



**सेंट्रल बैंक परिसर
में दिनदहाड़े लूट,
दवा व्यवसायी के
कर्मी से 3.81 लाख
रुपये लूटे**

क्राइम संवाददाता द्वारा

दरभंगा:दरभंगा नगर था
के टाकर चौक स्थित सेंटर

अॉफ इंडिया की शाखा में सोमवार को दिनदहाड़े लूट की बड़ी वारदात सामने आई। जैन कार्मा के स्टाफ शिवम ठाकुर से बैंक परिसर के भीतर ही तीन अज्ञात अपराधियों ने 3 लाख 81 हजार रुपये लूट लिए। भागते समय पीडिट ने साहस दिखाते हुए एक लुटेरे को दबोच लिया, जबकि बाकी दो लुटेरे रुपये से भरा थैला लेकर फरार हो गए। घटना की सच्चाना मिलते ही नगर थाना पुलिस मार्क पर पहुंची और पकड़ गए लुटेरे से पूछताछ शुरू कर दी। पुलिस आसपास के सीसीटीवी के फुटेज खंगलने में जुटी है। जिसके बक्त लूट की यह घटना हुई, उसके समय बैंक के गेट पर सुशक्षामार्ड तैनात नहीं था। न ही बैंक परिसर में किसी तरह का सायरन बजा। माना जा रहा है कि सुरक्षा व्यवस्था की इसी चुक का फायदा उठाकर लुटेरे आसानी से फरार हो गए। जानकारी के अनसार दबाव

मुजफ्फरपुर में मिला कंकाल और नरमुँड, हत्या की आशंका, इलाके में सनसनी

क्राइम सवाददाता द्वारा

A photograph of a small, downy bird chick with a mottled pattern of white, black, and brown feathers. It is perched on a dry, grassy slope. The chick is facing towards the left of the frame. The background consists of dense green and brown vegetation, likely a hillside.

ने मौके पर पहुंचकर जांच शुरू की और त्रहछ (फॉरेंसिक साइंस लैब) की टीम को भी जांच के लिए बुलाया गया। स्थानीय ग्रामीणों के अनुसार, गांव के सत्यनारायण साह की बेटी मिक्की कुमारी (उम्र 20 वर्ष) का प्रेम संबंध गांव के ही विक्रम सहनी से था। दोनों ने करीब डेढ़ साल पहले प्रेम विवाह किया था। इसको लेकर मिक्की के पिता ने उस वक्त थाने में जबरन ले जाने और शादी कराने को लेकर प्राथमिकी दर्ज कराई थी। मिक्की के परिजनों को 27 मई को सूचना मिली कि उसकी हत्या कर दी गई है। तब से परिजन बेटी की तलाश में जुटे रहे, लेकिन कोई सुराग नहीं मिला। परिजनों का आरोप है कि पुलिस ने उनकी कोई मदद नहीं की। उहोंने खुद आरोपी को पकड़ने का प्रयास किया, लेकिन आरोपी के परिजन फरार हो गए। अब चौड़ में मिला कंकाल उसी युवती का बताया जा रहा है। मिक्की के पिता सत्यनारायण साह ने भावुक होकर कहा, मेरी बेटी की जला कर हत्या कर दी गई है। उसकी लाश आज मिली है। मैं

चाहत हूँ कि मरा बटा क हत्यारा
को फांसी की सजा मिले, तभी मुझे
न्याय मिलेगा। मृशंशहरी थाना क्षेत्र
के तरीरा गांव के पास एक चौड़े में
मिले जले हुए कंकाल को लेकर
ग्रामीण एसपी विद्यासागर ने बताया
कि मैंके से एक महिला की जली
हुई डेढ़ बांडी का कंकाल बरामद
किया गया है। स्थानीय ग्रामीणों का
आरोप है कि यह कंकाल उनके
ही गांव के निवासी की लापता बेटी
का है, जिसे हत्या कर जलाया
गया है। मामले को गंभीरता से लेते
हुए पुलिस ने ऋछ (फॉरेंसिक
साइंस लैब) की टीम को जांच के

लिए भौंक पर भेजा है और सभी पहलुओं पर जांच की जा रही है। एसपी ने बताया कि इस मामले में पहले से ही एक प्राथमिकी दर्ज है। अब बरामद कंकाल का उच्चअटेस्ट कराया जाएगा ताकि वह स्पष्ट हो सके कि वह लापता युवती का ही है या नहीं। मामले की जांच जारी है और जल्द ही सच सामने लाने की कोशिश की जा रही है।

राजनीतिक संवाददाता द्वा

पटना : राष्ट्रीय जनता दल
यादव के बाद अब उनकी
एनडीए सरकार पर हमला बढ़
मीडिया पर मोदी और नीतीश
आरोप लगाए। सीएम नीतीश
रोहिणी ने लिखा कि रुकुसीं
दिमागी रूप से लाचार हैं
अपराधियों के सामने घुटने टें
सुशासन का झूठा प्रचार चल
बोलबाले वाला बिहार है। रोहिणी
चहुंओर अपराध है। गालियों
ज्यादा अपराधी वजनदार है।
के सासान में बिहार का सूरत-

दिन-ब-दिन कमज़ोर होता रुपया, देश पर विदेशी कर्जे का ऐतिहासिक बोझ है। गलत विदेश के कारण नीति से भारत वैश्विक पटल पर अलग-थलग पड़ गया है। पूर्वोत्तर के राज्य मणिपुर में पिछले दो वर्षों से अराजकता कायम है। संवैधानिक संस्थाओं-व्यवस्थाओं पर कब्जे की कोशिशें, सविधान को बदलने की कुत्सित मंशा, विपक्ष के खिलाफ सरकारी एजेंसियों का बेवजह इस्तेमाल, सैन्य-बलों के पराक्रम और सेना के अभियानों को अपना श्रेय बता चुनावी-राजनीतिक फायदा लेने की कवायदें। यही सब तो पिछले 11 सालों में देश को मोदी सरकार से मिला है। मगर बड़ी बेशमों से अपनी पीठ खुद ही थपथपाने का सिलसिला जारी है

**10 पर्सेंट पर डील हुई थी फाइनल,
60000 लेते रंगेहाथ पकड़ा गया क्लर्क**

क्राइम संवाददाता द्वारा

छपरा: 10 पर्सेंट पर डील काइनल हुई थी। साढ़े 13 लाख मिलेगा तो उस हिसाब से एक लाख 30 हजार बनता है। काफी गिड़गिड़ाने पर रिटायर्ड सफाई निरीक्षक यादव ने 10 हजार का कन्सेशन दिया था। यानि एक लाख 20 हजार में फाइनल डील तय हुआ। ये सबकुछ छपरा नगर निगम में हुआ। दरअसल, राजनाथ राय छपरा नगर निगम में सफाई निरीक्षक पद से 31 मई को रिटायर हुए। सीमांत लाभ के तौर पर साढ़े 13 लाख रुपए मिलना था।

**बिहार में आईएएसअधिकारियों का तबादला,
केंद्रीय प्रतिनियुक्ति के लिए ये 2 अफसर विरमित**

संवाददाता द्वारा

अधिसूचना भी जारी हो गई है. जिन

अधिकारियों का तबादला किया गया है, उसमें पीएचडी विभाग के प्रधान सचिव पंकज कुमार को खाद्य एवं उपभोक्ता संरक्षण विभाग पटना के पद पर तबादला किया गया है। पंकज कुमार को मिला अतिरिक्त जिम्मा: पंकज कुमार को कृषि विभाग का भी अतिरिक्त प्रभार दिया गया है। इसके साथ ही वह अगले आदेश तक जांच आयुक्त सामान्य प्रशासन विभाग का भी जिम्मा देखेंगे। साथ ही प्रबंध निदेशक बिहार राज्य खाद्य एवं सैनिक आपूर्ति निगम का अतिरिक्त प्रभार भी उनके पास रहेगा।

जातररत्न प्रभार भा उनक पास रहेगा।
इन अधिकारियों का तबादला: ऊर्जा विभाग
के सचिव पंकज कुमार पाल का तबादला
पीएचईडी विभाग के सचिव के पद पर किया
गया है। वर्ही स्वास्थ्य विभाग के सचिव मनोज
कुमार सिंह का तबादला ऊर्जा विभाग के
सचिव के पद पर किया गया है। मनोज कुमार
सिंह के पास विशेष कार्य पदाधिकारी स्थानिक
आयुक्त का कार्यालय बिहार भवन नई दिल्ली
का अतिरिक्त प्रभार भी रहेगा। इसके अलावा
मनोज कुमार सिंह अध्यक्ष सह प्रबंध निदेशक

A photograph showing a banner with the text "IAS OFFICER Transfer" in large, bold, black letters. Below this, smaller text reads "Transfer of IAS Officers from one State to another". The banner is draped over a railing. In the background, several Indian flags are visible, some flying from poles and others hanging. The setting appears to be an outdoor event or ceremony.

बिहार स्टेट पावर होलिंडिंग कंपनी लिमिटेड पटना के अतिरिक्त प्रभार में भी रहेगे, ये केंद्रीय प्रतिनियुक्ति के लिए विरमित: कृषि विभाग के सचिव संजय कुमार अग्रवाल को बिहार सरकार ने केंद्रीय प्रतिनियुक्ति के लिए विरमित कर दिया है। संजय कुमार अग्रवाल को भारत सरकार कृषि एवं किसान कल्याण मंत्रालय में संयुक्त सचिव के पद पर नियुक्ति की गई है। वहाँ राजस्व परिषद के अपर सदस्य दया निधान पांडे को भी बिहार सरकार ने केंद्रीय

ऑपरेशन सिंदूर

“ विशेष सत्र की मां खारिज कर सामान्य संसदीय सत्र को अकिए जाने का ठीक यही अर्थ है। इस तिकड़म के जरिए, न सिपाही इस चर्चा के तत्काल आवश्यक होने को नकार दिया गया है, इसके सहारे इसे सामान्य संसदीय सत्र के अनेक अन्य मुद्दों में से एक बनाकर, मामूल बनाने की ही कोशिश की जाएगी। इस खेल को मणिपुर के घटनाक्रम पर संसद में बहुमत का जो हश्च हुआ था, उसके उदाहरण से समझा जा सकता है। केंद्रित बहस के बजाय, ज्यादा से ज्यादा एक सामान्य विस्तृत बहस की इजाजत दी जाएगी और हैरानी की बात न होगी कि उसे भी खीच-खीचन सत्र के अंत पर धक्केल दिया जाए, जिससे सत्र का समापन इस विषय पर प्रधानमंत्री मोदी के लप्पफाजी भरे भाषण के समाप्त कराया जा सके।



राजेन्द्र शर्मा

मोदी निजाम और उसके अंतर्गत संसद के अब तक के आचरण को देखते हुए, यह अनुमान लगाना मुश्किल नहीं है कि सरकार ने अपनी तरफ से तो, पहलगाम की घटना और उसके बाद के घटनाक्रम पर फोकस्ट या विशेष रूप से केंद्रित बहस का रास्ता रोकने का मन बना लिया है। विशेष सत्र की मांग खारिज कर, सामान्य संसदीय सत्र को आगे किए जाने का, ठीक यही अर्थ है। अधिकारकार, मोदी सरकार ने पहलगाम के आंतर्कावादी हमले और उसके बाद, 'आपरेशन सिंहूर' समेत पूरे घटनाक्रम पर संसद में अलग से चर्चा कराए जाने की मांग को खारिज कर दिया है। बेशक, मोदी सरकार ने सीधे-सीधे इस मांग को नहीं दुकराया है। सच तो यह है कि अधिकारिक रूप से तो उसने इस समूचे घटनाक्रम पर संसद का विशेष सत्र बुलाए जाने की विपक्ष की लगभग पूरी तरह से एक जुट मांग को दर्ज तक करना जरूरी नहीं समझा है, तब इस मांग को स्वीकार किए जाने का तो सवाल ही कहाँ उठता था। मोदीशाही ने संसद के विशेष सत्र की मांग को दुकराया है, संसद के आगामी मानसून सत्र की तारीखों की समय से पहले घोषणा करने के जरिए। सरकार के फैसले के अनुसार, संसद का मानसून सत्र 21 जुलाई से होने जा रहा है। कहने की जरूरत नहीं है कि संसद के विशेष सत्र तथा पूरे घटनाक्रम पर संसद में बहस की बढ़ती मांगों की ही काट करने के लिए, अभी से अगले सामान्य सत्र की तारीखों की घोषणा कर दी गयी है। प्रस्तावित सत्र से डेढ़ महीने से भी ज्यादा पहले, 4 जून को इन तारीखों के ऐलान से इसमें किसी शक की गुंजाइश नहीं रह जाती है कि संसद के विशेष सत्र की मांगों को खारिज करने के लिए ही, इतने पहले से प्रस्ताविक सामान्य सत्र की तारीखों का ऐलान किया गया है। सामान्यतः सत्र के शुरूहोने की तारीख के ज्यादा से ज्यादा दो-तीन सप्ताह पहले ही, आगामी सत्र की तारीखों की घोषणा की जाती रही है। मोदी निजाम और उसके अंतर्गत संसद के अब तक के आचरण को देखते हुए, यह अनुमान लगाना मुश्किल नहीं है कि सरकार ने अपनी तरफ से तो, पहलगाम की घटना और उसके बाद के घटनाक्रम पर

फोकस्टड्या विशेष रूप से केंद्रित बहस का रास्ता रोकने का मन बना लिया है। विशेष सत्र की मांग खारिज कर, सामान्य संसदीय सत्र को आगे किए जाने का, ठीक यही अर्थ है। इस तिकड़म के जरिए, न सिर्फ इस चर्चा के तत्काल आवश्यक होने को नकार दिया गया है, इसके सहारे इसे सामान्य संसदीय सत्र के अनेक अन्य मुद्दों में से एक बनाकर, मामूली बनाने की ही काशिशा की जाएगी। इस खेल को मणिपुर के घटनाक्रम पर संसद में बहस का जो हाश्र हुआ था, उसके उदाहरण से समझा जा सकता है। केंद्रित बहस के बजाय, ज्यादा से ज्यादा एक सामान्य विस्तृत बहस की इजाजत दी जाएगी और हेरानी की बात नहीं होगी कि उसे भी खींच-खींचकर सत्र के अंत पर धकेल दिया जाए, जिससे सत्र का समापन इस विषय पर प्रधानमंत्री मोदी के लफकाजी भरे भाषण के साथ कराया जा सके। जिस तरह मणिपुर के मामले में संसद के किसी भी हस्तक्षेप का विफल होना सुनिश्चित किया गया था और यहां तक केंद्र सरकार ने मणिपुर में राष्ट्रपति शासन लगाने का फैसला लिया भी तो, उक्त बहस से लंबे अंतरगत के बाद, राष्ट्रधारी पार्टी के अपने ही तकाजों से इसका फैसला लिया था। उसी प्रकार, पहलगाम और उसके बाद के घटनाक्रम पर, किसी भी जवाबदेही से सरकार को बचाने की ही कोशिश की जा रही होगी। ऐसा किसलिए किया जा रहा है, यह जानना मुश्किल

बहाना बन गया है कि 'आपरेशन सिंटूर खत्म नहीं हुआ है, सिर्फ पॉज हुआ है।' शक्तिविराम के बाद भी लाइर्ड जारी रहने की यह मुद्रा, किसी भी वास्तविक जवाबदेही के तकाजों के खिलाफ एक बड़ी ढाल बन जाती है। कहने की जरूरत नहीं है कि पहलगाम से लेकर ऑपरेशन सिंटूर तक, सरकार से जवाब लिए जाने के लिए थोड़ा नहीं, बहुत कुछ है। लेकिन, पहलगाम की दरिंदगी के डेढ़ महीने से ज्यादा गुजर जाने के बाद भी ये सवाल अनुत्तरित ही बने हुए हैं कि इस घटना के पीछे की सुरक्षा चूक के लिए कौन जिम्मेदार था और इस हत्याकांड को अंजाम देने वाले आतंकवादी, कहां से आए थे और कहां गायब हो गए? लेकिन, पहलगाम की घटना से, उसकी जिम्मेदारी से संबंधित सवाल ही नहीं हैं, जो अनुत्तरित बने हुए हैं। इस घटना के बाद से मोदी सरकार की जो प्रतिक्रिया सामने आई है और खासतौर पर 'आपरेशन सिंटूर' के नाम से जो सैन्य प्रतिक्रिया सामने आई है, उसे लेकर भी कोई कम सवाल नहीं है। इसमें, जिस प्रकार शक्ति विराम हुआ है उससे जुड़े और खासतौर पर शक्तिविराम करने में अमरीकी प्रशासन की भूमिका से जुड़े सवाल भी शामिल हैं। हम इसकी ओर से आंखे नहीं मूँद सकते हैं कि अमरीकी गृष्णपति ट्रंप ने अब तक एक दर्जन बार इसका दावा किया है कि उन्होंने भारत-पाकिस्तान के बीच युद्ध विराम कराया है, नाभिकीय टकराव के खिलाफ को टालने के लिए युद्ध विराम कराया है और व्यापार का लालच/धर्मकी देकर युद्ध विराम कराया है। और प्रधानमंत्री मोदी ने इन दावों पर चुप्पी ही साधी हुई है। और कुछ ही न हो, 'आपरेशन सिंटूर' के जरिए आतंकवाद के समर्थन के लिए पाकिस्तान को सजा देने के चक्र में, भारत-पाकिस्तान के बीच के झगड़े में, अमेरिका के रूप में ताकतवर तीसरे पक्ष को ले आया गया है। इसने इसे भारत के लिए एक प्रकार से खुद अपने ही पाले में गोल करने का मामला बना दिया है। लेकिन, सवाल सिर्फ तीसरे पक्ष को बीच में ले आए जाने का ही नहीं है। आतंकवादियों की कार्रवाई के जवाब के तौर पर इस तरह की सैन्य कार्रवाई का चुनाव भी, बड़े सवालों के धेरों में है। इस तरह के विकल्प

को ही प्रधानमंत्री मोदी का 'नया नॉर्मल' घोषित करना तो और भी बड़े सवालों के धेरे में है। बेशक, भारत की ओर से शुरूआत में टकराव को सीमित रखने की और प्रह्लाद को आतंकवादी ठिकानों पर सीमित रखने की कोशिश की गयी थी। विदेश मंत्री के अनुसार, इस संबंध में शुरूआत में ही पाकिस्तान को सूचित भी कर दिया गया था, जिससे वह जवाबी सैन्य कार्रवाई से दूर रहे। लेकिन, यह सब जिस पूर्वानुमान पर आधारित था कि पाकिस्तान अपनी सीमाओं में घुसकर सैन्य कार्रवाई किए जाने को बिना सैन्य जवाब के स्वीकार कर ले गा, न सिर्फ गलत साबित हुआ बल्कि उसे तो गलत साबित होना ही था। इस गलत पूर्वानुमान के आधार पर सैन्य विकल्प का चुनाव किया गया, जो वस्तुतः रूप से बहुत महंगा साबित होने के अर्थ में उल्टा ही पड़ा है। एक और इन तमाम प्रश्नों पर देश की संसद का मुंह पहलगाम की घटना के पूरे तीन महीने बाद तक बंद ही रखने का इंतजाम कर दिया गया है और दूसरी ओर प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में सत्ताधारी संघ-भाजपा ने, 'आपरेशन सिंदूर' को राजनीतिक/चुनावी रूप से भुनाने की जबर्दस्त मुहिम छेड़ रखी है। यह मुहिम बेशक, बिहार के आने वाले विधानसभाई चुनाव पर केंद्रित है, जो इसी साल और कुछ ही महीनों में होने जा रहा है। लेकिन, यह मुहिम पश्चिम बंगाल, असम, तमिलनाडु, केरल आदि के चुनाव के लिए भी, है जो अगले साल के शुरू के महीनों में होने हैं। इसी के लिए, लड़ाई रुकने के महीने भर बाद भी, 'रोंगों में सिंदूर दौड़िता है' की लफ्पाजी के जरिए, ऊद्धोनाम बनाए रखा जा रहा है। संसद को पंगु बनाकर, इस तरह की मुहिम का चलाया जाना, बेशक मोदीशाही के तानाशाहीना मिजाज की ही गवाही देता है। इसे देखते हुए, हैरानी की बात नहीं है कि शेष दुनिया आज, आतंकवाद का शिकार होने के बावजूद, भारत के साथ खड़े होने से कठरा रही है। धर्मनियन्पेक्षक और जनतंत्र, देश के अंदर दोनों को दफन करने पर तुली मोदीशाही की नीयत पर, बाहरी मामलों में भी कोई भरोसा करेगा भी तो कैसे?

(लेखक सासाहिक पत्रिका
लोक लहर के संपादक हैं।)

संत कबीर जयंती: विचारों की क्रांति का महापर्व

प्रो. आरके जैन

घटना ने झाकझार दिया

की बुनियाद पड़ती है। एक विश्वास के साथ युगल अपने नए जीवन की यात्रा आरंभ करता है। पति और पत्नी दोनों को भरेसा होता है कि जब भी वे मुश्किल डगर पर होंगे, तो एक-दूसरे को संभाल लेंगे। इंदौर के राजा रघुवंशी शादी के एक हफ्ते बाद अपनी मधुर सृष्टियों को सहेजने के लिए पत्नी के साथ जब मेघालय गए होंगे, तब उन्हें पता नहीं होगा कि वे कभी लौट कर घर नहीं आएंगे और उनका हनीमून एक भयावह घटना में बदल जाएगा। शिलांग में पर्यटन के दौरान यह नवयुगल लापता हो गया था। इसके बाद एक खाई में राजा का शव मिला। तब से उनकी पत्नी सोनम गायब थी। पुलिस उसे ढूँढ़ती रही। सात दिन बाद पता चला कि वह गाजीपुर में है। इसके बाद देश को झकझोर देने वाली इस घटना से पर्दा उठ गया। पुलिस का दावा है कि सोनम ने ही पति की हत्या भाड़े के हत्यारों से कराई है। उसने आत्मसमर्पण जरूर कर दिया है, लेकिन सवाल उठता है कि अगर उसे आपत्ति थी, तो उसने यह शादी ही क्यों की? पिछले एक अरसे में नवदंपत्यों के बीच बढ़ते अविश्वास और मतभेद के कारण कलह, मारपीट और तलाक के मामले बढ़े हैं। जीवन भर एक-दूसरे का साथ निभाने का जो वचन दिया जाता है, वह कुछ दिनों या महीनों में टूटने लगता है। दोनों पक्ष के परिवारों के समझाने-बुझाने पर भी कई बार पति-पत्नी साथ नहीं रहते और नवयुगल का घराँदा बसने से पहले ही उजड़ जाता है। उत्तर प्रदेश में अपराध पर काबू पाने के दावे में देखी जा रही है हड्डबड़ी, नाहक ही बिना अपराध के तीन वर्ष जेल में काटनी पड़ी जेल मगर सवाल है कि वे कौन से कारण हैं, जिनकी वजह से नवदंपत्यों में टकराव की नौबत पैदा होती है। इसे समझना होगा। दरअसल, इसके पीछे अति महत्वाकांक्षा, सुख-सुविधाएं और अवैध संबंध तो हैं ही, वहीं परिवार के दबाव में अनिच्छा से की गई शादी भी बड़ी वजह है। फिलहाल सोनम पर जो गंभीर आरोप लगे हैं, इसका जवाब अब उसी को देना है। मगर, इस घटना ने सभी को झकझोर दिया है।

सजाव ठाकुर

एकता ना रखने का मन के लिए सब सोचना पड़ता है। परिकल्पना तथा रणनीति अत्यंत आवश्यक है औ अपने लक्ष्य के अनुसार अपनी क्षमता को दृष्टिगत रखते हुए व्यक्ति को अपनी प्राथमिकताएं सुनियोजित कर लेनी चाहिए, लक्ष्य प्राप्ति के लिए यह बहुत जरूरी है कि आपके पास उपलब्ध समय और की गणना आवश्यक रूप से करले, अन्यथा अपने टारगेट से इधर उधर भटक सकते हैं, ऐसी स्थिति में मन को एकाग्र रखकर आत्मविश्वास को द्विगुणित कर के एकाग्रता को एक हथियार की तरह इस्तेमाल करना एक महत्वपूर्ण कदम होगा, सर्वप्रथम आपनी क्षमता शक्ति एवं ऊर्जा को पहचानिए एवं लक्ष्य की तरफ एक एक सोपान धीरे धीरे बढ़ाते जाएं, लक्ष्य के स्वरूप और छोटा या बड़ा होने की मन में कल्पना न करें, लक्ष्य हमेशा लक्ष्य होता है योजना बनाकर लक्ष्य की प्राप्ति के उपायों को मन ही मन तय करें एवं प्राथमिकता के आधार पर उसकी धीरे धीरे तैयारी करना सुख करें सफलता के लिए अपने संसाधन सुनिश्चित करें के पश्चात एक सुनियोजित योजना बनाकर समय की प्रतिबद्धता के हिसाब से धीरे-धीरे आगे की ओर अपने कदम न सुनिश्चित करें लक्ष्य प्राप्ति के लिए जो सबसे बड़ा शक्ति है वह समय का सुप्तयोग, योंकि हम सभी को मालूम है कि हमारे पास दिन में सिर्फ 24 घंटे ही उपलब्ध होते हैं, इसमें हमें दैनिक दिनचर्याएं



रे बंदे, मैं तो तेरे पास में। ना मैं मंदिर, ना मैं
मस्जिद, ना मैं कावे कैलास में। न केवल
उनकी आध्यात्मिक गहराई को उजागर करता
है, बल्कि धर्मिक पाखंडों पर करगा प्रहर
भी करता है। कबीर की रचनाएँ-दोहे,
साखियाँ और शब्द-भाषा की सखलता और
विचारों की तीक्ष्णता का अनुपम संगम हैं।
उनकी रचनाएँ अवधीं, भोजपुरी और हिन्दी
के मिश्रण में हैं, जो आम जन की जुबान थीं।
उनका एक और प्रसिद्ध दोहा- "पाथी पढ़ी
पढ़ी जग मुआ, पंडित भया न कोय। दोई
आश्वर प्रेम का, पढ़े सो पंडित होय।-यह
सिखाता है कि सच्चा ज्ञान वह नहीं जो शास्त्रों
में कैद हो, बल्कि वह जो प्रेम, करुणा और
मानवीयता को जागृत करे। कबीर ने धर्मिक
गुरुओं, पंडितों और मुल्लाओं की खोखली

उनके विचारों को जीवित रखता है। कब्बली ने नारी को सम्मान दिया और हर इसें वह आध्यात्मिकता से जोड़ा। उनका यह विश्वास-जात न पृष्ठों सप्तु की, पृष्ठ लेजिंग ज्ञान। मोल करो तलवार का, पड़ा रहन म्यान। सामाजिक भेदभाव को नकाराता और ज्ञान को सवीपरि मानता है। कब्बली जयर्ती का उत्सव केवल धार्मिक आयोजन तक सीमित नहीं है। इस दिन देशभर कीर्तन, भजन, सत्संग और उनके दोहों आधारित गोष्ठियाँ होती हैं। हिमाचल प्रदेश के उत्तर प्रदेश और अन्य राज्यों में यह प्रतिवर्ष उत्साह के साथ मनाया जाता है। लेकिन कबीर जयंती का असली मर्म उन विचारों को आत्मसात करने में है। आज का समाज फिर से जातिवाद, धार्मिक कट्टू

और नैतिक पतन की बेड़ियों में जकड़ा है। ऐसे में कबीर का यह दोहा - "चलती चाकी देख के, दिया कबीरा रोय।" दो पाठन के बीच में, साबुत बचा न कोय।"-हमें याद दिलाता है कि समाज की झूर व्यवस्था में हर व्यक्ति पीस रहा है। कबीर इस व्यवस्था को तोड़ने और सत्य, प्रेम व समानता का समाज बनाने के पक्षधर थे। कबीर ने कभी तलवार नहीं उठाई, पर उनके शब्दों में वह शक्ति थी जो राजसत्ताओं और धार्मिक ठेकेदारों को चुनौती दे सके। उनकी वाणी - "मन का साँच झूठे से उँचा, साँच बिना सब सून।"-हमें सिखाती है कि सत्य के बिना जीवन निरर्थक है। आज जब हम कबीर जयंती मनाते हैं, तो यह केवल परंपरा नहीं, बल्कि आत्मपरीक्षण का अवसर है। क्या हम अब भी धर्म और जाति के नाम पर बँटे हैं? क्या हम अब भी सत्य को छोड़कर आंदंबरों में जी रहे हैं? कबीर की शिक्षाएँ हमें प्रेम और करुणा का मार्ग दिखाती हैं, जो मानवता को एकजुट कर सकता है। कबीरदास एक शाश्वत ज्योति हैं, एक ऐसी गूँज जो सदियों बाद भी थमती नहीं। उनकी जयंती हमें पुकारती है-उठो! ढोंग की परें उतारो, प्रेम की राह अपनाओ, और सच्चा इंसान बनो। यह पर्व केवल एक दिन की श्रद्धांजलि नहीं, बल्कि हर दिन को कबीरमय बनाने का संकल्प है। उनकी वाणी हमारे अंतर्मन को झकझोरती है, हमें अपने भीतर झाँकने को मजबूर करती है। कबीर की विसरत वह चेतना है, जो हमें समाज के छल और समय की सीमाओं से पेरे ले जाती है। इस जयंती पर कबीर के विचारों को न केवल याद करें, बल्कि उन्हें अपने जीवन में उतारें। यह वही सच्ची पूजा होगी, जो कबीर के सपनों को साकार करेगी-एक ऐसा समाज, जहाँ न जाति हो, न धर्म का झगड़ा, केवल प्रेम और सत्य का राज हो। कबीर की आवाज आज भी गूँज रही है, और यह हम पर है कि हम उस पुकार को सुनें और उसका अनुसरण करें।

श्रम की खुशबू और सफलता



नींद का होना चाहिए, सही वक्त पर पूरी नींद ही शरीर को चुस्त-दुरुस्त और सजग रखती है। अतः दिन में मानसिक तनाव से दूर रहने के लिए संपूर्ण 6 से 8 घंटे नींद ले लेनी चाहिए, जिससे मानसिक

चुस्ती आने के साथ कार्य क्षमता में वृद्धि होती है, अन्यथा आपका किसी कार्य में समुचित मन लगाना संदिग्ध होगा, इसी तरह आप अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए दिनचर्या के कार्यों को या तो अच्छे से याद कर ले या उसे कौपी या डायरी में अच्छी तरह लिख कर रखें और रोज ही अपने लिखे हुए कार्यों को सुचारू रूप से संपादित करें अपने कार्य को प्राप्त करने के लिए होमवर्क किया जाना होगा। सफलता की प्राप्ति के लिए दिन के लक्ष्य को कागज पर उतार कर उससे जुड़ी हुई विषमताओं एवं चुनौतियों को लिखकर चुनौतियों के समाधान को भी अपने मस्तिष्क में स्थापित कर लेना चाहिए। जिससे यह आपको सुनिश्चित हो जाएगा कि आप लक्ष्य की कठिनाइयों को किस तरह दूर कर पाएंगे और इनका निदान किस तरह किया जा सके। गोकर्ण बारऐसे अवसर आएंगे जब आपका आत्मविश्वास आपकी ऊर्जा एवं शक्ति डगमाने लगेगी, ऐसे मौके या तो आपकी शारीरिक कमजोरी, मानसिक शिथिलता, सामाजिक, परिवारिक परिस्थितियों एवं काल के कारण आपके सम्मुख आ सकती है। इन परिस्थितियों में मनुष्य को लगाने लगता है कि उनकी मेहनत और लक्ष्य अनायास व्यर्थ हो गई हैं, बस ऐसे ही समय में आपको अपने मस्तिष्क में से ओर अग्रसर होना है यही समय है जब आपको अपने आप को संयुलित कर आगे की ओर ले जाना है, और सबसे अहम एवं महत्वपूर्ण तथ्य यह है कि लक्ष्य प्राप्ति के दौरान आप नकारात्मक यानी कि नेगेटिव व्यक्तियों से दूर रहकर मस्तिष्क में सकारात्मक ऊर्जा भरकर आत्मविश्वास से लबालब होना है। इस तरह आप अपने लक्ष्य की प्राप्ति की ओर पूरी ऊर्जा और सामर्थ्य के साथ प्राप्त करने के लिए अग्रसर होंगे, लक्ष्य प्राप्ति के साधनों तथा उससे जुड़े हुए समर्थ व्यक्तियों की तलाश में भी आपको सतत रहना होगा। यदि आप प्रतियोगिता परीक्षा और उसकी सफलता के लिए प्रयासरत हैं तो ऐसे व्यक्तियों को सदैव बुद्धिमान एवं मेहनती अद्यता के साथ विचार विमर्श करना चाहिए। एवं लाइब्रेरी या पुस्तक विक्रेताओं से सर्वश्रेष्ठ ज्ञानार्जन के लिए किताबों का संग्रह किया जाना चाहिए। या किसी का अन्य लक्ष्य हो तो सदैव उसे समय की उपयोगिता तथा उसकी सार्थकता पर जरूर ध्यान केंद्रित कर सफल व्यक्तियों का अनुसरण किया जाना चाहिए। तभी सफलता उनके कदम चूमेगी और सफलता का एक ही सूत्र एवं रहस्य है कि अपने मस्तिष्क की प्रबलता बनाए रखें जाने के साथ कड़ी मेहनत भी करें, तब जाकर सफलता व्यक्ति के कदम चूमती है।

गुंबई लोकल ट्रेनों में ऑटोमेटिक दरवाजे को लेकर रेलमंत्री ने की बैठक, निकाला समाधान

नई दिल्ली। मुंबई में हुई एक दुखद घटना के बाद रेल मंत्री अश्विनी वेण्णव और रेलवे बैड के अधिकारियों ने इंटीग्रेटेल कोच फैक्टरी (आईसीएफ) की टीम के साथ विस्तृत बैठक की। बैठक का उद्देश्य मुंबई में चलने वाली नॉन-एसी लोकल ट्रेनों में ऑटोमेटिक दरवाजा बंद करने से जुड़े मुद्दे का समाधान खोजना था। रेल मंत्रालय ने एक बयान में बताया कि विचार-विमर्श के बाद नियंत्रण लिया गया कि नहीं नॉन-एसी कोच इस प्रकार डिजाइन और निर्मिति की जिससे वेंटिलेशन की समस्या का समाधान हो सके। इसके लिए तीन प्रमुख डिजाइन बदलाव किए जाएंगे। पल्ला-दरवाजों में लुकर्स लाए जाएंगे, ताकि बदल दरवाजों के बावजूद हवा का प्रवाह बना रहे। दूसरा, कोच की छत पर वेंटिलेशन यूनिट्स लाइंग जाएंगे, जो बाहर से ताजी हवा अंदर पहुंचाएंगी। तीसरा, कोच में वेस्टीब्लूस होंगे, ताकि यात्री एक कोच से दूसरे कोच में आसानी से जा सके और भीड़ का सुलभ रूप से बदल सके। इस नई डिजाइन वाली पहली ट्रेन इस साल नवंबर तक तैयार हो जाएगी। आवश्यक परीक्षणों और प्रमाणन के बाद इसे जनवरी 2026 तक सेवा में लाया जाएगा। यह प्रयास मुंबई उपनारीय नेटवर्क के लिए बनाए जा रहे 238 एसी ट्रेनों के अनिवार्य है।

गोवा और झारखंड में डॉक्टरों के साथ हाल ही में हुई घटनाओं पर आईएमए ने जताई विंता

नई दिल्ली। भारतीय चिकित्सा संघ (आईएमआई) ने डॉक्टरों के साथ गोवा और झारखंड में हाल ही में हुई घटनाओं पर अपनी गहरी विंता और निराशा व्यक्त की है। आईएमआई ने मांग की है कि अधिकारी राज्यों में लागू मॉडिकर रेसोर्स का सामिक और मॉडिकर रेसोर्स संस्थान अधिकार्यम का और मजबूत किया जाए। आईएमआई ने एक बयान में कहा कि समर्पित राज्यीय टास्क फौर्स को रैजेंटेंट डॉक्टरों और सम्प्रभु रूप से चिकित्सा विवादी की केंद्रीय हिस्सा या उपर्युक्त के फैसलों से भी रेफ्रेंस दिया जाए। डॉक्टर विपोरित्य के बाबत एक शक्ति को कायम रखने और मानवता की सेवा करने में दृढ़ रहते हैं। इसलिए लोगों से यह भी उमंदी रहती है कि इस सेवा का सम्मान, सुख्ता और न्याय किया जाए। आईएमए ने कहा कि जिस तरह से गोवा मॉडिकल कॉलेज और हजारीबाग सरकारी मॉडिकल कॉलेज में राजनीतिक नेताओं ने परेशन किया।

भारत को विश्वगुरु बनाने के लिए हमें अपने इतिहास, साहित्य व संस्कृति को स्मरण कर उसे समृद्ध करना होगा: गड़करी

नई दिल्ली। वरिष्ठ प्रकार रेक्षण शुक्राना की पुस्तक तानसेन का ताना-बाना का लोकार्पण नई दिल्ली के बाजू से बहुत स्थिति विनियम व्यास सभागार में सम्पन्न हुआ। कार्यक्रम की शुरुआत दीप प्रज्ञवलन के साथ हुई। मुख्यालिंग के द्वारा नियुक्त राज्यीय टास्क फौर्स को रैजेंटेंट डॉक्टरों और सम्प्रभु रूप से चिकित्सा विवादी की केंद्रीय हिस्सा के फैसलों से लागू करना चाहिए। आईएमआई ने एक बयान में कहा कि स्प्रीम कोर्ट द्वारा नियुक्त राज्यीय टास्क फौर्स को रैजेंटेंट डॉक्टरों और सम्प्रभु रूप से चिकित्सा विवादी की केंद्रीय हिस्सा के फैसलों से लागू करना चाहिए। डॉक्टर विपोरित्य के बाबत एक शक्ति को कायम रखने और मानवता की सेवा करने में दृढ़ रहते हैं। इसलिए लोगों से यह भी उमंदी रहती है कि इस सेवा का सम्मान, सुख्ता और न्याय किया जाए। आईएमए ने कहा कि जिस तरह से गोवा मॉडिकल कॉलेज और हजारीबाग सरकारी मॉडिकल कॉलेज में राजनीतिक नेताओं ने परेशन किया।

दिल्ली में पारा 45 डिग्री सेल्सियस के पार, मौसम विभाग ने जारी किया येलो अलर्ट

नई दिल्ली। राजधानी दिल्ली में पारा एक बार फिर 45 के पार पहुंच गया। अयानार में अधिकतम तापमान 45.3 डिग्री सेल्सियस रिकॉर्ड किया गया। मौसम विभाग के अनुसार आपने चार दिनों तक उत्तर-पश्चिम भारत में लं की स्थित रहने की संभावना है। दिल्ली-एन्सीआर में सोमवार और मालावार का तापमान 45 डिग्री सेल्सियस से ऊपर जाने की उमंदी है, जिससे अलग-अलग जगहों पर लू की स्थिती पैदा होती है। मौसम विभाग ने इस क्षेत्रे के लिए येलो अलर्ट जारी किया गया। भारतीय मौसम विभाग के अनुसार, सफरदर्जन - 43.4 डिग्री सेल्सियस, रिज- 44.9 डिग्री सेल्सियस, लोधी रोड- 43.3 डिग्री सेल्सियस, तापमान दर्ज किया गया।

ऑडी इंडिया ने लांच की नयी ऑडी ए4 सिगनेचर संस्करण, कीमत 57.11 लाख रुपये

मुंबई। जर्मन लजरी कर निर्माता ऑडी ने आज अपनी लोकप्रिय सेडान ऑडी ए4 के नए सिगनेचर संस्करण को भारतीय बाजार में लॉन्च करने की घोषणा की जिसकी एक्स शोरूम कीमत 57.11 लाख रुपये है। कंपनी ने यहां जरी बयान में कहा कि इस संस्करण में कुछ एक्सक्लूसिव डिजाइन एवं लैपेट दिए गए हैं जो इसकी प्रीमियम स्टाइल और शानदार लुक को और भी आकर्षक बनाते हैं। नई ए4 सिगनेचर में ऑडी रिस्प एंट्री एंड इंडिया लैपेट, एक्सक्लूसिव ऑडी रिस्प डेकल्व और ड्राइव कैप्स जैसी खिलौने शामिल हैं। यह वैरिएटें उन ग्राहकों के लिए खासतौर पर तयार किया गया है जो अपनी सेडान को स्टाइल और अलग पहचान के साथ खिलाफ़ चाहते हैं। यह सिगनेचर संस्करण सिमिट यूनिट में उपलब्ध होगी। ऑडी इंडिया के प्रमुख बलबीर रिस डिल्लूं ने इस मोड़े पर कहा - 'ऑडी ए4 हमारे सभी लोकप्रिय सेडान मॉडल्स में से एक है जो शानदार परफॉर्मेंस और स्टाइलिंग का बेहतरीन सेयरेज पेश करता है। सिगनेचर संस्करण के जरिये हम ग्राहकों को एक और एक्सक्लूसिव विकल्प दे रहे हैं, जिसमें आकर्षक स्टाइलिंग एलिमेंट्स इसके प्रीमियम लुक को और निखारते हैं। यह उन ग्राहकों के लिए है जो अपने वाहन के जरिये एक विशेष स्टेमेंट देना चाहते हैं।'

एसपीएमसीआईएल ने 1200 करोड़ से अधिक बैंक नोट छापे: सीतारमण

नयी दिल्ली। बित मंगी निर्माला सीतारमण ने सेवयुक्ती प्रिंटिंग एंड मिटिंग कार्पोरेशन ऑडी इंडिया (एसपीएमसीआईएल) के प्रदर्शन का उल्लेख करते हुये कहा कि एसपीएमसीआईएल ने बित वर्ष 2024-25 में 1,200 करोड़ से ज्यादा बैंक नोट छापे और 150 करोड़ प्रचलन वाले सिवक बनाए हैं। श्रीमती सीतारमण ने बित राज्य मंत्री पंकज चौधरी की मौजूदगी में एसपीएमसीआईएल के कार्यपाठी लालिया के बारे शुभार्थ करते हुये कहा कि साथ ही एक रिसे डायाम प्राप्तवैर्य बुकलेट और 700 करोड़ से ज्यादा एक्स्प्रेस एडीएस्प्रेस लेबल तथा सिक्कों एवं सार्वजनिक सेवाओं के लिए जरूरी डाक और सुखा से जुड़ी विभिन्न श्रेणियों की स्ट्रेशनरी भी बनाती है। उहने कहा कि एसपीएमसीआईएल की टक्साले कीमत तात्पुरता और प्रत्यावन किया गया। इस कार्यक्रम में उद्योग जगत के नेता, नीति निर्माता और प्रत्यावन निकाय एक साथ आए और भारतीय एमएसएमई के लिए नवाचार, अपरदीयता और बाजार पहुंच को बढ़ावा देने में प्रत्यावन की

चालू बित वर्ष में दोपहिया वाहनों की बिक्री में नौ प्रतिशत तक की वृद्धि की संभावना : केयरएज

मुंबई। उपभोक्ता भावना में सुधार, आयकर छूट और अनुकूल मौद्रिक नीतियाँ जैसी सकारात्मक अधिक परिस्थितियों की बढ़ावात बित वर्ष 2025-26 में देश का दोपहिया वाहन उद्योग आठ-नौ प्रतिशत की वाणिज्यिक वृद्धि दर के साथ काविंग-पूर्व विक्री स्तरों का पार कर सकता है। केयरएज रिपोर्ट की जारी रिपोर्ट के अनुसार, बित वर्ष 2024-25 में मोटरसाइकिल की विकासी नीतियों के लिए उद्योग एवं रिंजिंग बैंक को यह शुभार्थ करते हुए है। बित वर्ष 2024-25 में एसपीएमसीआईएल के लिए उद्योग जगत की अवधि अप्रतिकृत सेना भारतीय रिंजिंग बैंक को दिया गया है। इसके अधिकतम उन्नें तिमाला तिरपति देवस्थनम, वैष्णो देवी श्रावन बोर्ड और अन्य संस्थानों से प्राप्त चांदी और सोने को भी प्रतिकृत किया।

प्लाई91 सेन सोलापुर से गोवा के लिए थ्रू की उड़ान सेवा

सोलापुर/गोवा। अंचलिक मार्गों पर सेवायें दे रही एयरलाइन प्लाई91 की नौ गोवा-सोलापुर-गोवा मार्ग पर परिचालन शुरू किया। एयरलाइन की ओर से जारी किया के अनुसार, इस वर्ष 2024-25 के उद्योग एवं सोलापुर-हवाई और भारतीय रिंजिंग बैंक के लिए उद्योग जगत की अवधि अप्रतिकृत सेना भारतीय रिंजिंग बैंक को दिया गया है। इसके अलावा अनुकूल मानकन की संभावना भी ग्रामीण मार्गों पर प्रोत्याविद्य कर सकती है, जिससे बिक्री मैं और मजबूती आने की उमीद है।

एसपीएमसीआईएल ने 1200 करोड़ से अधिक बैंक नोट छापे: सीतारमण

शरीर की गंध से हुटकारा

शरीर से पसीने की गंध अधिकारांत दुर्घट) आना एक आम समस्या है जिसका हल पाने के लिए भारतीय दुकानदारों ने अपनी दुकानों को तमाम भारतीय व इम्पोरेंड ब्रैंड के डिओडेरेट व एंटीपर्सपीरेट से भर दिया है। विज्ञापनों द्वारा इन उत्पादों की सिफर खूबियां दिखाना या बताया जाना तथा इनके कन्नेनर्स पर लिखी हुई अपर्याप्त व अधूरी जानकारी के कारण डिओडेरेट व एंटीपर्सपीरेट के विषय में बहुत सी गलत धारणाएं तथा परेशानियां जन्म ले चुकी हैं।

पसीना व गंध क्यों

त्वचा रोग विशेषज्ञ डॉ. सी. पार्थसारथी के अनुसार, 'शरीर में पसीने का आना इस बात की निशानी है कि हमारा शरीर अत्यधिक उपजी ऊर्जा से छुटकारा पा रहा है। यह ऊर्जा उपाचार या भासपेशियों की मशक्त द्वारा पैदा हुई होती है।' एक सामान्य खेल के शरीर में लगभग बीस लाख स्वेद ग्रथियां होती हैं जो दो प्रकार की होती हैं - एकीन स्वेद ग्रथियां व एपोक्रीन स्वेद ग्रथियां। एकीन स्वेद ग्रथियां शरीर के तापमान को नियंत्रित करती है और त्वचा की नमी भी इन्हीं ग्रथियों के कारण बनी रहती है। सिर्फ हांठ व जननांगों के हिस्से में ये ग्रथियां नहीं होतीं। त्वचा की निचली सतह पर होने वाली इन ग्रथियों के कारण ही पसीना रोमछिद्रों के द्वारा त्वचा पर आता है। एपोक्रीन ग्रथियां शरीर के हास्पेन द्वारा नियंत्रित होती हैं। भावानात्मक तनाव से ये ग्रथियां चेतन हो जाती हैं। शरीर में पसीने की दुर्घट को जन्म देने वाली ग्रथियां एपोक्रीन होती हैं जिनमें बैकटीरिया पैदा हो जाते हैं।

दोनों अलग-अलग

पसीने की इसी गंध या दुर्घट से छुटकारा दिलाने वाले बॉडी

स्पै डियोडेरेट व एंटीपर्सपीरेट

लगभग एक ही उत्पाद की तरह माने जाते हैं जबकि सच

यह है कि ये दोनों ही अपने विभिन्न

रासायनिक प्रभावों के कारण अलग-अलग

उत्पाद हैं। एंटीपर्सपीरेट शरीर में पसीना आने की प्रक्रिया

तथा त्वचा के गोलेपन को कम करते हैं, डिओडेरेन्ट का काम शरीर से गंध को दूर करना है। डिओडेरेन्ट का जन्म इस तथ्य को जानने के बाद हुआ कि त्वचा के बैकटीरिया शरीर की गंध पैदा करते हैं। इनके इस्तेमाल से इन बैकटीरिया के नाश किया जा सकता है।

एंटीपर्सपीरेट के प्रयोग से पसीना बाहर निकालने वाले छिद्र बंद हो जाते हैं जिससे पसीना कम बाहर आता है। एक धारणा के अनुसार एंटीपर्सपीरेट में पाए जाने वाले एस्ट्रीन्जेन्ट सॉल्ट त्वचा में सूजन पैदा कर छिद्रों को बंद होने के लिए मजबूर करते हैं। कुछ एंटीपर्सपीरेट डिओडेरेट युक्त भी होते हैं।

चुनते समय ध्यान रहे

एंटीपर्सपीरेट व डिओडेरेन्ट के शरीर पर पड़ने वाले हानिकारक प्रभावों को ध्यान में रखते हुए ही सके तो इनका प्रयोग न करे जब तक निहायत जरूरी न हो। शरीर के पसीने की गंध को बार-बार नहाने या पसीने वाली जगहों को अच्छी तरह पानी से धोने व पौधे द्वारा नियंत्रित रखा जा सकता है।

यदि आपको इनका इस्तेमाल जरूरी लगता हो तो सोचें कि

आपको किस उत्पाद की जरूरत है। यदि शरीर में गंध एक

समस्या है तो बैकटीरिया नाशक डिओडेरेट का प्रयोग करें।

स्पै डियोडेरेट व एंटीपर्सपीरेट में एल्यूमिनियम सॉल्ट से जलन तो पैदा होती ही है। साथ ही कपड़ों के रंग फेंटे हो जाते हैं और कपड़े कमज़ोर होकर जट्ठी फटते हैं। सूती व लिनेन कपड़े एल्मूनियम सॉल्ट से जल्दी प्रभावित होते हैं।

महत्वपूर्ण टिप्पणी

एंटीपर्सपीरेट व डिओडेरेन्ट को इस्तेमाल करते समय कुछ बातों का अवश्य खेल रखें जिससे उनसे त्वचा में जलन तो पैदा होती है।

1. रात में इनका प्रयोग बिल्कुल न करें।

2. दिन में एक से अधिक बार इन का इस्तेमाल न करें। बहुत खाली से अवसरों पर

स्पै डियोडेरेट व एंटीपर्सपीरेट में पाया जाना वाला एल्यूमिनियम सॉल्ट पसीने के साथ मिलकर अधिक अस्तीय हो जाता है। इससे त्वचा में जलन तो पैदा होती ही है। साथ ही कपड़ों के रंग फेंटे हो जाते हैं और कपड़े कमज़ोर होकर जट्ठी फटते हैं। सूती व लिनेन कपड़े एल्मूनियम सॉल्ट से जल्दी प्रभावित होते हैं।

3. रात में जब पसीना कम आता है, इनका प्रयोग न करें।

4. बच्चों पर इनका प्रयोग बिल्कुल न करें। जब आसापस बच्चे हों तो स्पै का प्रयोग न करें।

5. जब भी स्पै करें, अपनी आंखें बंद रखें और चेहरा दूसरी ओर घुमालें।

6. जहां तक हो सके गर्मी के अनुकूल परिधान पहनें- अधिकारांत-सूती। ज्यादा बार नहाएं, अन्यथा बगलों को गोले कपड़े या टिशू से बार-बार पोछें।

दिनभर तरोताजा रहने के लिए पिपरमेंट बाथ औयल या लेमन बाथ औयल की दो-तीन बूटें टब में डालें फिर स्त्रान करें। आप चाहें तो स्त्रान करने के कुछ समय पहले बाल्टी या टब में गुलाब की पत्तियां भी डाल सकती हैं। इसकी भीनी-भीनी खुशबू आपको दिनभर तरोताजा रखेगी।

डीप क्लोइंज़ ट्रीटमेंट के लिए मिक्स करें समान मात्रा में मिल्क पाउडर, लेमन जूस व शहद। इस मिश्रण को चेहरे पर लगाकर 10 मिनट के लिए छोड़ दें।

फिर पानी में अंगुलियों को भिगोकर धीरे-धीरे गोल-गोल [क्लॉक वाइज] छुड़ाना शुरू करें। बाद में ताजे पानी से चेहरा धोकर थोड़ा सा गुलाबजल लगा लें।

सर्व की उक्सानदेह अल्ट्रावॉयलेट किरणों से त्वचा की सुरक्षा के लिए किसी अच्छी कंपनी का सनस्कीन लोशन या क्रीम लगाएं। विशेषज्ञों का कहना है कि एक बात याद रखें कि सनस्कीन लोशन या क्रीम का प्रयोग हर तीन-चार घंटे के अंतराल पर अवश्य करती रहें। तभी इसका सही फायदा मिल सकता है।

त्वचा की नमी बरकरार रखने के लिए किसी अच्छी कंपनी का एंटी

टैन मॉइश्चराइज़ लोशन लगाएं।

इसके अलावा खीरे का ठंडा रस या

ठंडे खीरे को काटकर चेहरे पर कुछ

देर मलें। फिर ठंडे पानी से चेहरा धो लें। ऐसा करने त्वचा तरोताजा नजर आएगी।

त्वचा की नमी बरकरार रखने के लिए चावल को ठंडे दही को मिक्स करके रोजाना चेहरा साफ करें। त्वचा में जान आएगी।

महसूस करेंगी।

कुछ ही सेकंड में चेहरे पर ताजगी लाने के लिए गुलाब जल स्प्रे का इस्तेमाल करें। गुलाब से भरपूर यह स्प्रे आपको ताजगी का एहसास तो देगा ही। साथ ही चेहरे को नमी भी प्रदान करेगा।

रुखे हाथों को कोमल और सुंदर बनाने के लिए चीनी और शहद को मिक्स करके हाथों की स्क्रिबिंग करें। बाद में साफ पानी से हाथों को साफ करें।

पर लगाकर सूखने दें। फिर धोकर मॉइश्चराइज़ लगाएं।

ज्ञान डालने के लिए घर पर यह मास्क तैयार करें-

चंदन पाउडर+नीबू का रस+टमाटर का रस+खीरे

का रस बरबर मात्रा में लेकर पेस्ट बनाएं। चेहरे

पर लगाकर सूखने दें। फिर धोकर

मॉइश्चराइज़ लगाएं ताकि त्वचा की नमी

बरकरार रहे।

गर्मियों में भी निखरे रूप

गर

करीना कपूर

को क्या हो गया? सामने आया ऐसा वीडियो, देखकर टेंशन में आए फैंस



अपने चाहने वालों के बीच बेबो के नाम से मशहूर बॉलीवुड एक्ट्रेस करीना कपूर हमेशा खुश दिखती हैं। वो जब कभी भी कहीं स्पॉट होती हैं, तो मुस्कुराते हुए, नजर आती हैं। हालांकि, अब उनका एक ऐसा वीडियो सामने आया है, जिसमें वो थोड़ा परेशान दिख रही हैं। वीडियो देख उनके फैंस भी टेंशन में आ गए हैं और कमेंट कर रहे हैं कि करीना को क्या हो गया है। दरअसल, हाल ही में करीना कहीं स्पॉट हुई। पैपराजी इंस्टेट बॉलीवुड ने उनका वीडियो शेयर किया है। वीडियो में वो कामी इमोशनल दिख रही हैं। वीडियो शेयर करते हुए पैपराजी ने लिखा, "OMG करीना भावुक दिख रही है।" जैसे ही वीडियो सामने आया, लोगों कमेंट करने लगे और पूछने लगे कि उन्हें क्या हुआ है।

सोनम के बर्थडे पार्टी के बाद का वीडियो

बहरहाल, ये वीडियो उस दौरान का मालूम हो रहा है जब वो सोनम कपूर की बर्थडे पार्टी में पहुंची थीं। दरअसल, सोनम का बर्थडे 9 जून को है। इसको लेकर उन्होंने एक पार्टी रखी थी, जिसमें करीना कपूर भी शामिल हुई थीं। ऐसा लग रहा है कि वे वीडियो उस पार्टी के बाद का है। करीना की फैन फॉलोइंग काफी तगड़ी है। जब कभी भी उनका ऐसा कोई वीडियो सामने आता है, तो फैंस भी उन्हें देख टेंशन में आ जाते हैं। वो पिछले 25 सालों से बॉलीवुड का हिस्सा हैं। उन्होंने साल 2000 में अभिषेक बच्चन के साथ फिल्म 'रिप्यूजी' से अपने करियर की शुरुआत की थी। उसके बाद उन्होंने कभी भी पीछे मुड़कर नहीं देखा और एक से बढ़कर ढेरों हिट फिल्मों के जरिए लोगों को काफी एंटरटेन किया।

आखिरी बार इस फिल्म में दिखीं करीना

करीना कपूर आखिरी बार पिछले साल नंबर बर में रिलीज हुई अजय देवगन की फिल्म 'सिंघम अगेन' में दिखी थीं। रोहित शेट्टी के डायरेक्टर में वीना उस फिल्म में अक्षय कुमार, रणवीर सिंह, दीपिका पादुकोण और टाइगर श्रॉफ जैसे स्टार्स भी नजर आए थे। उसके बाद से फैंस को उनकी आगली फिल्म का इंतजार है। हालांकि, अभी तक करीना ने कोई भी फिल्म अनाउंस नहीं की है।



सलमान खान

के सबसे बड़े रिकॉर्ड पर अक्षय कुमार की नजर, हाउसफ्युल 5 को सिर्फ 13 करोड़ की दरकार

पिछले काफी समय से अक्षय कुमार का जलवा बॉक्स ऑफिस पर फोका पड़ता नजर आ रहा था। लेकिन अब एक्टर हाउसफ्युल 5 से जोरदार वापसी करते नजर आ रहे हैं। उनकी फिल्म को लेकर फैंस के बीच जबरदस्त बज बना हुआ है। पहली बार ऐसा हुआ है कि बॉलीवुड की किसी फिल्म के दो-दो क्लाइमेक्स देखने को मिले हैं। इसी के साथ और भी कई मायने में ये फिल्म ऐतिहासिक सफिल हुई है। अब ये फिल्म बॉक्स ऑफिस पर भी कमाल करता नजर आ रहे हैं।

हाउसफ्युल 5 ने 3 दिन में कितने कमाए?

हाउसफ्युल 5 की बात करें तो इस फिल्म ने

रिलीज के ओपनिंग डे पर ही अपनी पावर

दिखा दी थी। फिल्म ने ओपनिंग डे पर 24 करोड़ रुपए का कलेक्शन किया है। वहाँ दूसरे दिन इस फिल्म का कलेक्शन 31 करोड़ रुपए रहा। रविवार को भी फिल्म की कमाई में इजाफा देखने को मिला और रविवार को फिल्म का 32.50 करोड़ रुपए का कलेक्शन किया। इस लिहाज से फिल्म का कुल कलेक्शन 87.50 करोड़ रुपए तक पहुंच गया है।

वर्ल्डवाइड कलेक्शन कितना हुआ?

हाउसफ्युल 5 के वर्ल्डवाइड कलेक्शन की बात करें तो इस फिल्म ने तुनियाभर

में 100 करोड़ का आंकड़ा 3 दिन में पार कर लिया है। सैकिनिल्क की रिपोर्ट्स की मानें तो फिल्म ने 3 दिन में 139.40 करोड़ रुपए का कलेक्शन किया है। जिस गति से फिल्म आगे बढ़ रही है उससे ये अंदाजा लगाया जा सकता है कि एक बार फिर से अक्षय कुमार की वापसी बॉक्स ऑफिस पर हो रही है।

सलमान खान की बराबरी करेंगे अक्षय कुमार

हाउसफ्युल 5 फिल्म यूं तो पहले ही कई कीर्तिमान रच चुकी है और अब आने वाले समय में भी इस फिल्म से काफी उम्मीदें हैं। अब तक के इतिहास में सबसे ज्यादा 100

करोड़ी फिल्म देने का रिकॉर्ड

सलमान खान के नाम ही है। अब इस

रिकॉर्ड की बराबरी अक्षय कुमार भी

करने जा रहे हैं। उनकी फिल्म ने अभी तक 87 करोड़ रुपए कमा

लिए हैं। मतलब सिर्फ 13 करोड़ रुपए और कमाने के बाद अब

अक्षय कुमार भी सलमान खान की बराबरी कर लेंगे। फिल्महाल

सलमान खान को 18 ऐसी फिल्में हैं जिन्होंने 100 करोड़ रुपए से ज्यादा

का कलेक्शन किया है। वहाँ अक्षय कुमार की बात करें तो उनकी 17 ऐसी

फिल्में हैं जो ये कमाल कर चुकी हैं। ऐसे में अब अक्षय कुछ करोड़ रुपए

कमा कर ही सलमान खान के इस बड़े रिकॉर्ड की बराबरी कर लेंगे।



18 करोड़ में बनी बॉलीवुड की इस कॉमेडी फिल्म ने की थी छपरफाड़ कमाई, हर सीन पर बनते हैं मीस्म



साल 2000 में फिल्म 'हेरा फेरी' आई, जिसके डायलॉग्स, गाने और कहानी आज भी लोगों के दिनों पर आये हैं। इसी फिल्म के आगे की कहानी 2006 में रिलीज हुई फिल्म 'फिर हेरा फेरी' में दिखाई गई और वो फिल्म भी सुपरहिट सबित हुई थी। 'फिर हेरा फेरी' एक आइकॉनिक फिल्म रही, जिसमें परेश रावल, अक्षय कुमार और सुनील शेट्टी लोड रोल में नजर आए थे। इस फिल्म का तीसरा पार्ट भी बन रहा है, लेकिन फिल्महाल हम दूसरे पार्ट की बात करेंगे।

सोशल मीडिया पर सबसे ज्यादा मीस्म 'हेरा फेरी' फैंस वाइजी पर ही बनते हैं। खासकर बाबू राव का कैरेक्टर सबसे ज्यादा फनी था, जिसपर मीस्म खूब बनते हैं। फिल्म 'फिर हेरा फेरी' में परेश रावल, अक्षय कुमार और सुनील शेट्टी के अलावा कौन-कौन था? फिल्म ने बॉक्स ऑफिस पर कितनी कमाई की थी? इस फिल्म के बारे में कुछ और दिलचस्प बातें, आइए आपको बताते हैं।

'फिर हेरा फेरी' का बॉक्स ऑफिस कलेक्शन

9 जून 2006 को रिलीज हुई फिल्म 'फिर हेरा फेरी' का निर्देशन नीरज वोरा ने किया था। वहीं फिल्म को फिरोज ए नाडियावाला और फराजान शेष ने प्रोड्यूस किया था। जबकि 2000 में रिलीज हुई फिल्म 'हेरा फेरी' का निर्देशन प्रियदर्शन ने किया था। फिल्म 'फिर हेरा फेरी' में परेश रावल, अक्षय कुमार और सुनील शेट्टी के अलावा नीरज वोरा, बिपाशा बसु, राजपाल यादव, जॉनी लीवर, रिमी सेन, रवि किशन, सुरेश मेनन और शरत सक्सेना जैसे कलाकार नजर आए थे।

फिल्म के डायरेक्टर होने के साथ-साथ नीरज वोरा ने स्टीफनले और डायलॉग्स भी लिखे थे। अगर फिल्म को कमाई की बात करें तो सुन्दरद्वय के मुताबिक, 18 करोड़ के बजेट में बनी 'फिर हेरा फेरी' का वर्टेंडवाइड कलेक्शन 69.13 करोड़ था। वहीं भारत में इस फिल्म ने 55.11 करोड़ का कलेक्शन किया था और फिल्म का वर्टेंट सुपरहिट सबित था।

'फिर हेरा फेरी' को ओटीटी पर कहां देखें?

'हेरा फेरी' में 'ओ मेरी जोहरा जबीन', 'दिल दे दिया', 'मुझको याद हस्ताप तेरी', 'यार की चट्टी' जैसे गाने हिंदी सिनेमा में कमाई करना जारी रखा और कुछ सालों के बाद 1973 की फिल्म 'जंजीर' से वो स्टार बन गए थे, जबकि 1975 की 'शोले' जैसी ऑल टाइम बॉक्स बॉक्स्टर देने के बाद उनके सुपरस्टार बनने की शुरुआत हो गई। इसके बाद वो हिंदी सिनेमा के सबसे पौंपुल कलाकार भी कहलाए। अमिताभ बच्चन ने साल 1969 में आई फिल्म 'सात हिन्दुस्तानी' से अपने फिल्मी करियर का आगाज किया था। ये फिल्म तो फलांप रही लेकिन बिंग बी ने हिंदी सिनेमा में कमाई करना जारी रखा और कुछ सालों के बाद 1973 की फिल्म 'जंजीर' से वो स्टार बन गए थे, जबकि 1975 की 'शोले' जैसी ऑल टाइम बॉक्स बॉक्स्टर देने के बाद उनके सुपरहिट सबित बनने की शुरुआत हो गई। इसके बाद वो हिंदी सिनेमा के सबसे पौंपुल कलाकार भी कहलाए। अमिताभ बच्चन ने जारी रखा और सितारा नहीं कर पाया। फैंस तो उन्हें खूब पसंद रहे हैं, वहीं एक्टर और एक्ट्रेस के अलावा डायरेक्टर-प्रोड्यूसर भी अमिताभ के कायाल हैं। अमिताभ के चाहने वालों और उन्हें पसंद करने वालों में डायरेक्टर रुमी जाफरी भी शामिल हैं। बिंग बी सांग उनका रिश्ता बेहद खास है। इसका सबसे बड़ा उदाहरण बिंग बी के 60वें जन्मदिन पर देखने को मिला था। तब अमिताभ बच्चन ने आगे रहकर रुमी की बाइफ़ को काल किया था और उन्हें अपने जन्मदिन की पार्टी में आने का न्योता दिया था।