(हिन्दी साप्ताहिक समाचार पत्र)   DCP Lic. No. F.2(U-2) press/2021   Title Code : DELHIN28978

संपादक :
राकेश कुमार
Mob.: 9560484749

यूनिवर्सल मीडिया

दिल्ली से प्रकाशित व भारतवर्ष में प्रसारित
Email : universalmedianews18@gmail.com, Mob.: 9560484749

2
विदेही बनना माना...

वर्ष-3 | अंक-48 | बृहस्पतिवार 22 मई से 28 मई 2025 | नई दिल्ली, | संपादक : राकेश कुमार | पृष्ठ-8 | मूल्य: 1.00 रूपये

न्यूज फटाफट

तूफान के दौरान टूटा खिड़की का शीशा, बच्ची की मौत

पूर्वी दिल्ली।। आंधी देखने के चक्कर में नौ वर्ष की एक बच्ची ने इस दुनिया को अलविदा कह दिया। वह गली में खड़ी होकर आंधी का नजारा देख रही थी, तभी पड़ोसी के घर की खिड़की का शीशा व पल्ला टूटकर उसके सिर पर आ गिरा। जिससे उसकी मौत हो गई। मृतक की पहचान शाहना उर्फ चांदनी के रूप में हुई है। दयालपुर थाना ने पड़ोसी जाहिद पर लापरवाही से मौत के आरोप में प्राथमिकी की है। जीटीबी अस्पताल में पोस्टमार्टम के बाद शव स्वजन को सौंप दिया है।

दुकान में चोरी करने वाले 4 आरोपी गिरफ्तार

नई दिल्ली।। सराय रोहिल्ला इलाके में स्पेयर पार्ट्स की दुकान में हुई चोरी के मामले को 48 घंटे में सुलझाते हुए 4 आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपियों में मुस्ताक उर्फ मुस्तकीन, मूर्तिकुल रहमान, मोहम्मद रिजवान और अब्दुल कलाम है। पुलिस ने इनके पास से चोरी के औजार यानी टॉर्च और स्क्रू ड्राइवर, एक मोबाइल फोन, पर्स, चोरी की गई राशि का कुछ हिस्सा 5,620 रुपए बरामद किए है।

दिल्ली पुलिस ने दबोचे ISI के २ जासूस

नई दिल्ली।। गुरुवार को दिल्ली पुलिस को बड़ी सफलता हाथ लगी है। तीन महीने से चल रहे ऑपरेशन के दौरान दिल्ली पुलिस ने 2 घ्ए्ष जासूसों को गिरफ्तार किया है। न्यूज एजेंसीर्ीं ्च्ह के मुताबिक गिरफ्तारी में एक नेपाली मूल का घ्ए्ष एजेंट अंसारुल मियां अंसारी भी शामिल है। इस दौरान दहशतगर्दों के पास से सशस्त्र बलों से जुड़े कई गोपनीय दस्तावेज बरामद हुए हैं। गिरफ्तार दोनों आतंकी दिल्ली की तिहाड़ जेल में बंद हैं।

आज का सुविचार

मेहनत के साथ महानता और रूहानियत का अनुभव करना ही श्रेष्ठता है।

'मोदी की नसों में गरम सिंदूर, दिमाग ठंडा लेकिन लहू गरम...', बीकानेर में गरजे पीएम मोदी

एजेंसी

नई दिल्ली।। पहलगाम आतंकी हमले के बाद भारत ने पाकिस्तान को ऑपरेशन सिंदूर के तहत करारा जवाब दिया है. बीकानेर में गुरुवार को एक जनसभा को संबोधित करते प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी आतंकवाद के खिलाफ भारत के रुख को एक बार फिर साफ कर दिया. उन्होंने कहा कि जो लोग मांग का सिंदूर मिटाने निकले थे, उन्हें मिट्टी में मिलाने का काम किया गया है. इस दौरान पीएम मोदी ने भारतीय सेना के शौर्य और पराक्रम का भी जिक्र किया.

दिमाग ठंडा लेकिन लहू गर्म : पीएम मोदी ने कहा कि मोदी का दिमाग ठंडा है, ठंडा रहता है, लेकिन मोदी का लहू गर्म होता है. और अब तो मोदी की नसों में लहू नहीं गर्म सिंदूर बह रहा है. उन्होंने कहा कि भारत ने अब दो टूक साफ कर दिया है कि हर आतंकी हमले की पाकिस्तान को भारी कीमत चुकानी पड़ेगी. यह कीमत पाकिस्तान की सेना चुकाएगी, पाकिस्तान की अर्थव्यवस्था चुकाएगी.

ऑपरेशन सिंदूर की सफलता के बाद बीकानेर रैली में पीएम मोदी का पाकिस्तान को सीधा संदेश।

पीएम मोदी ने कहा कि पाकिस्तान ने नाल एयरबेस को भी निशाना बनाने की कोशिश की थी, लेकिन कुछ नहीं बिगाड़ पाया. लेकिन यहां से कुछ ही दूर सीमा पार पाकिस्तान का रहीम यार खान एयरबेस है, पता नहीं आगे कब खुलेगा, आईसीयू में पड़ा है. भारत की सेना के अचूक प्रहार ने इस एयरबेस को तहस-नहस कर दिया है. उन्होंने कहा कि पाकिस्तान के साथ अब न ट्रेड होगा और न टॉक, अगर बात होगी तो सिर्फ पाकिस्तान के कब्जे वाले कश्मीर (इ्दख) पर होगी.

पाई-पाई को मोहताज होगा पाक : उन्होंने कहा कि अगर पाकिस्तान ने आतंकियों को एक्सपोर्ट करना जारी रखा तो उसे पाई-पाई के लिए मोहताज होना पड़ेगा. पाकिस्तान को भारत के हक का पानी नहीं मिलेगा. भारतीयों के खून से खेलना पाकिस्तान को महंगा पड़ेगा. यह भारत का संकल्प है और दुनिया की कोई ताकत हमें इस संकल्प से डिगा नहीं सकती है.

पीएम मोदी ने कहा कि भारत अब एटम बम की गीदड़ भभकियों से डरने वाला नहीं है. हम आतंक के आकाओं और आतंकी सरपरस्त सरकार को अलग-अलग नहीं देखेंगे, अब उन्हें एक ही मानेंगे. उन्होंने कहा कि पाकिस्तान का ये स्टेट और नॉन स्टेट एक्टर वाला खेल अब नहीं चलेगा. आपने देखा होगा, पूरी दुनिया में पाकिस्तान की पोल खोलने के लिए हमारे देश के सात अलग-अलग प्रतिनिधिमंडल विश्वभर में पहुंच रहे हैं. इसमें देश के समस्त राजनीतिक दलों के लोग हैं. अब पाकिस्तान का असली चेहरा पूरी दुनिया को दिखाया जाएगा.

उन्होंने कहा कि पाकिस्तान कभी सीधी लड़ाई में भारत से जीत नहीं सकता. जब भी सीधी लड़ाई होती है, तो बार-बार पाकिस्तान को मुंह की खानी पड़ती है. इसलिए पाकिस्तान ने आतंकवाद को भारत के खिलाफ लड़ाई का हथियार बनाया है. आजादी के बाद पिछले कई दशकों से यही चला आ रहा है. पाकिस्तान आतंक फैलाता था, निर्दोष लोगों की हत्या करता था, भारत में डर का माहौल बनाता था लेकिन पाकिस्तान एक बात भूल गया कि अब मां भारती का सेवक मोदी यहां सीना तानकर खड़ा है. मोदी का दिमाग ठंडा है, ठंडा रहता है लेकिन लहू गर्म बहता है. अब तो मोदी की नसों में लहू नहीं गर्म सिंदूर बह रहा है.

राहुल गांधी ने पीएम मोदी से पूछा- आपका खून सिर्फ कैमरों के सामने ही क्यों गरम होता है?

एजेंसी

नई दिल्ली।। कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से कटाक्ष भरे अंदाज में पूछा है कि आपका खून सिर्फ कैमरों के सामने ही क्यों गरम होता है? राहुल गांधी ने अपने ट्वीट में लिखा है, मोदी जी, खोखले भाषण देना बंद कीजिए। सिर्फ इतना बताइए: 1. आतंकवाद पर आपने पाकिस्तान की बात पर भरोसा क्यों किया? 2. ट्रंप के सामने झुककर आपने भारत के हितों की कुर्बानी क्यों दी? 3. आपका खून सिर्फ़ कैमरों के सामने ही क्यों गरम होता है? आपने भारत के सम्मान से समझौता कर लिया!''

राहुल गांधी कर सकते हैं पुंछ का दौरा : कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी शनिवार को जम्मू-कश्मीर के पुंछ का दौरा कर सकते हैं जहां वह पाकिस्तान की गोलाबारी एवं ड्रोन हमलों से प्रभावित परिवारों और पीड़ितों से मुलाकात करेंगे। सूत्रों ने बृहस्पतिवार को यह जानकारी दी। सूत्रों ने बताया, ''राहुल गांधी का 24 मई को पुंछ पहुंचने का कार्यक्रम है। वह पाकिस्तानी गोलाबारी में मारे गए लोगों के परिजनों और अन्य प्रभावित परिवारों से मुलाकात करेंगे।''

भारत-पाकिस्तान के बीच आठ से 10 मई तक सैन्य संघर्ष के दौरान पुंछ समेत जम्मू क्षेत्र में भारी गोलाबारी और ड्रोन हमले हुए, जिनमें 27 लोग मारे गए और 70 लोग घायल हो गए। लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी ने पहलगाम आतंकी हमले के बाद 25 अप्रैल को कश्मीर का दौरा किया था। उन्होंने हमले में घायल हुए कुछ लोगों का हाल जाना था और जम्मू-कश्मीर के मुख्यमंत्री उमर अब्दुल्ला तथा उपराज्यपाल मनोज सिन्हा से मुलाकात कर इस आतंकी हमले के बारे में चर्चा की थी। उन्होंने कहा था कि पहलगाम आतंकी हमले के पीछे का मंसूबा देशवासियों के बीच खाई पैदा करने और एक भाई को दूसरे भाई से लड़ाने का था। उन्होंने कहा था कि ऐसे में जरूरी है कि आतंकवाद को पराजित करने के लिए सभी एकजुट हों।

चांदनी चौक पुनर्विकास समिति पर हाई कोर्ट की फटकार, दिल्ली सरकार आदेश वापस लेगी

एजेंसी

दिल्ली के चांदनी चौक क्षेत्र के पुनर्विकास के कार्यों की रखरखाव के लिए दिल्ली सरकार द्वारा समिति बनाने पर हाई कोर्ट ने नाराजगी जताई है. कोर्ट ने सभी पक्षों से हलफनामे के जरिए सुझाव देने को कहा है. कोर्ट 5 जुलाई को इस मामले में अगली सुनवाई करेगा.

दिल्ली सरकार ने हाई कोर्ट में सुझाव देने के बजाय समिति गठित करने और इसे मंजूर करने पर यह नाराजगी जाहिर की है. मुख्य न्यायाधीश देवेन्द्र कुमार उपाध्याय और जस्टिस तुषार राव गेडेला की पीठ मामले में सुनवाई कर रही है.

कोर्ट के फटकार के बाद दिल्ली सरकार ने आश्वासन दिया है कि सरकार अपने आदेश को वापस ले लेगी. कोर्ट के आदेश की अवमानना को लेकर व्यापार मंडल की याचिका पर सुनवाई के दौरान दिल्ली सरकार के वकील ने कोर्ट से कहा कि समिति बनाने का सरकार का मार्च का आदेश वापस ले लिया जाएगा.

अदालत ने फरवरी 2025 में पुनर्विकास के लिए वरिष्ठ अधिकारियों और विशेषज्ञों की एक समिति गठित करने का आदेश दिया था. इसके लिए कोर्ट ने सभी पक्षों से सुझाव मांगे थे. 21 मई को कोर्ट को बताया गया है दिल्ली सरकार ने अपनी खुद की समिति बना ली है. मामले की सुनवाई के दौरान दिल्ली सरकार की ओर से पेश वकील ने कोर्ट से कहा कि माफी मांगते हुए बहस शुरू करूँगा. उन्होंने कहा कि ऐसा नही होना चाहिए था, शायद काम करने और परिणाम देने, शिकायतों को दूर करने और विरासत को बहाल करने के अति उत्साह में उन्होंने दुर्भाग्य से आदेश को गलत तरीके से पढ़ा है.

कोर्ट ने वकील से फरवरी के आदेश पढ़ने को कहा. जस्टिस तुषार राव गेंडेला ने कहा कि आपने न केवल एक समिति बनाई बल्कि उसका कार्यक्षेत्र भी तय किया. दिल्ली सरकार के वकील ने कहा कि हम इस संस्था को तुरंत खत्म कर सकते हैं. हम नए सिरे से शुरुआत करेंगे. इस पर मुख्य न्यायाधीश ने कहा कि जब आप कहते हैं कि क्षेत्र के ऐतिहासिक लोकाचार को बचाने और पुनस्थापित करने के अपने उत्साह में आपने ऐसा किया.

कोर्ट को बार-बार हस्तक्षेप क्यों करना पड़ा. क्योंकि आप जो भी उत्साह दिखा रहे हैं, उससे वांछित परिणाम नहीं मिल रहा हैं. हर बार जब मामला अदालत में आता है तो आप अपना उत्साह दिखाते हैं. लेकिन क्या आप संतुष्ट हैं या कोई भी दिल्लीवासी संतुष्ट है? आपके द्वारा किए जा रहे जो भी प्रयास है, वे न केवल अपर्याप्त हैं, बल्कि वे शायद सरकार की संकल्पशक्ति की कमी को भी दर्शाता है. मामले की सुनवाई के दौरान हस्तक्षेपकर्ता की ओर से पेश वरिष्ठ वकील ने कहा कि माननीयन्यायाधीश ने हमें पक्षकार बनाया है, दोनों पक्षों को मिलकर काम करना होगा.

सम्पादकीय

सत्य की राह

राकेश कुमार

'जब अपने घर के अंदर ही शकुनी हो तो बाहर के शत्रुओं के बारे में सोचने की क्या जरूरत है? वो हर रोज़ घर में ही महाभारत कराता रहेगा'।

जिस समस्या का समाधान आपके हाथ में नहीं है उसके प्रति अपनी सोच को बदल दीजिए, आपको कोई समाधान अवश्य मिल जायेगा।

कहते हैं कि नींद से जागने पर सबकी आंखें खुल जाती हैं, लेकिन, अपनी कमियों को देखने के लिए आंखे कभी-कभी ही खुलती हैं। ध्यान रहे कि अपनी सुरक्षा के लिए, चोर से 4 गज, आदतन शरारतखोर से 16 गज, और चुगलखोर से 64 गज की दूरी हमेशा बना कर चलिए ।।।

'प्राकृतिक त्रासदी में बड़ी से बड़ी बस्तियां, तूफानों में कश्तियां और अहंकार में हस्तियां, अक्सर बर्बाद हो ही जाती हैं; इसलिए व्यक्ति को नम्र रहना चाहिए'।

अगर दूसरों को नीचे गिराना ही आपका शौक बन चुका है तो इसका मतलब है कि आपसे नीच इंसान कोई हो ही नहीं सकता।

कहते हैं कि यदि कोई व्यक्ति अपने जीवन में पद, पैसे और पॉवर को ही सब कुछ मानता है, तो उसका अंत सुनिश्चित है, क्योंकि....ध्यान रहे कि अनंत तो सिर्फ़ दिल से मिला सच्चा सम्मान ही है, जो दूसरों को सम्मान दिए बिना किसी को प्राप्त नहीं हो सकता।

सब बातों से प्रूफ होंगे तो बाबा को प्रूफ दे सकेंगे

बाबा ने हमें पैगम्बर बनाया है, परन्तु पैगम्बर कभी-कभी कहते कि मेरा माइन्ड डिस्टर्ब है। हूँ मैं निर्माण करने वाला लेकिन खुद का निर्माण करना मुझे नहीं आता। तो हम समझें कि हम दूसरों के लिए पंडित हैं। स्व से सृष्टि का निर्माण होगा या सृष्टि से स्व का? तो हरेक चेक करो कि मैं स्व का निर्माण कर रहा हूँ? क्या निर्माण करने वाला कभी बिगड़ेगा? अगर मैं बिगड़ गई तो क्या मैं बिगड़ी को बनाने वाली हुई या बनी हुई को बिगाड़ने वाली? इस टाइम मैं पैगम्बर कौन-सा संदेश सबको देती? बिगड़ने का या निर्माण करने का? कईयों का मूड एकरस से निकल कर ऑफ हो जाता। यह कितनी अच्छी बात है। उस समय हमारी सूरत से कौन-सा पैगाम मिलता है? नव निर्माण का? कई कहते मेरे में देह-अभिमान बहुत है। पर बाबा तो जानता है ना कि हैं ही सब देह-अभिमानी। मैं इन गिरी हुई आत्माओं को ही देही-अभिमानी बनाने आया हूँ। फिर बाबा को क्यों कहते- मेरे में देह-अभिमान है! अगर सर्जन को कोई पेशेन्ट कहे हे सर्जन मेरी तो वही बीमारी है, तो यह भी उसकी इनडायरेक्ट इन्सल्ट हुई ना। अगर कहते मेरे में वही का वही देह-अभिमान है तो बाबा का मैंने कितना रिस्पेक्ट किया! यही पढ़ाई की रिज़ल्ट सुनाई? बाबा ने पढ़ाया देही-अभिमानी बनो, हम जवाब देते हमारे में देह-अभिमान है। तो क्या यही प्यार का जवाब है? अगर अभी तक मेरे में वही देह-अभिमान है तो शूद्र कुमार और ब्रह्माकुमार में अन्तर ही क्या रहा? फिर कहेंगे आप जो भी समझों। तो मैं समझूँ तुम राजयोगी नहीं हो ना! कहते हैं बाबा मुझे और कुछ नहीं चाहिए सिर्फ मुझे सभी प्यार से चलायें। मैं पूछती बाबा प्यार का सागर है, क्या वो प्यार नहीं दे रहा है, उनसे ज्यादा और कोई प्यार देने वाला है? चलाने वाला बाबा या हम-तुम? प्यार का सागर हमें प्यार से पाल रहा है। हमें नया जन्म दिया, वर्सा दे रहा है, हम उसकी पालना के अन्दर हैं, वह हमें अति प्यार से इस पुरानी दुनिया से नई दुनिया में ले चलता। कितनी बार कहता ओ मेरे मीठे-मीठे बच्चे, यह कितने प्यार के बोल हैं। बाबा ने यह बोल सबके लिए बोला है या एक-दो के लिए? तुम किसको बोलते कि हमें प्यार से चलाओ? किसको अक्ल सिखाते हो? बाबा ने हमें मंत्र दे दिया- जो देखते हो वह न देखो, जो न दिखाई देता है उसे याद करो। भिन्न-भिन्न संस्कार तो कर्मों का हिसाब-किताब है। मुझे कर्म का खाता चुक्तू करना है, ना कि बनाना है। मैं सब हिसाब-किताब चुक्तू करने, कर्मातीत बनने के लिए बैठी हूँ फिर मैं अपना हिसाब-किताब संस्कारों के वश क्यों बनाऊं! अगर हम हर घड़ी यही समझें कि हम स्टेज पर हैं, अगर कोई स्टेज पर बैठ मूड ऑफ करे, रोता रहे तो वह सबको अच्छा लगेगा? उस समय मुझे सबसे प्यार मिलेगा? स्टेज पर बैठ कर रोओ तो सब देखें कि मैं ब्र.कु. कितना दुःखी हूँ, मैं कितना उदास हूँ, जब गुस्सा आता है तो स्टेज पर जाकर गुस्सा करो, सब देखें मेरा चेहरा कैसा है। मैं सुन्दर हूँ या काला हूँ! हूँ तो मैं पैगम्बर लेकिन क्रोध वाला हूँ। रोने वाला हूँ। शायद यह गुस्सा भी मेरी सर्विस करे? फिर देखने वाले कहते- इनका यही प्रैक्टिकल का ज्ञान है! कहते हैं मेरी वृत्ति दृष्टि खराब होती है, मैं कहती तू खराब हो। बाबा हमें काले से गोरा बनाता फिर कहते दृष्टि खराब होती। खराब रावण है या राम? राम का होकर रहो। अगर सीता कहे मेरी तो वृत्ति खराब हो जाती तो राम पसन्द करेगा? राम के बच्चे होकर मेरी खराब वृत्ति जाती। लज्जा नहीं आती? जब न्यू बर्थ हो गया तो पुराना हिसाब-किताब समाप्त हुआ। ज्ञान कहता है सब बातों से प्रूफ होंगे तो बाबा को प्रूफ दे सकेंगे। बाबा के सपूत बच्चे कहलायेंगे।

विदेही बनना माना स्वमान का स्वरूप होना

राजयोगिनी ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

पिछले अंक में आपने पढ़ा कि जो एकदम ऐसे न्यारे हो जायें धीरे-धीरे सारी रेस्पॉन्सिबिलिटी को भी हमने निभाकर उसको भी पूरा कर सम्पन्न कर दिया। किसी को नाराज़ भी नहीं किया। सम्पूर्ण खिला हुआ रहे। अपनी खुशबू भी फैलाई। लेकिन सम्पूर्ण खिल करके सारी पत्तियों को झड़ करके बीच का जो बुर रह गया माना अशरीरी हो गया। तो ये स्वीट साइलेंस है। उसके बाद है डीप साइलेंस। और डीप साइलेंस किसको कहेंगे? डीप साइलेंस का मतलब है गहराई में खो जाना, समा जाना। बाहर की दुनिया से एकदम अपने आप मन और बुद्धि को ले जाना है विदेही स्थिति में। अब यहाँ पर एक बात ये भी समझनी है कि विदेही और अशरीरी में क्या अंतर है? है कोई अंतर? या खाली शब्दों का ही अंतर है? क्या कहेंगे? विदेही और अशरीरी दोनों एक ही हैं या अलग हैं? देखो राजा जनक जो था ना विदेही था, अशरीरी नहीं था। इसीलिए बाबा कई बार कहते हैं विदेही बनना है। राजा जनक की तरह एक सेकंड में विदेही स्थिति में स्थित हो जाना। कहा जाता है कि रामायण में एक बात आती है, जब सीता जी जंगल में जा रही थी वनवास मिला तो उस वक्त उसके मायके से मैसेज आया सीता जी के लिए और मैसेज में उसके पिता ने यही कहा कि तुम वन में जा रही हो चौदह साल के लिए तो विदेही बनकर रहना। इसलिए विदेही बनकर रही वो, इसलिए रावण उसको स्पर्श नहीं कर सका। कहने का भावार्थ विदेही स्थिति में कोई भी बुराई हमें स्पर्श नहीं कर सकती। और हम मुक्ति-जीवनमुक्ति की स्थिति में सहज आ सकते हैं इसलिए विदेही स्थिति के लिए प्रतिदिन आपको एक सुबह-सुबह स्वमान दिया जाता है किसलिए? विदेही बनने के लिए। तो विदेही बनना माना स्वमान का स्वरूप होना। स्वमान के स्वरूप होकर उसकी गहराई में जाना। जो कहा ना डीप साइलेंस। ऐसा स्वरूप बनकर उसकी गहराई में समा जायें और उसका वास्तविक अनुभव करते जायें उसको कहा विदेही। ये स्वमान कोई जपने के लिए थोड़ी दिया है कि रोज़ स्वमान अगर मैं ले लूं तो उसका सारा दिन जाप करती रहूँ, जाप नहीं करना है लेकिन उसका स्वरूप बनना है। जैसे शुरू-शुरू में दादियां सुनाती थीं कि बाबा ने हम बच्चों को चौदह साल की तपस्या कराई तो उसमें भी बाबा ने स्वमान दिया था। और स्वमान क्या दिया था क्रमें चतुर्भुज हूँञ्ज अर्थात् दो हाथ नर के और दो हाथ नारी के। कोई भी कार्य के लिए ये नहीं कहना कि ये तो मैं नहीं कर सकती हूँ क्योंकि मैं नारी हूँ। चतुर्भुज माना दोनों ही। हमने भी अल्टरनेट क्या किया है, मेल का बॉडी भी लिया है और फीमेल का बॉडी भी लिया है। तो दोनों संस्कार हैं ना हमारे अन्दर? तो बाबा ने ये स्वमान देकर दोनों संस्कारों को इस तरह से जागृत किया कि निर्भय बना दिया सब बच्चों को। ऐसा निर्भय थे कि वो डरते नहीं थे। रात का पहरा देती थी बहनें। ट्रक चलाती थी। निर्मल शांता दादी ने बताया कि मैकेनिक का काम करते थे। बड़े-बड़े टॉप में छोटे-छोटे बच्चे अन्दर घुस कर साफ करते थे। क्यों? क्योंकि ये नहीं कहे कोई बच्चा कि मैं ये काम नहीं कर सकता हूँ। इस तरह से जीवन में रहते हुए जिसको कहा जाये ना आत्मनिर्भर। किसी के ऊपर भी आधारित न हो। ये हो तो ही काम हो, ये न हो तो काम न हो। नहीं। हम चतुरभुज हैं। और जितनी बार वो स्वमान को हम अन्दर में याद भी करते हैं उतनी बार हम उस संस्कार को जागृत करते हैं। और इस तरह से बाबा ने जब कहा कि स्वमान की माला दी है तो इस तरह से रोज़ स्वमान लेकर उसके स्वरूप बनो। तो जो देह भान के जो संस्कार हैं उसको सहजता से समाप्त कर सकेंगे। इसलिए विदेही बनना अशरीरी के पहले विदेही बनना बहुत आवश्यक है। जब तक विदेही नहीं बनेंगे, रहना देह में ही है, कर्म भी सबकुछ करना है, भौतिकता के बीच में रहना है लेकिन विदेही। क्योंकि स्वमान का स्वरूप लेकर विदेही बनना है। देही अभिमानी और विदेही में ये अंतर है। कि देही अभिमानी आत्मा के सात गुणों की ऊर्जा को कर्म में लाना और विदेही माना कोई न कोई श्रेष्ठ स्वमान की ऊर्जा को व्यावहारिक रूप मेंले आना। जीवन में ले आना उसको। और उस रीति से जीवन मुक्त स्थिति किसी के ऊपर भी हम आधारित न हों। इसके बिना काम नहीं चलेगा, सबके बिना काम चल सकता है। आज वो व्यक्ति है, कल शरीर छूट गया तो! भावार्थ ये है कि बाबा हम बच्चों को सबसे न्यारा करदेता है और सबका प्यारा भी। तो जितना न्यारा रहेंगे उतना प्यारा। तो श्रेष्ठ स्वमान की माला प्रतिदिन एक-एक स्वमान को लेकर उसका अनुभव करना और उसका स्वरूप बनना और उसी के आधार पर विदेही बन करके कार्य करना। कोई कर्म रूकना भी नहीं चाहिए। बाबा कई बार कहते हैं कि रात को जागकर तपस्या करो। क्योंकि दिन में तो कारोबार होता है। और दिन में अपना कारोबार छोड़कर आठ घंटा योग करना है। ऐसे थोड़े ही कहा बाबा ने। बाबा ने खुद भी ऐसा नहीं किया। दिन भर में सारे कार्य किए। लेकिन वो स्वमान के स्वरूप में विदेही। इसीलिए तो दादी सुनाती हैं कि बाबा के पास जाते थे बाते सुनाने कि क्या सुनाने आये हैं, ये बाबा को सुनाते थे तो लगता था कि बाबा सुन नहीं रहा है। फिर जब पूछते थे तो बाबा एसेंस बता देते थे तो बाबा बता देते थे कि ये बात थी तुम्हारी। तो हमको लगा कि बाबा ने तो सुना ही नहीं। बाबा सारी बात सुनने के बाद भी डिटैच है। क्योंकि बाबा अपने श्रेष्ठ स्वमान में थे। बातों का प्रभाव उनके मन पर नहीं था। और इसीलिए जीवनमुक्त स्थिति में थे। जीवन मुक्त स्थिति में अनुभव करते थे। और तब जाकर डेड साइलेंस। यानी एक देह से डिटैच। अशरीरी। अशरीरी होकर परमधाम में साथ बैठकर वहाँ न कोई संकल्प विकल्प चलते हैं न कोई मन के अन्दर बात सूक्ष्म में भी स्थान रखती है। और बहुत सहज हम जैसे विकर्मों का विनाश करने का अनुभव करते हैं। ज्वाला जलती है और उस ज्वाला से आत्मा का शुद्धिकरण हो रहा है। उस बीज रूप बाबा से हम भी भरपूर हो रहे हैं। हम भी ऐसी बाबा की सकाश प्राप्त हो रही है जिस सकाश से हम भरपूर हो रहे हैं अन्दर से। और भरपूर होकर सम्पन् नबनते जा रहे हैं ये है अशरीरी पन की स्थिति। जहाँ कोई भी संकल्प नहीं। कोई चाहना की बात नहीं लेकिन एक दम उससे भी डिटैच, एक अनुभव की स्थिति में। बीज स्वरूप माना एक भरपूरता की अनुभूति। बीज के अन्दर जैसे सारा वृक्ष समाया हुआ है।इसी तरह हम आत्मायें भी भरपूरता की स्थिति में स्वयं को अनुभव करें। लेकिन शरीर के भान से एकदम न्यारे रहें। जैसे बाबा के लिए साकार में बताती हैं दादियां कि जब बाबा चलता था ना, या मम्मा भी जब चलती थी तो जैसे धरनी को भी तकलीफ नहीं होनी चाहिए। इतना जैसे दबे पाँव चले जाते थे। जैसे एक बादल वहाँ से पास हो गया। धरनी को भी कभी तकलीफ नहीं दिया। आज कई लोग चलते हैं तो धप,धप करके, आवाज़ करते चलते हैं। धरनी को कितना कष्ट देते हैं। नहीं न्यारा एकदम, हल्का होकर। एक बार आदरणीय बृजमोहन भाई जी से ऐसे ही ज्ञान चर्चा हो रही थी तो उन्होंने एक बहुत अच्छी बात सुनाई कि अब ब्राह्मणों का पार्ट पूरा हो गया। बहुत ध्यान देने की बात है। तो हमने पूछा कि भाई साहब कैसे हो गया? तो ब्राह्मण माना शिक्षायें ग्रहण करना, ज्ञान का ग्रहण करना। तो ज्ञान का पार्ट अभी समाप्त हो गया। कहा ये जाता है कि ब्राह्मण सो फरिश्ता, फरिश्ता सो देवता। अब फरिश्तापन का पार्ट शुरू हुआ। यहाँ ही फरिश्ता बनना है, ऊपर जाकर नहीं। तो ब्राह्मणों की शिक्षा हमने ली, ब्राह्मणों का पार्ट पूरा हुआ। अब फरिश्ता अर्थात् लाइट। हर बात में लाइट रहो। अर्थात् दूसरे शब्दों में कहें तो हर बात में बिंदी लगाना आना चाहिए। किसी ने कुछ कहा बिंदी लगाओ, न्यारे हो जाओ। अशरीरी हो जाओ। जो ब्राह्मणों के स्वभाव-संस्कार में ये बात थी कि उसने कुछ कहा फीलिंग आ गई, दुःख हो गया, वो बात अन्दर चलती रही। तो फरिश्ता कब बनेंगे? इसीलिए ब्राह्मणों का पार्ट पूरा हो गया यानी अब तक की जो हरकतें थी हमारी ये समाप्त हो गई। अब परिपक्व स्थिति में आये। अब फरिश्ता स्वरूप लाइट। हर कर्म करो लेकिन लाइट। न मेरे द्वारा किसी को दुःख प्राप्त हो और न किसी का दुःख मैं लूं। ये फरिश्ता, लाइट रहो, हल्के रहो। हल्के होकर हर कर्म करो यही फरिश्ता बनना है। अगर यहाँ फरिश्ता नहीं बने और वही ब्राह्मण में रहे, वो ब्राह्मण माना जो संघर्ष है। कहां न कहां अपने संस्कारों के साथ संघर्ष कर रहे हैं। परिस्थितियों के साथ संघर्ष कर रहे हैं, व्यक्तियों के साथ संघर्ष हो रहा है। तो संघर्ष वाला कहाँ जायेगा? त्रेता में जायेगा ना।इसलिए ब्राह्मण सो फरिश्ता, फरिश्ता सो देवता। तो जो फरिश्ता बनेगा वही देवता में जायेगा। सतयुग में जायेगा। अगर संघर्ष में रहे फरिश्ता नहीं बने तो सीधा सतयुग कैंसिल और सीधा त्रेता में। यानी दो करोड़ आत्मा के बाद हमारा नम्बर लगेगा। त्रेता के शुरूआत की जनसंख्या कितनी है? दो करोड़ है ना! तो दो करोड़ के बाद, 1250साल के बाद मुझे नीचे उतरना होगा। कितने जन्म के बाद? आठ जन्म बाद होगा नीचे आना। मंजूर है? आजतक कहते थे, जब भी पूछते थे कि लक्ष्मी नारायण बनना है, रामसीता बनना है तो क्या कहा लक्ष्मी नारायण। लेकिन अभी तक फरिश्ता नहीं बनेंगे, अभी बाकी का जो समय रहा है फरिश्ता। फरिश्ता अनुभव यहीं करना है। तभी जाकर देवता बनेंगे नहीं तो कहाँ जायेंगे? त्रेता में? सतयुग में जाना है? तो क्या करना पड़े? लाइट। हर कर्म करते स्थिति लाइटनेस वाली हो।

दिल्ली-एनसीआर में तेज आंधी का कहर: मासूम बच्ची और राहगीर की मौत

राकेश कुमार, संवाददाता

नई दिल्ली: राजधानी दिल्ली में बुधवार शाम मौसम ने अचानक करवट ली. तेज आंधी और बारिश के चलते शहर के विभिन्न इलाकों में कई हादसे सामने आए. उत्तर-पूर्वी दिल्ली के थाना दयालपुर और गोकुलपुरी इलाकों से दो दर्दनाक घटनाएं सामने आई हैं, जिनमें दो लोगों की जान चली गई.

पहला मामला थाना गोकुलपुरी इलाके का है. जहां गोकुलपुरी स्थित एक स्कूल के पास सड़क किनारे खड़ा पेड़ अचानक तेज हवा के कारण गिर पड़ा. दुर्भाग्यवश उसी समय एक व्यक्ति मोटरसाइकिल से उस रास्ते से गुजर रहा था, जो पेड़ के नीचे दब गया. राहगीरों ने तत्काल उसे बाहर निकाला. उसे जीटीबी अस्पताल ले जाया गया लेकिन तब तक बहुत देर हो चुकी थी. डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया. मृतक की पहचान 22 वर्षीय अजहर के तौर पर हुई है वह उत्तर पूर्वी दिल्ली के मौजपुर इलाके का रहने वाला था.

वहीं दूसरी घटना थाना दयालपुर क्षेत्र के सी-1, नेहरू विहार की है. जानकारी के अनुसार, तेज आंधी के चलते एक मकान की खिड़की टूटकर नीचे गिर गई और नीचे खेल रही 12 वर्षीय मासूम बच्ची के सिर पर लग गई. परिजन बच्ची को गंभीर हालत में अस्पताल लेकर पहुंचे. जहां डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया. बताया जा रहा है कि बच्ची की मां मानसिक रूप से अस्वस्थ है और वह अपने नाना-नानी के साथ रह रही थी.

युवक पर अचानक गिरा पेड़ : तीसरी घटना थाना सीलमपुर इलाके की है सीलमपुर चौकी के पास एक रेहडी वाला आंधी तूफान आता देख घर जा रहा था. तभी तेज आंधी से एक पेड़ गिर गया जिसकी चपेट में वह घायल गया. इस हादसे में उसके दोनों पैर टूट गए हैं. गंभीर रूप से घायल हालत में उसे जीटीबी अस्पताल ले जाया गया. जहां उसका इलाज किया जा रहा है.

इन तीनों घटनाओं ने इलाके में शोक की लहर दौड़ा दी है. स्थानीय प्रशासन ने जांच शुरू कर दी है और दोनों मामलों में संबंधित दस्तावेजी कार्रवाई की जा रही है.

दिल्ली में अवैध श्मशान और कब्रिस्तान पर चला DDA का बुलडोजर, ढांचा ध्वस्त

राकेश कुमार, संवाददाता

पूर्वी दिल्ली।। पूर्वी दिल्ली के चिल्ला गांव के पास यमुना खादर में अवैध ढांचों को मंगलवार को दिल्ली विकास प्राधिकरण (डीडीए) ने बुलडोजर लगाकर ध्वस्त कर दिया। डीडीए ने यमुना डूब क्षेत्र में अवैध रूप से बनाए गए श्मशान और कब्रिस्तान के ढांचे पर बुलडोजर चलाकर कार्रवाई की। इस दौरान दिल्ली पुलिस की कई टीमें उपस्थित रही। सुरक्षा व्यवस्था संभालने के लिए पूर्वी दिल्ली जिला के मयूर विहार, न्यू अशोक नगर के साथ कई थानों की टीम को बुलाया गया। अधिकारियों कहना है कि नियमों के तहत अतिक्रमण के खिलाफ यह कार्रवाई की जा रही है।

कोर्ट के आदेश के तहत कार्रवाई : डीडीए ने अवैध निर्माण के खिलाफ कोर्ट के आदेश के तहत कार्रवाई की। इस ध्वस्तीकरण का चिल्ला गांव व आसपास के स्थानीय लोगों ने विरोध किया। इसमें दोनों समुदाय के लोग विरोध में शामिल रहे।

अवैध श्मशान और कब्रिस्तान के ढांचे ध्वस्त : डीडीए ने मंगलवार को सुबह पांच बजे कार्रवाई की। अधिकारियों के अनुसार कोर्ट के आदेश के तहत यमुना डूब क्षेत्र में अवैध रूप से बनाए श्मशान और कब्रिस्तान के ढांचे को ध्वस्त किया। स्थानीय लोगों ने कार्रवाई का विरोध करते हुए कहा कि 35 वर्षों से यहां पर श्मशान का ढांचा मौजूद रहा। इसका निर्माण साल 1990 में किया गया था।

बना था श्मशान का ढांचा : चिल्ला गांव के निवासी और आसपास के लोग वर्षों से यहां पर श्मशान घाट पर अपनों का देहांत होने पर उनका अंतिम संस्कार करने आ रहे हैं। इस भूमि पर श्मशान का ढांचा बना हुआ था, वह चिल्ला गांव की जमीन है। कब्रिस्तान को लेकर स्थानीय लोगों ने कहा कि चिल्ला गांव के पास यह अकेला कब्रिस्तान था। जहां अपने लोगों का इंतकाल होने के बाद उन्हें दफन करने आते रहे हैं।

नियमों के तहत हटाया जा रहा है अवैध ढांचा : दिल्ली विकास प्राधिकरण की तरफ से विभिन्न स्थानों पर बीते दिनों यमुना डूब क्षेत्र और इसके आसपास के इलाकों में अतिक्रमण के खिलाफ कार्रवाई की गई। यमुना खादर क्षेत्र में अवैध तरीके से बनाई गई झुग्गियों पर कुछ समय पहले डीडीए ने कार्रवाई की। इस संबंध में अधिकारियों ने बताया की यमुना डूब क्षेत्र और इसके आसपास के क्षेत्रों पर नियमों के तहत अतिक्रमण के खिलाफ डीडीए प्रशासन कार्रवाई कर रहा है। कोर्ट के आदेश के तहत दिल्ली पुलिस की टीमों के साथ मिलकर अवैध ढांचे को ध्वस्त कर रहे हैं।

दिल्ली के कई इलाकों में होंगे 100 अवैध बोरवेल सील, जल बोर्ड का सख्त आदेश

राकेश कुमार, संवाददाता

पूर्वी दिल्ली।। राजधानी में भीषण गर्मी पड़ रही है। लोगों को पानी की किल्लत का भी सामना करना पड़ रहा है। इस बीच शाहदरा जिला प्रशासन ने भूजल का दोहन करने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई करने के लिए कमर कस ली है।

प्रशासन ने अवैध बोरवेल लगाकर भूजल का दोहन करने वालों पर नकेल कसने के लिए विशेष अभियान शुरू किया है। प्रशासन ने एक सप्ताह में 100 बोरवेल सील करने का लक्ष्य रखा है। बुधवार को प्रशासन ने अभियान की शुरुआत करते हुए मानसरोवर पार्क में घरों में अवैध रूप से लगे बोरवेल सील कर दिए। जुर्माना भी लगाया गया।

दिल्ली जल बोर्ड, बीएसईएस व पुलिस की टीम एसडीएम शाहदरा तपन झा के नेतृत्व में मानसरोवर पार्क पहुंची। जैसे ही टीम बोरवेल सीलिंग के लिए क्षेत्र में पहुंची तो स्थानीय लोगों ने विरोध शुरू कर दिया। लोगों ने अपने घरों में अवैध बोरवेल खोद रखे थे।

टीम को देखते ही लोगों ने अपने घरों के दरवाजे बंद कर लिए। प्रशासन के अधिकारियों ने पुलिस की मदद से दरवाजे खुलवाए और बोरवेल ढूंढकर उसे सील कर दिया। बीएसईएस की टीम ने जिस बिजली मीटर से कनेक्शन किया गया था उसे सील कर दिया। एसडीएम तपन झा ने बताया कि चार से पांच मंजिल वाले घरों में बोरवेल लगाए गए थे। हर मंजिल पर बोरवेल का पानी जा रहा था।

विभाग की अनुमति के बिना अवैध रूप से बोरवेल लगाए गए थे। उन्होंने बताया कि पहले प्रशासन बोरवेल को सील कर देता था। लेकिन अब सील करने के साथ ही बोरवेल से मोटर निकाल दी जाती है और आधे से ज्यादा पाइप बोर में डाल दी जाती है।

इसका मतलब यह है कि उस स्थान पर दोबारा बोरवेल नहीं खोदा जा सकता। पहले दिन 12 बोरवेल सील किए गए हैं। बोरवेल लगाने वालों पर जुर्माना भी लगाया गया है।

उन्होंने कहा कि शाहदरा, मानसरोवर पार्क, ज्योति नगर, अशोक नगर, राम नगर, मानसरोवर पार्क, जाफराबाद, मौजपुर, बाबरपुर, कबीर नगर, कर्दमपुरी समेत अन्य इलाकों में कार्रवाई की जाएगी। एक हफ्ते में 100 बोरवेल सील किए जाएंगे। भूजल का दोहन गैर-कानूनी है। एनजीटी ने भूजल के दोहन पर रोक लगा रखी है।

दिल्ली जल बोर्ड ने प्रशासन को दी थी लिस्ट : प्रशासन ने बताया कि दिल्ली जल बोर्ड ने प्रशासन को एक सूची दी है। इसमें उन जगहों के नाम हैं, जहां दिल्ली जल बोर्ड की अनुमति के बिना बोरवेल लगाए गए हैं। जल बोर्ड ने उन्हें पहले भी चेतावनी दी थी, लेकिन उन्होंने नहीं सुनी। जिसके बाद सीलिंग की प्रक्रिया शुरू हुई।

अज्ञात बदमाशों ने नाबालिग को चाकू से गोदा, हालत गंभीर

ज्योति, संवाददाता

पूर्वी दिल्ली।। वेलकम थाना क्षेत्र में बुधवार शाम अज्ञात बदमाशों ने 15 वर्षीय नाबालिग को चाकू से गोद दिया। वारदात को अंजाम देकर आरोपित भाग गए। घायल हालत में एहसान को इलाज के लिए जीटीबी अस्पताल में भर्ती करवाया। उसकी हालत गंभीर बनी हुई है। वेलकम थाना पुलिस ने हत्या के प्रयास समेत कई धाराओं में प्राथमिकी की है। सीसीटीवी कैमरों के फुटेज खंगाल कर बदमाशों की पहचान करने का प्रयास किया जा रहा है।

पुलिस ने बताया कि बुधवार शाम 7:15 बजे पुलिस को सूचना मिली कि एक नाबालिग पर चाकू से वार किए गए हैं। वारदात को किसने और किस वजह से अंजाम दिया है। यह अभी पता नहीं चल पाया है।

निर्माण विहार कॉलोनी में एक निजी स्कूल में लगी आग

ज्योति, संवाददाता

पूर्वी दिल्ली।। पूर्वी दिल्ली के प्रीत विहार थाना क्षेत्र के निर्माण विहार कॉलोनी स्थित एक निजी स्कूल में मंगलवार रात आग लग गई। आग की शुरुआत स्कूल के स्टोर से हुई, जिसके कारण आग की लपटें स्कूल के बाहर तक फैल गईं। इस घटना में एक कार भी जल गई। दमकल की पांच गाड़ियां मौके पर पहुंची और आग पर काबू पाया। घटना की जानकारी मिलने के बाद पुलिस भी मौके पर पहुंच गई। आग लगने के कारणों का पता लगाया जा रहा है। दमकल अधिकारी फिरोज खान ने बताया कि रात 8:55 बजे आग लगने की सूचना मिली, जिसके बाद पांच फायर टेंडर मौके पर पहुंचे और आग बुझाने का काम शुरू हुआ। स्कूल, बगल की एक बिल्डिंग और पास की एक कार में आग लग गई थी, जिसपर अब काबू पा लिया गया है। अभी तक किसी के घायल होने की खबर नहीं है।

बच्चे को डांटने पर हुआ विवाद, युवक पर जानलेवा हमला

एजेंसी

पूर्वी दिल्ली। पूर्वी दिल्ली के त्रिलोकपुरी इलाके में एक बच्चा पत्थर फेंककर एक युवक को मारने लगा। युवक ने उसे डांट दिया। इस बात से नाराज होकर बच्चे के परिवार के सदस्यों ने युवक व इसके पिता और ताऊ की पिटाई कर दी। वहीं, बीच-बचाच करवाने के लिए युवक का दोस्त पहुंचा तो आरोपितों ने उसपर चाकू से वार कर दिए। घायल हालत में शिवा को एलबीएस अस्पताल में भर्ती करवाया गया।

मयूर विहार थाना पुलिस ने अनिल की शिकायत पर हत्या के प्रयास, मारपीट समेत कई धाराओं में छह लोगों पर प्राथमिकी की है। पुलिस ने इस मामले में तसलीम और नजाकत उर्फ लियाकत को गिरफ्तार किया है।

अनिल अपने परिवार के साथ त्रिलोकुरी में रहता है। वह अपने पिता नानू व ताऊ अवतार के साथ मिलकर त्रिलोकपुरी 20 ब्लाक में दाल का ठिया लगाता है। पीड़ित का आरोप है कि वह ठिए पर बैठा हुआ था। एक बच्चा उसे पत्थर मारने लगा। उसने बच्चे को डांट दिया। बच्चे ने अपने परिवार के सदस्य नजाकत, तस्लीम समेत छह लोगों को बुला लिया। छह लोगों ने मिलकर युवक व उसके पिता और ताऊ की पिटाई कर दी। पीड़ित ने काल करके अपने दोस्त शिवा को मौके पर बुलाया। आरोप है कि आरोपितों ने उस पर चाकू से वार कर दिए।

पार्क में महिलाओं को देखते ही पैंट उतार देता है ये शख्स, खौफ में महिलाएं

एजेंसी

पूर्वी दिल्ली। यमुना विहार डीडीए कॉलोनी है। यहां कई आइएएस और आइपीएस अफसरों के घर हैं। इलाके में छोटे-बड़े 84 पार्क हैं। कॉलोनी का एकमात्र महिला पार्क सी-7 ब्लॉक में है। पिछले कुछ दिनों से महिलाओं ने इस पार्क में जाना बंद कर दिया है।

महिलाएं पार्क में जाने से डरने लगी हैं। पार्क में जाने वाली महिलाओं का आरोप है कि एक युवक सुबह पार्क में आता है और महिलाओं को देखते ही पैंट उतारकर अश्लील हरकतें करता है।

इस पार्क में ज्यादातर गृहणियां जाती हैं। सुबह के समय इलाके में चहल-पहल कम होती है। डर के कारण महिलाएं कुछ नहीं कर पाती हैं। महिलाओं का कहना है कि पिछले एक महीने से ऐसा हो रहा है।

एक अनजान युवक सुबह महिलाओं के पार्क में आता है और देखता है कि पार्क के आसपास कोई पुरुष तो नहीं है। इसके बाद वह पैंट उतारकर अश्लील हरकतें करता है और भाग जाता है।

महिलाओं ने पार्क में जाना बंद कर दिया है। पार्क और उसके आसपास कोई सीसीटीवी कैमरा नहीं लगा है। वे इलाके में ही रहती हैं, इसलिए उन्होंने पुलिस में शिकायत नहीं की।

दिल्ली जाने वाले यात्रियों को राहत, लोनी-शाहदरा रूट पर एसी ई-बस सेवा फिर से शुरू

एजेंसी

लोनी। लोनी से शाहदरा तक एसी ई-बस का संचालन फिर से शुरू हो गया है। मंगलवार को लोनी विधायक नंदकिशोर गुर्जर ने नारियल फोड़कर इसका उद्घाटन किया। इस रूट पर रोजाना पांच बसें चलेंगी। दिल्ली जाने वाले यात्रियों के लिए यह अच्छी खबर है। वहीं विधायक ने शकलपुर गांव में कराए गए विकास कार्यों का उद्घाटन किया।

विधायक ने कहा कि जनता की लंबे समय से चली आ रही मांग को पूरा करते हुए लोनी के इंदिरापुरी नंबर दो से दिल्ली के शाहदरा टर्मिनल तक इलेक्ट्रिक बस सेवा शुरू की गई। इस दौरान विधायक नंदकिशोर गुर्जर ने दिल्ली के मुख्यमंत्री का आभार जताया। लोनी क्षेत्र से हजारों लोग रोजाना दिल्ली आवागमन करते हैं, लेकिन उन्हें सुचारू और प्रदूषण मुक्त परिवहन सेवा की कमी खल रही थी।

वहीं विधायक ने गांव शकलपुरा में 13 लाख से अधिक की लागत से खंड विकास निधि से बनने वाली सड़क के निर्माण का शुभारंभ किया।

इस मौके पर पार्षद रोहित भारद्वाज, विनीता सिंह, सतीश पांचाल, भावना बिष्ट, राजीव पाहिवाल, परवीन शर्मा, वरुण धामा, मोहित सैन आदि मौजूद रहे।

होटल में मारपीट और लूट का मामला, युवक समेत कई आरोपी गिरफ्तार

गाजियाबाद।। लोनी बॉर्डर थाना क्षेत्र स्थित शिव विहार मेट्रो स्टेशन के पास होटल में घुसकर कर्मचारियों के साथ मारपीट का मामला सामने आया है। मारपीट का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल होने के बाद पुलिस ने रिपोर्ट दर्ज की है। वीडियो में दो महिलाओं व पांच युवक मारते हुए दिख रहे हैं। होटल संचालक उज्ज्वल ने बताया कि रविवार रात करीब साढ़े दस बजे सलमान निवासी ओल्ड मुस्तफाबाद उत्तर पूर्वी दिल्ली अपनी महिला मित्र के साथ होटल पर पहुंचा।

होटल में उसने कमरा बुक किया और दोनों कमरे में चले गये। जहां दोनों के बीच किसी बात के लिए कहासुनी हो गई। कमरे से बाहर आने पर युवक ने महिला मित्र के साथ गाली गलौज कर मारपीट की। होटल के कर्मचारी ने बीच बचाव कर दोनों को समझा बुझाकर वहां से भेज दिया। आरोप है कि सोमवार शाम युवक पांच साथियों व दो महिलाओं के साथ दोबारा होटल पहुंचा। होटल में अंदर आते ही महिला ने काउंटर के पास सो रहे कर्मचारी गौरव के साथ मारपीट शुरू कर दी। आरोपियों के पास चाकू व उस्तरे भी थे। कर्मचारी के जेब में रखे रुपये भी लूटकर ले गए। एसीपी अंकुर विहार अजय कुमार ने बताया कि होटल मालिक की शिकायत पर रिपोर्ट दर्ज की गई है। सलमान निवासी निवासी ओल्ड मुस्तफाबाद उत्तर पूर्वी दिल्ली को हिरासत में लिया गया है।

गल्ले से पैसे निकालने पर मां ने गला दबाकर की मासूम की हत्या

लोनी। ट्रॉनिका सिटी थानाक्षेत्र के दौलत नगर कॉलोनी में रहने वाली महिला दुकानदार रहमती के घर में 14 मई को चारपाई पर मृत मिले उसके बेटे साहिल (12) की मौत में पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट ने नया खुलासा किया है। साहिल की मौत प्राकृतिक नहीं थी, बल्कि उसकी गला दबाकर हत्या की गई थी। यहां तक कि मारने से पहले उसे बुरी तरह पीटा भी गया था। छानबीन में पता चला कि साहिल की हत्या उसकी ही मां रहमती ने की। पूछताछ में रहमती ने दुकान के गल्ले से रुपये निकालने की बात पर साहिल की पिटाई करने और आवेश में आकर हत्या करने की बात स्वीकार की है।

एसीपी लोनी सिद्धार्थ गौतम ने बताया कि 14 मई को दौलत नगर कॉलोनी निवासी रहमती के बेटे साहिल का शव घर के अंदर चारपाई पर पड़ा होने की सूचना मिली थी। पुलिस ने घटनास्थल का निरीक्षण किया। साहिल के शरीर पर चोट के निशान थे। पुलिस ने साहिल की मां रहमती से पूछताछ की। शुरुआती पूछताछ में रहमती ने बताया कि उनका बेटा बाहर सो रहा था सुबह शव मिला है। शक होने पर पुलिस ने शव का पोस्टमॉर्टम कराया। पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट में गला दबाकर हत्या होने की बात सामने आई। इसके बाद पुलिस ने सख्ती से जांच शुरू की। पता चला कि साहिल रहमती का बेटा नहीं है। उसने करीब नौ साल पहले अपनी बहन बिहार निवासी अजमती खातून से साहिल को गोद लिया था। तब

बच्चे की उम्र तीन वर्ष थी। तब से रहमती उसका लालन-पालन कर रही थी। इसी दौरान वर्ष 2021 में रहमती के पति रजी अहमद खान की मौत हो गई। वर्तमान में वह परचून की दुकान संचालित कर रही थी। इसके बाद पुलिस का शक गहराता चला गया और आखिर में हत्या का खुलासा हुआ।

हत्या से पहले बुरी तरह की थी मारपीट : पुलिस ने इस मामले में बिहार निवासी अजमाती को सूचना दी। अजमती लोनी पहुंची और पुलिस से बात की। उन्होंने भी अपनी बहन रहमती पर शक जाहिर किया। पुलिस ने हिरासत में लेकर महिला से पूछताछ की। पूछताछ में रहमती हत्या से इन्कार करती रही, लेकिन सवालों में उलझने के बाद उसने राज उगल दिया। रहमती ने बताया कि साहिल अक्सर उन्हें परेशान करता था। 13 मई को दुकान के गले से पैसे निकाल कर ले गया था। इसी बात को लेकर रहमती ने साहिल को बहुत मारा था। मारपीट करने के बाद रहमती ने साहिल की गला दबाकर हत्या कर दी। पूछताछ के बाद पुलिस ने साहिल की जन्मजात मां अजमती की तहरीर पर मुकदमा दर्ज कर महिला आरोपी को गिरफ्तार कर लिया। लोनी के एसीपी सिद्धार्थ गौतम ने बताया कि पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट में हत्या की बात सामने आने के बाद गंभीरता से मामले की जांच की गई थी। पूछताछ में महिला दुकानदार ने गल्ले से रुपये निकालने पर बच्चे से मारपीट के बाद हत्या करने की बात स्वीकार की है। उसे गिरफ्तार कर लिया गया है।

गाजियाबाद के इस इलाके में 16 घंटे से बिजली गुल, लोगों का जीना हुआ बेहाल

लोनी। ट्रांसिका सिटी क्षेत्र की दौलत नगर कॉलोनी में मंगलवार रात दो बजे ट्रांसफार्मर में खराबी आने से बिजली आपूर्ति बाधित हो गई। 16 घंटे तक बिजली आपूर्ति प्रभावित रही। लोगों की शिकायत के बाद बिजली निगम के कर्मचारी ट्रांसफार्मर ठीक करने मौके पर पहुंचे। भीषण गर्मी में लोगों को परेशानी का सामना करना पड़ा।

दौलत नगर कॉलोनी के संतोष शर्मा ने बताया कि कॉलोनी में मंगलवार रात दो बजे से बिजली आपूर्ति बाधित है। देर रात तक बिजली नहीं आने पर लोगों ने कई बार विद्युत निगम के अधिकारियों को फोन किया, लेकिन कोई जवाब नहीं मिला।

गर्मी में रातभर बिजली न आने से लोगों ने जागकर रात गुजारी। सुबह बिजली-पानी न आने से लोगों के दैनिक कार्य प्रभावित हुए। लोगों का कहना है कि ट्रांसफार्मर में खराबी आने से बिजली आपूर्ति बाधित हुई है। बिजली घर पर शिकायत करने पर लाइन मैन ने दो बार ट्रांसफार्मर का फ्यूज जोड़ा। बाद में लाइन मैन ट्रांसफार्मर खराब होने की बात कहकर चला गया। गर्मी के कारण बच्चों और मरीजों को काफी परेशानी का सामना करना पड़ा। लोगों को बोतल बंद पानी खरीदकर पीने को मजबूर होना पड़ा। अधिशासी अभियंता सचिन कुमार ने बताया कि ट्रांसफार्मर के इंसुलेटर में खराबी आने से रात को बिजली आपूर्ति बाधित रही। जिससे करीब दो सौ उपभोक्ता प्रभावित रहे। कर्मचारियों द्वारा खराबी को ठीक कराकर आपूर्ति सुचारू कर दी जाएगी।

पंडित राजकुमार शुक्ला की 96 वी पुण्य स्मृति दिवस श्रद्धापूर्वक मनाई गई

यूनिवर्सल मीडिया संवाददाता

मोतिहारी।। ऐतिहासिक गांधी संग्रहालय परिसर मे स्थापित पंडित राजकुमार शुक्ला की मूर्ति के नीचे शुक्ला की 96 वी पुण्य स्मृति दिवस मंगलवार को बडे ही श्रद्धा के साथ मनाई गई ।जे पी सेनानी राय सुंदर देव शर्मा की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम मे सर्वप्रथम सभी अतिथि गणों ने पंडित शुक्ला के आदम का मूर्ति पर माल्यार्पण कर उन्हें नमन किया ।विचार संगोष्ठी के मुख्य वक्ता महात्मा गांधी केंद्रीय विश्वविद्यालय केगाधी अध्ययन विभागाध्यक्ष डॉक्टर जुगल किशोर दाधीच ने कहा कि चंपारण की धरती काफी उर्जित है क्योंकि यहां सफल चंपारण सत्याग्रह हुआ है जिससे पुरे देश मे चल रहे स्वतंत्रता संग्राम को शक्ति मिली थी।बापू को चंपारण बुलाकर आन्दोलन चलाने के निमित्त बने पंडित राजकुमार शुक्ला। उन्होने चंपारण की भूमि को एक ऐसा प्लेटफॉर्म बनाया जिसने गांधी को महात्मा बना दिया। गांधी के कारण चंपारण विश्व प्रसिद्ध हुआ और इसके श्रेय पंडित राजकुमार शुक्ला को जाता है। उन्होंने पंडित राजकुमार शुक्ला को महा मानव कहा। अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि जिले वासियों के सहयोग से ही कोई बड़ा कार्य हो सकता है। गांधी के किताबी ज्ञान तक अपने को सीमित नहीं रखना है बल्कि चंपारण के नागरिकों में गांधी जी दिखना चाहिए ।हम चाहते हैं कि गांधी वादियो के साथ मिलकर यहां प्रशिक्षण कार्यशाला चलाया जाए। उन्होंने यह भी कहा कि हम चाहते हैं एक बार फिर चंपारण की धरती से पंडित राजकुमार शुक्ला और महात्मा गांधी निकले ।हम सभी मिलकर चिंतन मनन कर नया शुक्ला निकाले। उन्होंने पंडित शुक्ला के नाम पर विश्वविद्यालय में एक स्टडी कक्ष बनाने का भी प्रस्ताव रखा। अध्यक्षीय भाषण में राय सुंदर देव शर्मा ने कहा कि महात्मा गांधी के कारण चंपारण की पहचान विश्व स्तर पर बनी हमें गांधी के तमाम नीति सिद्धांत एवं सर्वधर्मसमभाव को अपने जीवन में उतरना चाहिए। वक्ताओं में आलोक जी ने बड़े ही ओजपूर्ण संबोधन में कहा कि आज छद्म गांधीवादी छद्म संस्था बनाकर देश में घूम रहे हैं, उन लोगों से सावधान रहने की आवश्यकता है ।उन्होंने यह भी कहा कि उपराष्ट्रपति मोतिहारी में आए और गांधी स्मारक पर माल्यार्पण तक नहीं किया ,यह बड़ी दुखद बात है ,कहीं हम भटकाव के शिकार तो नहीं हो रहे हैं ।अपने संबोधन में स्वतंत्रता सेनानी उत्तराधिकारी परिवार समिति के प्रदेश महासचिव अशोक वर्मा ने कहा की गांधी एक विचार के रूप में आए और गांधी जी 32 वर्ष की उम्र में ब्रह्मचर्य को स्वीकार किया ।वे सादगी के प्रतीक थे तथा नशाखोरी के सख्त विरोधी थे। गांधी जी ने चंपारण सत्याग्रह के दौरान गरीबों के आंखों में झांक कर भगवान का दर्शन किया था ।एसडीओ कोर्ट में जब एसडीओ ने गांधी जी को चंपारण छोड़ने का प्रस्ताव दिया तो गांधी ने कहा कि मेरा बस चले तो मैं यही घर बनाकर बस जाऊं। संबोधित करने वालों में संगीता चित्रांश ,शशिकला,विनय सिह,संजय सत्यार्थी , अनवर आलम अमन ,अमीता निधि ललन शुक्ला , अमरिंदर सिंह ,रविवार शुक्ला,अजयदेव,डॉक्टर आलोक सिह एवं अन्य थे। संपूर्ण कार्यक्रम का संचालन गांधीवादी विनय कुमार सिंह ने किया।स्वागत समाजसेवी कौशल किशोर सिह ने किया।

महिला की संदिग्ध मौत–ससुराल वालों पर दहेज हत्या का आरोप

लोनी। अंकुर विहार थाना क्षेत्र की कमल विहार कॉलोनी में मंगलवार रात महिला की मौत के मामले में उसके मायके वालों ने ससुराल पक्ष के पांच लोगों के खिलाफ दहेज हत्या की रिपोर्ट दर्ज कराई है। पुलिस मामले की जांच कर रही है।

मैनपुरी चांदनपुर थाना भोगांव के हसमुद्दीन ने एफआईआर में बताया कि उसने अपनी बेटी निशा की शादी जून 2017 में कमल विहार कॉलोनी निवासी ट्रक चालक रिंकू खान से की थी। शादी में उसने अपनी क्षमता के अनुसार दान दहेज दिया था।

आरोप है कि बेटी के ससुराल वाले उसके द्वारा दिए गए दहेज से खुश नहीं थे। शादी के बाद से ही सास वहीदन, ससुर इसाक, ननद रुबीना, देवर इसरार और ननद चांदनी आए दिन उसे मारते-पीटते और परेशान करते थे। इस बीच बेटी ने दो बेटों और एक बेटी को जन्म दिया।

इसके बावजूद उनके व्यवहार में बदलाव नहीं आया। उसने बताया कि मंगलवार रात साढ़े 11 बजे बेटी ने अपने भाई मोनिस को फोन करके बताया कि उसके ससुराल वालों ने उसके साथ मारपीट की है। वो उसे जान से मारने की बात कह रहे हैं।

भाई तुम आकर मुझे यहां से ले जाओ। जिस पर भाई ने कहा कि वह अगले दिन ससुराल आएगा। अगले दिन सुबह दामाद ने फोन कर बेटी की मौत की जानकारी दी। उन्होंने पुलिस से बेटी के ससुराल वालों के खिलाफ कार्रवाई की मांग की है।

सहायक पुलिस आयुक्त अंकुर विहार अजय कुमार ने बताया कि मृतका के पिता की शिकायत के आधार पर केस दर्ज कर लिया गया है और मामले की जांच की जा रही है। मौके पर कोई सुसाइड नोट नहीं मिला है। पोस्टमार्टम रिपोर्ट में फांसी से मौत की पुष्टि होने की बात कही जा रही है।

जमनीपाली द्वारा डायमंड जुबली भवन में सपनो के रंग नव सृजन के संग

यूनिवर्सल मीडिया संवाददाता

कोरबा, छत्तीसगढ़। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के स्थानीय सेवाकेंद्र जमनीपाली द्वारा डायमंड जुबली भवन में सपनो के रंग नव सृजन के संग निशुल्क 10 दिवसीय आदर्श समर कैंप का आयोजन किया गया है । समर कैंप का उदघाटन पर बिलासपुर की सीनियर हाई स्कूल टीचर बहन शशि भारती, समाजसेवी परविंदर कौर जी, समाजसेवी संगीता पाटनवार जी, हूज्म क्लब सदस्य बहन खुशबू श्रीवास्तव जी, बी. के. रुक्मणि दीदी जी, बी.के.बिंदु दीदी जी मुख्य रूप से उपस्थित रहे । शिविर का उदघाटन दीप प्रजवालन कर किया गया । इस अवसर पर स्थानीय सेवाकेंद्र प्रभारी बी. के. बिंदु दीदी जी ने कहा की इस शिविर द्वारा सभी बच्चो को अनेक प्रकार के प्रशिक्षण मैडिटेशन, इंप्रूव सेल्फ कॉन्फिडेंस, आर्ट एंड क्राफ्ट, एरोबिक्स, डांस, सिंगिंग ,कुविज़ कोम्पटीशन और भी कई प्रकार के

एक्टिविटीज कराएं जायेंगे जिससे बच्चो का शारीरिक और मानसीक,बोद्धिक और विशेष रूप से आध्यात्मिकता का विकास होगा । शशि भारती जी ने कहा की वर्त्तमान समय में बच्चे हर छेत्र में पारंगत हो जाते है लेकिन आत्मबल व अध्यातम बल की कमी के वजह से उनकी आत्मसक्ति कम हो जाती है और सही निर्णय नहीं कर पाते है, साथ ही उन्होंने कहा की इस शिविर के माध्यम से बच्चो में आन्तरिक उर्जा भी बढेगी । बी. के. रुक्मणि दीदी जी ने कहा की यह शिविर कई मायनो में बच्चो के लिए लाभकारी है । मैडिटेशन मानव की आवश्यकता हो गयी गयी है छोटे हो या बडे सभी को आजकल डिप्रेशन होता जा रहा है । मैडिटेशन ऐसी कला है जिससे आत्मा के गुणों का सम्पूर्ण विकास होता है । साथ ही उन्होंने नगर के सभी बच्चो से शिविर का लाभ लेने की अपील की है । तपच्चात अन्य अतिथियों ने भी अपनी शुभकामनाये दी । अंत में सभी अतिथियों को ईश्वरीय प्रसाद एवं भेट दिया गया और शिविर के पहले दिन 100 से अधिक बच्चो ने भाग लिया ।

वड़ोदरा-अलकापुरी,गुजरात : ब्रह्मा कुमारी सेवाकेंद्र पर आयोजित पांच दिवसीय समर केम्प में 130 बच्चों ने भाग लिया। इसके साथ मातृ पितृ पूजन कार्यक्रम में बच्चों ने मातपिता की आरती उतारकर उनके आशीर्वाद लिये।

पन्ना,मध्य प्रदेश। मातृ दिवस पर कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए श्रीमती वंदना चौहान अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक पन्ना, श्रीमती मीना पांडे नगर पालिका अध्यक्ष, श्रीमती निशा जैन पूर्व प्राचार्य एवं पन्ना प्रभारी सीता बहन।

नशा मुक्त भारत अभियान का भव्य उद्घाटन माननीय राज्यपाल मेघालय श्री सी.एच. विजय शंकर जी के कर कमलों द्वारा सम्पन्न हुआ

यूनिवर्सल मीडिया संवाददाता

शिलांग (मेघालय): प्रजापिता ब्रह्मा कुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय के तत्वावधान में नशा मुक्त भारत अभियान का भव्य उद्घाटन माननीय राज्यपाल मेघालय श्री सी.एच. विजय शंकर जी के कर कमलों द्वारा सम्पन्न हुआ। उन्होंने झंडा दिखाकर नशा मुक्ति रथ तथा कार्यक्रम का विधिवत शुभारंभ किया।

इस अवसर पर श्री B. D. R. तिवारी, कमिश्नर एवं सचिव (राज्यपाल सचिवालय), ने स्वागत भाषण देते हुए सभी अतिथियों का अभिनंदन किया और मेघालय राज्य में व्याप्त नशीली दवाओं की समस्या पर विस्तृत जानकारी दी।

डॉ. बनारसी लाल शाह ने अपने कीनोट संबोधन में नशा मुक्त भारत अभियान की रूपरेखा प्रस्तुत की और ब्रह्माकुमारीज संस्था द्वारा देशभर में की जा रही सेवाओं की जानकारी

दी।

राज्यपाल महोदय ने अपने प्रेरणादायक वक्तव्य में अभियान की सफलता के लिए शुभकामनाएं व्यक्त की और कहा कि मेघालय को नशा मुक्त बनाना उनकी सरकार का प्राथमिक लक्ष्य है। इसके लिए सभी संबंधित पक्षों को संगठित होकर कार्य करना होगा। उन्होंने ब्रह्मा कुमारी संस्था द्वारा देशभर में की जा रही सेवाओं की सराहना की और कहा कि सहयोगी संस्थाओं के साथ मिलकर ड्रग्स की समस्या को हल करने की दिशा में मेघालय एक आदर्श राज्य बन सकता है।

टेक्निकल सेशन में ब्रह्मा कुमारीज की ओर से डॉ. गोमती अग्रवाल ने विद्यालयों एवं महाविद्यालयों में लागू की जाने वाली 8-पॉइंट प्लान की विस्तारपूर्वक जानकारी दी। उन्होंने तंबाकू, गुटखा और अन्य व्यसनों से होने वाले शारीरिक और मानसिक नुकसान को वैज्ञानिक आधार पर समझाया। विशेष रूप से उपस्थित छात्रों को दोस्तों के दबाव में न आने और 'Learn to Say No to Drugs' की तकनीक पर मार्गदर्शन दिया।

डॉ. अग्रवाल ने इस समस्या से उबरने हेतु 4-पॉइंट स्ट्रैटेजी प्रस्तुत की:

- तलब लगने पर दवाओं का प्रयोग,
- घरेलू उपायों का सहारा,
- भावनात्मक बुद्धिमत्ता का विकास तथा राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास।

उन्होंने बताया कि इन उपायों के माध्यम से व्यक्ति आसानी से नशे की आदत से मुक्त हो सकता है।

अंत में, ब्रह्माकुमारीज द्वारा देशभर में की जा रही सेवाओं का एक प्रेरणादायक वीडियो भी प्रदर्शित किया गया, जिसने उपस्थित जनसमूह को भावविभोर कर दिया।

हैदराबाद में बम ब्लास्ट की थी तैयारी, दो आतंकी रहमान और समीर गिरफ्तार, किए रोंगटे खड़ा कर देनेवाले खुलासे

यूनिवर्सल मीडिया संवाददाता

हैदराबाद : तेलंगाना और आंध्र प्रदेश पुलिस ने मिलकर एक बड़ा ऑपरेशन किया है। इस ऑपरेशन में दो लोगों को पकड़ा गया है। आरोप है कि ये दोनों बम धमाके करने की तैयारी कर रहे थे। इनमें से एक आरोपी हैदराबाद का रहने वाला है।

पुलिस के अनुसार, ये दोनों आरोपी धमाके करने से पहले विस्फोटकों का टेस्ट करना चाहते थे। वे यह देखना चाहते थे कि विस्फोटक सही से काम कर रहे हैं या नहीं। पकड़े गए आरोपियों के नाम समीर और सिराज उर रहमान हैं। दोनों के लिंक आईएसआईएस के साथ होने का संदेह है।

समीर और रहमान कौन : समीर 27 साल का है और लिफ्ट ठीक करने का काम करता है। वह

भोईगुड़ा का रहने वाला है। सिराज उर रहमान ग्रेजुएट है और फिलहाल बेरोजगार है। वह विजयनगरम, आंध्र प्रदेश का रहने वाला है।

बम बनाने का सामान ऑनलाइन खरीदा : पुलिस का कहना है कि सिराज इस साजिश का मास्टरमाइंड था। समीर उस साजिश को आगे बढ़ाने में मदद कर रहा था। सिराज ने हाल ही में ऑनलाइन शॉपिंग वेबसाइटों से बम बनाने का सामान खरीदा था। पुलिस सूत्रों के अनुसार, ये सामान उसने अपने घर में रखा था। दोनों आरोपी विजयनगरम के बाहरी इलाके में इन सामानों से धमाका करने की योजना बना रहे थे।

आतंकी हमले की बना रहे थे योजना : तेलंगाना पुलिस को इस साजिश की जानकारी मिली। इसके बाद पुलिस ने तुरंत कार्रवाई की और दोनों आरोपियों को दो दिन पहले पकड़ लिया। पुलिस सूत्रों ने बताया कि पूछताछ में पता चला कि वे आतंकवादी हमला करने की योजना बना रहे थे। हालांकि, उन्होंने अभी तक यह तय नहीं किया था कि हमला कब और कहां करना है।

सऊदी अरब में एक शख्स के संपर्क में थे : कहा जा रहा है कि इन दोनों आरोपियों का संपर्क सऊदी अरब में बैठे एक व्यक्ति से था। जब पुलिस ने पूछा कि क्या इन आरोपियों का किसी आतंकवादी संगठन से संबंध है, तो अधिकारियों ने कहा कि वे खुद से कट्टरपंथी बने थे। उनका किसी भी संगठन से कोई संबंध नहीं है। लेकिन वे देश में गड़बड़ी फैलाने की योजना बना रहे थे।

प्रकृति के साधनों का उतना ही उपयोग करें जितना आवश्यक है – दिनेश लुहाच

यूनिवर्सल मीडिया संवाददाता

गुरुग्राम।। मोबाइल एवं डिजिटल दुनिया की लत ने आज बच्चों का बचपन छीन लिया है। उक्त विचार पटौदी, उप मंडल अधिकारी दिनेश लुहाच ने व्यक्त किए। बतौर मुख्य अतिथि उन्होंने ब्रह्मा कुमारीज़ के ओम शांति रिट्रीट सेंटर में डिजिटल वेलनेस कार्यक्रम को संबोधित किया। उन्होंने कहा कि बुद्धिमान व्यक्ति वो है जो दूसरों के अनुभव से सीखता है। हमें डिजिटल चीजों का उतना ही उपयोग करना चाहिए, जितना आवश्यक है। प्रकृति ने हमें सब साधन दिए हैं। हमें उन्हें आवश्यकता के हिसाब से ही उपयोग करना है। प्रकृति के संसाधनों का दुरुपयोग प्रकृति को नुकसान पहुंचाना है।

वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका राजयोगिनी विजय दीदी ने कहा कि आज के बच्चे कल का भविष्य हैं। उन्होंने कहा कि ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान की स्थापना में बच्चों का विशेष योगदान रहा। बच्चों का मन बहुत ही रचनात्मक होता है। बच्चों का अनुशासित जीवन ही समाज एवं राष्ट्र को श्रेष्ठ दिशा प्रदान कर सकता है।

कार्यक्रम में विशेष वक्ता के रूप से अंतरराष्ट्रीय मेमोरी ट्रेनर बीके अदिति सिंघल ने सभा को संबोधित किया। उन्होंने कहा कि किसी भी चीज की अधिकता नुकसान करती है। आज हम सुबह से शाम तक किसी न किसी तकनीकी से जुड़े हैं। जिसका असर आम जीवन पर पड़ता है। उन्होंने कहा कि दुनिया के 70 प्रतिशत लोग मोबाइल का प्रयोग कर रहे हैं। 60 प्रतिशत लोग सोशल मीडिया से जुड़े हैं। आज व्यक्ति दिनभर इंफॉर्मेशन लेने में ही लगा रहता है। आवश्यकता से अधिक जानकारियां संशय पैदा करती हैं। जिस कारण निर्णय शक्ति कम हो जाती है। आज सोशल मीडिया हमें कई ऐसी चीजें परोस रहा है, जो हमारे समय और ऊर्जा को नष्ट कर रहे हैं। हमें ये समझना जरूरी है कि हम क्यों अपना समय इन चीजों के पीछे लगा रहे हैं। कहीं न कहीं पेरेंट्स भी इसके लिए जिम्मेवार हैं। जो बचपन में ही बच्चों को मोबाइल थमा देते हैं। मस्तिष्क की क्षमता अदभुत है। लेकिन अटेंशन न होने के कारण हम सीख नहीं पाते। सोशल मीडिया ने हमारा ध्यान डिस्ट्रैक्ट कर दिया है। कार्यक्रम में प्रमुख रूप से जीडी गोयनका पब्लिक स्कूल, श्री राम पब्लिक स्कूल, मैत्री पब्लिक स्कूल, मदर्स प्राइड, डीपीएस, सीसीए, विराट इंटरनेशनल स्कूल, ऋषि वर्ल्ड स्कूल, जेजेवीएम स्कूल, आरपीएस स्कूल, रमन मुंजाल विद्या मंदिर, एसएससी एकेडमी, मोशन पीजीएस, पाथ फाइंडर एवं आरआरजेएस डीएवी पब्लिक स्कूल के बच्चे सम्मिलित हुए।

ओआरसी की राजयोग शिक्षिका बीके सुनैना ने सभी को राजयोग का अभ्यास कराया। कार्यक्रम में 18 स्कूल्स से 2300 से भी बच्चों ने शिरकत की। कार्यक्रम का संचालन बीके दिव्या ने किया।

मेरे दिव्य अलौकिक जन्म का आधार साक्षात्कार

साक्षात्कार करने के बाद सबको विश्वास होता है और परमात्मा के करीब जाने का मन करता है। साक्षात्कार इतना आकर्षक था कि मेरा मन गदगद था और उसमें श्री कृष्ण और श्री विष्णु का साक्षात्कार करने के बाद तो मेरा मन एकदम आतुर हो गया, भगवान से मिलने को। एक तरह से आप कह सकते हैं मेरा जन्म साक्षात्कार से हुआ।

जब मैंने अपने साक्षात्कार की बात अपनी बहन को सुनाई, जो बाबा के पास जाती थी तो उन्होंने कहा चलो मैं ले चलती हूँ। एक बाबा है जो ज्ञान देता है और वहाँ का अनुभव तो बहुत अद्भुत होता है। जैसे ही मैं बाबा के पास पहुंची। मैंने देखा वहाँ, जैसे हमारे पांडव भवन में इन्द्रप्रस्थ के पास जहाँ मैं रहती थी इतना ही कमरा था, जहाँ बाबा गीता सुना रहे थे।

आठ-दस बहनें वहाँ बैठी थी जो सुन रही थी। जब मैं वहाँ पहुंची तो उसी समय एक बहन को साक्षात्कार हो रहा था और वो बोल रही थी कि विमान जा रहा है, 'चलो विमान में चढ़ो-चढ़ो। वे शब्द दूर से ही सुनाई दे रहे थे मेरे कानों में। जैसे ही हम पहुंचे तो साक्षात्कार करने वाली बहन ने कहा कि विमान पर चढ़ो-चढ़ो। तो उस समय हमें अनुभव हुआ जैसे कि हमारा शरीर अलग है। ऐसा महसूस हुआ और लगा कि मैं भी उस विमान पर चढ़ के जा रही हूँ बाबा के पास। और मैं देखते ही देखते कहाँ खो गई यह पता ही नहीं चला कि उस समय रात्रि के दस बजे थे। जब मेरी आँख खुली तो देखा कि बाबा की गोदी में हूँ, इतनी देर हो गई कि बाबा कहने लगे कि बच्चे कल आना। बाबा का घर अलग था, जिसको यशोदा निवास कहते थे। ओम मण्डली उसी का बाद में नाम पड़ा। दूसरे दिन जब मैं बाबा के पास गई तो बाबा मेरे को उसी रूप में दिखाई देने लगे जो मैंने साक्षात्कार किया था। मुझे लगा मैं आत्मा भी लाइट होती जा रही हूँ, आकारी रूप लेती जा रही हूँ। बाबा भी ऐसा, मैं भी ऐसी, ऐसे देखते मुझे नशा चढ़ गया। तीसरे दिन मैं जब बाबा के पास गई तो मैंने मम्मा को देखा। मम्मा ने इंग्लिश गर्ल फ्रॉक पहना था क्योंकि मम्मा सिर्फ इंग्लिश का पीरियड लेती थी और वो गीत भी गाती थी। उस दिन मम्मा गीत बनाकर लाई थी और साथ में सितार भी लाई थी। जो गीत उन्होंने लिखा था उसके शब्द अच्छे थे और मम्मा का गला भी बहुत अच्छा था। उस गीत में मम्मा ने बाबा के साथ का अनुभव लिखा था कि मैंने बाबा को एक ऋषि की तरह देखा और उसने बाबा को सुनाया।

मम्मा, बाबा के सामने बहुत साधारण वेश में आयी थी। बाबा ने कहा कि कुमारी को शादी करने से पहले वनवाह में बैठना होता है। बाबा ने कहा तुम वनवाह में हो। इसके बाद ही भगवान से शादी करनी है। इसके लिए तुम्हें अपना स्थूल श्रृंगार छोड़ नया श्रृंगार दिव्य गुणों का, शक्तियों का करना है। इसके बाद मुझे बाबा ने सात दिन का कोर्स कराया।

खराब भोजन दिल पर करता है सीधा वार, काम करने वाले लोगों पर ज्यादा असर

भारत में नौकरी पेशा वाले लोगों दिल की बीमारियां यानी कार्डियोवस्कुलर डिज़ीज़ तेजी से बढ़ रही हैं. हैरानी की बात ये है कि यह बढ़ोतरी देश के उन राज्यों में ज्यादा दिख रही है जो ज्यादा विकसित माने जाते हैं. दक्षिण और पश्चिम भारत में खासकर लोगों में दिल की बीमारी ज्यादा हो रही है. विशेषज्ञों का मानना है कि ये या तो बेहतर हेल्थकेयर सिस्टम की वजह से हो सकता है, जहां केस ज़्यादा रिपोर्ट हो रहे हैं या फिर ये विकास की कीमत है जो लोगों को अपने स्वास्थ्य से चुकानी पड़ रही है. लोग आधुनिक जीवनशैली में अपनी हेल्थ का ख्याल नहीं रख पा रहे हैं.

प्रोसेस्ड फूड बना रहा खतरा : टीओआई की खबर में एक्सपर्ट ने बताया है कि जैसे-जैसे लोग गांवों से शहरों की तरफ बढ़ रहे हैं, उनकी जीवनशैली भी तेजी से बदल रही है. पहले जहां लोग घर पर ताज़ा और संतुलित खाना खाते थे, अब उसकी जगह ले ली है फास्ट फूड और प्रोसेस्ड चीज़ों ने. क्यूएसआर (क्विक सर्विस रेस्टोरेंट) के ज़रिए मिलने वाला खाना अब एक आम आदत बनता जा रहा है, खासकर उन लोगों के लिए जो जॉब या बिज़ी शेड्यूल के चलते घर पर खाना नहीं बना पाते. संयुक्त परिवार की जगह न्यूक्लियर फैमिली के चलन और व्यस्त दिनचर्या ने घर का खाना पकाना मुश्किल बना दिया है. ऐसे में लोग प्रोसेस्ड, रेडी-टू-ईट और फ्रोज़न फूड्स पर निर्भर हो रहे हैं, जो गर्म और आर्द्र जलवायु में शरीर के लिए अनुकूल नहीं होते. इससे दिल की बीमारियों का खतरा और बढ़ जाता है.

ऑफिस में सबसे खराब खाना : दिलचस्प बात यह है कि दिन का सबसे अहम खाना हम अक्सर ऑफिस में खाते हैं, लेकिन वहीं सबसे खराब चुनाव भी करते हैं. कंपनियों को अब समझ आने लगा है कि हेल्दी फूड केवल सुविधा नहीं, बल्कि कर्मचारियों की सेहत से जुड़ा अहम हिस्सा है. ऑफिस कैंटीन में यदि स्थानीय और पारंपरिक खाने को बढ़ावा दिया जाए, तो कर्मचारियों की सेहत बेहतर की जा सकती है. भारत की सबसे बड़ी ताकत हमेशा से ताज़ा और मौसमी खाना रही है. लेकिन आजकल पास्ता, ओट्स और कॉर्नफ्लेक्स को हेल्दी मानकर इन्हें बिना सोचे-समझे खाया जाता है, जबकि ये भारतीय शाकाहारी जीवनशैली के अनुसार पोषण संतुलन नहीं दे पाते. इन्हें तब ही खाया जाना चाहिए जब इन्हें किसी संतुलित भोजन के रूप में तैयार किया जाए. स्थानीय रूप से उत्पादित खाद्य सामग्री का उपयोग करने से न सिर्फ पोषण बेहतर होगा, बल्कि कृषि समुदायों को सहयोग, पर्यावरण संरक्षण और कार्बन फुटप्रिंट घटाने में भी मदद मिलेगी.

शारीरिक गतिविधि भी है जरूरी : हालांकि, दिल की बीमारियों के लिए केवल खानपान ही जिम्मेदार नहीं है, जीवनशैली भी उतनी ही महत्वपूर्ण है. खासकर उन लोगों के लिए जो पूरे दिन ऑफिस में बैठे रहते हैं. वहीं दूसरी ओर, फैक्ट्री या शॉप फ्लोर पर काम करने वाले कर्मचारी शारीरिक रूप से अधिक सक्रिय होते हैं, जिससे उनका स्वास्थ्य अपेक्षाकृत बेहतर रहता है. इससे यह साबित होता है कि अगर संतुलित आहार के साथ नियमित शारीरिक गतिविधि की जाए, तो दिल की बीमारियों का खतरा काफी हद तक कम किया जा सकता है. इसलिए न केवल हेल्दी खाना ज़रूरी है, बल्कि रोज़ाना कुछ न कुछ एक्टिविटी करना भी उतना ही महत्वपूर्ण है. विकसित होती अर्थव्यवस्था के साथ भारतीयों को अपनी जीवनशैली और खाने की आदतों को लेकर अधिक सजग होने की जरूरत है. खासकर शहरी और कामकाजी वर्ग को, जिन्हें अब अपनी सेहत को प्राथमिकता देनी होगी.

खरबूजा मिठास के साथ दे अनेक फायदे

खरबूजा अपनी मिठास एवं स्वाद के लिए बहुत लोकप्रिय है। खरबूज के बीजों की गिरी से मेवा बनाया जाता है जिसका इस्तेमाल विभिन्न प्रकार की मिठाइयों में किया जाता है। आप भी खरबूजा का सेवन ज़रूर करते होंगे। आयुर्वेद के अनुसार, खरबूजा में कैल्शियम, आयरन, विटामिन ए और विटामिन सी अधिक मात्रा में होता है। इन गुणों के कारण खरबूजा के सेवन से शरीर को बहुत लाभ मिलता है। आइए जानते हैं कि आप खरबूज का प्रयोग कैसे कर सकते हैं।

मूत्र रोग (पेशाब से संबंधित रोग) में खरबूजा से लाभ :

- पेशाब संबंधित समस्याओं में खरबूजे के फल का सेवन करना चाहिए। इससे मूत्र संबंधित सभी समस्याएं खत्म होती हैं।

- खरबूजे के बीज में मिश्री तथा काली मिर्च मिलाकर खिलाने से पेशाब की वृद्धि होती है तथा मूत्र विकार खत्म होते हैं। खरबूजे के बीज को पीसकर, दूध में मिला लें। इसे पीने से पेशाब की जलन की समस्या ठीक होती है।

- खरबूज के 5-10 ग्राम बीज चूर्ण में बराबर मात्रा में मिश्री मिलाकर खाने से पेशाब करते समय होने वाला दर्द दूर होता है।

किडनी विकार (गुर्दे का दर्द) में खरबूजा से लाभ

- खरबूज में पथरी को गलाने की शक्ति होती है। खरबूज के 5-10 ग्राम बीजों को पीसकर पानी में मिलाकर सेवन करें। इससे गुर्दे के दर्द से आराम मिलता है।

- इससे पथरी भी गलकर शरीर से बाहर निकल जाती है।

- खरबूजा गुर्दे की सफाई भी करता है।

शारीरिक कमज़ोरी में खरबूजा के सेवन से लाभ

- खरबूजे के बीज का रोजाना सेवन करें। इससे शरीर स्वस्थ होता है।

- इससे शारीरिक कमज़ोरी दूर होती है।

- प्रोटीन की अधिकता के कारण यह हड्डियों, बालों और नाखूनों के लिए भी फायदेमंद होता है।

एसिडिटी की समस्या में खरबूजे के सेवन से फायदा : खरबूजे के छोटे-छोटे टुकड़ों में देसी खांड मिलाकर शरबत बना लें। इसका नियमित सेवन करें। इससेशरीर में बढ़े हुए पित्त का प्रभाव घट जाता है। इससे पित्त के कारण होने वाले रोगों से आराम मिलता है। इससे एसिडिटी ठीक होती है।

तनाव से मुक्ति पाने में लाभकारी खरबूजा

- तनाव का मुख्य कारण वात दोष का बढ़ना माना जाता है। खरबूजे में वात शामक गुण पाया जाता है जिसके कारण यह तनाव को कम करने में भी मदद करता है।

आँखों के लिए खरबूजा फायदेमंद : अगर आपको आँखों से संबंधित कोई समस्या है तो खरबूजा का सेवन आपके लिए फायदेमंद हो सकता है क्योंकि खरबूजा आँखों के लिए हितकर माना गया है।

अनिद्रा के उपचार में फायदेमंद खरबूजा : वात के अधिक बढ़ जाने के कारण नसों में विकार उत्पन्न होता है जिससे अनिद्रा की स्थिति उत्पन्न होती है। खरबूजे में वात शामक गुण होने के कारण अनिद्रा को दूर करने में मदद करता है।

नोट- यहाँ खरबूजा से होने वाले सभी फायदों के बारे में बहुत ही आसान शब्दों में लिखा गया है ताकि आप खरबूजा से पूरा-पूरा लाभ ले पाएं, लेकिन औषधि के रूप में खरबूजा का प्रयोग करने के लिए चिकित्सक की सलाह ज़रूर लें।

खरबूजा के सेवन से जुड़ी सावधानियां और नुकसान

- खरबूजा को खाने से पहले थोड़ी देर ठंडे पानी में डाल दें।

- भोजन के कुछ देर बाद ही खरबूजा का सेवन करना ठीक होता है।

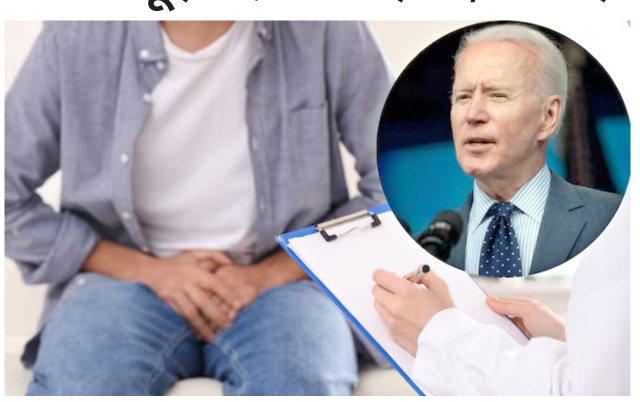
- खरबूजा को खाली पेट या भोजन के पहले खाने से शरीर में पित्त-दोष यानी एसिडिटी होने की स?भावना बढ़ जाती है। किसी-किसी को पित्त दोष के कारण होने वाला बुखार भी हो जाता है।

- खरबूजा बहुत ही ठण्डा और सुगन्धित होता है इसलिए जिनको बहुत ज्याद़ा जुकाम तथा खाँसी होता हो या जिनकी पाचन क्रिया कमज़ोर हो, उन्हें खरबूजा नहीं खाना चाहिए।

- खरबूजा खाने के बाद पानी औद दूध का सेवन नुकसान पहुंचाता है।

- खरबूजा खाने के तुरंत बाद पानी पीने से हैजा होने की आशंका रहती है।

एग्रेसिव प्रोस्टेट कैंसर से जूझ रहे जो बाइडेन, जानें इस बीमारी के लक्षण, रिस्क फैक्टर्स और बचाव के तरीके



अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति जो बाइडेन एग्रेसिव प्रोस्टेट कैंसर से जूझ रहे हैं. पिछले दिनों इस बात का खुलासा हुआ था और इस खबर के सामने आने के बाद हर कोई प्रोस्टेट कैंसर के बारे में जानना चाह रहा है. प्रोस्टेट कैंसर पुरुषों को होने वाला एक कैंसर है, जो धीरे-धीरे डेवलप हो जाता है और इसके लक्षण नजर नहीं आते हैं. जब तक लोगों को इसका पता चलता है, तब तक यह एडवांस स्टेज में पहुंच जाता है. अगर इस कैंसर का पता जल्दी चल जाए, तो इलाज संभव है, लेकिन देर होने पर जान चली जाती है. आइए जानते हैं कि एग्रेसिव प्रोस्टेट कैंसर क्या है, इसके क्या लक्षण होते हैं और इससे किस तरह बचाव किया जा सकता है.

यूएस के नेशनल कैंसर इंस्टीट्यूट (NCI) की रिपोर्ट के अनुसार एग्रेसिव प्रोस्टेट कैंसर प्रोस्टेट ग्लैंड में होने वाला एक खतरनाक कैंसर है, जो बेहद तेजी से फैलता है. यह कैंसर प्रोस्टेट से बाहर के अंगों जैसे लसीका ग्रंथियों, हड्डियों और अन्य ऊतकों में फैल जाता है. शुरुआती स्टेज में इस कैंसर के लक्षण नजर नहीं आते हैं और इसकी वजह से लोगों को स्टेज 1 या स्टेज 2 में इसका पता नहीं लग पाता है. जब यह कैंसर एडवांस स्टेज में पहुंच जाता है, तब इसमें लक्षण साफ नजर आने लगते हैं. एग्रेसिव प्रोस्टेट कैंसर के मामलों में सही ट्रीटमेंट न मिले, तो मरीज की जान जा सकती है.

अगर प्रोस्टेट कैंसर के लक्षणों की बात करें, तो शुरुआती प्रोस्टेट कैंसर में आमतौर पर कोई स्पष्ट लक्षण नहीं होते, लेकिन जैसे-जैसे यह बढ़ता है, कई परेशान करने वाले लक्षण सामने आने लगते हैं. इनमें पीठ या पेल्विक में दर्द, पेशाब करने में कठिनाई, मूत्र या वीर्य में खून आना, थकान, वजन में गिरावट और इरेक्टाइल डिसफंक्शन शामिल हैं. अगर कैंसर रीढ़ की हड्डी तक फैल जाए, तो व्यक्ति को सुन्नपन या पेशाब को कंट्रोल करने में मुश्किलों का सामना करना पड़ सकता है. अगर किसी व्यक्ति को इनमें से कोई भी लक्षण दिखे, तो एक बार डॉक्टर से मिलकर अपनी जांच जरूर करवा लेनी चाहिए.

एग्रेसिव प्रोस्टेट कैंसर के सटीक कारण स्पष्ट नहीं हैं, लेकिन कुछ फैक्टर्स इसका रिस्क बढ़ा देते हैं. हार्मोनल बदलाव, BRCA1 और BRCA2 जैसे जीन म्यूटेशन, खराब खानपान, धूम्रपान और निष्क्रिय जीवनशैली के कारण इस कैंसर का रिस्क बढ़ सकता है. इन सभी चीजों से शरीर में सूजन और कैंसर बढ़ने का खतरा बढ़ता है. अक्सर माना जाता है कि यह कैंसर ज्यादा उम्र वाले लोगों को होता है. कई रिसर्च में पता चला है कि 50 साल से ज्यादा उम्र के पुरुषों में प्रोस्टेट कैंसर का खतरा ज्यादा होता है. अगर किसी के परिवार में किसी पुरुष को प्रोस्टेट कैंसर रहा हो, तो जोखिम दोगुना हो जाता है. मोटापा, धूम्रपान और ज्यादा कैल्शियम का सेवन भी इस बीमारी के जोखिम को बढ़ा सकता है.

चीन की गोद में बैठे बांग्लादेश ने फिर दिया भारत को धोखा, कैंसिल कर दिया 180 करोड़ का ऑर्डर

एजेंसी

नई दिल्ली।। भारत और बांग्लादेश के बीच खाई बढ़ती जा रही है। पिछले हफ्ते भारत ने बांग्लादेश से आने वाले 770 मिलियन डॉलर (लगभग 6,600 करोड़ रुपये) के सामान पर रोक लगा दी थी। यह बांग्लादेश से आने वाले सामान का करीब 42% हिस्से को कवर करता है। इससे पहले बांग्लादेश ने भारतीय धागे, चावल और अन्य सामान का आयात रोक दिया था। बांग्लादेश ने साथ ही भारतीय कार्गो पर ट्रांजिट शुल्क भी लगाया है। अब बांग्लादेश सरकार ने भारत को दिया गया 180 करोड़ रुपये का ऑर्डर कैंसिल दिया है। बांग्लादेश की सरकार ने सरकारी कंपनी गार्डन रीच शिपबिल्डर्स एंड इंजीनियर्स लिमिटेड को यह ऑर्डर

दिया था।

कंपनी ने बताया कि बांग्लादेश सरकार ने एक आधुनिक समुद्री जहाज बनाने के लिए ऑर्डर दिया था। लेकिन अब इसे कैंसल कर दिया गया है। यह सौदा 21 मिलियन डॉलर यानी करीब 180 करोड़ रुपये का था। बांग्लादेश के रक्षा मंत्रालय के तहत आने वाले डायरेक्टरेट जनरल डिफेंस परचेज ने यह ऑर्डर दिया था। करीब 61 मीटर लंबे और 15.8 मीटर चौड़े इस जहाज को 24 महीनों में बनाया जाना था। डिजाइन के मुताबिक इस जहाज की अधिकतम गति कम से कम 13 समुद्री मील होनी थी। पिछले साल अगस्त में शेख हसीना के सत्ता से हटने के बाद से भारत और बांग्लादेश के रिश्ते थोड़े तनावपूर्ण हो गए हैं। मुहम्मद यूनुस की अंतरिम सरकार भी चीन के करीब आ गई है। उसने चीन के साथ 2.1 अरब डॉलर के नए सौदे किए हैं।

कंपनी का प्रदर्शन : कोलकाता स्थित गार्डन रीच शिपबिल्डर्स कमर्शियल और नौसैनिक जहाज बनाती है और उनकी मरम्मत करती है। इसके मुख्य ग्राहकों में भारतीय नौसेना और भारतीय तट रक्षक हैं। नेशनल स्टॉक एक्सचेंज (NSE) पर कंपनी का शेयर बुधवार को 4.43% बढ़कर 2,500.5 रुपये पर बंद हुए। कंपनी के शेयरों में इस साल अब तक 54.7% और पिछले 12 महीनों में 109.6% की तेजी आई है। फाइनेंशियल ईयर 2025 की चौथी तिमाही में कंपनी का नेट प्रॉफिट पिछले साल के मुकाबले 118% बढ़ गया।

जसप्रीत बुमराह को पहले लगाया सैनेटाइजर, फिर मिलाया हाथ, नीता अंबानी का वीडियो देख करेंगे सलाम

मुंबईः भारत में कोविड-19 के मामले फिर से बढ़ रहे हैं। ऐसे में मुंबई इंडियंस (एमआई) की मालकिन नीता अंबानी ने अपनी टीम के खिलाड़ियों को कोविड से बचाव के नियमों का पालन करने की याद दिलाई। एमआई ने दिल्ली कैपिटल्स (डीसी) को हराकर आईपीएल 2025 प्लेऑफ में जगह बनाई। इसके बाद नीता अंबानी ने खिलाड़ियों को सैनिटाइजर इस्तेमाल करने के लिए कहा। उन्होंने जसप्रीत बुमराह और कर्ण शर्मा के हाथों को खुद सैनिटाइज किया। एमआई ने डीसी को 59 रनों से हराया।

इस जीत के साथ ही एमआई, रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु, गुजरात टाइटंस और पंजाब किंग्स के साथ प्लेऑफ में पहुंच गई। मैच के बाद नीता अंबानी ने जसप्रीत बुमराह को हाथ मिलाने से पहले सैनिटाइजर लगाने के लिए कहा। उन्होंने खुद बुमराह के हाथ पर सैनिटाइजर डाला। फिर उन्होंने एमआई के लेग-स्पिनर कर्ण शर्मा को भी सैनिटाइजर दिया। बुमराह ने खुशी से नीता अंबानी की बात मानी

भारत में बढ़ते कोविड-19 मामलों के बीच मुंबई इंडियंस की मालकिन नीता अंबानी ने खिलाड़ियों को सुरक्षा नियमों का पालन करने की याद दिलाई। उन्होंने जसप्रीत बुमराह और कर्ण शर्मा जैसे खिलाड़ियों को सैनिटाइजर इस्तेमाल करने के लिए प्रोत्साहित किया।

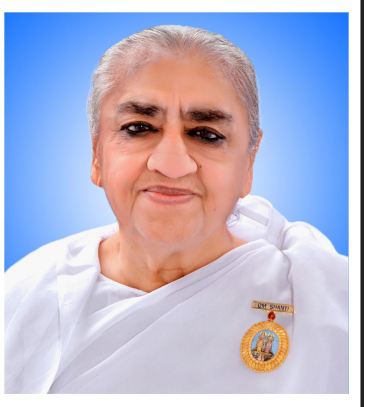
और हाथ सैनिटाइज करने के बाद ही जश्न में शामिल हुए।

नीता अंबानी के बुमराह के हाथों को सैनिटाइज करने की तस्वीरें सोशल मीडिया पर वायरल हो गईं। एमआई के ऑलराउंडर दीपक चाहर भी हाथ में सैनिटाइजर लेकर घूमते दिखे। वह एमआई और डीसी के खिलाड़ियों को सैनिटाइजर दे रहे थे। एमआई के कप्तान हार्दिक पंड्या ने ग्राउंड स्टाफ को धन्यवाद देने के लिए हाथ मिलाने की बजाय मुट्ठी टकराई।

भारत के कई हिस्सों में कोविड-19 के मामले बढ़ रहे हैं। केरल, महाराष्ट्र और उत्तर प्रदेश में खास तौर पर मामले बढ़ रहे हैं। अभी देश में 250 से ज्यादा एक्टिव कोविड-19 के मामले हैं। आईपीएल भी इससे अछूता नहीं रहा है। सनराइजर्स हैदराबाद के ऑस्ट्रेलियाई ओपनिंग बैटर ट्रेविस हेड कोविड-19 पॉजिटिव पाए जाने के बाद एक मैच नहीं खेल पाए थे। भारत आने में भी उन्हें देरी हुई थी।

सूर्यकुमार यादव और जसप्रीत बुमराह ने एमआई को आईपीएल प्लेऑफ में पहुंचाया। सूर्यकुमार यादव ने नाबाद 73 रन बनाए। वहीं, नमन धीर ने भी शानदार पारी खेली। एमआई ने दिल्ली कैपिटल्स को 59 रनों से हराकर प्लेऑफ में जगह बनाई। डीसी के साथ एमआई का प्लेऑफ में पहुंचने के लिए मुकाबला था। मुंबई ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 180/5 रन बनाए। फिर दिल्ली को 121 रनों पर ऑल आउट कर दिया। यह मैच वानखेड़े स्टेडियम में खेला गया था। मुंबई के न्यूजीलैंड के स्पिनर मिचेल सेंटनर ने चार ओवर में 11 रन देकर 3 विकेट लिए। तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह ने भी तीन विकेट झटके।

आध्यात्मिक विमान का स्विच कौन-सा?



हमारे को शिवबाबा ने एक बहुत अच्छी सौगात दी है, हम भी आपको देने चाहते हैं। एक मैं आपको विमान देने चाहती हूँ। विमान तो अच्छी चीज़ है ना! तो आप सभी को एक विमान मैं सौगात में देती हूँ। जो हमको शिवबाबा ने दिया है। विमान कौन-सा है? मन ही विमान है। मन से आप एक सेकण्ड में जहाँ से भी आये हो, आप पहुँच सकते हो बिना टिकेट के? टिकेट खर्ची नहीं पड़ेगी क्या? नहीं ना! तो मन विमान है ना। अमेरिका में भी पहुंच सकते हो। तो मन एक विमान है। सभी के पास है लेकिन इसको यूज़ कैसे करें? विमान में स्विच तो होगा ना कोई! तभी तो चलेगा ना!

तो इस आध्यात्मिक विमान का स्विच कौन-सा है? परमात्मा। बस परमात्मा को याद किया- शिवबाबा, मीठा बाबा, प्यारा बाबा, बस ये स्विच है। स्विच मिला? याद रखना स्विच, भूल गये तो उड़ेंगे नहीं। अच्छा स्विच ये है। अब पंख होते हैं विमान में तो पंख कौन-से हैं? एक हिम्मत और दूसरा उमंग-उत्साह। जिसके जीवन में उमंग-उत्साह नहीं है ना तो वो जीवन जैसे कौमा में है। उमंग-उत्साह समझ रहे हैं ना! मन में खुशी का उमंग आता है ना! उत्साह भी आता है।

जब कोई उत्सव होता है तो उत्साह भी आता है। जैसे दीपावली का उत्सव आया तो कितना उत्साह होता है। उमंग और उत्साह जीवन में ज़रूर चाहिए। तो एक पंख है हिम्मत। क्योंकि हिम्मत के लिए भगवान का वायदा है हमारे से कि एक कदम अगर हिम्मत का आपने उठाया तो हज़ार कदम मदद के लिए मैं बंधा हुआ हूँ। ये हमने अनुभव किया है। ऐसे ही नहीं, मैं स्लोगन नहीं कह रही हूँ। लेकिन प्रैक्टिकल में हमने इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय में बाल जीवन से बड़े हुए हैं और कई अनुभव किए हैं। सिर्फ हिम्मत नहीं हारो। एक कदम हिम्मत का पक्का रखो और हज़ार कदम परमात्मा की मदद नहीं मिले ये असम्भव है। क्योंकि हमने प्रैक्टिकल अनुभव किया है और अब लाखों परिवार अनुभव कर रहे हैं, एक का अनुभव नहीं है। तो हिम्मत और उमंग-उत्साह इसके पंख हैं।

अच्छा पेट्रोल क्या है? पेट्रोल के बिना तो चलेगा नहीं। तो ज्ञान और योग, ये है इसका पेट्रोल। तो आपको ज्ञान-योग का पेट्रोल मिल रहा है? हिम्मत का पंख मिल रहा है? उमंग-उत्साह, दिल में खुशी ये मिल रही है? अभी आपके सामने कोई भी समस्या आवे, समझो हिमालय जितनी समस्या है, बड़े में बड़ा हिमालय है।

चलो इतनी बड़ी समस्या है लेकिन आप विमान से चले जाओ ऊपर समस्या कहाँ रहेगी? नीचे रहेगी ना! आपको मेहनत नहीं करनी पड़ेगी। समस्या को मिटाने की मेहनत नहीं करनी पड़ेगी। लेकिन मन के विमान को परमात्मा की ओर ले जाना पड़ेगा। और वो संकल्प से ही जायेंगे और कोई साधन चाहिए नहीं। वो तो आपका विमान मन के संकल्प का है ही। विमान को स्टार्ट करो और चले जाओ। जा सकते हो ना!

श्रीमत में मनमत मिक्स कर अपने को ठगना नहीं

संगमयुग जो इतना प्यारा लगता है, वह पूरा हो जायेगा तो हम क्या करेंगे? भले पता है कि बाबा के साथ जायेंगे, और सब आत्मायें मच्छरों सदृश्य जायेंगी। आत्मा उड़ती है ना, अगर अन्त में आत्मा मच्छरों सदृश्य जाये तो उस आत्मा की क्या वैल्यू है? मच्छर की क्या वैल्यू है। ऐसी आत्माओं का इस दुनिया में रहने से कोई फायदा नहीं है। लेकिन मैं आत्मा ऐसी न र हूँ, जो ऐसे ही चली जाऊं। मैं आत्मा बीमारियों को खत्म करने वाली हूँ, न कि बीमारी फैलाने वाली। भाग्य विधाता बाबा से जो हम आत्माओं को इतना भाग्य मिला है, हमारे भाग्य का सितारा तो चमक गया, अब उस चमकते हुए सितारे को देख हर एक अपने को जानें, बाबा को पहचानें और घर चलने के लिए तैयार हो जायें। हमारी ऐसी चमक हो। बाबा ने कहा है- आप मरे मर गयी दुनिया, यह शरीर छी-छी है, शरीर से काम लेना है, इससे तंग नहीं होना है लेकिन मोह भी नहीं रखना है। जो अपने आपको नहीं समझते हैं वो प्यार से अपने आपको नहीं सम्भाल सकते फिर दूसरे से खफा हो जाते हैं, तकदीर बनाने वाले कभी खफा नहीं होते हैं, थकते नहीं हैं। तकदीर ऊंची बनाने की बाबा ने हमें समझ दी है, साथ दिया है। टीचर स्कूल में कोई साथ नहीं देता है, वो अपनी ड्यूटी पालन करता है, बाबा हमको साथ देता है, मात-पिता के रूप में भी, सखा के रूप में भी कि हम होशियार हो जायें, अच्छा पढ़कर स्कॉलरशिप लेने के। मम्मा ने स्कॉलरशिप ले ली ना। मम्मा किसी के चिन्तन में नहीं गयी। पर अपने जीवन के उदाहरण से, उठते-बैठते सिखाती रही। तो बड़ों को देख-देखकर

जो सीख जाता है, उसे वरदान मिल जाता है। कई मिसाल हैं जो इतने भोले-भाले, मम्मा-बाबा को देख ऐसा सीखे हैं, जो उनको पूछो तो कहते हैं बड़ों का वरदान है। जो बड़े बोलें, उसे दिल से स्वीकार करें तो कई कार्य सहज हो जाते हैं। मुझे सिर्फ हाँ जी कहके दिल से करना है। इससे जो दुआएं मिलती हैं वो दुआएं काम करती हैं, जो खुद नहीं करते हैं, दुआएं कराती हैं। आप सब भी कहो हमको बड़ों की दुआएं हैं। हमको आगे बढ़ाने वाले, ऊंच उठाने वाले कौन हैं? सच्ची दिल से करने वाले को दुआएं मिलती हैं। ऊंची तकदीर बनाने वाले अपने को या बाप को ठगेंगे नहीं। दिखावा नहीं करेंगे। कईयों के अन्दर होगी मनमत और मुख से कहेंगे श्रीमत। अपनी कामना पूरी करने के लिए जो श्रीमत में अपनी मत मिक्स करता है वो अपने आपको ठगता है। मीठा बाबा कहते हैं, ज्ञानी तू आत्मा मुझे प्रिय है। संगम पर एक-एक मिनट जो बाबा कराता है, वही करना है। करने वाला कभी नहीं कहता है कि मैं करता हूँ। कराने वाला कहता है मुझे कराना है तो इसे करना ही है। ऐसे हम भी पुराने कर्म बन्धन से मुक्त बन बाबा के साथ सेवा में हाजिर रहें। कोई भी पुराने स्वभाव संस्कार वश हमारा कोई संकल्प, बोल, कर्म न हो। अगर मेरा कर्म श्रेष्ठ नहीं है, तो करनकरावनहार हमारी स्मृति में नहीं रहेगा। बाबा को कभी याद करें, कभी भूल जायें तो यह कोई लाइफ नहीं है। जो बाबा सुनाता है वो ही सिमरण करते, स्वरूप में लाते ऐसी स्मृति रहे, अपने से तो पास्ट भूल जाये औरों से भी भूल जाये। कोई मरा हुआ है अगर उसको याद करो तो वो भूत हो जायेगा। तो पुरानी दुनिया जो खत्म हुई पड़ी है, उसको याद करना माना भूत। भूत जब किसी में प्रवेश होते तो वो छोड़ते नहीं। बातों के भूत जब किसी में प्रवेश करते हैं तो उसकी शक्ल कैसी हो जाती है। इसलिए श्राद्ध खिलाते हैं, आत्मओं का उद्धार हो जाये, शक्ति आ जाये। सब देवियों के गुण मेरे में हो। मैं दुर्गा भी हूँ, शक्ति भी हूँ, शीतला भी हूँ। कोई गुण शक्ति की कमी न हो। बाबा सर्व सम्बन्धों से हमारे में शक्ति भरता है। कमजोर को भूत लगते हैं, शक्तिशाली तो उन्हें भगा देते हैं, भूत ही उनसे डर जाते हैं। मैं कौन हूँ? बाबा का यज्ञ है, यज्ञ सेवा है, मैं विघ्न-विनाश रहूँ। संगमयुग है पुरुषोत्तम युग। सतगुरु की दया दृष्टि, दुआ दृष्टि, कृपा दृष्टि हर बात से पार ले जाती है। टीचर शिक्षा देता है, सतगुरु पार ले जाता है। बाबा कहता है याद रखो एक ही मेरा बाप टीचर सतगुरू है। भले बाप अपना बनाता है, टीचर सतगुरू कृपा से अच्छी तरह पढ़ाता है। अच्छा हुआ ही पड़ा है, हो जाएगा। इतने अन्दर से सतगुरू के वरदानी बोल हैं जो अच्छा ही हुआ है, हो जाएगा। किसके अन्दर से यह आवाज निकलेगा, जो बाप टीचर सतगुरू तीनों को अन्दर ध्यान में रखते हैं, तीनों की जो पालना, पढ़ाई, प्राप्ति है, उसका रिगार्ड रखते हैं।

भारत- पाकिस्तान तनाव के बीच इस बॉलीवुड हीरोइन को तुर्की से मिला 35 लाख का ऑफर

भारत और पाकिस्तान के बीच अब भी तनाव जारी है. चूंकि तुर्की पाकिस्तान का समर्थन है, इसलिए कई बारतवासी अब वहां का भी विरोध कर रहे हैं. हाल ही में एक्ट्रेस पायल घोष ने अपनी तुर्की यात्रा को रद्द करने के कारणों का खुलासा किया. उन्होंने एक बातचीत में कहा कि पीठ में छुरा घोंपना और पर्यटन एक साथ नहीं हो सकते. दरअसल, भारत ने पाकिस्तान में आतंकवादी ठिकानों को नष्ट करने के लिए 'ऑपरेशन सिंदूर' चलाया था. इसके बाद तुर्की और अजरबैजान ने खुलकर पाकिस्तान का समर्थन किया था और इसी वजह से भारतीयों में तुर्की के प्रति नाराजगी है.

बॉलीवुड अभिनेत्री पायल घोष ने हाल ही में भारत- पाकिस्तान तनाव के बीच तुर्की जाने से इनकार कर दिया है. अभिनेत्री ने कहा, देश की पीठ में छुरा घोंपना और पर्यटन एक साथ नहीं हो सकते.

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के उस बयान में जिसमें उन्होंने कहा था 'खून और पानी एक साथ नहीं बह सकते' को लेकर पायल ने कहा कि पीठ में छुरा घोंपना और पर्यटन एक साथ नहीं हो सकते. उन्होंने बताया कि उन्हें 30 लाख रुपये का अच्छा ऑफर मिला था, फिर भी उन्होंने तुर्की जाने से साफ इन्कार कर दिया. बातचीत में पायल घोष ने कहा, 'पैसा देश की इज्जत और गर्व से ऊपर नहीं हो सकता. मैं सबसे पहले एक भारतीय हूं, फिर एक एक्ट्रेस या आर्टिस्ट. जैसे हमारे माननीय प्रधानमंत्री ने कहा था कि खून और पानी एक साथ नहीं बह सकते, वैसे ही पीठ में छुरा घोंपना और टूरिस्ट विजिट्स और एंटरटेनमेंट एक साथ नहीं हो सकता.' पायल घोष ने कहा, 'अगर तुर्की ने ऐसे अहम वक्त में पाकिस्तान का साथ चुना, तो वे हम भारतीयों से या हमारे टूरिज्म से कमाई की उम्मीद नहीं कर सकते, चाहे वो सेलिब्रिटी के रूप में हो या आम पर्यटक के तौर पर. मैं अपने फैसले को लेकर बिल्कुल स्पष्ट हूं, इसलिए मैंने तुर्की जाने का प्लान रद्द कर दिया. भगवान की कृपा से मुझे जो चाहिए, वह सब मिला है. मैं पैसे के लिए अपने देश को कभी पीछे नहीं रख सकती. जय हिंद!'

नीतू चंद्रा भी कर चुकीं तुर्की का बहिष्कार : हाल ही में फिल्म एक्ट्रेस नीतू चंद्रा ने तुर्की जैसे देशों का बहिष्कार करने की मांग की थी. नीतू का कहना है कि जो भी देश आतंकवादियों का साथ देते हैं, उनके खिलाफ भारत को कड़ा कदम उठाना चाहिए. ऐसा इसलिए जरूरी है ताकि देश की सुरक्षा सुनिश्चित हो और संस्कृति को बचाया जा सके. उन्होंने बात करते हुए कहा था, 'मुझे लगता है कि आतंकवाद को किसी भी हालत में सही नहीं ठहराया जा सकता, चाहे वह कहीं भी हो. इसमें हमेशा निर्दोष लोग ही परेशान होते हैं. जो भी देश आतंकवाद का समर्थन करता है, भारत को उसका बहिष्कार करना चाहिए. हम पहले ही बहुत कुछ झेल चुके हैं.'

उन्होंने आगे कहा, 'मेरी लोगों से बस यही अपील है कि कोई भी कदम उठाने से पहले अच्छे से सोचें. हमें इंसानियत के साथ यह लड़ाई लड़नी है, लेकिन एक इंसान होने के नाते हमें जिम्मेदारी से काम लेना चाहिए. ध्यान रखें कि आपका समर्थन किसके साथ है और उसका मकसद क्या है.'

टैक्स चोरी मामले में अर्जुन रामपाल को मिली राहत

बॉम्बे हाईकोर्ट ने बॉलीवुड एक्टर अर्जुन रामपाल को राहत दी है. एक्टर के खिलाफ जारी गैर-जमानती वारंट को रद्द कर दिया है. यह वारंट 2019 के टैक्स चोरी के एक मामले में जारी किया गया था. 16 मई को न्यायमूर्ति अद्वैत सेठना की पीठ ने कहा कि निचली अदालत का फैसला कानून के खिलाफ था और बिना सोचे-समझे लिया गया था. कोर्ट ने इसे 'यांत्रिक और अस्पष्ट' कहा.

असल में यह मामला आयकर अधिनियम की धारा 276ण(2) से जुड़ा है. यह उन लोगों पर लागू होती है जो जानबूझकर टैक्स या उससे जुड़ा जुर्माना और ब्याज नहीं भरते. अर्जुन रामपाल पर आरोप है कि उन्होंने टैक्स नहीं भरा था. इसी मामले में उनके खिलाफ वारंट जारी हुआ था.

क्या था मामला : रामपाल ने हाईकोर्ट में बताया कि उनके वकील ने मजिस्ट्रेट कोर्ट में पेशी से छूट मांगी थी. लेकिन मजिस्ट्रेट ने यह अर्जी खारिज कर दी और सीधा गैर-जमानती वारंट जारी कर दिया. हाईकोर्ट ने कहा कि यह मामला अधिकतम तीन साल की सजा वाला है और यह जमानती अपराध है. ऐसे में गैर-जमानती वारंट निकालना ठीक नहीं था.

कोर्ट ने दी राहत : कोर्ट ने यह भी कहा कि मजिस्ट्रेट ने वारंट निकालने से पहले कोई ठोस कारण भी नहीं लिखा. ऐसे में यह आदेश सही नहीं कहा जा सकता. अब इस मामले की अगली सुनवाई 16 जून को होगी.

कोर्ट ने मानी ये बात : इस मामले की सुनवाई कर रहे न्यायमूर्ति अद्वैत सेठना ने अर्जुन रामपाल की दलीलों से सहमति जताते हुए कहा कि निचली अदालत का आदेश 'रहस्यमय' और पक्षपातपूर्ण था. हाईकोर्ट ने गैर-जमानती वारंट को यह कहते हुए खारिज कर दिया कि जिस अपराध के लिए यह जारी किया गया था, वह जमानती है और ऐसे में इस तरह की सख्त कार्रवाई का कोई कानूनी आधार नहीं था.

'छावा' के बाद दिखेगी राजा शिवाजी की कहानी, डेट अनाउंस

रितेश देशमुख ने छत्रपति शिवाजी महाराज के जीवन पर बेस्ड अपनी मोस्ट अवेटेड फिल्म 'राजा शिवाजी' की रिलीज डेट का ऐलान कर दिया है. सोशल मीडिया पर अभिनेता ने अपने आने वाली फिल्म का पोस्टर शेयर किया है.

रितेश देखमुख की इस फिल्म को फैंस का भी बड़ी बेसब्री से इंतजार है. हाल ही में शेयर किए गए पोस्ट के साथ एक्टर ने लिखा, 'महाराष्ट्र के आराध्य देवता, महान शक्तिशाली राजाधिराज छत्रपति शिवाजी महाराज को सिनेमाई शुभकामनाएं देते हुए राजा शिवाजी 1 मई, 2026 को मराठी, हिंदी, तमिल, तेलुगु, कन्नड़, मलयालम में रिलीज होगी.

फिल्म की सफलता पर है पूरा विश्वास : अपनी इस फिल्म के बारे में बात करते हुए निर्देशक और लीड रोल में नजर आने वाले अभिनेता रितेश देशमुख ने कहा, 'छत्रपति शिवाजी महाराज सिर्फ एक ऐतिहासिक व्यक्ति नहीं हैं, वे एक भावना हैं, जो लाखों लोगों के दिलों में बसती है. उनकी असाधारण कहानी का एक हिस्सा बता पाना सम्मान और बड़ी जिम्मेदारी दोनों है. मैं ज्योति देशपांडे और जियो स्टूडियोज का इस विजन में अपना विश्वास रखने के लिए बहुत आभारी हूं. महाराष्ट्र दिवस पर फिल्म रिलीज करना खासतौर पर सार्थक लगता है और जिस कास्ट के बारे में हम सिर्फ सपने ही देख सकते थे, उसके साथ हम वास्तव में भाग्यशाली महसूस करते हैं. हमें उम्मीद है कि विभिन्न भाषाओं के दर्शक राजा शिवाजी की भावना से उतनी ही गहराई से जुड़ेंगे, जितनी हम जुड़े हैं.'

शिवाजी महाराज की विरासत को श्रद्धांजलि है ये फिल्म : मुंबई फिल्म कंपनी की निर्माता जेनेलिया देशमुख ने कहा, 'यह फिल्म प्रेम का श्रम रही है, सालों के विचार, शोध और श्रद्धा से बनी एक यात्रा. फिल्म छत्रपति शिवाजी महाराज की विरासत को एक भावपूर्ण श्रद्धांजलि है, जो पीढ़ियों को प्रेरित करती रहती है. हम इस कहानी में हमारे विश्वास को साझा करने और इसे जीवंत करने में हमें सक्षम बनाने के लिए जियो स्टूडियो के आभारी हैं. यह इतिहास का सम्मान करने और इसे देश भर और उससे आगे के दर्शकों के साथ साझा करने का हमारा विनम्र प्रयास है.'

बता दें कि रितेश देशमुख द्वारा निर्देशित, जो लीड भूमिका भी निभा रहे हैं, ऐतिहासिक एक्शन ड्रामा में संजय दत्त, अभिषेक बच्चन, महेश मांजरेकर, सचिन खेडेकर, भाग्यश्री, फरदीन खान, जितेंद्र जोशी, अमोल गुप्ते और जेनेलिया देशमुख भी नजर आने वाली है. यह फिल्म 1 मई, 2026 को दुनिया भर में रिलीज होने वाली है.

खुशी के बारे में सोचें या परिस्थिति को प्रबन्धित करने के बारे में!

कई लोग कहते हैं कि हम खुशी के बारे में सोचें या परिस्थिति से निपटने के बारे में सोचें! क्योंकि परिस्थितियाँ जल्दी-जल्दी बदलती रहती हैं। ऐसे में हम शारीरिक स्वास्थ्य पर ध्यान दें या मानसिक स्वास्थ्य पर, इसको समझना बहुत ज़रूरी है। एक सेकण्ड के लिए हम खुशी के बारे में सोचना साइड में रखते हैं। पहले, ये सोचें कि परिस्थितियों को प्रबंधित करने के लिए अपनी फिजिक़ल स्ट्रेन्थ यानी कि शारीरिक शक्ति भी तो चाहिए! आज अगर मैं बीमार हूँ तो गाड़ी लेकर ऑफिस में कैसे जाऊं? तो जब ये प्रश्न उठता है तो पहले अपना फिजिक़ल स्टैमिना को देखूं या परिस्थितियों को हैन्डल करूँ। मुझे शारीरिक स्टैमिना के बारे में न सोचकर, पहले मुझे सिर्फ परिस्थितियों के ऊपर ही फोकस करना चाहिए। ऐसा ही होगा ना! फिर अगर शरीर स्वस्थ नहीं है तो वर्क पर कौन जाएगा? वर्क पर जाने का तो छोडिए, पहले ऑफिस जा कैसे सकेंगे! इसलिए सारे दिन के अन्दर में ये ज़रूर ध्यान रखना है कि मेरा शारीरिक स्वास्थ्य ठीक चल रहा है या नहीं। फिर भी भोजन तो खा लेना चाहिए। चलो आप एक या दो दिन भोजन छोड़ देंगे लेकिन प्रश्न ये है कि कितने दिन तक छोड़ेंगे? आज तो मनुष्य भागते-भागते भी खा रहे हैं, इधर-उधर से जंक फूड भी खा रहे हैं। अगर आपने भोजन स्कीप भी कर दिया लेकिन कितने दिन तक! कितने दिन तक उसे दरकिनार करेंगे? दो दिन, चार दिन। फिर उसके बाद तो आप खाएंगे ना! क्योंकि जीवन दो-चार दिन का तो है नहीं। ये तो जीवन यात्रा है और आप इस जीवन यात्रा में सेवा पर हैं। अगर ऐसे में आपका अपना शारीरिक स्वास्थ्य ही ठीक नहीं है तो आपको उसकी कीमत चुकानी ही पड़ेगी ना! इसलिए हम उसको भी दरकिनार नहीं कर सकते। सेहत का ध्यान रखना ये भी परम आवश्यक है लेकिन सेहत के ध्यान के साथ-साथ मानसिक स्वास्थ्य का भी ध्यान रखना उतना ही ज़रूरी है। ऐसे नहीं कि उसे दरकिनार कर दिया कि इसके बारे में बाद में सोचेंगे, नहीं। मानसिक स्वास्थ्य को भी हमें उतनी ही प्राथमिकता देनी पड़ेगी जितनी कि अपने शारीरिक स्वास्थ्य को। तो हम जीवन की यात्रा पर ठीक से चल पाएंगे। एक है शारीरिक स्वास्थ्य और दूसरा है मानसिक स्वास्थ्य। इसी बीच अगर आपको पांच मिनट पहले ही पता चला कि मुझे स्कूल में बच्चों को छोड़ने जाना है, ठीक है! अगर मैं उस वक्त शान्त रहूँ, स्टेबल रहूँ। छोड? तो फिर भी जाना ही है, गाड़ी तो आपको ही चलानी है। लेकिन किस स्थिति में चलाएंगे? अगर मानसिक स्वास्थ्य ठीक नहीं है तो आप किस फीलिंग्स से चलाएंगे, मनो-दुःख की फीलिंग्स में ना! हम भावनात्मक स्वास्थ्य को भी उतना ही महत्व दें जितना कि शारीरिक स्वास्थ्य को। क्योंकि शारीरिक स्वास्थ्य और भावनात्मक स्वास्थ्य अलग नहीं हैं, ये दोनों कम्बाइण्ड हैं। जैसे कि एक ही सिक्के के दो पहलू। अगर मैं भावनात्मक स्वास्थ्य से ठीक हूँ तो मैं इन परिस्थितियों को क्रॉस कर सकता हूँ यानी कि हैण्डल कर सकता हूँ। ऐसे नहीं सोचें कि पहले मैं परिस्थितियों को हैण्डल कर लूँ फिर अपने मानसिक स्वास्थ्य के बारे में सोचेंगे। मानसिक स्वास्थ्य और शारीरिक स्वास्थ्य दोनों ही कम्बाइण्ड हैं। जब दोनों बैलेन्स में रहेंगे तब ही हमारी जीवन यात्रा सुखद यानी सुकून से चल सकती है। यहाँ पर एक बात और आती है जो आज दिन तक इस बात को हम मुश्किल समझ रहे थे, जैसे कि गार्डन में जाकर जॉगिंग करने की शुरुआत हीकी थी क्योंकि फिजिक़ल हेल्थ को सुदृढ़ करना है। इस बात को भी हम स्ट्रेस की तरह ले रहे थे मतलब कि लोगों को ये महसूस हो रहा कि क्या मैं खा रहा हूँ, कितना खा रहा हूँ, किस वक्त पर खा रहा हूँ, कितनी एक्सरसाइज़ कर रहा हूँ, क्यों हम फिजिक़ल हेल्थ के बारे में सोच रहे हैं! देखिए ज्याद़ा पीछे मत जाइए। अगर हम एक जेनरेशन पीछे जाते हैं, तो अपने मात-पिता को ही देखिए वे कभी भी जॉगिंग के लिए नहीं गए, न किसी ने मिनरल वॉटर तक पीया उन दिनों में, किसी को इतना डाइट कॉन्शियस भी नहीं रहना पड़ता था, नॉर्मल लाइफस्टाइल, नॉर्मल भोजन करते थे।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक ज्योति अरोड़ा एवं संपादक राकेश कुमार द्वारा लक्ष्य प्रिंटर्स 521/8बी, ग्राउंड फ्लोर, गली नं. 14, आदर्श मौहल्ला, मौजपूर, दिल्ली-53 से मुद्रित एवं सी-802, मयुर ध्वज अपार्टमेंट, गीता कालोनी, दिल्ली-110031 से प्रकाशित। यूनिवर्सल मीडिया न्यूज़पेपर परमपिता परमात्मा शिव को समर्पित है और उन्हीं के प्रेरणा स्रोत प्रकाशित किया जाता है। नोट: किसी भी वाद-विवाद की स्थिति में दिल्ली न्यायलय ही मान्य होगा। रचनाओं, लेख और समाचार आदि से संपादक, प्रकाशक का सहमत होना आवश्यक नहीं है। समाचार पत्र के सभी पद अवैतनिक हैं। Title Code : DELHIN28978, DCP Lic. No. F.2(U-2) press/2021