लगाए हैं। ओपनएआई और एंथ्रोपिक में माइक्रोसॉफ्ट, अमेजन और जापान के सॉफ्ट बैंक ने निवेश किया है। लिहाजा,उनके लिए यह काम समेटना या धीमा करना मुश्किल नहीं है लेकिन कारोबार की होड़ उनके कदम रोकती है। निवेशक भी खुले हाथ से पैसा लगा रहे हैं। 2020 में निवेशकों ने रोबोटिक्स, स्पेस, क्वांटम कंप्यूटिंग में 2.1 लाख करोड़ रुपए लगाए थे। 2026 में यह आंकड़ा बढ़कर 8.6 लाख करोड़ रुपए हो गया है। ये सभी तकनीक एआई से जुड़ी हैं।एआई की होड़ देशों और कंपनियों के बीच टेक्नालॉजी के कारण बढ़ती असमानता पर भी रोशनी डालती है। एआई में भारत सहित कई देशों की कंपनियां निवेश कर रही हैं। लेकिन, वे इनोवेशन में पीछे हैं। केवल फ्रांस की मिस्ट्रल अमेरिकी, चीनी कंपनियों का थोड़ा बहुत मुकाबला कर सकती है। इसी तरह एआई में बड़ी कंपनियों को ज्यादा कामयाबी मिली है। ओपनएआई और एंथ्रोपिक का आकार छोटा है पर वे इनोवेशन में अव्वल हैं। चीन की अलीबाबा, डीपसीक और जेडएआई जैसी कंपनियां अमेरिकी कंपनियों के मुकाबले कम खर्च में एआई मॉडल बना रही हैं। एआई से साइंस, टेक्नालॉजी, शिक्षा, स्वास्थ्य, खेती जैसे क्षेत्रों में असीमित संभावनाओं के साथ देशों की सामरिक ताकत भी जुड़ी है। इसलिए अमेरिका, चीन की सरकारें रोक लगाने के विचार का सख्त विरोध कर रही हैं। टेक्नालॉजी से मानव की तरक्की से कोई इन्कार नहीं करता है। लेकिन उसके दुरुपयोग की आशंकाओं को खारिज भी नहीं कर सकते हैं। एआई को किनारे रख दें और सोशल मीडिया के प्रभाव को देख लें तो स्थिति समझी जा सकती है। सोशल मीडिया की लत युवाओं, किशोरों के साथ सभी आयु वर्ग के लोगों को प्रभावित कर रही है। लेकिन, उस पर कारगर रोक किसी कंपनी ने नहीं लगाई है। कुछ सरकारों ने जरूर सोशल मीडिया पर पाबंदी लगाने की पहल की है। ऑस्ट्रेलिया ने 16 साल से कम आयु के लोगों के लिए सोशल मीडिया के उपयोग पर कई तरह के नियंत्रण लगाए हैं। कुछ अन्य देश ऑस्ट्रेलिया के रास्ते पर आगे बढ़ रहे हैं। वहीं कंपनियों ने कोई कारगर कदम नहीं उठाए हैं।सोशल मीडिया के अनुभव को देखते हुए टेक कंपनियों से अपनी तरफ से एआई पर पूरी तरह रोक लगाने की उम्मीद नहीं की जा सकती है। अलबत्ता, वे एआई मॉडलों की तेज रफ्तार को जरूर थाम सकती हैं। इतिहास के पन्नों को टटोलें तो हम पाते हैं कि कई बार मानवजाति को त्रासदियों और विनाश से बचाने के लिए असरदार पहल हुई है। 1975 में लगभग 150 वैज्ञानिकों ने कैलिफोर्निया, अमेरिका में मानव शरीर की मुख्य संरचना-डीएनए टेक्नालॉजी के नुकसानदेह परिणामों पर चर्चा की थी। उस वक्त आशंकाएं जताई गई थीं कि शरीर के किसी हिस्से से जेनेटिक मटीरियल डीएनए को निकालकर उससे दूसरे किस्म के अंग या जीव बनाए जा सकते हैं। इस पहलू पर रिसर्च को रोकने और जरूरी सुरक्षा उपाय करने के लिए निर्णायक कदम उठाए गए थे। इसलिए डीएनए से छेड़छाड़ के बड़े अभियान अब तक सामने नहीं आए हैं।1942-47 के बीच मैनहटन प्रोजेक्ट के तहत अमेरिका ने परमाणु बम का निर्माण किया था। 1945 में हिरोशिमा, नागासाकी पर अमेरिका ने परमाणु बम गिराए और लाखों लोग मारे गए थे। हिरोशिमा, नागासाकी की तबाही को आज तक याद किया जाता है। इसके बाद एटम बम के जनक साइंटिस्ट रॉबर्ट ओपेनहीमर ने अपनी घातक टेक्नालॉजी के इस्तेमाल पर नियंत्रण का आह्वान किया था। नतीजतन अंतरराष्ट्रीय परमाणु ऊर्जा एजेंसी का गठन हुआ और परमाणु अप्रसार संधि अस्तित्व में आई। हालांकि परमाणु हथियारों का निर्माण जारी है। फिर भी, उसके भयावह परिणामों ने सभी देशों को अब तक तो स्वनियंत्रण में रखा है। कुछ ऐसा ही आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के मामले में हो सकता है। जिन कंपनियों ने इस टेक्नालॉजी को आगे बढ़ाया है, उन्हें इस पर नियंत्रण के रास्ते और औजार खोजने होंगे। सरकारें खासकर अमेरिका और चीन की सरकारें निर्णायक कदम उठाएं तो अच्छे नतीजे मिल सकते हैं। इन देशों से एआई से संपन्नता, वैज्ञानिक बढ़त और घातक हथियार बनाने की क्षमता जैसे फायदों को ताक पर रखकर मानवता के पक्ष में सोचने की अपेक्षा है। लेकिन, दुनिया पर दबदबा बनाने और अमीर बने रहने की महत्वाकांक्षा ऐसे लक्ष्यों के आड़े आती है।

संपादकीय

सुविधा का लेन-देन

इसमें दो राय नहीं कि पिछले एक दशक में यूनिफाइड पेमेंट्स इंटरफेस यानी यूपीआई देश में लेन-देन के एक लोकप्रिय और विश्वसनीय माध्यम के रूप में स्थापित हुआ है। इससे भी बढ़कर भारत की निरंतर डिजिटल होती अर्थव्यवस्था का एक महत्वपूर्ण स्तंभ भी बना है। हाल ही में केंद्र सरकार द्वारा जारी अध्यादेश में दो हजार रुपये से अधिक के लेन-देन पर मर्चेंट डिस्काउंट रेट यानी एमडीआर चार्जेज कारोबारियों के ऊपर लगाने की बात कही गई है। इस घोषणा ने सरल-सुलभ लेन-देन करने वाले करोड़ों उपभोक्ताओं के मन में कई सवालों को जन्म दिया है। हालांकि, राहतकारी यह है कि नोटिफिकेशन में दो हजार तक के यूपीआई लेन-देन और रुपे डेबिट कार्ड पेमेंट्स पर कोई शुल्क न लगाने की बात कही गई है। लेकिन इससे देश में अधिक मूल्य वाले यूपीआई लेन-देन पर एमडीआर चार्जेज लगाने का रास्ता खुल गया है। बैंकों, सेवा प्रदाता संस्थाओं व विभिन्न एसोसिएशनों के प्रतिनिधि जल्द ही दो हजार रुपये से अधिक के यूपीआई लेन-देन पर शुल्क निर्धारण करेंगे। निस्संदेह किसी भी बेहतर सुविधा के लिए उपभोक्ता की भी आर्थिक जवाबदेही बनती है। उल्लेखनीय है कि साल 2016-17 में महज 0.07 लाख करोड़ रुपये के लेन-देन मूल्य से यूपीआई के जरिये 314 लाख करोड़ रुपये का ट्रांजेक्शन हुआ। वैसे आम उपभोक्ता पर सीधे तौर पर एमडीआर लगने का प्रभाव नहीं पड़ेगा क्योंकि देश में 96 फीसदी लेन-देन दो हजार रुपये की सीमा में ही आता है। लेकिन यदि कारोबारियों पर दो हजार से अधिक के यूपीआई लेन-देन पर एमडीआर शुल्क लगता है तो येन-केन-प्रकारेण वे इसका बोझ उपभोक्ताओं पर डालने का ही प्रयास करेंगे। वास्तव में आज जब साइबर फ्रॉड के मामलों में लगातार अप्रत्याशित तेजी आ रही है तो हर रोज होने वाले करोड़ों डिजिटल भुगतानों की सुरक्षा करना भी जरूरी हो जाता है। विशेषकर, छोटे विक्रेताओं और आम उपभोक्ताओं की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए।

निस्संदेह, सरकार का यह तर्क वाजिब है कि इतने बड़े इकोसिस्टम को हमेशा सरकारी अनुदान के भरोसे नहीं चलाया जा सकता है। यह भी हकीकत है कि सरकार को यूपीआई लेन-देन पर एमडीआर लागू इसलिये करना पड़ा क्योंकि यूपीआई नेटवर्क चलाने के लिए हर साल बीस हजार करोड़ का बोझ उसे वहन करना पड़ता है। पहले सरकार ने डिजिटल लेन-देन को बढ़ावा देने के लिए ग्राहक व पेमेंट लेने वाले व्यापारियों पर कोई फीस नहीं लगायी थी। लेकिन यूपीआई नेटवर्क के विस्तार के साथ इसे चलाने का खर्च भी लगातार बढ़ता चला गया। यूपीआई का कितनी तेजी से विस्तार हुआ, इस बात का पता इस आंकड़े से चलता है कि वर्ष 2026 के वित्तीय वर्ष में यूपीआई के जरिये हुए 24,161. 69 करोड़ लेन-देन 314 लाख करोड़ रुपये कीमत के हुए। इस बीच यूपीआई से जुड़े बैंकों की संख्या 44 से बढ़कर 703 हो गई है। देश में करीब 55 करोड़ लोग यूपीआई का उपयोग कर रहे हैं। निर्विवाद रूप से आज के दौर में साइबर सुरक्षा, धोखाधड़ी रोकने, इंफ्रास्ट्रक्चर और नवाचार के लिए लगातार नये निवेश करने की जरूरत होती है। ऐसे में दो हजार से अधिक मूल्य के व्यापारिक लेन-देन पर सीमित मात्रा में एमडीआर मॉडल बैंकों और भुगतान प्रदाताओं के लिए एक स्थायी राजस्व का तंत्र विकसित कर सकता है। वैसे हकीकत यह भी है कि भले ही सरकार एमडीआर सिर्फ व्यापारियों पर ही लागू कर रही है, लेकिन लागत बढ़ने पर व्यवसायी एमडीआर का कुछ हिस्से का बोझ मूल्य बढ़ोतरी के माध्यम से उपभोक्ताओं पर डाल देंगे। ऐसे में यूपीआई और सेवा नियामक कमेटी को स्पष्टता और पारदर्शिता के आधार पर फैसला लेना चाहिए। एमडीआर की राशि का निर्धारण कुछ इस तरह किया जाना चाहिए, जिससे छोटे व्यवसायियों पर अधिक दबाव न पड़े। लोगों का आपसी लेन-देन मुफ्त ही बना रहे और साथ ही दो हजार रुपये की सीमा में बदलाव न किया जाए। आज देश में यूपीआई व्यवस्था त्वरित, सस्ती और सार्वभौमिक भुगतान सुविधा के चलते अर्थव्यवस्था की एक बड़ी ताकत बन गयी है।

ब्रिक्स : ग्लोबल साउथ की गूंज मजबूत

ब्रिक्स देशों ने सम्मेलन में आर्थिक-सामाजिक-राजनीतिक मुद्दों के साथ युद्ध, टैरिफ वार और प्रतिबंधों जैसी चुनौतियों पर बेहतर समझदारी विकसित की। बुनियादी तौर पर सहमति बनी कि ब्रिक्स देशों को एक-दूसरे पर आने वाले संकटों में साथ देना चाहिए। ब्रिक्स में बड़ी आर्थिक ताकत बनने का दम-खम है और सम्मेलन में उसका रोडमैप सामने आया।भारत की अध्यक्षता में दिल्ली में हुए ब्रिक्स के 18वें शिखर सम्मेलन की गूंज क्या वर्ल्ड ऑर्डर में किसी बड़ी तब्दीली का संकेत दे रही है। सम्मेलन शुरू होने से पहले ही यह माना जा रहा था कि 11 सदस्य देश आपसी साझेदारी-व्यापार-अनुसंधान आदि पर सहमति तक पहुंचेंगे और अमेरिका के वर्चस्व को सीधी चुनौती देने से बचेंगे। लेकिन ब्रिक्स के देश इससे आगे युद्ध और अमेरिका के टैरिफ वार के खिलाफ कड़ा संदेश देने में सफल रहे।इस सम्मेलन में भारत, चीन, रूस और ईरान ने युद्ध और बढ़ते भू-राजनीतिक दबाव से दुनिया भर में आम लोगों का जीवन तबाह होने और सप्लाई चेन बाधित होने की बात कही। भारत ने मौजूदा वैश्विक संकट की नब्ज पर हाथ रखते हुए क्रिटिकल मिनरल्स को हथियार बनाए जाने पर चिंता जताई साथ ही आगाह किया कि दुनिया का कोई संकट एक क्षेत्र में नहीं रहता, यानी उसकी मार सब पर पड़ती है। यह सबका भुगता हुआ सच है, चाहे वह रूस-यूक्रेन संघर्ष हो या फिर ईरान पर अमेरिका का हमला–दुनिया के हर देश ने इनके असर को झेला है। यही वजह है कि ब्रिक्स 2026 के घोषणापत्र में तनावों और युद्ध जैसी स्थितियों को परस्पर संवाद से सुलझाने की बात पर जोर दिया गया है।

ईरान के राष्ट्रपति मसूद पेज़ेश्कियान और संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) के अबु धाबी के क्राउन प्रिंस खालिद बिन मोहम्मद की ब्रिक्स सम्मेलन के दौरान हुई अलग बैठक भी बहुत चर्चा में रही। पश्चिम एशिया में गहरे तनाव के बीच दोनों नेताओं का एक मंच पर मिलना अपने आप में महत्वपूर्ण था। दोनों ने तनाव घटाने, क्षेत्रीय स्थिरता और शांति की कोशिशों को आगे बढ़ाने पर जोर दिया। इस तरह ब्रिक्स सम्मेलन ने वर्ल्ड ऑर्डर को यह संदेश दिया कि वह परस्पर विरोधी हितों और तनावों के बीच भी संवाद का मंच बन सकता है।

ब्रिक्स की शक्ति विविधता और सहयोग में है और सम्मेलन ने इस दिशा में खासी उपलब्धि हासिल की है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने वैश्विक संकटों से मुकाबला करने के लिए लचीला रुख अख्तियार करने की बात की। चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग ने कहा कि बिना नियमों के दुनिया एक ऐसे चौराहे जैसी है जहां ट्रैफिक लाइट ने काम करना बंद कर दिया हो।

अंतरराष्ट्रीय नियमों को लिखने में सभी देशों की साझेदारी होनी चाहिए। 2027 में ब्रिक्स की अध्यक्षता चीन के पास होगी, लिहाजा शी जिनपिंग का यह कहना कि ब्रिक्स को इतिहास के सही पक्ष में खड़ा होना चाहिए, आने वाले समय में इस प्लेटफॉर्म की बढ़ती भूमिका के बारे में संकेत देने वाला है।ब्रिक्स घोषणापत्र 2026 में कहीं भी अमेरिका का नाम नहीं है, लेकिन उसके वर्चस्व को तगड़ी चुनौती दी गई है। खासतौर से टैरिफ वार और डॉलर पर निर्भरता घटाने की दिशा में स्थानीय मुद्राओं और वैकल्पिक भुगतान प्रणालियों पर जोर महत्वपूर्ण है। घोषणापत्र में सीमा-पार भुगतान प्रणालियों को बेहतर बनाने और ब्रिक्स देशों के बीच व्यापार तथा निवेश में स्थानीय मुद्राओं के इस्तेमाल को बढ़ावा देने पर चर्चा जारी रखने की बात कही गई है।

ब्रिक्स के देश खासतौर पर अमेरिका के टैरिफ वार के निशाने पर रहे हैं–चाहे चीन हो या भारत या फिर रूस। सभी के लिए इस टैरिफ के डंडे से बाहर निकलने का रास्ता खोजना प्राथमिकता रही और 11-13 सितंबर को ब्रिक्स के अलग-अलग प्लेटफॉर्म पर इस पर खूब चर्चा हुई।भारत ने संतुलित रुख अख्तियार करने की बहुत कोशिश की, लेकिन प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग, रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन व ईरान के राष्ट्रपति मसूद पेज़ेश्कियान से गर्मजोशी भरी मुलाकातें और साथ में पौधा लगाना अलग ढंग का राजनीतिक संदेश दे रहे थे। संदेश साफ है–ग्लोबल साउथ अपनी दावेदारी पेश कर रहा है और यह दुनिया को बहुध्रुवीय बनाने की दिशा में कदम है।

सेल्फी पर ज्यादा लाइक चाहिए, तो 11 तरीके अपनाएं

चल बेटा सेल्फी ले ले रे ....बजरंगी भईजान फिल्म का यह गाना तो आपने सुना ही होगा। सेल्फी यानि फोन के कैमरे से खुद की बेहतरीन फोटो खींचना, जरूर आपकी जिंदगी का भी अहम हिस्सा बन चुका होगा। सोशल मीडिया पर भी आप ऐसी कई तरह की सेल्फी देखते होंगे, जिन्हें सबसे ज्यादा पसंद किया जाता है। लिहाजा आपके मन में भी तो यह बात आती होगी के आपकी सेल्फी को भी लोग ज्यादा से ज्यादा लाइक करें। आपके मन की इसी को को जानते हुए हम बता रहे हैं, सेल्फी लेने के 11खास तरीके, जिससे आप भी सोशल मीडिया पर छा सकते हैं।

सबसे पहले तो अपने मन से यह बात निकल फेंकिए कि मेकअप करने से सेल्फी ज्यादा अच्छी आएगी या कुछ ही रंगों में आपकी सेल्फी अच्छी आती है...फलां-फलां बातें। अब एक बार यह सोचकर देखि?ए कि आप सेल्फी को इतनी दिलचस्प कैसे बना सकते हैं, कि लोग उसे देखें और पसंद करें। चलिए इस बारे में बात करते हैं - 1 पहले बात करते हैं समूह सेल्फी की। जब भी आप दोस्तों या परिवार के साथ सामूहिक सेल्फी ले रहे हैं, तो कोशि?श कीजिए हर कोई अपने अलग अंदाज में दिखाई दे। सीधे खड़े होकर सेल्फी लेने के बजाए अलग-अलग तरह से खड़े होकर या कुछ लोग बैठकर सेल्फी लें।

2 समूह में सेल्फी लेते समय हर कोई अपने चेहरे पर अलग-अलग गहरे भाव दिखाएगा, तो देखने वाला कुछ देर तक इस तस्वीर को जरूर देखेगा और पसंद भी करेगा।

3 आप अपनी सेल्फी ले रहे हैं, तो अपने दोस्तों से पीछे की तरफ खड़े होकर अलग-अलग या अजीबो-गरीब प्रतिक्रिया देने के लिए कहें। इस तरह से देखने वाला पहले आपकी तस्वीर को देखने पर पीछे के किरदारों को भी ध्यान से देखेगा।

4 अगर आप व्यक्तिगत रूप से अपनी सेल्फी ले रहे हैं, तो इस बात पर ध्यान दें, कि या तो आप खुद को खास तरह से पेश करें या फिर आपके पीछे का क्षेत्र ध्यान खींचने वाला हो।

5 अगर आपने कोई नई चीज खरीदी है और उसे सेल्फी के जरिए दुनिया को दिखाना चाहते हैं, लेकि?न यह दिखावा आपको ठीक नहीं लगता तो एक काम कीजिए। आप अपनी इस सेल्फी में अपने किसी खास दोस्त को भी शामिल कर लिजिए। ऐसे में किसी को अंदाजा भी नहीं होगा कि आप दिखावा कर रहे हैं, और लोग आपकी दोस्ती की तस्वीर को पसंद भी करेंगे।

6 अगर दोस्तों का समूह बना है, और कुछ रोमांचक करना चाहते हैं तो सेल्फी में कुछ अलग करें। आप सभी एक घेरे में खड़े होकर अपने पैरों की सामूहिक तस्वीर ले सकते हैं। इसके बाद सभी दोस्तों को टैग करके यह तस्वीर फेसबुक पर डालें। यह तस्वीर आपको और अन्य लोगों में खुद को एवं एकदूसरे को पहचानने का रोमांच पैदा करेगी।

7 इसी तरह से अगर आप चाहें तो पैरों की जगह हाथ, या सभी के चेहरे का एक तरफा हिस्सा सेल्फी में लें सकते हैं। इस तरह से कई नए तरीके आजमाकर आप अपनी सेल्फी को रोमांचक बना सकते हैं।

8 यह जरूरी नहीं है कि सेल्फी लेते समय आपके चेहरे पर मेकअप लगा हुआ हो। इसकी जगह प्रकृतिक रूप से आप जैसे हैं , उसे ही अपने कैमरे में कैद करें। और मुस्कान के साथ-साथ चेहरे पर अन्य भाव-भंगिमाएं बनाकर देखें। इस तरह से आप सारी तस्वीरों को एक साथ लगा दें। यह जरूर पसंद की जाएगी।

9 यह भी जरूरी नहीं कि सेल्फी के लिए पहले से कोई तैयारी की जाए। आप चाहें हर एक दोस्त के पास जाकर अचानक कोई सेल्फी लें। अपनी भी ऐसे अचानक सेल्फी लें। कई बार अचानक ली गई तस्वीरों में आपके भाव बेहद गहराई लिए होते हैं। इसे लोग तो पसंद करेंगे ही, आप भी कुछ समय बाद देखेंगे तो आपको पसंद आएगी।

10 अगर आपको लगता है कि आपका चेहरे सेल्फी में मोटा या बदसूरत लगता है, तो आप कैमरे को सामने रखने के बजाए, बगल में रखें। दाईं या बाईं ओर से तस्वीर लें। इसो आपका चेहरा मोटा नहीं लगेगा और नैन नक्श साफ तौर पर दिखाई देंगे। 11 सेल्फी को और भी प्रभावी बनाने के लिए आप इसे काले सफेद या अन्य रंगों में बदल सकते हैं। फोन में इसके लिए विकल्प मौजूद होते हैं। आप चाहें तो पूरी तस्वीर को काला-सफेद कर, केवल आंखों और होंठों को रंगने वाला विकल्प आजमा सकते हैं। यह प्रभाव बेहतरीन होगा।

स्टाइलिश हुए पेंडेट

युवतियों व गर्ल्स में बढ़ा स्टाइलिश पेंटेड का

क्रेज। डिमाड में है मार्डन लुक वाले पेंडेट्स..

स्टाइलिश लुक के लिए हमेशा नए की तलाश में रहने वाली गर्ल्स के बीच स्टाइलिश पेंडेट्स का खासा क्रेज है। गर्ल्स की यह चाहत पूरी हो रही है शहर की जूइँलि व गिफ्ट शॉप्स में, जहा मौजूद है पेंडेट्स की ढेरों नई वैरायटीज।

व्हाइट मेटल पेंडेट

फैशन डिजाइनर सारिका अग्रवाल बताती है, व्हाइट मेटल पेंडेट आपको हर डिजाइन व शेप में मिल जाएंगे, लेकिन आप पर कैसा फबेगा, यह ड्रेस पर भी निर्भर करेगा। व्हाइट पेंडेट आप थ्रेड चेन में पहन सकती है। सफेद चमकदार होने के कारण इसका अलग ही लुक आता है।

जंक पेंडेट

जूइँलि डिजाइनर सुपर्णा निगम बताती है, इस समय जंक पेंडेट अपने डल और सोबर कलर से गर्ल्स को खूब लुभा रहे है। कापर के ब्राउन, ब्लैक और यलो जैसे शेड्स के पेंडेट अट्रैक्टिव लुक देते है। इन पेंडेट को डिफरेंट लुक देने के लिए कॉपर चेन या मोती की माला का इस्तेमाल भी किया जा सकता है।

ब्लैक मेटल पेंडेट

एक गिफ्ट शॉपी के संचालक आशीष सिंह बताते है, इन पेंडेट की विशेषता है कि यह हर तरह की चेन पर फिट हो जाते है। इन्हें स्टाइलिश लुक देने के लिए इनमें कई चेन डाल कर भी पहना जा सकता है। यह डिफरेट शेप व हर साइज में अच्छे लगते है।

बीड एंड पर्ल पेंडेट

मॉर्केट में लार्ज सिंगल बीड और क्रिस्टल बॉल वाले पेंडेट भी यूनीक स्टाइल में उपलब्ध है। काशी ज्वैलर्स की जूइँलि डिजाइनर कृति बताती है, बीड एंड पर्ल पेंडेट जींस टॉप और सलवार सूट पर परफेक्ट लगते है। इनको डिफरेट लुक देती है अटैच मोती व क्रिस्टल की माला। भारी-भरकम जूइँलि को दरकिनार कर सिंपल व गार्जियस लुक चाहती है तो पेंडेट्स बेहतर विकल्प हो सकते है।

अंतर्मुखी लोगों में होती है यह खास बातें

अंतर्मुखी लोग कम बोलते हैं, उनके दोस्त भी चुनिंदा होते हैं, कभी-कभी वे तुनक मिजाज, कभी शर्मीले और कभी असामाजिक भी होते हैं। कभी वे अपने मन की बात को दूसरों के सामने आसानी से नहीं रख पाते, तो कभी औरों से बेहतर तरीके से समझाते हैं। वे असानी से किसी के साथ घुल मिल नहीं पाते, लेकिन उनके अंदर ही अपना एक संसार बसा होता है। इन सभी के बावजूद अंतर्मुखी लोगों में कुछ बातें बेहद खास होती हैं जो उन्हें दूसरों से अलग बनाती हैं। जानिए क्या हैं वे खास बातें - 1 खुद पर विश्वास - भले ही अंतर्मुखी लोग कम बोलते हैं, लेकिन उनमें आत्मविश्वास की कोई कमी नहीं होती। बल्कि उन्हें दूसरों की अपेक्षा खुद पर ज्यादा भरोसा होता है। वे अपने निर्णय के लिए दूसरों पर निर्भर नहीं होते और यही कारण है कि वे अच्छे या बुरे परिणाम के लिए किसी और को दोषी भी नहीं ठहराते।

2 खुद के साथ समय बिताना - वे अपनों से बहुत प्यार करते हैं, लेकिन अकेले समय बिताने में भी उन्हें कोई परेशानी नहीं होती। बल्कि ऐसे समय में भी वे समय का सदुपयोग करना अच्छी तरह से जानते हैं। कभी किताबों में मन बहलाकर तो कभी अपने पसंद की चीजें कर वे इस अकेलेपन का भी खुलकर आनंद लेते हैं।

3 सुनने की कला - अंतर्मुखी लोगों में किसी की बात को ध्यान से सुनने और समझने की कला होती है, जो हर किसी में नहीं होती। कम बोलना और ज्यादा सुनना इनके ज्ञान और समझने की क्षमता को बढ़ाता है। यही कारण है कि जब इन्हें किसी को कोई बात समझानी हो, तो ये बड़े सटीक और सरल तरीके से समझा पाते हैं।

4 कहने से पहले सोचना - अंतर्मुखी लोगों में यह भी एक खासियत होती है कि वे एक बार कुछ कहने के पहले दो बार जरूर सोचते हैं, फिर सही शब्दों में सही तरीके से अपनी बात रख पाते हैं। वे हर बात पर गौर करना जानते हैं, और हर रिश्ते को अहमियत देते हैं, इसलिए अपने शब्दों को हमेशा तौलकर ही बोलते हैं। अंर्तमुखी लोग बहिर्मुखी लोगों की अपेक्षा अधिक संवेदनशील होते हैं।

5 खुद के लिए आदर्श - इस तरह के लोग आदर्शों के लिए किसी का मुंह नहीं तकते बल्कि ? खुद ही स्वयं के लिए आदर्श बनते हैं। वे सकारात्मक गुणों को अपनाकर खुद को तराशते हैं। उन्हें खुद को प्रोत्साहित करने के लिए हमेशा किसी की आवश्यकता नहीं होती। वे लगातार खुद को प्रोत्साहित कर आगे बढ़ने की हिम्मत रखते हैं। यह उनकी सबसे अच्छी बात होती है।

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

कम से कम सच तो बोलिए..., मैरी कॉम पर क्यों भड़कीं

गौहर खान

टेलीविजन का कॉन्ट्रोवर्शियल रिएलिटी शो बिग बॉस 20 दिन पर दिन और भी मजेदार होता जा रहा है. घर में 2 ग्रुप बन गए हैं, जिनमें हर मुद्दे पर बहस होती नजर आ रही है. वहीं, मैरी कॉम अब तक कम ही मुद्दों में अपनी बात रखती नजर आई हैं. लेकिन बीते एपिसोड में मैरी कॉम ने कुछ ऐसा कर दिया है, जिसके बाद बिग बॉस विनर रही गौहर खान उन पर भड़क गई हैं. गौहर ने बकायदा सोशल मीडिया पर एक वीडियो पोस्ट किया और मैरी कॉम को जमकर खरी-खोटी सुनाई है. कई फैंस ने भी गौहर का इस पर सपोर्ट भी किया है.

दरअसल, मैरी कॉम ने एंग डीएस ए के ग्रुप में जाकर माही विज के खिलाफ झुठी बातें बताईं, जिसके बाद यंग को काफी बुरा लगा और वो काफी इमोशनल हो गया. मैरी कॉम ने कहा कि माही यंग को गालियां दे रही थीं. ये बात सुनकर आम्रपाली ने भी यंग को गले लगाया है और स्काउट भी भड़क गया. बस मैरी के इसी गलत इंफॉर्मेशन पर देने पर गौहर ने उनकी क्लास लगाई है.

गौहर ने मैरी कॉम पर निकाला गुस्सा

गौहर खान ने सोशल मीडिया पर एक वीडियो पोस्ट किया. इसमें एक्ट्रेस कहती हैं कि, भाई मैरी कॉम जी आप लेजेंड हैं यार, पूरा देश, पूरी दुनिया आपसे प्यार करती है. आप स्पोर्टस के नाम में इतनी बड़ी हस्ती हैं. तो प्लीज थोड़ा सच के तो इधर-उधर की बातें करिए. मतलब अगर आप यहां से इंफॉर्मेशन लेकर कहीं और जा रही हैं तो सच तो बोलिए.

इस वीडियो में गौहर ने भी बताया कि माही ने असल में क्या कहा था. एक्ट्रेस ने बताया कि, माही ने कल के एपिसोड में ये कहा कि यार मुझे बुरा लग रहा है कि मैनें अपनी बेटी की कसम खा ली कुछ प्रूव करने के लिए जो की बहुत बड़ी बात है. गौहर ने आगे बताया कि माही ने जो गाली थी वो उस सीच्युएशन और खुद को दी थी. न कि यंग डीएस को. गौहर ने उदाहरण देते हुए बताया कि, माही ने कहा था कि यार**** मैंने अपनी बेटी की कसम खा ली.

गौहर ने आगे बताया कि कैसे इस बात को मैरी कॉम जी ने यंग डीएस ए के आगे गलत तरीके से पेश किया. उन्होंने कहा कि माही यंग को गाली दे रही है कि मैंने उसे अपना बेटा बनाया. एक्ट्रेस ने यंग को लेकर कहा कि, यंग तो इतना यंग है कि वो मैरी कॉम जी के बातों में आ भी गया और बहक गया. वो मायुस हो गया कि माही जी ने उसको गाली दी.गौहर ने ये भी कहा कि वो इंतजार कर रही हैं कि ये मुद्दा वीकेंड के वार में उठाया जाए और ये क्लियर किया जाए कि माही ने यंग को गाली नहीं दी थी.

अम्रपाली दुबे ने बिग बॉस पर उठाए सवाल, बोलीं- टीवी स्टार्स को ही क्यों मिल रहा फेवर?

बिग बॉस ने सजा के तौर पर आसिफ खान, रोहड़ खान और स्काउटओपी को एविक्शन के लिए नॉमिनेट किया था. इसके बाद आसिफ खान ने शो को अनफेयर बताते हुए मेकर्स पर आरोप लगाया था कि वे जानबूझकर रोहड़ को घर से बाहर करने की कोशिश कर रहे हैं. अब भोजपुरी एक्ट्रेस अम्रपाली दुबे ने भी आसिफ की बातों का समर्थन किया है और बिग बॉस पर टीवी स्टार्स की तरफदारी करने का आरोप लगाया है. इतना ही नहीं आम्रपाली ने तो ये तक कह दिया किया, बिग बॉस टीवी स्टार्स को ज्यादा प्रायोरिटी दे रहे हैं और अलग फील्ड से आए कंटेस्टेंट्स को टारगेट बना रहे हैं.दरअसल, बीते एपिसोड में बिग बॉस ने कप्तानी के दावेदारों गुल्लू, माही, कनिका और रिती तिवारी से कहा कि अगर वे कप्तानी का टास्क खेलना चाहते हैं तो उन्हें हर नॉमिनेटेड कंटेस्टेंट की एक-एक लाइफ खत्म करनी होगी. इस फैसले के बाद आसिफ, स्काउटओपी और रोहड़ का वरदान भी खत्म हो गया. इसके बाद उनका पूरा ग्रुप बिग बॉस के इस फैसले से काफी नाराज नजर आया.

अम्रपाली दुबे ने बिग बॉस को बताया अनफेयर

बिग बॉस के घर में पहले ही दो ग्रुप बन चुके हैं. एक ग्रुप में टीवी एक्टर्स कनिका मान, अरिश्फा खान, माही विज और अमन गांधी के साथ ईशा रिखी, उदिति सिंह, गुल्लू और काजी तौकीर शामिल हैं. वहीं दूसरे ग्रुप में युंग डीएसए, अम्रपाली दुबे, स्काउटओपी, रोहड़ खान, लव गिल, आसिफ खान और मैरी कॉम हैं. इस हफ्ते अम्रपाली के ग्रुप के तीन सदस्य नॉमिनेट हुए और वे कप्तानी के दावेदार भी नहीं बन पाए.आसिफ ने बिग बॉस से सवाल किया कि उन्हें नॉमिनेट क्यों किया गया और नॉमिनेशन को लेकर उनकी बातचीत की क्लिप ही क्यों दिखाई गई. उनका कहना था कि दूसरे ग्रुप के कंटेस्टेंट्स भी आपस में नॉमिनेशन को लेकर बात करते होंगे, लेकिन उनकी बातचीत दर्शकों को नहीं दिखाई गई.

इसी दौरान अम्रपाली दुबे ने बिग बॉस पर सवाल उठाते हुए कहा, ये अनफेयर है. अगर आपको टीवी स्टार्स के लिए ही सबकुछ करना है तो इसे बिग बॉस क्यों कहते हैं? इसे ITA Awards ही कह दीजिए. अगर ये शो इतना टीवी फ्रेंडली है, तो दूसरे जॉनर के लोगों को यहां क्यों बुलाते हैं? हम इस शो में अपने असली इमोशंस दिखा रहे हैं.

अभी छोटा सा ट्रेलर दिखाया है.... हरियाणवी सिंगर दिलेर खरकिया की कार पर हुई फायरिंग, लॉरेंस गैंग ने ली जिम्मेदारी

हरियाणा के मशहूर सिंगर दिलेर खरकिया यूथ के बीच काफी फेमस हैं. उन्हें लेकर एक बड़ी खबर सामने आई है.दिलेर खरकिया की कार पर अचानक फायरिंग की गई है. लॉरेंस गैंग से जुड़े गैंगस्टर अनिल पंडित ने सोशल मीडिया पोस्ट पर इस बात की जिम्मेदारी भी ली है.पार्किंग में खड़ी दिलेर खरकिया की रेंज रोवरकार पर अचानक फायरिंग की गई. फिलहाल सिंगर घटना के दौरान वहां मौजूद नहीं थे और पूरी तरह से खतरे से बाहर हैं. वे इस हादसे में बाल-बाल बचे हैं. अभी सिंगर की ओर से इस हादसे पर कोई प्रतिक्रिया नहीं आई है. हालांकि लॉरेंस गैंग से ताल्लुक रखने वाले अनिल पंडित और हिमांशु सोनिपत ने इसकी जिम्मेदारी ली है.

हरियाणवी सिंगर दिलेर खरकिया की रेंज रोवर कार पर फायरिंग की खबर ने सभी को दहला दिया है. इसकी जिम्मेदारी सोशल मीडिया के जरिए अनिल पंडित हिमांशु सोनीपत, हरमन संधु और हरि बॉक्सर ने ली है. जारी किए गए नोट में हिमांशु ने कहा है कि उनके बड़े भाई अनिल पंडित ने दिलेर खारकिया को कई बार समझाया है लेकिन वो समझने के लिए तैयार नहीं हो रहा है. बता रहे हैं कि पोस्ट में लॉरेंस बिश्नोई गैंग की ओर से क्या लिखा गया है.

लॉरेंस बिश्नोई गैंग ने दी धमकी

राम-राम सारे भाई ने, मैं हिमांशु सोनीपत लॉरेंस बिश्नोई गैंग से. आज यह जो दिलेर खरकिया की गाड़ी पर फायरिंग हुई है, इसकी जिम्मेवारी हम लेते हैं. मैं और मेरा बड़ा भाई अनिल पंडित, भाई हरमन संधू और भाई रोहित सोनीपत. मेरे बड़े भाई अनिल पंडित ने इसको कॉल करके समझाया था, लेकिन इसको बात समझ में नहीं आई. अभी तो इसको यह छोटा सा ट्रेलर दिखाया है. अभी तो सिर्फ गोली गाड़ी पर ही मारी है, टाइम रहते लाइन पे आ जा नहीं तो अगली बार यह गोली सीधा माथे पर मारेंगे. और यह जो हमारे फोन कॉल का टाइम पर जवाब नहीं दे रहे ना, टाइम रहते लाइन पे आ जाओ नहीं तो तुम्हारा भी यही अंजाम होगा. लॉरेंस भाई हमारा बड़ा भाई है. लॉरेंस भाई के खिलाफ किसी ने बोलने की कोशिश की ना, उसे बोलने लायक नहीं छोड़ेंगे.

इन स्टार्स को भी बिश्नोई गैंग ने धमकाया

लॉरेंस बिश्नोई गैंग पिछले कुछ सालों से ज्यादा हरकत में आई है और बॉलीवुड की कई नामचीन हस्तियों को धमका चुकी है. इस गैंग ने सलमान खान के घर पर ना सिर्फ फायरिंग की जिम्मेवारी ली बल्कि उन्हें कई बार धमकी भरे पत्र भी लिखे. वहीं बिश्नोई गैंग ने आमिर खान को भी लव जिहाद फैलाने और हिंदू संस्कृति के साथ खिलवाड़ करने के तर्ज पर धमकाया है.

खूबसूरत दिखने से ज्यादा जरूरी... बॉडी शेमिंग के बीच

कैटरीना कैफ

ने स्किन बदलने पर की बात

बॉलीवुड एक्ट्रेस कैटरीना कैफ इन दिनों बॉडी शेमिंग विवाद को लेकर चर्चा में हैं. बढ़े वजन को लेकर उन्हें काफी ट्रोल किया गया. दरअसल कैटरीना कैफ ने नवंबर 2025 में अपने पति विक्की कौशल के साथ बेटे विहान का स्वागत किया था. हाल ही में गणपति उत्सव के दौरान एक्ट्रेस ने पब्लिक अपीयरेंस दिया. इसके बाद सोशल मीडिया पर कुछ लोगों ने कैटरीना की प्रेग्नेंसी से पहले और बाद की तस्वीरें शेयर कर उनके वजन और लुक पर कमेंट किए. इस पर अली जफर, सोनारिका भदौरिया और शिवालिका ओबेरॉय जैसे सितारों ने कैटरीना का सपोर्ट किया. वहीं अब कैटरीना ने मां बनने के बाद स्किन में आए बदलावों और दिखने को लेकर उनकी क्या सोच है उसके बारे में बात की है. उन्होंने बताया कि अब उनके लिए खूबसूरत दिखने का मतलब सिर्फ अच्छा दिखना नहीं, बल्कि खुद को अंदर से अच्छा महसूस करना है.

कैटरीना कैफ ने हाल ही में 'द हॉलीवुड रिपोर्टर इंडिया' को एक इंटरव्यू दिया, जिसमें उन्होंने प्रेग्नेंसी के बाद अपनी स्किन में आए बदलावों पर बात की. उन्होने कहा, प्रेग्नेंसी के बाद मेरी स्किन और भी ज्यादा सेंसिटिव हो गई थी. ये मेरे लिए काफी मुश्किल समय था, क्योंकि मुझे ये समझना था कि कौन से प्रोडक्ट्स मेरी स्किन के लिए सही हैं. मैं ऐसे प्रोडक्ट्स की तलाश में थी, जो मेरी स्किन को सुकून, आराम और ताजगी दें.

कैटरीना के लिए असली सुंदरता क्या है?

कैटरीना ने ये भी बताया कि बॉलीवुड में आने के बाद से उनके लिए 'सबसे खूबसूरत दिखने' का मतलब काफी बदल गया है. उन्होंने कहा, जब मैंने मॉडलिंग और एक्टिंग करियर की शुरुआत की थी, तब खूबसूरती के स्टैंडर्ड को लेकर बहुत सारे स्टीरियोटाइप थे. अब मेरे लिए सबसे खूबसूरत दिखने का मतलब है खुद को सबसे अच्छा महसूस करना और ये खुद की देखभाल करने से आता है.

नए कोच जॉर्ज जीसस की पहली पुर्तगाल टीम में शामिल हुए क्रिस्टियानो रोनाल्डो

एजेंसी

लिस्बन। क्रिस्टियानो रोनाल्डो को नए मुख्य कोच जॉर्ज जीसस के नेतृत्व में पुर्तगाल की पहली टीम में शामिल किया गया है। 41 वर्षीय रोनाल्डो आगामी यूईएफए नेशंस लीग मुकाबलों के लिए टीम में जगह बनाने में सफल रहे हैं और कप्तान की भूमिका में बने रहेंगे। रोनाल्डो ने इस गर्मी में होने वाले फीफा विश्व कप को अपना आखिरी विश्व कप बताया था, लेकिन उन्होंने अभी अंतरराष्ट्रीय फुटबॉल से संन्यास लेने की तारीख स्पष्ट नहीं की है। 2028 यूरोपीय चैंपियनशिप के दौरान उनकी उम्र 43 वर्ष होगी।जॉर्ज जीसस के पुर्तगाल का मुख्य कोच बनने के बाद घोषित यह पहली टीम है। जीसस ने रॉबर्टो मार्टिनेज के पद छोड़ने के बाद जिम्मेदारी संभाली है। 2026 फीफा विश्व कप के अंतिम-16 मुकाबले में स्पेन के हाथों पुर्तगाल की 0-1 की हार के बाद मार्टिनेज ने पद छोड़ दिया था। जीसस इससे पहले सऊदी अरब के क्लब अल-नस्र में रोनाल्डो को कोच कर चुके हैं।

एशियाई खेल में भारतीय कबड्डी टीम स्वर्णिम विरासत आगे बढ़ाने को तैयार : सुनील कुमार

नई दिल्ली। भारतीय पुरुष कबड्डी टीम के कप्तान सुनील कुमार का मानना है कि एशियाई खेलों के लिए टीम की लंबे समय से तैयारी चल रही है। भारत की टीम अनुभवी खिलाड़ियों, स्थापित सितारों और युवा प्रतिभाओं के मिश्रण के साथ प्रतियोगिता में उतरेगी। हांगझोउ एशियाई खेलों में स्वर्ण पदक जीतने वाली भारतीय टीम का हिस्सा रहे 27 वर्षीय डिफेंडर सुनील कुमार को टीम की कप्तानी सौंपी गई है। 12 सदस्यीय टीम में हांगझोउ स्वर्ण पदक विजेता टीम के चार खिलाड़ी सुनील, अर्जुन देशवाल, असलम इनामदार और पवन सहरावत शामिल हैं। टीम में प्रो कबड्डी लीग के 12वें सत्र के कई अनुभवी कप्तान और उपकप्तान भी हैं। इनमें आशु मलिक, जयदीप दहिया, देवांक दलाल और राहुल सेठपाल शामिल हैं, जबकि अयान लोहचब जैसे युवा खिलाड़ियों को भी टीम में जगह मिली है। टीम के 12 में से आठ खिलाड़ी अपने-अपने प्रो कबड्डी लीग टीमों के मौजूदा कप्तान या उपकप्तान हैं। सुनील ने बताया कि भारतीय खेल प्राधिकरण और कबड्डी महासंघ ने एशियाई खेलों से छह से आठ महीने पहले ही टीम का शिविर शुरू कर दिया था। इससे खिलाड़ियों को टीम संयोजन, रणनीति और व्यक्तिगत कौशल पर पर्याप्त समय तक काम करने का अवसर मिला।

एशियाई खेल: विदेशी अनुभव के दम पर पदक के सूखे को खत्म करने उतरेगी भारतीय सॉफ्ट टेनिस टीम

नई दिल्ली। पिछले पांच-छह महीनों में अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं और जापान तथा कोरिया में प्रशिक्षण से मिले अनुभव के दम पर भारत के सॉफ्ट टेनिस खिलाड़ी जय मीणा और आध्या तिवारी आगामी एशियाई खेलों में पदक जीतने के लक्ष्य के साथ उतरेंगे। दोनों खिलाड़ियों का यह तीसरा एशियाई खेल है। जय और आध्या की जोड़ी ने 2024 विश्व सॉफ्ट टेनिस चैंपियनशिप में मिश्रित युगल में कांस्य पदक जीतकर इतिहास रचा था। छह सदस्यीय भारतीय सॉफ्ट टेनिस टीम की अगुवाई जय और आध्या कर रहे हैं। जय पुरुष एकल, पुरुष टीम और मिश्रित युगल में हिस्सा लेंगे, जबकि आध्या महिला एकल और मिश्रित युगल में चुनौती पेश करेंगी। टीम के अन्य सदस्य योगेश चौधरी, ओम यादव, अनिकेत चिराग पटेल और आर्यन ठाकुर हैं। टीम के साथ कोच देवांशी हरेशभाई पटेल और फिजियोथेरेपिस्ट उत्सव कुमार दुबे भी हैं। भारत ने एशियाई खेलों में पुरुष टीम स्पर्धा के साथ अभियान की शुरुआत की और क्वार्टर फाइनल में जगह बनाई। भारत ने ग्रुप सी के पहले मुकाबले में लाओस को 3-0 से हराया, लेकिन दूसरे मैच में चीनी ताइपे के खिलाफ 0-3 से हार गया।

राजिंदर गोयल: रणजी ट्रॉफी इतिहास के सफलतम गेंदबाज को भारतीय टीम में कभी मौका नहीं मिला

नई दिल्ली । रणजी ट्रॉफी, भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) द्वारा संचालित देश का सबसे प्रतिष्ठित टूर्नामेंट है। रणजी में अच्छा प्रदर्शन भारतीय टीम में जगह बनाने की गारंटी के रूप में देखा जाता है। हालांकि, रणजी ट्रॉफी के इतिहास में गेंद और बल्ले से यादगार प्रदर्शन करने वाले कई खिलाड़ी टीम इंडिया में कभी जगह नहीं बना पाए। ऐसे खिलाड़ियों में सबसे बड़ा नाम राजिंदर गोयल का है। राजिंदर गोयल का जन्म 20 सितंबर, 1942 को नरवाना, हरियाणा में हुआ था। बचपन से ही राजिंदर को क्रिकेट में रुचि थी। वह बाएं हाथ के स्पिन गेंदबाज थे। स्थानीय स्तर पर शानदार प्रदर्शन करने के बाद गोयल को 1958-59 में हरियाणा की तरफ से प्रथम श्रेणी में डेब्यू का मौका मिला था।

अदाणी ग्रुप ने आईओए के साथ अपनी साझेदारी का नवीनीकरण किया

हमें खुशी है कि हमने भारतीय ओलंपिक संघ के साथ अपनी साझेदारी को नवीनीकृत किया है।

एजेंसी

अहमदाबाद। अडानी ग्रुप ने भारतीय ओलंपिक संघ (आईओए) के साथ प्रमुख प्रायोजक के रूप में अपनी साझेदारी का नवीनीकरण किया है। इसके साथ ही ग्रुप ने भारतीय खेल और सर्वोच्च स्तर पर देश का प्रतिनिधित्व करने वाले खिलाड़ियों के प्रति अपने दीर्घकालिक समर्थन की प्रतिबद्धता दोहराई है। यह साझेदारी ग्लासगो कॉमनवेल्थ गेम्स 2026 के दौरान भी जारी थी, जहां भारत 39 पदकों- 13 स्वर्ण, 17 रजत और 9 कांस्य के साथ पदक तालिका में चौथे स्थान पर रही। जापान के आइची-नागोया में 19 सितंबर से 4 अक्टूबर 2026 तक होने वाले एशियाई खेलों के साथ आईओए के साथ यह नवीनीकृत साझेदारी जारी रहेगी। अडानी एंटरप्राइजेज लिमिटेड के निदेशक प्रणव अडानी ने एक बयान में कहा कि भारतीय एथलीट वैश्विक मंच पर लगातार देश का नाम रोशन कर रहे हैं। हमें खुशी है कि हमने भारतीय ओलंपिक संघ के साथ अपनी साझेदारी को नवीनीकृत किया है। अहमदाबाद में 2030 में कॉमनवेल्थ गेम्स होने वाले हैं, ऐसे में एक मजबूत स्पोर्ट्स इकोसिस्टम बनाने और ज्यादा से ज्यादा युवाओं को खेलों में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करने का महत्वपूर्ण समय है। अपने 'गर्व है' पहल के माध्यम से हम भारत की खेल प्रतिभाओं को समर्थन देने और हमारे खिलाड़ियों को उनकी पूरी क्षमता हासिल करने में मदद करने के लिए प्रतिबद्ध हैं। भारतीय ओलंपिक संघ की अध्यक्ष डॉ. पी.टी. उषा ने कहा कि ग्लासगो कॉमनवेल्थ गेम्स में भारत का प्रदर्शन हमारे खिलाड़ियों की प्रतिभा और बढ़ती ताकत को दर्शाता है। भारतीय ओलंपिक संघ के साथ अपनी साझेदारी जारी रखने के लिए हम अडानी ग्रुप के आभारी हैं। एशियाई खेलों और 2030 में अहमदाबाद में होने वाले कॉमनवेल्थ गेम्स को देखते हुए, हमारे खिलाड़ियों को बेहतर तैयारी और सर्वोत्तम प्रदर्शन के लिए इस तरह का समर्थन महत्वपूर्ण होगा। भारतीय खेलों के आगे बढ़ने के साथ हम इस साझेदारी को जारी रखने की उम्मीद करते हैं। वर्षों से अडानी ग्रुप ने जमीनी स्तर पर खेलों के विकास, खिलाड़ियों के समर्थन, सामुदायिक भागीदारी और पेशेवर खेलों को शामिल करते हुए व्यापक खेल पारिस्थितिकी तंत्र विकसित किया है। अपने 'गर्व है' पहल के माध्यम से ग्रुप ने उभरते हुए भारतीय खिलाड़ियों को राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सफलता हासिल करने की उनकी यात्रा में समर्थन दिया है।

डेविस कप क्वालीफायर: भारत पहले दिन दक्षिण कोरिया से 0-2 से पीछे, धाकिनेश्वर और नागल हारे

एजेंसी

सियोल। डेविस कप क्वालीफायर के दूसरे दौर के मुकाबले में भारत पहले दिन मेजबान दक्षिण कोरिया से 0-2 से पीछे हो गया। सियोल ओलंपिक पार्क टेनिस सेंटर में शुक्रवार को धाकिनेश्वर सुरेश और सुमित नागल दोनों को तीन सेट के मुकाबलों में हार का सामना करना पड़ा। दुनिया के 157वें नंबर के खिलाड़ी सूनवू क्वोन ने धीमी शुरुआत से उबरते हुए पहले एकल मुकाबले में दुनिया के 367वें नंबर के धाकिनेश्वर को 3-6, 6-3, 6-4 से हराया। यह धाकिनेश्वर की डेविस कप में पहली हार है। 26 वर्षीय भारतीय खिलाड़ी ने पिछले साल स्विट्जरलैंड के खिलाफ पदार्पण करने के बाद डेविस कप में तीन एकल और एक युगल मुकाबला जीता था। इसके बाद सुमित नागल को भी तीन घंटे छह मिनट तक चले मुकाबले में ह्योन चुंग के खिलाफ 2-6, 6-4, 7-5 से हार मिली। नागल ने पहला सेट जीतने के अलावा दूसरे सेट में एक ब्रेक की बढ़त भी हासिल की थी, लेकिन वह इसका फायदा नहीं उठा सके। 2018 ऑस्ट्रेलियन ओपन के सेमीफाइनल में पहुंच चुके चुंग फिलहाल विश्व रैंकिंग में 549वें स्थान पर हैं और चोटों के कारण उनका करियर प्रभावित रहा है। नागल उनसे 300 से अधिक स्थान ऊपर हैं।एन. श्रीराम बालाजी और निकी पूनाचा की जोड़ी युगल मुकाबले में जिसुंग नाम और उइसुंग पार्क की जोड़ी से भिड़ेगी।

सीपीएल के फाइनल में पहुंची जमैका किंग्समेन

क्वालीफायर-2 में गुयाना को 5 विकेट से हराया

एजेंसी

ब्रिजटाउन (बारबाडोस)। जमैका किंग्समेन ने कैरेबियन प्रीमियर लीग (सीपीएल) 2026 के फाइनल में जगह बना ली है। शनिवार सुबह (भारतीय समयानुसार) खेले गए क्वालीफायर-2 में जमैका की टीम ने गुयाना अमेजन वॉरियर्स को 5 विकेट से हरा दिया। केंसिंगटन ओवल में खेले गए इस रोमांचक मुकाबले में गुयाना अमेजन वॉरियर्स ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 20 ओवर में 4 विकेट खोकर 206 रन बनाए। जवाब में किंग्समेन ने 207 रन का लक्ष्य पांच विकेट और दो गेंद शेष रहते हासिल कर लिया। जमैका की जीत की सबसे बड़ी खासियत उसकी सामूहिक बल्लेबाजी रही। उसके शीर्ष पांच बल्लेबाजों ने अहम योगदान दिया और मिलकर टीम को बड़े लक्ष्य तक पहुंचाया।

पहले बल्लेबाजी करने उतरी गुयाना की टीम को शुरुआत में झटके लगे। सलामी बल्लेबाज मोहम्मद हारिस और मावेंद्र दिनदयाल क्रमशः 9-9 रन बनाकर आउट हुए। इसके बाद शिमरोन हेटमायर बल्लेबाजी के लिए आए।

पिछले कुछ मुकाबलों में उनके बल्ले से रन नहीं निकले थे, लेकिन इस मुकाबले में उन्होंने शानदार वापसी की। उन्होंने कप्तान शाई होप के साथ मिलकर पारी को तेजी से आगे बढ़ाया और 12 ओवर तक टीम के स्कोर को 100 के पार ले गए। शाई होप 33 गेंदों में 40 रन बनाकर 13वें ओवर में आउट हुए, लेकिन इसके बाद क्वेंटिन सैम्पसन ने आते ही आक्रामक बल्लेबाजी शुरू कर दी। दूसरी तरफ हेटमायर लगातार तेजी से रन बनाते रहे। सैम्पसन ने 17 गेंदों में तेजी से 29 रन बटोरे। पारी के 20वें ओवर में हेटमायर ने लगातार बड़े शॉट लगाए। ओवर की आखिरी दो गेंदों पर छक्के लगाकर उन्होंने अपना शतक पूरा किया। हेटमायर 45 गेंदों में 102 रन बनाकर नाबाद रहे, जबकि रोमारियो शेफर्ड 10 रन बनाकर नाबाद रहे। हेटमायर के शतक के दम पर गुयाना ने 4 विकेट पर 206 रनों को बड़ा स्कोर बनाया। 207 रन के लक्ष्य का पीछा करने उतरी जमैका किंग्समेन को माज सादाकत ने तेज शुरुआत दिलाई। पहले तीन ओवर में सादाकत ने 18 में से 17 गेंदों का सामना किया और 41 रन बनाए। इनमें 38 रन चौकों और छक्कों से आए। तीसरे ओवर की आखिरी गेंद पर वह आउट हो गए। इसके बाद किर्क मैकेंजी और कीसी कार्टी ने पारी को आगे बढ़ाया। मैकेंजी ने 20 गेंदों में 34 रन, जबकि कार्टी ने 40 गेंदों में 56 रन बनाए। सईम अयूब ने 17 गेंदों में 23 रन बटोरे। किंग्समेन को आखिरी पांच ओवर में 55 रन की जरूरत थी।

एशियाई खेल : क्विम्सी-अनस की जोड़ी कांस्य पदक मुकाबले में पहुंची, क्विम्सी महिला एकल सेमीफाइनल में

एजेंसी

नागोया। एशियाई खेलों में पदार्पण कर रहे टैकबॉल में भारत की क्विम्सी डिसूजा ने महिला एकल के सेमीफाइनल में जगह बना ली है। क्विम्सी और अनस बेग की मिश्रित युगल जोड़ी भी कांस्य पदक के मुकाबले में पहुंच गई है। मुकाबले जापान के नागोया सिटी हिगाशी स्पोर्ट्स सेंटर में खेले जा रहे हैं। इतिहासकिताबें खोजें24 वर्षीय क्विम्सी ने ग्रुप बी के अपने पहले मुकाबले में जापान की यूइना सकामोटो को 43 मिनट में 2-1 से हराया। क्विम्सी ने पहला गेम 10-12 से गंवाने के बाद शानदार वापसी करते हुए अगले दोनों गेम 12-11, 13-11 से जीत लिए। इसके बाद उन्होंने 24 मिनट में कोएम्येन डी को 2-0 से हराया। उन्होंने यह मुकाबला 12-9, 12-7 से अपने नाम किया। ग्रुप में शीर्ष पर रहने के कारण क्विम्सी को क्वार्टर फाइनल में बाई मिली।

अब क्विम्सी के पास टैकबॉल में भारत के लिए ऐतिहासिक पदक जीतने के दो

मौके हैं। शनिवार को सेमीफाइनल में उनका सामना इंडोनेशिया की सुमाया से होगा। इस मुकाबले में जीत हासिल करते ही क्विम्सी का पदक पक्का हो जाएगा। अगर क्विम्सी सेमीफाइनल में हारती हैं, तो रविवार को कांस्य पदक के मुकाबले में उनका सामना म्यांमार की वाई खिन हिन और लेबनान की कमर डंडाल के बीच होने वाले दूसरे सेमीफाइनल के हारने वाले खिलाड़ी से होगा। मिश्रित युगल में क्विम्सी और अनस बेग को क्वार्टर फाइनल में वियतनाम की जिया न्गी त्रिन्ह और होआंग मिन्ह तान न्गुएन की जोड़ी से 0-2 से हार मिली। वियतनामी जोड़ी ने मुकाबला 12-7, 12-10 से जीता। हालांकि, भारतीय जोड़ी ने रेपेचेज मुकाबले में फिलीपींस की जोहाना अबुलेंसिया और प्रिंस अगस्टिन की जोड़ी को 2-0 से हराकर रविवार को होने वाले दो कांस्य पदक मुकाबलों में से एक में जगह बना ली। भारतीय जोड़ी ने यह मुकाबला 12-3, 12-6 से जीता। कांस्य पदक मुकाबले में उनका सामना सेमीफाइनल में हारने वाली दो जोड़ियों में से किसी एक से होगा।

ड्यूटी के बाद जिम में पसीना बहाकर 150 किलो वजन उठाया, हावड़ा की 'लेडी हरक्यूलिस' सारनी ने जीता गोल्ड

एजेंसी

कोलकाता। हावड़ा जिलान्तर्गत बागनान के चंद्रभाग गांव की युवती सारनी चटर्जी ने अपनी मेहनत और हौसले के दम पर मिसाल कायम की है। सुबह से अपने बच्चे की देखभाल करने के बाद घर से करीब पांच किलोमीटर दूर एक निजी इलेक्ट्रॉनिक्स मॉल में रात आठ बजे तक ड्यूटी करने वाली सारनी नौकरी खत्म होने के बाद सीधे जिम पहुंचती हैं। ड्यूटी पूरी करने के बाद सारनी नियमित रूप से बागनान के एक जिम सेंटर में प्रशिक्षण लेती हैं। इसी क्रम में शुक्रवार सुबह उन्होंने 150 किलोग्राम वजन उठाकर शानदार प्रदर्शन किया। नियमित अभ्यास और कड़ी मेहनत के बाद उन्होंने गुरूवार को कोलकाता में हुए एक प्रतियोगिता में पावर लिफ्टिंग के महिला वर्ग में कर गोल्ड मेडल अपने नाम कर चुकी हैं। सारनी की इस उपलब्धि पर हावड़ा जिले के बागनान के लोग उन्हें सलाम कर रहे हैं। उनके पिता, दिवंगत नृत्य कलाकार सौमित्र चटर्जी ने बचपन से ही बेटी को कभी हार

न मानने का जज्बा सिखाया था। घर में लंबे समय से पैरों की समस्या से जूझ रही मां की जिम्मेदारी भी है और सारनी अपने बच्चे को पालते हुए परिवार संभाल रही हैं। रोजी-रोटी के लिए उन्होंने इलेक्ट्रॉनिक्स मॉल में सेल्स की नौकरी को अपना पेशा बनाया है। सारनी के कोच मोरशेद मीर शुरुआत से ही उन्हें लगातार सहयोग और मार्गदर्शन दे रहे हैं। वह सारनी की ट्रेनिंग, शारीरिक क्षमता और अन्य जरूरतों पर लगातार नजर रखते हैं, ताकि किसी भी परेशानी का असर उनकी तैयारी पर न पड़े। 16 नंबर राष्ट्रीय राजमार्ग से कोलकाता की ओर बागनान लाइब्रेरी मोड़ के लिंक रोड के किनारे स्थित जिम में सारनी ने अपनी मेहनत को मुकाम तक पहुंचाया है। इलाके के लोग अब उन्हें प्यार से 'लेडी हरक्यूलिस' कहकर बधाई दे रहे हैं।

कोच मोरशेद मीर का कहना है कि अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सफलता हासिल करने के लिए आगे आर्थिक सहयोग एक बड़ी चुनौती हो सकती है, लेकिन वह इसके बावजूद आशावादी हैं। फिलहाल सारनी के सामने अंतरराष्ट्रीय सफलता हासिल करने का लक्ष्य है और उसी को उन्होंने अपनी तैयारी का केंद्र बना लिया है।

एशियाई खेल: भारतीय महिला कबड्डी टीम जापान रवाना

लगातार चौथे स्वर्ण पर नजर

एजेंसी

गांधीनगर। भारतीय महिला कबड्डी टीम ने 2026 एशियाई खेलों से पहले अपना अंतिम प्रशिक्षण शिविर पूरा कर लिया है और जापान के लिए रवाना हो गई है। टीम ने भारतीय एमेच्योर कबड्डी महासंघ के मार्गदर्शन में कई महीनों तक चरणबद्ध तरीके से तैयारी की। भारतीय टीम हांगझोउ एशियाई खेलों में जीते स्वर्ण पदक का बचाव करने उतरेगी, जहां उसने फाइनल में चीनी ताइपे को 26-25 से हराया था। महिला कबड्डी में यह भारत का चौथा स्वर्ण होगा। कबड्डी को एशियाई खेलों में शामिल किए जाने के बाद भारत अब तक इस खेल में कुल 11 स्वर्ण पदक जीत चुका है। मुख्य कोच नीता डाडवे ने बताया कि यह टीम का चौथा और अंतिम प्रशिक्षण शिविर था। उन्होंने कहा कि इससे पहले 15 दिन और एक महीने के दो शिविरों के अलावा तीसरा शिविर भी आयोजित किया गया था।

तैयारी की शुरुआत 42 खिलाड़ियों के साथ हुई और चरणबद्ध तरीके से टीम को छोटा किया गया। इस दौरान अनुभवी और युवा खिलाड़ियों का संतुलन बनाए रखा गया। उन्होंने कहा, 'हम कोई दबाव नहीं लेना चाहते। हम सिर्फ खुलकर खेलना चाहते हैं। ' कोच ममता पूजारी ने टीम की तैयारी के अलग-अलग चरणों की जानकारी देते हुए बताया कि प्रो कबड्डी लीग के आयोजक मशाल स्पोर्ट्स के साथ मिलकर स्ट्रेंथ एवं कंडीशनिंग कार्यक्रम भी चलाया गया। उन्होंने कहा, 'यह लगभग छह महीने से एक साल तक चलने वाली प्रक्रिया है। पहले शिविर में पूरी तरह फिटनेस, गति, सहनशक्ति, वजन प्रशिक्षण और रिकवरी पर ध्यान दिया जाता है। अगले शिविर में कौशल और मैच अभ्यास पर जोर बढ़ता है। तीसरे शिविर तक ज्यादातर समय मैट पर बिताया जाता है। अंतिम शिविर में सब कुछ एक साथ आता है और वीडियो के जरिए विपक्षी टीमों के खेल का अध्ययन भी किया जाता है। ' खिलाड़ी सोनाली शिंगाटे के लिए यह एशियाई खेल विशेष महत्व रखते हैं। 2018 एशियाई खेलों में हिस्सा ले चुकी सोनाली 2023 के हांगझोउ एशियाई खेलों के लिए टीम में थीं, लेकिन चोट के कारण अंतिम समय में उन्हें सर्जरी और पुनर्वास से गुजरना पड़ा था। उन्होंने कहा, 'मैंने 2018 में एशियाई खेल खेले थे और 2023 में टीम में थी, लेकिन आखिरी समय में चोट लग गई और मुझे सर्जरी तथा रिहैबिलिटेशन के लिए जाना पड़ा। यह मेरा तीसरा मौका है। ' उन्होंने कहा, 'हर खिलाड़ी का सपना एशियाई खेलों में खेलना होता है। कबड्डी ऐसा खेल है, जिसमें कभी भी चोट लग सकती है, इसलिए हर किसी को इतने मौके नहीं मिलते। ' सोनाली ने टीम के माहौल को भी सकारात्मक बताया। उन्होंने कहा कि कोच खिलाड़ियों का अच्छी तरह ध्यान रख रहे हैं ।

डीपी वर्ल्ड नवा रायपुर ओपन में खलिन एच. जोशी बने विजेता

उप मुख्यमंत्री अरुण साव ने खिलाड़ियों को किया पुरस्कृत

एजेंसी

रायपुर। खलिन जोशी ने बोगी-मुक्त तीन-अंडर 31 का स्कोर बनाकर छत्तीसगढ़ के नया रायपुर स्थित फेयरवे गोल्फ एंड लेक रिजॉर्ट में एक करोड़ रुपये की पुरस्कार राशि वाला पहला एसईसीएल प्रेजेंट्स नवा रायपुर ओपन 2026 एक शॉट के अंतर से जीत लिया। उप मुख्यमंत्री तथा खेल एवं युवा कल्याण मंत्री अरुण साव ने विजेता खिलाड़ियों को पुरस्कार प्रदान किया और सभी प्रतिभागियों को शानदार प्रदर्शन के लिए बधाई एवं शुभकामनाएं दीं। एक शॉट की बढ़त के साथ अंतिम राउंड में उतरे बेंगलुरु के 34 वर्षीय जोशी (29-30-33-31) ने नौ होल के अपने राउंड में तीसरे से पांचवें होल तक लगातार तीन बर्डी लगाईं। उन्होंने 13-अंडर 123 के कुल स्कोर के साथ खिताब अपने नाम किया । अप्रैल में आंध्र ओपन और अगस्त में जम्मू-कश्मीर ओपन जीतने वाले जोशी का यह सत्र का तीसरा और डीपी वर्ल्ड पीजीटीआई पर कुल नौवाँ

खिताब रहा। डीपी वर्ल्ड नवा रायपुर ओपन गोल्फ टूर्नामेंट-2026 के पुरस्कार वितरण समारोह में उप मुख्यमंत्री तथा खेल एवं युवा कल्याण मंत्री अरुण साव ने शुक्रवार को कहा कि नवा रायपुर का वर्ल्ड क्लास फेयरवे गोल्फ एंड कंट्री क्लब छत्तीसगढ़ में गोल्फ के बढ़ते आकर्षण और विश्वस्तरीय खेल सुविधाओं की पहचान बन रहा है। श्री साव ने प्रतियोगिता के विजेता खलिन एच. जोशी सहित उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों को पुरस्कार प्रदान किए और सभी प्रतिभागियों को शानदार प्रदर्शन के लिए बधाई एवं शुभकामनाएं दीं। उप मुख्यमंत्री साव ने कहा कि प्रदेश में इस तरह के बड़े और अंतरराष्ट्रीय स्तर के टूर्नामेंटों का आयोजन यहां की खेल संभावनाओं को नई दिशा देता है। ऐसे आयोजन छत्तीसगढ़ की गोल्फ प्रतिभाओं के लिए बड़े मंच का काम करते हैं। देश-दुनिया के बेहतरीन खिलाड़ियों की मौजूदगी में होने वाली प्रतियोगिताओं से स्थानीय खिलाड़ियों को उच्च स्तर की प्रतिस्पर्धा का अनुभव मिलता है और उन्हें अपनी प्रतिभा को राष्ट्रीय-अंतरराष्ट्रीय स्तर तक ले जाने की प्रेरणा मिलती है। श्री साव ने डीपी वर्ल्ड नवा रायपुर ओपन के सफल आयोजन के लिए पीजीटीआई अध्यक्ष श्री कपिल देव और उनकी पूरी टीम का आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि इस तरह के आयोजन छत्तीसगढ़ को देश के प्रमुख खेल आयोजनों के मानचित्र पर स्थापित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

भारतीय अंडर-19 टीम ने ऑस्ट्रेलिया को सात रन से हराया, चौहान और अनवय द्रविड़ चमके

एजेंसी

राजकोट। यशवर्धन चौहान के हरफनमौला प्रदर्शन और अनवय द्रविड़ की तूफानी पारी की बदौलत भारतीय अंडर-19 टीम ने बारिश से प्रभावित पहले युवा एकदिवसीय मुकाबले में ऑस्ट्रेलिया अंडर-19 को सात रन से हरा दिया और तीन मैचों की श्रृंखला में 1-0 की बढ़त बना ली है। बारिश के कारण मुकाबला 20-20 ओवर का कर दिया गया। पहले बल्लेबाजी करते हुए भारत ने छह विकेट पर 182 रन बनाए। यशवर्धन चौहान ने 34 गेंदों पर पांच चौकों और दो छक्कों की मदद से 54 रन बनाए। वहीं, छठे नंबर पर बल्लेबाजी करने उतरे अनवय द्रविड़ ने केवल 18 गेंदों में 38 रन ठोके, जिसमें दो चौके और तीन छक्के शामिल रहे। उनका स्ट्राइक रेट 211.11 रहा।

भारत ने 12वें ओवर में 88 रन पर चार विकेट गंवा दिए थे। इसके बाद चौहान और अनवय ने पांचवें विकेट के लिए 69 रन की साझेदारी कर पारी को संभाला और टीम को मजबूत स्कोर तक पहुंचाया। ऑस्ट्रेलिया की ओर से ऑफ स्पिनर एली ब्रेन ने चार ओवर में 29 रन देकर दो विकेट लिए। ऑस्ट्रेलिया ने लक्ष्य का पीछा करते हुए शानदार शुरुआत की। उसके शीर्ष चार बल्लेबाजों में से तीन ने 40 या उससे अधिक रन बनाए। कप्तान जैक कोजनेक ने 27 गेंदों पर छह चौकों और तीन छक्कों की मदद से 55 रन बनाकर मुकाबले को रोमांचक बना दिया।

ऑस्ट्रेलिया को आखिरी 11 गेंदों में 24 रन की जरूरत थी। कोजनेक ने लगातार तीन गेंदों पर चौके लगाए और 25 गेंदों में अपना अर्धशतक पूरा किया, लेकिन अगली ही गेंद पर आउट हो गए। इसके बाद ऑस्ट्रेलिया को अंतिम ओवर में 11 रन चाहिए थे, लेकिन दाएं हाथ के तेज गेंदबाज मोहित उलवा ने केवल तीन रन दिए और भारत को जीत दिला दी। चौहान ने गेंदबाजी में भी अहम योगदान दिया। ऑफ स्पिनर ने ऑस्ट्रेलिया के दो प्रमुख बल्लेबाजों हेडन बारबुलोविच को 24 गेंदों पर 40 और नील पटेल को 21 गेंदों पर 45 रन के स्कोर पर आउट किया। मुकाबले में पूर्व भारतीय खिलाड़ियों राहुल द्रविड़ और वीरेंद्र सहवाग के बेटे भी आमने-सामने थे। अनवय द्रविड़ ने आक्रामक अंदाज में 38 रन बनाए, जबकि ऑस्ट्रेलिया की पारी की शुरुआत करने वाले आर्यवीर सहवाग ने 26 गेंदों पर पांच चौकों की मदद से 28 रन बनाए।

संक्षिप्त स्कोर:

भारत अंडर-19: 20 ओवर में 182/6 (यशवर्धन चौहान 54, अनवय द्रविड़ 38; एली ब्रेन 2/29)

ऑस्ट्रेलिया अंडर-19: 20 ओवर में 175/7 (जैक कोजनेक 55, नील पटेल 45, हेडन बारबुलोविच 40; यशवर्धन चौहान 2/28)

दिल्ली-एनसीआर में छाए रहेंगे आंशिक बादल, तापमान में होगी बढ़ोतरी

एजेंसी

नई दिल्ली । दिल्ली-एनसीआर में मौसम का मिजाज लगातार बदलता हुआ दिखाई दे रहा है। मौसम विभाग के ताजा पूर्वानुमान के मुताबिक, आने वाले दिनों में तापमान में धीरे-धीरे बढ़ोतरी दर्ज की जाएगी। हालांकि, आसमान में बादल छाए रह सकते हैं, जिससे गर्मी और उमस से कुछ हद तक निजात मिलने की उम्मीद है। वहीं, बारिश की संभावना काफी कम हो गई है। मौसम विभाग की ओर से उपलब्ध आंकड़ों के अनुसार, 19 सितंबर को आसमान में आंशिक रूप से बादल छाए रहेंगे। अधिकतम तापमान 35 डिग्री और न्यूनतम तापमान 23 डिग्री सेल्सियस रहने की संभावना है। ह्यूमिडिटी (नमी) 70 से 60 प्रतिशत के बीच रहेगी। 20 सितंबर को मौसम 19 सितंबर के समान ही रहेगा। तापमान 35 डिग्री से 23 डिग्री के बीच रहेगा और आंशिक बादल छाए रहेंगे। नमी 70 से 60 प्रतिशत रहेगी। 21 सितंबर को मौसम में बदलाव देखने को मिलेगा और आसमान मुख्यतः साफ रहेगा। अधिकतम तापमान 35 डिग्री और न्यूनतम 23 डिग्री रहेगा। वहीं, 22 सितंबर को आसमान साफ रहेगा। तापमान 35 डिग्री से 22 डिग्री तक पहुंच सकता है। 23 सितंबर को मौसम साफ बना रहेगा। अधिकतम तापमान 35 डिग्री और न्यूनतम तापमान 22 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया जा सकता है और 24 सितंबर को तापमान में मामूली गिरावट दर्ज की जा सकती है। अधिकतम तापमान 34 डिग्री और न्यूनतम 23 डिग्री रहने का अनुमान है।

राहुल गांधी पाकिस्तान या किसी और देश के पीएम बन सकते हैं, शहजाद पूनावाला का तंज

नई दिल्ली। राजनीतिक विश्लेषक और भाजपा के पूर्व प्रवक्ता शहजाद पूनावाला ने लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी पर तंज कसते हुए कहा कि वे 'पाकिस्तान' या उन देशों में से किसी भी देश के प्रधानमंत्री बन सकते हैं, जहां वे 'छुट्टियां' मनाने जाते हैं। पूनावाला ने बातचीत में कहा, 'राहुल गांधी प्रधानमंत्री बन सकते हैं, लेकिन शायद पाकिस्तान के। अगर वे चाहें तो इटली के या उस देश के जहां वे अक्सर जाते हैं जैसे बैंकॉक। अगर वे वहां की नागरिकता ले लें तो वे उस देश के प्रधानमंत्री बन सकते हैं, क्योंकि वे वैसे भी अपना ज्यादातर समय विदेश में ही बिताते हैं। भारत में तो वे अपनी छुट्टियों के बीच बस थोड़े समय के लिए ही आते हैं।' उन्होंने कहा, 'वह (राहुल गांधी) निश्चित रूप से उन देशों के प्रधानमंत्री बन सकते हैं, लेकिन भारत में 2029 में नरेंद्र मोदी और भी बड़े बहुमत के साथ दोबारा प्रधानमंत्री चुने जाएंगे। 2034 में भी यदि वह चुनाव लड़ने का फैसला करते हैं, तो फिर से प्रधानमंत्री बनेंगे। वहीं, 2027 में उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ 2017 के विधानसभा चुनावों में भाजपा को मिले जनादेश से भी बड़े बहुमत के साथ सत्ता में वापसी करेंगे। '

महिलाओं की सुरक्षा के लिए दिल्ली पुलिस का बड़ा कदम, 'शिष्टाचार' एंटी-ईव टीजिंग स्क्वॉड होगा मजबूत

नई दिल्ली। राजधानी में सार्वजनिक जगहों पर महिलाओं के साथ छेड़छाड़ और उत्पीड़न की घटनाओं को रोकने के लिए दिल्ली पुलिस ने कमर कस ली है। इस कड़ी में गुरुवार को पुलिस मुख्यालय (पीएचक्यू) के विमर्श हॉल में महिला एवं बाल विशेष पुलिस इकाई (एसपीयूडब्ल्यूएसी) के स्पेशल कमिश्नर की अध्यक्षता में सभी जिला डीसीपी के साथ 'शिष्टाचार' एंटी-ईव टीजिंग स्क्वॉड के कामकाज को लेकर अहम बैठक हुई। बैठक में तय किया गया कि जिलावार शिष्टाचार स्क्वॉड को और मजबूत किया जाएगा और संवेदनशील व भीड़-भाड़ वाले इलाकों में उनकी मौजूदगी बढ़ाई जाएगी। इन स्क्वॉड को खास तौर पर सार्वजनिक जगहों पर महिलाओं के खिलाफ होने वाले छोटे-मोटे अपराधों को रोकने, बचाव करने और तुरंत कार्रवाई करने के लिए समर्पित टीमों के रूप में गठित किया जाना है। बैठक में जिला डीसीपी को निर्देश दिया गया कि वे अपने-अपने जिलों में हॉटस्पॉट और संवेदनशील इलाकों की नियमित पहचान और मैपिंग करें। स्क्वॉड की तैनाती व्यवस्थित तरीके से की जाएगी ताकि संवेदनशील जगहों पर संवेदनशील समय के दौरान नियमित कवरेज मिल सके।

दिल्ली पुलिस ने नार्को-एक्सटॉर्शन नेटवर्क का किया भंडाफोड़, पाकिस्तान में बनी 2 किलो हेरोइन जब्त

नई दिल्ली । दिल्ली पुलिस की स्पेशल सेल ने गुजरात क्राइम ब्रांच के साथ मिलकर एक संयुक्त ऑपरेशन में दिल्ली और गुजरात के बीच चल रहे नार्को-एक्सटॉर्शन नेटवर्क का भंडाफोड़ किया है और पाकिस्तान में बनी 2 किलो हेरोइन बरामद की है, जिसकी कीमत लगभग 12 करोड़ रुपए है। पुलिस ने बताया कि इस ऑपरेशन के दौरान रोहित गोदारा और महेंद्र डेलाना गैंग से जुड़े एक आरोपी को गिरफ्तार किया गया। आरोपी की पहचान राजस्थान के चुरू के रहने वाले 31 साल के कुलदीप स्वामी के तौर पर हुई है। पुलिस के मुताबिक, स्वामी एक बड़े नार्को-एक्सटॉर्शन नेटवर्क में शामिल था और गुजरात के वडोदरा में दर्ज लगभग 10 करोड़ रुपए की जबरन वसूली के एक हाई-प्रोफाइल मामले में वांछित था।

जांच के दौरान, पुलिस ने 2 किलो अच्छी क्वालिटी की हेरोइन, एक कार और हवाला टोकन वेरिफिकेशन के लिए इस्तेमाल किए जाने वाले नोट बरामद किए। पुलिस ने बताया कि बरामद गाड़ी में एक गुप्त खाना (कैविटी) भी मिला। जांचकर्ता अब इस नेटवर्क के गैंगस्टर गोदारा और डेलाना के साथ कथित संबंधों और पाकिस्तान स्थित नशीले पदार्थों के नेटवर्क से संभावित कनेक्शन की जांच कर रहे हैं।

रेखा गुप्ता ने 75 सीएम श्री सरकारी विद्यालयों में हेरिटेज क्लबों की स्थापना का किया शुभारंभ

'दिल्ली की विरासत को जानना केवल इतिहास पढ़ने तक सीमित नहीं है, बल्कि यह अपने शहर और अपनी जड़ों को समझने की प्रक्रिया है।'

एजेंसी

नई दिल्ली। दिल्ली की मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने 75 सीएम श्री सरकारी विद्यालयों में हेरिटेज क्लबों की स्थापना का शुभारंभ किया। दिल्ली सरकार के कला, संस्कृति एवं भाषा विभाग तथा दिल्ली अभिलेखागार द्वारा हेरिटेज क्लबों के अंतर्गत विद्यार्थियों के लिए विभिन्न व्यावहारिक और छात्र-केंद्रित गतिविधियां आयोजित की जाएंगी। इस अवसर पर दिल्ली के शिक्षा मंत्री आशीष सूद और कला, संस्कृति एवं भाषा मंत्री कपिल मिश्रा उपस्थित रहे।

इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने कहा कि स्कूल में होने वाली प्रत्येक गतिविधि, हर पहल और किताब का एक-एक पन्ना बच्चे के भविष्य के लिए महत्वपूर्ण होता है। इसी सोच के साथ शुरू किए जा रहे हेरिटेज क्लब विद्यार्थियों को दिल्ली की समृद्ध ऐतिहासिक, सांस्कृतिक, स्थापत्य और दस्तावेजी विरासत से सीधे जोड़ने का माध्यम बनेंगे। रेखा गुप्ता ने कहा कि इन बच्चों की शिक्षा, सुरक्षा और उनके लिए बेहतर वातावरण सुनिश्चित करना सभी की साझा जिम्मेदारी है। देश की दिल्ली का इतिहास अत्यंत समृद्ध है। यहां विभिन्न ऐतिहासिक कालखंडों, सांस्कृतिक परंपराओं, धार्मिक स्थलों, स्मारकों और स्थापत्य विरासत से जुड़ी अनेक महत्वपूर्ण स्मृतियां मौजूद हैं। हेरिटेज क्लबों के माध्यम से विद्यार्थियों को अपने शहर

के इतिहास और विरासत को केवल किताबों में पढ़ने के बजाय उसे प्रत्यक्ष रूप से देखने, समझने और अनुभव करने का अवसर मिलेगा। मुख्यमंत्री ने कहा कि दिल्ली की विरासत को जानना केवल इतिहास पढ़ने तक सीमित नहीं है, बल्कि यह अपने शहर और अपनी जड़ों को समझने की प्रक्रिया है। विद्यार्थियों को यह जानना चाहिए कि उनके आसपास मौजूद ऐतिहासिक इमारतों और स्थलों का क्या महत्व है और उनका दिल्ली के इतिहास से क्या संबंध है। हेरिटेज क्लब विद्यार्थियों को उन अध्यायों को जानने, समझने और उन पर विचार करने का अवसर देंगे। हेरिटेज क्लबों से बच्चों में देश, अपनी जड़ों और अपनी विरासत के प्रति जुड़ाव विकसित होगा। हेरिटेज क्लब छोटा कदम जरूर है, लेकिन इसके माध्यम से बच्चों में अपनी विरासत को जानने और उसके संरक्षण के प्रति जिम्मेदारी की भावना विकसित हो सकती है। मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने दिल्ली के सरकारी स्कूलों को ऐसी सुविधाओं से युक्त बनाने का सपना दिया है, जो किसी निजी स्कूल से कम न हों। दिल्ली सरकार का प्रयास है कि सरकारी स्कूलों को सुविधाओं और शैक्षणिक वातावरण के स्तर पर उस मुकाम तक पहुंचाया जाए। बच्चों को ऐसा सक्षम और आत्मविश्वासी बनाया जाना चाहिए कि वे अपने आसपास की परिस्थितियों को समझ सकें, समस्याओं का सामना कर सकें, उनका समाधान निकाल सकें और जीवन की हर परिस्थिति में समझदारी के साथ आगे बढ़ सकें। मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकारी स्कूलों में आवश्यक इंफ्रास्ट्रक्चर, शिक्षकों के लिए जरूरी सुविधाओं, स्कूल के वातावरण और बच्चों के समग्र विकास से जुड़ी व्यवस्थाओं में पिछले वर्षों में जो कमी रही है, उसे पूरा करने के लिए सभी को मिलकर काम करना होगा। पिछले वर्षों का बैकलॉग पूरा करने के लिए मुख्यमंत्री, मंत्री, अधिकारी, शिक्षक और स्कूल प्रमुख, हर व्यक्ति को अपनी जिम्मेदारी निभानी होगी। इस अवसर पर दिल्ली के शिक्षा मंत्री आशीष सूद ने कहा कि दिल्ली देश की राजनीतिक राजधानी होने के साथ-साथ देश की स्टार्टअप और सांस्कृतिक राजधानी के रूप में भी अपनी पहचान स्थापित करे, यह सरकार का प्रमुख लक्ष्य है। दिल्ली का इतिहास अत्यंत समृद्ध और विविधतापूर्ण रहा है, लेकिन समय के साथ उसकी अपनी विशिष्ट पहचान और स्थानीय विरासत के कई महत्वपूर्ण पहलू व्यापक चर्चा से दूर हो गए।

डूसू चुनाव के पहले चरण का मतदान संपन्न

एनएसयूआई ने 4-0 से ऐतिहासिक जीत दर्ज करने का जताया भरोसा

एजेंसी

नई दिल्ली। दिल्ली विश्वविद्यालय छात्र संघ (डूसू) चुनाव 2026-27 के पहले चरण का मतदान संपन्न हो गया। विश्वविद्यालय के विभिन्न कॉलेजों में छात्रों ने मतदान प्रक्रिया में बढ़-चढ़कर भाग लिया। भारतीय राष्ट्रीय छात्र संगठन (एनएसयूआई) ने दावा किया है कि दिल्ली विश्वविद्यालय के छात्रों ने सामाजिक न्याय, समानता और विश्वविद्यालय के लोकतांत्रिक भविष्य के पक्ष में मतदान किया है।

एनएसयूआई के राष्ट्रीय अध्यक्ष विनोद जाखड़ ने मतदान संपन्न होने के बाद कहा कि विश्वविद्यालय प्रशासन, पुलिस और पूरी व्यवस्था के भारी दबाव के बावजूद

एनएसयूआई के कार्यकर्ता पूरे चुनाव के दौरान मजबूती से डटे रहे। उन्होंने कहा कि छात्रों ने सामाजिक न्याय और समानता के प्रति अपना स्पष्ट समर्थन दिखाया है। संगठन को पूरा विश्वास है कि एनएसयूआई चारों सीटों पर निर्णायक जीत हासिल कर 4-0 से ऐतिहासिक परिणाम देगी। एनएसयूआई ने कहा कि दिल्ली विश्वविद्यालय के छात्र नफरत, विभाजन और भय की राजनीति को पूरी तरह खारिज करने तथा सभी के लिए एक समावेशी परिसर का निर्माण करने के लिए तैयार हैं। संगठन ने दोहराया कि दिल्ली विश्वविद्यालय पूरी तरह से यहां के छात्रों का है और उनका जनादेश न्याय, समानता और बेहतर भविष्य के लिए होगा।

दिल्ली में नाबालिग लड़की से गैंगरेप और हत्या मामले का एनसीडब्ल्यू ने लिया संज्ञान, कमिश्नर को लिखा पत्र

एजेंसी

नई दिल्ली। राष्ट्रीय महिला आयोग (एनसीडब्ल्यू) ने आउटर नॉर्थ दिल्ली में 16 साल की लड़की से गैंगरेप और हत्या का मामला खुद संज्ञान में लिया है। एनसीडब्ल्यू की चेयरपर्सन विजया रहाटकर ने दिल्ली पुलिस कमिश्नर को पत्र लिखकर समयबद्ध और विस्तृत जांच, सख्त कानूनी कार्रवाई और सभी फोरेंसिक सबूतों को सुरक्षित रखने की मांग की है। दरअसल नाबालिग लड़की की गैंगरेप के बाद चाकू मारकर उसकी हत्या कर दी गई थी। लड़की का शव एक खुले मैदान में मिला था। राष्ट्रीय महिला आयोग ने पोक्सो एक्ट और बीएनएस के तहत उचित कार्रवाई करने और जहां कानूनी रूप से लागू हो, वहां 16-18 साल के आरोपियों के लिए जुवेनाइल जस्टिस एक्ट की धारा 15 के तहत शुरुआती जांच करने को भी कहा है।आयोग ने पीड़ित परिवार के लिए सुरक्षा, कानूनी मदद, काउंसलिंग और मुआवजे के साथ-साथ सात दिनों के

भीतर की गई कार्रवाई की रिपोर्ट भी मांगी है। 13 सितंबर को उत्तरी दिल्ली के स्वरूप नगर इलाके में कुशक रोड पर जयपाल राणा के खेत के पास सड़ी-गली लाश मिली थी। शव की हालत ऐसी थी कि पुलिस शुरू में यह भी तय नहीं कर पाई कि शव लड़के का है या लड़की का। पुलिस को जांच में पता चला कि गैंगरेप के बाद हत्या कर शव फेंका गया था। पुलिस के मुताबिक इस वारदात को 4 लोगों ने अंजाम दिया, जिसमें 3 नाबालिग थे।

जांच में पता चला कि पीड़िता आरोपियों को जानती थी और उनके साथ टेंपो में सफर कर रही थी। पुलिस के अनुसार सफर के दौरान सभी ने शराब पी और फिर लड़की से दुष्कर्म किया। इसके बाद चाकू से गोदकर उसकी हत्या कर दी गई और शव को खुले खेत में फेंक दिया गया। लावारिस कुत्तों ने शव के कुछ हिस्से खा लिए थे और पीड़िता का एक हाथ शरीर से अलग पड़ा मिला था। पुलिस ने बताया कि लड़की के परिवार ने उसकी गुमशुदगी की कोई रिपोर्ट दर्ज नहीं कराई थी।

मुख्यमंत्री से प्रधानमंत्री तक 25 साल की सेवा पर दिल्ली में विभिन्न जनकल्याणकारी एवं सेवा कार्यक्रमः सत्या शर्मा

एजेंसी

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के मुख्यमंत्री और प्रधानमंत्री के रूप में उनकी 25 वर्षों की सार्वजनिक सेवा यात्रा के अवसर पर स्थायी समिति अध्यक्ष सत्या शर्मा ने दिल्ली नगर निगम (एमसीडी) मुख्यालय सिविक सेंटर में आशीर्वाद का दीप जलाया। इस अवसर पर उन्होंने प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के स्वस्थ, दीर्घ एवं सफल जीवन की कामना की।

स्थायी समिति अध्यक्ष सत्या शर्मा बताया कि इस अवसर पर सिविक सेंटर को तिरंगे के रंगों की रोशनी से सजाया गया। एमसीडी मुख्यालय की इमारत तिरंगे की रोशनी से जगमगाती नजर आई। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के 25 वर्षों की सार्वजनिक सेवा यात्रा के अवसर पर दिल्ली में विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन भी किया जाएगा।

स्थायी समिति अध्यक्ष ने कहा

कि जनसेवा और समाज के प्रति जिम्मेदारी के भाव से जोड़ते हुए 'स्वच्छता ही सेवा' जैसे कार्यक्रमों के माध्यम से स्वच्छता, सेवा और विभिन्न जनभागीदारी कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। इनमें नागरिक सहभागिता को बढ़ावा दिया जाएगा। इसके साथ ही विभिन्न क्षेत्रों में जनकल्याण एवं सेवा से जुड़े कार्यक्रमों के माध्यम से अधिक से अधिक लोगों को जोड़ा जाएगा।

सत्या शर्मा ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की 25 वर्षों की सार्वजनिक सेवा यात्रा देश के विकास और जनसेवा के प्रति निरंतर समर्पण की यात्रा रही है। उनके जन्मदिवस के अवसर पर दीप जलाकर उनके प्रति सम्मान व्यक्त किया गया और उनके दीर्घ एवं सफल जीवन की कामना की गई। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री के जन्मदिवस के अवसर पर आयोजित होने वाले सेवा एवं जनभागीदारी कार्यक्रमों का उद्देश्य समाज के प्रत्येक वर्ग को सकारात्मक रूप से जोड़ना और सेवा भावना को और मजबूत करना है।

डूसू चुनाव : एनएसयूआई के बागी निर्दलीय उम्मीदवार पर अभाविप के नाम से फर्जी पर्चियां बांटने का आरोप, तीन पुलिस के हवाले

एजेंसी

नई दिल्ली। दिल्ली विश्वविद्यालय छात्रसंघ (डूसू) चुनाव के बीच दयाल सिंह कॉलेज में एनएसयूआई के बागी निर्दलीय उम्मीदवार पर अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद (अभाविप) के नाम से कथित तौर पर फर्जी पर्चियां छपवाकर बांटने का आरोप लगा है। आरोप है कि इन पर्चियों के जरिए छात्रों के बीच भ्रम की स्थिति पैदा करने का प्रयास किया गया। मामले में कॉलेज परिसर से दो लोगों को पकड़कर पुलिस के हवाले किया गया है, जबकि इससे पहले भी एक व्यक्ति को पुलिस को सौंपे जाने की बात सामने आई है।आरोपों के मुताबिक, दयाल सिंह कॉलेज में उपाध्यक्ष पद के लिए चुनाव लड़ रहे एनएसयूआई के बागी निर्दलीय उम्मीदवार के नाम वाली पर्चियां अभाविप के नाम से तैयार कराई गई थीं। कथित पर्चियों में उम्मीदवार का नाम सबसे ऊपर प्रमुखता से अंकित था। इसे चुनाव आचार नियमों के विपरीत बताते हुए आरोप लगाया गया कि इसका उद्देश्य छात्रों के बीच उम्मीदवार की पहचान को लेकर भ्रम पैदा करना था। कॉलेज परिसर में कथित तौर पर फर्जी सामग्री बांटे जाने के दौरान दो लोगों को पकड़ा गया और उन्हें पुलिस के हवाले कर दिया गया। इसके अलावा, इससे पहले भी एक व्यक्ति को इसी मामले में पुलिस को सौंपे जाने की बात सामने आई है। घटनाक्रम के बाद कॉलेज परिसर में चुनाव प्रचार सामग्री और उसके इस्तेमाल को लेकर सवाल उठे हैं। मामले में पुलिस को सौंपे गए लोगों से पूछताछ तथा उपलब्ध सामग्री के आधार पर आगे की कार्रवाई की जा रही है।

एनडीएमसी ने वॉल म्यूरल कार्यशाला का किया आयोजन

- कला के माध्यम से विकसित भारत का संकल्प साकार कर रहे हैं देशभर के कलाकार
- एनडीएमसी ने वॉल म्यूरल कार्यशाला का किया आयोजन

एजेंसी

नई दिल्ली। 'सेवा संकल्प' अभियान के तहत नई दिल्ली नगरपालिका परिषद (एनडीएमसी) द्वारा आयोजित वॉल म्यूरल कार्यशाला के दौरान पंचकुइयां रोड पर पारंपरिक एवं समकालीन भारतीय वॉल म्यूरल बना रहे वरिष्ठ कलाकारों से नई दिल्ली सांसद बांसुरी स्वराज और एनडीएमसी उपाध्यक्ष कुलजीत सिंह चहल ने मुलाकात की। उन्होंने कलाकारों के काम को देखा, उनकी सराहना की और उत्साहवर्धन किया।

बांसुरी स्वराज ने कहा कि कलाकार चित्रकला के माध्यम से प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के 'विकसित भारत ञ्च2047' के संकल्प को साकार करने का प्रयास कर रहे हैं। देश की युवा शक्ति को साथ लेकर इस संकल्प को सिद्धि तक ले जाने का संदेश इन म्यूरल आर्ट और वॉल आर्ट के जरिए बहुत सुंदर तरीके से प्रस्तुत किया जा रहा है। यह पहल पांच अलग-अलग स्थानों पर हो रही है, जिसमें देशभर से 15 कलाकार शामिल हुए हैं। लगभग 4,200

वर्गफुट क्षेत्र में ये कलाकार भारत की विरासत, विकास और भविष्य की तस्वीर उकेर रहे हैं। उन्होंने बताया कि यह एनडीएमसी की पहल प्रधानमंत्री के जन्मदिवस के अवसर पर चल रहे एक महीने के 'सेवा संकल्प' अभियान का महत्वपूर्ण हिस्सा है। यह भारत की समृद्ध विरासत और प्रधानमंत्री के अथक प्रयासों को समर्पित है। कलाकारों को पूरी रचनात्मक स्वतंत्रता दी गई है। चित्रों में एक ओर भारत की समृद्ध विरासत, ऐतिहासिक स्थल और मंदिर की घंटियाँ दिखेंगी, तो दूसरी ओर तेजस और बुलेट ट्रेन जैसे आधुनिक भारत के प्रतीक भी नजर आएंगे। योग को भारत की सॉफ्ट पावर के रूप में प्रस्तुत करने का प्रयास भी इनमें दिखता है। वाराणसी से आए कलाकार बलदाऊ जी ने योग को बहुत सुंदर तरीके से दर्शाया है। स्वराज ने कहा कि प्रधानमंत्री के सार्वजनिक जीवन के 25 वर्षों–गुजरात के मुख्यमंत्री के रूप में 13 वर्ष और प्रधानमंत्री के रूप में 12 वर्ष–की यात्रा सेवा, सुशासन और राष्ट्र निर्माण के संकल्प से जुड़ी रही है। यही भाव इन म्यूरल्स में भी दिखाई देता है। दिल्ली और विशेष रूप से नई दिल्ली संसदीय क्षेत्र के लिए यह सौभाग्य की बात है कि एनडीएमसी लगभग 4,200 वर्गफुट क्षेत्र में ऐसी कला विकसित कर रहा है, जो नागरिकों और आने वाली पीढ़ियों के लिए भारत की विरासत, विकास और भविष्य का संदेश देगी। एनडीएमसी उपाध्यक्ष कुलजीत सिंह चहल ने कहा कि 'सेवा संकल्प' के तहत एनडीएमसी कला और संस्कृति को सार्वजनिक स्थानों से जोड़ने का प्रयास कर रहा है।

नई दिल्ली की प्रमुख दीवारों पर भारत की समृद्ध संस्कृति, परंपरा, विरासत और आधुनिक सोच को दर्शाने वाले वॉल म्यूरल बनाए जा रहे हैं। इसका उद्देश्य सामान्य और खाली दीवारों को सुंदर व आकर्षक बनाना तथा लोगों को भारतीय कला-संस्कृति से जोड़ना है। उन्होंने बताया कि यह सात दिवसीय वॉल म्यूरल कार्यशाला 17 से 23 सितंबर 2026 तक सुबह 10 बजे से शाम 6 बजे तक चल रही है।

महापौर ने माता गुजरी अस्पताल में 13-बेड वाले एनआईसीयू एवं आधुनिक चिकित्सा उपकरणों का किया लोकार्पण

एजेंसी

नई दिल्ली। दिल्ली के महापौर प्रवेश वाही ने तिलक नगर स्थित माता गुजरी अस्पताल में नवजात शिशुओं एवं मरीजों को बेहतर चिकित्सा सुविधाएं उपलब्ध कराने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए 13 बिस्तरों वाले नवजात गहन चिकित्सा इकाई (एनआईसीयू) का लोकार्पण किया। उन्होंने चक्षु रोग, अस्थि रोग तथा कई अन्य आधुनिक चिकित्सा उपकरणों को भी जनता के लिए समर्पित किया।

साथ ही प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की शुरू की गई प्रधानमंत्री जन आरोग्य योजना के लाभार्थी एवं दिल्ली नगर निगम के कर्मचारियों के लिए विशेष वार्ड का भी लोकार्पण किया । इस अवसर पर महापौर प्रवेश वाही ने दिल्ली की लोकप्रिय मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता के दिशा निर्देश में सेवा संकल्प अभियान की शुरुआत की गई है। इस अस्पताल में नवजात गहन चिकित्सा इकाई (एनआईसीयू) में 13 बेड की सुविधा उपलब्ध होने से गंभीर स्थिति वाले नवजात शिशुओं को अस्पताल में ही आवश्यक गहन चिकित्सा एवं निगरानी की सुविधा मिल सकेगी। इसके साथ ही अस्पताल में कलर डॉप्लर अल्ट्रासाउंड मशीन, अस्थि

रोग सर्जरी के लिए सी-आर्म मशीन, आंखों से संबंधित रोगों के निवारण के लिए ऑप्टिकल कोहेरेन्स टोमोग्राफी एवं फेको मशीन जैसे आधुनिक चिकित्सा उपकरण भी उपलब्ध कराए गए हैं। इससे मरीजों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने में सहायता मिलेगी। महापौर प्रवेश वाही ने अपने संबोधन में घोषणा करते हुए कहा कि निकट भविष्य में ही यहां सीटी स्कैन मशीन भी स्थापित की जाएगी । अब माता गुजरी अस्पताल में ई-रजिस्ट्रेशन की सुविधा उपलब्ध है तथा यहां कलर कोड के आधार पर अस्पताल में प्रतिदिन बिस्तरों की चादरें बदली जाती है। यहां प्रतिदिन लगभग 1600 से अधिक रोगियों की ओपीडी होती है। इन बढ़ती स्वास्थ्य सुविधाओं का उद्देश्य अस्पताल में आने वाले मरीजों एवं कर्मचारियों के लिए स्वास्थ्य सेवाओं को अधिक सुलभ और व्यवस्थित बनाना है।

इस अवसर पर महापौर कहा कि दिल्ली नगर निगम का लक्ष्य नागरिकों को बेहतर आधुनिक स्वास्थ्य सेवाएं सुलभ कराना है। अस्पतालों में स्वास्थ्य सुविधाओं को मजबूत करना निगम की प्राथमिकताओं में शामिल है। उन्होंने कहा कि आधुनिक चिकित्सा सुविधाओं और आवश्यक उपकरणों के विस्तार से नागरिकों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराने में मदद मिलेगी। इससे चिकित्सा की गुणवत्ता में और सुधार होगा। इस कार्यक्रम में अपने विचार व्यक्त करते हुए निगम में स्थाई समिति की अध्यक्ष सत्या शर्मा ने कहा कि स्वास्थ्य के क्षेत्र में आधुनिक तकनीक का समावेश इस समय की आवश्यकता है। इन आधुनिक उपकरणों से अस्पताल की कार्यक्षमता में वृद्धि होगी तथा नागरिकों को इसका भरपूर लाभ मिल सकेगा।

लोकार्पण के इस कार्यक्रम में पश्चिमी क्षेत्र के वार्ड समिति के अध्यक्ष हरिश ओबरॉय विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित रहे तथा कार्यक्रम की अध्यक्षता क्षेत्र के निगम पार्षद अशोक मानु ने की।

दिल्ली पुलिस ने 2 लाख रुपये की धोखाधड़ी और चोरी का मामला सुलझाया, आरोपी गिरफ्तार

एजेंसी

नई दिल्ली । दिल्ली पुलिस ने धोखाधड़ी और चोरी के एक मामले को सुलझा लिया है। पुलिस ने एक आरोपी को गिरफ्तार किया और एक नाबालिग (सीसीएल) को पकड़ा है, साथ ही चोरी हुए सोने के झुमके भी बरामद किए हैं। द्वारका जिला पुलिस के अनुसार, आरोपी ने एक महिला को 2 लाख रुपये बांटने का लालच देकर उसके सोने के गहने धोखे से ले लिए। पीड़िता को धोखा देने के लिए नकली नोटों का इस्तेमाल किया गया था। सोने के गहने चोरी होने की शिकायत के बाद 10 सितंबर को डाबरी पुलिस स्टेशन में एफआईआर दर्ज की गई। सूचना मिलने के बाद पुलिस की एक टीम मौके पर पहुंची और शिकायतकर्ता राजबाला (सतेंद्र कुमार की पत्नी) से मिली। शुरुआती पूछताछ के दौरान, उन्होंने पुलिस को बताया कि कुछ अज्ञात लोगों ने उनसे सोने की बालियों की एक जोड़ी और सोने का एक पेंडेंट ले लिया था। जांच के दौरान, पुलिस टीम द्वारा अपराध वाली जगह और उसके आस-पास लगे कैमरों के सीसीटीवी फुटेज की जांच की गई। फुटेज में दो लड़के महिला के पास पैदल आते और उससे एटीएम की जगह के बारे में पूछते हुए दिखे।

संदिग्धों ने महिला से कहा कि उनके पास 2 लाख रुपये हैं और उन्होंने वह पैसा उसके साथ बांटने की पेशकश की। फिर उन्होंने कथित तौर पर उसे उस रकम का हिस्सा देने के बदले अपनी सोने की ज्वेलरी उन्हें सौंपने के लिए राजी कर लिया। इसके बाद महिला ने सोने की बालियों की एक जोड़ी और सोने का एक पेंडेंट निकाला और उन्हें उन दो लड़कों को दे दिया। बदले में उसे उनसे नोटों की एक गड्डी मिली। पुलिस ने बताया कि बाद में पता चला कि वे नोट नकली थे। जांच के दौरान लगभग 20 किलोमीटर के दायरे के सीसीटीवी फुटेज की जांच की गई। संदिग्धों की आवाजाही दिल्ली के रघुबीर नगर की ओर देखी गई, जिसके बाद आरोपी की पहचान लक्ष्मण के बेटे विशाल के तौर पर हुई और उसे एक सीसीएल (कानून के साथ संघर्ष करने वाले नाबालिग) के साथ पकड़ा गया। पुलिस ने बताया कि मामले में शामिल सोने की बालियों की एक जोड़ी विशाल के पास से बरामद की गई।