



संपादक :
राकेश कुमार
Mob.: 9560484749

यूनिवर्सल मीडिया

(हिन्दी साप्ताहिक समाचार पत्र)



Email : universalmedianews18@gmail.com
Mob.: 9560484749



चौधरी ब्रह्मा प्रकाश का... 3

जीवन के रास्ते पर ध्यान... 2

वर्ष : 5

अंक : 1

नई दिल्ली, बृहस्पतिवार 26 जून से 2 जुलाई 2025

संपादक : राकेश कुमार

मूल्य : 1.00 रुपये

पृष्ठ : 8

खास खबर

पॉलीथीन फैक्ट्री में लगी आग, 4 लोगों की मौत, 3 गंभीर

नई दिल्ली।। नई दिल्ली में रिटाला मेट्रो स्टेशन के पास एक पॉलीथीन फैक्ट्री में आग लगने की घटना में 4 लोगों की मौत हो गई और तीन अन्य घायल हो गए।

दिल्ली पुलिस के अनुसार, जब रिटाला मेट्रो स्टेशन के पास स्थित पॉलीथीन फैक्ट्री में आग लगने की सूचना मिली तब फायर सर्विस की ओर से कुल 15 फायर टैंडर मौके पर भेजे गए।

मंगोलपुरी मस्जिद के अवैध हिस्से को गिराने का काम जारी

नई दिल्ली।। बाहरी दिल्ली के मंगोलपुरी इलाके से एक बड़ी खबर सामने आ रही है। दिल्ली पुलिस ने मंगोलपुरी इलाके में एक मस्जिद के अवैध हिस्से को गिराए जाने के चलते सुरक्षा व्यवस्था कड़ी कर दी है। यह जानकारी अधिकारियों ने दी है। पुलिस का कहना है कि वार्ड ब्लॉक क्षेत्र के पास कानून-व्यवस्था बनाए रखने के लिए इलाके को एक तरह से किले में तब्दील कर दिया गया है और चप्पे-चप्पे पर सुरक्षाकर्मी तैनात हैं।

पुलिस की माने तो, किसी भी अग्रिय घटना से बचने के लिए एहतियात के तौर पर अर्धसैनिक बलों की अतिरिक्त कंपनियां भी तैनात की गई हैं। दिल्ली हाई कोर्ट के आदेश के बाद 22 जून को ध्वस्तीकरण की कार्रवाई शुरू हुई थी। अधिकारियों ने कहा कि केवल अनधिकृत निर्माण को ही ध्वस्त किया जा रहा है।

आज का सुविचार

संकल्पों को मोड़ने व ब्रेक लगाने की युक्ति सीख लो तो बुद्धि की शक्ति व्यर्थ नहीं जायेगी।

मैं बच नहीं पाऊंगा, बेटा.....बुजुर्ग पिता ने फोन पर इतना कहा, सुबह बेटे को मिली लाश

● **यूनिवर्सल मीडिया, संवाददाता**
नई दिल्ली।। 'मैं बच नहीं पाऊंगा, बेटा। मैं दम घुटने से मर जाऊंगा।' दिल्ली में एक इमारत में आग की घटना के समय एक व्यक्ति ने अपने बेटे को आखिरी बार फोन पर यही बात कही थी। दिलीप सिंह (62) ने अपने बेटे से आखिरी बार फोन पर 43 सेकंड तक बात कही। ये उनके अंतिम शब्द थे और कुछ ही क्षण बाद रोहिणी के रिटाला इलाके में एक इमारत में लगी भीषण आग में कथित तौर पर उनकी मौत हो गई थी।

4 मंजिला इमारत में लगी आग में 4 लोगों की मौत : दिल्ली पुलिस ने बुधवार को बताया कि 4



मंजिला इमारत में लगी आग में चार लोगों की मौत हो गई और तीन अन्य घायल हो गए। इस इमारत में कई विनिर्माण इकाइयां थीं। यहां एक वरिष्ठ पुलिस अधिकारी ने बताया कि पीड़ितों के शवों की अभी तक पहचान नहीं हो पाई है और डीएनए नमूनों की

जांच किए जाने के बाद शवों को उनके परिजनों को सौंप दिया जाएगा।

बेटे ने दी जानकारी, पिता से क्या हुई थी बात : बेटे धरम सिंह (32) का मानना है कि उनके पिता दिलीप सिंह भी मृतकों में शामिल हैं। धरम सिंह ने अपने

पिता के साथ हुई अंतिम बातचीत को याद किया। धरम सिंह ने कहा, “मुझे मंगलवार शाम करीब 7 बजकर 40 मिनट पर फोन आया। मेरे पिता ने कहा, ‘बेटा, फैक्ट्री में आग लग गई है। मुझे नहीं लगता कि मैं बच पाऊंगा।’ मुझे लगा कि यह मामूली आग है और मैंने उन्हें तुरंत इमारत से बाहर जाने को कहा।”

फैक्ट्री में सुपरवाइजर थे पिता दिलीप : दिलीप सिंह टिशू पेपर बनाने वाली एक फैक्ट्री में सुपरवाइजर के तौर पर काम करते थे और उसी इमारत की चौथी मंजिल पर रहते थे। उनकी पत्नी, 33 वर्षीय बेटी और 29 वर्षीय एक और बेटा उत्तम नगर में रहते हैं।

सीबीएसई ने लिया बड़ा फैसला, 2026 से साल में 2 बार होंगी 10वीं बोर्ड परीक्षा

● **यूनिवर्सल मीडिया, संवाददाता**
नई दिल्ली।। सीबीएसई कक्षा 10 की बोर्ड परीक्षा में 2026 से बड़ा बदलाव होने जा रहा है, जिसके तहत छात्र एक ही शैक्षणिक वर्ष में दो बार बोर्ड परीक्षा दे सकेंगे। इस कदम का उद्देश्य 'उच्च दांव' पहलू को कम करना, परीक्षा के दबाव को कम करना और छात्रों को पूरे साल इंतजार किए बिना अपने प्रदर्शन को बेहतर बनाने का मौका देना है। नई योजना के तहत, प्रत्येक छात्र को फरवरी के मध्य में होने वाली पहली परीक्षा में शामिल होना होगा, जबकि अपने अंकों में सुधार करने या तीन विषयों

में कम अंक पाने वाले छात्र मई में होने वाली दूसरी परीक्षा में शामिल हो सकते हैं। अधिकारियों ने बुधवार को यह जानकारी दी। उन्होंने कहा कि मई में होने वाला दूसरा चरण उन छात्रों के लिए वैकल्पिक होगा जो अपना प्रदर्शन सुधारना चाहते हैं। केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड (सीबीएसई) ने 10वीं कक्षा के लिए वर्ष में दो बार बोर्ड परीक्षा आयोजित करने के मानदंडों को मंजूरी दे दी है, जिसकी नयी राष्ट्रीय शिक्षा नीति (एनईपी) में अनुशंसा की गई है।

दूसरा चरण मई में

आयोजित किया जाएगा : सीबीएसई के परीक्षा नियंत्रक संयम भारद्वाज ने कहा, “पहला चरण फरवरी में और दूसरा मई में आयोजित किया जाएगा। दोनों चरणों के परिणाम क्रमशः अप्रैल और जून में घोषित किए जाएंगे।” उन्होंने कहा, “छात्रों के लिए पहले चरण में शामिल होना अनिवार्य होगा, जबकि दूसरा चरण वैकल्पिक होगा। छात्रों को विज्ञान, गणित, सामाजिक विज्ञान और भाषाओं में से किसी भी तीन विषयों में अपने प्रदर्शन को बेहतर बनाने का मौका मिल सकेगा।”

तय मानदंडों के अनुसार,

शीतकाल में बंद रहने वाले स्कूलों के दसवीं कक्षा के छात्रों को किसी भी चरण में उपस्थित होने का विकल्प मिलेगा। इसके अनुसार, शैक्षणिक सत्र के दौरान आंतरिक मूल्यांकन केवल एक बार किया जाएगा। सीबीएसई ने फरवरी में मसौदा मानदंडों की घोषणा की थी और हितधारकों की प्रतिक्रिया मांगी गई थी। नयी राष्ट्रीय शिक्षा नीति की सिफारिश के मुताबिक, बोर्ड परीक्षाओं की “उच्च अपेक्षा” वाले पहलू को खत्म करने के लिए सभी छात्रों को किसी भी शैक्षणिक वर्ष के दौरान दो मौकों पर परीक्षा देने की अनुमति दी जाएगी।

नौ अगस्त तक पवित्र श्रावण मास रहेगा जिसके दौरान कांवड़ यात्रा, श्रावण शिवरात्रि, नागपंचमी और रक्षाबंधन जैसे पर्व मनाए जाएंगे और इसी अवधि में 27 जून से आठ जुलाई तक जगन्नाथ रथ यात्रा तथा 27 जून से छह-सात जुलाई तक मुहर्रम के आयोजन संभावित हैं। मुख्यमंत्री ने निर्देशित किया, “यह अवधि प्रदेश की कानून-व्यवस्था, चिकित्सा, स्वच्छता, शिक्षा और आपदा प्रबंधन के लिहाज से अत्यंत संवेदनशील है। अतः सभी संबंधित विभाग और जिला प्रशासन समन्वय के साथ जिम्मेदारीपूर्वक कार्य करें।”

कांवड़ यात्रा के शांतिपूर्ण और गरिमामय आयोजन को लेकर मुख्यमंत्री ने विशेष निर्देश दिए : उन्होंने कहा, “यह यात्रा आस्था, अनुशासन और उल्लास का प्रतीक है। उत्तराखंड सीमा से सटे जनपदों सहित गाजियाबाद, मेरठ, बरेली, अयोध्या, प्रयागराज, काशी, बाराबंकी और बस्ती जैसे जिले विशेष सतर्कता बरतें। अंतरराष्ट्रीय

समन्वय निरंतर बना रहना चाहिए।” मुख्यमंत्री ने कहा, “यात्रा मार्ग पर डीजे, ढोल-ताशा और संगीत की ध्वनि निर्धारित मानकों के अनुरूप ही होनी चाहिए। कानफोड़, आवाज, भड़काऊ नारे, और परंपरा से इतर रूढ़ परिवर्तन किसी दशा में स्वीकार्य नहीं होंगे।”

गरीबों का आश्रय उजाड़ना कदापि स्वीकार्य नहीं होगा : उन्होंने सख्त लहजे में कहा कि किसी शोभायात्रा के लिए पेड़ काटना, झुगियां हटाना या गरीबों का आश्रय उजाड़ना कदापि स्वीकार्य नहीं होगा। मुख्यमंत्री ने यह भी स्पष्ट किया कि धार्मिक यात्राओं में अस्त्र-शस्त्र का प्रदर्शन और धार्मिक प्रतीकों का राजनीतिक उपयोग सौहार्द को खंडित करने वाले तत्व हैं, जिन पर पूरी सख्ती से रोक लगनी चाहिए। उन्होंने कहा, “सोशल मीडिया की सघन निगरानी हो और आवश्यकता पड़ने पर ड्रोन के माध्यम से निगरानी सुनिश्चित की जाए।”

उत्तराखंड के रुद्रप्रयाग में पर्यटकों से भरी बस अलकनंदा में गिरी



उत्तराखंड के घोलतीर इलाके में पर्यटकों को ले जा रही एक बस अलकनंदा नदी में गिर गई। घटना सुबह करीब 8 बजे हुई। बस बढ्रीनाथ जा रही थी। कुछ पर्यटकों को बचा लिया गया, लेकिन 11 अभी भी लापता हैं। बस में 18 लोग सवार थे। लापता यात्री को लेकर चिंता इसलिए बढ़ गई है, क्योंकि राज्य में भारी बारिश के कारण अलकनंदा उफान पर है।

पुलिस मुख्यालय के प्रवक्ता आईजी नीलेश आनंद भराने के अनुसार, ‘रुद्रप्रयाग जिले के घोलतीर इलाके में एक बस अनियंत्रित होकर अलकनंदा नदी में गिर गई। अब तक मिली जानकारी के अनुसार बस में 18 लोग सवार थे।’ उन्होंने पुष्टि की कि बचाव कर्मी यात्रियों को निकालने के लिए काम कर रहे हैं, लेकिन हताहतों के बारे में और जानकारी का अभी भी इंतजार है। राज्य आपदा प्रतिक्रिया बल (एसडीआरएफ), स्थानीय पुलिस और जिला प्रशासन की टीमें मौके पर हैं। तेज बहाव और खड़ी ढलान ने बचाव प्रयासों को विशेष रूप से चुनौतीपूर्ण बना दिया है। घटना के कारण बढ्रीनाथ राजमार्ग पर यातायात आंशिक रूप से बाधित हुआ है और अधिकारियों ने इलाके की घेराबंदी कर दी है। बचाव अभियान आगे बढ़ने पर अधिक जानकारी की प्रतीक्षा है।

29 राज्यों में भारी बारिश का अलर्ट, जानें देशभर के मौसम का हाल

● **यूनिवर्सल मीडिया, एजेंसी**
नई दिल्ली।। देश मानसून के एक्टिव होते ही कहीं राहत तो कही तबाही का मंजर हो गया है। जहां पंजाब, दिल्ली, हरियाणा में बारिश से राहत है तो वहीं गुजरात हिमाचल जैसे राज्यों में हाल बेहाल हैं। बुधवार को देश के 29 राज्यों में तेज बारिश की चेतावनी जारी की गई है। सबसे चिंताजनक स्थिति हिमाचल प्रदेश की रही, जहां धर्मशाला के पास बादल फटने की घटना हुई। इस हादसे में लगभग

20 मजदूर बह गए, जिनमें से दो की मौत की पुष्टि हुई है। वहीं गुजरात, राजस्थान, मध्य प्रदेश, उत्तराखंड, ओडिशा, झारखंड, पंजाब, तमिलनाडु, केरल, तटीय कर्नाटक और मध्य महाराष्ट्र समेत 11 राज्यों में अत्यधिक बारिश की चेतावनी जारी की गई है।

दिल्ली और एनसीआर में मंगलवार रात को हुई बारिश ने गर्मी से थोड़ी राहत जरूर दी, मगर बढ़ती नमी के कारण उमस ने लोगों को परेशान कर दिया।



नाथेश्वरम चैरिटेबल ट्रस्ट

प्रस्तुत करता है पहली फाउंडेशन द्वारा आयोजित

अमरनाथ से रामेश्वरम

तक बिना रुके 4000 किलोमीटर की रिले यात्रा!

2 जुलाई 6 AM

ऑनवर्ड

11 राज्य

30 दिन

70 शहर

यात्रा की मुख्य विशेषताएं

प्रारंभ एवं समाप्ति बिंदु
नई दिल्ली, गीता कालीनी हनुमान मंदिर, रामलीला मैदान

मार्ग
अमरनाथ से रामेश्वरम

अपेक्षित भारीदारी
50,000+ लोग

कौन शामिल हो सकता है?
भारत भर में हर कोई



NATHESHWARAM CHARITABLE FOUNDATION

AC NO- 50200102035367

IFSC CODE- HDFC0000120

BRANCH CODE- 0120

BRANCH NAME- VIKAS MARG



पंजीकरण के बाद अपना यात्रा आईडी कार्ड + टी-शर्ट प्राप्त करें

+91 92206 02209 | info@natheshwaram.com

पंजीकरण कैसे करें?

सदस्य बनें

www.natheshwaram.com

पंजीकरण के बाद अपना यात्रा आईडी कार्ड + टी-शर्ट प्राप्त करें

+91 92206 02209 | info@natheshwaram.com

सेवा की पहल जारी

1 पूरे भारत में 50,000 पेड़ लगाए जाएंगे

2 वंचित बच्चों के लिए 1,00,000 स्कूल किट

3 ग्रामीण समुदायों के लिए स्वास्थ्य शिविर और चिकित्सा सहायता

4 जरूरतमंदों के लिए ताज़ा भोजन और कपड़े

5 कस्बों और गांवों में सफाई एवं स्वच्छता अभियान

आस्था और सेवा के माध्यम से अखंड भारत के लिए हाथ मिलाएं

इस आध्यात्मिक क्रांति में शामिल हों - विश्वास के लिए चलें, सेवा के लिए चलें, भारत के लिए चलें।

प्रयोजित:
KARAA FETAL AND HERBS PRIVATE LIMITED



भारत का अग्रणी जैव और चिकित्सिक उत्पादों का

Website: www.karaaqua.com
Contact Info: info@karaaqua.com



+91 9220241010 | +91 9220231010

डिजिटल मीडिया और वेब पार्टनर:
CWL TECHNOLOGY PVT. LTD.



Website: www.coderworldlabs.com
Contact Info: info@coderworldlabs.com



+91 7982940212

मीडिया पार्टनर:





NATIONAL NEWS PAPER NATIONAL NEWS PAPER CHANNEL

राकेश कुमार (ब्यूरो चीफ)

Mob: 9560484749, 9990672983
Email: avslive18@gmail.com
universalmedianews18@gmail.com



इतिहास का हिस्सा बनें। मानवता का हिस्सा बनें। आज ही नाथेश्वरम रिले यात्रा में शामिल हों!

सम्पादकीय



सत्य की राह



राकेश कुमार

‘आप निश्चित ही अपनी ज़िंदगी में सफलता पाओगे बशर्ते, जो ज्ञान दूसरों को बांटते हो, पहले खुद अपनाओ और खुद के जीवन में उस पर अमल शुरू करो’।

किसी को भी कम नहीं आँकना चाहिए, क्योंकि, हजारों, लाखों के कपड़े शो रूम में टंगे रह गए लेकिन, एक छोटा सा कपड़े का टुकड़ा, मास्क के रूप में करोड़ों की कमाई करा गया। कहते हैं कि अकूत (अथाह) संपत्ति होते हुए भी आप अपने दिमाग से अपनी ‘अमीरी’ का बेकार का वहम निकाल

दीजिए क्योंकि... ध्यान रहे कि आप केवल ‘अमीर’ हो सकते हो लेकिन, ‘अमर’ कदापि नहीं।।।

‘कुछ लोग संबंध निभाते समय भी दिल की जगह केलकुलेटर प्रयोग करते हैं और... हाथ मिलाते हुए सारा हिसाब निकालते हैं कि मुझे इससे कितना और क्या-2 फायदा हो सकता है?’

इस संसार में दूसरे कुछ ऐसे भी होते हैं जिनका दुआएं देने का सिलसिला कभी रुकता नहीं, वो स्वयं चाहे कितना भी दर्द, तकलीफ से गुज़र रहे हो और...कहते हैं कि इस भरी दुनियां में ऐसे भी लोग हैं जो मक्कारी करते समय भी मुस्कुराते रहते हैं, परन्तु...

ध्यान रहे कि आपके कर्माँ के फल सिर्फ आपको ही भोगने हैं, इन्हें दूसरा कोई हिस्सेदार नहीं होता... इसलिए, खुद पर ध्यान दो, दूसरों पर नहीं।

युद्ध हुआ ही क्यों?

अब यह यक्ष-प्रश्न सामने है कि इजरायल-ईरान युद्ध क्यों हुआ था? अमरीकी राष्ट्रपति ट्रंप ईरान की खामेनेई हुकूमत बदलना चाहते थे, लगातार हुकारें भी भर रहे थे, लेकिन युद्धविराम कराते हुए और उसके बाद उनका कहना है कि सत्ता-परिवर्तन से अराजकता फैलती है, लिहाजा यह फैसला हम ईरानी अवाम पर छोड़ते हैं। क्या इस असमंजस के कारण ही युद्ध कराया गया था? अमरीका और इजरायल दोनों ही ईरान की परमाणु क्षमता नष्ट करना चाहते थे, ताकि ईरान परमाणु बम न बना सके। ईरान के परमाणु कार्यक्रमों को लेकर कई सवाल अब भी अनुत्तरित हैं। ईरान ने खुद को आईएईए (अंतरराष्ट्रीय परमाणु ऊर्जा एजेंसी) से अलग कर लिया है। अब न तो किसी निगरानी केंद्रों, न नियमित रपट और न ही परमाणु ठिकानों के निरीक्षण की अग्रमति ईरान आईएईए को देगा। युद्धविराम के बाद भी ईरान की तरफ से बयान दिए गए हैं कि उनका परमाणु कार्यक्रम जारी रहेगा। युद्ध में ईरान का सबसे अहम और संवेदनशील नुकसान यह हुआ है कि इजरायल की सेना ने उसके 17 परमाणु वैज्ञानिक मार दिए हैं। यह क्षतिपूर्ति बेहद मुश्किल है। सवाल है कि ईरान का लेशमात्र परमाणु कार्यक्रम अस्तित्व में है, तो अमरीका और इजरायल ने अपने लक्ष्य हासिल कैसे किए? यदि लक्ष्य अधूरे रह गए, तो फिर युद्ध क्यों लड़ा गया था? इजरायल को युद्ध के कारण 1200 करोड़ डॉलर का घाटा उठाना पड़ा। करीब 60,000 छोटी-बड़ी कंपनियां इजरायल छोड़ कर चली गईं। उसे 1.9 अरब डॉलर का औद्योगिक नुकसान हुआ और 4.2 अरब डॉलर का बुनियादी ढांचा खंडहर हो गया। ईरान ने उसके तेल अवीव के सैन्य अड्डों, एयरबेस और दर्जनों इमारतों को तबाह कर दिया। ईरान को युद्ध के कारण 150-200 अरब डॉलर का नुकसान झेलना पड़ा। उसके 800-900 लोग मारे गए, जिनमें सेना के शीर्ष कमांडर भी शामिल थे। बेशक अमरीकी हमले में परमाणु ठिकानों में हजारों सेंट्रीफ्यूज नष्ट हो गए और सुरंगें ‘मिट्टी-मलबा’ हो गईं। ईरान की जीडीपी पर करीब 9.6 अरब डॉलर के नुकसान का अनुमान सामने आया है।

क्या इस आर्थिक तबाही के लिए ही युद्ध लड़ा गया था? युद्धविराम के बाद मध्य-पूर्व की शांति और स्थिरता बेहद जरूरी है। गाजा में अब भी घेराबंदी, हमले और हत्याएं हैं। करीब 60,000 मौतें हो चुकी हैं, जिनमें बच्चों की संख्या भी काफी है। गाजा पर अमरीका और इजरायल कब्जा कर लेना चाहते हैं। मध्य-पूर्व और आसपास के देशों पर ही दुनिया की अर्थव्यवस्था का एक मोटा हिस्सा आश्रित है। लाखों भारतीय भी इन देशों में काम करते हैं। यदि ईरान की डांवाडोल स्थिति के कारण सीरिया, लीबिया, लेबनान, इराक आदि देशों में भी हालात नहीं सुधरते हैं, तो उससे आतंकवाद और क्षेत्रीय उग्रवाद का विस्तार होगा। उनसे अन्य खाड़ी देशों की आंतरिक सुरक्षा प्रभावित होगी। आतंकवाद की ‘काली छाया’ भारत तक भी आ सकती है। दरअसल यह एक अजीब युद्ध था और उतनी ही नाटकीयता के साथ इस पर विराम घोषित किया गया। उससे पहले कर के अमरीकी सैन्य बेस पर ईरान ने 14 मिसाइलों से जो हमला किया, वह भी नौटंकी थी, क्योंकि हमले की पूर्व सूचना दे दी गई थी, लिहाजा 13 मिसाइलें हवा में ही नष्ट कर दी गईं और एक मिसाइल किसी अन्य दिशा में जाकर नष्ट हो गई। यह हमला इसलिए किया गया, ताकि ईरान अपनी अवाम को खुलासा कर सके कि हमने अमरीकी अड्डे पर भी हमला बोल कर बदला लिया है। युद्धविराम को लेकर राष्ट्रपति ट्रंप और ईरान के विरोधाभासी बयान हैं। बहरहाल अमरीका आदतन इस युद्धविराम का भी श्रेय ले रहा है। युद्धविराम स्थायी और निश्चित होना चाहिए। युद्धविराम के बावजूद दोनों देश एक-दूसरे पर हमले करें, यह बेमानी है। न युद्ध के मायने हैं और न ही युद्धविराम का महत्व है। ईरान की प्राथमिकता यह होनी चाहिए कि वह गुप्त, छिपी हुई गतिविधियों के बजाय कूटनीति और संवाद से काम करे। परमाणु हथियार को आक्रमण के बजाय अवरोधक का अस्त्र बनाए और पूरी पारदर्शिता बरते। ईरान को उत्तरी कोरिया नहीं बनना चाहिए। ईरान में अपनी तरह का लोकतंत्र है, जबकि कोरिया में तानाशाही है। इजरायल भी पर्याप्त कूटनीति से काम करना सीख ले। सभी मसलों का हल हथियारों और सैन्य हमलों से संभव नहीं है। इस मसले को आपसी बातचीत से सुलझाया जा सकता है।

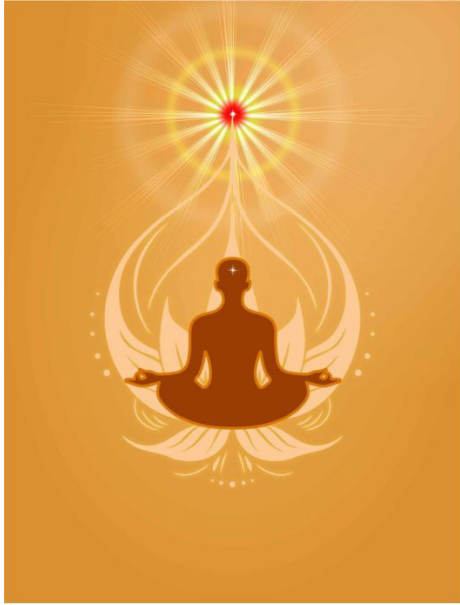
कार्टून कोना

ट्रंप शांति चाहते हैं-अमेरिकी रक्षा मंत्री

ये शांतिका कबतन कुछ अलग टाइप का नहीं लग रहा?



योग हमें सकारात्मक ही बनाता है...



विशेष रूप से ये बातें सबको बहुत सुनी-सी लगती हैं और लगनी भी चाहिए, क्योंकि बड़ा आम शब्द हो गया है योग करो, निरोग रहो। लेकिन योग करने के बाद हम निरोग नहीं रह रहे हैं, सकारात्मक नहीं रह रहे

हैं, श्रेष्ठ नहीं बन रहे हैं तो इसका मतलब कहीं योगा तो नहीं कर रहे हैं! आसन तो नहीं कर रहे हैं! प्राणायाम तो नहीं कर रहे हैं! ये जो हमारी प्रक्रियाएं हैं- श्वास, प्रश्वास, अनुलोम-विलोम या फिर बहुत सारे आसन जो हमारे शरीर



को चाहिए वो हम करते हैं, लेकिन सभी बातें नहीं कर सकते, सभी आसन नहीं कर सकते, नॉर्मल, साधारण तरीके से कोई पदम्मासन में बैठ सकता है, कमलासन में बैठ सकता है, लेकिन वो चिंतन कर सकता है इस तरह से अपने

हाथों और पैरों को नहीं मोड़ सकता। तो कुछ तो अलग हमको करना पड़ेगा, जैसे कोई कार्य करने के लिए कहा जाता है कि जो हमारे साधन हैं, अगर मुझे परमात्मा से बातचीत करनी है या मेडिटेशन करना है, अगर मेरा शरीर स्वस्थ

रहेगा तो मैं वो कार्य थोड़ा अच्छा कर लूंगा, अच्छे तरीके से कर लूंगा। लेकिन अगर वहीं मेरे शरीर में दर्द है, तकलीफ है, तो वो कार्य मैं उस हिसाब से नहीं कर सकता। इसीलिए योगासन, जो शारीरिक प्रक्रिया है, वो एक साधन का कार्य करती है। उसके आधार से हम स्वस्थ होकर अपने मन को परमात्मा से आराम से जोड़ सकते हैं और उससे शक्ति ले सकते हैं।

सकारात्मक दृष्टिकोण बनता कैसे है? : जब हम अधिक से अधिक आत्मा का चिंतन करते हैं, स्वयं का चिंतन करते हैं। स्वयं की शक्तियों का चिंतन करते हैं, स्वयं के साथ जुड़ी हुई चीजों को अलग करने का चिंतन करते हैं, अपने को इस दुनिया में मेहमान समझने का चिंतन करते हैं तो हमारा जो नज़रिया है इस संसार में रहने का, वो बदल जाता है। ऐसे ही जब हम परमात्मा का चिंतन करते हैं तो हमको शक्तियां मिलती हैं, हमारी श्रेष्ठता बढ़ती है, हमारे अन्दर बल आता है, हमारे अन्दर शक्ति आती है। तो जब ये सारी चीजें

बढ़नी शुरू होती हैं तो एकाएक हम सभी को लगेगा कि इस दुनिया में रहना तो ठीक लग रहा है, लेकिन यहाँ रहते हुए इन सारी बातों में प्रभावित न होना, डिस्टर्ब न होना, परेशान न होना, ये सारी चीजें योग से हमको मिलनी शुरू हो जाती हैं। और यही सकारात्मक दृष्टिकोण हमें उस मजिल तक ले जाता है, जैसा हम चाहते हैं। इसीलिए परमात्मा हमेशा हमको जीवन में उन सारी बातों को देते हैं, सिखाते हैं कि आप सभी सिर्फ और सिर्फ परमात्मा को याद करो, स्नेहयुक्त याद करो, प्यार से याद करो, लेकिन उसके लिए पहले समझ तो ज़रूरी है ना! इसलिए योग एक ऐसा माध्यम है, जुड़ाव परमात्मा से एक माध्यम है जो हमारे जीवन को श्रेष्ठ और सकारात्मक बनाता है।

तो चलो योग के साथ योगा को भी शामिल कर लेंगे और जीवन को श्रेष्ठ बना ही लेंगे। आइए चलते हैं, समझते हैं और बन जाते हैं।

150 साल जीने की इच्छा रखते थे किंग ऑफ पॉप माइकल जैक्सन, जानिए कैसे हुई थी मौत

आज ही के दिन यानी की 25 जून को किंग ऑफ पॉप बने माइकल जैक्सन का निधन हो गया था। भले ही अब वह इस दुनिया में नहीं हैं, लेकिन उनके चाहने वाले अब भी दुनिया के हर कोने में मिलेंगे। अमेरिकन सिंगर, डॉसर और सॉन्ग राइटर माइकल जैक्सन एक सुपरस्टार थे। जिन्होंने सिंगिंग के अलावा डांस से भी दुनिया को अपना दीवाना बनाया हुआ था। लेकिन महज 50 साल की उम्र में दिल का दौरा पड़ने से माइकल जैक्सन का निधन हो गया था। तो आइए जानते हैं उनकी डेथ एनिवर्सरी के मौके पर माइकल जैक्सन के जीवन से जुड़ी कुछ रोचक बातों के बारे में...

जन्म और परिवार
अमेरिका के इंडियाना प्रांत के गैरी शहर में 29 अगस्त 1958 को माइकल जैक्सन का जन्म हुआ था। वह बचपन से ही म्यूजिक में रुचि रखते थे। माइकल जैक्सन अपने भाई के पॉप बैंड ‘जैक्सन फाइव’ का हिस्सा बने थे। जैसे-जैसे बैंड की पॉपुलैरिटी बढ़ती गई, लोग माइकल को अधिक प्यार करने लगे। साल 1982 में माइकल जैक्सन का पहला एल्बम रिलीज हुई थी, इसका नाम ‘थ्रिलर’ था। बता दें कि इस एल्बम ने रिकॉर्ड तोड़ कमाई की थी। जिसके बाद माइकल जैक्सन ने अपने जीवन में कभी पीछे मुड़कर नहीं देखा।

डांस मूव्स की दुनिया दीवानी
माइकल के डांस मूव्स की



दुनिया दीवानी थी। म्यूजिक वीडियो ‘स्मूथ क्रिमिनल’ में ‘किंग ऑफ पॉप’ ने अपने डांस मूव्स से हर किसी को चौंका दिया था। इसमें उन्होंने 45 डिग्री टिल्ट डांस मूव किया था। इसको लेकर साइटिस्ट के बीच चर्चा छिड़ गई थी कि आखिर वह ऐसा कैसे कर पाते थे। तब न्यूरो सर्जन की टीम ने शोध कर पता लगाया कि इस डांस मूव का राज माइकल के जूतों में छिपा था। यह जूते माइकल जैक्सन को बेहतरीन डांस मूव्स करने में काफी सपोर्ट करते थे।

150 साल तक जीना चाहते थे माइकल
माइकल जैक्सन अपनी ज़िंदगी और बाँटी दोनों से बहुत प्यार करते थे। वह अक्सर खुद को लेकर तरह-तरह के एक्सपेरिमेंट करते थे। वह 150 साल जीने की इच्छा रखते थे। इसलिए माइकल जैक्सन ऑक्सीजन चैंबर में सोया करते थे। क्योंकि इससे न सिर्फ बाँटी

अच्छी रहती है, बल्कि उम्र भी बढ़ती है। उन्होंने अपनी स्किन और लुक्स में बदलाव के लिए कई बार प्लास्टिक सर्जरी भी कराई थी। जिसके लिए वह खासे चर्चा में रहा करते थे।

मृत्यु
अपनी लंबी उम्र के लिए माइकल जैक्सन अपने साथ 12 डॉक्टरों की एक टीम रखते थे। यह टीम हमेशा उनके साथ रहती थी। वहीं योग करने के लिए माइकल ने 15 ट्रेनर की एक अलग से टीम रखी थी। वह किसी से भी मिलने से पहले मास्क और दस्ताना पहनना नहीं भूलते थे। लेकिन 25 जून 2009 को हार्ट अटैक के कारण माइकल जैक्सन का निधन हो गया था। बताया जाता है कि उनकी मौत इन्फ़ो ओवरडोज के कारण हुई थी। तो कुछ रिपोर्टें में माइकल जैक्सन की मौत का कारण सर्जरी को भी बताया गया था।

आंतरराष्ट्रीय योग दिवस - बी. के. दिलीप भाई, शांतिवन

आंतरराष्ट्रीय योग दिवस प्रतिवर्ष 21 जून को मनाया जाता है। यह दिन उत्तरी गोलार्ध में वर्ष का सबसे लम्बा दिन होता है और योग भी मनुष्य की दीर्घायु बनाता है। 11 दिसम्बर 2014 को संयुक्त राष्ट्र के 177 सदस्यों द्वारा 21 जून को ‘आंतरराष्ट्रीय योग दिवस’ को मनाने के प्रस्ताव को मंजूरी मिली। भारत के इस प्रस्ताव को 90 दिन के अन्दर पूर्ण बहुमत से पारित किया गया, जो किसी प्रस्तावित दिवस को संयुक्त राष्ट्र संघ में पारित करने के लिए सबसे कम समय है।

उत्पत्ति
21 जून 2015 को नई दिल्ली में योग दिवस समारोह में प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी संयुक्त राष्ट्र द्वारा ‘आंतरराष्ट्रीय योग दिवस’ से पहले भी औपचारिक व अनौपचारिक योग शिक्षकों और उत्साही लोगों के समूह ने 21 जून के अलावा भी अन्य तारीखों पर विश्व योग दिवस को विभिन्न कारणों के समर्थन में मनाया था। दिसंबर 2011 में, आंतरराष्ट्रीय मानवतावादी, ध्यान और योग गुरु श्री श्री रविशंकर और अन्य योग गुरुओं ने पुर्नगाली योग परिषद के प्रतिनिधि मण्डल का समर्थन किया और 21 जून का दिन दुनिया के लिए एक योग दिवस के रूप में घोषित करने के लिए संयुक्त राष्ट्र को सुझाव दिया था। 27 सितम्बर 2014 को भारत के प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी ने संयुक्त राष्ट्र महासभा में अपने



भाषण में विश्व समुदाय से एक आंतरराष्ट्रीय योग दिवस को अपनाने अपील की थी।

संयुक्त राष्ट्र की घोषणा
11 दिसम्बर 2014 को संयुक्त राष्ट्र में भारत के स्थायी प्रतिनिधि द्वारा आंतरराष्ट्रीय योग दिवस संकल्प का मसौदा प्रस्तुत किया गया। मसौदे को व्यापक समर्थन मिला जिसके अंतर्गत 177 देश इस मसौदे के प्रस्तावक बने जो संयुक्त राष्ट्र महासभा के इतिहास में अभी तक हुए किसी भी संकल्प में सर्वाधिक प्रस्तावकों की संख्या है।

27 सितम्बर 2014 को भारत के प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी ने संयुक्त राष्ट्र महासभा में अपने भाषण में विश्व समुदाय से एक अंतराष्ट्रीय योग दिवस को अपनाने अपील की थी जिसमें उन्होंने कहा था कि: ‘योग भारत की प्राचीन परम्परा का एक अमूल्य उपहार है यह दिमाग और शरीर की एकता का प्रतीक है; मनुष्य और प्रकृति के बीच सामंजस्य है; विचार, संयम और

पूर्ति प्रदान करने वाला तथा स्वास्थ्य और भलाई के लिए एक समग्र दृष्टिकोण को भी प्रदान करने वाला है। यह केवल व्यायाम के बारे में नहीं है, लेकिन अपने भीतर एकता की भावना, दुनिया और प्रकृति की खोज के विषय में है। हमारी बदलती जीवन-शैली में यह चेतना बनकर, हमें जलवायु परिवर्तन से निपटने में मदद कर सकता है। तो आयेँ एक अंतराष्ट्रीय योग दिवस को अपनाने की दिशा में काम करते हैं।’

नरेन्द्र मोदी , संयुक्त राष्ट्र महासभा
11 दिसम्बर 2014 को अमेरिका में स्थित संयुक्त राष्ट्र महासभा में अंतराष्ट्रीय योग दिवस के प्रस्ताव को मंजूरी मिलने के बाद सर्वप्रथम इसे 21 जून 2015 को पूरे विश्व में ‘आंतरराष्ट्रीय योग दिवस’ (इंटरनेशनल डे ऑफ योगा) के नाम से मनाया गया।

क्या असीम मुनीर ने ही अमेरिका को दी थी ईरान के परमाणु ठिकानों की जानकारी?

यह पहली बार नहीं है कि जब पाकिस्तान ने अपने किसी सहयोगी की पीठ में ही छुरा घोंपा हो। 2022 में काबुल में जब 9/11 हमले का षडयंत्रकारी अयमान अल जवाहिरी मारा गया था तब भी यह बात सामने आई थी कि पाकिस्तान ने ही उसकी गुप्त लोकेशन के बारे में अमेरिका को बताया था।

पाकिस्तानी सेनाध्यक्ष फील्ड मार्शल असीम मुनीर की अमेरिका यात्रा से जुड़े तथ्य धीरे-धीरे सामने आ रहे हैं जोकि काफी चौंकाने वाले हैं। हम आपको बता दें कि अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप और मुनीर के लंच से जुड़ी जो खबर पहले सामने आई थी उसमें कहा गया था कि अमेरिका ने ईरान पर हमले की स्थिति में पाकिस्तानी एअरबेस का उपयोग करने के मुद्दे पर बात की थी लेकिन अब जो बात सामने आ रही है वह काफी आश्चर्यजनक है। हम आपको बता दें कि कहा जा रहा है कि लंच कराने से पहले अमेरिका की ओर से ईरान के परमाणु संयंत्रों का नक्शा मुनीर को दिखाया गया और उनसे इस बात की पुष्टि करावाई गयी कि ईरान कहाँ पर परमाणु बम बना रहा है। इस मुलाकात के ठीक बाद ही अमेरिकी बमवर्षक विमानों

ने बंकर बलास्टर बम ईरान के परमाणु संयंत्रों पर गिराकर उसे तहस-नहस कर दिया था। इसलिए सवाल उठ रहा है कि अगर पाकिस्तान ने ही अमेरिका को ईरान के परमाणु ठिकानों के बारे में जानकारी लीक की थी तो इस्लामाबाद ने डबल गेम क्यों खेला? एक ओर वह अमेरिका को ईरान की खुफिया जानकारी मुहैया करा रहा था तो दूसरी ओर अमेरिकी हमले की निंदा करते हुए ईरान के साथ खड़ा होने की नौटंकी भी कर रहा था। हम आपको बता दें कि यह पहली बार नहीं है कि जब पाकिस्तान ने अपने किसी सहयोगी की पीठ में ही छुरा घोंपा हो। 2022 में काबुल में जब 9/11 हमले का षडयंत्रकारी और अल कायदा का प्रमुख अयमान अल जवाहिरी मारा गया था तब भी यह बात सामने आई थी कि पाकिस्तान ने ही उसकी गुप्त लोकेशन के बारे

में अमेरिका को बताया था। अमेरिका जानता है कि ईरान ही नहीं बल्कि कई और देश जो अपना परमाणु कार्यक्रम चला रहे हैं उन्हें किसी ना किसी तरह पाकिस्तान का सहयोग मिलता है। अमेरिका जानता है कि ईरान के परमाणु कार्यक्रम में भी पाकिस्तान मदद कर रहा है इसलिए वही एक ऐसा देश था जोकि ईरानी परमाणु ठिकानों के बारे में सही जानकारी दे सकता था। इसके लिए ट्रंप ने मुनीर के आगे एक कॉन वेज थाली क्या रखी वो सब कुछ उगलते चले गये। हम आपको बता दें कि पाकिस्तान ने ही परमाणु तकनीक ईरान, लीबिया और उत्तर कोरिया तक पहुँचाई है। जिस तरह पाकिस्तान अपने परमाणु संपन्न देश होने का फायदा उठाते हुए ‘परमाणु ब्लैकमेलिंग’ करता है और वित्तीय सहायता और राजनीतिक रियायतें लेता रहता है वैसे ही ईरान भी ना



करने लगे इसके लिए अमेरिका और इजराइल उसे रोकना चाहते हैं। हम आपको यह भी बता दें कि ईरान और पाकिस्तान में एक बड़ी समानता भी है। पाकिस्तान और ईरान ने चरमपंथ और आतंकवाद को विदेश नीति का उपकरण बना लिया है। ईरान ने हूती विद्रोहियों, हिजबुल्ला, बशर अल-असद की सेना और इराकी मिलिशियाओं के माध्यम से पूरे क्षेत्र में अपने प्रभाव को बढ़ाया है तो वहीं पाकिस्तान ने लश्कर-ए-तैयबा और जैश-ए-मोहम्मद जैसे संगठनों को कश्मीर में आतंकवाद फैलाने के लिए समर्थन दिया। इसके अलावा, पाकिस्तान ने अफगानिस्तान में वर्षों तक गृहयुद्ध को भड़काने वाले गुटों को पाल-पोस कर तैयार किया। देखा जाये तो यह सभी गतिविधियाँ अलग-अलग नहीं हैं बल्कि यह राज्य-

प्रायोजित चरमपंथ और आतंकवाद की सुनियोजित रणनीति है। साथ ही इन देशों ने स्थानीय समुदायों जैसे- बलूच, पश्तून, कुर्द, अहवाज़ी अब्ब और अज़ेरी तुर्कों पर जमकर अत्याचार भी किए हैं। हम आपको यह भी बता दें कि जैसे ही 13 जून से इज़राइल ने ईरान पर सैन्य हमले शुरू किए वैसे ही पाकिस्तान की रणनीतिक बेचैनी और कूटनीतिक संतुलन की परीक्षा शुरू हो गई थी क्योंकि इस्लामाबाद वर्षों से ईरान के परमाणु कार्यक्रम और मिसाइल क्षमता को आगे बढ़ाने में मदद करता आया है और संयुक्त राष्ट्र चार्टर के तहत ईरान के ‘आत्मरक्षा के अधिकार’ का समर्थन भी करता रहा है। हालाँकि, जब अमेरिका स्वयं इज़राइली कार्रवायों में भागीदार बन गया और खाड़ी क्षेत्र अस्थिर हो गया तो पाकिस्तान गंभीर कूटनीतिक दबाव में आ गया।

पाकिस्तान के लिए दिक्कत की बात यह है कि उसके दो बड़े आर्थिक साझेदार— सऊदी अरब और संयुक्त अरब अमीरात, ईरान के कट्टर विरोधी हैं। वहीं अमेरिका के साथ पाकिस्तान अपने संबंध सुधारने की कोशिश कर रहा है। इस परिस्थिति में पाकिस्तान के लिए ईरान को समर्थन देने से इन तीन शक्तिशाली साझेदारों के नाराज़ होने का खतरा है। हालाँकि अब युद्धविराम हो चुका है इसलिए जरूर पाकिस्तान ने कुछ राहत महसूस की होगी। हम आपको यह भी बता दें कि पाकिस्तान के शीर्ष सुरक्षा निकाय राष्ट्रीय सुरक्षा समिति (एनएससी) ने ईरान में अमेरिकी हवाई हमले के बाद क्षेत्रीय स्थिति पर चर्चा करने के लिए बैठक की और इस्लामी राष्ट्र के आत्मरक्षा के अधिकार का समर्थन किया है। प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ की अध्यक्षता में हुई बैठक में सेना प्रमुख फील्ड मार्शल आसिम मुनीर सहित शीर्ष असेन्य और सैन्य नेतृत्व ने शिरकत की। पाकिस्तान ने सभी संबंधित पक्षों से संयुक्त राष्ट्र चार्टर के अनुरूप बातचीत और कूटनीति के माध्यम से संघर्ष को हल करने का आह्वान किया, तथा अंतरराष्ट्रीय मानवाधिकारों और मानवीय कानूनों का पालन करने की जरूरत पर जोर दिया।

दिल्ली विधानसभा में शहरी शासन पर संवाद में शामिल हुआ युवा प्रतिनिधिमंडल

माननीय विधान सभा अध्यक्ष श्री विजेंद्र गुप्ता ने छात्रों से किया संवाद, दिल्ली विधान सभा की ऐतिहासिक विरासत और चल रहे सुधारों से कराया परिचय

» यूनिवर्सल मीडिया, राकेश कुमार, संवाददाता

दिल्ली विधानसभा में आज नेशनल गवर्नर्स टूर 2025 पर आए देशभर के प्रतिष्ठित संस्थानों — आईआईटी, आईआईएम, एनएल्यू और अन्य विश्वविद्यालयों के 28 राज्यों के 45 युवा छात्रों के प्रतिनिधिमंडल ने माननीय अध्यक्ष श्री विजेंद्र गुप्ता से भेंट की। ‘शहरी शासन में विधायी पारदर्शिता और जवाबदेही को सुदृढ़ करना’ विषय पर आयोजित संवाद में छात्रों ने दिल्ली में विधायी प्रक्रियाओं में जन-भागीदारी और संस्थागत निगरानी को लेकर विभिन्न पहलुओं पर चर्चा की।

माननीय अध्यक्ष श्री गुप्ता ने युवाओं को संबोधित करते हुए लोकतंत्र में विधायी संस्थाओं की केंद्रीय भूमिका को रेखांकित किया और उन्हें ईमानदारी तथा सेवा



भावना से जनजीवन में सक्रिय भागीदारी के लिए प्रेरित किया। उन्होंने छात्र प्रतिनिधियों के

योजनाबद्ध और लोकतांत्रिक शासन पर उनके दृष्टिकोण की सराहना की तथा 20 मिनट के संवाद में

छात्रों के जिज्ञासापूर्ण प्रश्नों का उत्तर दिया। श्री गुप्ता ने कहा, ‘यह

विधानसभा जनता की है। आपकी सक्रिय भागीदारी और जिज्ञासु दृष्टिकोण भारत के लोकतांत्रिक भविष्य की शक्ति का प्रतीक है।’ उन्होंने बताया कि दिल्ली विधानसभा में विभिन्न सुधारात्मक कार्य चल रहे हैं। हाल ही में विधानसभा ने भारत सरकार की ऑडिट पैरा मॉनिटरिंग सिस्टम (APMS) को अपनाया है, जिससे नियंत्रक एवं महालेखा परीक्षक (CAG) द्वारा उठाए गए आपत्तियों की रियल-टाइम ट्रैकिंग संभव हो सकेगी। यह पारदर्शिता और जवाबदेही की दिशा में एक बड़ा कदम है। माननीय अध्यक्ष ने यह भी जानकारी दी कि विधानसभा परिसर में 500 किलोवाट की सौर ऊर्जा परियोजना स्थापित की जा रही है, जिसका जुलाई में पूर्ण होने का अनुमान है। इससे प्रतिवर्ष लगभग 2 करोड़ की विद्युत व्यय में बचत होगी। उन्होंने कहा कि यह पहल

पर्यावरणीय स्थिरता और आर्थिक विवेकशीलता के प्रति विधानसभा की प्रतिबद्धता को दर्शाती है। छात्रों को भारत के विधायी इतिहास की महत्वपूर्ण घटनाओं से अवगत कराते हुए माननीय अध्यक्ष ने बताया कि 18 मार्च 1919 को दिल्ली में रोलेट एक्ट पारित हुआ था, जिसकी बहस के दौरान महात्मा गांधी दर्शक दीर्घा में उपस्थित थे और बाद में उन्होंने विधानसभा भवन के बाहर जनता को संबोधित किया था। उन्होंने इसे भारत की लोकतांत्रिक यात्रा में सिविल रेजिस्टेंस और जन-भागीदारी की परंपरा का प्रतीक बताया। अंत में श्री गुप्ता ने युवाओं का आह्वान किया कि वे भविष्य में लोकतांत्रिक मूल्यों, पारदर्शिता और जवाबदेही के प्रतिनिधि बनें और जन नेतृत्व तथा संस्थागत शासन के बीच सेतु की भूमिका निभाएं।

मधुबन बेहद घर से आदरणीय गीता दीदी का कृष्णा नगर सेवा केंद्र आगमन



» यूनिवर्सल मीडिया, ज्योति, संवाददाता

24 जून 2025 को मधुबन बेहद घर से आदरणीय गीता दीदी जी, जो सूख भाई जी के साथ रहती हैं, दिल्ली के कृष्णा नगर सेवा केंद्र पधारी। यह शुभ आगमन विशेष रूप से ‘मम्मा डे’ के पावन अवसर पर हुआ। दीदी ने प्रातःकाल बेहद भावभीनी रीति से मामा की दिव्य जीवन-यात्रा और गुणों को साझा किया। उन्होंने बताया कि मम्मा किस प्रकार ब्राह्मणों के लिए सच्चे अर्थों में ‘मां के समान’ रहे। दीदी ने मम्मा की सहजता, समर्पण, स्वच्छ अंतःकरण और ईश्वरीय नियमों के प्रति उनकी निष्ठा की कई ऐसी बारीक-बारीक बातें बताईं जो प्रायः सुनने को नहीं मिलतीं। यह सुनकर सभी भाई-बहनें आत्म-अवलोकन में निमग्न हो गए और स्वयं को अत्यंत सौभाग्यशाली अनुभव किया। दीदी के सान्निध्य से सेवा केंद्र का वातावरण अत्यंत रूहानी और शक्तिशाली हो गया। तत्पश्चात दीदी ने स्नेहपूर्वक मम्मा को भोग लगाया, जिसे बाद में सभी भाई-बहनों में श्रद्धा सहित वितरित किया गया। इस अवसर पर उपस्थित सभी आत्माओं ने अनुभव किया। मम्मा की शिक्षाओं को जीवन में धारणा कर हम सहजता से संपूर्णता की ओर बढ़ सकते हैं।

एक मई को बना था दूल्हा, 23 दिन बाद लगा ली फांसी

» यूनिवर्सल मीडिया, ज्योति, संवाददाता

उत्तर-पूर्वी दिल्ली के खजुरी खास इलाके में मंगलवार शाम फंदा लगाकर युवक ने आत्महत्या कर ली। युवक की शिनाख्त राजीव कुमार (22) के रूप में हुई है। पुलिस को मौके से कोई सुसाइड नोट बरामद नहीं हुआ है। परिजनों का कहना है कि एक मई को ही राजीव की शादी हुई थी। शादी के बाद से वह परेशान था। राजीव ने ऐसा कदम क्यों उठाया, फिलहाल इसका खुलासा नहीं हो पाया है। खजुरी खास थाना पुलिस परिजनों से पूछताछ कर मामले की छानबीन कर रही है।

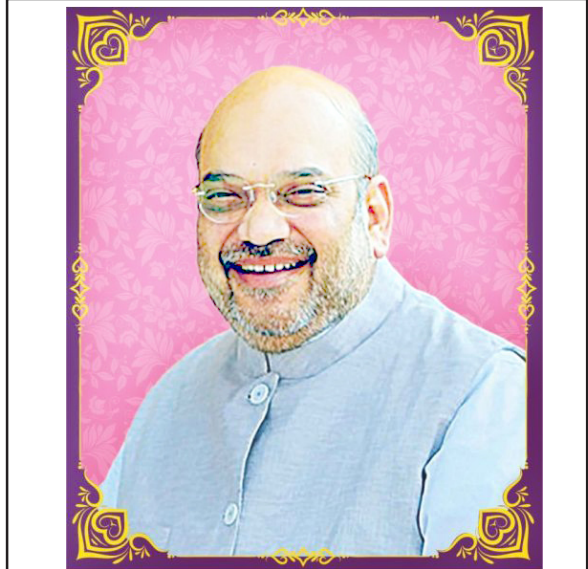
पुलिस के मुताबिक मूलरूप से यूपी के कासगंज निवासी राजीव परिवार के साथ जीरो पुरता, खजुरी खास में रहते थे। परिवार में पिता अमर सिंह, मां, तीन बहनें और तीन भाई हैं। राजीव अपने पिता के साथ सब्जी बेचने का काम करता थे। एक मई को राजीव की सत्यवती से शादी हुई थी।

परिजनों ने पुलिस को बताया कि मंगलवार को राजीव अपने कमरे में मौजूद थे। कुछ देर बाद परिजन उसके कमरे में गए तो वह फंदे से लटके हुए मिले। परिजनों ने फंदे से उतारा और नजदीकी अस्पताल ले गए, जहां डॉक्टरों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया। बाद में मामले की सूचना पुलिस को दी गई। पुलिस ने छानबीन के बाद राजीव का शव कब्जे में लिया। पुलिस राजीव की पत्नी व परिजनों से पूछताछ कर मामले की छानबीन कर रही है।



हमें अपनी दिनचर्या में योग को शामिल करना चाहिए। क्योंकि योग हम सभी के लिए एक जीवन पद्धति है। मानव के शरीर और चेतना को जोड़? के बाद ही मानव सम्पूर्ण माना जाता है। आज हम होलिस्टिक हेल्थ की बात करते हैं, तब मुझे याद आता है कि योग हमारी प्राचीन अमूल्य देन है। योग मन व शरीर, विचार व कर्म, समय व उपलब्धि की एकात्मकता तथा मानव व प्रकृति के बीच सामंजस्य का मूल रूप है। यह स्वास्थ्य एवं कल्याण का समग्र दृष्टिकोण है। इससे हमारी पूरी जीवनशैली एक नए रूप से उभर कर सबके सामने प्रत्यक्ष होती है और हम सारे संसार में उन्हीं तरंगों के साथ जीने लग जाते हैं, जो परमात्मा के साथ जुड़ी हुई है।

- माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी, भारत



अध्यात्म हमें अपने आपको जानने का, अपने अन्तर्मन को पहचानने का अवसर देता है। अध्यात्म का जुड़ाव समाज और विश्व को देखने का सकारात्मक दृष्टिकोण प्रदान करता है। आध्यात्मिकता न केवल व्यक्तिगत विकास का साधन है बल्कि समाज में सकारात्मकता लाने का मार्ग भी है। ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान राजयोग जीवनशैली के जरिए इन उमूलों को मानव मात्र में बीजारोपण कर उन्हें दिव्यता से सम्पन्न बना देवतुल्य बना रहा है।

-माननीय गृहमंत्री अमित शाह, भारत सरकार



ब्रह्माकुमारीज़ ने निःस्वार्थ भाव से पूरे मानवता का आध्यात्मिक विकास और आत्मिक बल बढ़ाने के लिए कार्य किया है। माउंट आबू की चोटी पर स्थित ब्रह्माकुमारीज़ संस्थान का मुख्यालय बहुत सुशुभ और अलौकिक है जिसकी अनुभूति मानव मात्र तक पहुंचती है। आध्यात्मिक बल हमें भीतर से सशक्त और मजबूत करता है। यहाँ आध्यात्मिक प्रकम्पन से चार्ज अद्भुत चुम्बकीय वातावरण है। राजयोग से आत्मा का रूपांतरण करने की ये प्रक्रिया वैज्ञानिक तकनीक से हो रही है, ये सराहनीय ही नहीं किन्तु वंदनीय भी है।

-माननीय रक्षामंत्री राजनाथ सिंह, भारत सरकार

अपहरण की सूचना पर दौड़ी पुलिस, स्वेच्छा से गई थी महिला

» यूनिवर्सल मीडिया, ज्योति, संवाददाता

पूर्वी दिल्ली।। नई दिल्ली। उत्तर-पूर्वी दिल्ली के मौजपुर में महिला के अपहरण की सूचना पर पुलिस दौड़ पड़ी। जांच पड़ताल करने पर पता चला कि पुरुष मित्र से बहस के बाद स्वेच्छा से वह दूसरे गाड़ी में चली गईं।

उत्तर-पूर्वी जिला पुलिस उपायुक्त अभिषेक मिश्रा ने मंगलवार तड़के करीब 2.50 बजे भजनपुरा पुलिस स्टेशन में अपहरण की सूचना मिली थी। फोन करने वाले ने पुलिस को बताया कि जब वह अपनी महिला मित्र को मौजपुर में विजय पार्क के पास छोड़ रहा था, तो कार सवार चार-पांच लोगों ने उसे रोका और महिला को जबरन अपने वाहन में खींच कर ले गए। कुछ ही घंटों में टीम महिला का पता लगाने में सफल रही। पृष्ठताछ करने पर महिला ने पुलिस को बताया उसका फोन करने वाले व्यक्ति से झगड़ा हो गया था। परेशानी में उसने दूसरे लोगों के साथ दूसरी गाड़ी में जाने का खुद ही फैसला किया। पुलिस ने कहा कि अभी तक अपहरण का कोई मामला दर्ज नहीं किया गया है और आगे की जांच जारी है।

ICU में एडमिट युवती से अन्य मरीज ने किया यौन शोषण आरोपी गिरफ्तार

» यूनिवर्सल मीडिया, एजेंसी

पूर्वी दिल्ली।। उत्तर-पूर्वी दिल्ली के जग प्रवेश चंद्र अस्पताल में 23 साल की लड़की से साथ यौन शोषण का मामला सामने आया है। पुलिस की जानकारी के मुताबिक, रविवार देर रात युवती टॉयलेट जाने के लिए मिनी आईसीयू से बाहर निकली, तो एक अन्य मरीज उसे ओपीडी ब्लॉक की तरफ ले गया और वारदात को अंजाम दिया।

अस्पताल में मच गया हड़कंप : जब सोमवार सुबह स्टाफ ने लड़की को अस्त-व्यस्त हालत में देखा, तो पूरे हॉस्पिटल में हड़कंप मच गया। वारदात के बाद से युवती का मानसिक संतुलन बिगड़ा हुआ लग रहा है। इस मामले की सूचना मिलते ही पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार कर लिया।

पुलिस का कहना है कि उन्हें पीड़िता शनिवार को सोनिया विहार इलाके में मिली थी। युवती की हालत ठीक नहीं थी, तो पुलिस ने उसको जेपीसी अस्पताल में भर्ती करा दिया। यहां के मिनी आईसीयू में युवती का इलाज किया जा रहा था।

पुलिस को कैसे मिली सूचना : न्यू उस्मानपुर थाने में सोमवार सुबह पुलिस को छेड़छाड़ की कॉल मिली। सूचना मिलते ही पुलिस हॉस्पिटल पहुंच गई, वहां पर लड़की अस्त-व्यस्त हालत में मिली। पुलिस की जांच के बाद सेक्सुअल असॉल्ट का पता चला। आरोपी की तलाश के लिए अस्पताल के सीसीटीवी फुटेज खंगाले गए और आरोपी की पहचान की गई।

पुलिस ने आरोपी के खिलाफ मुकदमा दर्ज करके उसे गिरफ्तार भी कर लिया है। आरोपी कच्ची खजूरी का रहने वाला है। पुलिस ने आरोपी से पूछताछ की, तो उसने बताया कि तबीयत खराब होने की वजह से अस्पताल में भर्ती था और देर रात लड़की को अकेला देखकर उसे बहला-फुसलाकर अपने साथ ले गया और वारदात को अंजाम दिया। फिलहाल, मामले की जांच जारी है।

दुर्घटना के बाद शव को फेंकने के आरोप में कैब चालक गिरफ्तार

» यूनिवर्सल मीडिया, एजेंसी

नई दिल्ली।। दिल्ली पुलिस ने एक कैब चालक को गिरफ्तार किया है, जिस पर कथित रूप से एक व्यक्ति को गाड़ी से कुचलने और फिर उसका शव पूर्वी दिल्ली के प्रीत विहार इलाके में फेंकने का आरोप है। एक अधिकारी ने बुधवार को यह जानकारी दी।

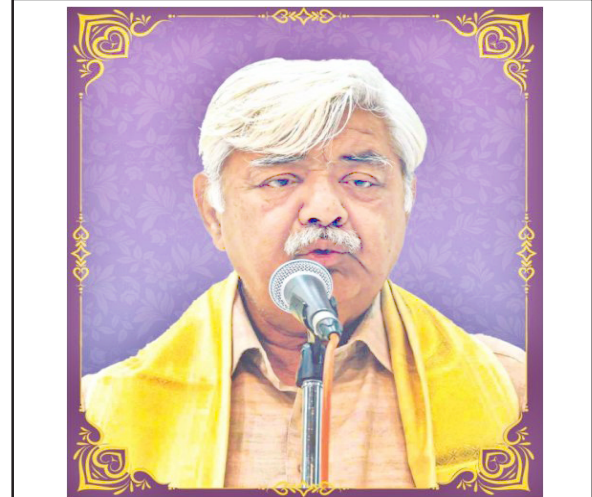
पुलिस अधिकारी ने बताया कि यह मामला 23 जून को सामने आया था, जब पुलिस को गुफा वाला मंदिर के पास एक व्यक्ति के अचेत पड़े होने की सूचना मिली थी। उन्होंने बताया कि जब पुलिस की टीम मौके पर पहुंची तो उन्होंने व्यक्ति को मृत पाया। उसके सिर, पैरों और हाथों पर गंभीर चोटें थीं और नाक व मुंह से खून निकल रहा था।

पूर्वी दिल्ली के पुलिस उपायुक्त (डीसीपी) अभिषेक धनिया ने बताया, “मृतक की पहचान रोहन कुमार (28) के रूप में हुई, जो ईडीएमसी (पूर्वी दिल्ली नगर निगम) में अनुबंध पर पर्यवेक्षक था और शालीमार गार्डन का निवासी था। वह उस सुबह काम पर निकला था।” पुलिस ने मामला दर्ज कर कई टीमों का गठन किया।

पुलिस उपायुक्त ने बताया, “150 से अधिक सीसीटीवी कैमरों की जांच की गई और गाज़ियाबाद बॉर्डर के पास एक संदिग्ध गाड़ी दिखी, जिसकी नंबर प्लेट का कुछ हिस्सा ही दिख रहा था।”

उन्होंने बताया कि एआई और तकनीकी निगरानी की मदद से पता चला कि वाहन गुरुग्राम की एक लॉजिस्टिक्स कंपनी का है। आरोपी कपिल कुमार (31) ने शाहदरा मेट्रो स्टेशन के पास अपनी कैब खड़ी कर दी थी और गिरफ्तारी से बचने के लिए अपना फोन बंद कर दिया था। उसे बाद में गौतम पुरी इलाके से गिरफ्तार किया गया।

अधिकारी ने बताया कि पृष्ठताछ में कपिल कुमार ने कबूल किया कि उसने अनजाने में एसयूवी कैब से पीड़ित को टक्कर मार दी थी।



मेरा सौभाग्य है कि परमात्मा मुझे यहाँ ले आया। हम सबके लिए एक धन्यता का अनुभव करता हूँ कि हम सब सतयुग लाने के लिए पुरुषार्थी हो रहे हैं। भगवान निमित्त बनाए इससे बड़ा सौभाग्य क्या हो सकता है! मुझे यहाँ अद्भुत ऊर्जा का अनुभव हुआ, मन में शुभ-भाव का उदय होने लगा। हम गहनता से आपस में विचार-विमर्श करेंगे और एक-दूसरे के कार्य को अच्छे से समझेंगे। भगवान ने जो कार्य तय किए हैं उन पर चलकर उन्हें पूर्ण करेंगे। यहाँ के हर सदस्यों के मनोभाव में एकमुखी संकल्प है जो केवल परमात्मा की उपस्थिति से ही सम्भव होता है।

—आलोक कुमार, अध्यक्ष, विश्वहिन्दू परिषद



मुरादनगर में थाने के सामने हुई हत्या का फरार इनामी मुठभेड़ में अरेस्ट

मुरादनगर पुलिस स्टेशन के सामने हुई हत्या के फरार आरोपी का एनकाउंटर हुआ है। पुलिस ने मुठभेड़ में पुलिस ने पैर में गोली मारकर आरोपी को गिरफ्तार किया। उसके पास से हथियार भी बरामद किया गया।

» यूनिवर्सल मीडिया, एजेंसी

गाजियाबाद: उत्तर प्रदेश के गाजियाबाद के मुरादनगर में थाने के सामने हुई हत्या के मामले में आरोपी का एनकाउंटर हुआ है। सड़क से कार को पहले हटाने के विवाद में पूर्व विधायक के भतीजे रवि शर्मा की मुरादनगर थाने के बाहर गोली मारकर हत्या कर दी दी गई था। हत्याकांड में वांछित इनामी बदमाश अजय को पुलिस ने मुठभेड़ में गोली मारकर घायल करने के बाद गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से हथियार भी बरामद किए हैं।

गाजियाबाद पुलिस की पूछताछ में आरोपी ने स्वीकार किया क्षेत्र में अपना रुतबा कायम करने के लिए मोंटी के कहने पर

गोली चलाई थी। इधर, रवि के पिता दोनों आरोपियों की गिरफ्तारी के बाद भी पुलिस कार्रवाई से संतुष्ट नहीं हैं। उनका कहना है कि जिस प्रकार से उनके बेटे की थाने के सामने ही गोली मारकर जान ली गई। ऐसा ही आरोपियों के साथ भी होना चाहिए था। वह इस मामले में पुलिस की भूमिका की जांच के लिए मुख्यमंत्री से भी मिलेंगे।

डीसीपी ने दी जानकारी : डीसीपी ग्रामीण जोन सुरेंद्रनाथ तिवारी ने बताया कि 18 जून की रात को मिल्क रावली गांव निवासी रवि शर्मा की मेरठ मार्ग थाने के बाहर गोली मारकर हत्या कर दी थी। इसमें गांव के ही मोंटी चौधरी व अजय उर्फ मोनी उर्फ छोटू के खिलाफ हत्या की धाराओं में केस



दर्ज हुआ था। स्वांट टीम ग्रामीण जोन व मुरादनगर पुलिस ने संयुक्त कार्रवाई में रवि शर्मा की हत्या में मुख्य आरोपी मोंटी को दो दिन पूर्व मुठभेड़ के दौरान गिरफ्तार कर लिया था।

डीसीपी ग्रामीण ने बताया कि उसका साथी 25 हजार का इनामी अजय वांछित चल रहा था। उन्होंने बताया कि स्वांट टीम ग्रामीण जोन व मुरादनगर पुलिस सोमवार तड़के सलेमाबाद झाल पर चेकिंग कर रही थी। इस दौरान रावली रोड की तरफ से बाइक सवार एक युवक संदिग्ध अवस्था में आता

दिखा। पुलिस ने उसे चेकिंग के लिए रोका तो आरोपी ने बाइक हिंडार मिल्क रावली की ओर मोड़ ली।

डीसीपी ने बताया कि उसकी बाइक मोड़ते ही फिसल गई। बाइक सवार युवक ने खुद को पुलिस से घिरा देख गोली चलानी शुरू कर दी। इस पर पुलिस ने जवाबी कार्रवाई करते हुए आरोपी के पैर में गोली मार दी और उसे गिरफ्तार कर लिया। पुलिस द्वारा पूछताछ कर रही थी। इस दौरान रावली रोड की तरफ से बाइक सवार एक युवक संदिग्ध अवस्था में आता

हत्या के मामले में वांछित चल रहा था।

परिजनों ने मांगी स्थाई सुरक्षा : रवि शर्मा की हत्या के बाद अखिल भारतीय ब्राह्मण महासभा एवं परशुराम सेवादल के पदाधिकारियों ने सोमवार को पुलिस कमिश्नर को ज्ञापन देकर उनके परिवार वालों की सुरक्षा व परिवार में शस्त्र लाइसेंस देने की मांग की है। अखिल भारतीय परशुराम सेवा दल के राष्ट्रीय अध्यक्ष पंडित विनोद कुमार मिश्रा ने बताया कि परिवार वालों को अब भी जान का खतरा बना हुआ है। ऐसे में उन्हें सुरक्षा प्रदान की जाए।

अतिरिक्त पुलिस आयुक्त ने ज्ञापन लेते हुए आश्वासन दिया कि शस्त्र लाइसेंस के लिए जिलाधिकारी कार्यालय में आवेदन करें। उनका शस्त्र लाइसेंस शीघ्र ही बन जाएगा। फिलहाल उनके परिवार को सुरक्षा दी गई है एवं गांव में पुलिस बल भी तैनात है।

शहीद नगर में कूड़े का अंबार और नालियां ओवरफ्लो : लोगों ने नगर निगम पर लगाया लापरवाही का आरोप

» यूनिवर्सल मीडिया, एजेंसी

गाजियाबाद के शहीद नगर में स्वच्छता व्यवस्था पूरी तरह चरमरा गई है। गली-मोहल्लों में जगह-जगह कूड़े के ढेर दिखाई दे रहे हैं। नालियां ओवरफ्लो होने से गलियों में बदबू फैल रही है। स्थिति इतनी खराब है कि लोग अपने घरों के दरवाजे खोलने से भी कतरा रहे हैं।

स्थानीय निवासियों का कहना है कि उन्होंने कई बार गाजियाबाद नगर निगम को शिकायत की। लेकिन न तो कूड़ा उठाया गया और न ही कोई अधिकारी मौके का निरीक्षण करने आया। निगम की इस लापरवाही से हालात लगातार बिगड़ते जा रहे हैं।

इस समस्या से सबसे ज्यादा बुजुर्ग और बच्चे प्रभावित हो रहे हैं। एक स्थानीय युवक ने बताया कि बच्चों को स्कूल जाने में परेशानी होती है। उन्हें बदबू से बचने के लिए नाक पर हाथ रखकर चलना पड़ता है।



गंदगी के कारण मच्छरों की संख्या बढ़ गई है। इससे मलेरिया जैसी बीमारियों का खतरा मंडरा रहा है। बारिश के मौसम में यह

स्थिति और भी गंभीर हो सकती है। स्थानीय नागरिकों को उम्मीद है कि नगर निगम जल्द ही इस समस्या का समाधान करेगा।

गाजियाबाद में प्लास्टिक मुक्त अभियान:नगर निगम की अनूठी पहल, प्लास्टिक के बदले कपड़े के थैले मिलेंगे



» यूनिवर्सल मीडिया, एजेंसी

गाजियाबाद नगर निगम ने शहर को प्लास्टिक मुक्त बनाने के लिए विशेष अभियान शुरू किया है। नगर आयुक्त विक्रमादित्य सिंह मलिक के नेतृत्व में यह अभियान स्वच्छ भारत मिशन के तहत चलाया जा रहा है।

निगम की टीमें इंदिरापुरम समेत पांचों जोन में काम कर रही हैं। टीमें घर-घर जाकर लोगों को जागरूक कर रही हैं। नुकड़ नाटक और पर्चों के जरिए दुकानदारों और रेहड़ी-पटरी वालों को भी इस मुहिम से जोड़ा जा रहा है।

नगर आयुक्त का कहना है कि नागरिकों की भागीदारी के बिना प्लास्टिक मुक्त शहर का सपना पूरा नहीं हो सकता। उन्होंने लोगों से प्रतिबंधित प्लास्टिक और पॉलिथीन का पूरी तरह बहिष्कार करने की अपील की है।

प्लास्टिक का इस्तेमाल करने वालों पर सख्त कार्रवाई की जा रही है। नियम तोड़ने वालों के चालान काटे जा रहे हैं। इस अभियान में सामाजिक संगठन, व्यापारी संगठन और क्षेत्रीय पार्षद भी सक्रिय सहयोग कर रहे हैं। निगम का लक्ष्य गाजियाबाद को स्वच्छ और प्लास्टिक मुक्त शहर बनाना है।

दिल्ली-देहरादून एक्सप्रेसवे पर गाजियाबाद में भीषण हादसा

• यूनिवर्सल मीडिया, संवाददाता

गाजियाबाद: लोनी क्षेत्र में दिल्ली-देहरादून एक्सप्रेस-वे पर मंगलवार रात एक गंभीर हादसा हुआ। टोल टैक्स के पास एक तेज रफ्तार कार ने ऑटो को जोरदार टक्कर मार दी, जिससे ऑटो पलट गया और उसमें सवार एक महिला और एक बच्ची समेत कई लोग गंभीर रूप से घायल हो गए।

प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, टक्कर की आवाज इतनी तेज थी

कि वह कई मीटर दूर तक सुनाई दी। जैसे ही दुर्घटना हुई, ऑटो सड़क किनारे पलट गया और उसमें सवार लोग मदद के लिए चिल्लाने लगे। राहगीरों और स्थानीय निवासियों ने तुरंत पुलिस व आपातकालीन सेवाओं (एम्बुलेंस) को सूचित किया।

पुलिस और एम्बुलेंस मौके पर पहुंची और गंभीर रूप से घायल लोगों को नजदीकी अस्पताल में भर्ती कराया गया। डॉक्टरों ने उनकी

हालत गंभीर लेकिन स्थिर बताई है। पुलिस ने कार के चालक को हिरासत में ले लिया है और दोनों वाहनों को जप्त कर लिया गया है।

पुलिस की प्रारंभिक जांच में बताया जा रहा है कि हादसे के पीछे कार चालक की लापरवाही और अत्यधिक गति मुख्य कारण रहे। टोल प्लाजा पर लगे सीसीटीवी कैमरों की फुटेज की समीक्षा की जा रही है ताकि घटना के सही

कारण का पता लगाया जा सके।

स्थानीय निवासियों का कहना है कि दिल्ली-देहरादून एक्सप्रेस-वे पर, विशेष रूप से टोल टैक्स के आसपास, स्पीड ब्रेकर, चेतावनी संकेतक, और सुरक्षा गश्त की कमी है। उन्होंने प्रशासन से अपील की है कि इस क्षेत्र में सड़क सुरक्षा को प्राथमिकता देकर भविष्य में ऐसे हादसों से बचा जाए।



इस दौरान गढ़वाल विश्वविद्यालय के छात्र-छात्राओं ने उत्तराखंड की संस्कृति की झलक अपने नृत्य नाटिका के द्वारा प्रस्तुत की।

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि माननीय विधायक रूद्रप्रयाग श्री भरत सिंह चौधरी जी ने कहा कि

राजयोग ही वह मार्ग है जिससे हम सुख-दुख लाभ हानि में एक सम्मान रहना सीखता हैं।

ब्रह्माकुमारी प्रेम दीदी जी नेशनल कोऑर्डिनेटर कला एवं संस्कृति प्रभाग एवं सज्जोन इंचार्ज करनाल ने बताया कि यह अभियान वर्तमान में 14 राज्यों में चल रहा

है जिसका 2026 में राष्ट्रपति भवन में भव्य समापन समारोह रखा जाएगा।

कार्यक्रम में चंडीगढ़ से पहुंचे ब्रह्माकुमार राधेश्याम गर्ग जी मैनेजिंग डायरेक्टर सोनालिका प्रिंट्स मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी जी का शुभकामना संदेश पढ़कर सुनाया

» यूनिवर्सल मीडिया,

राकेश कुमार, संवाददाता

गाजियाबाद।। एक गर्ल्स स्कूल के गार्ड को एक छात्रा से रेप के प्रयास मामले में चार साल की जेल की सजा सुनाई गई और 20,000 रुपये का जुर्माना लगाया गया। हालांकि, अदालत ने बलत्कार के प्रयास के आरोप को हटा दिया। अतिरिक्त सत्र सह विशेष पोक्सो न्यायाधीश नीरज गौतम ने कहा कि सजा की अवधि जेल में पहले से बिताए गए समय के साथ समायोजित की जाएगी। दोषी ने 2021 में आत्मसमर्पण कर दिया था और तब से वह सलाखों के पीछे है।

मार्च 2021 में कक्षा 6 की एक छात्रा ने अपने परिवार के सदस्यों और प्रिंसिपल को बताया कि एक सुरक्षा गार्ड उसके पीछे-



पीछे कक्षा में आया था। उसने उसे जबरन चूमा और फिर नाबालिग को बाथरूम में खींच लिया। उसने लड़की के कपड़े उतार दिए और जबरदस्ती करने की कोशिश की और विरोध करने पर उसे गंभीर परिणाम भुगतने की धमकी भी दी। बाद में नाबालिग के चाचा ने मामले में एफआईआर दर्ज कराई।

गार्ड ने प्रिंसिपल पर फंसाने

का लगाया था आरोप : नाबालिग और उसके चाचा से बयान दर्ज करने के बाद पुलिस ने आईपीसी और पोक्सो एक्ट की विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज किया, लेकिन आरोपी को गिरफ्तार नहीं किया जा सका। घटना के दस दिन बाद 15 मार्च को आखिरकार गार्ड ने सरेंडर कर दिया। मुकदमे के दौरान बचाव पक्ष के वकील ने

सभी आरोपों से इनकार किया और दावा किया कि प्रिंसिपल ने उसे फंसाया है, क्योंकि उसने घरेलू सहायक के तौर पर उसके घर पर काम करने से इनकार कर दिया था।

अभियोजन पक्ष ने नाबालिग, उसके चाचा, वर्तमान और पूर्व स्कूल प्रिंसिपल और मामले के जांचकर्ता सहित पांच गवाह पेश किए। इस बीच बचाव पक्ष ने आरोपी के पिता को गवाह के तौर पर पेश किया, जो पहले भी स्कूल में काम कर चुका है।

दोनों पक्षों को सुनने के बाद अदालत ने निष्कर्ष निकाला कि अभियोजन पक्ष यह महत्वपूर्ण तथ्य स्थापित करने में सफल रहा कि पीड़िता नाबालिग थी और गेटकीपर ने उसे बुरे इरादों से निशाना बनाया था।

श्रीनगर- गढ़वाल : वैश्वीक संस्कृति- प्रेम : शांति-सद्भावना अभियान का हुआ शुभारंभ

» यूनिवर्सल मीडिया, एजेंसी

श्रीनगर- गढ़वाल उत्तराखंड: दो दिवसीय ट्रेनिंग और भव्य उद्घाटन समारोह का हुआ आयोजन श्रीनगर उत्तराखंड। कला एवं संस्कृति प्रभाग द्वारा दादी मनोहर इंद्रा राजयोग भवन श्रीनगर उत्तराखंड में दो दिवसीय प्रशिक्षण शिविर और भव्य उद्घाटन समारोह का हुआ सफल आयोजन। साथ ही नशा मुक्त उत्तराखंड अभियान का नवनिर्मित प्रचार बहन को हरी झंडी दी गयी। देश के विभिन्न हिस्सों से आये सुप्रसिद्ध गायकों एवं कलाकारों ने अपनी शानदार प्रस्तुतियां से बिखेरा आध्यात्म का जादू।

इस कार्यक्रम में अहमदाबाद से पहुंचे मुख्य वक्ता चैयरपर्सन कला एवं संस्कृति प्रभाग आदरणीय राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी चंद्रिका दीदी जी ने कहा कि भारतीय प्राचीन संस्कृति और सभ्यता प्रति दिव्य जागृति फैलाने के लिए एवं के विभिन्न स्कूलों, कॉलेजों एवं संस्थाओं के साथ ही कम्युनिटी में जाकर अभियान चलाया जाएगा। साथ

ही आज के समय में प्रेम शांति और सद्भावना कीतनी महत्वपूर्ण है इस बात पर प्रेरणादायक वक्तव्य दिया। उन्होंने कहा कि आत्म-चिंतन आत्म-सम्मान और आत्म-प्रेम बढ़ाने से स्वतः ही दूसरों को हमसे शांति प्रेम और शक्ति की अनुभूति होती रहेगी।

कार्यक्रम में पथारे सुप्रसिद्ध रंगकर्मी श्री विमल बहुगुणा जी, आचार्य अंकित पांडे जी पिथौरागढ़ एवं तबला वादक आयुष सामंत जी की भावनात्मक गीतों ने सभी को मंत्रमुग्ध कर दिया।

हिमाचल की आवाज ब्रह्माकुमार पुनीत मेहता जी ने शिव बाबा की याद के दिव्या गीतों ने तन और मन दोनों को उमंग उत्साह से आनंदित कर झूमने में मजबूर कर दिया। मुख्यालय माउंट आबू से पथारे सुप्रसिद्ध गीतकारब्रह्माकुमार सतीश भाई जी एवं मिमिक्री आर्टिस्ट ब्रह्माकुमार नितिन भाई जी के भाव विभोर कर देने वाले गीतों की सुन्दर प्रस्तुतियां से सभी के चेहरे पर मुस्कान ला दी।

जिसमें उनके द्वारा कहा गया कि उत्तराखंड में चल रही चार धाम यात्रा के दौरान शानदार अभियान के द्वारा अलख जगह कर चार चांद लग गए हैं। उन्होंने समस्त ब्रह्माकुमारी के भाई-बहनों को कार्यक्रम की सफलता हेतु अपनी बधाई दी।

कार्यक्रम की अध्यक्षता देवप्रयाग विधायक विनोद कंडारी जी ने की उन्होंने इस आयोजन को समाज हित में प्रेरणादायक बताया और कार्यक्रम में निमग्न देने पर संस्था का आभार व्यक्त किया।

कार्यक्रम की अति विशिष्ट अतिथि श्री श्याम वीर सैनी जी राज्य मंत्री उत्तराखंड सरकार ने कहा कि कि भारत युवा देश है और युवा हर देश की ताकत होते हैं किंतु हमें इन्हें नशे की बुरी आदत से बचाना होगा, जिसमें ब्रह्माकुमारी संस्था का नशा मुक्ति कार्यक्रम की सफलता हेतु अपनी बधाई दी।

इस मौके पर राष्ट्रीय सांस्कृतिक कार्यक्रम के अध्यक्ष पंडित हेमंत गुरु महाराज जी ने संपूर्ण रामायण पर आधारित कथक नृत्य प्रस्तुति ने लोगों को मंत्र मुग्ध किए रखा।

अभियान का शुभारंभ मुख्य अतिथियों के द्वारा दीप प्रज्वलन तथा ब्रह्माकुमारी कुमारी बहनों को कलस देकर किया गया। ब्रह्माकुमारी सुनैना बहन जी ओ.आर.सी दिल्ली और ब्रह्मा कुमार हार्दिक भाई जी

संस्कृति विभाग ने सभी की प्रति प्रेम शांति सद्भावना रखने की प्रतिज्ञा करवाई। कार्यक्रम के आयोजक क्षेत्रीय निदेशक सीनियर नेशनल कोऑर्डिनेटर भ्राता मेहरचंद जी ने कहा कि भारत की आज़ादी में कलाकारों द्वारा रचे गए गीतों की महत्वपूर्ण भूमिका थी। लेकिन जैसे जैसे समय बदला आज चरित्रहीनता भी कला का रूप ले रही है। उन्होंने कहा की इस अभियान के माध्यम से भारतीय कला एवं संस्कृति के संरक्षण और इसको बढावा देने के लिए अन्य जगहों पर भी कार्यक्रम किए जाएंगे।

इस मौके पर राष्ट्रीय सांस्कृतिक कार्यक्रम के अध्यक्ष पंडित हेमंत गुरु महाराज जी ने संपूर्ण रामायण पर आधारित कथक नृत्य प्रस्तुति ने लोगों को मंत्र मुग्ध किए रखा। अभियान का शुभारंभ मुख्य अतिथियों के द्वारा दीप प्रज्वलन तथा ब्रह्माकुमारी कुमारी बहनों को कलस देकर किया गया। ब्रह्माकुमारी सुनैना बहन जी ओ.आर.सी दिल्ली और ब्रह्मा कुमार हार्दिक भाई जी

के द्वारा ब्रह्माकुमारी टीचर बहनों को दो दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम के तहत कलाकारों, संगीतकार, फिल्म डायरेक्टर प्रोड्यूसर आदि हस्तियों की ईश्वरीय सेवा करने का बहुत ही रोमांचक और रचनात्मक प्रशिक्षण दिया गया।

ब्रह्माकुमारी उषा दीदी जी इंचार्ज असंध सेवा केंद्र द्वारा सभी उपस्थित माननीय अतिथियों एवं कार्यक्रम में पहुंचे हुए भाई बहनों का स्वागत किया।ब्रह्माकुमारी नीलम दीदी जी इंचार्ज श्रीनगर गढ़वाल सेवा केंद्र एवं कोऑर्डिनेटर समाज सेवा प्रभाग उत्तराखंड तथा ब्रह्माकुमारी सरिता दीदी जी इंचार्ज असंध सेवा केंद्र द्वारा मंच संचालन किया गया।

इस दौरान अहमदाबाद प्लेन हादसे एवं केदारनाथ में हेलीकॉप्टर क्रैश में हताहत हुए लोगों के आत्मा की शांति के प्रति 2 मिनट का मन रखकर प्रार्थना की गई।

अभियान के अंत में नवनिर्मित नशा मुक्ति उत्तराखंड अभियान प्रचार वाहन को सभी माननीय अतिथियों के द्वारा हरी झंडी दिखाई गई।



क्या ध्यान और योग एक ही है...चलो जानें!

क्या अटेन्शन चाहिए : ध्यान की प्रक्रिया बड़ी सरल है। हमें ध्यान अथवा अटेन्शन यह देना होता है कि किस विचार को महत्व देना है और किसे नहीं। स्वयं को ढूँढने के लिए ध्यान ही एकमात्र विकल्प है। दुनिया को अपने ऊपर ध्यान देने की ज़रूरत है चाहे वह किसी भी धर्म या देश का व्यक्ति हो। ध्यान से व्यक्ति की मानसिक संरचना में बदलाव हो सकता है। ध्यान या अटेन्शन हमें एकाग्रता की ओर ले जाता है, एकाग्रता हमें योग या मेडिटेशन की ओर ले जाती है। भावार्थ है कि जब हम अटेन्शन रखेंगे तो हमारी एकाग्रता बढ़ जाएगी और धीरे-धीरे हम जिससे जुड़ना चाहें जुड़ सकते हैं। ध्यान जागरूकता को बढ़ाता है।



स्वास्थ्य का प्रारम्भ स्वस्थ आत्मा से : आत्मा एक ऊर्जा है जो सभी शारीरिक गतिविधियों को सम्पन्न करती है तथा पूरे शरीर को ऊर्जावान व सशक्त करती है। आत्मा शरीर के विकास में एक महत्वपूर्ण कारक है। जब आत्मा (मालिक) शरीर को छोड़ देती है

तो शरीर अपनी जागरूकता, सोचने की क्षमता, निर्णय, कार्य एवं अनुभव को खो देता है। शरीर से आत्मा निकलते ही सभी शारीरिक कार्य शिथिल हो जाते हैं। इसलिए आत्मा जीवित मानव शरीर में जीवनशक्ति है। यह पीयूष ग्रंथि

के हाइपोथेलमस में और ललाट के केन्द्र में अवस्थित होती है, जो सभी इंद्रियों के सम्पर्क में होती है तथा इनके माध्यम से ही कार्य करती है। चेतन मन पाँच इंद्रिय अंगों से विचारों, भावनाओं और इच्छाओं के रूप में सूचनाएं प्राप्त करता है।

इसके पश्चात् शरीर सभी कार्यो को मोटर अंगों द्वारा क्रियान्वित करता है।

ध्यान कोई क्रिया नहीं है : बहुत से लोग ध्यान को क्रिया या योग समझने की भूल करते हैं। बहुत से संत या महात्मा ध्यान की तरह-तरह की क्रांतिकारी विधियां बताते हैं, लेकिन वे यह नहीं जानते कि विधि में फर्क है, क्रिया और ध्यान में फर्क है। क्रिया तो साधन है साध्य नहीं। क्रिया तो औजार है। क्रिया तो झाड़ू की तरह है। आँख बंद करके बैठ जाना ध्यान या योग नहीं। किसी मूर्ति का स्मरण करना भी ध्यान नहीं है। माला जपना भी योग नहीं है। अक्सर यह कहा जाता है पाँच मिनट ईश्वर का ध्यान करो- यह भी ध्यान नहीं स्मरण है। ध्यान है क्रियाओं से मुक्ति। व्यर्थ विचारों से मुक्ति का नाम ध्यान है।

ध्यान अथवा योग का प्रारम्भ : ध्यान की शुरुआत से पूर्व की क्रिया यह है कि मैं क्या सोच रहा हूँ, इस पर हमें ध्यान देना है। हमारा विचार भविष्य या अतीत का तो नहीं है! आपके विचार कैसे

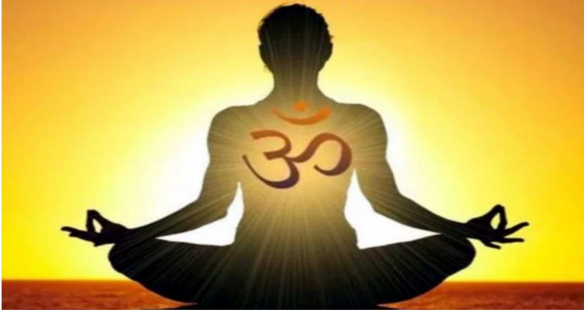
हैं, इस पर ध्यान देना अति आवश्यक है। यदि विचार देह या देह के सम्बन्धियों से सम्बन्धित हैं तो यह एक प्रकार का विकार है अर्थात् यह आपको पुनः बेकार या व्यर्थ की ओर ले जाएगा। वर्तमान में जीने से जागरूकता जन्मती है।

भविष्य की कल्पनाओं और अतीत के सुख-दुःख में जीना ध्यान या योग के विरुद्ध है। सर्वप्रथम आपका अपने आप से योग या जुड़ाव होगा, आप यह देख पायेंगे कि मेरे मन में मुझ आत्मा का निजी स्वरूप व उसके गुण ही चल रहे हैं या कुछ और! बस इसपर ध्यान देते-देते आप स्वयं से जुड़ने लंगेंगे। मन में व्यर्थ संकल्पों का चलना बंद हो जायेगा। इसके बाद जब आप इन विचारों पर एकाग्र हो जाते हैं तो वैसे ही अपने मन के पर्दे पर पिता परमात्मा शिव, जो हमारे जैसे ही रूप में ज्योति बिन्दु स्वरूप हैं, पर अटेन्शन या ध्यान देना है। आप जैसे-जैसे ध्यान देते जाएंगे आपका योग परमात्मा से स्वतः लग जाएगा।

विश्वभर में योगों के प्रचलन में आज क्रिया योग, हठयोग, सहजयोग आदि-आदि योग प्रचलित हैं। परन्तु आम जनमानस इन सभी योगों को करने में सहज महसूस नहीं करते। कारण- इसकी सम्पूर्ण जानकारी के अभाव का होना। आज सभी लोग इसीलिए आसनों व श्वास-प्रश्वास की क्रिया कर अपने को स्वस्थ बनाने के प्रयास में लगे रहते हैं परन्तु इससे मन तो एकाग्र नहीं होता ना!

‘योग’ शब्द अपने आप में सम्पूर्ण है। लोग इसे जोड़ या मिलन भी कहते हैं। ‘योग’ शब्द का ‘भावार्थ ‘आत्मा का परमात्मा से सम्बन्ध जोड़?’ है।’ कई ग्रंथकार कहते हैं कि ‘योग’ का अर्थ है- ‘चित्त की वृत्तियों का निरोध’। वास्तव में चित्त को एकाग्र करना योग का एक ज़रूरी अंग तो है किन्तु केवल वृत्ति-निरोध ही को ‘योग’ मानना ठीक नहीं है। वृत्तियों को रोक कर परमात्मा में एकाग्र करना ज़रूरी है, तभी उसे ‘योग’ कहा जाएगा। अब वृत्ति की शुद्धि के लिए मन में उठने वाले संकल्पों को शुद्ध करना ज़रूरी है। मन से मनुष्य, मन में मानवता और उससे महानता। मन की शुद्धि व राजयोग की विधि से सर्वोच्च ऊर्जा के साथ स्वयं जुड़ जाते हैं।

योग के प्रकार



क्या है क्रिया योग?– कहा जाता है कि इस योग में विश्राम के आसन, बंध और मुद्रा आदि सम्मिलित हैं। इसमें शरीर को परमात्मा के वाहन के रूप में इस्तेमाल करते हैं। इससे नाड़ी एवं चक्र जागरण के साथ-साथ उत्तम स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है। इसमें न केवल आसन, प्राणायाम, ध्यान तथा मंत्र में पूर्ण सजगता सम्मिलित है बल्कि अपने वचन, विचार स्वप्न और इच्छाओं के प्रति सतत् सजगता भी सन्निहित है। इस साधना में हमें अतिचैतन्य बनाने की अपार क्षमता है। बस तत्परता चाहिए। आत्म-साक्षात्कार एवं अपने पाँचों शरीर(भौतिक, प्राणिक, मानसिक, बौद्धिक तथा आध्यात्मिक) के कायाकल्प हेतु 144 क्रियाओं का संकलन है।

क्या है हठयोग? – चित्तवृत्तियों के प्रवाह को संसार की ओर जाने से रोककर अंतर्मुखी करने की एक प्राचीन भारतीय साधना पद्धति, जिसमें प्रसुप्त कुंडलिनी को जागृत कर नाड़ी मार्ग से ऊपर उठाने का प्रयास किया जाता है और विभिन्न चक्रों में स्थिर करते हुए उसे शीर्षस्थ सहस्रार चक्र तक ले जाया जाता है।

क्या है सुदर्शन क्रिया? – यह योग श्वास, शरीर और मन के बीच एक कड़ी की तरह है जो दोनों को जोड़ती है। यह विशेष क्रिया मन और शरीर को तारतम्यता में ले आती है। इससे थकान, तनाव, नकारात्मक भावनाएं, क्रोध आदि नष्ट हो जाते हैं तथा हम एक अच्छे जीवन की ओर बढ़ते जाते हैं।

AC चलाते वक्त कमरे में पानी की बाल्टी क्यों रखनी चाहिए? जान लें डॉक्टर की ये जरूरी सलाह

गर्मियों में जब पारा 40 डिग्री के पार चला जाता है, तब एयर कंडीशनर (AC) किसी वरदान से कम नहीं लगता। खासतौर पर भारत जैसे देशों में, जहां गर्मी की वजह से पंखा और कूलर भी कई बार बेअसर हो जाते हैं, वहां AC ही एकमात्र राहत बनता है। लेकिन क्या आपने कभी महसूस किया है कि AC चलने से कमरे की हवा तो ठंडी हो जाती है, मगर साथ ही उसमें एक अजीब-सी सूखापन भी आ जाता है?

ये इडनेस न सिर्फ आपके गले और स्किन को प्रभावित करती है, बल्कि लंबे समय तक इसे नजरअंदाज करना सेहत के लिए हानिकारक भी हो सकता है। ऐसे में एक बहुत ही आसान घरेलू तरीका काफी कारगर साबित हो

सकता है- कमरे में पानी से भरी एक बाल्टी या कटोरी रख देना। इस सुझाव को लेकर जब Indianexpress ने डॉक्टर शिवकुमार से बात की, जो कि कावेरी हॉस्पिटल, बेंगलुरु में रेस्पिरेटरी मेडिसिन विभाग में चीफ कंसल्टेंट पल्मोनोलॉजिस्ट हैं, तो उन्होंने इस आइडिया को काफी उपयोगी बताया।

कमरे की नमी क्यों जरूरी है : डॉ. शिवकुमार बताते हैं कि जब हम लगातार AC का इस्तेमाल करते हैं, तो यह कमरे की नमी को कम कर देता है। दरअसल, AC हवा को ठंडा करते वक्त उसमें मौजूद नमी को भी सोख लेता है। इसका असर यह होता है कि कमरे की हवा बहुत ज्यादा सूखी हो जाती है। इससे नाक सूखने लगती है,



गला चुभने लगता है और स्किन पर खुजली या रुखापन महसूस होता है।

बाल्टी में पानी रखने से क्या फायदा : डॉ. शिवकुमार के अनुसार, अगर कमरे में एक बाल्टी या स्टील की थाली में पानी रखा जाए, तो उसमें से धीरे-धीरे पानी वाष्पित होकर (evaporate होकर)

कमरे में नमी को थोड़ा संतुलित कर सकता है। यह तरीका ह्यूमिडिफायर जितना प्रभावी तो नहीं है, लेकिन छोटे या मिडियम साइज के कमरों में यह काफी हद तक राहत दे सकता है। खासतौर पर तब, जब हवा बहुत ज्यादा सूखी लग रही हो।

लंबे समय तक सूखी हवा

गर्मी में AC चलाने से कमरे की हवा सूखी हो जाती है, जिससे स्किन और सांस की दिक्कतें बढ़ सकती हैं. डॉक्टर की सलाह है कि कमरे में पानी की बाल्टी या कटोरी रखने से नमी बनी रहती है. ये तरीका सस्ता और आसान है, खासकर छोटे कमरों के लिए फायदेमंद.

में रहने से क्या नुकसान हो सकते हैं : अगर आप लगातार सूखे वातावरण में रहते हैं, तो यह आपकी हेल्थ पर असर डाल सकता है। डॉक्टर बताते हैं कि बहुत अधिक सूखी हवा से अस्थमा, ब्रोंकाइटिस जैसी सांस संबंधी बीमारियां और भी ज्यादा बढ़ सकती हैं। जिन लोगों को पहले से सांस की दिक्कत है, उनके लिए यह और भी खतरनाक हो सकता है। साथ ही, स्किन की नमी खत्म हो जाने पर

एकिजमा जैसी समस्याएं भी बढ़ सकती हैं। नाक की अंदरूनी परत सूखने लगती है, जिससे नाक से खून आ सकता है और बाहरी धूल-मिट्टी के खिलाफ शरीर की नेचुरल डिफेंस भी कमजोर हो जाती है।

और क्या कर सकते हैं सूखापन कम करने के लिए : डॉ. शिवकुमार कुछ और आसान उपाय भी बताते हैं जिनकी मदद से आप अपने कमरे की हवा को

संतुलित रख सकते हैं। ह्यूमिडिफायर का इस्तेमाल करें: अगर घर में छोटे बच्चे या बुजुर्ग हैं, तो बाल्टी की जगह एक इलेक्ट्रॉनिक ह्यूमिडिफायर इस्तेमाल करना बेहतर रहेगा। इससे आप नमी का स्तर कंट्रोल कर सकते हैं।

खुद को हाइड्रेट रखें: ज्यादा से ज्यादा पानी पिएं ताकि शरीर अंदर से हाइड्रेटेड रहे।

मॉइस्चराइजिंग स्किन केयर अपनाएं: स्किन को रूखा होने से बचाने के लिए नहाने के बाद मॉइस्चराइज़र लगाएं।

कमरे में हवा आने-जाने दें: जब संभव हो, खिड़की या दरवाजा खोलकर थोड़ी देर फ्रेश एयर को अंदर आने दें।

AC की समय-समय पर सर्विस कराएं: अगर AC की सफाई

नहीं होती तो उसमें धूल जमा हो जाती है, जिससे हवा और ज्यादा सूखी और अशुद्ध हो जाती है।

गर्मियों में AC जरूर राहत देता है, लेकिन अगर उसके साथ कमरे की नमी का ध्यान न रखा जाए, तो यह शरीर पर गलत असर डाल सकता है। ऐसे में एक छोटी-सी सावधानी- जैसे कमरे में पानी की बाल्टी रखना, आपको कई बड़ी समस्याओं से बचा सकती है। ये न सिर्फ स्किन और सांस से जुड़ी तकलीफों को कम करती है, बल्कि आपके घर का वातावरण भी ज्यादा हेल्दी बनाती है।

तो अगरली बार जब आप AC ऑन करें, तो पास में पानी की एक कटोरी रखना न भूलें, यह छोटा कदम आपके स्वास्थ्य के लिए बड़ा फायदेमंद हो सकता है।

क्या आपको होने वाली है दिमागी बीमारी? 12 साल पहले आंखों से चल जाएगा पता, वैज्ञानिकों ने किया खुलासा !

नई स्टडी कहती है, आंखों की कमजोरी डिमेंशिया (एक तरह की दिमागी बीमारी) का 12 साल पहले संकेत दे सकती है. इंग्लैंड में 8,623 लोगों पर रिसर्च से पता चला कि आंखों की संवेदनशीलता कम होने से अल्जाइमर का खतरा दिख सकता है. लेकिन इस बारे में आंखों के टेस्ट से जल्दी पता लग सकता है!

आंखें सिर्फ दुनिया देखने का जरिया नहीं, बल्कि हमारे दिमाग की सेहत का आईना भी हैं. एक नई स्टडी कहती है कि आंखों की छोटी-सी कमजोरी दिमागी बीमारी डिमेंशिया का संकेत 12 साल पहले दे सकती है. इंग्लैंड में हुई इस रिसर्च ने वैज्ञानिकों को हैरान कर दिया और ये खबर हर किसी को सोचने पर मजबूर कर रही है कि क्या हमारी आंखें अल्जाइमर जैसी बीमारी का राज खोल सकती हैं? इंग्लैंड के नॉरफॉक में 8,623 स्वस्थ लोगों पर ये स्टडी की गई, जिन्हें कई साल तक देखा गया. स्टडी के अंत तक 537 लोगों को डिमेंशिया हुआ. रिसर्च की शुरुआत में सभी से एक खास टेस्ट लिया गया, जिसमें उन्हें स्क्रीन पर चलते हुए

बिंदुओं के बीच बनता हुआ त्रिकोण देखकर बटन दबाना था. इसे 'विजुअल सेंसिटिविटी' टेस्ट कहते हैं, यानी आंखों की संवेदनशीलता की जांच, जो ये बताती है कि आप कितनी जल्दी दृश्यों को पकड़ पाते हैं.

हैरानी की बात यह है कि जिन लोगों को बाद में डिमेंशिया हुआ, वो इस त्रिकोण को देखने में दूसरों से कहीं ज्यादा धीमे थे. तो ऐसा क्यों? वैज्ञानिकों का कहना है कि अल्जाइमर में दिमाग में बनने वाली जहरीली अमाइलॉइड प्लक्स पहले आंखों से जुड़े दिमाग के हिस्सों को नुकसान पहुंचाती हैं. बाद में ये याददाश्त वाले हिस्सों को चपेट में लेती हैं. इसलिए आंखों के टेस्ट याददाश्त के टेस्ट से पहले डिमेंशिया का पता लगा सकते हैं.



अल्जाइमर में और भी कई दिक्कतें दिखाती हैं, जैसे चीजों की आउटलाइन देखने में परेशानी, नीले-हरे रंगों को समझने में दिक्कत या ध्यान भटकाने वाली चीजों को नजरअंदाज न कर पाना. उदाहरण के लिए डिमेंशिया से ग्रस्त लोग अक्सर दूसरी चीजों से ध्यान हटा नहीं पाते, जिससे उनकी आंखों की गति पर असर पड़ता है. इससे ड्राइविंग जैसे कामों में खतरा बढ़ सकता है. लॉफबरो यूनिवर्सिटी में वैज्ञानिक इस बात की जांच कर रहे हैं कि क्या ये दिक्कत सड़क हादसों का कारण बन सकती है. एक और रोचक बात यह है

कि डिमेंशिया वाले लोग नए चेहरों को पहचानने में कमजोर हो सकते हैं. सामान्य लोग किसी के चेहरे को देखते वक्त आंख, नाक और मुंह पर नजर दौड़ाते हैं, ताकि चेहरा याद रहे. लेकिन डिमेंशिया में लोग ऐसा नहीं करते. उनकी आंखें आसपास की चीजों पर उठर जाती हैं, जिससे वो नए चेहरों को ठीक से 'इम्प्रिंट' नहीं कर पाते. कई बार डॉक्टर मरीज को देखते ही डिमेंशिया का अंदाजा लगा लेते हैं, क्योंकि उनकी आंखें बिना मकसद के इधर-उधर भटकती हैं. क्या आंखों की गति से याददाश्त बेहतर हो सकती है? कुछ स्टडीज

कहती हैं कि आंखों को बार-बार इधर-उधर घुमाने से याददाश्त सुधर सकती है. जैसे, टीवी देखने या किताब पढ़ने से, जब आंखें बार-बार स्क्रीन या पन्नों पर चलती हैं, दिमाग को फायदा हो सकता है.

एक अन्य स्टडी में पाया गया कि तेजी से बाएं-दाएं आंखें घुमाने (हर सेकंड दो बार) से अपनी जिंदगी क़ी यादें (ऑटोबायोग्राफिकल मेमोरी) बेहतर हो सकती हैं, खासकर दाएं हाथ वालों में. लेकिन ये क्यो, ये अभी साफ नहीं. हालांकि, आंखों की गति को डिमेंशिया के इलाज या डायनोसिस में अभी ज्यादा इस्तेमाल नहीं किया जाता. इसका बड़ा कारण है कि आंखों की गति मापने वाली टेक्नोलॉजी (आई-ट्रैकिंग) महंगी है और उसे चलाने के लिए खास ट्रेनिंग चाहिए. जब तक सस्ते और आसानी आई-ट्रैकर्स नहीं आते, इसे आम डायग्नोसिस के लिए इस्तेमाल करना मुश्किल है. लेकिन ये स्टडी बताती है कि आंखें हमारे दिमाग की सेहत का राज खोल सकती हैं.

दही हमारे खाने का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, जो न केवल स्वाद में बेहतरीन है बल्कि सेहत के लिए भी फायदेमंद है. अक्सर जब हम घर पर दही जमाते हैं या बाजार से पैकेट वाला दही लाते हैं, तो काटने के बाद धीरे धीरे उसके ऊपर एक पीले रंग का पानी दिखाई देने लगता है. कई लोग इस पानी को फेंक देते हैं, लेकिन क्या आपको पता है कि यह पीला पानी सेहत के लिए किना लाभकारी है?

मुंबई की फिटनेस कोच सांची मंधानी ने इस विषय पर महत्वपूर्ण जानकारी दी है.

क्या है ये दही का पीला पानी : दही से निकलने वाला यह पीला पानी वास्तव में ज़े प्रोटीन होता है. यह दूध का वह हिस्सा है, जो दही बनने की प्रक्रिया के दौरान ठोस भाग (कर्ड) और तरल भाग में अलग हो जाता है. ज़े प्रोटीन पोषक तत्वों से भरपूर होता है और इसे जरूर सेवन करना चाहिए.

पीले पानी में मौजूद पोषक तत्व : सांची मंधानी ने इंस्टाग्राम पर दही के इस पीले पानी से जुड़ी जानकारी दी. उन्होंने बताया कि जिस पानी को हम बेकार समझकर

फेंक देते हैं वह दरअसल पोषक तत्वों से भरपूर होता है:

प्रोटीन: मांसपेशियों को मजबूत बनाने में मदद करता है.

कैल्शियम: हड्डियों और दांतों की मजबूती के लिए जरूरी.

पोटैशियम: शरीर में इलेक्ट्रोलाइट संतुलन बनाए रखने में सहायक.

फॉस्फोरस: ऊर्जावान रखने और हड्डियों के स्वास्थ्य में मददगार.

कॉपर और जिंक: इम्यूनिटी को बढ़ाने में सहायक.

प्रोबायोटिक्स: पाचन तंत्र की सेहत के लिए फायदेमंद.

क्यों न करें इसे फेंकने की गलती : सांची मंधानी बताती हैं कि यह तरल आपकी सेहत के लिए बेहद लाभकारी है. इसे फेंकने के बजाय दही में मिलाकर खाएं या किसी और तरह से इसका उपयोग करें. इसमें मौजूद प्रोबायोटिक्स आंतों के बैक्टीरिया को संतुलित रखने में मदद करते हैं और पाचन तंत्र को बेहतर बनाते हैं.

कैसे करें इस पानी का उपयोग?

दही के साथ मिलाएं: इसे फेंकने की बजाय दही में मिलाकर खाएं.

आटा गूंथने में उपयोग करें: इस पानी से गूंथा आटा न केवल मुलायम होता है बल्कि ज्यादा पोषक भी बनता है.

स्मूदी या शेक में मिलाएं: इसका हल्का स्वाद आपकी स्मूदी या प्रोटीन शेक को और पौष्टिक बना देगा.

पौधों को पानी दें: यदि सेवन नहीं करना चाहते, तो इसे पौधों को देने के लिए उपयोग कर सकते हैं.

सेहत के लिए फायदेमंद : मुंबई की फिटनेस कोच सांची मंधानी का कहना है कि ज़े का नियमित सेवन मांसपेशियों को मजबूत करता है, हड्डियों को स्वस्थ रखता है, और पाचन तंत्र को बेहतर बनाता है. खासतौर पर बच्चों, बुजुर्गों और फिटनेस के प्रति जागरूक लोगों को इसे अपनी डाइट का हिस्सा बनाना चाहिए.

दही के ऊपर का पीला पानी फेंकने की बजाय इसे अपने खाने में शामिल करें. यह न केवल पोषक तत्वों से भरपूर है, बल्कि आपके पाचन, हड्डियों और मांसपेशियों के स्वास्थ्य के लिए भी बेहद फायदेमंद है. अगली बार जब दही से यह पानी निकले, तो इसे फेंकने की गलती न करें.

गुलकंद का इतिहास विशाल और प्राचीन है। इसकी उत्पत्ति को आयुर्वेद और अन्य प्राचीन शास्त्रों में महत्व दिया गया है। गुलकंद का प्रथम उल्लेख भारतीय आयुर्वेद में मिलता है, जहाँ इसे एक श्रृंष्ट रसायन माना जाता है। जो स्वास्थ्य के लिए उत्तम होता है। आध्यात्मिक दृष्टि से, गुलकंद को एक पवित्र औषधि माना जाता है। इसे आध्यात्मिक साधना और मेधावी गुणों को विकसित करने का माध्यम माना जाता है। यह शांति, आत्म-संयम और आध्यात्मिक ऊर्जा को बढ़ाने में सहायक होता है। गुलकंद का प्राचीनतम उपयोग प्राचीन भारत में होता है, जहाँ इसे बहुत से

औषधीय गुणों के लिए महत्वपूर्ण माना जाता है।

गुलकंद खाने के फायदे

1.पाचन को सुधारना : गुलकंद पाचन को सुधारने में मदद करता है। यह फाइबर स्रोत होता है, यह पाचन तंत्र को स्वस्थ रखता है और खाने के बाद अपच या गैस की समस्याओं को कम करता है।

2. मानसिक शांति प्रदान करना : गुलकंद का सेवन मानसिक तनाव और चिंता को कम करने में मदद करता है। यह आपको शांति और स्थिरता की अनुभूति कराता है।

3. रक्तशुद्धि : गुलकंद में प्राकृतिक रूप से शुगर का समावेश होता है जो रक्त को शुद्ध करने में



मदद करता है। यह शरीर के विषैलीय पदार्थों को निकालता है और रक्त की संरचना को सुधारता है।

4. सर्दी और कफ के लिए उपयोगी : गुलकंद में अधिकतर

तत्व उन्हें जामुन के फल से प्राप्त होते हैं, जिसमें एंटीऑक्सिडेंट्स और विटामिन सी होते हैं, जो सर्दी और कफ को दूर करने में मदद करते हैं।

5. मस्तिष्क को शक्ति प्रदान

गुलकंद में मिलने वाले तत्व मस्तिष्क के लिए फायदेमंद होते हैं। यह मस्तिष्क को ताजगी और ऊर्जा प्रदान करता है और ध्यान को बढ़ावा देता है।

6. वातरोग में लाभकारी : गुलकंद के सेवन से वातरोग में लाभ होता है। यह शरीर के कंधों और जोड़ों को मजबूती प्रदान करता है और दर्द को कम करता है।

7. त्वचा के लिए उपयोगी : गुलकंद में पाए जाने वाले तत्व त्वचा के लिए फायदेमंद होते हैं। यह त्वचा को स्वस्थ और चमकदार बनाए रखता है और मुहांस और दाग-धब्बों को कम करता है।

8. पेट की समस्याओं का

समाधान : गुलकंद के सेवन से पेट की समस्याओं में राहत मिलती है। यह एसिडिटी, गैस, और पेट में जलन जैसी समस्याओं को दूर करता है।

9. ऊर्जा प्रदान करे : गुलकंद में शर्करा मौजूद होती है, जो ऊर्जा प्रदान करती है और शारीरिक क्षमता को बढ़ाती है।

10. इम्यून सिस्टम को करे मजबूत : गुलकंद में विटामिन सी होता है, जो इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने में मदद करता है।

गुलकंद खाने के नुकसान गुलकंद के सेवन से लाभ के साथ कुछ नुकसान भी हो सकते हैं जिन्हें ध्यान में रखना उचित होता

है :

1. डायबिटीज़ को बढ़ावा : गुलकंद में शुगर की मात्रा अधिक होती है, जिससे डायबिटीज़ के मरीजों को इसका सेवन कम करना चाहिए।

2. उच्च रक्तचाप : अधिक मात्रा में गुलकंद का सेवन करने से रक्तचाप बढ़ सकता है।

3. वजन बढ़ना : गुलकंद में शुगर की मात्रा होने के कारण, इसका अत्यधिक सेवन वजन बढ़ने का कारण बन सकता है।

4. शरीर में गर्मी का अनुभव : गुलकंद गर्मी को बढ़ा सकता है और कई लोगों को इसकी अधिकता से तपेदिक या अन्य गर्मी संबंधित

समस्याएं हो सकती हैं।

5. एलर्जी : कुछ लोगों को गुलकंद में पाए जाने वाले तत्वों से एलर्जी हो सकती है।

6. पेट की समस्याएं : कुछ लोगों को गुलकंद सेवन के बाद पेट समस्याएं जैसे कि गैस, एसिडिटी या पेट दर्द हो सकता है।

7. दस्त : कुछ लोगों को गुलकंद का सेवन करने से दस्त हो सकता है।

8. स्वस्थ व्यक्ति के लिए : स्वस्थ व्यक्ति को भी सीमित मात्रा में ही सेवन करना चाहिए, क्योंकि इससे शरीर को अतिरिक्त शुगर की मात्रा मिल सकती है।



'गिल में रोहित, कोहली जैसी झलक नहीं दिखी...' इंग्लैंड से हार के बाद बोले पूर्व कप्तान

एजेंसी

नई दिल्ली. इंग्लैंड के खिलाफ पांच मैचों की सीरीज के शुरुआती टेस्ट में पांच विकेट से शिकस्त मिलने के बाद भारत के नये कप्तान शुभमन गिल की रणनीति की आलोचना के बीच पूर्व कप्तान नासिर हुसैन ने कहा कि ‘ मैदान पर उनमें रोहित शर्मा और विराट कोहली जैसा झलक नहीं दिखी’.

भारत को इस मैच में पांच शतकीय पारियों के बाद भी हार का सामना करना पड़ा. इंग्लैंड ने मंगलवार को मैच के पांचवें दिन 371 रन का लक्ष्य पांच विकेट गंवाकर हासिल कर लिया. टीम ने इसके साथ ही सीरीज में 1-0 की बढ़त बना ली. रोहित शर्मा के बाद कप्तान के रूप में अपने पहले टेस्ट में गिल को कड़ी चुनौती का सामना करना पड़ा और हुसैन ने कहा कि यह युवा खिलाड़ी कप्तान के तौर पर 'सक्रिय होने के बजाय रिएक्शन दे रहा' था. हुसैन ने 'स्काई स्पोर्ट्स' से



कहा, “ मैंने देखा कि कोई तरीका ढूंढने की कोशिश कर रहा था. उसके (गिल) पास मैदान पर रोहित और (विराट कोहली) जैसी झलक नहीं दिखी. मुझे लगा कि वह सक्रिय होने के बजाय प्रतिक्रिया दे रहा था. जब रोहित और कोहली टीम की कप्तानी कर रहे थे तब आपको देख कर ही समझ आ जाता था कि कौन नेतृत्व कर रहा है लेकिन इस मैच में मुझे लगा कि दो या तीन कप्तान है. ऐसा लगा जैसे एक समिति टीम का नेतृत्व कर रही है.”

उन्होंने कहा, “ टीम की यह स्थिति मुझे चिंतित करती है. भारत के पास लंबे समय से रविचंद्रन अश्विन, रविंद्र जडेजा और अक्षर पटेल जैसे शानदार स्पिन-गेंदबाजी हरफनमौला रहे हैं. वे हालांकि इंग्लैंड में अब भी एक तेज गेंदबाजी ऑलराउंडर की तलाश कर रहे हैं जो बल्लेबाजी कर सके. “ भारतीय टीम अगर 31 रन पर छह विकेट और 41 रन पर सात विकेट गंवाते रही तो तो इस सीरीजका परिणाम जल्दी तय हो जायेगा.”

ट्रेन का किराया बढ़ने से रेलवे पर होगी पैसों की बारिश, इस साल कितनी कमाई का अनुमान?

एजेंसी

नई दिल्ली: भारतीय रेलवे में ट्रेन का किराया बढ़ने वाला है। ये बढ़ोतरी थोड़ी सी होगी। करीब 5 साल बाद किराए में बदलाव हो रहा है। रेलवे 1 जुलाई से नई दरें लागू कर सकता है। इसका मकसद रेलवे की कमाई बढ़ाना है। इससे यात्रियों पर ज्यादा बोझ भी नहीं पड़ेगा। वहीं किराया बढ़ाने से रेलवे को भी जबरदस्त कमाई होगी।

एसी में सफर करने पर हर किलोमीटर के लिए 2 पैसे ज्यादा लगेंगे। मतलब, दिल्ली से मुंबई या कोलकाता का एक तरफ का किराया 25-30 रुपये तक बढ़ सकता है। मेल और एक्सप्रेस ट्रेनों में बिना एसी के सफर करने पर 1 पैसा प्रति किलोमीटर ज्यादा लगेगा। लोकल ट्रेनों के टिकट, मंथली पास और 500 किलोमीटर तक के सेकंड क्लास के किराए में कोई बदलाव नहीं होगा।



कितनी होगी सरकार की कमाई : ट्रेन में किराए की बढ़ोतरी का फैसला सरकार कुछ दिनों में लेगी। टाइम्स ऑफ इंडिया के मुताबिक भारतीय रेलवे का अनुमान है कि इस साल यात्रियों की संख्या को देखते हुए उसे वित्त वर्ष 2025-

रेलवे 5 साल बाद 1 जुलाई से ट्रेन का किराया बढ़ने वाला है। किराया बढ़ाने से रेलवे की भी अच्छी खासी आमदनी होगी। रेलवे की सबसे ज्यादा कमाई माल ढुलाई से होती है।

26 के बाकी महीनों (तीन तिमाही) में करीब 700 करोड़ रुपये की अतिरिक्त कमाई हो सकती है। रेलवे को वित्त वर्ष 2025-26 के लिए पैसंजर सेगमेंट से कुल 92,800 करोड़ रुपये की कमाई की उम्मीद है। इसके लिए

रफ्तार का नया बादशाह... गोल्ड जीत किया कमाल

एजेंसी

बनारस: 23वीं नेशनल जूनियर फेडरेशन चैंपियनशिप में भाटिया एथलेटिक्स अकादमी के एथलीट विवेक पाल ने 1500 मीटर में स्वर्ण पदक जीता। आपको बताते चले 22 जून से 24 जून को बनारस में 23^{वें} नेशनल जूनियर फेडरेशन चैंपियनशिप में बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए विवेक पाल ने झारखंड के लिए स्वर्ण पदक जीता।

झारखंड के लाल का कमाल : विवेक पाल भाटिया एथलेटिक्स अकादमी का छात्र हैं, जो पिछले 5 साल से बोकारो थर्मल में मेहनत कर रहा है। इस उपलब्धि के लिए भाटिया एथलेटिक्स



अकादमी के शुभचिंतक प्रशांत अरोरा, राजा तनेजा अध्यक्ष विजय भाटिया एवं बोकारो जिला एथलेटिक संघ के अध्यक्ष अनूप सिंह, जिला एथलेटिक संघ के सचिव गंगाधर यादव, भाटिया एथलेटिक्स अकादमी के प्रशिक्षक अनुभव

खाखा, मुकेश कुमार एवं गौतम चंद्रपाल ने हार्दिक बधाई दी।

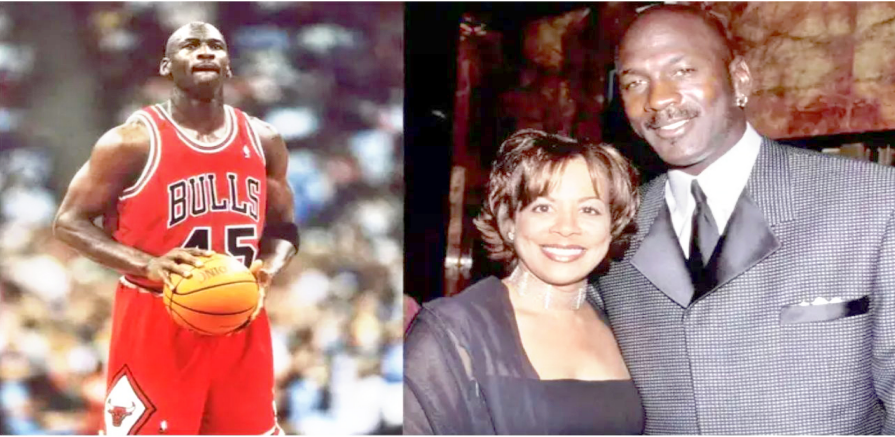
किसान के बेटे ने लहराया परचम : हैरानी की बात यह है कि विवेक पाल बेहद साधारण घर से आते हैं। उनका घर झारखंड के बोकारो में है। उनके घर में पिता,

खेल जगत का सबसे महंगा तलाक, वाइफ से अलग होने के लिए जब चुकाने पड़े थे 14500000000 रुपए

एजेंसी

नई दिल्ली: दुनिया के महान बास्केटबॉल खिलाड़ी माइकल जॉर्डन दशकों तक अपने तेज तरीके खेल से छाए रहे। बास्केटबॉल में उन्होंने अनगित उपलब्धियों को हासिल किया। यही कारण है कि दुनिया उन्हें बास्केटबॉल के महानतम खिलाड़ी के रूप में जानती है, लेकिन वह खेल के साथ-साथ अपनी पर्सनल लाइफ को लेकर भी सुर्खियों में रहे हैं। खास तौर से उनकी एक्स वाइफ जुआनिटा वैनॉय के साथ शादी और फिर तलाक ने तो सनसनी मचा दी थी। जॉर्डन और वैनॉय ने कोई आम तलाक नहीं लिया था। यह तलाक न केवल एक हाई-प्रोफाइल अलगाव था, बल्कि यह अब तक के सबसे महंगे सेलिब्रिटी तलाक में से था।

बता दें कि माइकल और जुआनिटा की शादी 1989 में हुई थी। दोनों के तीन तीन बच्चे, जेफरी, मार्कस और जैस्मीन हुए। शादी के कई सालों तक दोनों को एक बेस्ट कपल के तौर पर दुनिया देख चुकी थी, लेकिन 2002 में



दोनों के रिश्तों में खटास आया और जुआनिटा ने जॉर्डन से तलाक लेने के लिए अर्जी डाल दी। हालांकि, जुआनिटा ने आपसी सुलह के बाद तलाक की इस अर्जी को वापस ले लिया। जुआनिटा के इस फैसले के बाद जॉर्डन फैंस को बड़ी राहत मिली थी।

2006 में टूट गया जुआनिटा और जॉर्डन का रिश्ता : 2002 में हुए आपसी सुलह जवादा समय तक नहीं चल सका। इस घटना के 4 साल बाद यानी 2006 में जुआनिटा और माइकल जॉर्डन

ने आपसी सहमति से अलग होने का फैसला किया, लेकिन जॉर्डन के लिए यह तलाक बहुत महंगा पड़ा। मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, जुआनिटा को तलाक समझौते के तहत 168 मिलियन अमेरिकी डॉलर जो भारतीय करेंसी में लगभग 1450 करोड़ रुपए की एलमनी मिली। यह उस समय तक का सबसे बड़ा सेलिब्रिटी तलाक समझौता था। इस राशि में संपत्ति, निवेश और अन्य संपत्ति का एक बड़ा हिस्सा शामिल था। हालांकि, इस तलाक का माइकल जॉर्डन की

छवि पर कोई खास नकारात्मक प्रभाव नहीं पड़ा, लेकिन इसने मीडिया में काफी सुर्खियां बटोरीं। यह मामला इस बात का भी एक उदाहरण बन गया कि हाई-प्रोफाइल शादियां कैसे खत्म हो सकती हैं और इसके वित्तीय परिणाम कितने बड़े हो सकते हैं। जुआनिटा वैनॉय इस समझौते के बाद वित्तीय रूप से काफी सुस्थित हो गईं, जबकि माइकल जॉर्डन ने अपने व्यापारिक साम्राज्य और बास्केटबॉल करियर को जारी रखा, जिससे उनकी नेट वर्थ लगातार बढ़ती गई।

अंबानी-अडानी ने मिलाया हाथ, जानें किस कारोबार के लिए साथ आए दोनों दिग्गज, आपको क्या होगा फायदा?

एजेंसी

नई दिल्ली: देश के दो बड़े दिग्गज गौतम अडानी और मुकेश अंबानी एक कारोबार के लिए साथ आ गए हैं। दोनों ने इसके लिए एक समझौता किया है। इसका फायदा आम ईंसान को भी होगा। दरअसल, अडानी की कंपनी अडानी टोटल गैस लिमिटेड और मुकेश अंबानी की कंपनी रिलायंस बीपी मोबिलिटी के ब्रांड Jio-bp ने आपस में हाथ मिलाया है। दोनों कंपनियां मिलकर अपने ईंधन की बिक्री को बढ़ाएंगी। भारत का ईंधन बाजार बहुत तेजी से बढ़ रहा है। यह लगभग 150 अरब डॉलर का है। इस साझेदारी के अनुसार, एटीजीएल के कुछ पेट्रोल पंप पर Jio-bp का पेट्रोल और डीजल मिलेगा। वहीं, Jio-bp के कुछ पेट्रोल पंप पर एटीजीएल के सीएनजी स्टेशन लगाए जाएंगे। यह सुविधा एटीजीएल के तय किए गए इलाकों



अडानी टोटल गैस और रिलायंस के Jio-bp ने एक समझौता किया है। इसके तहत, दोनों कंपनियां कुछ खास आउटलेट्स पर एक-दूसरे के ईंधन बेचेगी।

(GA) में ही मिलेगी। अडानी टोटल गैस ने शोयर बाजार को यह जानकारी दी है। दोनों की इस साझेदारी के बाद ग्राहकों को एक कंपनी के पेट्रोल पंप पर ही पेट्रोल, डीजल और सीएनजी मिल सकेगी। जियो-बीपी के चेयरमैन, सार्थक बेहुरिया ने कहा कि जियो-बीपी हमेशा से ग्राहकों को अच्छा

अनुभव देने के लिए प्रतिबद्ध है। यह साझेदारी हमें एक-दूसरे की ताकत का फायदा उठाने और भारत को बेहतर सेवा देने में मदद करेगी। वहीं अडानी टोटल गैस लिमिटेड के कार्यकारी निदेशक और सीईओ सुरेश पी मंगलानी ने कहा, 'हमारा लक्ष्य है कि हम अपने पेट्रोल पंप पर अच्छी क्वालिटी का

ईंधन दें। यह साझेदारी हमें एक-दूसरे के बुनियादी ढांचे का उपयोग करने और ग्राहकों को बेहतर अनुभव देने में मदद करेगी।' प्राइवेट तेल कंपनियां जैसे रिलायंस इंडस्ट्रीज और नायरा एनर्जी अच्छा मुनाफा कमा रही हैं। सरकारी तेल कंपनियों ने पेट्रोल और डीजल की कीमतें नहीं घटाई

हैं, जबकि अंतरराष्ट्रीय बाजार में कीमतें कम हुई हैं। इसका फायदा प्राइवेट कंपनियों को मिल रहा है। इकोनॉमिक टाइम्स की रिपोर्ट के अनुसार, रिलायंस इंडस्ट्रीज और नायरा एनर्जी सरकारी कंपनियों से 3 रुपये प्रति लीटर तक कम कीमत पर पेट्रोल-डीजल बेच रही हैं। इससे वे बाजार में अपनी हिस्सेदारी बढ़ा रही हैं। अप्रैल-मई में डीजल की बिक्री में प्राइवेट कंपनियों की हिस्सेदारी 9.6% से बढ़कर 11.5% हो गई। पेट्रोल में यह हिस्सेदारी 9% से बढ़कर 10% हो गई।

इंटरनेशनल एनर्जी एजेंसी का अनुमान है कि साल 2030 तक भारत तेल की मांग में सबसे बड़ा स्रोत होगा। चीन में ईंधन की मांग शायद पहले ही चरम पर पहुंच चुकी है। इसका मतलब है कि आने वाले सालों में भारत में तेल की मांग बहुत ज्यादा बढ़ने वाली है।

अब घर में बनेगा 'देसी बाहुबली' राफेल का दिल, हैदराबाद में खुलेगी M88 इंजन की सर्विस यूनिट

एजेंसी

हैदराबाद अब सिर्फ IT हब नहीं बल्कि भारत की एयरोस्पेस ताकत का नया गढ़ बनने जा रहा है. फ्रांस की मशहूर एयरोस्पेस कंपनी सफरान ने ऐलान किया है कि वो राफेल लड़ाकू विमान के 'दिल' यानी M88 इंजन की सर्विस और ओवरहॉलिंग के लिए भारत में एक नई यूनिट शुरू करेगी और वो भी यहीं तेलंगाना की राजधानी हैदराबाद में.

राफेल फाइटर जेट जिसे भारत ने अपनी वायुसेना की रीढ़ माना है अब उसका सबसे अहम हिस्सा M88 इंजन देश में ही मंटेन और ओवरहॉल होगा. सफरान ने अपने नए प्रोजेक्ट का नाम रखा है: सफरान एयरक्राफ्ट सर्विस इंडिया. यह यूनिट इस साल के अंत तक चालू हो जाएगी.

क्यों है यह यूनिट खास : यह यूनिट फ्रांस से बाहर पहली ऐसी जगह होगी जहां M88 इंजन



राफेल फाइटर जेट का M88 इंजन अब भारत में भी बनेगा 'फिट'. सफरान ने हैदराबाद में मंटेनेंस यूनिट शुरू करने का ऐलान किया है., इससे 150 नौकरियां भी मिलेंगी.

की मंटेनेंस होगी. सफरान के अनुसार यह फैसिलिटी सालाना 600 से ज्यादा इंजन मॉड्यूल्स की मरम्मत कर सकेगी. यह प्रोजेक्ट भारत की रणनीतिक आत्मनिर्भरता

को भी नई ऊंचाई देगा खासकर डिफेंस सेक्टर में. सफरान ने कहा है कि 2040 तक यहां 150 नौकरियां पैदा होंगी और यह यूनिट भारत के बढ़ते ₹88 इंजन डिमांड

दुनिया के सबसे ताकतवर देश अमेरिका में आने वाली है मंदी! खतरनाक संकेत दे रहे हैं इकनॉमिक इंडिकेटर्स

एजेंसी

नई दिल्ली: दुनिया की सबसे बड़ी इकॉनमी वाले देश अमेरिका में अभी मंदी का खतरा टला नहीं है। देश के बड़े आर्थिक सूचकांक अब भी मंदी का संकेत दे रहे हैं। लीडिंग इकॉनॉमिक इंडेक्स (LIE) में मई में लगातार छठे महीने गिरावट आई है। पिछले 39 महीनों में 37 बार इसमें गिरावट आई है जो देश के इतिहास में सबसे लंबे दौर में से एक है। पिछले छह महीने में 5 फीसदी की सालाना दर से गिरावट आई है जो इस बात का संकेत है कि देश में अब



भी मंदी का खतरा बना हुआ है। LIE अपने उच्चतम स्तर से 16 फीसदी गिर चुका है और यह नौ साल के अपने न्यूनतम स्तर पर पहुंच चुका है। इतिहास पर नजर डालें तो 1960 के बाद हर बार मंदी से पहले एलईआई में

लंबे समय तक गिरावट आई है। इससे इस बात की आशंका बढ़ गई है कि अमेरिका का इकॉनमी मंदी में जा सकती है। अमेरिका की इकॉनमी मंदी में फंसी तो इसका असर पूरी दुनिया पर देखने को मिलेगा। तकनीकी रूप से लगातार

दो तिमाहियों में जीडीपी में गिरावट को मंदी कहा जाता है।

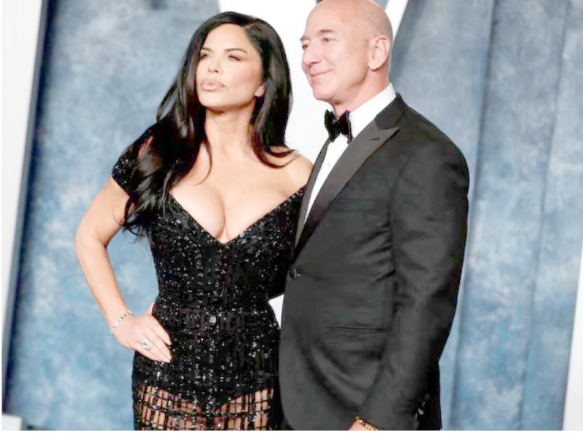
फेड का फंडा : इस बीच अमेरिका के सेंट्रल बैंक फेड रिजर्व के चेयरमैन जेरोम पावेल का कहना है कि ब्याज दरों में कटौती की फिलहाल कोई उम्मीद नहीं है। उन्होंने कहा कि पाॉलिसी बदलावों का दौर अभी चल रहा है और इकॉनमी पर उनके प्रभाव के बारे में अभी कुछ नहीं कहा जा सकता है। अभी तो हम इंतजार कर रहे हैं। ट्रंप की टैरिफ नीति का इकॉनमी पर कुछ असर होगा लेकिन कितना प्रभाव होगा, यह देखना बाकी है।

पिछली पत्नी तो ले गई थी 3 लाख करोड़, लेकिन नई वाली नहीं कर पाएगी ऐसा खेल, बेजोस ने डाला ऐसा पेच

एजेंसी

नई दिल्ली. अमेजन के फाउंडर जेफ बेजोस एक बार फिर से शादी के बंधन में बंधने जा रहे हैं. वह अपनी गर्लफ्रेंड लॉरेन सांचेज से इटली में शादी करेंगे. उनकी शादी का कार्यक्रम 26 जून से शुरू होगा और 29 जून तक चलेगा. आखिर बार जब बेजोस शादी-शुदा थे तो तलाक के समय उन्हें अपनी संपत्ति का एक बड़ा हिस्सा एलिमनी के तौर पर पूरा पत्नी मैकेंजी स्कॉट को देना पड़ा था. रिपोर्ट्स के अनुसार, बेजोस ने मैकेंजी को 38 अरब डॉलर या भारतीय रुपये में 3.2 लाख करोड़ रुपये दिए थे. ऐसा बेजोस को इसलिए करना पड़ा क्योंकि उन दोनों के बीच कोई प्रीनचूअल साइन नहीं किया गया था.

प्रीनचूअल वह एग्रीमेंट होता है जिसमें होने वाले पती और पत्नी इस बात पर सहमती जताते हैं कि शादी खत्म होने की सूत्र में कौन किसे क्या देगा. आमतौर पर इसे पुरुष की ओर से महिला को दी जाने वाली एलिमनी से जोड़कर देखा जाता है. इसमें एलिमनी व



अन्य भत्ते की रकम पहले से तय हो जाती है. बेजोस ने अपनी पूर्व पत्नी के साथ ऐसा कोई समझौता नहीं किया था. हालांकि, इस बार उन्होंने समझौदारी दिखाई है खबरों की मानें तो उन्होंने प्रीनप में कुछ अनूटी शर्तें रखी हैं.

कैसा है बेजोस-सांचेज का प्रीनप : कैलिफोर्निया के एक वकील ने अलफॉन्स प्रोविन्जियानो ने बताया है कि बेजोस-सांचेज का प्रीनप इतना जटिल है कि उन्होंने ऐसे एग्रीमेंट बहुत कम ही देखे हैं. उन्होंने बताया कि इस समझौते में एक

दम छोटे-छोटे लेवल तक की जानकारी उजागर की गई है. खबरों के अनुसार, बेजोस की नेटवर्थ को आधार माना जाए तो सांचेज को तलाक के बाद शादी के हर साल के लिए 10 लाख डॉलर मिल सकते हैं. इसके अलावा उनके पास कई प्रॉपर्टीज भी आ सकती हैं. हालांकि, एक क्लॉज समझौते में यह भी है कि सांचेज किसी छुपी हुई संपत्ति पर बाद में दावा नहीं कर सकती हैं.

बेजोस-सांचेज की कहानी : जेफ बेजोस और लॉरेन सांचेज

की मुलाकात 2018 में हुई थी. बेजोस तब मैकेंजी स्कॉट से मैरिड थे. लॉरेन, एक मशहूर अमेरिकी पत्रकार, न्यूज एंकर और ब्लैक ऑप्स एविएशन की संस्थापक हैं. वह उस समय अपने पति पैट्रिक व्हाइटसेल से अलग हो रही थीं. दोनों की नजदीकियां तब बढ़ीं, जब वे अमेजन और बेजोस की अंतरिक्ष कंपनी ब्लू ओरिजिन से जुड़े प्रोजेक्ट्स पर एक साथ काम करने लगे. उनकी दोस्ती जल्द ही प्यार में बदल गई और 2019 में बेजोस ने मैकेंजी से 25 साल पुरानी शादी खत्म करने की घोषणा की. इस तलाक में मैकेंजी को 38 अरब डॉलर के अमेजन शेयर मिले, जो इतिहास के सबसे महंगे तलाकों में से एक था. 2023 में, बेजोस ने फ्रांस के दक्षिणी तट पर अपनी 500 मिलियन डॉलर की लज्जरी याँट 'कोक' पर लॉरेन को प्रपोज किया. उन्होंने लॉरेन को 3-5 मिलियन डॉलर की गुलाबी हीरे की अंगूठी भेंट की, जिसने सुर्खियां बटोरीं. अब उनकी वेनिस में शादी की योजना है. शादी पर 5.5 करोड़ डॉलर खर्च होने का अनुमान है.

वो एक्ट्रेस जो 12वीं में रही टॉपर, कभी बनना चाहती थी IAS, किस्मत ले आई जॉन अब्राहम की फिल्म तक...

ये हसीना है दिल्ली की रहने वाली. जिन्होंने एंड्र एजेंसी से करियर की शुरुआत की और फिर जॉन अब्राहम की फिल्म में भी काम किया. इस अदाकारा की खूबसूरती तो लाजवाब है ही, ये पढ़ने में भी काफी होशियार रही हैं. इसलिए ब्यूटी विद ब्रेन कहना कतई गलत नहीं होगा.

ये कोई और नहीं बल्कि राशि खन्ना हैं जिनका सफर बेहद दिलचस्प है. एक समय था जब वो IAS अफसर बनने का सपना देखा करती थीं, लेकिन किस्मत उन्हें ग्लैमर की दुनिया में ले आई. आज वो साउथ और हिंदी फिल्मों में काम कर रही हैं. साथ साथ ओटीटी जगत पर भी एक्टिव हैं.

राशि खन्ना, दिल्ली की, एंड्र एजेंसी से करियर शुरू कर 'मद्रास कैफे' में दिखीं. 12वीं टॉपर राशि का IAS बनने का सपना था, अब साउथ और हिंदी फिल्मों में सक्रिय हैं.

आपको ये जानकर ताज्जुब होगा कि राशि खन्ना ने 12वीं बोर्ड एग्जाम में टॉप किया था. जी हां, वह टॉपर रह चुकी हैं. वो शुरू से ही पढ़ाई में तेज थीं. ऐसे में उनका पहला सपना ही ये था कि वह पढ़-लिखकर एक IAS अफसर बनें.

मगर उनकी किस्मत उन्हें ग्लैमर इंडस्ट्री में खींच लाई. राशि खन्ना की पढ़ाई-लिखाई की बात करें तो उन्होंने दिल्ली में अपनी स्कूली शिक्षा पूरी की और इसके बाद इंग्लिश साहित्य में ग्रेजुएशन किया. एक इंटरव्यू में उन्होंने बताया था कि वो पहले सिंगर बनना चाहती थीं, लेकिन कॉलेज में आने के बाद उनका मन IAS की तैयारी की तरफ मुड़ गया.

फिर जब वह फाइनली IAS की तैयारी के मैदान में उतर आईं तो उनकी किस्मत उन्हें एक्टिंग की ओर ले आई. फिर आखिरकार उन्होंने तय किया कि वह करियर अब इसी क्षेत्र में बनाएंगी. राशि खन्ना को कभी नहीं लगा था कि वो एक दिन एक्ट्रेस बनेंगी. एक्टिंग उनके लिए प्लान का हिस्सा नहीं थी. एक्टिंग में आने से पहले राशि ने एक एंड्र एजेंसी में भी काम किया. वह वहां पर राइटर के तौर पर काम कर रही थीं. फिर वह मॉडलिंग और एक्टिंग की ओर बढ़ीं.

फिल्म 'मद्रास कैफे' से राशि ने बॉलीवुड में कदम रखा. जिसमें वो जॉन अब्राहम के साथ नजर आईं. इस फिल्म में उनकी सादगी और गंभीरता से उन्होंने अपनी जगह पक्का करने की कोशिश की.

फिर उन्होंने तमिल फिल्म 'इमैक्का नोडिगल' में नयनतारा के साथ काम किया. तेलुगु फिल्म 'सरदार' और वेब सीरीज 'फर्जी' में भी वह नजर आ चुकी हैं. फर्जी एक वेब सीरीज थी जिसमें शाहिद कपूर लीड रोल में नजर आए थे. राशि को इंडस्ट्री में 11 साल से ज्यादा हो गए हैं. अभी भी वह इंडस्ट्री में बढ़िया काम कर रही हैं. अभी वह 34 साल की हैं और जल्द ही नए नए प्रोजेक्ट से फैंस को इंप्रेस करने वाली हैं.

आमिर खान ने राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू से की मुलाकात, 'सितारे जमीन पर' की सक्सेस के बीच वायरल हुई तस्वीर

सुपरस्टार आमिर खान इन दिनों अपनी हालिया रिलीज फिल्म 'सितारे जमीन पर' को लेकर चर्चा में बने हुए हैं. ऑडियंस मूवी पर जमकर प्यार लुटा रही है. इस बीच मंगलवार को आमिर खान ने भारत की राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने राष्ट्रपति भवन में मुलाकात की. इस दौरान की तस्वीर इंटरनेट पर वायरल हो रही है.

राष्ट्रपति के आधिकारिक सोशल मीडिया अकाउंट से इस मुलाकात की एक तस्वीर शेयर की गई, जिसके कैप्शन में लिखा, 'प्रसिद्ध फिल्ममेकर और एक्टर आमिर खान ने राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू से राष्ट्रपति भवन में मुलाकात की.' फोटो में आमिर खान व्हाइट कुर्ता और जींस पहने नजर आ रहे हैं. वह मुस्कुराते हुए राष्ट्रपति के साथ पोज दे रहे हैं.

पीएम नरेंद्र मोदी से भी मिले आमिर खान : इससे पहले आमिर खान की प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से मुलाकात की तस्वीरें वायरल हुईं



थीं. दोनों की यह मुलाकात एक इवेंट में हुई थी. वायरल हुई तस्वीर में आमिर और पीएम मोदी की हाथ मिलाते हुए देखा गया. सूत्रों ने बताया कि पीएम मोदी ने एक्टर से उनकी मां का हाल जाना.

20 जून को रिलीज हुई फिल्म : फिल्म 'सितारे जमीन पर' 20 जून को सभी सिनेमाघरों में रिलीज हुई. इसमें आमिर खान ने जूनियर बास्केटबॉल कोच गुलशन

रात वह शराब पीकर गाड़ी चलाता है और पकड़े जाने पर हाथापाई पर उतारू हो जाता है. इस मामले में अदालत गुलशन को जेल भेजने के बजाय कम्युनिटी सर्विस की सजा सुनाती है, जिसमें उसे 'डाउन सिंड्रोम' वाले युवा-वयस्कों की एक फुटबॉल टीम बनाकर उन्हें टूर्नामेंट के लिए तैयार करना होता है.

बॉलीवुड एक्टर जैकलीन फर्नांडिस को हाल ही में इटली के रिमिनी में आयोजित इटैलियन ग्लोबल सीरीज फेस्टिवल 2025 में सम्मानित किया गया. इस खास मौके पर एक्ट्रेस ने सोशल मीडिया पर पोस्ट करते हुए अपनी खुशी जाहिर की. एक्ट्रेस को उद्घाटन समारोह में सिनेमा जगत में उनके योगदान के लिए सम्मानित किया गया.

यह फेस्टिवल टीवी और फिल्मों में ग्लोबल लेवल पर शानदार परफॉर्मेंस करने वाले एक्टरों को समर्पित है. फिल्म फेस्टिवल में जैकलीन को अन्य हस्तियों के साथ यह सम्मान मिला.एक्ट्रेस ने कहा कि उनके लिए सिनेमा सिर्फ कहानी

नई दिल्ली. महज 9 साल की उम्र से एक्टिंग करियर की शुरुआत करने वाली एक्ट्रेस, जिन्होंने अपने करियर में धर्मेन्द्र, जितेंद्र और अमिताभ बच्चन समेत हर कलाकार के साथ काम किया. लेकिन फिर भी इंडस्ट्री की खलनायिका बन गईं.

इंडस्ट्री की वा जानी मानी एक्ट्रेस कोई और नहीं अरुणा ईरानी हैं. हिंदी फिल्मों में उन्होंने कई तरह के रोल्स निभाए हैं. उन्होंने खतरनाक वैम्प के रोल में भी लोगों का दिल जीता. बॉलीवुड की एक और खतरनाक वैम्प बिंदू उनकी कजन थीं.

लहरें रेडो को दिए इंटरव्यू में अरुणा ईरानी अपने और बिंदू के रिलेशन पर बात की थी. उन्होंने बताया था कि, 'वह मेरी सौतेली मौसी की बेटी हैं. मेरे नाना की दो

अमिताभ की वो फिल्म, जिसे देखकर पागल हो गए थे दर्शक...सीटें तक फाड़ डालीं

वैसे तो आपने अमिताभ बच्चन की कई सुपरहिट फिल्मों के बारे में सुना होगा. कुछ फ्लॉप फिल्में भी देखी होंगी. लेकिन बिग बी के करियर की एक फिल्म ऐसी थी जिसे देखकर दर्शकों का गुस्सा फट पड़ा था. खूब विवाद भी हुआ था. इतना कि थिएटर की सीट तक फाड़ दी. चलिए बताते हैं इस फिल्म के बारे में.

ये वो फिल्म है जिसका किरदार खूब पॉपुलर हुआ. इस नाम से दोबारा फिल्म भी बनी लेकिन फिल्म जब रिलीज हुई थी तो दर्शकों ने बवाल काटा था. इस फिल्म का नाम है 'अग्निपथ'.

'अग्निपथ' का नाम सुनते ही आप चौंक गए होंगे. जिस फिल्म के बारे में आपने इतना कुछ सुना है उसे लेकर आखिर विवाद क्यों हुआ? इस फिल्म में बिग बी ने विजय दीनानाथ चौहान का किरदार प्ले किया था. जिसके डायलॉग भी काफी पॉपुलर हुए थे.

'अग्निपथ' के बवाल के किस्से को शेयर करते हुए खुद बिग बी ने बताया था कि उन्होंने इस किरदार



की आवाज के साथ एक्सपीरिमेंट किया था जो कि दर्शकों को पसंद नहीं आया था. हुआ ये था कि म्यूजिक कंपोजर कल्याण-आनंद से मिलने एक शख्स आया करता था. उसकी आवाज काफी बारी थी तो मुझे लगा क्यों न मैं भी अपने किरदार की आवाज को कुछ इसी अंदाज में रखूं.

अमिताभ बच्चन ने बताया कि जब फिल्म रिलीज हुई तो दर्शक थिएटर में हंगामा मचाने लगे. वह कहने लगे कि साउंड डिपार्टमेंट

को बोले कि इस आवाज को सही करो. बच्चन साहब की आवाज ऐसी नहीं है. ये कहते हुए दर्शक इतना नाजुक हो गए कि सीट तक फाड़ दी.

फिर क्या मेकर्स को भी इस बारे में दोबारा सोच विचार करना पड़ा. ऑडियंस अमिताभ बच्चन की आवाज के साथ छेड़छाड़ को पसंद नहीं कर रही थी. ऐसे में बिग बी ने दोबारा अपनी आवाज में फिल्म को डब किया.

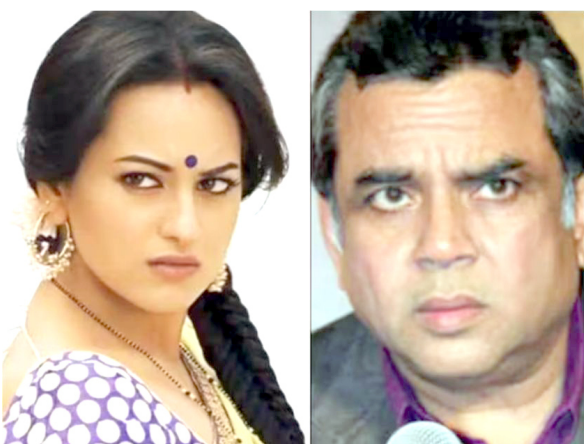
अग्निपथ फिल्म की बात करें

'परेश रावल जैसे एक्टर के साथ...', 'हेरा फेरी 3' विवाद के बीच सोनाक्षी सिन्हा ने की सीधी बात

बॉलीवुड की टैलेंटेड एक्ट्रेस सोनाक्षी सिन्हा ने मोस्ट-अवेटेड फिल्म 'हेरा फेरी 3' को लेकर अपनी बात रखी है. सोनाक्षी का मानना है कि अपकमिंग फिल्म में अभिनेता परेश रावल के बिना मजा नहीं है. वह 'बाबूराव गणपतराव आर्टे' के बिना फिल्म की कल्पना भी नहीं कर सकती हैं.

सोनाक्षी सिन्हा ने हाल ही में 'हेरा फेरी 3' को लेकर अपनी राय खुलकर जाहिर की है. उनका मानना है कि इस फिल्म में अगर बाबूराव यानी परेश रावल नहीं होंगे, तो मजा ही नहीं आएगा.सोनाक्षी ने कहा कि वह 'हेरा फेरी 3' को परेश रावल के बिना सोच भी नहीं सकती. उन्होंने बताया कि एक दर्शक के तौर पर उनके लिए बाबूराव का किरदार फिल्म की जान है.

परेश रावल ने कुछ दिनों पहले सोशल मीडिया पर साफ किया था कि वो 'हेरा फेरी 3' का



परेश रावल ने 'हेरा फेरी 3' छोड़ी, तो खूब विवाद हुआ था. अक्षय कुमार उनके इस फैसले से काफी नाराज भी हुए थे.हालांकि, परेश रावल के निर्णय पर सुनील शेट्टी भी अपनी बात रखी थी. अब इस मामले में सोनाक्षी सिन्हा ने भी बड़ा बयान दिया है.

हिस्सा नहीं हैं. उन्होंने यह भी कहा कि फिल्म से हटने की वजह कोई झगड़ा या रचनात्मक मतभेद नहीं है और उनका डायरेक्टर प्रियदर्शन

से कोई मनमुटाव नहीं है. परेश रावल की इस खबर से फैंस काफी दुखी हैं क्योंकि बाबूराव का किरदार इस फ्रेंचाइजी की पहचान बन चुका

तो बिग बी के अलावा फिल्म में मिथुन चक्रवर्ती भी थे और इसे आईएमडीबी पर 7.6 की रेटिंग मिली है. लेकिन आपको जानकर हैरानी होगी कि इस फिल्म को अच्छी खासी कमाई करने के बाद भी फ्लॉप का दर्जा मिला था.

अग्निपथ को ऑडियंस ने काफी प्यार दिया था. बॉक्स ऑफिस पर 10 करोड़ अमिताभ बच्चन और मिथुन चक्रवर्ती की फिल्म ने छापे थे. थिएटर में भी दर्शक सीटी मारते मारते नहीं थके थे. लेकिन इस फिल्म का बजट 28 करोड़ था और मुकुस एस आनंद के निर्देशन में बनी फिल्म पैसा वसूल नहीं कर पाई थी. फिल्म के प्रोड्यूसर करण जौहर के पिता यश जौहर

करण जौहर ने पिता की इसी यादगार फिल्म को दोबारा व्हैतिक रोशन के साथ साल 212 में बनाया था जिसे करण मल्होत्रा ने डायरेक्ट किया था. तब 58 करोड़ के बजट में बनी अग्निपथ ने 190 करोड़ का कलेक्शन कर हिट का दर्ज हासिल किया था.

है.

सोनाक्षी ने परेश रावल के साथ अपने काम का एक्सपीरियंस शेयर किया है. दोनों ने हाल ही में फिल्म 'निकिता रॉय' में साथ काम किया है. सोनाक्षी ने बताया, 'परेश रावल जैसे लीजेंड एक्टर के साथ स्क्रीन शेयर करना मेरे लिए गर्व की बात है. उनके अभिनय से मैं बहुत प्रभावित हुई हूँ. जब सोनाक्षी से पूछा गया कि उन्हें परेश रावल कामेडी में ज्यादा पसंद हैं या गंभीर किरदारों में, तो उन्होंने कहा, 'वो दोनों ही रोल्स में कमाल करते हैं. उन्हें किसी एक कैटेगरी में नहीं बांधा जा सकता.'

बता दें कि सोनाक्षी की फिल्म 'निकिता रॉय' 27 जून को रिलीज हो रही है. इस फिल्म से उनके भाई कुश सिन्हा डायरेक्टोरियल डेब्यू कर रहे हैं. फिल्म में परेश रावल, अर्जुन रामपाल और सुहेल नायर भी अहम किरदारों में नजर आएंगे.

'सिनेमा की कोई सीमा नहीं', ग्लोबल फेस्टिवल में सम्मानित हुई जैकलीन फर्नांडिस, जाहिर की अपनी खुशी



कहने का जरिया नहीं, बल्कि यह समय, भाषा और दुनिया को जोड़ने का एक मजबूत जरिया है. इस लिए सम्मानित होना बहुत खास

है.

इंस्टाग्राम पर फेस्टिवल की तस्वीरों को शेयर करते हुए जैकलीन ने कैप्शन में लिखा, 'सिनेमा मेरे लिए सिर्फ कहानी नहीं, बल्कि लोगों को समय, भाषा और भौगोलिक सीमाओं से परे जोड़ने का तरीका है. इस योगदान के लिए सम्मानित होना मेरे लिए शब्दों से परे है. धन्यवाद इटैलियन ग्लोबल सीरीज फेस्टिवल.'

सम्मानित होना गर्व की बात जैकलीन फर्नांडिस ने आगे लिखा, 'रिमिनी में इस फिल्म फेस्टिवल में अन्य शानदार पुरस्कार विजेताओं के साथ सम्मानित होना मेरे लिए गर्व की बात है. आइए, विश्व भर में सिनेमा के और भी

पलों का जश्न मनाएं.'

'हाउसफुल 5' में नजर आईं जैकलीन फर्नांडिस वर्कफ्रंट की बात करें तो जैकलीन हाल ही में कामेडी फिल्म 'हाउसफुल 5' में नजर आईं, जिसमें उनके साथ अक्षय कुमार, रितेश देशमुख, अभिषेक बच्चन, सोनम बाजवा, नरगिस फाखरी, संजय दत्त, जैकी श्रॉफ, नाना पाटेकर, चित्रांगदा सिंह, फरदीन खान, चंकी पांडे, जानी लीवर, श्रेयस तलपड़े, डिने मोरिया, रंजीत, सौंदर्या शर्मा, निकितैन धीर और आकाशदीप साबिर जैसे सितारे अहम भूमिकाओं में हैं.तरुण मनसुखानी के निर्देशन में बनी फिल्म का निर्माण साजिद नाडियाडवाला ने किया है.

'मैं 50 रुपए उधार मांगने जाती थी', शशि कपूर की दीवानी थी ये एक्ट्रेस, जितेंद्र-राजेश खन्ना-अमिताभ संग कर चुकी काम



बीवियां थीं, एक मेरी मां की मां और दूसरी कोई और थीं। बिंदू दूसरी पत्नी से थीं. हम कभी करीबी कजन्स नहीं रहे.

अरुणा ईरानी ने बताया था कि वह उस वक्त बहुत गरीब थे. उन्होंने कहा कि मैं बिंदू के परिवार

से बार-बार 50 रुपये दे दो, 30 रुपये दे दो मांगने भेज दियाज जाता था. उनको पसंद नहीं था. इस वजह से हमारा डिस्टेंस रहता था. हम बहुत करीब नहीं थे.

अरुणा ईरानी ने करियर में 'शोड़ा रेशम लगता है', 'चढ़ती

बॉलीवुड की वो हसीना जिसने करियर में 300 से ज्यादा हिंदी फिल्मों और कई टीवी शोज में काम किया. साल 1961 में 'गंगा जमुना' में अजरा के किरदार से उन्होंने अपना फिल्मी करियर शुरू किया था. एक्ट्रेस बनने आई ये एक्ट्रेस देखते ही देखते विलेन बन गईं.

जवानी मेरी चाल मस्तानी', 'दिलबर दिल से प्यारे' और 'मैं शायर तो नहीं' हिंदी सिनेमा को उन्होंने कई सुपरहिट गाने दिए हैं. अपनी एक्टिंग के साथ-साथ वह अपने डांस के लिए भी फेमस हैं.

अपने करियर में उन्होंने 'जहां आरा' (1954), 'फर्जी' (1967), 'उपकार' (1967), 'आया सावन झूम के' (1969) और 'कारवां' (1971) जैसी कई हिट और सुपरहिट फिल्मों में काम कर किया. जितेंद्र के साथ फिल्म 'कारवां'

में अरुणा के काम को लोगों ने काफी पसंद किया था. खासतौर पर फिल्म के गाने 'चढ़ती जवानी मेरी चाल मस्तानी', 'दिलबर दिल से प्यारे' अरुणा के डांस की वजह से काफी लोकप्रिय हुए थे.

बता दें कि कपिल शर्मा के शो में तो उन्होंने खुद खुलासा किया था कि वह शशि कपूर से काफी फ्लर्ट किया करती थी, वह शूटिंग के दौरान बार बार रीटेक लिया करती थीं, उन पर गिरती थी, ताकि उनसे फ्लर्ट कर सके.

BRAHMA KUMARIS
WORLD HEADQUARTERS
MOUNT ABU (RAJ)

Social Media Influencer Retreat on
Role of Digital Media in TRANSFORMING SOCIETY
30TH JULY - 3RD AUGUST 2025
AT MANMOHINIVAN CAMPUS, ABU ROAD RAJASTHAN

Who Can Participate?
•Social Media Influencers
•Content Creators
•Bloggers, Vloggers, Podcasters
•Spiritual Media Professionals
•Digital Activists

For Registration & More Details:
94140 89666
80036 78111

ORGANISED BY:
MEDIA WING
RAJYOGA EDUCATION
& RESEARCH FOUNDATION

bksocialmediaretreat@gmail.com