Website : jankhabar.com

RNI No.: DELHIN/2013/52747

जनख़बर

राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली से प्रकाशित

रूसी सैनिक के कदम जहां ... 3

घर से भागीं, शादी से पहले... 8

वर्ष : 12 | अंक : 36 | रविवार, नई दिल्ली, 22 जून से 28 जून 2025 | साप्ताहिक | मूल्य : 3 रुपये | पृष्ठ : 8

संक्षिप्त खबरें

रोलिंग मशीन में फंसने से मजदूर की मौत

पूर्वी दिल्ली।। उत्तर-पूर्वी दिल्ली के मंडोली इलाके में एक फैक्टरी में शुक्रवार को काम करते समय गलती से 'रोलिंग मशीन' में फंसने से 30 वर्षीय एक मजदूर की मौत हो गई। पुलिस के एक अधिकारी ने यह जानकारी दी।

अधिकारी ने बताया कि यह घटना अपराह्न करीब तीन बजे मंडोली औद्योगिक क्षेत्र में स्थित एक फैक्टरी में हुई, जिसके बाद हर्ष विहार थाने को सूचित किया गया।

दिल्ली में कोरोना से एक और मरीज की हुई मौत

देशभर में कोरोना के मामलों में बढ़ोतरी देखने को मिल रही है। राजधानी दिल्ली में भी कोरोना का कहर जारी है। दिल्ली में कोविड से एक और मरीज की मौत हो गई है। एक जनवरी से लेकर अब तक 17 लोग कोरोना से जान गंवा चुके हैं। हालांकि, जान गंवाने वालों में ज्यादातर मरीज किसी न किसी गंभीर बीमारी से ग्रसित थे।

राजधानी में शनिवार को कोरना का कोई नया मामला सामने नहीं आया। वहीं, 24 घंटे में 154 मरीज स्वस्थ हो गए। स्वास्थ्य और परिवार कल्याण विभाग के कोविड डैश बोर्ड के अनुसार, सक्रिय मरीजों की संख्या घटकर 557 रह गई है। एक जनवरी से लेकर अब तक कोरोना के 2835 मामले सामने आए हैं।

कांवड़ यात्रा से पूर्व गड्ढामुक्त होंगी 13 सड़कें

गाजियाबाद। 11 जुलाई से जिले में कांवड़ यात्रा शुरू हो रही है। शासन स्तर से कांवड़ मार्गों की मरम्मत कराने के निर्देश दिए गए हैं। लोक निर्माण विभाग की ओर से जिले में 13 सड़कों को चिन्हित किया गया है। मरम्मत के लिए टेंडर प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। गाजियाबाद, मुरादनगर, मोदीनगर और लोनी क्षेत्र की सड़कों की मरम्मत की जाएगी।

कांवड़ यात्रा के लिए हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी शासन ने सड़कों को गड्ढामुक्त रखने के निर्देश दिए हैं। लोक निर्माण विभाग को इसकी जिम्मेदारी सौंपी गई है। इसके लिए शासन ने अलग से बजट का प्रावधान नहीं किया है।

क्रेडिट कार्ड जेब में कट गए 1.94 लाख रुपये

गाजियाबाद। मोरटा में पवन कुमार के क्रेडिट कार्ड से 1.94 लाख रुपये कट गए। उन्होंने मधुबन बापूधाम थाने में शिकायत दर्ज कराई है। पवन कुमार ने बताया कि 17 मई को उनको मैसेज मिला कि क्रेडिट कार्ड से किसी ने 1.94 लाख रुपये की खरीदारी की है। जबकि, क्रेडिट कार्ड उनकी जेब में रखा था। उन्होंने किसी को कोई पासवर्ड या अन्य जानकारी भी नहीं बताई।

अपने क्षेत्र की समस्या या खबर के लिए संपर्क करें

संवाददाता 'जनखबर':

राकेश कुमार

Mob.: 9560484749

भारत से सीखा, ईरान पर आजमाया! अमेरिका का 'ऑपरेशन सिंदूर' तेहरान के लिए बना कहर, पाकिस्तान की तरह तेहरान सदमे में

एजेंसी

इस्लामाबाद।। जिस तरह भारत ने 'ऑपरेशन सिंदूर' के जरिए पाकिस्तान को चौंकाया था, ठीक उसी अंदाज में अब अमेरिका ने ईरान में कहर बरपाया है. अमेरिका के बी-2 बमवर्षक आए, ईरान के गुप्त परमाणु ठिकानों पर भीषण बमबारी की, और किसी परछाई की तरह वापस लौट गए. सबसे खास बात ये है कि ईरान में भी पाकिस्तान जैसे झटके, यानी भूकंप जैसे असर देखने को मिले हैं. अमेरिका ने इस पूरे ऑपरेशन को बिलकुल भारतीय ऑपरेशन सिंदूर की शैली में अंजाम दिया. पहले अमेरिका और इजरायल की खुफिया एजेंसियों ने मिलकर ईरान के परमाणु ठिकानों की लोकेशन और अंदरूनी स्ट्रक्चर की पुख्ता जानकारी जुटाई. जैसे ही पुष्टि हो गई कि ये वही ठिकाने हैं जहां परमाणु हथियारों पर काम चल रहा है, अमेरिका ने हमला बोलने का प्लान लॉक कर दिया.

ऑपरेशन शुरू होने से कुछ मिनट पहले, अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप अपने विश्वस्त सलाहकारों के साथ वाररूम में पहुंचे- ठीक उसी तरह जैसे भारतीय पीएम मोदी ने ऑपरेशन सिंदूर के वक्त किया था. ट्रंप ने पूरे मिशन की मॉनिटरिंग खुद की. इशारा अमेरिका से मिला और ईरान तबाही मच गई. ईरान के जिन परमाणु ठिकानों को निशाना बनाया गया, वो जमीन के कई सौ फीट नीचे बने हुए थे. इसमें फोर्दो सबसे खास है, क्योंकि वह जमीन के कई सौ फीट गहराई में था. अमेरिका ने GBU-57 विशेष बंकर बस्टर बमों की बौछार कर दिया. दावा किया जा रहा है कि इस हमले में ईरान की अंडरग्राउंड प्रयोगशालाएं पूरी तरह तबाह हो गईं.

ऑपरेशन खत्म, जहाज वापस : ठीक भारत की तरह, अमेरिका ने भी इस मिशन को 'हमला करो और लौट आओ' सिद्धांत पर चलाया. जैसे भारत के विमानों ने पाकिस्तान पर बम बरसाए थे, वैसे ही अमेरिका के B-2 बमवर्षक और पनडुब्बी से चली मिसाइलें अपने मिशन को पूरा कर सुरक्षित वापस लौट गईं. हालांकि एक अंतर था. भारत के विमान ऑपरेशन सिंदूर के दौरान पाकिस्तान की सीमा में नहीं घुसे थे. जबकि अमेरिका ने ईरान में घुसकर बम गिराया.

ईरान में भी भूकंप आए : अमेरिका का दावा है कि ईरान की परमाणु साइट्स को गहरा नुकसान पहुंचाया गया है. विशेषज्ञ मानते हैं कि यदि ये दावा सही है, तो ईरान में भी रेडियोधर्मी रिसाव हो सकता है- जैसे पाकिस्तान के कुछ इलाकों में हुआ था. ऐसे रिसाव से न सिर्फ स्थानीय पर्यावरण बल्कि जमीन के नीचे की प्लेटें भी प्रभावित होती हैं, जिससे भूकंप जैसे झटकों की आशंका बनी रहती है. हालांकि हमले के कुछ ही घंटे बाद ईरान में 4.4 की तीव्रता वाला भूकंप आया. फिलहाल यह सामान्य झटके माने जा रहे हैं. क्योंकि एक दिन पहले भी भूकंप के झटके लगे थे.

'क्या इसलिए ट्रंप को नोबल शांति पुरस्कार देने की सिफारिश की थी?' ओवैसी ने पाकिस्तान को लगाई लताड़

ऑल इंडिया मजलिस-ए-इत्तेहादुल मुस्लिममीन (AIMIM) प्रमुख असदुद्दीन ओवैसी ने ईरान के तीन परमाणु प्रतिष्ठानों पर अमेरिकी हमलों को लेकर डोनाल्ड ट्रंप और उन्हें नोबल शांति पुरस्कार देने की सिफारिश करने वाले पाकिस्तान को जमकर लताड़ लगाई। उन्होंने इस्राइलल और ईरान के बीच चल रहे संघर्ष के बीच अमेरिका की एंट्री पर कहा कि क्या इसीलिए पकिस्तान ने ट्रंप को शांति पुरस्कार देने की सिफारिश की थी। क्या इसीलिए पाकिस्तान के सेना प्रमुख असीम मुनीर अमेरिकी राष्ट्रपति के साथ लंच किया था? आज वे सभी बेनकाब हो गए हैं।

ओवैसी के निशाने पर पाकिस्तान क्यों आया?

दरअसल, पाकिस्तान 2026 के नोबेल शांति पुरस्कार के लिए अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के नाम की सिफारिश करने वाला है। उसका कहना है कि भारत-पाकिस्तान संघर्ष के दौरान ट्रंप के कूटनीतिक दखल और मध्यस्थता ने बड़े युद्ध को टालने में मदद की। यह आधिकारिक एलान ट्रंप के व्हाइट हाउस में पाकिस्तानी सेना प्रमुख आसिम मुनीर की मेजबानी के तीन दिन बाद किया गया।

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी अगले महीने करेंगे अफ्रीका और लैटिन अमेरिका के इन 5 देशों की यात्रा!

एजेंसी

नई दिल्ली।। नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी अगले महीने यानी जुलाई की शुरुआत में अफ्रीका, लैटिन अमेरिका और पश्चिम एशिया के पांच देशों का दौरा करने की योजना बना रहे हैं। इस यात्रा के दौरान पीएम मोदी मोरक्को, अर्जेंटीना, ब्राजील, त्रिनिदाद और टोबैगो, और जॉर्डन की यात्रा करेंगे। यह दौरा ग्लोबल साउथ में भारत की नेतृत्वकारी भूमिका को मजबूत करने और हालिया पहलगाम हमले के बाद व्यापक आतंकवाद विरोधी गठबंधन को आकार देने के उद्देश्य से किया जा रहा है। 'ग्लोबल साउथ' शब्द का इस्तेमाल आम तौर पर आर्थिक रूप से कम विकसित देशों के संदर्भ में किया जाता है।

मोरक्को : इस बहुप्रतीक्षित यात्रा के दौरान प्रधानमंत्री मोदी का मोरक्को जाना लगभग तय माना जा रहा है। मोरक्को के राजा मोहम्मद VI से मुलाकात के लिए राबात में बैठक होगी। यह यात्रा पिछले कुछ वर्षों से चर्चा में थी, लेकिन कार्यक्रमों के मेल न बैठने के कारण इसे अंतिम रूप नहीं दिया जा सका था। मोरक्को एक उभरती हुई अर्थव्यवस्था वाला प्रमुख अरब राष्ट्र है, जिसकी पश्चिम अफ्रीका और दक्षिणी यूरोप में मजबूत पकड़ है। उत्तर अफ्रीका में यह एक अहम स्तंभ के रूप में उभरा है।

अर्जेंटीना: मोरक्को के बाद, पीएम मोदी अर्जेंटीना की यात्रा करेंगे, जो महत्वपूर्ण खनिज, खाद्य सुरक्षा और रक्षा क्षेत्र में भारत का महत्वपूर्ण साझेदार है। ब्यूनस आयर्स में होने वाली इस यात्रा से भारत और अर्जेंटीना के बीच कृषि, रक्षा और कनेक्टिविटी क्षेत्रों में संबंधों को विस्तार देने की संभावना है। यह दौरा ब्राजील में होने वाले ब्रिक्स शिखर सम्मेलन से पहले भारत की रणनीतिक स्थिति को और मजबूत करेगा।

ब्राजील: 6-7 जुलाई को ब्राजील के रियो डी जनेरियो में आयोजित होने वाले ब्रिक्स शिखर सम्मेलन में पीएम मोदी हिस्सा लेंगे। इस सम्मेलन में वे चीनी राष्ट्रपति शी जिनपिंग, दक्षिण अफ्रीका, इंडोनेशिया, संयुक्त अरब अमीरात, मिस्र और इथियोपिया जैसे देशों के नेताओं के साथ मुलाकात करेंगे। इसके अलावा, कजाकिस्तान, उज्बेकिस्तान, वियतनाम और नाइजीरिया जैसे ब्रिक्स साझेदार देशों के नेताओं से भी उनकी मुलाकात हो सकती है। ब्राजील की अध्यक्षता में ब्रिक्स ने छह प्रमुख क्षेत्रों पर ध्यान केंद्रित किया है, जिनमें वैश्विक शासन सुधार, जलवायु परिवर्तन, जलवायु वित्तपोषण, वैश्विक स्वास्थ्य, कृत्रिम बुद्धिमत्ता और अर्थव्यवस्था व वित्त शामिल हैं।

त्रिनिदाद और टोबैगो: पीएम मोदी की यात्रा का अगला पड़ाव त्रिनिदाद और टोबैगो हो सकता है, जहां वे भारतीय डायस्पोरा के साथ संवाद करेंगे। यह देश कैरिबियाई क्षेत्र में भारत के लिए महत्वपूर्ण है, जहां भारतीय मूल के लोग बड़ी संख्या में रहते हैं। इस दौरे से भारत और त्रिनिदाद और टोबैगो के बीच सांस्कृतिक और आर्थिक संबंधों को और मजबूती मिलेगी।

जॉर्डन: यात्रा का अंतिम पड़ाव जॉर्डन होगा, जहां पीएम मोदी क्षेत्रीय सुरक्षा और आतंकवाद के खिलाफ सहयोग को मजबूत करने पर चर्चा करेंगे। यह दौरा पश्चिम एशिया में भारत की रणनीतिक उपस्थिति को और बढ़ाएगा। प्रधानमंत्री मोदी की यह यात्रा ऐसे समय हो रही है जब भारत वैश्विक मंचों पर दक्षिणी देशों की आवाज बनकर उभर रहा है। इसके अलावा हालिया पहलगाम आतंकी हमले के बाद भारत आतंकवाद के खिलाफ एक व्यापक वैश्विक अभियान की रूपरेखा तैयार कर रहा है, जिसमें समान विचारधारा वाले देशों को जोड़ने का प्रयास किया जाएगा।

चोरी के आईफोन के साथ दो नाबालिग को पकड़ा

नई दिल्ली।। पुलिस थाना टीम को आरोपी व्यक्तियों और डीबीजी रोड की टीम ने चोरी के ईदगाह राउंड-अबाउट के पास मामले में दो नाबालिग को पकड़ा एमटीएनएल पार्क के पास उनकी है। चोरी हुआ आईफोन बरामद उपस्थिति के बारे में विशेष जानकारी किया है।

मध्य जिला डीसीपी निधिन मिली। सूचना पर कार्रवाई करते वल्सन ने बताया कि थाना प्रभारी हुए टीम ने मौके पर पहुंचकर दो रणधीर सिंह की देखरेख में गठित संदिग्धों को काबू किया। जांच के टीम ने कई सीसीटीवी कैमरों की दौरान उनके कब्जे से चोरी का जांच की। आरोपी व्यक्तियों के बारे मोबाइल फोन बरामद किया गया। में जानकारी निकालने के लिए इलाके शिकायतकर्ता ने बताया कि उसका में गुप्त मुखबिरों को लगाया गया। मोबाइल फोन उसके घर से चोरी हो गया था।

दिल्ली पुलिस ने की ताबड़तोड़ कार्रवाई, 12 बांग्लादेशी घुसपैठिये धर दबोचे

पूर्वी दिल्ली। पूर्वी जिले के स्पेशल स्टाफ ने आनंद विहार क्षेत्र से 12 अवैध बांग्लादेशी घुसपैठियों को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए लोगों में छह नाबालिग भी हैं। आरोपितों की पहचान अशराफुल, इसकी पत्नी मामपी बेगम, इरीन अख्तर, इस्पा, मुजिदुल, मुस्लिमा बेगम के रूप में हुई है।

भारत-बांग्लादेश के बीच ब्रह्मपुत्र नदी को नाव से पार करके यह अवैध रूप से बंगाल पहुंचे, वहां से ट्रैन से दिल्ली में आकर रहने लगे। पकड़े गए लोगों को पुलिस ने विदेशी क्षेत्रीय पंजीकरण कार्यालय (एफआरआरओ) को भेज दिया है, इन्हें बांग्लादेश भेजा जाएगा।

जिला पुलिस उपायुक्त अभिषेक धानिया ने बताया कि 19 नवंबर से जिले में घुसपैठियों के खिलाफ विशेष अभियान चलाया जा रहा है। 37 बांग्लादेशी घुसपैठियों को पकड़ा जा चुका है।

सूचना मिली थी कि आनंद विहार अवैध रूप से बांग्लादेशी रह रहे हैं। स्पेशल स्टाफ की एक टीम बनाई। टीम ने छापेमारी कर 12 बांग्लादेशी पकड़ लिए। आरोपितों ने कुबूल किया है कि वह बांग्लादेश में थे।भारतीय दूतावास सुरक्षा स्थिति पर लगातार नजर रख रहा है और ईरान में भारतीय छात्रों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए उनसे संपर्क बनाए हुए है।' बयान में कहा गया है, 'कुछ मामलों में दूतावास की मदद से छात्रों को ईरान के भीतर सुरक्षित स्थानों पर भेजा जा रहा है।'

एनसीआर में 6500 फॉर्म हाउस और बैंक्वेट हॉलों पर चलेगा बुलडोजर, शिक्षण संस्थान-धार्मिक स्थल भी टूटेंगे

सुप्रीम कोर्ट के आदेश पर वन विभाग ने अरावली क्षेत्र में अवैध निर्माणों पर शिकंजा कस दिया है। इसके तहत लगभग 10 दिन में 60 से ज्यादा फॉर्म हाउस, बैंक्वेट हॉल तोड़े जा चुके हैं। इसमें एक भाजपा नेता का फॉर्म हाउस भी शामिल है। इसके अलावा जो भी फॉर्म हाउस और बैंक्वेट हॉलों को तोड़ने का नोटिस दिया गया है। वह ज्यादातर अधिकारियों और नेताओं के कब्जे वाले हैं। यह कार्रवाई वन विभाग सुप्रीम कोर्ट के आदेश पर कर रहा है। वन विभाग के सूत्रों की मानें तो 17 जुलाई तक अरावली क्षेत्र में करीब 6500 अवैध निर्माण तोड़े जाने हैं। इनमें ज्यादातर फॉर्म हाउस और बैंक्वेट हॉल, शिक्षण संस्थान और धार्मिक स्थल हैं।

सुप्रीम कोर्ट के आदेश पर अवैध फार्म हाउस और बैंक्वेट हॉल के खिलाफ चल रही बुलडोजर कार्रवाई शनिवार को भी अरावली क्षेत्र में जारी रही। इस दौरान वन विभाग की टीम ने एक बड़े फॉर्म हाउस को जेसीबी से ढहाने की कोशिश की, लेकिन फार्म के संचालक ने लोगों के साथ मिलकर विरोध प्रदर्शन शुरू कर दिया। इसके बाद पुलिस ने हस्तक्षेप करते हुए उन्हें समझाया और शांत कराया। इसके बाद कार्रवाई को फिर से जारी रखा गया।

एक सप्ताह से चल रही तोड़फोड़ की कार्रवाई : अरावली में सुप्रीम कोर्ट के आदेश पर पिछले एक सप्ताह से तोड़फोड़ अभियान चलाया जा रहा है। अधिकारियों का कहना है कि बिना पर्यावरणीय मंजूरी और आवश्यक अनुमति के बनाए गए इन अवैध निर्माणों से पर्यावरण को गंभीर नुकसान हो रहा है। जिसके कारण इन पर कड़ी कार्रवाई की जा रही है। इसके बावजूद क्षेत्र में कई लोग नियमों की अनदेखी करते हुए अवैध रूप से फार्म हाउस, बैंक्वेट हॉल, शैक्षणिक संस्थान और धार्मिक स्थल बनाते आ रहे हैं।

शनिवार को वन विभाग की टीम तोड़फोड़ दस्ते के साथ कार्रवाई करने पहुंची। जिस पर फार्म हाउस और बैंक्वेट हॉल के संचालकों ने विरोध शुरू कर दिया। उनका आरोप था कि प्रशासन की यह कार्रवाई पक्षपाती है। उनका कहना था कि अरावली क्षेत्र में कई अवैध शैक्षणिक संस्थान और धार्मिक स्थल लंबे समय से कार्यरत हैं, लेकिन उन पर अब तक कोई कार्रवाई नहीं की गई।

14 गांवों में चिह्नित किए गए अवैध निर्माण : वन विभाग के अधिकारी राजकुमार ने बताया कि पुलिस बल ने संचालकों को समझा कर शांत किया। इसके बाद फिर से कार्रवाई शुरू की गई। उन्होंने कहा कि जिला प्रशासन ने यह स्पष्ट कर दिया है कि भविष्य में भी अवैध निर्माणों के खिलाफ इसी प्रकार की सख्त कार्रवाई जारी रहेगी। वन विभाग के सूत्रों की मानें तो अरावली क्षेत्र के गांव मेवला महाराजपुर, अनखीर, बड़खल, अनंगपुर, लकड़पुर, भांखरी, पाली, धौज, मांगर, सिलाखड़ी, कोट, सिरोही, खोरी जमालपुर, गोठड़ा मोहत्ताबाद में अवैध निर्माण किए गए हैं।

इससे पहले शुक्रवार को ध्वस्तीकरण अभियान सुबह 11 बजे शुरू हुआ। जब वन विभाग और नगर निगम की संयुक्त टीम 5 बुलडोजरों के साथ आनंद वन से अरावली तक के क्षेत्र में पहुंची। यह अभियान शाम करीब 6 बजे तक जारी रहा। जिसमें किसी भी तरह की गड़बड़ी को रोकने के लिए काफी संख्या में पुलिसकर्मी तैनात थे। इस दौरान अनखीर गांव के लोगों ने विरोध प्रदर्शन भी किया था।

दस दिन से चल रही कार्रवाई

वन विभाग की टीम ने अरावली में पिछले दस दिनों से अवैध निर्माणों के खिलाफ तोड़फोड़ कार्रवाई शुरू कर रखी है। अब तक करीब 60 फार्म हाउस और बैंक्वेट हॉल तोड़े जा चुके हैं। विभाग के अधिकारियों के मुताबिक, अरावली क्षेत्र में करीब 6,500 से ज्यादा अवैध निर्माण हैं। जिनमें फार्म हाउस, बैंक्वेट हॉल, शैक्षणिक संस्थान और धार्मिक स्थल शामिल हैं। इन सभी अवैध निर्माणों को 17 जुलाई तक ढहा देने की योजना है। वन विभाग ने इन सभी को नोटिस भेजा है। वहीं कार्रवाई के तहत अब तक 60 से अधिक अवैध निर्माण तोड़े जा चुके हैं। इसमें ज्यादातर नेताओं और अफसरों के फार्म हाउस निकले हैं।

सुप्रीम कोर्ट का कठोर आदेश : फरीदाबाद के डीसी विक्रम यादव ने स्पष्ट किया कि यह कार्रवाई सुप्रीम कोर्ट के आदेशों के तहत की जा रही है। उनके अनुसार, अरावली वन क्षेत्र में अब तक 6,793 अवैध निर्माण चिन्हित किए गए हैं। जिन्हें तीन महीने के भीतर हटाना अनिवार्य है।

डिजिटल नीलामी का ऐलान, दिल्ली-एनसीआर के बचे ठेकों पर फिर लगेगी बोली

एजेंसी

नई दिल्ली।। दिल्ली-एनसीआर में बचे हुए शराब के ठेकों की नीलामी अब एक बार फिर होने जा रही है। आबकारी विभाग ने घोषणा की कि शुक्रवार को बची हुई लाइसेंसिंग के लिए ऑनलाइन बोली प्रक्रिया आयोजित की जाएगी। अगर इस दिन सभी ठेके नहीं बिके तो विभाग ने इसके लिए 20 जून की तारीख तय कर दी हैं।

पिछले कुछ वर्षों में कोविड के चलते शराब ठेकों की समय पर नीलामी नहीं हो सकी जिससे वित्तीय वर्ष की शुरुआत में बाधाएं आईं। इसी वजह से विभाग ने अब 21 महीने की अवधि के लिए नई नीलामी की योजना बनाई है ताकि अगला चक्र अप्रैल 2026 से नियमित रूप से शुरू हो सके। पूर्वी दिल्ली के आबकारी जोन में कुल 79 जोनों में से 53 की नीलामी पूरी हो चुकी है, जबकि 26 जोन अभी शेष हैं। पश्चिमी शाखा के 83 जोनों में से 65 जोन आवंटित हो चुके हैं जबकि 18 जोन की नीलामी बाकी है।

पूरी प्रक्रिया होगी ऑनलाइन : आबकारी विभाग के अनुसार, यह पूरी नीलामी प्रक्रिया ऑनलाइन माध्यम से की जाएगी जिससे व्यापारियों को पारदर्शी और आसान तरीके से भागीदारी का मौका मिलेगा। पूर्वी दिल्ली के आबकारी उपायुक्त अमित भाटिया ने बताया कि इससे बोली में प्रतिस्पर्धा बढ़ेगी और बचे हुए ठेकों का जल्द आवंटन हो सकेगा।

स्टॉक जांच के बाद ठेके खोलने की प्रक्रिया तेज : जिन ठेकों का स्टॉक सफलतापूर्वक जांचा जा चुका है उन्होंने अपनी दुकानें खोलने की तैयारियां शुरू कर दी हैं। विभाग के अनुसार, अगले 2-3 दिनों में शेष ठेकों का स्टॉक भी जांचा जाएगा ताकि सभी दुकानों का संचालन जल्द से जल्द शुरू हो सके। आबकारी विभाग की योजना है कि इस 21 महीने की लाइसेंस अवधि के बाद अगला बोली चक्र अप्रैल से शुरू किया जाए। इससे न केवल राजस्व संग्रह बेहतर होगा, बल्कि योजनाओं का कार्यान्वयन और प्रशासनिक समन्वय भी और अधिक सुचारु रूप से हो पाएगा।

सम्पादकीय

यह युद्ध क्यों?

एस.एन. गुप्ता

इस्राइल और ईरान के बीच का टकराव बढ़ता ही जा रहा है। दोनों देशों ने एक-दूसरे पर हमले तेज करने की चेतावनी दी है। अमेरिका ने भले लड़ाई में शामिल होने का निर्णय लेने के लिए दो हफ्ते का समय तय किया हो, लेकिन उसकी तरफ से ऐसी कोई पहल नहीं हो रही, जिससे लगे कि वह संघर्ष टालना चाहता है। इस्राइल का कहना है कि वह लक्ष्य हासिल होने तक नहीं रुकेगा, लेकिन क्या ऐसा संभव है? अमेरिका और इस्राइल का मानना है कि ईरान ने परमाणु बम बनाने की क्षमता हासिल कर ली है और अगर उसे नहीं रोका गया, तो खतरा पूरी दुनिया को होगा। इस्राइल ने इसी खतरे को मिटाने की बात कहकर ईरान पर हवाई हमले शुरू किए थे। लेकिन, इस लक्ष्य को लेकर सबसे बड़ा संदेह इसलिए है कि क्या वाकई ईरान एटमी पावर बनने के करीब है, क्योंकि पश्चिम के ही कई जानकारों को ऐसा नहीं लगता। इस्राइल चाहता है कि ईरान में अयातुल्ला अली खामेनेई के शासन का अंत हो। हालांकि इस बात की गारंटी डॉनल्ड ट्रंप या नेतन्याहू में से कोई नहीं ले सकता कि खामेनेई को हटाने से समस्या का समाधान हो जाएगा। यह कैसे कहा जा सकता है कि नई सत्ता को न्यूक्लियर ताकत बनने में कोई दिलचस्पी नहीं होगी, वह भी जब उसके पास अमेरिका और इस्राइल के हिसाब से जरूरी साधन मौजूद हैं। हवाई हमलों से या जमीन पर सीधी लड़ाई लड़कर भी इन्फ्रास्ट्रक्चर को खत्म किया जा सकता है, उस तकनीकी ज्ञान को नहीं, जो ईरानी वैज्ञानिकों ने बरसों की मेहनत से हासिल की है। ऐसे में विदेशी दबाव में हुआ बदलाव अगर ईरान को और ज्यादा कट्टरता की ओर ले गया, तो अमेरिका या इस्राइल के पास क्या जवाब होगा? हकीकत में यह काम ईरानी जनता पर छोड़ना चाहिए, बदलाव की मांग वहां से उठनी चाहिए। इराक, लीबिया, सीरिया - कई उदाहरण हैं, जहां पश्चिमी ताकतों ने अपने हिसाब से बदलाव लाने का प्रयास किया। इनमें से कहीं भी नतीजा मन-मुताबिक नहीं रहा। ये देश आज भी अस्थिर हैं। तेहरान को लेकर कोई भी दुस्साहस ईरान को भी इन्हीं मुल्कों की श्रेणी में ला सकता है। इस संघर्ष में अब भी कुछ सकारात्मक बातें हैं - अमेरिका अभी तक मैदान में नहीं उतरा और यूरोप अपनी तरफ से कोशिश कर रहा है।

योग सिंधू में संघ की जलधारा

भारत की सनातन संस्कृति की तरह योग भी सनातन है, अविरल है। यह तो संभव है कि आकाश के तारे गिन लिए जाएं या धरती के कणों की सही-सही संख्या का पता लगा लिया जाए परन्तु योग के सिंधू कितनी जलधाराएं मिलीं, कितने नद समाहित हुए इसका अनुमान लगाना भी असंभव है। इन्हीं अनन्त जलराशियों में शामिल है राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ, जिसका उद्देश्य व्यक्ति उत्थान से राष्ट्रोत्थान रहा है और संघ ने योग को अपने इस काम का साधन बनाया है।

सृष्टि के प्रारम्भ से ही भगवान शिव को 'योगेश्वर' माना गया है। अनेक योग परंपराएँ जैसे नाथयोग, हठयोग, मंत्रयोग, लययोग, राजयोग, आदि सभी भगवान शिव से ही प्रारंभ मानी जाती हैं। गुरु गोरखनाथजी के सम्प्रदाय में शिव को 'आदिनाथके रूप में पूजा जाता है और ध्यान मुद्रा में उनकी उपासना की जाती है। नाथ संप्रदाय में योग को शिवविद्या या महायोगविद्या कहा गया है, जिसमें आत्मा और ब्रह्मांड के सामरस्य की अनुभूति प्रमुख है। शिवगीता में भगवान शिवजी ने भगवान राम को योग का दिव्य उपदेश दिया, जब वे सीता-वियोग से व्याकुल थे। उन्होंने आत्मज्ञान, चित्त की एकाग्रता, और भौतिक आसक्ति से विरक्ति का विस्तार से निरूपण किया। भगवान शिव को ध्यानमग्न योगी के रूप में भी दर्शाया गया है, जिनका ध्यान जीवन के परम लक्ष्य 'मोक्षकी ओर उन्मुख करता है। वेदों में वर्णित शिवसंकल्पसूक्त योग के लिए वैदिक प्रेरणा का आधार है, जो भगवान शिव की चेतना और व्यापक दृष्टिकोण को दर्शाता है।

रामायणकाल में महर्षि वसिष्ठ ने भगवान श्रीराम को गहन अद्वैत वेदान्त के सिद्धांतों के माध्यम से योग का मार्ग बताया है। राम को उपदेश करते हुए महर्षि वसिष्ठ कहते हैं - द्वौ क्रमौ चित्तनाशस्य योगो ज्ञानं च राघव। योगो वृत्तिनिरोधो हि ज्ञानं सम्यगवेक्षणम?

(योगवासिष्ठ)

महर्षि वसिष्ठ योग के अत्यंत प्राचीन और समग्र दृष्टा माने जाते हैं। वे सप्तर्षि-मंडल में स्थित रहकर आज भी विश्वकल्याण में लगे हुए हैं।

महाभारत में योग को आत्मसाधना और अंतःकरण की शुद्धि का मार्ग माना गया है। महर्षि वेद व्यासजी ने ध्यानयोग के लिए द्वादश साधनों (देश, कर्म, आहार, दृष्टि, मन आदि) के संयम को अनिवार्य बताया है। इसके शान्ति पर्व में ऋषियों को योग की 12 विधियों से ध्यानयोग का अभ्यास करते बताया गया है। भगवान श्रीकृष्ण को भी 'योगेश्वर' कहा गया है क्योंकि वे न केवल योग के आचार्य हैं बल्कि स्वयं योग के मूर्तिमान स्वरूप भी हैं। भगवद्गीता को स्वयं भगवान की साक्षात योगयुक्त वाणी कहा गया है, जो आज भी अज्ञान और मोह का नाश कर आत्मबोध करा सकती है। श्रीकृष्ण ने अर्जुन को विभिन्न योगों का उपदेश दिया - कर्मयोग, ज्ञानयोग, भक्ति योग, और ध्यानयोग। 'समत्वं योग उच्यते' और 'योगः कर्मसु कौशलम' जैसे श्लोक योग को जीवन की कुशलता और समत्व की दशा से जोड़ते हैं। इसी तरह महर्षि पतंजलि, महर्षि चरक, आदिगुरु शंकराचार्य जी से लेकर आधुनिक काल के योग गुरुओं, शिक्षकों व साधकों सहित अनेक ज्ञात-अज्ञात जलनद योग के सिंधू को अपने ज्ञान से समृद्ध करते रहे हैं।

इन्हीं जलधाराओं में एक सम्मानित नाम है राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ का जो अपने जन्म से ही भारतीय संस्कृति व अपने सांस्कृतिक मानबिन्दुओं की पुनर्स्थापना के काम में लगा है। संघ की स्थापना 1925 में डॉ. हेडगेवार द्वारा की गई थी, जिनका उद्देश्य था राष्ट्रभक्ति, शारीरिक और मानसिक विकास और आत्मानुशासन के माध्यम से भारत के युवाओं को संगठित करना। योग को संघ के आद्यात्मिक और शारीरिक प्रशिक्षण के अनिवार्य भाग के रूप में अपनाया गया। संघ की शाखाओं में सूर्य नमस्कार, प्राणायाम, ध्यान और आसनों का नियमित अभ्यास कराया जाता है।

योग और संघ का संबंध केवल शारीरिक स्वास्थ्य तक सीमित नहीं है, बल्कि यह आत्मनियंत्रण, सामाजिक सेवा, समरसता और आध्यात्मिक जागरण से भी जुड़ा है। संघ संस्थापक डॉ. हेडगेवार स्वयं योग साधक थे और उन्होंने शाखा पद्धति में योग को अनिवार्य रूप से जोड़ा।

संघ के दूसरे सरसंघचालक श्रीगुरुजी ने भी योग को आंतरिक तप और अनुशासन के अंग के रूप में देखा। उनका कहना था, 'यदि स्वास्थ्य-रक्षा तथा रोग-प्रतिकार करने के लिए योगासनों के अभ्यास की ओर लोगों ने ध्यान दिया तो सर्वसाधारण जनता के स्वास्थ्य में सुधार हो कर उनका औषधियों पर होने वाला व्यय कम होगा तथा सब दृष्टि से उनका कल्याण होगा।'

योग केवल आत्मोन्नति का साधन नहीं बल्कि समाजोद्धार और राष्ट्रनिर्माण का भी पथ है। यही दृष्टिकोण संघ द्वारा अपनाया गया। संघ के प्रमुख शिक्षा वर्गों में योगासन और ध्यान की विधिवत् शिक्षा दी जाती है। योग के माध्यम से स्वयंसेवकों में संयम, साहस और शारीरिक स्फूर्ति का विकास किया जाता है, ताकि वे सेवाकार्यों में तत्पर रह सकें।

आज भी संघ की हजारों शाखाओं में योगाभ्यास अनिवार्य गतिविधियों में शामिल है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एक स्वयंसेवक के रूप में संघ से जुड़े रहे हैं। उनके द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की घोषणा और उसे विश्वपटल पर स्थापित करना इस संघ परंपरा की ही एक आधुनिक अभिव्यक्ति है। संघ का यह दृष्टिकोण 'योग ही युक्ति है, योग ही शक्ति है', के सूत्र में संक्षेपित किया जा सकता है। अखिल भारतीय प्रतिनिधि सभा 2015 के अनुसार, 'योग भारतीय सभ्यता की विश्व को देन है।'

संघ द्वारा योग दिवस पर पारित प्रस्ताव में कहा गया है कि 'संयुक्त राष्ट्र की 69वीं महासभा द्वारा प्रतिवर्ष 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने की घोषणा से सभी भारतीय, भारतवंशी व दुनिया के लाखों योग-प्रेमी अतीव आनंद तथा अपार गौरव का अनुभव कर रहे हैं। यह अत्यंत हर्ष की बात है कि भारत के माननीय प्रधानमंत्री ने 27 सितम्बर, 2014 को संयुक्त राष्ट्र की महासभा के अपने सम्बोधन में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने का जो प्रस्ताव रखा उसे अभूतपूर्व समर्थन मिला। नेपाल ने तुरंत इसका स्वागत किया। 175 सभासद देश इसके सह-प्रस्तावक बनें तथा तीन महीने से कम समय में 11 दिसम्बर, 2014 को बिना मतदान के, आम सहमति से यह प्रस्ताव स्वीकार कर लिया गया। अखिल भारतीय प्रतिनिधि सभा इस बात की ओर ध्यान आकर्षित करना चाहती है कि योग भारतीय सभ्यता की विश्व को देन है। 'युज' धातु से बने योग शब्द का अर्थ है जोड़ना तथा समाधि। योग केवल शारीरिक व्यायाम तक सीमित नहीं है, महर्षि पतंजलि जैसे ऋषियों के अनुसार यह शरीर मन, बुद्धि और आत्मा को जोड़ने की समग्र जीवन पद्धति है। शास्त्रों में 'योगश्चित्तवृत्ति निरोधः', 'मनःप्रशमनोपायः योगः' तथा 'समत्वंयोगउच्यते' आदि विविध प्रकार से योग की व्याख्या की गयी है, जिसे अपना कर व्यक्ति शान्त व निरामय जीवन का अनुभव करता है। योग का अनुसरण कर संतुलित तथा प्रकृति से सुसंगत जीवन जीने का प्रयास करने वालों की संख्या दिन-प्रतिदिन बढ़ रही है, जिसमें दुनिया के विभिन्न संस्कृतियों के सामान्य व्यक्ति से लेकर प्रसिद्ध व्यक्तियों, उद्यमियों तथा राजनयिकों आदि का समावेश है।

ट्रंप मुनीर लंच का मेन्यू और मकसद क्या था? ट्रंप और मुनीर को एक दूसरे से क्या चाहिए?

दुनिया की सबसे बड़ी शक्ति कहे जाने वाले अमेरिका की कूटनीति ने सदैव 'जैसे को तैसा' नहीं, बल्कि 'जैसे से फायदा हो, वैसे को गले लगा लो' की नीति अपनाई है। चाहे वह सऊदी अरब के राजाओं को हथियार बेचना हो, या पाकिस्तानी सैन्य तानाशाहों को 'मित्र' बताना हो, सब कुछ स्वार्थ-सिद्धि के लिए किया गया। जहां तक पाकिस्तानी सेना प्रमुख फील्ड मार्शल असीम मुनीर के अमेरिका में किये गये स्वागत की बात है तो यह इस ओर स्पष्ट इशारा है कि वॉशिंगटन अब फिर से रावलपिंडी की ओर झुकाव दिखा रहा है, खासकर ईरान और अफगानिस्तान जैसे जटिल मामलों में, जहां पाकिस्तान की भौगोलिक और सामरिक स्थिति अमेरिका के लिए फायदेमंद हो सकती है। ट्रंप और मुनीर की मुलाकात से यह भी स्पष्ट है कि लोकतंत्र, मानवाधिकार और वैश्विक शांति जैसे शब्द सिर्फ सजावट के लिए हैं, असल खेल रणनीतिक हित, निजी फायदे और चुनावी लाभ का है।

देखा जाये तो यह संपूर्ण घटनाक्रम भारत के लिए सिर्फ राजनयिक चिंता नहीं, बल्कि रणनीतिक चेतावनी भी है। ट्रंप जैसे लेन-देन वाले राजनेता के साथ पाकिस्तान की बढ़ती निकटता और अमेरिका की नई प्राथमिकताएं इस बात की जरूरत पर बल दे रही हैं कि भारत को अपनी विदेश नीति और सुरक्षा रणनीति को नए सिरे से आंकना चाहिए। ट्रंप और मुनीर की मुलाकात के बारे में दोनों पक्षों की ओर से जो बयान जारी हुआ है और इस संबंध में जो मीडिया रिपोर्टें आईं हैं उन सभी का विश्लेषण करने के बाद यह स्पष्ट हो जाता है कि यह भेंट सिर्फ एक प्रतीकात्मक नहीं थी बल्कि यह लेन-देन और कूटनीतिक सौदेबाज़ी का केंद्रबिंदु थी। सवाल यह है कि कौन, किससे, क्या चाहता है?

पहला सवाल है कि अमेरिका को मुनीर से क्या चाहिए? इसके तीन जवाब हो सकते हैं-

1. इस्लामिक स्टेट खुरासान (ISK) के खिलाफ सहयोग- अमेरिकी सेंटकॉम (CENTCOM) प्रमुख की हालिया गवाही से संकेत मिला है कि अमेरिका और पाकिस्तान आतंकवाद के मुद्दे पर गहराई से सहयोग कर रहे हैं। ट्रंप का मकसद हो सकता है कि वह मुनीर से घ्एख पर खुफिया और सैन्य सहयोग चाहते हों, खासकर अफगानिस्तान और ईरान सीमा क्षेत्रों में।

2. ईरान के खिलाफ सैन्य रणनीति- ईरान-इज़राइल तनाव और अमेरिका-ईरान टकराव की संभावना को देखते हुए यह अनुमान लगाया जा रहा है किः

-अमेरिका पाकिस्तान से बलूचिस्तान में लॉजिस्टिक बेस की अनुमति मांग रहा है।

-पाकिस्तानी हवाई क्षेत्र का उपयोग ईरान पर संभावित अमेरिकी हमले के दौरान माँगा गया हो।

-अमेरिका, पाकिस्तान से ईरानी क्षेत्र में रेस्क्यू ऑपरेशन में मदद की मांग कर सकता है।

-यहाँ तक कि ईरान में शासन परिवर्तन हेतु खुफिया सहयोग भी एजेंडे में हो सकता है।

3. चीन से पाकिस्तान को दूर करना- एक दीर्घकालिक अमेरिकी रणनीति यह हो सकती है कि पाकिस्तान को चीन के प्रभाव से दूर खींचा जाए। चूंकि चीन-पाकिस्तान आर्थिक गलियारा (CPEC) और रक्षा सहयोग चीन को हिंद महासागर तक पहुँचाने में मदद करता है, इसलिए अमेरिका चाहता होगा कि पाकिस्तानी सेना की निष्ठा दोबारा वॉशिंगटन की ओर झुके।

अब दूसरा सवाल यह है कि मुनीर को ट्रंप से क्या चाहिए? इसके भी तीन जवाब हो सकते हैं।

1. आर्थिक राहत और निवेश- पाकिस्तान की बिगड़ती अर्थव्यवस्था को देखते हुए, मुनीर ट्रंप से सीधा अमेरिकी निवेश, व्यापारिक सौदे और वित्तीय सहायता की मांग कर सकते हैं— विशेषकर ट्रंप परिवार से जुड़े क्रिप्टो और इंफ्रास्ट्रक्चर डील्स के माध्यम से।

2. कश्मीर पर अमेरिकी मध्यस्थता- यह सबसे विवादास्पद और संवेदनशील मांग हो सकती है। मुनीर चाह सकते हैं किः

-ट्रंप भारत और पाकिस्तान के बीच कश्मीर मुद्दे पर मध्यस्थता की पेशकश करें।

-भारत को वार्ता की मेज पर लाने के लिए दबाव डाला जाए, खासकर ऑपरेशन सिंदूर के बाद के संघर्षविराम को 'मेड इन ळर्ईं' के रूप में पेश किया जाए।

3. भारत पर दबावः सिंधु जल संधि और आतंकवाद का आरोप- अमेरिका से आग्रह किया जा सकता है कि वह भारत पर सिंधु जल संधि के पालन के लिए दबाव डाले।

-इसके अलावा, भारत पर आरोप लगाया जा सकता है कि वह बलूच विद्रोहियों और टीटीपी का समर्थन कर रहा है और पाकिस्तान चाहेगा कि अमेरिका इस पर भारत को कठघरे में खड़ा करे।

एक सवाल यह भी उठता है कि क्या मुनीर से मुलाकात ट्रंप की व्यक्तिगत राजनीति का हिस्सा है? इसके भी तीन जवाब हो सकते हैं-

-यह मुलाकात आने वाले अमेरिकी चुनावों को ध्यान में रखकर भी की जा सकती हैः

-ट्रंप खुद को वैश्विक शांति-स्थापक की छवि में पेश कर सकते हैं, खासकर अगर उन्हें नोबेल पुरस्कार के लिए कोई प्रचार मिले।

-पाकिस्तानी-अमेरिकी समुदाय को साधने और मुस्लिम दुनिया में एक 'सुलहकर्ता' नेता के रूप में खुद को पेश करने का अवसर भी ट्रंप को मिल सकता है।

हम आपको यह भी बता दें कि ट्रंप से नज़दीकी बनाने के लिए मुनीर काफी समय से लालायित थे और इसका मौका उन्हें इसी साल अप्रैल में मिल भी गया था। दरअसल, अप्रैल में एक अमेरिकी क्रिप्टो फर्म 'वर्ल्ड लिबर्टी फाइनेंशियल' ने पाकिस्तान की क्रिप्टो काउंसिल के साथ समझौता किया। यह फर्म ट्रंप परिवार से जुड़ी है और ट्रंप के बेटे एरिक और डोनाल्ड जूनियर तथा दामाद जेरेड कुशनर के पास इस कंपनी में 60% हिस्सेदारी है। WLF के प्रतिनिधिमंडल की इस्लामाबाद यात्रा के दौरान मुनीर ने उनका व्यक्तिगत रूप से स्वागत किया था और प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ के साथ बैठक भी की। इसी कंपनी ने व्हाइट हाउस के गुप्त निमंत्रण का रास्ता तैयार किया, जिसे इमरान खान के समर्थकों के विरोध से बचने के लिए गोपनीय रखा गया था। रिपोर्ट्स के मुताबिक, पाकिस्तान ने अमेरिकी कंपनियों को (कागज़ पर ही सही) दुर्लभ खनिज खनन के अधिकार, टेक्नोलॉजी प्रोजेक्ट्स और कई अन्य 'लाभकारी' योजनाएं पेश की हैं जिनमें ट्रंप से जुड़े लोग निवेशक होंगे।

बहरहाल, इस मुलाकात के बारे में जारी किये गये बयान में पाकिस्तान सेना ने यह भी कहा है कि मुनीर ने राष्ट्रपति ट्रंप को पाकिस्तान आने का औपचारिक निमंत्रण दिया है, जिसे ट्रंप ने 'सकारात्मक रूप से' स्वीकार किया है। देखा जाये तो ट्रंप-मुनीर मुलाकात पाकिस्तान के लिए

सत्य की राह

राकेश कुमार
संवाददाता

"मैने जबसे ज़िंदगी में एक पाठ सीखा है जो 'बड़ा ही आसान और कठिन भी है', तब से में बड़े सुकून में हूं और वो पाठ हैं' जाने दो'।"

किसी की गुलामी को सहन करना छोड़ दो, अपनी खूबियों को पहचानो, आप उड़ सकते हो! आज की दुनियां में लोगों का एक कायदा है, 'उधर कदम, जिधर फ़ायदा', तो ऐसे लोगों से ज़रा सावधानी रखना। कहते हैं कि अपनी लाइफ में फालतू भीड़ बढ़ाने से अच्छा है, रिश्ता-नाता उन्हीं से रखो जिनके दिल में आपके लिए सम्मान और इज्ज़त हो। ध्यान रहे कि किसी को नसीयत भले दो मगर शर्मिंदा मत करो; किसी के घर में हाजरी देना मकसद हो, जबरजस्ती घुसना नहीं।।

'छीन लेते हैं वो अक्सर मुस्कान चेहरे की, जिन्हें तुमने बता दिया कि, आप मेरी ज़िंदगी में बहुत महत्व रखते हो'।

अगर कोई गलती बार-बार करता रहे और आप उसकी गलती का उसे एहसास नहीं कराते हो तो, याद रखना कि ऐसा समय आएगा जब अपनी तरफ से किसी व्यक्ति को दी गई माफ़ी पर आपको बहुत शर्मिंदा होना पड़ेगा, क्योंकि आपने समय और शकस की पात्रता का सही आकलन किए बिना ही माफ़ी दे दी?

कहते हैं कि वर्तमान खूबसूरत लम्हों का आनन्द लेते हुए जिओ और कह दो नाराज़गी को कि मुस्कुराहट मेरी ज़िंदगी का हिस्सा बन चुकी है, इसलिए नाराज़गी की मेरी जिंदगी में अब कोई जगह नहीं है। ध्यान रहे कि खुद की गलती एक अच्छा और नेक इंसान ही स्वीकार कर सकता है, हर शक्स से इसकी उम्मीद नहीं करनी चाहिए।

अमेरिका दूर रहे

क्या ईरान के खिलाफ युद्ध में अमेरिका भी कूदेगा? अमेरिकी राष्ट्रपति डॉनल्ड ट्रंप जब इस मुद्दे पर कहते हैं कि 'मैं ऐसा कर सकता हूं और नहीं भी कर सकता' - तो वह अनिश्चितता को और बढ़ा देते हैं। इस रवैये से तनाव कम करने में मदद नहीं मिलने वाली। अगर अमेरिका इस टकराव का हिस्सा बना, तो इसके नतीजे उसके साथ-साथ पूरे पश्चिम एशिया के लिए विनाशकारी साबित हो सकते हैं।

इस्राइल और ईरान के बीच का संघर्ष केवल सैन्य या रणनीतिक लिहाज से अहम ठिकानों तक सीमित नहीं रहा है। इसका दायरा फैल रहा है और जद में आम लोग आ रहे हैं। लेकिन, यूक्रेन युद्ध रुकवाने को आतुर ट्रंप का व्यवहार इस मामले में बिल्कुल अलग है। ईरान से बिना शर्त सरेंडर जैसी बात कहने से यही जाहिर होता है कि अमेरिका की दिलचस्पी शांति में नहीं है। ट्रंप सारे पत्ते अपने हाथ में रखना चाहते हैं। उनके कहने पर अमेरिकी सेना तैयार है। खबरें हैं कि ईरान ने भी पश्चिम एशिया में मौजूद अमेरिकी सैन्य ठिकानों को निशाना बनाने के लिए मिसाइलें तैनात कर दी हैं। यानी, अब एक ट्रिगर पॉइंट इस संघर्ष को भयावह युद्ध में बदल सकता है। ट्रंप इतना बड़ा रिस्क इसलिए लेना चाहते हैं, क्योंकि उन्हें लगता है कि ईरान परमाणु हथियार बनाने के बहुत करीब है। हालांकि इस मामले में कोई निश्चित रिपोर्ट नहीं है। अमेरिका ने इस सदी की शुरुआत में भी ऐसी ही एक गलती की थी - इराक के खिलाफ युद्ध। जनसंहार के जिन हथियारों की खोज के नाम पर उसने इराक में तबाही फैलाई, वे कभी मिले ही नहीं और हजारों अमेरिकी सैनिकों को जान गंवानी पड़ी। इराक आज भी अस्थिर है। वॉशिंगटन को ऐसा ही कड़वा घूंट अफगानिस्तान में भी पीना पड़ा। ईरान की स्थिति इन दोनों के मुकाबले मजबूत है। अगर अमेरिका युद्ध में शामिल हुआ, तो लड़ाई बस ईरान तक सीमित नहीं रहेगी। ळर्ईं, सऊदी अरब, जॉर्डन समेत इस इलाके के कई देशों में अमेरिकी सेना तैनात है और ईरान उन्हें निशाना बनाने की कोशिश करेगा, जिससे ये मुल्क भी हिंसा की चपेट में आ जाएंगे। एक डर यह भी है कि ईरान के समर्थन हूती जैसे लड़ाके गुट भी अलग-अलग मोर्चा खोल सकते हैं। ईरान ने अभी तक ग्लोबल ऑयल सप्लाई को नहीं छुआ है। लेकिन, मौजूदा नेतृत्व के सामने अस्तित्व का संकट आया, तो वह पूरी ताकत से जवाब देगा, और नतीजा दुनिया के लिए आर्थिक तबाही भी लेकर आएगा। अमेरिका ने कई मौकों पर गलत अनुमान लगाए हैं-अपने अतीत से उसे इतना तो सबक लेना ही चाहिए।

इजरायल-ईरान युद्ध में भारत निभा सकता है अहम भूमिका

रूस-यूक्रेन एवं इजरायल-हमास के बीच युद्ध अभी समाप्त भी नहीं हुआ है और तीसरे मोर्चे इजरायल-ईरान के बीच भी युद्ध प्रारम्भ हो गया है। हालांकि इस बीच भारत-पाकिस्तान के बीच भी युद्ध छिड़ गया था परंतु भारत की बड़े भाई की भूमिका के चलते इस युद्ध को शीघ्रता से समाप्त करने में सफलता मिल गई थी।

दो देशों के बीच युद्ध में किसी एक देश का फायदा नहीं होकर बल्कि दोनों ही देशों का नुकसान ही होता है। परंतु, आवेश में आकर कई बार दो बड़े देश भी आपस में टकरा जाते हैं एवं इन दोनों देशों के पक्ष एवं विपक्ष में कुछ देश खड़े हो जाते हैं जिससे कुछ इस प्रकार की परिस्थितियां निर्मित हो जाती हैं कि विश्व युद्ध छिड़ जाते हैं।

वर्ष 1914 से वर्ष 1918 के बीच प्रथम विश्व युद्ध एवं वर्ष 1939 से वर्ष 1945 के बीच द्वितीय विश्व युद्ध इसके उदाहरण हैं। इजरायल-ईरान के बीच हाल ही में प्रारम्भ हुए युद्ध में अमेरिका भी कूदने की तैयारी करता हुआ दिखाई दे रहा है। अगर ऐसा होता है तो बहुत सम्भव है कि ईरान की सहायता के लिए रूस एवं चीन भी इस युद्ध में कूद पड़ें एवं यह युद्ध तृतीय विश्व युद्ध का स्वरूप ले ले। ऐसा कहा जा रहा है कि इजरायल एवं अमेरिका ईरान में सत्ता परिवर्तन करवाना चाह रहे हैं ताकि ईरान में उनके हितों को साधने वाली सरकार स्थापित हो सके।

वैश्विक स्तर पर आज परिस्थितियां बहुत सहज रूप से नहीं चल रही है। विभिन्न देशों के बीच विश्वास की कमी हो गई है जिसके चलते छोटे छोटे मुद्दों को तूल दी जाकर आपस में खटास पैदा करने के प्रयास हो रहे हैं। कुछ देश, दो देशों के बीच, इन मुद्दों को हवा देते हुए भी दिखाई दे रहे हैं। जैसे आतंकवाद के मुद्दे को ही लें, यदि ये देश आतंकवाद से स्वयं ग्रसित हैं तो इनके लिए आतंकवाद बुराई की जड़ है और यदि कोई अन्य देश आतंकवाद को लम्बे समय से झेल रहा है तो इन देशों के लिए आतंकवाद कोई बहुत बड़ा मुद्दा नहीं है। बल्कि, आतंकवाद को बढ़ावा देने वाले देशों को प्रोत्साहन दिया जाता हुआ दिखाई दे रहा है। चौधरी बन रहे कुछ देश अपनी विस्तरवादी नीतियों के चलते कई देशों में अपने हित साधने वाली सरकारों की स्थापना करना चाह रहे हैं एवं इन देशों में इस प्रकार की परिस्थितियां निर्मित करने के प्रयास कर रहे हैं ताकि ये देश आपस में लड़ाई प्रारम्भ करें। रूस एवं यूक्रेन के बीच युद्ध इसका जीता जागता उदाहरण है । साथ ही, कुछ देशों की कथनी और करनी में पाए जाने वाले फर्क के चलते भी वैश्विक स्तर पर परिस्थितियां बिगड़ रही हैं। चौधरी बन रहे देशों को तो उदाहरण पेश करते हुए अपनी कथनी एवं करनी में फर्क को समाप्त करना ही होगा। अन्यथा, वैश्विक स्तर पर परिस्थितियां भयावह स्तर तक पहुंच सकती हैं।

चूंकि इजरायल भी आतंकवाद से पीड़ित देश है एवं इजरायल की सीमाएं चार मुस्लिम राष्ट्रों से जुड़ी हुई हैं; यथा, उत्तर में लेबनान, दक्षिण पश्चिम में ईजिप्ट (एवं गाजा), पूर्व में जॉर्डन (एवं वेस्ट बैंक) एवं उत्तर पूर्व में सीरिया। अतः इजरायल अत्याधिक आक्रात्मकता के साथ आतंकवादियों (हम्मास एवं हूती आदि संगठनों) से युद्ध करता रहता है। इस्लाम के अनुयायी यहूदियों के कट्टर दुश्मन हैं, इसके चलते भी इजरायल के नागरिकों को आतंकवाद को लम्बे समय से झेलना पड़ रहा है।

ईरान के बारे में तो कहा जा रहा है कि ईरान स्थित लगभग 60 प्रतिशत मस्जिदों में इबादत के लिए कोई भी व्यक्ति पहुंच ही नहीं रहा है क्योंकि ईरान में एवं ईरान द्वारा पड़ोसी देशों में फैलाए गए आतंकवाद से ईरान के मूल नागरिक अत्यधिक परेशान हैं। महिलाओं पर आतंकवादियों द्वारा किए जा रहे अत्याचारों से स्थानीय नागरिक बहुत दुखी हैं। अतः अब वे अपने पुराने धर्म जोरोस्ट्रीयन को अपनाने के लिए आतुर दिखाई दे रहे हैं अथवा इस्लाम धर्म का परित्याग करना चाह रहे हैं।

जोरोस्ट्रीयन, ईरान का मूल धर्म हैं एवं यह अब ईरान के कुछ (बहुत कम) क्षेत्रों में सिमट कर रह गया है। भारत में भी जोरोस्ट्रीयन धर्म को मानने वाले पारसी समुदाय के कुछ नागरिक शांतिपूर्वक रह रहे हैं एवं भारत के आर्थिक विकास में अपना भरपूर योगदान दे रहे हैं।

वैश्विक स्तर पर निर्मित हो रही उक्त वर्णित परिस्थितियों के बीच भारत की विशेष भूमिका रह सकती है क्योंकि भारत के इजरायल एवं ईरान दोनों ही देशों के साथ आर्थिक रिश्ते बहुत मजबूत हैं। भारत, ईरान से भारी मात्रा में कच्चा तेल खरीदता रहा है एवं भारत ने ईरान में चाबहार बंदरगाह के निर्माण में भारी आर्थिक एवं तकनीकी सहायता प्रदान की है। चाबहार बंदरगाह का संचालन भी ईरान की सरकार के साथ भारतीय इंजीनियरों द्वारा ही किया जा रहा है। भारत और ईरान के बीच प्रतिवर्ष 200 करोड़ अमेरिकी डॉलर से अधिक की राशि का विदेशी व्यापार होता है। दूसरी ओर, इजरायल भारत का रणनीतिक साझीदार है। भारत इजरायल से भारी मात्रा में सुरक्षा उपकरण भी खरीदता है। भारत और इजरायल के बीच प्रतिवर्ष 650 करोड़ अमेरिकी डॉलर से अधिक की राशि का विदेशी व्यापार होता है, इसमें भारत द्वारा इजरायल से आयात किये जाने वाले सुरक्षा उपकरणों की राशि शामिल नहीं है। कुल मिलाकर, भारत के इजराईल एवं ईरान, दोनों देशों के साथ बहुत पुराने व्यापारिक एवं सांस्कृतिक रिश्ते हैं।

भारतीय सनातन हिंदू संस्कृति में 'वसुधैव कुटुम्बकम'; 'सर्वजन हिताय सर्वजन सुखाय' एवं 'सर्वे भवंतु सुखिनः' की भावना पर विश्वास किया जाता है। अतः भारतीय नागरिक सामान्यतः शांत स्वभाव के होते है एवं पूरे विश्व में ही भ्रातत्व के भाव का संचार करते हैं। आज 4 करोड़ से अधिक भारतीय मूल के नागरिक विभिन्न देशों के आर्थिक विकास में अपना भरपूर योगदान दे रहे हैं। इन देशों में होने वाले अपराधों में भारतीय मूल के नागरिकों की संलिप्तता लगभग नहीं के बराबर पाई गई है। इसी कारण के चलते आज वियतनाम, जापान, इजरायल, आस्ट्रेलिया एवं सिंगापुर जैसे कई देश भारतीय मूल के नागरिकों को अपने देश में कार्य करने एवं बसाने में सहायता करते हुए दिखाई दे रहे हैं। खाड़ी के देश यथा ओमान, बहरीन, सऊदी अरब, यूनाइटेड अरब अमीरात आदि में भी लाखों की संख्या में भारतीय मूल के नागरिक निवास कर रहे हैं एवं शांतिप्रिय जीवन व्यतीत कर रहे हैं।

जनखबर

हेल्पलाइन उठाएं अपनी आवाज

सड़क टूटी है या पानी नहीं आता, आस-पास के पार्क बुरे हाल में हैं, डीटीसी रूट पर बसें नहीं आती... कभी बार-बार बिजली गुल हो जाती है, कभी बच्चों का स्कूल में दाखिला नहीं होता तथा सरकारी महकमों में भ्रष्टाचार के कारण आप को बार-बार चक्कर लगाने पड़ते हैं और आप अपनी परेशानियों की वजह से अपनी किस्मत को कोसते हैं। सहायता के लिए इधर उधर दौड़ते हैं, समाधान नहीं मिलता, आइए हम आपकी समस्याओं की आवाज जनखबर के माध्यम से अधिकारियों, मंत्रियों और संबंधित विभागों की नजर में लाने का प्रयास करेंगे और उनका समाधान भी ढूंढेंगे।

ई-मेल के सबजेक्ट में लिखें : jankhabarhelpline
और अपनी समस्या ई-मेल करें - jankhabarnews@gmail.com

लाल किले पर ब्रह्माकुमारीज और आयुष मंत्रालय द्वारा 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह

संवाददाता
राकेश कुमार की रिपोर्ट

नई दिल्ली।। 21 जून 2025 को ऐतिहासिक लाल किले की प्राचीरों पर ब्रह्माकुमारीज़ संस्था और भारत सरकार के आयुष मंत्रालय के संयुक्त तत्वावधान में 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस भव्य रूप से मनाया गया।

इस गरिमामयी अवसर पर लोकसभा अध्यक्ष श्री ओम बिरला जी मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। उनके साथ विभिन्न धर्मों के धर्मगुरु, आयुष मंत्रालय के वरिष्ठ अधिकारी, और अन्य अनेक विशिष्ट गणमान्य अतिथि भी शामिल हुए।

कार्यक्रम में 25,000 से अधिक लोगों ने भाग लेकर सामूहिक रूप से योगाभ्यास किया और 'योग को जीवनशैली का हिस्सा' बनाने का संकल्प लिया। ब्रह्माकुमारीज़ के वरिष्ठ योग साधकों ने मंच संचालन और योग सत्रों का नेतृत्व किया, जिससे पूरे वातावरण में एक अद्भुत आध्यात्मिक ऊर्जा का संचार हुआ।

यह आयोजन न केवल योग की प्राचीन भारतीय परंपरा को सम्मान देने वाला रहा, बल्कि देश और विश्व में शांति, स्वास्थ्य और एकता का संदेश भी लेकर आया।

रोड पर किशोरी से छेड़छाड़ का विरोध करने पर राहगीर को चाकू मारा, गिरफ्तार

रितू, संवाददाता व कैमरामेन

पूर्वी दिल्ली।। उत्तर-पूर्वी दिल्ली के खजूरी खास इलाके में बीच सड़क पर युवक ने किशोरी से छेड़डाड़ की। राहगीर युवक ने इसका विरोध किया तो आरोपी ने चाकू से उसपर हमला कर दिया। हमले के बाद आरोपी मौके से भाग गया। घायल को जख्मी हालत में जीटीबी अस्पताल में भर्ती कराया गया। पुलिस ने घायल की शिकायत पर हत्या के प्रयास और किशोरी के बयान पर छेड़छाड़ का मामला दर्ज कर आरोपी चमन को गिरफ्तार कर लिया है। किशोरी और आरोपी दोनों अलग-अलग समुदाय के हैं। आरोपी ने अपनी पहचान छिपाकर किशोरी से दोस्ती की थी। किशोरी को जब इसका पता चला तो उसने युवक से दूरी बना ली। इसी बात पर आरोपी उससे जोर जबरदस्ती कर रहा था। वारदात के समय किशोरी के साथ एक और किशोरी थी घटना का सीसीटीवी वीडियो सोशल मीडिया पर जमकर वायरल हो गया। उसको कब्जे में लेकर पुलिस मामले की जांच कर रही है।

पुलिस उपायुक्त आशीष मिश्रा ने बताया, वारदात शुक्रवार की श्रीराम कालोनी खजूरी की है। घायल का बयान लिया गया। इसके बाद किशोरी से बातचीत कर उसका भी बयान लिया गया। बाद में आरोपी चमन को गिरफ्तार कर लिया गया है। उससे चाकू बरामद करने का प्रयास किया जा रहा है। पुलिस कुछ प्रत्यक्षदर्शियों से भी बातचीत कर रही है। उनके बयान भी लिए जा रहे हैं। इधर घटना को लेकर स्थानीय लोगों में रोष है। शनिवार को सोशल मीडिया किशोरी से जोर जबरदस्ती का वीडियो वायरल होने पर लोगों ने पुलिस से आरोपी के खिलाफ.सख्त से सख्त एक्शन लेने की मांग की है। पुलिस आरोपी से पूछताछ कर मामले की जांच कर रही है। इस बात का पता लगाने का प्रयास किया जा रहा है कि आरोपी कब से किशोरी को परेशान कर रहा था।

ऑडी ने बाईक में मारी टक्कर, दंपती और बच्ची घायल

रितू, संवाददाता व कैमरामेन

दक्षिण-पूर्वी दिल्ली के हजरत निजामुद्दीन इलाके में बृहस्पतिवार रात को ऑडी और मोटरसाइकिल की टक्कर में दंपती व बच्ची घायल हो गई। निजामुद्दीन थाना पुलिस ने ऑडी चालक के खिलाफ मामला दर्ज किया है। दक्षिण-पूर्व जिला पुलिस उपायुक्त डॉ. हेमंत तिवारी ने बताया कि पुलिस स्टेशन हजरत निजामुद्दीन पर एक पीसीआर कॉल प्राप्त हुई। सूचना देने वाले ने बताया कि एक ऑडी कार ने मोटरसाइकिल को टक्कर मार दी है।

जांच अधिकारी तुरंत मौके पर पहुंचे। जांच में पता लगा कि मोटरसाइकिल पर सवार हाजी कॉलोनी, जामिया नगर, ओखला निवासी परवेज (29), पत्नी व उनकी एक वर्ष की बेटी घायल हो गई। तीनों घायलों को एम्स ट्रॉमा सेंटर में भर्ती कराया गया। परवेज व उनकी पत्नी को प्राथमिक उपचार के बाद ही छुट्टी दे दी गई थी, जबकि बेटी को देर शाम छुट्टी दे दी गई।

पुलिस उपायुक्त ने बताया कि ओल्ड राजिंदर नगर निवासी ऑडी चालक रशीत कुमार (21) को गिरफ्तार कर लिया गया है।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर, दिल्ली की मुख्यमंत्री ने यमुना किनारे किया योग

एजेंसी

नई दिल्ली।। दिल्ली की मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर शनिवार को उत्तर-पूर्वी दिल्ली के सोनिया विहार में यमुना नदी के किनारे योगाभ्यास किया। इस अवसर पर उनके साथ भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के सांसद मनोज तिवारी और उनके मंत्रिमंडल सहयोगी कपिल मिश्रा भी मौजूद थे।

सीएम रेखा गुप्त योग दिवस के अवसर पर क्या कहा : कार्यक्रम स्थल के चुनाव के संबंध में पूछे जाने पर मुख्यमंत्री ने कहा कि उन्होंने जनता को यह दिखाने के लिए इस स्थान का चयन किया कि यमुना नदी की सफाई का कार्य जारी है। उन्होंने यह भी कहा कि यमुना नदी हमारे विश्वास का प्रतीक है लेकिन पिछली सरकारों ने इसकी उपेक्षा की। उन्होंने इसे साफ करने के लिए कोई प्रयास नहीं किया। हमारी सरकार को सत्ता में आए चार महीने हुए हैं और हमने सफाई का कार्य शुरू कर दिया है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि लोग मुझसे पूछते हैं कि 'क्रूज' कहां चलेगी? मैं उन्हें बताना चाहती हूं कि 'क्रूज' इसी नदी पर चलेगी, जहां आज छात्र नौकाओं पर योग कर रहे थे। मुख्यमंत्री ने पूर्व की आम आदमी पार्टी सरकार पर निशाना साधते हुए कहा कि उसने योग को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी से जोड़ दिया और इसीलिए कभी इस अवसर का जश्न नहीं मनाया।

सरकार ने कुल 11 स्थानों पर कार्यक्रम किए आयोजित : सीएम रेखा गुप्ता ने यह भी कहा कि अगर वे योग को प्रधानमंत्री मोदी से जोड़ते हैं तो हम क्या कर सकते हैं? कल को हो सकता है कि वे खाने के साथ प्रधानमंत्री को जोड़ दें और खाना भी छोड़ दें। दिल्ली में भाजपा सरकार आने के बाद उन्होंने राष्ट्रीय राजधानी भी छोड़ दी। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में सरकार ने कुल 11 स्थानों पर कार्यक्रम आयोजित किए, जिनमें मंत्रियों, विधायकों और भाजपा के सांसदों ने भाग लिया।

विधानसभा अध्यक्ष श्री विजेंद्र गुप्ता ने ICAI के अंतरराष्ट्रीय योग दिवस समारोह में योग की महत्वपूर्ण भूमिका को रेखांकित किया

संवाददाता
राकेश कुमार की रिपोर्ट

नई दिल्ली।। दिल्ली विधानसभा के माननीय अध्यक्ष श्री विजेंद्र गुप्ता आज भारतीय चार्टर्ड एकाउंटेंट्स संस्थान (घ्र्ंइ) द्वारा आयोजित अंतरराष्ट्रीय योग दिवस समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में सम्मिलित हुए। 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य' थीम पर आधारित इस कार्यक्रम में श्री गुप्ता ने योग को भारतीय ज्ञान परंपरा की एक अमूल्य देन बताते हुए इसे आज के तेज़-तर्रार जीवन में मानसिक स्पष्टता, भावनात्मक संतुलन और आध्यात्मिक स्थिरता का साधन बताया।

श्री गुप्ता ने अपने संबोधन में कहा कि योग केवल शारीरिक आसनों तक सीमित नहीं है, बल्कि यह जीवन के हर क्षेत्र में संतुलन लाने वाली जीवनशैली है। विशेष रूप से चार्टर्ड अकाउंटेंट जैसे पेशेवरों के लिए, जो जटिल दायित्वों और उच्च मानसिक दबाव में कार्य करते हैं, योग मानसिक शांति और एकाग्रता बनाए रखने का सशक्त माध्यम है। उन्होंने कहा कि 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य' की भावना यह दर्शाती है कि व्यक्ति की भलाई समाज और पर्यावरण की भलाई से जुड़ी हुई है — और योग इस समग्र दृष्टिकोण को बढ़ावा देता है।इस विशेष अवसर पर घ्र्ंइ के अध्यक्ष श्री चरणजोत सिंह भी उपस्थित थे।

श्री गुप्ता ने घ्र्ंइ की इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि जिस प्रकार यह संस्था वित्तीय ईमानदारी और व्यावसायिक नैतिकता को बढ़ावा देती है, उसी तरह योग को पेशेवर जीवन में शामिल करना एक संतुलित और जागरूक कार्य संस्कृति का निर्माण करता है। उन्होंने कहा, 'लेखा परीक्षा, अनुपालन और रणनीतिक विश्लेषण जैसी जिम्मेदारियों के बीच योग हमें स्थिरता, ध्यान और उद्देश्य के साथ कार्य करने में सहायता करता है।' उन्होंने योग और ध्यान को जीवन का अभिन्न अंग बनाने, दैनिक अभ्यास, प्राणायाम और आत्म-चिंतन के माध्यम से शारीरिक और मानसिक संतुलन बनाए रखने का आग्रह किया। अपने वक्तव्य के अंत में श्री गुप्ता ने प्राचीन भारतीय ज्ञान परंपरा का हवाला देते हुए सभी के सुख-शांति की कामना की और समाज से आह्वान किया कि योग को केवल एक दिन का आयोजन न मानें, बल्कि इसे जीवन में बदलाव लाने वाले आंदोलन के रूप में अपनाएं। उन्होंने कहा, 'यह दिवस सरलता, आंतरिक शक्ति और धरती के प्रति साझा जिम्मेदारी की ओर एक संकल्प बने।'

प्योर कंपनी शोरूम का उद्घाटन, स्कूटी और मोटरसाइकिल लॉन्च : ई–व्हीकल क्रांति की ओर एक और कदम

संवाददाता
राकेश कुमार की रिपोर्ट

दिल्ली के गीता कॉलोनी में प्योर कंपनी का नया शोरूम भव्य उद्घाटन के साथ जनता के लिए खोला गया। इस मौके पर मुख्य अतिथि के रूप में भाजपा दिल्ली प्रदेश अध्यक्ष श्री वीरेंद्र सचदेवा, सांसद श्री हर्ष मल्होत्रा, विधायक डॉ. अनिल गोयल, निगम पार्षद श्री संदीप कपूर, निगम पार्षद श्रीमती नीमा भगत सहित कई भाजपा कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

श्री वीरेंद्र सचदेवा और श्री हर्ष मल्होत्रा ने स्कूटी और मोटरसाइकिल की जानकारी ली और स्वयं उसकी टेस्ट ड्राइव भी की। उन्होंने कहा कि 'प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी का सपना है कि 2027 तक 100ड़ वाहन ई-व्हीकल हो जाएं ताकि प्रदूषण कम हो और पर्यावरण को स्वच्छ रखा जा सके। हमें सभी को इलेक्ट्रिक वाहनों को अपनाने के लिए प्रेरित करना चाहिए।'

शोरूम के मैनेजिंग डायरेक्टर श्री जितिन बत्रा ने बताया कि कंपनी द्वारा लॉन्च की गई स्कूटी और मोटरसाइकिल की कीमत लगभग 1,15,000 है। सरकार की ओर से प्रति केवी 5000 की सब्सिडी दी जा रही है, जिससे 3 केवी की स्कूटी पर 15,000 तक की छूट मिल सकती है। उन्होंने यह भी बताया कि यह बैटरी लिथियम बैटरी है पूरी तरह से सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त है और एक बार फुल चार्ज करने पर यह वाहन 200 किलोमीटर तक की दूरी तय कर सकता है। इसे चार्ज करना आसान है और यह बहुत ही इकोनॉमिक है, जिससे आम जनता के लिए यह एक किफायती और पर्यावरण अनुकूल विकल्प बनता है।

इस आयोजन के साथ गीता कॉलोनी में इलेक्ट्रिक वाहनों की दिशा में एक नया कदम बढ़ाया गया है, जो आने वाले समय में पर्यावरण संरक्षण की दिशा में अहम भूमिका निभाएगा।

बिरयानी की दुकान मालिक से कहासुनी के बाद बदमाशों ने की फायरिंग, फैली दहशत

रितू, संवाददाता व कैमरामेन

पूर्वी दिल्ली। उत्तर-पूर्वी दिल्ली के पुराने मुस्तफाबाद इलाके में एक बिरयानी की दुकान के मालिक और तीन अज्ञात लोगों के बीच मामूली कहासुनी के बाद एक व्यक्ति ने हवा में गोली चला दी. जिससे दहशत फैल गई. इस बात की जानकारी एक पुलिस अधिकारी ने एक न्यूज एजेंसी को दी. अधिकारी के मुताबिक घटना शुक्रवार रात करीब 9.20 बजे पुराने मुस्तफाबाद इलाके की गली नंबर 3 में हुई. फिलहाल मामले में दयालपुर थाने में एफआईआर दर्ज कर ली गई है.

प्रारंभिक जांच में पता चला है कि बिरयानी की दुकान चलाने वाले शिकायतकर्ता के पास मोटरसाइकिल पर सवार तीन लोग आए थे. तीनों पहले एक पड़ोसी हलवाई की दुकान पर गए और फिर शिकायतकर्ता से मामूली बात पर बहस करने लगे. अधिकारी ने बताया कि बहस के बीच, संदिग्धों में से एक ने बंदूक निकाली और डराने के लिए हवा में गोली चलाई. हालांकि, गनीमत यह रही है कि इस फायरिंग में कोई घायल नहीं हुआ. फायरिंग से मौके पर अफरा-तफरी मच गई और आसपास के लोग दहशत में आ गए. पीसीआर कॉल मिलने के बाद पुलिस की एक टीम मौके पर पहुंची. अधिकारियों ने बताया कि घटनास्थल की जांच की जा रही है. पुलिस ने बताया कि भारतीय न्याय संहिता की संबंधित धाराओं के तहत मामला दर्ज कर लिया गया है. साथ ही आरोपियों को पकड़ने के लिए एक टीम का गठन कर दिया गया है. जल्द ही आरोपियों को गिरफ्तार कर लिया जाएगा. अपराधियों की पहचान के लिए सीसीटीवी की भी मदद ली जा रही है.

अवैध इमारतों पर MCD की कड़ी नजर, कार्रवाई के लिए पूरी हो चुकी तैयारी

संवाददाता
राकेश कुमार की रिपोर्ट

पूर्वी दिल्ली।। हाल ही दिल्ली प्रशासन की अवैध बिल्डिंगों पर सख्ती के नमूने लगातार दिखाई दा रहे हैं। अवैध रूप से बसी बस्तियों को और नियमों के दायरे से बाहर बनी इमारतों पर बुलडोजर कार्रवाई हो रही है। अब ऐसा ही एक नमूना पूर्वी दिल्ली में देखने को मिल सकता है। पूर्वी दिल्ली के मुस्तफाबाद में अवैध तरीके से छह मंजिला इमारतें बनाई जा रही हैं। इसे लेकर नगर निगम शाहदरा उत्तर जोन के चेयरमैन पुनीत शर्मा और उपायुक्त लेफ्टिनेंट कर्नल अभिषेक कुमार ने शुक्रवार को इलाके का दौरा किया। दौरे में कई अवैध इमारतों की पहचान हुई। चेयरमैन पुनीत शर्मा ने साफ कहा कि इन इमारतों पर सख्त कार्रवाई की जाएगी और जो भी लोग इस काम में शामिल हैं, उन पर भी कार्रवाई होगी। इस दौरे के दौरान कई अवैध इमारतों की पहचान की गई।

इस दौरे में इलाके की साफ-सफाई की स्थिति भी देखी गई। कई जगहों पर नालों की सफाई करवाई गई और सड़क किनारे गलत तरीके से खड़े वाहनों की हवा भी निकाली गई, ताकि दोबारा वहां वाहन न खड़े हों। कुछ जगहों पर गंदगी नजर आई, जिस पर तुरंत सफाई के निर्देश दिए गए। इस पूरी कार्रवाई का मकसद इलाके को अवैध निर्माण और गंदगी से बचाना है, ताकि लोग सुरक्षित और साफ-सुथरे माहौल में रह सकें।

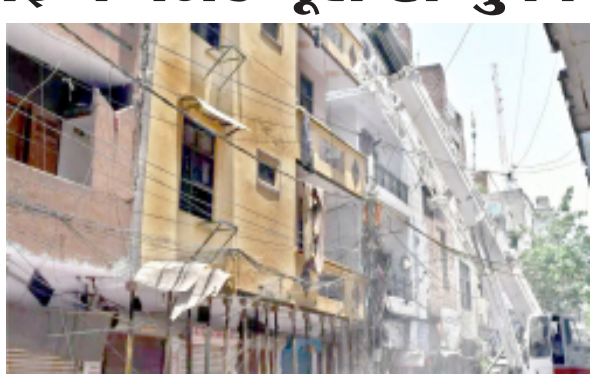
तीन दिनों से खुले आसमान के नीचे रहने को मजबूर झुग्गीवासी; दिल्ली के लोनी इलाके में चला था बुलडोजर

संवाददाता
राकेश कुमार की रिपोर्ट

पूर्वी दिल्ली।। उत्तर पूर्वी दिल्ली के गोकलपुर विधानसभा क्षेत्र के लोनी गोल चक्कर इलाके में झुग्गी बस्ती पर बुलडोजर की कार्रवाई के बाद लोग सड़क पर परिवार के साथ रहने को मजबूर हैं. लोगों का कहना है कि वह लोग तीन दिनों से खुले आसमान के नीचे, सड़क किनारे रहने को मजबूर हैं. बच्चे भूखे हैं, महिलाएं पानी और छांव को तरस रही है, और उन्हें कोई भी राहत या मदद नहीं मिल रही. वहीं, जो कोई मदद करने की कोशिश करता है, उसे प्रशासन मना कर देता है.

दरअसल, लोनी गोल चक्कर के पास बसे लोहार झुग्गी बस्ती में पीडब्ल्यूडी, एमसीडी, बीएसईएस, दिल्ली पुलिस और रैपिड एक्शन फोर्स की मौजूदगी में बुलडोज़र चला दिया गया था. प्रशासनिक की इस संयुक्त कार्रवाई में लोहार समुदाय की 50 से अधिक झुग्गियां जमींदोज़ कर दिया गया. बताया जा रहा है कि यह कार्रवाई दिल्ली हाईकोर्ट के निर्देश पर की गई.

जानकारी के अनुसार, झुग्गियों को सड़क के फुटपाथ पर बने अवैध निर्माण मानते हुए हटाया गया. अधिकारियों के अनुसार, अतिक्रमण हटाने के लिए पहले कई बार नोटिस दिए गए थे, लेकिन जब झुग्गियां नहीं हटाई गई, तो मजबूरन कार्रवाई करनी पड़ी. लेकिन स्थानीय लोगों की दास्तां कुछ और ही बयां कर रही है. उनका कहना है कि उन्हें सिर्फ दो-तीन दिन पहले मौखिक सूचना दी गई थी, लेकिन किसी भी तरह का आधिकारिक नोटिस नहीं दिया गया.सरकार ने भरोसे को तोड़ाः झुग्गीवासियों का आरोप है कि सांसद मनोज तिवारी और पूर्व मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल के प्रतिनिधियों ने पहले उन्हें भरोसा दिलाया था कि उनकी झुग्गियों को नहीं हटाया जाएगा, लेकिन अब प्रशासन के बुलडोज़र ने उन सारे वादों को मलबे में तब्दील कर दिया है.



लोहार समुदाय के लोग इस अचानक आई मुसीबत से हतप्रभ हैं. प्रशासन ने उन्हें सड़कों पर लाकर छोड़ दिया है. लोगों ने कहा कि 'हमने यही सोचकर यहां जिंदगी बसर की कि सरकार हमारे पुनर्वास का ध्यान रखेगी, लेकिन अब तो छत भी छीन ली गई. कार्रवाई के बाद से प्रभावित परिवार तीन दिनों से खुले आसमान के नीचे, सड़क किनारे रहने को मजबूर हैं.

जनखबर
jankhabarnews@gmail.com

गाजियाबादः रवि हत्याकांड का आरोपी पुलिस मुठभेड़ में गिरफ्तार, 25 हजार इनामी बदमाश फरार था

एजेंसी

गाजियाबादः उत्तर प्रदेश के गाजियाबाद में चर्चित रवि शर्मा हत्याकांड में फरार चल रहे ?25 हजार के इनामी बदमाश को पुलिस ने मुठभेड़ में गिरफ्तार कर लिया। मुठभेड़ के दौरान अभियुक्त के दोनों पैरों में गोली लगी और उसे गिरफ्तार कर लिया गया। फिलहाल घायल अवस्था में अभियुक्त को अस्पताल में भर्ती कराया गया है। पुलिस ने उसके कब्जे से एक अवैध .32 बोर की पिस्टल, दो खोखा कारतूस, तीन जिंदा कारतूस और एक चोरी की बाइक भी बरामद की है।

दरअसल, 18 जून को थाना मुरादनगर क्षेत्र के मिल्क रावली गांव निवासी जितेंद्र शर्मा अपने 32 वर्षीय पुत्र रवि शर्मा के साथ गाड़ी में सवार होकर अपने गांव जा रहे थे। इसी बीच उनकी भतीजी और उनके बच्चे ऑटो में सवार होकर गांव जाते हुए दिखाई दिए तो उन्होंने ऑटो रोककर अपनी गाड़ी में उन्हें बैठाने लगे। इसी दौरान पीछे से जैन स्टीलो गाड़ी में सवार होकर गांव के ही रहने वाले मोंटी चौधरी और उसका एक साथी अजय भी आ गए। जिन्होंने रवि से गाड़ी को वहां से हटाने के लिए कहा जितेंद्र शर्मा का कहना है कि इस बात पर आपस में कहां सुनी हो गई। हालांकि उस वक्त तो वह वहां से चले गए लेकिन कुछ देर बाद ही वह बाइक पर सवार होकर जितेंद्र शर्मा के घर पहुंचे और उनके गेट पर कई राउंड फायरिंग की।

यह है मामला : सूचना पुलिस को मिली तो पुलिस मौके पर पहुंची और उन्होंने थाने पहुंचकर आरोपियों के खिलाफ तहरीर देने की बात कही जैसे ही वह थाने पर पहुंचे तो आरोपी मोंटी और अजय भी थाने पर पहुंच गए और उन्होंने वहां भी कई राउंड फायरिंग की। इस दौरान की गई फायरिंग में जितेंद्र शर्मा के पुत्र रवि शर्मा को गोली। वह बेहोश होकर जमीन पर गिर गया और दोनों आरोपी मौके से फरार हो गए। रवि शर्मा को अस्पताल पहुंचाया गया लेकिन डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया। इस मामले में पीड़ित परिवार के द्वारा स्थानीय पुलिस पर लापरवाही का आरोप लगाया गया। इस मामले में पुलिस के आला अधिकारियों ने इसे गंभीरता से लेते हुए थाना प्रभारी समिति 3 पुलिस कर्मियों को निलंबित भी कर दिया। आरोपियों को पकड़ने के लिए विशेष टीम का गठन किया गया।

डीसीपी ने दी जानकारी : इस पूरे मामले का खुलासा करते हुए डीसीपी देहात सुरेंद्रनाथ तिवारी ने बताया कि मुरादनगर थाना क्षेत्र में रावली रोड पर गश्त के दौरान एक बाइक सवार संदिग्ध युवक पुलिस को देखकर खिमावती-सुराना लिंक रोड की ओर मुड़ गया। पुलिस ने पीछा कर उसे रोकने का प्रयास किया। लेकिन उसने भागने की कोशिश की। इसी दौरान बाइक फिसल गई और जब पुलिस ने उसे पकड़ने का प्रयास किया तो उसने पुलिस टीम पर जान से मारने की नीयत से फायरिंग कर दी। जवाबी कार्रवाई में पुलिस ने भी फायर किया, जिससे आरोपी घायल हो गया। जिसकी पहचान मिल्क रावली के रहने वाले मोंटी चौधरी पुत्र स्व.जितेंद्र के रूप में हुई। उन्होंने बताया कि मुठभेड़ के दौरान अभियुक्त के दोनों पैरों में गोली लगी, जिसके बाद उसे गिरफ्तार कर इलाज के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया है।

जांच जारी

पुलिस पूछताछ में मोंटी चौधरी ने स्वीकार किया कि उसने 18 जून को रवि शर्मा की गोली मारकर हत्या की थी और तभी से फरार चल रहा था। उसके खिलाफ मुरादनगर थाने में हत्या और बलात्कार के संगीन मामले दर्ज हैं। पुलिस अब आरोपी के आपराधिक नेटवर्क और अन्य वारदातों में संलिप्तता की जांच कर रही है

घर में घुसकर युवती से अश्लील हरकत की, विरोध करने पर युवक ने चाकू मारकर किया घायल

एजेंसी

मुरादनगर थानाक्षेत्र के गांव में युवक ने घर में घुसकर युवती से अश्लील हरकत कर छेड़छाड करने का विरोध करने पर चाकू मारकर घायल कर दिया। पुलिस ने रिपोर्ट दर्ज कर आरोपी की तलाश शुरु कर दी है। गांव निवासी युवती ने बताया कि मेरे घर के पास सरकारी नल लगा हुआ है। जब पड़ोसी सरकारी नल पर नहाता है तो अश्लीलता करता है। आरोप है कि जब इसका विरोध किया तो आरोपी ने घर में घुसकर युवती के साथ अश्लील हरकत कर मारपीट की। इसके अलावा वह स्कूल आते-जाते समय भी पीछा करता है।

आरोप दो दिन पहले आरोपी घर के अंदर आ गया और अश्लील हरकत करने लगा। जब अश्लील हरकत करने का विरोध किया तो आरोपी ने चाकू मारकर कर युवती को घायल कर दिया। पीड़िता ने इसकी तहरीर थाने में दी है। पुलिस ने डब्बू के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज की है।

पैर फिसलने से गर्भवती की मौत

एजेंसी

मसूरी। गांव नूरपुर में शुक्रवार को छह माह की गर्भवती की पैर फिसलने से मौत हो गई। मसूरी के गांव नूरपुर निवासी मोहित ने बताया कि उनकी पत्नी सुरेखा छह माह की गर्भवती थीं। वह सोमवार सुबह घरेलू कार्य कर रही थीं तभी उनका पैर फिसल गया जिससे वह पेट के बल जमीन पर गिर गईं। परिजनों ने उन्हें पहले सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र मुरादनगर में भर्ती कराया मगर वहां से सुरेखा को दिल्ली के लीलावती अस्पताल में रेफर कर दिया गया फिर वहां से भी उन्हें गंगाराम भेज दिया गया लेकिन रक्त नहीं रूका और संक्रमण फैल गया। महिला की स्थिति में सुधार नहीं होने के कारण सुरेखा को यशोदा अस्पताल गाजियाबाद में भर्ती कराया गया। जहां उनकी मौत हो गई। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर जांच की। सहायक पुलिस आयुक्त मसूरी लिपी नगायच ने बताया कि पुलिस को अभी कोई तहरीर नहीं मिली है। तहरीर मिलने पर कार्रवाई की जाएगी।

जीडीए ने 47 बीघा जमीन में फैली कॉलोनियों को किया ध्वस्त तो वीसी ने भी जनता को किया आगाह

एजेंसी

जीडीए ने शुक्रवार को अवैध रूप से विकसित की जा रही कॉलोनियों के खिलाफ बड़ी कार्रवाई करते हुए लगभग 47 बीघा भूमि पर चल रहे निर्माण को ध्वस्त कर दिया। यह कार्रवाई जीडीए उपाध्यक्ष अतुल वत्स के निर्देश पर की गई, साथ ही उन्होंने जनता को आगाह किया कि वे अवैध कॉलोनियों में भूखंडों का क्रय-विक्रय न करें। जीडीए के अपर सचिव प्रदीप कुमार सिंह के अनुसार, प्रवर्तन जोन-3 के प्रभारी अधिकारियों संजय चौधरी, अजय कुमार और संजीव चौधरी के नेतृत्व में यह कार्रवाई कई स्थानों पर की गई। प्रमुख रूप से,खसरा संख्या 468, दुहाई (गाजियाबाद) में लगभग 5 बीघा भूमि पर अवैध निर्माण को तोड़ा गया, जहां मो. आबिद, मो. अतीक व अन्य लोग निर्माण कर रहे थे। मटियाला रोड, सदरपुर (गाजियाबाद) में जनहित इंस्टीट्यूट के सामने लगभग 21 बीघा भूमि पर विजय चौधरी व गौरव सोलंकी द्वारा विकसित की जा रही कॉलोनी को ध्वस्त किया गया। ग्राम मटियाला (डासना) स्थित 9000 वर्गमीटर क्षेत्रफल में हो रहे निर्माण और खसरा संख्या 367 व 368 में अश्वनी चौधरी द्वारा विकसित की जा रही 12 बीघा भूमि पर कॉलोनी की सड़कें, भूखंडों की बाउंड्रीवाल को तोड़ा गया। स्थानीय निर्माणकर्ताओं ने कार्रवाई का विरोध किया। लेकिन पुलिस ने हल्का बल प्रयोग कर उन्हें खदेड़ दिया। इसके अतिरिक्त, आई-171, गोविन्दपुरम में रोहित कुमार के अनधिकृत निर्माण को भी सील किया गया।

जीडीए अधिकारियों ने आम नागरिकों से स्पष्ट रूप से अपील की कि वे अवैध कॉलोनियों में कोई भी भूखंड न खरीदें, अन्यथा उन्हें भविष्य में नुकसान उठाना पड़ सकता है। इस मौके पर अधिशासी अभियंता, सहायक अभियंता, अवर अभियंता, सुपरवाइजर, मेट, स्थानीय पुलिस बल और मधुबन बापूधाम थाने की पुलिस टीम मौजूद रही।

अंकुर की हत्या का आरोपी गिरफ्तार, स्कूटी व कार बरामद

लोनी। गनौली गांव निवासी अंकुर की गोली मारकर हत्या के मामले में फरार चल रहे आरोपी सोनू को गिरफ्तार कर लिया है। सोनू की निशानदेही से पुलिस ने अंकुर की जली हुई स्कूटी, घटना में प्रयुक्त कार बरामद की है। पुलिस इससे पहले मुख्य आरोपी समेत दो आरोपियों को गिरफ्तार कर चुकी है।

एसीपी लोनी सिद्धार्थ गौतम ने बताया कि अंकुर हत्याकांड के आरोपी शिवम उर्फ शैंकी को पुलिस ने मुठभेड़ के बाद गिरफ्तार किया था। शैंकी के साथ सौरव को भी गिरफ्तार किया था। सोनू इस मामले में फरार चल रहा था। पुलिस ने सोनू को बंथला फ्लाईओवर के पास से गिरफ्तार किया है। बता दें कि गनौली गांव निवासी अंकुर का सात जून को अपहरण कर गोली मारकर हत्या कर दी गई थी। मामले में मृतक के परिजनों ने शिवम उर्फ शैंकी, अमन निवासी गनौली व सोनू निवासी भगोट के नाम अपहरण करने की रिपोर्ट दर्ज कराई थी। पुलिस ने मामले में सौरव को पकड़कर हत्या का खुलासा किया था। पुलिस ने अंकुर के शव को सिटी फॉरेस्ट स्थित हिंडन नदी से बरामद किया था।

फंदे से लटककर युवक ने दी जान

गाजियाबाद। नंदग्राम क्षेत्र के कृष्णा नगर निवासी आशीष सक्सेना फांसी लगाकर जान दे दी। सूचना पर पहुंची पुलिस ने शव को फंदे से उतारा और आगे की कार्रवाई शुरू की। एसीपी नंदग्राम पूनम मिश्रा का कहना है कि मामले की जांच की जा रही है। परिजनों ने पुलिस को बताया कि आशीष बीते कुछ दिनों से तनाव में चल रहे थे।

विवाद के बाद देवर ने भाभी के साथ मारपीट की, रिपोर्ट दर्ज

एजेंसी

लोनी। बार्डर थाना क्षेत्र के विकास कुंज कॉलोनी में विवाद के बाद देवर ने भाभी के साथ मारपीट की। पुलिस ने महिला की शिकायत पर आरोपी देवर के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज की है। पीड़िता मीरा देवी ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उनके पति रामनारायण यादव दिल्ली में नौकरी करते हैं। उनका देवर महेंद्र यादव उनके पड़ोस में रहता है।

मीरा देवी ने आरोप लगाया है कि उनके पति नौकरी पर चले गए थे। पति के जाने के बाद उनके देवर से उनकी कहासुनी हो गई। विवाद होने पर देवर ने उनके साथ मारपीट की। जिससे उन्हें काफी चोट आई। एसीपी अंकुर विहार अजय कुमार ने बताया कि पीड़िता की शिकायत पर देवर के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज की गई है।

ई-रिक्शा की टक्कर लगने से ऑटो चालक घायल

एजेंसी

लोनी। बार्डर थाना क्षेत्र के विकास कुंज कॉलोनी में विवाद के बाद देवर ने भाभी के साथ मारपीट की। पुलिस ने महिला की शिकायत पर आरोपी देवर के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज की है। पीड़िता मीरा देवी ने पुलिस को दी शिकायत में बताया कि उनके पति रामनारायण यादव दिल्ली में नौकरी करते हैं। उनका देवर महेंद्र यादव उनके पड़ोस में रहता है।

मीरा देवी ने आरोप लगाया है कि उनके पति नौकरी पर चले गए थे। पति के जाने के बाद उनके देवर से उनकी कहासुनी हो गई। विवाद होने पर देवर ने उनके साथ मारपीट की। जिससे उन्हें काफी चोट आई। एसीपी अंकुर विहार अजय कुमार ने बताया कि पीड़िता की शिकायत पर देवर के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज की गई है।

मुठभेड़ में बचकर भागा आरोपी डेढ़ माह बाद गिरफ्तार

एजेंसी

साहिबाबाद। शालीमार गार्डन पुलिस ने आठ मई की रात हुई मुठभेड़ में बचकर भागो आरोपी पूर्वी दिल्ली के नंदनगरी निवासी गुलफराज खान उर्फ अतुल को 21 जून की दोपहर गिरफ्तार कर लिया। आरोपी के खिलाफ चेन व मोबाइल छिनैती के कई मामले दर्ज हैं। पुलिस उसके साथी अदनान को पहले ही गिरफ्तार कर जेल भेज चुकी है। प्रभारी एसीपी शालीमार गार्डन अभिषेक श्रीवास्तव ने बताया कि करीब डेढ़ महीने पहले पुलिस चेकिंग के दौरान आरोपी गुलफराज खान अपने दोस्त अदनान के साथ बाइक से जा रहा था। पुलिस के रोकने पर अदनान ने बाइक दूसरी तरफ मोड़कर भागने की कोशिश की। गाड़ी फिसलने पर अदनान ने पुलिस पर फायरिंग की थी। इस दौरान मौका मिलते ही आरोपी गुलफराज भाग निकला था। शनिवार को उसे टीम ने गिरफ्तार कर लिया। पूछताछ के बाद उसे कोर्ट में पेश किया जाएगा।

बिहार में शराब तस्करी के लिए गाजियाबाद से चोरी की एंबुलेंस, मेरठ में बाप-बेटे समेत तीन आरोपी गिरफ्तार

एजेंसी

मेरठः उत्तर प्रदेश के मेरठ में लोहिया नगर पुलिस ने एक बड़े खुलासे में चोरी की गई एंबुलेंस के जरिए बिहार में शराब की तस्करी करने वाले गिरोह का पर्दाफाश किया है। पुलिस ने इस मामले में तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पकड़े गए आरोपियों में आगरा निवासी विनोद सिंह, उसका बेटा प्रताप सिंह और मेरठ निवासी मोहम्मद फरमान शामिल हैं।

मेरठ पुलिस के मुताबिक आरोपी गाजियाबाद के सिहानी गेट क्षेत्र से 15 जून को एक एंबुलेंस चोरी कर लाए थे, जिसका इस्तेमाल बिहार के विभिन्न शहरों में अवैध रूप से शराब पहुंचाने के लिए किया जा रहा था। पूछताछ के दौरान आरोपियों ने अपना गुनाह कबूल कर लिया है। उन्होंने बताया कि उन्होंने चोरी की गई एंबुलेंस की असली नंबर प्लेट हटा दी थी और उस पर बिहार नंबर की फर्जी प्लेट लगा दी थी, ताकि किसी को शक न हो। इसके बाद आसानी से बिहार में शराब पहुंचा सकें।

फरमान करता था डेंटिंग-पेंटिंग : गिरफ्तार आरोपी मोहम्मद फरमान मेरठ का रहने वाला है और पेशे से डेंटिंग-पेंटिंग का काम करता है।

पूछताछ में उसने कबूला कि वह अक्सर चोरी की गाड़ियों के मॉडिफिकेशन में विनोद और प्रताप की मदद करता था। एंबुलेंस की बनावट में बदलाव करने और नंबर प्लेट बदलने का काम भी उसी ने किया था। पुलिस अब इस गिरोह के अन्य सदस्यों की सूची तैयार कर उनकी गिरफ्तारी का भी प्रयास कर रही है।

एंबुलेंस की नहीं होती चेकिंग : एसपी सिटी आयुष विक्रम सिंह ने जानकारी दी कि आरोपियों ने शराब की तस्करी के लिए बहुत ही चालाकी वाला तरीका अपनाया था। एंबुलेंस का इस्तेमाल होने की वजह से पुलिस चेकिंग में उन्हें कोई संदेह नहीं होता था।

साथ ही उन्होंने एंबुलेंस के भीतर एक विशेष स्थान बनाया था, जहां शराब की बोतलें छिपाई जाती थीं। एक दिन पहले ही गाजियाबाद के सिहानी गेट क्षेत्र से एंबुलेंस को चोरी किया गया था, ताकि इसे जरिए बिहार में शराब की तस्करी की जा सके।

महिला से मारपीट करने वालों के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज

एजेंसी

लोनी। डाबर तालाब कॉलोनी स्थित घर में घुसकर महिला के साथ मारपीट करने वाले चार आरोपियों के खिलाफ अंकुर विहार थाने में रिपोर्ट दर्ज हुई है। आरोपियों ने घर में घुसकर तोड़फोड़ भी की थी। पीड़िता बबली ने बताया कि वह प्राइवेट नौकरी करती हैं। उनके पति की दस साल पहले मौत हो चुकी है। घर को वही चला रही हैं। कुछ दिन पहले मां की तबीयत खराब होने पर वह अपने मायके मंडोला गई थीं। वापस घर आने पर कॉलोनी के चार लोग घर में घुस आए और गाली गलौज करने लगे। विरोध करने चारों ने उनके साथ मारपीट कर मकान में लगे सीसीटीवी कैमरे तोड़ दिए। मारपीट में वह घायल हो गई थीं। उन्होंने पुलिस को शिकायत देकर कार्रवाई की मांग की है। कार्यवाहक एसीपी सूर्यबली मौर्य ने बताया कि पीड़िता की शिकायत पर शबनम, इमरान, सुहेल और गुलबहार के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज की गई है।

फर्नीचर फैक्टरी से दस लाख का सामान चोरी

मोदीनगर। दिल्ली-मेरठ मार्ग पर कादराबाद स्थित नंदन कुंज कॉलोनी में चोरों ने फर्नीचर फैक्टरी में धावा बोलकर दस लाख कीमत का सामान चोरी कर लिया। चोरी करते तीन चोर सीसीटीवी कैमरे में कैद हैं। पुलिस ने घटना की रिपोर्ट दर्ज की है। गोविंदपुरी कॉलोनी निवासी अक्षत जिंदल की नंदन कुंज में फर्नीचर बनाने की फैक्टरी है। अक्षत जिंदल ने बताया कि शुक्रवार रात करीब 12 से 1 बजे के बीच अज्ञात चोर दीवार फांदकर फैक्टरी में दाखिल हुए और कीमती सामान चोरी कर ले गए। अक्षत के अनुसार चोरी गए सामान की कीमत करीब दस लाख रुपये है। घटना फैक्टरी में लगे सीसीटीवी कैमरे में कैद है। फुटेज में तीन चोर घटना को अंजाम देते दिख रहे हैं।

नकदी से भरा बैग चोरी करने वाले तीन आरोपी गिरफ्तार

एजेंसी

साहिबाबाद। लिंक रोड थाना क्षेत्र स्थित कौशांबी बस अड्डे पर दिल्ली जा रहे गुजरात में आलू कारोबारी हसमुखपुरी की कंपनी में कार्यरत मुनीम अजय भारती का 31 लाख रुपये की नकदी से भरा बैग चोरी करने वाले तीन आरोपियों को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है।

आरोपियों के पास से पुलिस ने चोरी हुई रकम में से 24 लाख ही बरामद किए हैं। बाकी रकम लेकर चंपत हुए चौथे आरोपी रोहन मनोज की तलाश पुलिस कर रही है। गिरफ्तार हुए युवकों में गुजरात के गांधीनगर निवासी ऑटो रिक्शा चालक भावेश, उसका दोस्त विष्णु उर्फ ढोलो और पीड़ित की कंपनी के पड़ोस में ही संचालित दूसरी ट्रेडिंग कंपनी के ही मुनीम अशोक कुमार उर्फ विशाल उर्फ खोदो हैं।

एसीपी साहिबाबाद श्वेता यादव ने बताया कि 19 जून को आलू कारोबारी हसमुखपुरी ने थाने पर तहरीर दी थी। उन्होंने बताया था कि उनका मुनीम अजय भारती 17 जून को बरेली के आढ़तियों से रकम लेकर दिल्ली जा रहा था। यहां से उसे गुजरात आना था। उसके बैग में 31 लाख रुपये की नकदी रखी थी। कौशांबी बस अड्डे पर किसी व्यक्ति ने उनके मुनीम का नकदी से भरा बैग चोरी कर लिया।

एसीपी ने बताया कि सीसीटीवी कैमरों की फुटेज खंगालने पर चार संदिग्ध दिखाई दिए। इनकी तलाश करते हुए पुलिस गुजरात पहुंची और आरोपी अशोक, विष्णु और भावेश को गिरफ्तार कर गाजियाबाद लेकर आई। यहां पूछताछ करने पर आरोपी अशोक ने बताया कि वह अजय भारती की तरह ही दूसरी कंपनी में मुनीम की नौकरी करता है। अजय भारती से उसकी अच्छी दोस्ती थी। वह भी कई बार कंपनी का रुपया लेने बरेली आ चुका था। 17 जून को बातचीत के दौरान अजय भारती ने उसे बरेली जाने की बात बताई थी।

उसके गुजरात से निकलने के छह घंटे के अंदर अशोक ने बाकी साथियों को एकत्र किया और चोरी की योजना बनाकर खुद भी बरेली पहुंच गया। इसके बाद अजय भारती के साथ ही रोडवेज बस में बैठकर कौशांबी आने लगा।

कौशांबी बस अड्डे पर मुनीम को सोता देख उसका बैग चुराकर बाकी साथियों को दे दिया और शक न हो इसके लिए खुद वहीं रुका रहा। बताया कि आरोपी भावेश, विष्णु 24 लाख रुपये लेकर गुजरात चले गए और तीसरा आरोपी रोहन मनोज रास्ते में ही उतर गया। एसीपी श्वेता यादव ने बताया कि चौथे आरोपी की तलाश की जा रही है, जल्द ही गिरफ्तार कर लिया जाएगा।

हिंडन से अयोध्या, लखनऊ और प्रयागराज के लिए इंडिगो को लाएंगे, सांसद करेंगे चेयरमैन से मुलाकात

एजेंसी

गाजियाबादः उत्तर प्रदेश के गाजियाबाद से प्रदेश के अन्य महत्वपूर्ण शहरों की कनेक्टिविटी बढ़ाने की योजना पर काम तेज किया जा रहा है। गाजियाबाद के हिंडन एयरपोर्ट से प्रयागराज, लखनऊ और अयोध्या जाने का सपना देख रहे यात्रियों के लिए अच्छी खबर है। लंबे समय से एयर इंडिया एक्सप्रेस की ओर से इन रूटों पर उड़ान शुरू करने का इंतजार अब खत्म हो सकता है, क्योंकि अब इसकी कमान इंडिगो को सौंपने की तैयारी तेज हो गई है। यात्रियों की लगातार शिकायतों और एयर इंडिया एक्सप्रेस की सुस्ती के बीच इंडिगो की हिंडन एयरपोर्ट पर धमाकेदार एंट्री ने प्रतिस्पर्धा और उम्मीदों को नई उड़ान दी है।

सांसद ने संभाली कमान : मामले का संज्ञान लेते हुए गाजियाबाद के नवनिर्वाचित सांसद और एयरपोर्ट सलाहकार समिति के अध्यक्ष अतुल गर्ग ने कमान संभाल ली है। वह जल्द ही इंडिगो के चेयरमैन से मुलाकात कर इन तीन महत्वपूर्ण रूटों पर उड़ानें शुरू करने की रूपरेखा तैयार करेंगे। अतुल गर्ग का कहना है कि इन शहरों के लिए लोगों की भारी मांग है। इस संबंध में एयर इंडिया एक्सप्रेस को पत्र भी लिखा गया था, लेकिन उनकी ओर से कोई सकारात्मक कदम नहीं उठाया गया।

सांसद का मानना है कि इंडिगो का आठ शहरों के लिए उड़ानें शुरू करना इस बात का संकेत है कि हिंडन एयरपोर्ट भविष्य में सबसे व्यस्त रूटों में से एक बनेगा। अपनी प्रतिस्पर्धी नीति के तहत इंडिगो इन प्रमुख रूटों को छोड़ना नहीं चाहेगा।

लंबित आरसीएस स्कीम पर भी चर्चा : इसके साथ ही सालों से लंबित पड़ी रीजनल कनेक्टिविटी स्कीम (आरसीएस) पर भी धूल हटाने की तैयारी है। पूर्व में इस स्कीम के तहत हिंडन से देहरादून और पिथौरागढ़ के लिए उड़ानें शुरू होनी थीं, जो आज तक शुरू नहीं हो पाईं। सांसद अतुल गर्ग ने कहा कि उन्हें इस लंबित योजना की जानकारी नहीं थी, लेकिन वह जल्द ही सलाहकार समिति की बैठक बुलाकर इस पर विस्तार से चर्चा करेंगे ताकि प्रधानमंत्री की इस महत्वकांक्षी योजना का लाभ अधिक से अधिक लोगों तक पहुंच सके।

बढ़ती प्रतिस्पर्धा, यात्रियों को राहत : इंडिगो के आने से हिंडन एयरपोर्ट पर एयरलाइंस के बीच प्रतिस्पर्धा बढ़ना तय है। अब तक केवल एयर इंडिया एक्सप्रेस ही यहां से विस्तार कर रहा था, लेकिन इंडिगो के आठ शहरों के लिए उड़ानें शुरू करने से यात्रियों को एक नया और बेहतर विकल्प मिला है। यह इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि पिछले कुछ समय से एयर इंडिया एक्सप्रेस की सेवाओं को लेकर यात्री लगातार शिकायत कर रहे हैं। फ्लाइट का बार-बार रिशेड्यूल होना, देरी से उड़ना और लगेज छूट जाने जैसी समस्याएं आम हो गई थीं।

हाल ही में कोलकाता से आई एक फ्लाइट तकनीकी कारणों (रनवे पर पक्षी) से 20 मिनट तक हवा में चक्कर काटती रही, जिससे यात्री काफी डर गए थे। इंडिगो के आने से अब यात्रियों को बेहतर सेवा चुनने का मौका मिलेगा।

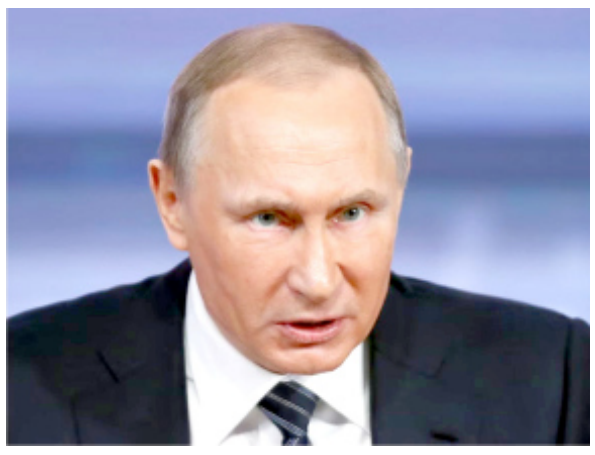
रूसी सैनिक के कदम जहां पड़े वो इलाका हमारा... यूक्रेन के बहाने पुतिन की दुनिया को धमकी, किम जोंग की फौज भी उतरी

एजेंसी

सेंट पीटर्सबर्गः रूस और यूक्रेन के बीच युद्ध पिछले तीन साल से चल रहा है. रूस ने यूक्रेन की जमीन के एक बड़े हिस्से पर कब्जा कर रखा है. इस बीच रूसी राष्ट्रपति पुतिन ने एक ऐसा बयान दिया है, जिसने पूरी दुनिया को हैरान कर दिया है.

साथ ही युद्ध के तेज होने की आशंका बढ़ा दी है. सेंट पीटर्सबर्ग इंटरनेशनल इकोनॉमिक फोरम में भाषण के दौरान पुतिन ने कहा 'पूरा यूक्रेन रूस का है.' इसके साथ ही उन्होंने यह भी कहा कि 'जहां रूसी सैनिक का कदम पड़ता है, वो जमीन रूसी हो जाती है.'

इतना ही नहीं, इस टकराव को उत्तर कोरिया का एक कदम और भी ज्यादा भड़का रहा है. उत्तर कोरिया ने अपने हजारों सैनिक और तकनीकी कर्मचारी रूस भेज



रूस और यूक्रेन के बीच जारी संघर्ष में पुतिन ने बड़ी धमकी दी है. रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन ने कहा है कि पूरा यूक्रेन रूस का हिस्सा है. उनका कहना है कि रूसी सैनिक जहां-जहां जाता है वो इलाका हमारा है.

दिए हैं. ताकि वे ड्रोन निर्माण और जंग की तैयारियों में मदद कर सकें. इस अप्रत्याशित सहयोग से एक नया भू-राजनीतिक मोर्चा खुलता दिख रहा है, जो एशिया और यूरोप – दोनों के लिए बड़ा खतरा बन सकता है.

रूस को चाहिए पूरा यूक्रेन : पुतिन ने अपने इस दावे को 'रूसियों और यूक्रेनियों की ऐतिहासिक एकता' पर आधारित बताया, जो कि उनकी पुरानी विचारधारा रही है. उन्होंने 2021 में भी एक लेख के जरिए इसी सिद्धांत को दुनिया के सामने रखा था. अब एक बार फिर, उस विचार को जमीन पर लागू करने का संकेत देते हुए उन्होंने कहा कि रूस को यूक्रेन के सभी इलाकों पर अधिकार चाहिए- न कि केवल डोनेस्क, लुहान्स्क, जापोरीझिया, खेरसॉन और क्रीमिया पर.

यूक्रेनी विदेश मंत्री अंद्रेई सिबिहा ने पुतिन के बयान को 'निर्लज्ज और अमानवीय' बताते हुए कहा, 'जब अमेरिका और बाकी दुनिया युद्ध रोकने की अपील कर रही है, रूस अपने सैनिकों को और खून बहाने भेजने की योजना बना रहा है.'

उत्तर कोरिया की एंट्री : इस बीच जापान की NHK न्यूज एजेंसी के हवाले से सामने आया है कि उत्तर कोरिया रूस के तातारस्तान क्षेत्र में स्थित अलाबुगा स्पेशल इकोनॉमिक जोन में लगभग 25,000 कर्मी भेज रहा है. इनका मकसद रूस के लिए ईरानी तकनीक पर आधारित 'शाहेद' ड्रोन बनाना है, जिनका इस्तेमाल यूक्रेन पर हमलों के लिए किया जा रहा है.

उत्तर कोरियाई कर्मियों को न केवल ड्रोन चलाने की ट्रेनिंग दी जाएगी, बल्कि रूस की रक्षा फैक्ट्रियों में उत्पादन गति बढ़ाने के लिए भी लगाया जाएगा. रूस ने हाल ही में यूक्रेन पर एक ही रात में 104 'शाहेद' ड्रोन और कई डमी ड्रोन छोड़े, जिनसे यूक्रेन में भारी तबाही हुई. इसी ड्रोन फैक्ट्री पर 15 जून को यूक्रेन ने जोरदार जवाबी हमला भी किया.

दिल्ली में फिर चला बुलडोजर, इन इलाकों से हटाए गए अवैध कब्जे

एजेंसी

पूर्वी दिल्ली। पूर्वी दिल्ली के यमुनापार क्षेत्र में अतिक्रमण हटाने के लिए जिला प्रशासन और निगम ने व्यापक कार्रवाई की। इस अभियान के दौरान कुछ स्थानों पर स्थानीय निवासियों ने विरोध प्रदर्शन किया लेकिन पुलिस बल ने स्थिति को संभाल लिया। निगम की शाहदरा उत्तरी जोन की टीम ने पीडब्ल्यूडी के सहयोग से सीमापुरी मेन रोड पर अतिक्रमण हटाया, जहां कबाड़ियों ने सड़क किनारे पुराना फर्नीचर और इलेक्ट्रानिक उपकरण रखे थे। इस कारण लोगों को आने-जाने में परेशानी होती थी।

इस कार्रवाई में लगभग दो किलोमीटर का क्षेत्र अतिक्रमण मुक्त कराया गया, जिसमें पांच ट्रक कबाड़ जब्त किया गया। इसके अलावा, शास्त्री पार्क से खजूरी चौक और भजनपुरा कार मार्केट तक भी अतिक्रमण हटाने की कार्रवाई की गई। इस दौरान टीम को विरोध

का सामना करना पड़ा। इसी जोन की टीम ने शास्त्री पार्क से खजूरी चौक और वहां से भजनपुरा कार मार्केट तक कार्रवाई कर सड़क पर लग रही रेहड़ियों को जब्त किया।

चांद बाग शेरपुर चौक से करावल नगर काली घटा तक भी अतिक्रमण हटाया गया। सीलमपुर में एसडीएम के नेतृत्व में गुरुद्वारा रोड पर दुकानों के सामने बने चबूतरे तोड़े गए। निगम की शाहदरा दक्षिणी जोन की टीम ने गीता कोलानी के विभिन्न ब्लॉकों में अभियान चलाकर दुकानों के बाहर रखे काउंटर और चूल्हे जब्त किए। इस प्रकार, प्रशासन ने क्षेत्र में अतिक्रमण के खिलाफ सख्त कदम उठाते हुए नागरिकों की आवाजाही को सुगम बनाने का प्रयास किया है।

सावधान! मोबाइल रिपेयरिंग की आड़ में बढ़ रही डिजिटल ठगी की घटनाएं, साइबर ठग गिरफ्तार

संवाददाता
राकेश कुमार की रिपोर्ट

नई दिल्ली।। अगर आपका फोन खो गया है तो सावधान हो जाएंगे, क्योंकि खोए हुए मोबाइल से भी साइबर ठगी की जा रही है. ऐसा ही एक मामला दिल्ली के उत्तर-पूर्वी जिले की साइबर थाना पुलिस ने एक बेहद चौंकाने वाले मामले का खुलासा किया है. एक चाय बेचने वाले गरीब शख्स की पत्नी के बैंक खाते से 2.36 लाख की ठगी सिर्फ इसलिए हो गई क्योंकि उसका पुराना कीपैड फोन और सिम कार्ड गुम हो गया था. पुलिस ने तकनीकी जांच के बाद एक युवक को गिरफ्तार किया है, जो मोबाइल रिपेयरिंग की आड़ में डिजिटल धोखाधड़ी करता था.

डीसीपी आशीष मिश्रा नें बताया कि पीड़ित गरीब नाथ गुप्ता, सोनिया विहार के रहने वाले हैं और सीलमपुर बस अड्डे पर चाय की दुकान चलाते हैं. 27 मई को

उनका पुराना Samsung कीपैड फोन और उसमें लगा SIM कार्ड कहीं गुम हो गया. उन्हें लगा कि शायद कोई उठा ले गया होगा, लेकिन उन्होंने इसे ज्यादा गंभीरता से नहीं लिया. 28 मई से 2 जून के बीच उनकी पत्नी के बैंक खाते से कुल 2.36 लाख UPI के ज़रिए ट्रांसफर कर लिए गए.

जब अकाउंट में बैलेंस शून्य हो गया, तब उन्हें ठगी का अहसास हुआ और उन्होंने 4 जून को साइबर थाना, उत्तर-पूर्वी दिल्ली में शिकायत दर्ज कराई. पुलिस टीम ने जांच के दौरान पाया कि पीड़ित की सिम का इस्तेमाल UPI ट्रांजैक्शन करने के लिए किया गया. सारा पैसा पहले एक Airtel Payments Bank अकाउंट में गया और वहां से तेज़ी से निकासी या ट्रांसफर कर लिया गया. ये ट्रांजैक्शन एक ऐसे मोबाइल से किए गए थे, जो खुद चोरी का निकला, यानी धोखेबाज़ ने चोरी का फोन और सिम मिलाकर पीड़ित का अकाउंट एक्सेस किया. तकनीकी सर्विलांस और डिजिटल फुटप्रिंट के जरिए पुलिस ने आरोपी की मोनीश की पहचान कर उसे गिरफ्तार कर लिया गया. पूछताछ में उसने बताया कि वह मोबाइल रिपेयर की दुकान चलाता है, लेकिन चोरी के मोबाइल खरीदकर उनमें लगे सिम काड्र्स के जरिए लोगों के बैंक खातों में सेंध लगाना उसका असली धंधा था. वह अक्सर ऐसे फोन खरीदता था, जिनमें सिम कार्ड पहले से चालू होते थे. वो फोन ऑन करते ही UPI ऐप्स में बैंक लिंक कर लेता और पैसे ट्रांसफर कर देता. आरोपी के पास से एक मोबाइल फोन, दो SIM कार्ड और 35,000 की धोखाधड़ी की रकम बैंक में फ्रीज़ किया गया हैं.

रोडरेज के बाद कार लूट की वारदात, CCTV में कैद हुई घटना

एजेंसी

पूर्वी दिल्ली।। पूर्वी दिल्ली के पांडव नगर इलाके से एक चौंकाने वाला मामला सामने आया है, जिसने पूरे इलाके में दहशत का माहौल बना दिया है. दरअसल, एक कारोबारी अजय शर्मा अपनी कार से जा रहे थे तभी तीन युवक स्कूटी से जा रहे थे. पीड़ित का कहना है कि हलकी से कार स्कूट से टच हो गई, इसके बाद उन्होंने जानलेवा हमला कर दिया. जब जान बचाकर वहां से भागा तो वो मेरी कार लेकर फरार हो गए. पीड़ित की शिकायत पर पुलिस ने जांच शुरू कर दी है.

घटना पांडव नगर के पॉश इलाके आचार्य निकेतन की है. शुक्रवार रात करीब 9:30 बजे कारोबारी अजय शर्मा अपनी ग्रैंड विटारा कार से किसी जरूरी काम के लिए निकले थे. तभी तीन युवक

एक स्कूटी पर सवार होकर उनकी गाड़ी के पास से गुजरे और स्कूटी उनकी कार से टकरा गई. मामूली टक्कर के बाद मामला इतना बढ़ गया कि तीनों युवकों ने अजय शर्मा के साथ गाली-गलौच शुरू कर दी और फिर देखते ही देखते उन पर लात-घूंसे बरसाने लगे. इतना ही नहीं, हमलावरों में से एक युवक ने अजय पर धारदार हथियार 'चापड़' से हमला कर दिया. अपनी जान बचाने के लिए अजय शर्मा वहां से भागने लगे. दो युवक उनके पीछे दौड़े, जबकि तीसरे युवक ने अजय की ग्रैंड विटारा कार स्टार्ट की और मौके से फरार हो गया. यह पूरी घटना सड़क किनारे लगे एक सीसीटीवी कैमरे में रिकॉर्ड हो गई है, जिसमें हमलावरों की पहचान की जा सकती है. सबसे चौंकाने वाली बात यह है कि यह पूरी वारदात एक व्यस्त और भीड़भाड़ वाले इलाके में हुई, जहां आम तौर पर लोग सुरक्षित महसूस करते हैं. घटना के बाद इलाके में दहशत का माहौल है और स्थानीय लोग काफी सहमे हुए हैं. पीड़ित की शिकायत पर पुलिस ने केस दर्ज कर लिया है और अब सीसीटीवी फुटेज के आधार पर आरोपियों की पहचान कर उनकी गिरफ्तारी के लिए छापेमारी शुरू कर दी गई है. पुलिस का कहना है कि जल्द ही आरोपियों को पकड़ लिया जाएगा और उनके खिलाफ सख्त कार्रवाई की जाएगी. वहीं, स्थानीय लोगों ने इलाके में सुरक्षा व्यवस्था बढ़ाने की मांग की है.

पैसों के विवाद में दोस्त ने दोस्त को मारा चाकू, बाइक भी लूटी, 2 गिरफ्तार

एजेंसी

पूर्वी दिल्ली के हर्ष विहार थाना इलाके में चाकू मारकर बाइक लूट की सनसनीखेज वारदात का पुलिस ने 24 घंटो के अंदर ही खुलासा कर दिया है. इस मामले में पुलिस ने दोनों आरोपियों को गिरफ्तार करते हुए उनके पास से लूटी गई बाइक और वारदात में इस्तेमाल किया गया चाकू भी बरामद कर लिया है. आरोपियों की पहचान, चंदन पासवान (23) और गौरव शर्मा (21) के रूप में हुई है. ये दिल्ली के सेवा धाम रोड और प्रताप नगर इलाके के रहने वाले हैं.

पुलिस अधिकारी से मिली जानकारी के मुताबिक, घटना 15 जून की सुबह लगभग 5 बजे की है, जब 17 वर्षीय युवक पर दो बदमाशों ने पुराने पैसों के विवाद को लेकर हमला कर दिया और

उसकी मोटरसाइकिल लूटकर फरार हो गए. सूचना मिलते ही हरकत में आई पुलिस टीम ने घायल युवक को पहले जीटीबी अस्पताल में भर्ती करवाया और तफ्तीश शुरू की.

चाकू से हमला करने के बाद लूटी बाइक : घायल युवक ने पुलिस को बताया कि घटना प्रतापनगर इलाके में हुई, जहां उसके दोस्त प्रियांशु और आरोपी गौरव के बीच पैसों को लेकर चल रहे पुराने विवाद को लेकर रंजिश में गौरव और उसके साथी चंदन ने उस पर चाकू से हमला किया और उसकी बाइक लूट ली. पीड़ित युवक की शिकायत के आधार पर मामला दर्ज किया गया.

मुखबिर की मदद से आरोपी को दबोचा : एसीपी जसोद सिंह मेहता की देखरेख और एसएचओ प्रदीप कुमार के नेतृत्व में एक टीम का गठन किया गया. जिन्होंने घटनास्थल और उसके आसपास के इलाकों के सीसीटीवी फुटेजों को खंगाला और फिर मुखबिरों की मदद से दोनों को दबोच लिया. उनके कब्जे से लूटी गई बाइक और वारदात में इस्तेमाल किया गया चाकू बरामद कर लिया गया.

जमानत पर छूटा है आरोपी : जांच में यह भी सामने आया कि आरोपी गौरव शर्मा हाल ही में हत्या के एक मामले में डासना जेल से बेल पर छूटा है. यह मामला 2024 में थाना लोनी बॉर्डर, गाज़ियाबाद में दर्ज हुआ था. जबकि पीड़ित युवक भी बाल आपराधिक कानून के तहत आरोपी रह चुका है.

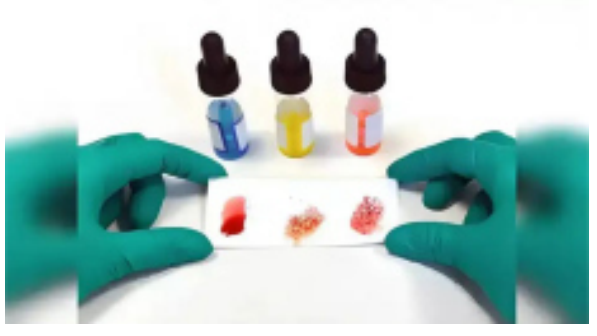
डॉ. लाल पैथ लैब ने दी 'जानलेवा' गलत रिपोर्ट

एजेंसी

नई दिल्ली : दिल्ली के उपभोक्ता आयोग ने डॉ. लाल पैथ लैब को गलत और दोषपूर्ण जांच रिपोर्ट देने के लिए 'सेवा में कमी' का जिम्मेदार ठहराया और उसे शिकायतकर्ता को मुआवजे के तौर पर साढ़े तीन लाख देने का आदेश दिया। रिपोर्ट में शिकायतकर्ता के जानलेवा बीमारी से पीड़ित होने का संकेत दिया गया था, जिसके कारण उसे अस्पताल में भर्ती होने की जरूरत पड़ी।

दिल्ली राज्य उपभोक्ता विवाद निवारण आयोग की अध्यक्ष संगीता ढींगरा सहगल और न्यायिक सदस्य पिंकी की बेंच ने रोहिणी स्थित डॉ. लाल पैथलैब की अपील 26 मई को खारिज कर दी और कैलाश कॉलोनी निवासी इंद्र प्रकाश वाधवा की शिकायत पर जिला उपभोक्ता आयोग से पारित 4 अगस्त 2014 के फैसले को बरकरार रखा।

इसमें जिला आयोग ने पैथलैब को 'सेवा में कमी' का जिम्मेदार ठहराया था और गलत टेस्ट रिपोर्ट के कारण शिकायतकर्ता और उसके



परिवार को हुई परेशानी और असुविधा के लिए 3 लाख 50 हजार रुपये मुआवजे के तौर पर देने का लैब को आदेश दिया था।

जिला आयोग के फैसले से दुखी होकर विपक्षी पक्ष ने मौजूदा अपील दायर की। दलील दी कि जिला आयोग यह समझने में विफल रहा कि पैथोलॉजिकल लैबोरेटरी से मिली सेवा का दायरा जांच के लिए नमूना लेने, जांच करने और रोगी को रिपोर्ट देने तक ही सीमित है और लैब किसी भी बीमारी का इलाज नहीं करता है।

इस पर दाखिल जवाब में प्रतिवादी (शिकायतकर्ता) ने अपीलकर्ता के सभी आरोपों और दावों का खंडन किया। शिकायतकर्ता ने तर्क दिया कि अपीलकर्ता से सटीक रिजल्ट देने में विफलता के कारण शिकायतकर्ता और उसके परिवार को बेवजह आघात पहुंचा।

राज्य आयोग ने अपीलकर्ता के इस दावे को ठुकरा दिया कि उसे अपना पक्ष रखने का मौका नहीं दिया गया था। 'सेवा में कमी' के मुद्दे पर आयोग ने कहा कि अपीलकर्ता की रिपोर्ट और मैक्स अस्पताल, डॉक्टर डैंग लैब और सुपर रेलिगेयर लैब की रिपोर्ट के बीच अंतर साफ-साफ विसंगतियों को उजागर करता है।

'सेवा में कमी' का जिम्मेदार : राज्य आयोग ने कहा कि यदि लैब द्वारा की गई जांच दोषपूर्ण और गलत हों, तो डॉक्टर द्वारा किया गया इलाज भी सही नहीं होगा, और रोगी को जरूरी इलाज नहीं मिलेगा, और गलत जांच रिपोर्ट और इलाज के आधार पर निर्धारित दवाएं रोगी के लिए घातक नतीजे ला सकती हैं।

इस आधार पर राज्य आयोग ने जिला आयोग के फैसले से सहमति जताई कि पैथलैब पैथोलॉजिकल परीक्षण में अपेक्षित उचित देखभाल के मानक को बनाए रखने में विफल रहा और इस तरह वह यहां 'सेवा में कमी' का जिम्मेदार है।

शिकायतकर्ता को इसके लिए मुआवजे का हकदार मानते हुए आयोग ने कहा कि जीवन के लिए खतरनाक स्थितियों का गलत इलाज किया जाना और अनावश्यक रूप से अस्पताल में भर्ती होना गंभीर मनोवैज्ञानिक आघात का कारण बनता है। मानसिक पीड़ा और शारीरिक पीड़ा को कम करके नहीं आंका जा सकता।

ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा 11वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर लाल किला मैदान में शामिल हुए 20000 से अधिक लोग

एस. एन. गुप्ता
(वरिष्ठ संवाददाता)

नई दिल्ली।। प्रजापिता ब्रह्मा कुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर लाल किला मैदान में आज एक विशाल सार्वजनिक कार्यक्रम का आयोजन हुआ। एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग विषय पर आयोजित यह मेगा कार्यक्रम आयुष मंत्रालय के साथ मिलकर, तथा मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान एवं भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण के सहयोग से संपन्न हुआ।

सर्व प्रथम, विशाखापट्टनम से माननीय प्रधानमंत्री मोदी जी ने अधिक से अधिक लोगों को स्वस्थ यौगिक क्रिया एवं स्वच्छ जीवन शैली अपनाने की अपील की। उसके बाद, योग के कॉमन प्रोटोकॉल के अनुसार लाल किला मैदान में लोगों को योगासन एवं प्राणायाम एक्सर्साइज कराया गया।

इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि, लोकसभा अध्यक्ष ओम बिरला जी ने कहा कि मन की शांति के साथ जीवन में कार्य कुशलता और जिंदगी के समग्र विकास के लिए योग व्यक्ति की दिनचर्या का हिस्सा बनना चाहिए। उन्होंने कहा ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा सिखाया जा रहा राजयोग लोगों के तनाव, अवसाद और चिंताओं को दूर कर मन को शक्ति देने का कार्य कर रहा है।

उन्होंने कहा दुनिया के अंतिम छोर पर बैठे हुए व्यक्ति के जीवन के अंदर परिवर्तन लाने में संस्था ने काम किया है, इसी तरीके से समाज में अवसाद तनाव दूर कर शांति को लाने का काम कर रही है। ओम शांति का संदेश जब दुनिया के अंदर जाएगा तो लोगों के व्यक्तित्व विकास, सर्वांगीण स्वास्थ और कार्य कुशलता भी बढ़ेगी।

11वीं अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं देते हुए उन्होंने बताया कि ब्रह्माकुमारी संगठन विश्व की सबसे बड़ी बहनों द्वारा संचालित संस्था है, जो भारत की अध्यात्म और योग परंपरा को पूरे विश्व

बढ़ाया है।

बिड़ला जी ने आगे कहा कि शारीरिक योग से अधिक प्रभावशाली है मानसिक, बौद्धिक व आत्मिक योग, जिसे सहज राजयोग कहते हैं, और जिससे चिंता, अशांति, तनाव व अवसाद जैसी नकारात्मक स्थिति समाप्त हो जाती है और मानव सच्ची शांति, प्रसन्नता, आत्मविश्वास एवं सकारात्मक ऊर्जा से भर जाता है, तथा मनुष्यों में बेहतरीन कार्य व व्यवहार कुशलता विकसित होता है।

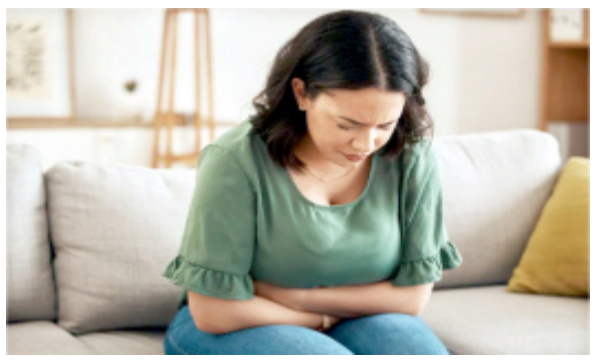
ब्रह्माकुमारी संस्था के महासचिव राजयोगी बृजमोहन ने अपनी वीडियो मैसेज में कहा कि समय की पुकार है योगी जीवन। योग ऐसा हो जो सभी उम्र, वर्ग, जाती व धर्म के लोग कार्य करते हुए भी कर सकें, यहां तक कि बीमार वा अपाहिज व्यक्ति भी कर सकें।

ब्रह्मा कुमारी संस्था के गुरुग्राम स्थित ओम शांति रिट्रीट सेंटर की निदेशिका ब्रह्माकुमारी आशा ने कहा कि योग अर्थात जोड़, यानि अंतरात्मा का शरीर से, कर्मेंद्रियों से, प्रकृति, पर्यावरण एवं परमात्मा से मधुर वा स्नेह संपर्ण संबंध।

दिल्ली, यूपी, हरियाणा में स्थित ब्रह्मा कुमारी संस्था की अनेक राजयोग ध्यान केंद्रों के संचालिका राजयोगिनी शुक्ला दीदी ने कहा कि राजयोग द्वारा परमात्मा से संबंध जोड़ने पर हमारे अंदर अंदर में शांति, शक्ति, प्रेम और पवित्रता की प्राप्ति होती है, सारे बुराइयां दूर हो जाते हैं।

इस अवसर पर आयुष मंत्रालय के डॉक्टर महेश दाधीच; इन्टरफेथ लीडर्स जैसे कि मौलाना अब्दुल कलाम आजाद के प्रपौत्र फिरोज बख्त अहमद; डॉक्टर नॉबर्ट हरमन; यहूदी प्रीस्ट आर ए इसाक मालेकर, महर्षि पीठाधीश्वर श्री गोस्वामी सुशील जी महाराज, अमृतसर सिख पीठ से सरदार परमपाल सिंह आदि ने अपनी शुभकामनाएं दी, तथा विश्व में शांति व सदभावना का माहौल स्थापित करने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान, योग ध्यान एवं कोमी एकता को बढ़ावा देने की बात कही। शुरू में दिल्ली, यूपी, हरियाणा राज्यों तथा रूस व बाल्टिक देशों में स्थित बराजयोग केंद्रों के संचालिका चक्रधारी दीदी ने ईश्वरीय महावाक्य सुनाये। डॉ रीना तोमर, डॉ मोहित गुप्ता, डॉक्टर उषा किरण, डॉक्टर तपस्विनी प्रधान, डॉक्टर रूप सिंह तथा डॉक्टर श्रुति ने स्वस्थ जीवन का संदेश दिया एवं कोई भी नशा से मुक्त होने की प्रतिज्ञा कराई। प्रसिद्ध गायक हरीश मोयाल ने राजयोग के महत्व के ऊपर सुमधुर गीत गाकर श्रोताओं को भाव विभोर कर दिया।

पेट टाइट होने की वजह सिर्फ खान-पान नहीं, हार्वर्ड के लिवर डॉक्टर ने बताया असली कारण, इलाज भी बताया



पेट का टाइट होना बहुत असहज हो जाता है. इसमें पेट फूलकर कुप्पा हो जाता है. हमेशा पेट टाइट लगने से दर्द भी होने लगता है. गैस और बदहजमी की भी शिकायत होने लगती है. कभी-कभी कब्ज भी हो जाती है. ऐसे में लोग यही समझते हैं कि शायद गलत खा लिया या ज्यादा पानी पी लिया, इसलिए ऐसा हो रहा है लेकिन हमेशा यही सोचना सही नहीं है क्योंकि पेट फूलने का कारण हमेशा गलत खान-पान नहीं है. इसके कई और कारण हो सकते हैं. हार्वर्ड और स्टैनफोर्ड में पढे-लिखे गैस्ट्रोएंटरोलॉजिस्ट डॉ. सौरभ सेठी कहते हैं कि इसका हमेशा कारण खराब खान-पान नहीं है. उन्होंने इसका कारण बताते हुए कई तरह के उपाय बताए हैं जिससे पेट फूलने की समस्या को कम किया जा सकता है.

डॉ सौरभ सेठी ने बताया कि आंत में स्लो मूवमेंट, तनाव या छोटी आंत में बैक्टीरिया की अधिक वृद्धि (SIBO) भी इसका कारण हो सकता है. उन्होंने अपने सोशल मीडिया पोस्ट में इसके लिए आर्टिफिशियल स्वीटनर, च्युइंग गम, स्ट्रॉ का इस्तेमाल और लंबे समय तक कब्ज को जिम्मेदार बताया है. इन कारणों से आंत की सेहत, मूड, इम्यूनिटी और मेटाबोलिज्म को प्रभावित करते हैं. डॉ. शेठी ने इसके लिए 8 कारण बताए हैं. इन्हीं 8 कारणों में सुधार कर ब्लोटिंग या पेट टाइटनेस की समस्या का अंत हो सकता है.

पेट फूलने के 8 कारण और बचाव

आर्टिफिशियल स्वीटनर – आर्टिफिशियल स्वीटनर पेट फूलने के लिए मुख्य रूप से जिम्मेदार होते हैं. इसलिए सुक्रालोज़ और एस्पार्टेम से दूर रहें. ये आपके आंत के माइक्रोबायोम को खराब कर सकते हैं. सुक्रालोज़ और एस्पार्टेम जैसे कृत्रिम मिठास आपके आंत माइक्रोबायोम को प्रभावित कर सकते हैं.

धीरे-धीरे और सावधानी से भोजन चबाएं – भोजन करते समय मुंह को कम खोलें ताकि उसमें हवा कम जाएं. भोजन को धीरे-धीरे चबाएं. इस तरह खाएं कि पेट पेट भरने का संकेत देने का के लिए समय मिल सके.

स्ट्रॉ और गम से बचें – स्ट्रॉ से पेय पदार्थों को पीने से बचें. वहीं च्यूगम ज्यादा चबाने से भी पेट फूल सकता है. डॉ. सेठी बताते हैं कि च्यूगम चबाने या स्ट्रॉ से पानी पीने से निगली हुई हवा बढ़ती है और पेट फूलना बढ़ सकता है.

4. पर्याप्त पानी पिएं- पानी आंत के स्वास्थ्य के लिए जरूरी है. अगर कम पानी पिएंगे तो पेट फूलेगा ही. इसलिए पर्याप्त पानी पिएं. पानी गैस को बाहर निकालने में मदद करता है और नियमित मल त्याग को सपोर्ट करता है.

5. तनाव मैनेज करें- तनाव लेना पेट फूलने की बड़ी वजह है. आंत की सेहत केवल पाचन ही नहीं, मूड, इम्यूनिटी और मेटाबोलिज्म को भी प्रभावित करता है. इसलिए आराम की तकनीकें विकसित करें. इसके लिए गहरी सांस लेना, योग और ध्यान आंत की गति सुधारते हैं और तनाव कम करने में मदद करते हैं.

6. शरीर को हिलाएं-डुलाएं- यदि आपका शरीर गतिशील नहीं रहेगा, एक ही जगह आप बैठे रहेंगे तो इससे पेट फूलने की समस्या हो जाएगी. इसलिए रोजाना अपने जीवन में चलने की आदत डालें. हल्का व्यायाम पाचन तंत्र को मजबूत करता है. इससे फंसी हुई गैस बाहर आती है.

7. कब्ज का इलाज करें- डॉ. सेठी कहते हैं कि यदि आपको कब्ज की समस्या है इससे पेल्विक फ्लोर की समस्याएं पैदा हो सकती है. इसलिए पहले कब्ज का इलाज करें. अगर निचली आंत सक्रिय नहीं है तो वहां गैस जमा हो सकती है.

8. पेय पदार्थ का सेवन सोच-समझकर-अक्सर लोगों को जब गैस होती है तो लोग कोल्ड ड्रिंक, सोडा आदि पी लेते हैं लेकिन आपको ध्यान रखना चाहिए सॉफ्ट ड्रिंक्स या सोडा में पहले से ही कार्बन डायऑक्साइड गैसें होती हैं.

जोएगैबन ने कैसे घटाया अपना वजन, सबके सामने शेयर की अपनी वेट लॉस जर्नी,करती है मोटिवेट

कई बार हम सब सोचते हैं कि 'अब बहुत हो गया, मैं नहीं कर सकता।' लेकिन वहीं कुछ लोग होते हैं जो इन मुश्किल पलों को पार करके अपने लिए एक नई शुरुआत करते हैं। Zoegaban उन्हीं लोगों में से एक हैं, जिन्होंने न हार मानी, न बहाने बनाए। उनका वेट लॉस ट्रांसफॉर्मेशन न सिर्फ उनकी मेहनत को दर्शाता है, बल्कि उन सभी के लिए उम्मीद की किरण है जो खुद से हार मान बैठे हैं।

Zoegaban (Ref) ने अपने ट्रांसफॉर्मेशन वीडियोज़ को सोशल मीडिया पर बार-बार शेयर किया, और हर बार लिखा,अगर मैं किसी एक को भी प्रेरित कर सकूं, तो मेरा पोस्ट करना सफल होगा। ये बात बताती है कि यह सफर सिर्फ शरीर को बदलने का नहीं, सोच को भी बदलने का है। जब खुद पर भरोसा होता है, तो रास्ते खुद बनते हैं।

उनकी यह जर्नी दिखाती है कि डेडिकेशन, फोकस और एक पॉजिटिव माइंडसेट से कोई भी बदलाव संभव है। यह सिर्फ वजन कम करने की कहानी नहीं, बल्कि हार न मानने की मिसाल है। आइए जानते हैं उनकी इस प्रेरणादायक कहानी के पीछे छिपे वो 6 अहम पहलू जो हमें भी सीख देते हैं।

हार मानने के बजाय हर दिन नई शुरुआत की : ज़ोएगैबन ने अपनी वेट लॉस जर्नी में कभी हार नहीं मानी। उन्होंने हर दिन खुद से एक वादा किया कि आज की मेहनत कल के बदलाव की नींव बनेगी। चाहे थकान हो या मन का ढलना, उन्होंने खुद को हर दिन प्रेरित किया। उनका यही नज़रिया उन्हें आम से खास बना देता है।

ट्रांसफॉर्मेशन सिर्फ शरीर का नहीं, सोच का भी था : ज़ोएगैबन ने सिर्फ अपना शरीर नहीं बदला, बल्कि अपनी सोच को भी नया रूप दिया। उन्होंने खुद से कहना शुरू किया—'मैं कर सकती हूं', और यही पॉजिटिव सोच उनकी जर्नी की सबसे बड़ी ताकत बन गई। उन्होंने महसूस किया कि असली बदलाव पहले दिमाग में होता है, फिर शरीर में।

रूटीन में अनुशासन और निरंतरता को अपनाया : हर बड़े बदलाव के पीछे एक मजबूत दिनचर्या होती है। ज़ोएगैबन ने अनुशासन और निरंतरता को अपना मंत्र बनाया। उन्होंने अपने खानपान, एक्सरसाइज़ और सोने-जागने के समय में संतुलन रखा। यही अनुशासित जीवनशैली उनकी सफलता की मजबूत नींव बनी।

सोशल मीडिया बना मोटिवेशन का माध्यम : अपने ट्रांसफॉर्मेशन को बार-बार सोशल मीडिया पर शेयर कर ज़ोएगैबन ने न सिर्फ खुद को प्रेरित किया, बल्कि दूसरों के लिए भी एक मिसाल पेश की। उन्होंने कहा कि अगर उनकी कहानी किसी एक को भी उम्मीद दे सके, तो उनका पोस्ट करना सार्थक हो जाएगा। यह दिखाता है कि एक पोस्ट भी किसी की ज़िंदगी बदल सकती है।

चुनौतियां आईं, लेकिन हौसला नहीं टूटा : कोई भी सफर बिना मुश्किलों के पूरा नहीं होता। ज़ोएगैबन को भी कई बार चुनौतियों का सामना करना पड़ा। लेकिन उन्होंने हमेशा अपने लक्ष्य को आंखों के सामने रखा और डटी रहीं। यही वजह थी कि कठिनाइयाँ भी उनके इरादों के आगे हार मान गईं।

अब बन चुकी हैं दूसरों की प्रेरणा : आज ज़ोएगैबन सिर्फ एक ट्रांसफॉर्मेशन स्टोरी नहीं, बल्कि लाखों लोगों के लिए प्रेरणा बन चुकी हैं। वो उन महिलाओं के लिए एक मिसाल हैं जो बदलाव तो चाहती हैं, लेकिन शुरुआत करने से डरती हैं। उनका सफर यह बताता है कि मेहनत और आत्मविश्वास से कुछ भी असंभव नहीं।

पहलवान जैसी फुलानी हैं मसल्स? इन 5 चीजों का जमकर करें सेवन, शरीर में आएगी हाथी जैसी ताकत!

सिर्फ वेट लिफ्टिंग से मसल्स नहीं बनती हैं, बल्कि इसके लिए अच्छी डाइट भी जरूरी है. कुछ मसल-बिल्डिंग फूड्स को लोग खाना पसंद नहीं करते हैं, लेकिन ये फूड्स शरीर में नई जान फूंक सकते हैं.

बॉडी बनाने के लिए लोग जिम में जाकर घंटों पसीना बहाते हैं. जिम करने वाले अधिकतर लोगों की चाहत होती है कि उनकी मसल्स फूल जाएं और पहलवानों जैसी दिखने लगें. हालांकि कई बार कड़ी मेहनत के बावजूद लोगों की बॉडी नहीं बन पाती है और उनकी मसल्स फुलाने का सपना पूरा नहीं हो पाता है. इसका बड़ी वजह सही डाइट न लेना भी हो सकता है. अगर आपकी डाइट सिर्फ चिकन-ब्रोकली-चावल तक सीमित है, तो आप बहुत से मसल-बिल्डिंग फूड्स का सेवन नहीं कर रहे हैं.

फिटनेस एक्सपर्ट्स की मानें तो मसल्स ग्रो करने के लिए केवल भारी वजन उठाना ही पर्याप्त नहीं है. इसके साथ सही डाइट भी उतनी ही जरूरी है. कई लोग सोचते हैं कि जिम के बाद प्रोटीन शेक पीने से मसल्स में फौलादी ताकत आ जाएगी, लेकिन प्रोटीन पाउडर कोई जादू की पुड़िया नहीं हैं. आपको कुछ ऐसे मसल-बिल्डिंग फूड्स के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें आप शायद ज्यादा नहीं खा रहे होंगे, लेकिन ये खाएंगे तो आपकी मसल्स फूल जाएंगी.

कॉटेज पनीर– TOI की रिपोर्ट के मुताबिक यह साधारण डेयरी प्रोडक्ट मसल-बिल्डिंग के लिए एक छिपा हुआ वरदान है. पनीर में केसिन प्रोटीन होता है, जो धीरे-धीरे पचता है और यह खासकर रात में खाने के लिए उपयुक्त है. जब आप सो रहे होते हैं, तो केसिन आपके मसल्स को पोषण पहुंचाता है और ओवरनाइट कैटाबोलिज़्म को रोकता है. इसके अलावा पनीर में कैल्शियम और विटामिन B12 भी होते हैं, जो मसल फंक्शन और रिकवरी में मदद करते हैं. यदि साधारण पनीर आपको उबाऊ लगता है तो इसे कुछ बेरीज या शहद के साथ मिक्स कर सकते हैं.

दाल – अगर आपको लगता है कि प्लांट बेस्ड डाइट से मसल्स नहीं बन सकती हैं, तो दाल इसे गलत साबित कर सकती है. ये छोटी-छोटी दालें प्रोटीन, फाइबर और धीमी गति से पचने वाले कार्बोहाइड्रेट्स से भरपूर होती हैं, जो स्थिर ऊर्जा और रिकवरी में मदद करती हैं. एक कप पकी हुई दाल में लगभग 18 ग्राम प्रोटीन होता है. इसके अलावा दाल आयरन और मैग्नीशियम से भी भरपूर होती है, जो मसल्स में ऑक्सीजन की आपूर्ति और संकुचन में मदद करती है. इसे आप सलाद, सूप या दाल करी में डालकर खा सकते हैं.

अंडा – अंडे मसल-बिल्डिंग के सबसे बेहतरीन स्रोतों में से एक हैं. खासकर अंडे की जर्दी में स्वस्थ वसा, विटामिन A, ॅ, E और कोलीन मौजूद होते हैं, जो मसल्स कंट्रोल और ब्रेन फंक्शन में मदद करते हैं. कई रिसर्च बताती हैं कि पोस्ट-वर्कआउट अंडे खाने से केवल अंडे की सफेदी खाने से ज्यादा मसल प्रोटीन सिंथेसिस होती है. तो अगली बार अंडे बनाते समय जर्दी को न फेंके, बल्कि पूरे अंडे का सेवन करें.

ग्रीक योगर्ट – साधारण योगर्ट से अलग ग्रीक योगर्ट को स्ट्रेन किया जाता है ताकि उसमें अधिक प्रोटीन हो. एक सर्विंग में 15 से 20 ग्राम प्रोटीन होता है. साथ ही यह प्रोबायोटिक्स से भरपूर होता है, जो आपके पेट को स्वस्थ रखने में मदद करते हैं. ग्रीक योगर्ट को आप फल और ग्रैनोला के साथ खा सकते हैं या इसे हर्ब्स और ऑलिव ऑयल के साथ सलाद डिप की तरह इस्तेमाल कर सकते हैं. यह एक स्वादिष्ट और प्रोटीन से भरपूर विकल्प है.

कद्दू के बीज – कद्दू के बीज सिर्फ सब्जी का हिस्सा नहीं होते, बल्कि ये एक उत्कृष्ट प्रोटीन, मैग्नीशियम, जिंक और स्वस्थ वसा का स्रोत हैं. एक मुट्ठी कद्दू के बीज में लगभग 7 ग्राम प्रोटीन होता है और ये मसल्स की वृद्धि, रिकवरी और टेस्टोस्टेरोन उत्पादन में मदद करते हैं. इन्हें आप ओट्स, सलाद, योगर्ट पर छिड़क सकते हैं या फिर स्नैक्स के रूप में खा सकते हैं.

क्विनोआ – क्विनोआ केवल एक ट्रेंडी सुपरफूड नहीं है, बल्कि यह एक कंप्लीट प्रोटीन है, जिसका मतलब है कि इसमें सभी 9 आवश्यक अमीनो एसिड्स होते हैं. यह जटिल कार्बोहाइड्रेट्स में भी भरपूर है, जो आपकी वर्कआउट्स के लिए ऊर्जा प्रदान करते हैं. इसके अलावा इसमें आयरन और मैग्नीशियम भी होते हैं जो मसल्स की कार्यक्षमता के लिए महत्वपूर्ण हैं. आप इसे चावल की जगह उपयोग कर सकते हैं या इसे सब्ज़ियों और ग्रिल्ड मीट के साथ सलाद में मिला सकते हैं.

म्यूजिक को भी दवा ही मानिए ! कई समस्याओं से दिला सकता है छुटकारा, फायदे अनगिनत

म्यूजिक सिर्फ मनोरंजन का साधन नहीं हैं, बल्कि सेहत के लिए एक थेरेपी का काम करता है. म्यूजिक हमारे मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य पर गहरा असर डालता है. जब हम अपने पसंदीदा गीत सुनते हैं, तो मस्तिष्क में अच्छे हार्मोन का स्तर बढ़ता है, जो मूड को बेहतर बनाता है और तनाव को कम करता है.

आजकल की तेज रफ्तार और तनावपूर्ण जिंदगी में म्यूजिक थेरेपी एक असरदार उपाय बनकर उभरी है. संगीत सुनने से नींद की गुणवत्ता में सुधार आता है, एकाग्रता बढ़ती है और यहां तक कि दर्द का अनुभव भी कम होता है. म्यूजिक के ऐसे ही कुछ चौंकाने वाले फायदे जान लेते हैं.

जब हम बहुत ज्यादा थके हुए या तनाव से घिरे होते हैं, तब म्यूजिक थेरेपी की तरह काम करता है. कई रिसर्च में पता चला है कि अच्छा म्यूजिक सुनने से शरीर में कोर्टिसोल हार्मोन का लेवल कम हो जाता है और स्ट्रेस कम होता है. स्लो, सॉफ्ट इंस्ट्रूमेंटल या क्लासिकल म्यूजिक दिमाग को शांत करता है, जिससे चिंता और बेचैनी में राहत मिलती है. अगर आपको नींद नहीं आती है या अनिद्रा से परेशान हैं, तो म्यूजिक आपके लिए रामबाण हो सकता है. रात को सोने से पहले धीमा म्यूजिक सुनने से ब्रेन की एक्टिविटी शांत होती हैं और नींद आने में मदद मिलती है. म्यूजिक से स्लीप हार्मोन रिलीज होता है और अच्छी नींद आती है.

म्यूजिक सिर्फ मेंटल हेल्थ के लिए ही फायदेमंद नहीं है, बल्कि दिल की सेहत के लिए भी फायदेमंद है. कई रिसर्च में पाया गया है कि संगीत सुनने से ब्लड प्रेशर कम हो सकता है और दिल की धड़कन सामान्य बनी रहती है. खासकर म्यूजिक थेरेपी कार्डियक मरीजों के लिए काफी असरदार मानी जाती है, क्योंकि यह दिल को आराम देने में मदद करती है. आपको जानकर हैरानी होगी कि म्यूजिक सुनने से शारीरिक दर्द भी कम महसूस होता है. कई अस्पतालों में म्यूजिक थेरेपी का उपयोग सर्जरी के बाद दर्द कम करने के लिए किया जाता है. यह एंडोर्फिन हार्मोन रिलीज करता है, जिससे दर्द से राहत मिलती है.

अंधेरी रात का उजाला

रामपुर गाँव के एक छोटे-से घर में माँ और बेटी रहती थीं। माँ का नाम सुशीला था और बेटी का नाम प्रिया। पिता की अचानक मृत्यु के बाद से घर की सारी जिम्मेदारी सुशीला के कंधों पर आ गई थी। वह गाँव के कुछ बच्चों को ट्यूशन पढ़ाकर और सब्ज़ियाँ बेचकर घर चलाती थी। प्रिया बारह साल की थी और पढ़ाई में बहुत तेज। वह हमेशा अपनी माँ का हाथ बँटाती, लेकिन सुशीला चाहती थी कि उसकी बेटी पढ़-लिखकर बड़े सपने देखे।

एक दिन, गाँव के सरपंच ने सुशीला से कहा, 'तुम्हारी बेटी बहुत होशियार है। अगर तुम उसे शहर के अच्छे स्कूल में भेजो, तो वह ज़रूर कुछ बन सकती है।' सुशीला ने आँसू भरी आँखों से कहा, 'लेकिन सरपंच जी, मेरे पास इतने पैसे कहाँ हैं कि मैं उसे शहर भेज सकूँ?'

उसी रात, सुशीला ने फैसला किया कि वह प्रिया को शहर भेजेगी, चाहे इसके लिए उसे कितनी भी मेहनत क्यों न करनी पड़े। अगले दिन से उसने ज्यादा बच्चों को पढ़ाना शुरू किया और सुबह-सुबह दूर के बाज़ार में सब्ज़ियाँ बेचने जाने लगी। प्रिया ने भी अपनी पढ़ाई और ज्यादा मेहनत से की। उसने गाँव के पुस्तकालय से किताबें लाकर स्वयं पढ़ना शुरू कर दिया।

एक साल बाद, जिले में एक प्रतियोगिता हुई—'सर्वश्रेष्ठ छात्र छात्रवृत्ति परीक्षा'। प्रिया ने उसमें भाग लिया और पूरे जिले में प्रथम स्थान प्राप्त किया। इस जीत के बाद उसे शहर के प्रतिष्ठित विद्यालय में पढ़ने का मौका मिला। सुशीला की खुशी का ठिकाना नहीं था, लेकिन उसके सामने अब एक नई चुनौती थी—प्रिया की फीस और रहने का खर्च। सुशीला ने हार नहीं मानी। उसने गाँव के लोगों से मदद माँगी। कुछ लोगों ने उसकी मदद की, लेकिन फिर भी पैसे कम पड़ रहे थे। तभी गाँव के एक शिक्षक ने सुझाव दिया कि प्रिया को छात्रावास में रहने दिया जाए, जहाँ वह मुफ्त में रह सकती है और अपनी पढ़ाई जारी रख सकती है। सुशीला ने हाँ कर दी, हालाँकि उसे अपनी बेटी से दूर रहने का दुख था। प्रिया शहर पहुँची। वहाँ उसने कभी भी अपनी गरीबी को अपनी कमजोरी नहीं बनने दी। वह सुबह जल्दी उठकर पढ़ती, दिनभर कक्षाओं में ध्यान लगाती और शाम को छात्रावास के बच्चों को पढ़ाकर कुछ पैसे कमाती। धीरे-धीरे उसकी मेहनत रंग लाई। दसवीं और बारहवीं में उसने जिले में टॉप किया। इसके बाद उसे एक बड़े कॉलेज में इंजीनियरिंग करने का मौका मिला। कॉलेज के दिनों में भी प्रिया ने कभी हार नहीं मानी। उसने छोटी-मोटी नौकरियाँ की, ताकि अपनी माँ पर बोझ न बने। जब वह इंजीनियर बनकर निकली, तो एक बड़ी कंपनी में उसकी नौकरी लग गई। पहली तनख्वाह मिलते ही वह सीधे अपने गाँव पहुँची। उसने अपनी माँ को गले लगाया और कहा, 'माँ, आज मैं जो कुछ भी हूँ, सिर्फ तुम्हारी वजह से हूँ। तुमने अंधेरी रातों में भी मुझे उजाले का रास्ता दिखाया।'

सुशीला की आँखों में आँसू थे। उसने कहा, 'बेटी, तू ही मेरी सबसे बड़ी कमाई है।'

स्वाद और सेहत दोनों मिलेगा एक साथ, डाइट में शामिल करें मीठी नीम, आयुर्वेद में कई बीमारियों का इलाज यही

करी पत्ता, जिसे मीठा नीम भी कहते हैं, भारतीय रसोई और आयुर्वेद में महत्वपूर्ण है. इसमें आयरन, कैल्शियम, विटामिन B2, B6, B12 होते हैं और यह दिल, कैंसर, डायबिटीज, पाचन और आंखों के लिए फायदेमंद है.

हमारे आस-पास कई ऐसे औषधीय पौधे मौजूद हैं जो न सिर्फ हमारे खाने को स्वादिष्ट बनाते हैं बल्कि शरीर के लिए लाभकारी भी होते हैं. इन्हीं पौधों में एक प्रमुख नाम है, करी पत्ता. इसे आमतौर पर 'मीठा नीम' भी कहा जाता है. इसका स्वाद नीम जितना कड़वा नहीं होता, लेकिन इसकी पत्तियों की बनावट नीम की तरह होती है.भारतीय रसोई में इसका इस्तेमाल सब्जियों में तड़का लगाने या पकवानों की खुशबू बढ़ाने के लिए किया जाता है, लेकिन आयुर्वेद में इसे एक औषधि के रूप में भी काफी महत्व दिया गया है.

करी पत्ता, जिसका वैज्ञानिक नाम Murraya Koenigii है, भारत और श्रीलंका में प्राचीन काल से इस्तेमाल किया जा रहा है.खासकर दक्षिण भारत में यह हर घर में इस्तेमाल होने वाला एक आम पौधा है.यहां की हर दूसरी डिश में करी पत्ते की खुशबू और स्वाद जरूर शामिल होता है. इसकी महक और स्वाद ही नहीं, बल्कि इसके औषधीय गुण भी इसे खास बनाते हैं. यह पौधा आमतौर पर 2 से 4 मीटर ऊंचा होता है और इसे घर के बगीचे या गमले में भी आसानी से उगाया जा सकता है.यह एक बहुउपयोगी पौधा है जो स्वाद और स्वास्थ्य दोनों में योगदान देता है.

करी पत्ते में आयरन, कैल्शियम, फास्फोरस, प्रोटीन, विटामिन B2, B6 और B12 जैसे जरूरी पोषक तत्व पाए जाते हैं. इन तत्वों की वजह से यह शरीर की कई जरूरी जरूरतों को पूरा करता है.खासतौर पर दिल के मरीजों के लिए इसका नियमित सेवन फायदेमंद होता है क्योंकि यह कोलेस्ट्रॉल और ट्राइग्लिसराइड की मात्रा को कम करने में सहायक होता है. इससे हृदय संबंधी बीमारियों का खतरा कम हो सकता है.

आधुनिक शोध और आयुर्वेद दोनों ही इस बात को मानते हैं कि करी पत्ता कैंसर जैसे गंभीर रोगों से लड़ने की क्षमता भी रखता है. NIH (नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ) की एक रिपोर्ट के अनुसार, करी पत्तों में अल्कलॉइड, फ्लेवोनॉइड और फिनोलिक यौगिक जैसे तत्व पाए जाते हैं, जो शरीर में ट्यूमर कोशिकाओं के विकास को रोकने में सहायक हो सकते हैं. इसके अतिरिक्त, यह इम्यून सिस्टम को मजबूत करने, शरीर में खून की कमी को दूर करने और हड्डियों को मजबूती देने में भी सहायक माना जाता है. आयुर्वेदाचार्य डॉ. कुणाल के अनुसार, करी पत्ता डायबिटीज, नींद न आना, कब्ज, और खराब पाचन जैसी समस्याओं में राहत देने का काम करता है. खासकर यह ब्लड शुगर को नियंत्रित करने में बहुत प्रभावशाली है. इसमें मौजूद फाइबर तत्व पाचन प्रक्रिया को धीमा करता है जिससे शुगर का स्तर अचानक नहीं बढ़ता.यही नहीं, करी पत्ता आंखों की रोशनी बढ़ाने और आंखों से जुड़ी समस्याओं को दूर करने में भी कारगर है. कुल मिलाकर, करी पत्ता न सिर्फ हमारी थाली की खुशबू और स्वाद को बढ़ाता है बल्कि यह एक सम्पूर्ण आयुर्वेदिक औषधि भी है.अगर हम इसे अपने दैनिक आहार में शामिल करें, तो यह कई गंभीर बीमारियों से बचाव में मदद कर सकता है.छोटे-छोटे पत्तों में छिपे बड़े-बड़े फायदे जानकर यह कहना गलत नहीं होगा कि करी पत्ता हमारी थाली का सुपरफूड है.

साल में सिर्फ 90 दिन मिलता है यह फल ! इसका शरबत पीना बेहद चमत्कारी,

अनार के दानों को फ्रिज में स्टोर करने के लिए एयरटाइट कंटेनर का उपयोग करें. खुले बाउल में रखने से दाने सूख सकते हैं और पोषण घट सकता है. सही तरीके से स्टोर करने पर दाने 2-3 दिन तक ताजे रहते हैं.

गर्मियों में कई ऐसे फल बाजार में आते हैं, जो स्वाद के साथ सेहत के लिए बेहद फायदेमंद होते हैं. ऐसा ही एक फल बेल है, जिसे बिलपत्र या श्रीफल भी कहा जाता है. यह एक औषधीय गुणों से भरपूर फल है, जो आयुर्वेद में प्राचीन काल से इस्तेमाल होता आ रहा है. यह गर्मियों में विशेष रूप से उपयोगी होता है और शरीर को ठंडक देने के साथ-साथ कई गंभीर बीमारियों से बचाने की ताकत रखता है. बेल का फल, पत्ते, बीज और जड़ सब कुछ औषधि की तरह काम करते हैं.

बेल का सबसे प्रमुख और लोकप्रिय उपयोग पाचन तंत्र को दुरुस्त करने में होता है. इसकी गूदे से बना शरबत या मुरब्बा कब्ज, गैस, एसिडिटी और दस्त जैसी समस्याओं से राहत दिलाता है. इसमें मौजूद टैनिन आंतों की सूजन को कम करने और उन्हें मजबूत बनाने में मदद करता है. अगर किसी को बार-बार लूज मोशन या पेचिश की शिकायत हो, तो बेल का सेवन रामबाण साबित हो सकता है. बेल के कच्चे फल को उबालकर उसका गूदा खाने से आंतों में जमे बैक्टीरिया खत्म होते हैं.

बेल शरीर से विषैले तत्वों को बाहर निकालने में भी मदद करता है. इसका नियमित सेवन लिवर और किडनी को स्वस्थ रखता है. बेल शरबत में नींबू और मिश्री मिलाकर पीने से शरीर की गर्मी निकलती है और शरीर भीतर से साफ होता है. बेल के पत्तों का रस डायबिटीज के रोगियों के लिए लाभदायक माना जाता है. यह ब्लड शुगर के स्तर को नियंत्रित करने में मदद करता है. आयुर्वेद में यह बताया गया है कि बेल की पत्तियों में ऐसे यौगिक होते हैं, जो इंसुलिन के असर को बढ़ाते हैं.

बेल में एंटीऑक्सीडेंट और विटामिन C प्रचुर मात्रा में होते हैं, जो शरीर की इम्यूनिटी को मजबूत करते हैं. यह संक्रमण से लड़ने की ताकत देता है और मौसम बदलने पर होने वाली बीमारियों से सुरक्षा करता है. बेल का सेवन हार्ट के लिए भी लाभकारी है. यह कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करता है और हार्ट की धमनियों में रक्त का संचार बेहतर बनाता है. बेल के सेवन से हाई ब्लड प्रेशर को भी नियंत्रण में रखा जा सकता है. बेल में मौजूद विटामिन्स और मिनरल्स त्वचा को ग्लोइंग बनाते हैं और बालों को जड़ से मजबूत करते हैं. बेल के पत्तों का रस त्वचा पर लगाने से कील-मुंहासे और फोड़े-फुंसियों से राहत मिलती है.

गर्मियों में बेल का शरबत बनाकर पीना सबसे सरल और स्वादिष्ट तरीका है. इसके अलावा बेल के पके गूदे से मुरब्बा या बेल का पाउडर भी तैयार किया जा सकता है. सुबह खाली पेट बेल का रस पीना विशेष रूप से फायदेमंद होता है. बेल फायदेमंद होता है, लेकिन बेल का सेवन सीमित मात्रा में ही करें, क्योंकि अत्यधिक मात्रा में इसका सेवन कब्ज पैदा कर सकता है. अगर आप किसी विशेष बीमारी से पीड़ित हैं, तो डॉक्टर या आयुर्वेदिक विशेषज्ञ से परामर्श लेकर ही इसका उपयोग करें.

पहलगाम आतंकी हमला और प्लेन क्रैश ने बढ़ाई युवाओं की चिंता, दौड़ने लगे यह काम कराने

एजेंसी

नई दिल्ली।। हाल में हुए पहलगाम आतंकी हमला और ड्रीमलाइनर विमान क्रैश ने भारतीयों को अपनी वसीयत और संपत्ति योजना पर फिर से सोचने पर मजबूर कर दिया है। कानूनी विशेषज्ञों और वसीयत बनाने वाली कंपनियों का कहना है कि कोविड महामारी के बाद पहली बार इतनी बड़ी संख्या में लोग वसीयत लिखवाने या उसे अपडेट करवाने के लिए सामने आए हैं।

अब लोग समझ रहे हैं कि वसीयत बनाना सिर्फ अमीरों या बूढ़ों के लिए नहीं है, बल्कि हर जिम्मेदार व्यक्ति की जरूरत है, जिससे बाद में परिवार को किसी कानूनी उलझन का सामना न करना पड़े। इकोनॉमिक टाइम्स के मुताबिक पहले वसीयत बनवाना रिटायरमेंट के बाद की योजना मानी जाती थी, लेकिन अब मिलेनियल्स और जेन Z यानी 20 से 40 वर्ष के लोग भी इसमें रुचि ले रहे हैं। खासकर लोग जब यात्रा पर निकलते हैं, तो वे उससे पहले वसीयत के बारे में पता कर रहे हैं।

क्या कहते हैं एक्सपर्ट : जानकारों के मुताबिक हर बार जब कोई बड़ा हादसा होता है, तब से सोचने लगते हैं। हाल ही में हुए विमान हादसे ने दिल्ली-एनसीआर के एक व्यापारी को वसीयत के लिए सोचने पर मजबूर कर दिया। उन्होंने दूसरी शादी की थी। अब उन्होंने अपनी पहली शादी से हुए बच्चों के अधिकारों की रक्षा के लिए अलग वसीयत बनवाई है। उन्हें अक्सर विदेश यात्रा करनी पड़ती है। टैक्स एक्सपर्ट कहते हैं कि पहले यह मेट्रो शहरों तक सीमित था, लेकिन अब टियर-2 और टियर-3 शहरों में भी यह चलन बढ़ रहा है।

लीगल प्लानिंग प्लेटफॉर्म पर भी वसीयत और संपत्ति के बारे में इंक्वायरी बढ़ने लगी हैं। लीगल-टेक कंपनियां भी इस बदलाव को महसूस कर रही हैं। एक कंपनी के मुताबिक, पिछले

स्विस बैंक में जमा भारतीयों का पैसा क्या काला धन है? जानें इन बैंकों में रकम जमा करना क्यों पसंद करते हैं अमीर

एजेंसी

नई दिल्लीः स्विस बैंकों का आकर्षण अभी भी बरकरार है। स्विस नेशनल बैंक (SNB) ने हाल ही में बताया कि साल 2024 में स्विस बैंकों में जमा भारतीयों का पैसा तीन गुना से भी ज्यादा बढ़ गया है। यह लगभग 37,600 करोड़ रुपये (3.54 बिलियन स्विस फ्रैंक) तक पहुंच गया है। यह 2021 के बाद सबसे ज्यादा है।

जब भी बात स्विस बैंकों की आती है, जहन में ब्लैक मनी यानी काला धन का विचार आ जाता है। समझा जाता है कि स्विस बैंकों में जितना भी पैसा है, वह ब्लैक मनी है, जबकि ऐसा बिल्कुल नहीं है। स्विस अधिकारियों और भारतीय सरकार ने साफ किया है कि स्विस बैंकों में जमा सारा पैसा काला धन नहीं माना जा सकता। हालांकि इसमें

वो पैसा शामिल नहीं है जो भारतीय, NRI या अन्य लोग तीसरे देशों की कंपनियों के नाम पर जमा करते हैं।

स्विस बैंक में ही जमा क्यों करते हैं पैसा : अमीर लोग स्विस बैंकों को इसलिए पसंद करते हैं क्योंकि जब उनके देश में राजनीतिक माहौल खराब होता है या पैसे की कीमत गिरती है तो ये बैंक उनके पैसे को सुरक्षित रखते हैं। अंतरराष्ट्रीय कारोबार और लेन-देन आसान होता है। साथ ही स्विस बैंक में खाता खुलवाना अमीर लोगों के क्लब में शामिल होने जैसा है। इस क्लब में शामिल होने के कई फायदे हैं। जैसे कि आपको ऐसे निवेश के मौके मिलते हैं, जिनमें बाहर के लोगों को आसानी से एंट्री नहीं मिलती।

स्विस बैंकों में भारतीयों की संपत्ति में बड़ा इजाफा हुआ है। एक साल में इनकी संपत्ति तीन गुना बढ़ गई है। यह साल 2021 के बाद सबसे ज्यादा है।

स्विस फ्रैंक एक स्थिर मुद्रा है। इसलिए इसमें आपका पैसा विदेशी मुद्रा बाजार में होने वाले उतार-चढ़ावों से बचा रहता है। स्विट्जरलैंड के ट्रस्ट कानून भी बहुत अच्छे हैं। इनसे आप अपने परिवार की संपत्ति को सुरक्षित रख सकते हैं। आप एक ऑफशोर ट्रस्ट बना सकते हैं और उसमें अपने परिवार के सदस्यों को लाभार्थी बना सकते हैं, चाहे वो दुनिया में कहीं भी रहते हों।

क्या है स्विस बैंक : स्विट्जरलैंड में मौजूद बैंक स्विस बैंक कहलाते हैं। ये बैंक दुनियाभर में अपनी सख्त प्राइवेसी और मजबूत सिक्योरिटी के लिए फेमस हैं। इन बैंकों की सबसे बड़ी खासियत यह है कि यहां अकाउंट रखने वालों की जानकारी न तो किसी व्यक्ति को दी जाती है और न ही संबंधित देशों की सरकारों को।

स्विस बैंकों की शुरुआत 17वीं सदी में हुई थी। साल 1713 में स्विट्जरलैंड में गोपनीयता से जुड़े सख्त कानून बनाए गए, जिसने इन बैंकों की प्रतिष्ठा को और मजबूत किया।

यहां ग्राहकों के अकाउंट को एक विशेष नंबर से पहचाना जाता है, जिसे 'नंबर्ड अकाउंट' कहा जाता है। यही कारण है कि स्विस बैंक दुनियाभर के अमीरों को पसंद आते हैं।

कप्तान के बाद उप कप्तान ने जड़ा शतक, एमएस धोनी से आगे निकले ऋषभ पंत

एजेंसी

नई दिल्ली. ऋषभ पंत ने इंग्लैंड के खिलाफ जारी पहले टेस्ट मैच के दूसरे दिन शानदार शतक जड़ा. पंत ने इस दौरान अपने नाम बड़ा रिकॉर्ड दर्ज कर लिया. उन्होंने हेडिंग्ले टेस्ट मैच के दूसरे दिन के पहले घंटे में शतक ठोककर हाहाकार मचा दिया. पंत वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप के इतिहास में सबसे ज्यादा छक्के जड़ने वाले भारतीय बल्लेबाज भी बन गए. उन्होंने इस दौरान रोहित शर्मा का रिकॉर्ड तोड़ा. पहले पंत और रोहित के डब्ल्यूटीसी में एक समान 56-56 छक्के दर्ज थे लेकिन अब पंत ने रोहित को पीछे छोड़ दिया है. पंत ने कप्तान शुभमन गिल के साथ मिलकर बड़ी साझेदारी कर टीम इंडिया की पहली पारी में स्कोर को 400 के पार पहुंचाया.

विकेटकीपर बल्लेबाज ऋषभ पंत ने इंग्लैंड में शतक जड़कर इतिहास रच दिया है. पहले दिन यशस्वी जायसवाल और कप्तान शुभमन गिल ने शतक जड़ा जबकि दूसरे दिन पंत ने सेंचुरी जमाई.

बाएं हाथ के विकेटकीपर बल्लेबाज ऋषभ पंत ने 146 गेंदों पर 10 चौकों और 4 छक्कों की मदद से अपनी सेंचुरी पूरी की. इससे पहले भारत की ओर से पहले दिन ओपनर यशस्वी जायसवाल और कप्तान शुभमन गिल ने शानदार शतक जड़ा था. उप कप्तान पंत ने मैदान के चारों ओर शॉट लगाए. उन्होंने पहले दिन टेस्ट क्रिकेट में अपने 3000 रन भी पूरे किए थे. पंत सबसे कम पारियों में तीन हजार टेस्ट रन बनाने वाले एशिया के पहले विकेटकीपर बल्लेबाज बन गए हैं. ऋषभ पंत ने इस दौरान धोनी का रिकॉर्ड तोड़ दिया. धोनी ने इससे पहले भारत की ओर से सबसे अधिक 6 टेस्ट शतक जड़े थे. पंत ने अब इस रिकॉर्ड को अपने नाम कर लिया.

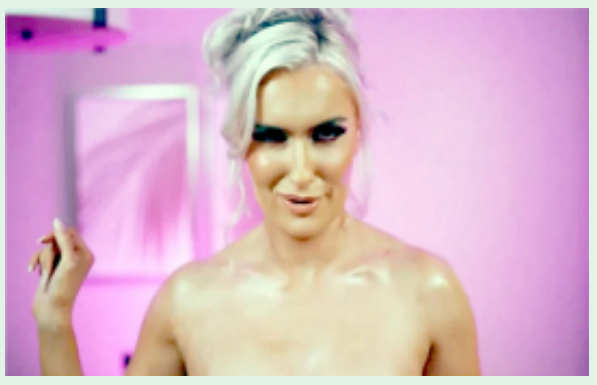
पंत की इंग्लैंड में यह तीसरी सेंचुरी है.इससे पहले उन्होंने ओवल और बर्मिंघम में भी शतक जड़े थे. धोनी ने 90 टेस्ट मैच में 6 शतक जड़े थे जबकि पंत ने 44 टेस्ट मैचों में धोनी को पीछे छोड़ दिया.इससे पहले एशिया के बाहर भारत की ओर से एक पारी में 3 बल्लेबाजों ने एक साथ शतक तीन बार ठोक चुके हैं. साल 1986 में सिडनी में भारत की ओर से ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ गावस्कर, श्रीकांत और मोहिंदर अमरनाथ ने एक पारी में शतक जड़े थे. राहुल द्रविड़, तेंदुलकर और गांगुली की तिकड़ी ने 2002 में हेडिंग्ले में इंग्लैंड के खिलाफ पहली पारी में शतक जड़े थे जबकि 2006 में सहवाग, द्रविड़ और कैफ ने 2006 में विंडीज के खिलाफ ग्रोस आइलेट में एक पारी में शतक जड़े थे.

ऋषभ पंत SENA देशों के खिलाफ सर्वाधिक रन बनाने वाले विकेटकीपर भी बन गए. उन्होंने इस दौरान अपने आदर्श महेंद्र सिंह धोनी के रिकॉर्ड को पीछे छोड़ा. धोनी के नाम SENA देशों के खिलाफ 1731 रन बनाने का रिकॉर्ड था जिसे पंत ने अब पार कर लिया है.

ब्लेक मोनरो की WWE में एंट्री, NXT चैंपियनशिप पर टिकी निगाहें

एजेंसी

नई दिल्लीः WWE में एक नया चेहरा आया है। ब्लेक मुनरो ने NXT ब्रांड के लिए WWE में एंट्री की है। कंपनी ने कई फ्री-एजेंट साइन किए हैं, जिससे प्रो रेसलिंग की दुनिया में हलचल है। पहले वह मारिया मे के नाम से जानी जाती थीं। उन्होंने स्टार्डम में नाम कमाया और ऑल एलीट रेसलिंग में महिला चैंपियन भी रहीं। टोनी स्टॉर्म के साथ उनका मुकाबला बहुत चर्चित रहा। अब उनकी नजर NXT महिला चैंपियन जेसी जेन और फेटल इन्फ्लुएंस गुट पर है। वह अपनी उपलब्धियों में एक और खिताब जोड़ना चाहती हैं। प्रो रेसलिंग के दिग्गज बुब्बा रे डडली ने कहा कि मुनरो ने अपनी पिछली भूमिका में पूरी क्षमता दिखाई। WWE में आना उनके लिए सही फैसला था।



ब्लेक मुनरो ने NXT में WWE की शुरूआत की। मारिया मे के नाम से मशहूर, उन्होंने स्टारडम में नाम कमाया। वह ऑल एलीट रेसलिंग में महिला चैंपियन थीं। टोनी स्टॉर्म के साथ उनका मुकाबला हुआ। अब, उनकी निगाहें ठळ महिला चैंपियन जेसी जेन पर हैं।

ब्लेक मुनरो ने हाल ही में NXT में कदम रखा है। इससे प्रो रेसलिंग की दुनिया में उत्साह है। बुब्बा रे डडली जैसे दिग्गजों ने उनकी तारीफ की है। उनका मानना है कि मुनरो WWE में बड़ी स्टार बन सकती हैं। डडली ने फॉक्स न्यूज डिजिटल को दिए इंटरव्यू में कहा, 'ब्लेक मुनरो ने पिछले कुछ सालों में मेरा ध्यान खींचा है। उन्होंने दूसरी कंपनी में जो काम किया, वह शानदार था।' उनका मानना है कि मुनरो ने वहां अपनी पूरी क्षमता का इस्तेमाल किया। डडली ने आगे कहा, 'मुझे नहीं लगता कि ब्लेक मुनरो वहां और बेहतर कर सकती थीं। वहां उनसे बेहतर प्रतिभा नहीं थी, जिनसे वह मुकाबला कर पातीं।'

डडली को लगता है कि मुनरो को सही मार्गदर्शन नहीं मिल पाया। उन्होंने कहा, 'मुझे नहीं पता कि ब्लेक मुनरो के साथ काम करने के लिए पर्याप्त दिमाग थे, जो उन्हें एक स्पोर्ट्स एंटरटेनर बना पाते। मैंने प्रो रेसलर शब्द का इस्तेमाल नहीं किया, मैंने स्पोर्ट्स एंटरटेनर कहा।

क्योंकि ब्लेक मुनरो ने पिछले कुछ सालों में जो काम किया है, वह मुझे प्रो रेसलर से ज्यादा स्पोर्ट्स एंटरटेनर लगता है और अंत में यह वर्ल्ड रेसलिंग एंटरटेनमेंट है।' डडली को उम्मीद है कि मुनरो WWE में आगे चलकर बड़ी स्टार बनेंगी।

सरकार की झोली इस साल उम्मीद से ज्यादा भर सकती है, प्रत्यक्ष कर संग्रह के शुरूआती आंकड़ों से समझिए संकेत

नई दिल्लीः चालू वित्त वर्ष के दौरान प्रत्यक्ष कर संग्रह के जो रुझाान आए हैं, उससे सरकार खुश हो सकती है। केंद्रीय वित्त मंत्रालय से जारी नवीनतम आंकड़ों के अनुसार, वित्तीय वर्ष 2025-26 में भारत का सकल प्रत्यक्ष कर संग्रह 4.86% बढ़कर 5.45 लाख करोड़ रुपये हो गया है। यह आंकड़ा 19 जून 2025 तक का है। हालांकि, रिफंड में भारी वृद्धि के कारण शुद्ध संग्रह में थोड़ी गिरावट आई है।

केंद्रीय वित्त मंत्रालय ने चालू वित्त वर्ष के दौरान 19 जून तक के प्रत्यक्ष कर संग्रह के आंकड़े जारी किए हैं। इसके मुताबकि इस दौरान कर संग्रह में करीब पांच फीसदी की बढ़ोतरी हुई है। वहीं रिफंड में तो भारी बढ़ोतरी की खबर मिली है।

कितना रहा टैक्स कलेक्शन : वित्त मंत्रालय के मुताबिक आलोच्य अवधि के दौरान सकल प्रत्यक्ष कर संग्रह 5,45,207 करोड़ रुपये रहा। इसमें कॉर्पोरेट टैक्स, गैर-कॉर्पोरेट टैक्स, सिक्योरिटीज ट्रांजैक्शन टैक्स (STT) और अन्य शुल्क शामिल हैं। पिछले साल इसी अवधि में यह आंकड़ा 5,19,936 करोड़ रुपये था।

रिफंड में भारी बढ़ोतरी : टैक्स रिफंड में 58.04% की भारी वृद्धि हुई है। यह बढ़कर 86,385 करोड़ रुपये हो गया है, जबकि पिछले साल यह 54,661 करोड़ रुपये था। रिफंड में यह उछाल बेहतर करदाता सेवाओं और तेजी से प्रोसेसिंग को दर्शाता है। इसका मतलब है कि लोगों को उनका टैक्स रिफंड जल्दी मिल रहा है। इसके परिणामस्वरूप, शुद्ध प्रत्यक्ष कर संग्रह में 1.39% की मामूली गिरावट आई है। यह पिछले वर्ष के 4,65,275 करोड़ रुपये से गिरकर 4,58,822 करोड़ रुपये हो गया है। रिफंड ज्यादा होने की वजह से टैक्स कलेक्शन थोड़ा कम हुआ है।

एडवांस टैक्स कलेक्शन का क्या हाल : कुल मिलाकर अग्रिम कर प्राप्तियां 3.87% बढ़कर 1,55,533 करोड़ रुपये हो गईं। कॉर्पोरेट अग्रिम कर 5.86इ बढ़कर 1,21,604 करोड़ रुपये हो गया, लेकिन गैर-कॉर्पोरेट अग्रिम कर 2.68% गिरकर 33,928 करोड़ रुपये हो गया। केंद्रीय प्रत्यक्ष कर बोर्ड (CBDT) ने कहा कि आयकर विभाग ने हाल ही में अपने आधिकारिक ऑनलाइन पोर्टल पर 'e-Pay Tax' सुविधा शुरू की है। इसका उद्देश्य करदाताओं के लिए टैक्स से संबंधित प्रक्रियाओं को सरल बनाना है। अब लोग आसानी से ऑनलाइन टैक्स भर सकेंगे।

आ रहा है नया आयकर विधेयक : टैक्स ढांचे को सुव्यवस्थित करने के लिए जुलाई 2024 के केंद्रीय बजट में आयकर अधिनियम, 1961 में व्यापक बदलाव का प्रस्ताव किया गया था। इसका उद्देश्य अधिनियम को अधिक संक्षिप्त, पारदर्शी और विवादों और मुकदमेबाजी से कम प्रवण बनाना है। सरकार चाहती है कि टैक्स कानून आसान हो ताकि लोगों को समझने में दिक्कत न हो। बीते 25 मार्च को, केंद्रीय वित्त और कॉर्पोरेट मामलों की मंत्री निर्मला सीतारमण ने घोषणा की कि नया आयकर विधेयक संसद के आगामी मानसून सत्र के दौरान चर्चा के लिए पेश किया जाएगा। बजट भाषण में कहा गया है कि संशोधित कर संरचना से 12 लाख रुपये तक की वार्षिक आय वाले व्यक्तियों को राहत मिलेगी, जिसमें 60,000 रुपये की बढ़ी हुई छूट प्रभावी रूप से उनकी कर देनदारी को समाप्त कर देगी। उन्होंने कहा, 'नई इनकम टैक्स बिल मानसून सत्र में पेश की जाएगी।'

इससे पहले, 18 मार्च को, सरकार ने ड्राफ्ट इनकम टैक्स बिल, 2025 पर हितधारकों से सुझाव आमंत्रित किए थे, जिसकी वर्तमान में विस्तृत जांच के लिए एक प्रवर समिति द्वारा समीक्षा की जा रही है। सरकार सभी से सुझाव मांग रही है ताकि बिल को और बेहतर बनाया जा सके।

प्लेन क्रैश से सबक... अगर पति-पत्नी और बच्चे सब चले जाएं तो संपत्ति किसे मिलेगी? जानें कौन कर सकता है क्लेम

एजेंसी

नई दिल्ली।। गुजरात के अहमदाबाद में हुए प्लेन क्रैश के मामले में बीमा कंपनियों को अनोखी चुनौती का सामना करना पड़ रहा है। इन कंपनियों के सामने कई ऐसे मामले आए हैं, जिनमें पॉलिसीधारक और उनके नॉमिनी दोनों की ही इस हादसे में मौत हो चुकी है। ऐसे में बीमा कंपनियां दावे की राशि का भुगतान किसे करें, इसी बात को लेकर परेशान हैं। इस विमान दुर्घटना ने बैंक डिपॉजिट, इंश्योरेंस, म्यूचुअल फंड्स और बचत योजनाओं में नॉमिनी बनाने की अहमियत सतह पर ला दी है। इस दुर्घटना में कई ऐसे मामले सामने आए हैं, जिनमें पति-पत्नी के साथ बच्चों की भी मृत्यु हो गई है। विशेषज्ञों का कहना है कि खाताधारक या बीमाधारक और उनके साथ ही नॉमिनी की भी मृत्यु होने के ऐसे मामलों में सक्सेसिव नॉमिनेशन करने और वसीयत बनाने का महत्व बढ़ जाता है।

बना सकते हैं चार नॉमिनी : इस साल बैंकिंग लॉज अमेंडमेंट ऐक्ट 2024 लागू होने के साथ बैंक खातों में अब एक के बजाय अधिकतम चार नॉमिनी बनाए जा सकते हैं। पीपीएफ सहित स्मॉल सेविंग्स स्कीम्स में भी चार तक नॉमिनी बनाए जा सकते हैं। सेबी के नियमों के मुताबिक, डीमैट अकाउंट और म्यूचुअल फंड फोलियों में अधिकतम 10 नॉमिनी बनाने की सुविधा है।

सर्टिफाइड फाइनेंशियल प्लानर तारेश भाटिया ने कहा, 'अधिकतर लोग पत्नी या पति के रूप में एक नॉमिनी बनाते हैं। कुछ साइमल्टेनियस नॉमिनेशन करते हुए एक से ज्यादा नॉमिनी भी बनाते हैं और तय कर देते हैं कि उनके बाद किस नॉमिनी को कितना हिस्सा दिया जाएगा। सक्सेसिव नॉमिनेशन इतना प्रचलन में नहीं है। हालांकि नॉमिनेशन करने के अलावा वसीयत बना लेना ज्यादा बेहतर होता है।'

क्या है साइमल्टेनियस और सक्सेसिव नॉमिनेशन : साइमल्टेनियस नॉमिनेशन में एक से अधिक नॉमिनी बनाए जाते हैं। बीमाधारक या खाताधारक की मृत्यु के पहले अगर किसी नॉमिनी की मृत्यु हो जाए और नॉमिनेशन में कोई बदलाव न किया गया हो तो मृत नॉमिनी के लिए तय हिस्से का आनुपातिक बंटवारा बाकी नॉमिनीज में होता है। खाताधारक के जीवित रहते ही किसी नॉमिनी की मृत्यु हो और वह नॉमिनेशन में बदलाव करें तो उसी बदलाव को लागू माना जाता है।

वहीं, सक्सेसिव नॉमिनेशन में जितने भी नॉमिनी होते हैं, उनका वरीयता क्रम देना होता है। इसमें खाताधारक या बीमाधारक की मृत्यु होने पर पहले नंबर के नॉमिनी को पूरी रकम दी जाती है। इसमें हिस्सा यानी पर्सेंटेज तय करने का मामला नहीं बनता। अगर बीमाधारक के साथ पहले नंबर के नॉमिनी की भी मृत्यु हो जाए, तो उनके बाद जिनका नंबर हो, उनकी बारी आएगी और इसी तरह क्रम तय होता है। बीमा कंपनियों, बैंकों और डीमैट अकाउंट में सक्सेसिव नॉमिनेशन हो सकता है, लेकन म्यूचुअल फंड फोलियो में सुविधा नहीं है। वहीं, बैंक लॉकर के मामले में केवल सक्सेसिव नॉमिनेशन होता है।

कानूनी वारिस को करना होगा : भाटिया ने कहा, 'अहमदाबाद विमान हादसे जैसे मामलों में यह स्थिति बन सकती है कि पति, पत्नी और बच्चों की एकसाथ मृत्यु के चलते बीमाधारक और सक्सेसिव नॉमिनीज में से कोई भी जीवित न हो। ऐसी सूरत में जो भी कानूनी वारिस होगा, उसका क्लेम बनेगा। हालांकि उसे दस्तावेजों के साथ साबित करना होगा कि वह कानूनी वारिस है। किसी और ने दावा कर दिया तो मामला कोर्ट से तय होगा। वसीयत ऐसी सूरत में उपयोगी होती है।'

परिवार के लोगों को ही नॉमिनी बनाएं : नॉमिनी बनाते समय अपने प्रियजन को कानूनी पचड़ों से बचाने के लिए बेहतर यही होता है कि उन्हीं लोगों को नॉमिनी बनाएं, जो परिवार के हों और उनका कानूनी वारिस होने का दावा भी बनता हो। नामित व्यक्ति अगर बेईमानी पर उतर आए, तो कानूनी वारिसों को ऐसा मामला कोर्ट-कचहरी तक ले जाना पड़ता है। सेबी के नियमों और सुप्रीम कोर्ट के फैसलों से यह स्पष्ट हो चुका है कि कोई भी नॉमिनी सिर्फ संबंधित रकम का रिसीवर होता है और अगर कानूनी वारिस दावा करें तो रकम उन्हें मिलेगी।

वसीयत न बनाई हो तो क्या : भाटिया ने कहा कि हिंदू उत्तराधिकार के नियमों के मुताबिक, वसीयत न बनाई गई हो तो किसी व्यक्ति की खुद कमाई गई संपत्ति पर उसके बाद उनकी पत्नी, उनके बाद संतान और अगर पत्नी और संतान भी न हों तो व्यक्ति की मां का कानूनी हक बनता है। मां के बाद व्यक्ति के पिता का और उनके बाद भाई और फिर बहन का नंबर आता है।

कोर्ट में रजिस्टर कराएं वसीयत : भाटिया ने कहा कि वसीयत में यह भी बताना होता है कि एग्जिक्यूटर कौन होगा। आमतौर पर वकील यह काम करते हैं और इसकी फीस लेते हैं। वसीयत को कोर्ट में रजिस्टर करा लेना चाहिए। वसीयत में किसे कितना हिस्सा तय किया गया है, यह बताएं या न बताएं, घरवालों को यह जरूर बताएं कि वसीयत बना ली है और कोर्ट में रजिस्टर भी करा ली है। इससे आपके बाद पत्नी या किसी दूसरे आश्रित को जरूरत पड़ी तो कोर्ट से उसकी कॉपी या प्रोबेट ऑर्डर लेकर बैंक या किसी भी जरूरी जगह पर देने से काम आसानी से हो जाता है।

शतक लगाने के बाद भी मुश्किल में पड़ सकते हैं शुभमन गिल, इस वजह से आईसीसी...

एजेंसी

लीड्सः शुभमन गिल के टेस्ट कप्तान के रूप में डेब्यू की शुरुआत जितनी शानदार रही, उसका अंत उतना ही अजीब मोड़ ले सकता है। 25 वर्षीय गिल ने हेडिंग्ले में इंग्लैंड के खिलाफ पहले टेस्ट के पहले दिन न केवल भारत की शानदार तरीके से अगुवाई की, बल्कि एक ऐतिहासिक उपलब्धि भी अपने नाम की।

वह टेस्ट कप्तानी डेब्यू में शतक लगाने वाले सिर्फ पांचवें भारतीय बल्लेबाज बन गए।

पहले के पहले दिन शुभमन गिल 127 रन बनाकर नाबाद थे। दूसरे टीम 147 रनों की पारी खेलने के बाद वह पवेलियन लौटे। यह टेस्ट करियर में उनकी सबसे बड़ी पारी है।

उन्होंने 227 गेंदों में 19 चौके और एक छक्का जड़ा। यह उनका छठा टेस्ट शतक था और एशिया के बाहर पहला। इससे पहले गिल ने 2021 में गाबा में 91 रन बनाए थे, जो भारत की

ऐतिहासिक सीरीज जीत में अहम साबित हुए थे। जब चारों ओर से गिल की बल्लेबाजी की तारीफ हो रही थी, तभी एक ऐसा विवाद सामने आ गया है। इसकी वजह से वह परेशानी में आ सकते हैं।

काले मोजे पहनकर बैटिंग कर रहे थे गिल : लीड्स टेस्ट के पहले दिन शुभमन गिल ने बल्लेबाजी के दौरान काला मोजा पहन रखा था। आईसीसी के कपड़े और उपकरण संबंधित नियमों के अनुसार, गिल ने टेस्ट मैच के दौरान काले रंग के मोज़े पहनकर नियम 19.45 का उल्लंघन किया हो सकता है।

मई 2023 में अपडेट किए गए नियमों के अनुसार, टेस्ट मैचों में खिलाड़ी केवल सफेद, क्रीम या हल्के ग्रे रंग के मोजे पहन सकते हैं। यदि यह उल्लंघन जानबूझकर किया गया हो, तो इसे लेवल 1 अपराध माना जाएगा और खिलाड़ी पर उसके मैच फीस का 10 से 20 प्रतिशत तक जुर्माना लगाया जा सकता है।

जनखबर
RNI No. DELHIN/2013/52747
संपादक : एस.एन. गुप्ता
मुख्य कार्यालय
J-23A, लाजपत नगर सेंट्रल मार्केट, नई दिल्ली-24
मोबाईल : 9810683954
Email:jankhabarnews@gmail.com
स्वत्वाधिकारी स्वामी एस.एन. गुप्ता के लिए प्रकाशक और मुद्रक पंकज संधू द्वारा मारूति नंदन प्रिंटर्स एण्ड पब्लिशर्स ए-15, बड़ा बाग, जी.टी. कर्नाल रोड, इंडस्ट्रीयल एरिया, नई दिल्ली से मुद्रित एवं जे-23ए, लाजपत नगर-II नई दिल्ली-110024 से प्रकाशित

घर से भागीं, शादी से पहले हुईं प्रेग्नेंट, 2 बार बसाया घर, पाई-पाई को मोहताज एक्ट्रेस के पीछे क्यों पड़ी पुलिस?

'देवों के देव महादेव' सीरियल में 'माता पार्वती' का किरदार निभाने वाले टीवी एक्ट्रेस पूजा बनर्जी पिछले कुछ दिनों से अपनी निजी जिंदगी में खासी परेशान हैं. एक्ट्रेस पूजा बनर्जी और उनके पति कुणाल वर्मा ने अपने यूट्यूब चैनल पर दावा किया कि उनके साथ बड़ी धोखाधड़ी हुई है. उनकी जिंदगी भर की कमाई चली गई है. कपल का कहना था कि ठगने वाला शख्स उनका करीबी दोस्त था. वो उसे तीन साल से जानते थे. अब एक्ट्रेस एक और मुसीबत में फंस गई हैं. उन पर गिरफ्तारी की तलवार लटक रही है. कपल के खिलाफ एक फिल्ममेकर ने किडनैपिंग, मारपीट और जबरन वसूली के आरोप लगाए हैं. गोवा पुलिस में शिकायत भी दर्ज कराई है.

देवों के देव महादेव' सीरियल में 'माता पार्वती' का किरदार निभाकर रातोंरात फेमस होने वाली टीवी एक्ट्रेस पूजा बनर्जी अपनी निजी जिंदगी में मुश्किल दौर से गुजर रही हैं. एक्ट्रेस के साथ उनके दोस्त ने धोखाधड़ी की.

बंगाली फिल्ममेकर सुंदर श्याम डे का कहना है कि पूजा और कुणाल ने गोवा में उसको किडनैप करके एक विला में बंधक बनाकर रखा. इतना ही नहीं, लाखों रुपये की वसूली की. फिल्ममेकर की पत्नी मालबिका ने गोवा पुलिस में पूजा और कुणाल के खिलाफ शिकायत भी दर्ज कराई है. कपल पर लगे आरोप से फैंस हैरान हैं.

श्याम सुंदर डे ने दावा किया कि वह गोवा में छुट्टियां मनाने गए थे, इसी दौरान उनकी गाड़ी को ब्लैक जैगुआर ने घेरा. पूजा बनर्जी को वह अपनी बहन मानते थे. वह गाड़ी से बाहर आए तो उन्हें किडनैप कर लिया गया। डे का दावा है कि पूरा मामला वहां के सीसीटीवी में भी रिकॉर्ड हुआ होगा.

रियल लाइफ में दो बार शादी रचाने वाली यह खूबसूरत एक्ट्रेस 15 साल की उम्र में ही घर से भाग गई थी. शादी से पहले ही वह प्रेग्नेंट भी हो गईं थीं. दरअसल, उन्होंने 2004 में अपने प्रेमी अरुनोय चक्रवर्ती के साथ सात फेरे लिए थे. यह शादी सिर्फ 9 साल चली. 2013 में दोनों ने आपसी सहमति से 2013 में तलाक ले लिया. पहली शादी के टूटने का गम भुलाकर पूजा बनर्जी ने सिर्फ करियर पर ही फोकस किया. टीवी सीरियल की दुनिया में नाम कमाया.

'देवो के देव महादेव' में पार्वती का रोल इतनी शिद्दत से निभाया उन्हें इसी सीरियल ने स्टार बना दिया. इस शो से उन्हें पहचान मिली. इसी बीच, उनकी मुलाकात टीवी एक्टर कुणाल वर्मा से हुई. दोनों की मुलाकात प्यार में बदल गई. कुछ साल डेटिंग के बाद दोनों ने शादी के बंधन में बंधने का फैसला लिया और 2021 में गोवा में शादी रचा ली. हालांकि पूजा उससे पहले ही 2020 में मां बन गईं.

दुनिया जाए भाड़ में! सोनम कपूर सुनती हैं अपने ही ये 2 सुपरहिट गाने, दोनों को यूट्यूब पर मिले 1 अरब से ज्यादा व्यूज

टैलेंटेड एक्ट्रेस सोनम कपूर के दो मशहूर गाने 'प्रेम रतन धन पायो' और 'अभी तो पार्टी शुरू हुई है' ने यूट्यूब पर एक अरब से ज्यादा बार देखे जाने का रिकॉर्ड बना लिया है. इस खास मौके पर सोनम ने इन गानों के अपने एक्सपीरियंस और प्यार को व्यक्त किया. सोनम ने बताया कि उनका पसंदीदा गाना कौन-कौन सा है.

साल 2015 में रिलीज हुई फिल्म 'प्रेम रतन धन पायो' के टाइटल ट्रैक में सलमान खान और सोनम कपूर, नील नीतिन मुकेश, स्वरा भास्कर के साथ अनुपम खेर भी अहम भूमिका में हैं.

सोनम ने बताया, 'जब 'प्रेम रतन धन पायो' गाना रिलीज हुआ था, तब डबस्मैश वीडियो हर जगह छाए हुए थे. इसने इंटरनेट पर तहलका मचा दिया था. शूटिंग के दौरान मुझे बहुत मजा आया. ऐसा लगता है जैसे यह कल की बात हो. यह गाना आज भी लोगों के बीच खास है, जो मेरे लिए बहुत मायने रखता है. वहीं, साल 2014 की फिल्म 'खूबसूरत' का गाना 'अभी तो पार्टी शुरू हुई है' सोनम का ऑल-टाइम फेवरेट है.

राकेश रोशन की फिल्म का रीमेक : इस गाने में रैपर बादशाह और आस्था गिल की आवाज है. सोनम ने बताया, 'यह गाना मेरे करियर का सबसे खास गाना है और आज भी मेरी डांस प्लेलिस्ट में शामिल है. इसकी शूटिंग के दौरान मैंने खूब मस्ती की थी. यह देखकर खुशी होती है कि यह आज भी पार्टियों में धूम मचाता है. 'खूबसूरत' फिल्म का निर्देशन शशांक घोष ने किया था. यह 1980 में आई रेखा और राकेश रोशन स्टारर फिल्म का रीमेक है. इसमें सोनम ने मिल्ली नाम की एक मजेदार फिजियोथेरेपिस्ट की भूमिका निभाई, जो एक शाही परिवार के लिए काम करती है और एक राजकुमार से प्यार कर बैठती है.

इस फिल्म में सोनम कपूर के साथ फवाद खान, किरण खेर और रत्ना पाठक जैसे सितारे भी हैं. बात अगर सोनम के करियर की करें तो आखिरी बार क्राइम-थ्रिलर 'ब्लाइंड' में नजर आई थीं, जो साल 2023 में रिलीज हुई थी। इसे शोम मखीजा ने डायरेक्ट किया था, जबकि सुजॉय घोष इसके प्रोड्यूसर थे. फिल्म में सोनम के अलावा पूरब कोहली, विनय पाठक और लिलेट दुबे जैसे कलाकार अहम किरदार में नजर आए. यह 2011 में इसी नाम से रिलीज हुई कोरियन फिल्म की हिंदी रीमेक है। कहानी एक अंधे पुलिस अधिकारी की है, जो सीरियल किलर की खोज में है.

'मैं वासना से भरी हूं...', शादी के सवाल पर रेखा ने खुद को कहा था अशुद्ध औरत, बताया किस से करती हैं सच्चा प्यार

रेखा ने अपने करियर की शुरुआत में काफी संघर्षक किया था. एक्टिगं की दुनिया में एंट्री करने के बदा उन्हें मोटी, काली और बुरी दिखने वाली एक्ट्रेस जैसे ताने भी सुनने पड़े थे. शादी को लेकर तो उनसे अक्सर सवाल किए जाते हैं. सालों पहले भी एक्ट्रेस ने शादी के सवाल पर कहा था कि वासना से भरी हूं, मुझसे पूछो तो मैं कहूंगी कि मैं खुद के लिए हूं.

रेखा के लिए एक्टिंग की दुनिया में खुद को बनाए रखना आसान नहीं था.उन्होंने अपने हर अंदाज से लोगों का दिल जीता. लोगों के ताने सुनने के बाद भी उन्होंने अपने काम पर फोकस किया और अपनी अलग पहचान बनाई. एक इंटरव्यू में तों उन्होंने खुद पर ही कई इल्जाम लगाए. साथ ही इस बात का भी खुलासा किया कि वह किस से प्यार करती हैं.

रेखा ने एक बार सिमी ग्रेवाल के शो में शिरकत की थी. इस दौरान रेखा एकदम शादीशुदा लुक में वहां पहुंची थीं.पीले रंग की साड़ी, खुले बाल और गले में बड़ा सा हार पहने रेखा को देखकर उनके चेहरे से नजरें हटा पाना मुश्किल हो गया था.इसी इंटरव्यू में जब सिमी ने रेखा से पूछा, आप शादी कब करेंगी? इसके बाद रेखा ने जो जवाब दिया वो काफी हैरान करने वाला था. उन्होंने कहा, 'आपका मतलब किसी पुरुष से? सिमी बोलीं – जाहिर है किसी महिला से तो नहीं. रेखा ने झट से कहा, क्यों नहीं, मैं एक अशुद्ध महिला हूं, वासना से भरी हूं, मुझसे पूछो तो मैं कहूंगी कि मैं सबसे ज्यादा प्यार खुद से ही करती हूं. मैं खुद के लिए हूं, मैं खुद से, अपने पेशे से और अपनों से शादीशुदा हैं'. रेखा ने 34 साल की उम्र में दिल्ली के मशहूर बिजनेसमैन मुकेश अग्रवाल से शादी रचाई थी. शादी के 6 महीने बाद ही उनके पति ने सुसाइड कर लिया था. यह एक अरेंज मैरिज थी.अपने करियर में उनका नाम कई को स्टार संग भी जुड़ा. इनमें अक्षय कुमार भी शामिल हैं. रेखा ने अक्षय कुमार ब्लॉकबस्टर फिल्म खिलाड़ियों का खिलाड़ी में काम किया था. रेखा और अक्षय को लेकर खूब अफवाहें उड़ी थी. लेकिन उन्होंने कभी इस तरह की बातों पर ध्यान नहीं दिया. बता दें कि रेखा ने अपने करियर में एक से बढ़कर एक फिल्मों में काम किया है. अपने हर किरदार के साथ उन्होंने न्याय भी किया है. धर्मेंद्र, जितेंद्र, अनिल कपूर और अमिताभ बच्चन समेत उन्होंने हर स्टार के साथ हिट और सुपरहिट फिल्मों में काम किया है.

56 साल पुराना वो सुपरहिट क्लासिक गाना, जो सिर्फ 1 टेक में हुआ था शूट, आज भी सुनते ही मचल उठता है दिल

हिंदी फिल्मों में गानों का बड़ा महत्व होता है, जो कहानी को और मजबूती देता है. यही वजह है कि बॉलीवुड मूवीज में गानों की खास जगह होती है. वैसे हिंदी सिनेमा में पॉपुलर गानों की भरमार है, लेकिन 56 साल पहले एक ऐसा गाना बनकर तैयार हुआ जो आज भी सुपरहिट है. हम जिस गाने की बात कर रहे हैं वो है 'रूप तेरा मस्ताना'.

'रूप तेरा मस्ताना' साल 1969 में रिलीज हुई फिल्म 'आराधना' का गाना है. इसमें राजेश खन्ना और शर्मिला टैगोर लीड किरदारों में थे. फिल्म में यह रोमांटिक गाना दोनों सितारों पर फिल्माया गया था.

इस गाने को किशोर कुमार ने अपनी आवाज से सजाया था. उनकी आवाज में रोमांस और जादू झलकता है. इसका म्यूजिक एसडी बर्मन ने तैयार किया था. यह गाना किशोर कुमार की शानदार आवाज की वजह से रातों-रात सुपरहिट हो गया था.

गाने के बोल आनंद बख्शी ने लिखे थे. उन्होंने बहुत ही सरल लेकिन असरदार शब्दों के जरिए प्रेम की भावना को बयां किया था. इस गाने को लोग आज भी गुनगुनाते हैं. 56 साल बाद भी 'रूप तेरा मस्ताना' सुपरहिट है.

आईएमडीबी के मुताबिक, 'रूप तेरा मस्ताना' सॉन्ग को को एक ही लॉन्ग टेक में शूट किया गया था, जो उस दौर में बड़ी बात मानी गई थी. बिना कट के एक ही बार में पूरे गाने को शूट करना डायरेक्टर शक्ति सामंत की काबिलियत को दर्शाता है.

राजेश खन्ना की फिल्म आराधना का यह गाना ना सिर्फ साल 1969 में सुपरहिट साबित हुआ, बल्कि आज भी इसे क्लासिक रोमांटिक गानों में गिना जाता है. इस गाने ने राजेश खन्ना की सुपरस्टार छवि को और मजबूत किया और किशोर कुमार को नए युग का रोमांटिक सिंगर बना दिया.

'आराधना' फिल्म और इसके म्यूजिक को कई पुरस्कार मिले, जिसमें किशोर कुमार को इस गाने के लिए खूब तारीफ हुई. इस गाने ने किशोर कुमार और एसडी बर्मन की जोड़ी को नई ऊंचाइयों पर पहुंचाया.

साल 1969 में रिलीज हुई इस फिल्म में राजेश खन्ना डबल रोल नजर आए थे. 'आराधना' देशभर के सिनेमाघरों में 100 से ज्यादा दिनों तक चली थी. बॉक्स ऑफिस पर मूवी ब्लॉकबस्टर रही. इस फिल्म की सक्सेस ने राजेश खन्ना को सुपरस्टार का दर्जा दिलाया था. यह मूवी ओटीटी प्लेटफॉर्म अमेजन प्राइम वीडियो पर मौजूद है.

'दोस्ती रातों-रात खत्म हो गई...' राज कुंद्रा ने जेल में बिताए 'बुरे दिनों' को किया याद

राज कुंद्रा मशहूर एक्ट्रेस शिल्पा शेट्टी के पति हैं. उन्हें जुलाई 2021 में 'पोर्नोग्राफी केस' में गिरफ्तार किया गया था, जिसके चलते उन्हें आर्थर रोड जेल में दो महीने बिताने पड़े थे. राज कुंद्रा ने जेल में बिताए समय को सबसे बुरा दौर बताया. उनकी रातों-रात दोस्ती खत्म हो गई थी. मुश्किल वक्त में सिर्फ शिल्पा उनके साथ खड़ी रही थीं.

राज कुंद्रा ने ईटाइम्स से बात करते हुए कहा, 'गुस्सा, दर्द और दुविधा में फंसा था, लेकिन साथ ही गहरी आत्म-चिंतन में भी था. मैं उस चैप्टर को खुद पर हावी होने सकता था, लेकिन मैंने उससे सीखने का निर्णय किया.' राज कुंद्रा की कानूनी दिक्कतें अभी खत्म नहीं हुई हैं. वे फिलहाल जमानत पर बाहर हैं, लेकिन मामले पर सुनवाई अभी भी जारी है.

परिवार को पहुंचा था दुख : इन्फॉर्समेंट डायरेक्टरेट (ईडी) ने मनी लॉन्ड्रिंग जांच में करीब 98 करोड़ रुपये की संपत्ति भी जब्त की है. राज कुंद्रा ने घटना के बारे में बताते हुए बताया कि कैसे उस दौर ने उनके रिश्तों की परीक्षा ली. उन्होंने कहा, 'कुछ दोस्ती रातों-रात खत्म हो गई, जबकि कुछ पहले से कहीं ज्यादा मजबूत हो गई. लेकिन असली दर्द मेरे करीबियों को मेरी खबरों के कारण पीड़ित होते देखना था.'

पत्नी शिल्पा शेट्टी का जताया आभार : राज ने कहा, 'शिल्पा मेरे साथ खड़ी रहीं, तब भी जब मुझसे दूर जाना आसान था. जब मुझे लगा कि मैं खो जाऊंगा, तो मेरे बच्चों ने मुझे मुस्कुराने का कारण दिया. बिना शर्त सपोर्ट आपकी आत्मा को बिखरने नहीं देता.' राज कुंद्रा ने पंजाबी फिल्म मेहर से अपने अभिनय की शुरुआत की है. कुंद्रा ने कहा कि उन्हें स्टारडम में नहीं, बल्कि सही कहानियां बताने में दिलचस्पी है.

उन्होंने कहा, 'मैं स्टारडम के पीछे नहीं भाग रहा हूं – मैं कहानियों के पीछे भाग रहा हूं.' राज ने शुक्रवार को शिल्पा शेट्टी को याद करने के लिए इंस्टाग्राम पर एक दिल को छू लेने वाला वीडियो मोंटाज पोस्ट किया. वीडियो में पिछले कई सालों की यादें हैं, साथ ही एक रोमांटिक नोट भी है: 'मोमबत्तियाँ बुझ गई हैं, लेकिन तुम अभी भी मेरी दुनिया को रोशन करती हो और तुम्हारा जश्न मनाने की खुशी कभी खत्म नहीं होगी. तुम्हारे साथ हर दिन प्यार के जश्न जैसा लगता है.'

'मैंने इरफान सर के कुछ...', पंकज त्रिपाठी को क्यों याद आए दिवंगत एक्टर? केके को बताया महान कलाकार

पंकज त्रिपाठी अपनी आने वाली फिल्म 'मेट्रो... इन दिनों' की रिलीज की तैयारी कर रहे हैं. उन्होंने हाल ही में दिवगंत मशहूर गायक कृष्ण कुमार कुन्नथ यानी केके और इरफान खान को याद किया. केके ने साल 2007 में रिलीज हुई फिल्म 'लाइफ इन ए...मेट्रो' के लिए 'अलविदा' और 'ओ मेरी जान' जैसे खूबसूरत गाने गाए थे. लाइफ इन ए...मेट्रो' फिल्म के बारे में बात करते हुए पंकज त्रिपाठी ने कहा, 'मैंने इरफान सर के कुछ हिस्से देखे हैं. उनके गाने और एक-दो सीन देखे हैं. पूरी फिल्म मुझे ठीक से याद नहीं है, लेकिन इसके गाने बहुत अच्छे हैं.'

पंकज त्रिपाठी ने 'मेट्रो ... इन दिनों' की रिलीज से पहले दिवंगत इरफान खान और सिंगर केके को याद किया है. उन्होंने केके को महान सिंगर और परफॉर्मर कहा. उन्होंने 'लाइफ इन ए.. मेट्रो' में इरफान खान की एक्टिंग की तारीफ की.

म्यूजिक के बारे में बात करते हुए पंकज ने कहा, 'गाने बहुत अच्छे थे, शानदार थे. मैंने सभी गाने देखे और सुने हैं.' जब उनसे पूछा गया कि क्या उन्हें केके और उनकी आवाज की याद आती है, तो पंकज त्रिपाठी ने कहा, 'उन्हें कौन याद नहीं करेगा? वह एक महान कलाकार और गायक थे. उनकी आवाज और मौजूदगी हम सबको याद आती है. जब कोई अपना कलाकार हमसे दूर चला जाता है तो उसकी कमी महसूस होती है. मुझे भी उनकी याद आती है.'

31 मई 2022 को केके ने कोलकाता के नाजरुल मंच में एक म्यूजिक इवेंट में परफॉर्म किया था. कॉन्सर्ट से होटल लौटते वक्त उन्हें दिल का दौरा पड़ा और वह गिर पड़े. उन्हें आनन-फानन में अस्पताल ले जाया गया, जहां डॉक्टरों ने उनको मृत घोषित कर दिया. इससे पहले पंकज त्रिपाठी ने आईएएनएस से खास बातचीत में अनुराग बसु को अपना पसंदीदा डायरेक्टर बताते हुए उनके साथ दोबारा काम करने की इच्छा जाहिर की थी.

अनुराग बसु और फिल्म 'मेट्रो...इन दिनों' के बारे में बात करते हुए पंकज त्रिपाठी ने कहा, 'वह एक बेहतरीन डायरेक्टर हैं. मैं कई सालों से उनके साथ काम करना चाहता था. अगर वह मुझे अपनी फिल्मों में लेते हैं, तो मैं उनके साथ और भी फिल्में करना चाहूंगा. वह मेरे पसंदीदा डायरेक्टर हैं. उनके सेट पर हम आराम से जाते हैं. हमें न तो ज्यादा तैयारी करनी पड़ती है और न ही कोई प्लानिंग होती है.'

पंकज त्रिपाठी को अपने तरीके से काम करना पसंद

पंकज त्रिपाठी ने आगे कहा, 'मुझे अपने तरीके से काम करना अच्छा लगता है, इसलिए मैं ज्यादा तैयारी नहीं करता. किरदार और कहानी का ढांचा पहले से तय होता है, लेकिन सीन को कैसे करना है, यह हम वहीं सेट पर तय करते हैं.'

'मेट्रो...इन दिनों' रिलीज डेट : 'मेट्रो...इन दिनों' साल 2007 में आई मशहूर फिल्म 'लाइफ इन ए... मेट्रो' का सीक्वल है. फिल्म के गाने प्रीतम ने बनाए हैं. इसे भूषण कुमार, कृष्ण कुमार, अनुराग बसु और तानी बसु ने मिलकर प्रोड्यूस किया है. यह फिल्म 4 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी.

दिलीप कुमार की हीरोइन, जिसे धर्मेंद्र ने धोखे से किया था किस, राज कपूर ने तो पैरों में पड़कर दिया था फिल्म का ऑफर

भारत सरकार से सिनेमा में योगदान के लिए मिलने वाला 'दादा साहब फाल्के अवार्ड' हर एक्टर का पहला और आखिरी सपना होता है. देश के राष्ट्रपति के हाथों मिलने वाला इस अवार्ड के लिए जिसे चुना जाए वो अपने आप में इडंस्ट्री का आइकॉन बन जाता है. लेकिन एक एक्ट्रेस ऐसी भी जिसने ये अवॉर्ड ठुकरा दिया था.

2005 में इंडियन सिनेमा की सबसे चर्चित एक्ट्रेसेज में से एक सुचित्रा सेन को ये अवार्ड ऑफर हुआ था.लेकिन रिपोर्ट्स के मुताबिक एक्ट्रेस ने भारत के सबसे प्रतिष्ठित सिनेमा सम्मान को छोड़कर, जनता की नजरों से दूर, अपने एकांत में रहना चुना.

सुचित्रा सेन बंगाली फिल्मों की सुपरस्टार रह चुकीं थी, अपने करियर के पीक पर उन्होंने फिल्में छोड़ दीं और फिर कभी भी पब्लिक में नजर नहीं आईं. उन्होंने आखिरी बार 1978 में फिल्म 'प्रणय पाशा' में काम किया और उसके बाद एकदम गुमनामी की जिंदगी जीने लगीं.

सुचित्रा सेन ने अपने करियर में दिलीप कुमार के साथ पहली 'देवदास' में काम किया था. इस फिल्म में उन्होंने पारो का किरदार निभाकर इतिहास रच दिया था. गुलजार की 'आंधी' में ऐसी महिला नेता बनीं जिसे इंदिरा गांधी से जोड़ा गया.

बंगाली फिल्मों में उनकी जोड़ी उत्तम कुमार के साथ काफी हिट थी . इस जोड़ी को राज कपूर-नरगिस की जोड़ी से भी तुलना की जाती थी.सुचित्रा अपनी आखिरी फिल्म के फ्लॉप होने के बाद कोलकाता के पास रामकृष्ण मिशन चली गई थीं. एक संत की बातों में आकर उन्होंने दुनिया से दूर खुद को 36 साल तक कालकोठरी में बंद रखा. इसके बाद तो वह पूरी तरह फिल्मी दुनिया से दूर हो गई थीं, बस एक बार वह 1980 में करीबी दोस्त और को-स्टार उत्तम कुमार के निधन के वक्त बाहर आईं थीं उन्हें श्रद्धांजलि देने. इसके बाद वह कभी दोबारा कहीं नजर नहीं आईं.

सुचित्रा सेन अपने करियर में कई हिट फिल्मों में काम किया है.उनकी किताब में तो इस बात का भी जिक्र किया गया है कि एक बार राज कपूर ने उनके घर उन्हें फिल्म ऑफर करने गए थे. लेकिन एक्ट्रेस को उनका व्यवहार पसंद नहीं आया. बताया गया कि राज कपूर उनके पैर के पास बैठ गए और फूलों का गुलदस्ता देकर रोल ऑफर किया. सुचित्रा को बहुत खटकी. उन्होंने कहा, 'मुझे मर्दों में खूबसूरती नहीं, दिमाग और बात करने का तरीका पसंद है.

खुद धर्मेंद्र भी सुचित्रा सेन पर फिदा थे. उन्होंने अपने एक इंटरव्यू में ये खुलासा किया था कि उन्होंने सुचित्रा सेन को 'देवदास' में देखा था, तभी सोच लिया था कि वह उनके साथ काम करेंगे. दोनों ने साल 1966 में आई फिल्म ममता में काम किया भी.इस फिल्म में धर्मेंद्र ने उन्हें धोखे से किस कर लिया था. जिसके बाद एक्ट्रेस काफी नाराज हो गई थीं. 17 जनवरी 2014 को सुचित्रा ने इस दुनिया को अलविदा कह दिया था.