समर्थ संवाद

www.samarthsamvad.com www//facebook.com/samarthsamvad @samarth_samvad YouTube @samarthsamvad

रजिस्ट्रेशन : TC-PUNHIN-01947 ● वर्ष : 1 ● अंक : 2 ● जालंधर, पाक्षिक समाचारपत्र, 16-31 मई, 2021 ● पृष्ठ : 8 ● मूल्य : 5/-

सुविचार

इंसान को जीने के लिए हवा की अत्यंत आवश्यकता है और यदि यह प्रकृति के नाराज होने से दूषित हो गई तो जीवन नष्ट हो जाएगा, इसलिए प्राकृतिक सौंदर्य को नष्ट मत करो जीवों और पेड़ पौधों पर दया भाव रखो। - जय गुरुदेव

पृष्ठ 7 कृष्णा श्रॉफ का बोल्ड अंदाज...

गुरुओं की धरती पर ड्रग्स माफिया का आतंक

पंजाब पिछले दो दशकों से नशाखोरी के कारण गर्त में जा रहा है। गुरुओं की धरती नशा तस्करी का पर्याय बनती जा रहा है। अफीम, भुक्की से शुरू हुआ सिलसिला हेरोइन, स्मैक, कोकीन, सिंथेटिक ड्रग जैसे जानलेवा नशे तक पहुंच चुका है। कभी यूपी और बिहार गैंगस्टरों के लिए जाने जाते थे, आज पंजाब में गैंगस्टरों की धमक हो गई है। नशे के लिए कहीं न कहीं गैंगवार हो रही है। गैंगवार के बीच सबसे चौंका देने वाली घटना तो यह है कि यहां बच्चियों को नशा खिलाकर उनकी आबरू रौंदी जा रही है। बच्चियों को नशे की लत में धकेलकर उन्हें जिस्मफरोशी के धंधे में धकेला जा रहा है। नशा खिलाकर बच्चियों से गैंगरेप करवाया जा रहा है। हाल की दो घटनाओं से पूरा पंजाब हिल गया है। पहली घटना जालंधर की है। जहां कांग्रेस के एक नेता की इमारत में चल रहे स्पा सैंटर में 15 साल की बच्ची को नशा देकर गैंगरेप किया गया। दूसरी घटना लुधियाना की, जगराओं में ड्रग्स माफिया ने दानामंडी में पंजाब पुलिस के दो थानेदारों की हत्या कर दी।

पढ़े समर्थ संवाद की रिपोर्ट

जरा याद करो ये सौगंध...

''मैंनूं गुटका साहिब दी सौंह, 4 हफ्तेयां 'च नशेयां दे कारोबार दा लक्क तोड़ देयांगा''

15 दिसंबर 2015, बठिंडा : पहली चुनावी रैली में... जनता से किया था वादा

आ ए गुटका साहिब ते ऐथों 30 किलोमीटर दूर दमदमा साहिब ए, मैं ओहदे वल गुटका साहिब हथ 'च लैके सौंह खान्नैं इह जो नशेयां दा कम्म है, जो आम आदमी कैंहदे 4 महीनेयां च खत्म करटूं, मैं 4 हपतेयां च इसदा लक्क तोड़के छड्डूं...।

जालंधर : नशा देकर बच्ची से गैंगरेप

कांग्रेसी नेता की इमारत में खुले स्पा सैंटर में दरिंदगी

मॉडल टाउन के क्लाउड स्पा सेंटर में 15 वर्षीय बच्ची के साथ गैंगरेप किया गया है। जांच में यह खुलासा हुआ है कि स्पा सेंटर का मालिक आशीष उर्फ दीपक बहल रेपिस्ट हैं। अमृतसर के रहने वाले दीपक बहल उर्फ आशीष, गढ़ा के अरशीद खान और इंदर की तलाश में रेड की गई है। पुलिस जांच में यह बात आ रही है कि आरोपी मिलकर सेंटर चला रहे थे और इंद्र मैनेजर था। पुलिस ने केस में अरेस्ट किए गए शहीद भगत सिंह कॉलोनी के रहने वाले सोहित शर्मा को अदालत में पेश कर तीन दिन के रिमांड पर लिया है। इस पूरे मामले में कुछ नेताओं और पुलिस अफसरों की मिलीभुगत बताई जाती है।

लुधियाना : नशा रोका तो दो एएसआई की हत्या

दाना मंडी में कैंटर से उतार रहे थे ड्रग्स, रोका तो चलाई गोलियां

जगराओं । जगराओं नई दाना मंडी में नशा तस्करों ने पुलिस टीम पर ताबड़तोड़ फायरिंग कर दो एएसआइ की हत्या कर दी। इसके बाद बेखौफ तस्कर कैंटर से नशा निकालकर कार में डालते रहे। लहूलुहान पुलिसकर्मी तड़प रहे थे और तस्कर नशे को कार में रखने में व्यस्त थे। वारदात के समय की एक वीडियो से पता चला कि उन्हें इस बात का भी कोई मलाल नहीं था कि दो पुलिस अफसरों को मार दिया है।

गौरतलब है कि दाना मंडी में उस समय सैकड़ों लोग मौजूद थे। मंडी में काम करने वाले मजदूरों के अलावा कई युवा क्रिकेट खेल रहे थे। तस्कर फायरिंग के बाद एएसआइ भगवान सिंह का मोबाइल भी साथ ले गए। दोनों एएसआइ और उनके साथ होमगार्ड जवान साधारण कपड़ों में आए थे। शुरूआत में तस्करों और पुलिस कर्मियों के बीच बहस और गाली गलौज भी हुआ। मंडी में शोर होने के कारण किसी उनकी ओर ध्यान नहीं दिया। घटना के समय भाग खड़े हुए होमगार्ड के जवान राजविंदर सिंह से पुलिस अधिकारी पूछताछ कर रहे हैं।

मुख्यमंत्री के पॉलिटिकल एडवाइजर की विधायक को खुली धमकी

"असी तेरा पुलंदा तैयार कर लेया है, हुण तैनूं ठोकांगे, तू तैयार हो जा"

समर्थ संवाद, जालंधर

जालंधर कैंट के विधायक परगट सिंह ने सोमवार को आरोप लगाया कि मुख्यमंत्री कैप्टन अमरेंद्र सिंह के राजनीतिक सचिव कैप्टन संदीप संधू ने उन्हें बेअदबी के मुद्दे पर सीएम के खिलाफ आवाज उठाने पर पुलिस केस करने की धमकी दी है। परगट सिंह ने एक संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए आरोप लगाया कि राजनीतिक सचिव ने पिछले सप्ताह मुख्यमंत्री का संदेश देते हुए कहा-असी तेरा पुलंदा तैयार कर लेया है, हुण तैनूं ठोकांगे, तू तैयार हो जा। विधायक ने कहा कि भारतीय हॉकी टीम का पूर्व कप्तान होने के नाते मैं इस तरह का संदेश पाकर स्तब्ध था। लेकिन अगर बेअदबी और पुलिस फायरिंग के मामलों पर सच बोलना उन्हें स्वीकार्य नहीं था, तो उन्हें जो करना है, कर लें।

कैप्टन के राजनीतिक सलाहकार संधू ने कहा कि मैंने तो सीएम का मैसेज आपको देना था, दे दिया। परगट ने कहा, जैसे धमकी दी जा रही है वह पंजाब के लिए अच्छे संकेत नहीं हैं। परगट ने कहा कि मैं मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह से कहता हूं कि वे विजिलेंस के साथ-साथ चाहे ईडी से भी मेरी संपत्ति की जांच करवा लें, मैं किसी भी जांच से नही डरता हूं।

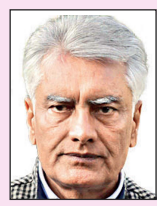
कैप्टन के लिए अच्छा संकेत नहीं

परगट ने कांग्रेस की कारगुजारी पर सवाल उठाते हुए कहा कि अपने चार साल के कार्यकाल में सरकार माफियों पर शिकंजा नहीं कस पाई है। मेरा कोई ग्रुप नहीं है। मैं पार्टी को खराब नहीं करता, लेकिन मैं अपने लिए जरूर लडूंगा और जनता की आवाज भी उठाता रहूंगा। मैं सरकार से कहना चाहता हूं न तो मैं मंत्री रहा हूं और न ही मैंने कोई गलत बात की है, इसके बावजूद संधू की तरफ से मुझे सीएम का ऐसा धमकी भरा संदेश दिया जाना, न तो सरकार के लिए न ही कैप्टन अमरिंदर सिंह के लिए अच्छा संकेत है। मैं चैलेंज करता हूं कि मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह चाहे विजिलेंस जांच करा लें, ईडी की जांच करा लें चाहे सीबीआई जांच करा लें, मैंने कुछ गलत किया नहीं तो डर किस बात का। सीएम एक अच्छे एडमिनिस्ट्रेटर हैं, लेकिन अच्छे कॉर्डिनेटर नहीं हैं।

सिर्फ बात की, कोई धमकी नहीं दी: संधू

संदीप संधू ने कहा, धमकी के जो आरोप परगट लगा रहे हैं वे गलत हैं। मैंने उनसे बात जरूर की थी, जो कि मेरा कार्य हैं, मैं समय-समय पर विभिन्न राजनेताओं से बात करता रहता हूं, लेकिन मेरी किसी को कोई धमकी देने की कभी मंशा नहीं रहती।

बदले की राजनीति नहीं करती कांग्रेस: जाखड़



सुनील जाखड़ ने कहा कि विजिलेंस जांच की जमीनी स्तर पर कोई सच्चाई नहीं है। कांग्रेस पार्टी कभी भी बदले की राजनीति में शामिल नहीं होती है। वास्तव में इन अफवाहों में कोई सच्चाई नहीं थी क्योंकि संधू ने खुद स्पष्ट किया था कि उन्होंने परगट को कोई धमकी नहीं दी।

मेष : मेष राशि के जातकों को इस सप्ताह नकारात्मक चीजों को छोड़कर सकारात्मक बने रहने की बहुत जरूरत है। व्यस्त रहें, मस्त रहें फामूर्ले को अपनाते हुए समय का सदुपयोग करें। सप्ताह के प्रारंभ में कुछेक पारिवारिक समस्याएं रहेंगी। नौकरीपेशा लोगों पर काम का अतिरिक्त बोझ आ सकता है। बैंक, बीमा, फाइनेंस आदि से जुड़े लोगों को कुछेक उलझनें रहेंगी। व्यापारियों का समय मध्यम है। प्रेम प्रसंग में जल्दबाजी से बचें। दांपत्य जीवन में मधुरता बनी रहेगी। जीवनसाथी का पूरा साथ मिलेगा। सेहत संबंधी परेशानियों की अनदेखी न करें।

शुभ अंक- 9, शुभ रंग-पीला, सफलता का सूत्र-योजना के अनुसार कार्य करें।

उपाय-श्री हनुमान जी की उपासना करें और उन्हें गुड़ एवं चना का प्रसाद चढ़ाएं।

वृषभ: वृष राशि के जातकों की सप्ताह की शुरूआत किसी ऐसे व्यक्ति की मुलाकात के साथ होगी जो आपके जीवन को नई दिशा दिखाने का कार्य करेगा। इस दौरान आप अपने पारिवारिक दायित्वों की पूर्ति बेहतर तरीके से करेंगे। केमिकल, दवाओं आदि का कार्य करने वालों का समय शुभ है। सप्ताह के मध्य में परिवार के किसी सदस्य की सेहत को लेकर मन चिंतित रहेगा। इस दौरान छात्रों का मन पढ़ाई से उचट सकता है। प्रेम संबंधों में मजबूती आयेगी। जीवनसाथी के साथ बेहतर समय व्यतीत करेंगे। मन एवं शरीर को संतुलित करने के लिए योग एवं ध्यान करें।

शुभ अंक- 6, शुभ रंग- बुधवार, सफलता का सूत्र- चुनौतियों का सामना करें।

उपाय- किसी धार्मिक स्थल पर पूजा पाठ संबंधी चीजों का दान करें। श्री गायत्री मंत्र का जप करें।

मिथुन: मिथुन राशि के जातकों का इस सप्ताह अधिकांश समय धार्मिक सामाजिक कार्यों में बीतेगा। सप्ताह के प्रारंभ में किसी विशेष कार्ययोजना के सफल होने पर घर में खुशी का माहौल रहेगा। सप्ताह के मध्य में भावनाओं में बहने की बजाय विवेक से कार्य करें, अन्यथा बाद में पछताना पड़ सकता है। कमीशन से जुड़ा कार्य करने वालों को चुनौतियां बनी रहेंगी। थोक व्यापारियों के मुकाबले छोटे व्यापारियों का समय ठीक है। युवाओं का अधिकांश समय मौज मस्ती करते बीतेगा। प्रेम प्रसंग में मर्यादा का ख्याल रखें, अन्यथा सामाजिक कलंक लग सकता है।

शुभ अंक- 2, शुभ रंग- आसमानी, सफलता का सूत्र-अपने लक्ष्य से न भटकें।

उपाय- जरूरतमंदों की मदद करें। गणपति की उपासना करें और 'ॐ गं गणपतये नमः' मंत्र का जप करें।

कर्क : कर्क राशि के जातकों को इस सप्ताह के प्रारंभ में घर एवं बाहर दोनों जगह चुनौतियों का सामना करना पड़ सकता है। हालांकि आप अपने विवेक एवं साहस से इनसे पार पाने में कामयाब हो जाएंगे। कारोबार में धन के लेन देन में अत्यंत सावधानी बरतने की आवश्यकता है। प्रतियोगिता की तैयारी में जुटे छात्रों को सफलता के लिए अत्यधिक परिश्रम की आवश्यकता होगी। प्रेम संबंधों को लेकर किसी के बहकावे में न आएं, अन्यथ बनी बनाई बात बिगड़ सकती है। जीवनसाथी की भावनाओं की उपेक्षा न करें। खान पान पर विशेष ध्यान दें।

शुभ अंक- 6, शुभ रंग- नीला, सफलता का सूत्र- धैर्य से कार्य करें।

उपाय- चावल अथवा चीनी का दान करें। भगवान शिव की उपासना करें और 'ॐ नमः शिवाय' मंत्र का जप करें।

सिंह: सिंह राशि के जातकों को इस सप्ताह आलस्य छोड़कर अपना कार्य समय पर करना होगा अन्यथा पास आया अवसर हाथ से निकल जायेगा। सप्ताह के प्रारंभ में सामाजिक कार्यों में सहभागिता का योग है। मित्रों एवं सगे संबंधियों के बीच आपकी मान प्रतिष्ठा बढ़ेगी। कार्यक्षेत्र में सीनियर्स आपके काम की सराहना करेंगे। चिकित्सा से जुड़े लोगों का समय अनुकूल है। राजनीति से जुड़े लोगों को बड़े पद के साथ बड़ी जिम्मेदारी मिल सकती है। प्रेम प्रसंग में किसी तरह का ईगो लाने से बचें, अन्यथा बाद में पछताना पड़ सकता है। जीवनसाथी का पूरा साथ मिलेगा। वाहन धीरे चलाएं, चोट लगने की आशंका है।

शुभ अंक- 4, शुभ रंग-सुनहरा, सफलता का सूत्र-समय पर कार्य करें।

उपाय-तांबे के लोटे में जल और रोली अक्षत डालकर उगते हुए सूर्य को अर्घ्य दें। आदित्य हृदय स्तोत्र का पाठ करें।

कन्या: कन्या राशि के जातकों के लिए सेहत और संबंधों के मामले में यह सप्ताह बीते सप्ताह के मुकाबले बेहतर साबित होगा। जीवन के विभिन्न क्षेत्र में प्रगति बनाए रखने के लिए मनोयोग से कार्य करना होगा। सप्ताह के अंत में कुछ अनमनापन रहेगा। महिला प्रोफेशनलों के लिए समय कुछ चुनौतीपूर्ण रहेगा। बीमार चल रहे लोगों की सेहत में सकारात्मक सुधार होगा। रोजगार की दिशा में प्रयासरत लोगों का इंतजार थोड़ा बढ़ सकता है। प्रेम प्रसंग में मजबूती आयेगी। घर में रहकर कार्य करते हुए भी कार्य की व्यस्तता बनी रहेगी। नतीजतन, परिजनों के लिए समय नहीं निकाल पाएंगे।

शुभ अंक- 2, शुभ रंग- भूरा, सफलता का सूत्र- आत्मविश्वास बनाए रखें।

उपाय-गाय को हरा चारा दें। गणपति की उपासना करें और 'ॐ गं गणपतये नमः' मंत्र का जप करें।

तुला : तुला राशि के जतकों को इस सप्ताह कार्यक्षेत्र में रुकावटें आने से मन विचलित हो सकता है। सप्ताह के प्रारंभ में आकस्मिक खर्च का योग है। आय के मुकाबले व्यय होने से मन चिंतित रहेगा। व्यापारियों का समय मध्यम है। सप्ताह के मध्य में जमीन जायदाद से संबंधी फैसला आपके हक में आयेगा। महिलाओं का अधिकांश समय पूजा पाठ में बीतेगा। प्रेम प्रसंग में मजबूती आयेगी। परिजन आपके प्रेम संबंधों को स्वीकार कर सकते हुए विवाह पर मुहर लगा सकते हैं। सेहत संबंधी किसी भी परेशानी की अनदेखी न करें। अपने व्यस्ततम जीवनशैली में से कुछ समय सेहत के लिए जरूर निकालें।

शुभ अंक- 7, शुभ रंग- बुधवार, सफलता का सूत्र- बसंती

उपाय- मनोयोग से कार्य करें। देवी भगवती की साधना करें।

वृश्चिक: सप्ताह के प्रारंभ में वृश्चिक राशि के जातकों के जीवन में थोड़े उतार चढ़ाव के साथ नये अवसरों की प्राप्ति के योग बनेंगे। परिजनों के साथ हंसी खुशी समय बिताने का अवसर प्राप्त होगा। इस दौरान समय का प्रबंधन और पूरे मनोयोग से कार्य करते हुए आप मनचाही सफलता प्राप्त कर सकते हैं। सप्ताह के मध्य में किसी प्रभावी व्यक्ति की मदद से अटके हुए कार्य पूरे होंगे। सप्ताह के अंत में अपनी तबीयत का विशेष ख्याल रखें। युवाओं, छात्रों आदि का समय ठीक है। प्रेम प्रसंग में मजबूती आयेगी। जीवनसाथी का पूरा साथ मिलेगा।

शुभ अंक- 8, शुभ रंग- धानी, सफलता का सूत्र- आज का काम कल पर न टालें।

उपाय- श्री हनुमान जी को सिंदूर का चोला चढ़ाएं। हनुमान चालीसा का नित्य पाठ करें।

धनु : धनु राशि के जातकों को इस सप्ताह के प्रारंभ में ही अपने जीवन की गाड़ी पटरी पर आती हुई नजर आयेगी। लंबे समय से अटके कार्य पूरे होंगे। बीमार चल रहे लोगों की सेहत में सुधार होगा। कारोबार की दिशा में शुभचिंतकों की मदद से सकारात्मक सुधार होगा। उधार वसूली का योग बनेगा। पारिवारिक मतभेदों में समाधान का वातावरण बनेगा। प्रेम संबंधों में किसी भी प्रकार की जिद या जल्दबाजी से बचें। खट्टी मीठी तकरार के साथ जीवनसाथी का पूरा साथ मिलेगा। प्रतियोगिता की तैयारी में जुटे छात्रों को सुखद समाचार प्राप्त होगा।

शुभ अंक-7, शुभ रंग-पीला, सफलता का सूत्र-लापरवाही न करें।

उपाय-भगवान विष्णु की आराधना करें। 'ॐ नमो नारायणाय' मंत्र का जप करें।

मकर : कोरोना काल के कठिन दौर में करिअर कारोबार से जुड़ी कोई सुखद समाचार मिलने से मन प्रसन्न रहेगा। रुके हुए कार्यों में गति आएगी। हालांकि आय के मुकाबले खर्च की अधिकता बनी रहेगी। मनोरंजन एवं कंस्ट्रक्शन से जुड़े कारोबारियों के लिए समय चुनौतीपूर्ण है। इस दौरान अति उत्साह या भावना में बहकर कोई निर्णय लेने से बचें। प्रेम संबंधों में मजबूती आयेगी। कठिन समय में लव पार्टनर का साथ मिलेगा। सप्ताह के अंत में जीवनसाथी की सेहत को लेकर मन थोड़ा चिंतित रहेगा। स्वयं की सेहत पर विशेष ध्यान रखने की जरूरत बनी रहेगी।

शुभ अंक- 1, शुभ रंग- आसमानी, सफलता का सूत्र- मन को शांत रखें।

उपाय- मजदूर एवं गरीब वर्ग की मदद करें। 'ॐ शं शनैश्चराय नमः' मंत्र का जप करें।

कुंभ: कुंभ राशि के जातकों के लिए इस सप्ताह की शुरूआत चुनौतियों भरी रहने वाली है। तमाम कोशिशों के बावजूद आर्थिक समस्याओं का समाधान खोजना कठिन होगा। इस दौरान भूलकर भी किसी की फटे में टांग न अड़ाएं। नौकरीपेशा लोगों पर कार्य का अतिरिक्त बोझ अथवा अनचाही जगह पर स्थानांतरण हो सकता है। व्यापारियों का समय मध्यम है। प्रेम संबंधों में उचित दूरी बनाए रखें। बुरी आदतों और नकारात्मक लोगों से दूर रहें। जीवनसाथी की उपेक्षा न करें।

शुभ अंक- 4, शुभ रंग- भूरा, सफलता का सूत्र- कर्म में तत्पर रहें।

उपाय- हनुमत उपासना करें। नित्य हनुमान चालीसा एवं बजरंग बाण का पाठ करें।

मीन: मीन राशि के जातक इस सप्ताह अत्यधिक व्यस्तता के बावजूद अपने परिजनों के लिए समय निकालने में कामयाब हो जाएंगे। सप्ताह के प्रारंभ में लंबे अरसे बाद किसी प्रियजन से मुलाकात होगी। कार्यक्षेत्र में सीनियर्स एवं जूनियर्स का सहयोग प्राप्त होगा। घी, तेल, एवं अनाज के व्यापारियों के लिए समय शुभ है। प्रेम प्रसंग में मजबूती आयेगी। परिजन आपके प्रेम संबंधों को स्वीकार कर लेंगे। प्रेम संबंध विवाह में भी तब्दील हो सकते हैं। दांपत्य जीवन में मधुरता बनी रहेगी। सेहत संबंधी किसी भी परेशानी की अनदेखी न करें।

शुभ अंक-5, शुभ रंग-क्रीम, सफलता का सूत्र-मनोयोग से कार्य करें।

उपाय-पक्षियों को दाना डालें। गुरुमंत्र अथवा 'ॐ नमो नारायणाय' मंत्र का जप करें।

विधि-विधान से ब्रह्म मुहूर्त में खुले बदरीनाथ धाम के कपाट

गोपेश्वर। बदरीनाथ धाम के कपाट वैदिक मंत्रोचार एवं शास्त्रोक्त विधि-विधान से आज आज मंगलवार को मेष लग्न पुष्य नक्षत्र में प्रातः 4 बजकर 15 मिनट पर खोल दिये गये है। ग्रीष्मकाल में निरंतर भगवान बदरीविशाल की पूजा-अर्चना होगी। इस अवसर पर मंदिर तथा मंदिर मार्ग को श्री बदरी-केदार पुष्प सेवा समिति की ओर से लगभग 20 क्विंटल फूलों से सजाया गया। प्रातः तीन बजे से ही कपाट खुलने की प्रक्रिया शुरू हो गयी। श्री कुबेर जी बामणी गांव से लक्ष्मी द्वार से मंदिर प्रांगण पहुंचे। श्री उद्धव जी भी मुख्य द्वार से अंदर पहुंचे। ठीक प्रातः 4 बजकर 15 मिनट पर श्री बदरीनाथ धाम के कपाट खुले। इस अवसर पर कुछ ही लोग अखंड ज्योति के गवाह बने। रावल द्वारा गर्भगृह में प्रवेशकर मां लक्ष्मी को उनके परिक्रमा स्थित मंदिर में विराजमान किया। इसके बाद भगवान के सखा उद्धव जी एवं देवताओं के खजांची कुबेर जी मंदिर गर्भगृह में विराजमान हो गए। डिमरी पंचायत प्रतिधियों द्वारा भगवान बदरीविशाल के अभिषेक के लिए राजमहल नरेंद्र नगर से लाये गए तेल कलश (गाडू घड़ा) को गर्भ गृह में समर्पित किया।

वास्तु की इन छोटी-छोटी बातों का रखेंगे ध्यान, तो हमेशा परेशानियों से बचे रहेंगे आप

पंडित भागीरथ भूषण पाण्डेय
सम्पर्क : 94630-30375

यदि घर में पैसे की परेशानी चल रही है तो एक कांच की बोतल लेकर उसमें नमक भरकर रख दें। इससे धीरे-धीरे आपकी आर्थिक स्थिति सही होने लगती है।

तिजोरी या धन स्थान को मां लक्ष्मी का वास माना गया है। इसलिए इस बात का ध्यान रखें की धन स्थान के आसपास कूड़ा न रहे और न ही मकड़ी के जाले लगे हो। तिजोरी के पास कभी झाड़ू भी नहीं रखनी चाहिए।

शयनकक्ष में पूजा घर नहीं बनाना चाहिए इससे घर में कलह की स्थिति उत्पन्न होती है। यदि स्थान नहीं है तो छोटा सा मंदिर ऐसे बनाएं कि वह सीधे आपके बिस्तर के पास या सामने न हो।

घर में नल हमेशा कसकर बंद करें। यदि नल से पानी टपकता है तो उसे तुरंत सही करवाएं। कहा जाता है कि फालतू पानी बहने से अनावश्यक खर्चे बढ़ते हैं।

पर्यटन धरती का स्वर्ग है 'मुनार'

आप प्राकृतिक की गोद में अपना समय बिताना चाहते हैं तो हिल स्टेशन से बढ़िया कोई और जगह नहीं है। भारत में लोगों के बीच हिल स्टेशन का क्रेज जबरदस्त है। मौसम कोई सा भी हो लोग हिल स्टेशन जाना नहीं भूलते। तो देर किस बात की चलिए चलते केरल की खूबसूरत जगह मुन्नार।मुन्नार केरल का एक खूबसूरत हिल स्टेशन है। दूर-दूर तक फैले खूबसूरत चाय के बागान, हरी-भरी घाटियां, सुहाना मौसम, ऊंची-ऊंची चोटियां, अभयारण्य, प्राकृतिक खुशबू से भरी हवा के अलावा बाकी वह सब कुछ है जिसे देखने के बाद आपको शांति और सुकून ही मिलेगा। मुन्नार की खूबसूरती को देखकर ऐसा लगता है, जैसे कि यह धरती का स्वर्ग है। मुन्नार की सुन्दरता इतनी अधिक है कि इसे ईश्वर का देश भी कहा जाता है। ऐसा लगता है मानो कि हम किसी ईश्वर की भूमि पर उतर आए। आपको यहा आने के बाद जाने का बिलकुल ही मन नहीं करेगा। यहां की झीलें और घने जंगल इसकी खूबसूरती में चार चांद लगा देते हैं। ब्रिटिश शासन के दौरान अंग्रेजो के लिए मुन्नार दक्षिणी भारत का गर्मियों का रिजॉर्ट हुआ करता था।वनों की विलक्षण वनस्पति तथा हरे घास के मैदानों के बीच यहां नीलकुरंजी नामक फूल पाया जाता है। हरे घास के मैदानों में नीलकुरंजी फूल पूरी पहाड़ी को नीला कर देता है। यह फूल बारह वर्षो में केवल एक बार ही खिलता है। जब यह फूल खिलता है

तो इसकी सुंदरता देखते ही बनती है।

मुन्नार में देखने लायक जगह हैं आनामुड़ी शिखर, राजमाला, चितीरापुरम, इकोपाइंट और मट्टुपेटी बांध। मुन्नार की खूबसूरती पोतैमेदु में है, जो एक महत्त्वपूर्ण चाय बागान है।

मुन्नार में रोमांच : अगर आप रोमांचक खेल के शौकीन हैं तो मुन्नार में आपके लिए बहुत कुछ है। जैसे ट्रैकिंग, पारा ग्लाइडिंग, रोप क्लाइबिंग बोटिंग और हाइकिंग। वैसे तो आप पूरे साल मुन्नार जा सकते हैं लेकिन यदि आपको इसकी खूबसूरती देखनी है तो दिसंबर और जनवरी का महीना सही माना जाता है।

कैसे पहुंचे : मुन्नार पहुंचने के लिए आप हवाई मार्ग, रेल मार्ग या सड़क मार्ग तीनों का इस्तेमाल कर सकते हैं। कोच्चि अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डा मुन्नार के लिए सबसे नजदीकी हवाई अड्डा है। नजदीकी रेलवे स्टेशन तमिलनाडु का थेनी है जो मुन्नार से 60 किलोमीटर की दूरी पर है।

पंजाब में पॉलिटिकल फ्रॉड, 2 गिरफ्तार

बिकता है MLA का टिकट, खरीदोगे...

समर्थ संवाद, लुधियाना

चुनाव में टिकट दिलाने का झांसा दे बड़े-बड़े नेताओं की आवाज निकालकर और उनके साथ सेटिंग का कराने का दावा कर 6 साल में पांच करोड़ की ठगी मारने वाले शिवसेना सूर्यवंशी के प्रधान राकेश भसीन (48) और सेक्रेटरी रजत कुमार उर्फ राजा उर्फ मदान (26) को डेहलों पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया। मुख्यारोपी गौरव शर्मा पुलिस गिरफ्त से बाहर है। सूत्र बताते हैं कि उसे दबोच लिया गया है, मगर पुष्टि नहीं हो पाई। पकड़े गए आरोपियों से पुलिस को चोरीशुदा स्कॉर्पियो और सामान बरामद हुआ है। इस बारे में जेसीपी सचिन गुप्ता, एडीसीपी जसकिरणजीत सिंह तेजा और एसीपी जश्नदीप सिंह ने प्रेस कॉन्फ्रेंस की। जानकारी के मुताबिक लुधियाना के विधायक को आरोपियों ने 2022 के चुनाव में टिकट दिलाने के नाम पर पैसों की सेंटिंग के लिए कॉल की थी। उसने इसकी शिकायत पुलिस को दी। उससे कुछ दिन पहले सुनाम की कांग्रेसी नेत्री दमन थिंद बाजवा को भी आरोपियों ने कॉल कर 7 लाख टिकट के नाम पर ठगी था। लिहाजा पुलिस ने ट्रैप लगाकर आरोपियों को जालंधर में बुलाया और वहीं पर गिरफ्तार कर लिया।

अब तक 24 राजनेताओं को कर चुके थे कॉल : जांच में आरोपी राकेश ने कबूला कि सुरक्षा के नाम पर उसे पुलिस ने चार गनमैन दिए थे। उसकी पार्टी में रजत भी था। उसने उसे गौरव से मिलवाया था, जोकि 2016 से ही ठगी में लगा था। उसने अपने साथ दोनों को भी शामिल कर लिया। पहले वो ऑनलाइन शिकार ढूंढते थे। इसके बाद खुद को राजस्थान का विधायक बता

राकेश अपने गनमैन और रजत को अपना पीए बनाकर अलग-अलग राज्यों के जिलों में पहुंच जाते थे। इसके बाद टिकट दिलवाने के नाम पर गौरव को कभी दिल्ली के सीएम अरविंद केजरीवाल, पंजाब के सीएम के प्रधान सलाहकार प्रशांत किशोर बनकर उन्हीं की आवाज में बात करता था। फिर उनसे फोन पर ही पैसों की डील करने के बाद पैसे लेने के लिए अगले ही दिन राकेश और रजत को भेज देता था, जोकि पैसे लेकर निकल जाते थे।

10वीं पास मिमिक्री का शौकीन, प्रैक्टिस के बाद हो गया एक्सपर्ट : पुलिस के मुताबिक राकेश 8वीं और रजत चौथी पास है। जबकि किंगपिन गौरव 10वीं पास है। अमृतसर के मजीठा रोड पर उसे मिमिक्री मास्टर के नाम से जाना जाता था, जोकि प्रैक्टिस के बाद हर किसी की आवाज आसानी से निकाल लेता था। इसका इस्तेमाल उसने गलत तरीके से करना शुरू कर दिया। 2016 में उसने पहले अरविंद केजरीवाल की आवाज निकालनी सीखा। उसने अमृतसर के एक नेता को आम आदमी पार्टी से टिकट दिलाने के नाम पर ठगी की कोशिश की, लेकिन तब उसके खिलाफ थाना सदर में पर्चा दर्ज हो गया। फिर 2019 में उसने अपने राजस्थान के दो नेताओं से ऐसे ही लाखों की ठगी मारी थी। 2020 में अमृतसर में फिर एक सीनियर नेता से ठगी मारी और 2021 में सुनाम की महिला नेत्री से टिकट के नाम पर ठगी की कोशिश की। अभी कई और मामले आरोपी के गिरफ्तार होने के बाद सामने आएंगे। आरोपी ने केजरीवाल और पीके की आवाज निकालने के लिए दो से तीन महीने तक ऑनलाइन उनकी स्पीच सुनाई और फिर वारदात करने लगा। इसके अलावा पुलिस ने बताया कि आरोपी नशा तस्करी का धंधा भी इंटरनेशनल लेवल पर करता है, जोकि दूसरे राज्यों में नशा सप्लाई करता है। उसके दो वकील दोस्त हैं और इस काम में उनकी मदद करते हैं।

बड़े होटलों में होती थी मीटिंग

आरोपियों पर कोई शक न करें, इसलिए वो बड़े होटलों में रुकते थे। उसे अपना शिकार बनाते थे, उसी से उस होटल का खर्च भी भरवाते थे, क्योंकि गौरव फोन पर सामने वाले से बात करते-करते दो से तीन बार होल्ड यह कहकर रखवा देता था कि उसे सीएम का फोन आ रहा है तो कभी सीएम के पीए का। इससे सामने वाला इम्प्रेस हो जाता था।

फगवाड़ा से चुराई थी स्कॉर्पियो

आरोपी रजत ने इन वारदातों को अंजाम देने के लिए अपने किसी जानकार की मदद से स्कॉर्पियो फगवाड़ा से चुराई थी। इसके बाद उसी की मदद से गाड़ी पर फर्जी नंबर प्लेट लगाई। इस गाड़ी में वो गनमैन को लेकर घूमते थे। मुलाजिम साथ देखकर कोई भी गाड़ी के दस्तावेज चेक नहीं करता था। इस गाड़ी को लेकर वो यूपी, राजस्थान, बिहार, हरियाणा में जाकर भी लोगों से ठगी कर चुके हैं।

पंजाब में 31 मई तक बढ़ा मिनी लाकडाउन, ग्रामीण इलाकों में बढ़ेगी सख्ती : कैप्टन

जालंधर। पंजाब सरकार ने मिनी लाकडाउन की अवधि में वृद्धि कर दी है। राज्य सरकार ने वर्तमान समय में कोरोना संक्रमण के कारण लगाई गई पाबंदियों को 31 मई तक बढ़ा दिया है। सीएम कैप्टन अमरिंदर सिंह ने सभी प्रतिबंधों को सख्ती से लागू करने को कहा है। स्थानीय स्तर पर दुकानों को खोलने के क्रम का फैसला जिला उपायुक्तों पर छोड़ा गया है। ग्रामीण इलाकों में बढ़ते कोरोना संक्रमण को देखते हुए जिला उपायुक्त अन्य प्रतिबंध लागू करेंगे। मुख्यमंत्री ने कहा कि वे स्थानीय स्थिति के आधार पर उपयुक्त संशोधन भी कर सकते हैं। जिला उपायुक्त कोविड को लेकर तय गाइडलाइन का सख्ती से पालन करवाएंगे, जिसमें शारीरिक, सार्वजनिक स्थानों पर भीड़ को कम करना, मास्क पहनना आदि शामिल है। कोविड स्थिति की समीक्षा करते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि अब प्रतिबंधों के परिणाम दिखाई देने लगे हैं। कोरोना संक्रमण के मामलों में थोड़ी गिरावट आई है।

मुख्यमंत्री ने जिला प्रशासन को कुछ निजी अस्पतालों द्वारा मरीजों को भगाने की शिकायतों की जांच करने का भी निर्देश दिया। साथ ही चेतावनी दी कि अगर वे इस तरह की प्रथाओं में शामिल होते रहे तो इन्हें बंद कर दिया जाएगा।

ऐसे मामलों से सख्ती से निपटा जाना चाहिए, उन्होंने पुलिस विभाग को निर्देश दिया कि वे किसी भी कोविड से संबंधित आवश्यक या दवाओं की जमाखोरी या कालाबाजारी में लिप्त पाए जाने वालों पर नकेल कसें।

कोरोना संकट में अस्पताल और एंबुलेंस अगर ज्यादा पैसा मांगे तो डायल करें 104, होगी कड़ी कार्रवाई

चंडीगढ़। कोविड-19 महामारी दौरान मरीजों की मजबूरी का फायदा उठाकर उनकी आर्थिक लूट करने वाले अस्पतालों के खिलाफ सरकार द्वारा सख़्त कार्यवाही की जायेगी। इस बात का खुलासा स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री स. बलबीर सिंह सिद्धू ने इंडियन मैडीकल एसोसिएशन की राज्य स्तरीय समिति के साथ की गई वर्चुअल मीटिंग दौरान किया।

उन्होंने कहा कि प्राईवेट अस्पतालों द्वारा सरकार द्वारा तय रेटों से अधिक पैसे वसूलने संबंधी शिकायतें आ रही हैं और ऐसा करने वाले किसी भी अस्पताल को बख्शा नहीं जायेगा। उन्होंने कहा कि हमारी कोशिश है कि जो भी काम किया जाये वह सरबत दे भले के लिए हो परन्तु यदि कोई अस्पताल या डॉक्टर किसी भी मरीज की लूट-मार करते हैं तो सरकार को उनके खिलाफ सख़्त कार्यवाही के लिए मजबूर होना पड़ेगा। महामारी एक्ट के अधीन सरकार के पास यह अधिकार है कि ऐसा करने वाले अस्पतालों को सरकार बंद कर सकती है या फिर अपने अधीन लेकर चला सकती है।

कारगिल शहीद की पत्नी की कोरोना से मौत, शव न देने पर जालंधर के निजी अस्पताल में हंगामा

जालंधर। कोरोना के मरीजों की मौत स्वजनों गुस्सा भड़क रहा है। रविवार को नकोदर रोड स्थित मान मेडिसिटी अस्पताल में कारगिल के शहीद की पत्नी की कोरोना संक्रमण से मौत होने के बाद शव न देने पर स्वजनों ने जमकर हंगामा किया। मौके पर पहुंची पुलिस ने मामला शांत किया। इस बीच स्वजनों ने पुलिस के साथ गहमा गहमी भी की। उधर, अस्पताल प्रबंधन ने सभी आरोप नकारते हुए कहा कि एक्स-सर्विसमैन कंट्रीब्यूटरी हेल्थ स्कीम (ईसीएचएस) का मरीज होने की वजह से सरकारी कार्रवाई पूरी करने के बाद शव परिजनों को सौंपा गया है।

मुकेरियां के प्रदीप ने बताया कि करीब एक माह पहले उनकी मां राज कुमारी की तबीयत खराब होने के बाद उन्हें मान मेडिसिटी अस्पताल में दाखिल करवाया था। उन्हें ईसीएचएस के तहत अस्पताल में भर्ती कर इलाज करवाया गया। अस्पताल ने टेस्ट करवाए परंतु उन्हें कोई भी रिपोर्ट न देने के आरोप लगाए। मरीज ठीक होने के बाद उसे बीपी व दस्त लगने पर उसका कोरोना वार्ड में इलाज किया। रविवार सुबह मां की मौत हो गई। जिसके बाद अस्पताल प्रबंधन शव देने में आनाकानी करने लगा।

पिता कारगिल युद्ध में हुए थे शहीद : प्रदीप ने बताया कि पिता कारगिल की लड़ाई में शहीद हो गए थे। प्रदीप ने अस्पताल के सुरक्षा कर्मी गुरप्रीत पर दुर्व्यवहार तथा शव न देने के आरोप लगाए। उन्होंने अस्पताल पर उनके कोटे में आए टीके दूसरे मरीजों को देने के भी आरोप लगाए। साथ ही, अस्पताल में पीपीई किट की बिक्री में घालमेल करने की बात कही।

सैर करते वक्त हुआ झगड़ा, दोस्तों संग किए फायर

जालंधर। वीकेंड लॉकडाउन के दौरान कमिश्नरेट पुलिस की कड़े सुरक्षा बंदोबस्त के दावे करती है, लेकिन रविवार को इसकी पोल खुल गई। सोढल मंदिर के पीछे सोढल नगर में ताबड़तोड़ गोलियां चली। जिससे एक घर के बाहर खड़ी कार के शीशे टूट गए। जैसे ही गोलियों की आवाज सुनी तो लोग घरों से बाहर निकल आए और तुरंत पुलिस को सूचना दी। जिसके बाद थाना डिवीजन 8 की पुलिस मौके पर पहुंच गई है। फिलहाल कितनी गोलियां चली, इसके बारे में पता नहीं चल सका है। इलाके के लोगों के मुताबिक 6 गोलियां चलाई गई हैं। मनिंदर सिंह ने कहा शनिवार रात को इलाके में रहने वाले युवक से उनके परिचित का कोई झगड़ा हुआ था। उस वक्त मामला निपट गया था। आज रविवार को सब घर में सो रखे थे। इसी दौरान अचानक बाहर से घर पर ईंटें चलानी शुरू कर दी गई। घर के ऊपर फायरिंग भी की गई। इसके बाद वो तुरंत अपने घर से बाहर निकले तो बदमाश वहां से भाग निकले।

संपादकीय

स्पा सेंटरों में नशे की ओवरडोज में सिसकती बच्चियां, इन्हें बचा लो सरकार

❑ महाबीर सेठ

नशा हर क्राइम की जड़ है। कोई नशा देकर क्राइम करवाता है, तो कोई नशे के लिए क्राइम कर रहा है। 2017 के चुनावों में नशे को जड़ से खत्म करने की सौगंध लेकर सत्ता में लौटी कांग्रेस, सत्ता की नशा में सबकुछ भूल गई। नशा तो रुका नहीं, ऊपर से अपराध जरूर बढ़ गए। 26 मई की घटना ने तो पूरे पंजाब को ही झकझोर दिया। लुधियाना की महिला ने एक 15 साल की बच्ची को जालंधर लाकर नशा दिया और कांग्रेस की ईमारत में खुले स्पा सैंटर में सामूहिक दुष्कर्म करवाया।

पंजाब में यह केवल पहला ऐसा केस नहीं है, जब किसी नाबालिगा को नशा खिलाकर उसके साथ दुष्कर्म और सामूहिक दुष्कर्म किया गया हो। पंजाब के सभी शहरों से आए दिन नशा और दुष्कर्म की खबरें आ रही हैं। थाईलैंड की तर्ज पर पंजाब में खुलते जा रहे स्पा सैंटरों में क्या कुछ

गलत नहीं हो रहा है, सभी को पता है। सभी को यह पता है कि इन स्पा सैंटरों में मसाज कम, यौन इच्छाओं को ज्यादा तृप्त किया जा रहा है। इसमें कुछ पुलिस अफसरों की मिलीभगत हो सकती है, लेकिन सबसे ज्यादा हैरान करती है नेताओं की मिलीभगत। जालंधर के स्पा सैंटर में नशा खिलाकर 15 साल की बच्ची के साथ जिन लोगों ने दुष्कर्म किया, उन्हें तो सजा जरूर मिलेगी, लेकिन जिन लोगों के संरक्षण में यह 'दुष्कर्म सैंटर' फलफूल रहे हैं, क्या उन्हें सजा मिलेगी? क्या उस पुलिस के अधिकारी को दंडित किया जाएगा, जो उस समय मौके पर स्पा सैंटर में मौजूद था? इस सबके बीच सबसे बड़ा सवाल यही है कि सीसीटीवी फुटेज हटाने के लिए पूरा डीवीआर ही गायब करवा दिया गया?

सुन लो सरकार.... अगले साल यानि 2022 में विधानसभा चुनाव हैं। आपकी पार्टी की छवि आपके ही कुछ जनप्रतिनिधि ही कर रहे हैं। ये वही लोग हैं, जो मासूम बच्चियों की सिसकियों के व्यापारी हैं। स्पा सैंटरों में नशे का ओवरडोज देकर बच्चियों की आबरू को रौंदा जा रहा है। उनकी सिसकियों का कारोबार करने वाले लोग बिल्कुल बचने नहीं चाहिए। हे सरकार, इन बच्चियों को बचा लो....

इजराइल-हमास के बीच हिंसा तत्काल रोके यूएन

इजराइल हमास को आतंकवादी गुट मानता है। अभी इजराइली सुरक्षा बल के खिलाफ हमास का विरोध मामूली झड़प से हिंसक जंग में तब्दील हो रहा है। एक सप्ताह के अंदर सौ से अधिक बेकसूर मारे गए हैं। दोनों ही मुल्क में महज लाखों में आबादी है, फिर भी दोनों एक-दूसरे के खून के प्यासे बने हुए हैं। इजराइल और फिलिस्तीन के बीच जारी हिंसक संघर्ष का तत्काल अंत होना चाहिए। भारत ने इस हिंसा की निंदा की है। विश्व जब कोरोना महामारी से जूझ रहा है, ऐसे में दो मुल्कों का आपस में खून बहाना कहीं से भी उचित नहीं है। इजराइल व फिलीस्तीन के बीच 1967 से ही दुश्मनी है। यरूशलम में इस्लाम, ईसाई व यहूदी तीनों की पवित्र धर्म स्थली है। पूर्वी यरूशलम में अल अक्सा मस्जिद है। यह मक्का व मदीना के बाद मुस्लिमों का तीसरा सबसे पवित्र धर्म स्थल है। समूचे यरूशलम पर इजराइल का कब्जा है। वह पूर्वी यरूशलम से मुस्लिम आबादी को खाली करना चाहता है। फिलिस्तीन चाहता है कि इजराइल 1967 से पहले की अंतरराष्ट्रीय सीमाओं तक वापस लौट जाए और वेस्ट बैंक तथा गाजा पट्टी में स्वतंत्र फिलिस्तीन राष्ट्र की स्थापना हो। इजराइल पूर्वी यरूशलम से अपना दावा छोड़े। अभी रमजान के मौके पर इजराइल ने पूर्वी यरूशलम से मुस्लिम आबादी को खाली कराना शुरू किया, जिसका हमास विरोध कर रहा है। ताजा संघर्ष इसलिए है। इसके चलते इजराइल में यहूदी व अरब आबादी के बीच सांप्रदायिक हिंसा भी फैल गई है। हमास का गाजापट्टी पर कब्जा है। अ'२ङ्क र्फी - डॉ. मोनिका शर्मा का लेख : आपदा में मजबूत आधार बना

परिवार इजराइल हमास को आतंकवादी गुट मानता है। अभी इजराइली सुरक्षा बल के खिलाफ हमास का विरोध मामूली झड़प से हिंसक जंग में तब्दील हो रहा है। एक सप्ताह के अंदर सौ से अधिक बेकसूर मारे गए हैं। दोनों ही मुल्क में महज लाखों में आबादी है, फिर भी दोनों एक-दूसरे के खून के

प्यासे बने हुए हैं। चिंता की बात है कि इजराइल व फिलिस्तीन के बीच विवाद केवल दो मुल्कों का संघर्ष नहीं है, बल्कि यह इस्लाम, यहूदी व ईसाई सभ्यता व मान्यता के बीच के टकराव की परिणति भी है। इजराइल वेस्ट बैंक, गाजा पट्टी, गोलन हाइट्स को अपना क्षेत्र बताता रहा है। मुस्लिम देशों से घिरे इजराइल को हमेशा इस्लामिक कट्टरता के विरोध का सामना करना पड़ता है, जिसमें फिलिस्तीन के पक्ष में इजराइल के खिलाफ मुस्लिम देश गोलबंद हो जाते हैं तो इजराइल की मदद को पश्चिमी देश आ जाते हैं। अभी ताजा संघर्ष के बाद जहां अमेरिका, जर्मनी आदि देश इजराइल के आत्मरक्षा पक्ष को सही मान रहे हैं, तो मुस्लिम देशों के संगठन ऑगेर्नाइजेशन ऑफ इस्लामिक कोऑपरेशन (ओआईसी) फिलिस्तीन के साथ है। आईओसी के 57 देशों ने 16 मई को आपात बैठक बुलाई है। ओआईसी के सदस्य तुर्की, सऊदी अरब व पाकिस्तान ने यूएन जाने का फैसला किया है। विश्व स्तर पर रूस व चीन अपरोक्ष रूप से फिलिस्तीन के पक्ष में खड़े दिखेंगे। इसमें वैश्विक विभाजन साफ दिख रहा है। संयुक्त राष्ट्र (यूएन) ने इजराइल व हमास से खूनी संघर्ष बंद कर शांति की अपील की है। यूएन के महासचिव एंटोनियो गुतेरेस ने कहा कि इस लड़ाई से दोनों देशों में कट्टरता बढ़ेगी। भारत ने यूएन में दो टूक कहा कि वह सभी तरह क हिंसक गतिविधियों की भर्त्सना करता है। भारत चाहता है कि हिंसा तत्काल बंद हो। एक भारतीय नागरिक की मौत पर भी भारत ने इजराइल से अपनी चिंता जाहिर की है। भारत ने सभी पक्षों से सुरक्षा परिषद के प्रस्ताव 2334 का पालन करने की भी अपील की जो कहता है कि पूर्वी यरूशलम समेत फिलिस्तीन के कब्जे वाले क्षेत्र में इजरायल द्वारा 1967 से अन्य बस्तियों की स्थापना की कोई कानूनी वैधता नहीं है और यह अंतरराष्ट्रीय कानून के तहत घोर उल्लंघन है। इजराइल व फिलिस्तीन को अंतरराष्ट्रीय संधि का पालन करना चाहिए। 1948 में इजराइल की आजादी के बाद से ही अरब देश और इजराइल कई बार आमने-सामने आ चुके हैं, हालात 2008-09 या फिर 2014 जैसे नहीं हो, इसलिए यूएन को चाहिए कि इजराइल व हमास के बीच शांति स्थापित करने की दिशा में तेजी से पहल करे।

नदियों में शव फेंकना अपराध, हो कार्रवाई

❑ अशोक सिंह भारत। कार्यकारी संपादक

कोरोना से जिनकी मौत हो रही है, कम से कम वे सम्मानजनक अंतिम संस्कार के हकदार हैं। यदि मौत कोरोना से नहीं भी हुई है, तब भी उनके शव का यथोचित संस्कार किया जाना चाहिए। सरकार को इस बात का ध्यान रखना चाहिए। प्रशासन ने खुद कोरोना से होने वाली मौतों का अंतिम संस्कार कोविड प्रोटोकॉल करने का तय किया है, फिर प्रशासन की जिम्मेदारी होती है कि वे ऐसे शवों की अंत्येष्टि सुनिश्चित करे। बीते कुछ दिनों में गंगा नदी में दर्जनों शव तैरते मिले हैं। दृश्य डरावने व मानवता को शर्मसार करने वाले थे। इसको लेकर बिहार और यूपी सरकार में आरोप-प्रत्यारोप भी हुए और विपक्ष ने सत्तधारी दलों पर आरोप भी लगाए।

नदी में तैरते शवों के मामले में राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग (एनएचआरसी) का संज्ञान लेना मुद्दे की गंभीरता को दशार्ता है। एनएचआरसी ने केंद्र, यूपी और बिहार की सरकारों को नोटिस जारी कर चार हफ्तों में कार्रवाई की रिपोर्ट मांगी है। आयोग ने कहा है कि ऐसा लगता है जैसे प्रशासन जनता को गंगा नदी में आधे जले हुए या बिना जले शवों को बहाने के नुकसानों के बारे में शिक्षित नहीं कर सका है। पवित्र नदी गंगा में शवों को बहाना साफ तौर पर जल शक्ति मंत्रालय के स्वच्छ गंगा अभियान के तहत जारी किए दिशानिदेर्शों का उल्लंघन है।

आयोग में 11 मई को यह शिकायत की गई थी, जिसमें कई मीडिया रिपोर्ट्स में जाहिर की गई आशंका कि नदी में बहाए जा रहे शव कोरोना संक्रमितों के हो सकते हैं, का जिक्र किया गया है। ऐसे में शवों को इस तरह बहाना उन लोगों के लिए गंभीर हो सकता है जो अपनी रोजमर्रा के जीवन में नदी पर निर्भर है। अगर ये शव कोरोना संक्रमितों के नहीं भी हैं तो भी इस तरह नदी में लाशें बहाना समाज के लिए शर्मिंदा करने

> “ एनएचआरसी ने केंद्र, यूपी और बिहार की सरकारों को नोटिस जारी कर चार हफ्तों में कार्रवाई की रिपोर्ट मांगी है। आयोग ने कहा है कि ऐसा लगता है जैसे प्रशासन जनता को गंगा नदी में आधे जले हुए या बिना जले शवों को बहाने के नुकसानों के बारे में शिक्षित नहीं कर सका है। ”

वाला कृत्य है, क्योंकि यह मृत व्यक्ति के मानवाधिकारों का भी हनन है। मानवाधिकार आयोग को इस मामले मे हस्तक्षेप करना चाहिए और इन मामलों को रोकने में असफल रहे जिम्मेदार लोगों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई करनी चाहिए। कांग्रेस ने गंगा में शव मिलने की न्यायिक जांच की मांग की है। केंद्र सरकार, उत्तर प्रदेश और बिहार सरकार को गंगा में शव कैसे आए, इसे रोकने की जिम्मेदारी किसकी थी, शवदाह गृह का पर्याप्त इंतजाम क्यों नहीं था, आदि सवालों का न केवल जवाब देना चाहिए, बल्कि इन समस्याओं का समाधान करना चाहिए। गंगा में शव बहाना अमानवीय भी है और कानूनन आपराधिक भी। ऐसा करना दंडनीय है।

इसलिए प्रशासन का दायित्व है कि वह पता करे कि गंगा में इतनी बड़ी संख्या में शव कैसे पहुंचा। राज्य सरकार व स्थानीय प्रशासन का दायित्व है कि अपनी जनसंख्या के अनुपात में श्मशान का इंतजाम करे। आज जब देश में कोविड की दूसरी लहर घातक सिद्ध हो रही है, अचानक लोगों की जान जाने लगी है, तो जैसे श्मशान में शवों की भीड़ लगने लगी है। ऐसे में स्थानीय प्रशासन को त्वरित इंतजाम करना चाहिए।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक महाबीर प्रसाद द्वारा प्लामाग प्रिंटर्स, 448/13, अवतार नगर, जालंधरसे प्रकाशित व 84, भारत नगर, गुरुनानक पुरा, जालंधर (पंजाब) से प्रसारित।
संपादक : महाबीर प्रसाद कार्यकारी संपादक : अशोक सिंह भारत* Title Code PUNHIN01947 Email : samarthsamvad@gmail.com
*Responsible for selection news and other printed matter as per PRB act *All Disputes will be fixed under the Juradictions of Distt Jalandhar Courts

चंडीगढ़ में आक्सीजन सिलेंडर चाहिए तो ई परमिट के लिए करना पड़ेगा आवेदन

चंडीगढ़ (समर्थ संवाद) पेशेंट को घर में सिलेंडर की जरूरत है और मार्केट में यह उपलब्ध नहीं हो रहा है तो घबराने की जरूरत नहीं है। आप सिलेंडर के लिए ई-परमिट का आवेदन कर इसे आसानी से हासिल कर सकते हैं। इसके लिए ब्लैक में पैसे बर्बाद करने की जरूरत नहीं है। ई-परमिट के लिए आवेदन करते समय ऑक्सीजन के लिए डॉक्टर की प्रिस्क्रिप्शन जरूरी है। जिसमें डॉक्टरों लिखा हो। चंडीगढ़ का कोई भी एड्रेस प्रूफ भी अपलोड करना होगा। जब एप्लीकेशन मंजूरी होगी तो मोबाइल पर मैसेज से सूचना मिलेगी। यह मंजूरी दो दिनों के लिए मान्य होगी। ई-परमिट वेबसाइट से डाउनलोड कर सकते हैं। हालांकि हार्ड कॉपी की जरूरत नहीं रहेगी। प्रशासन के ऑक्सीजन सप्लाई नोडल अधिकारी ने प्राइवेट वेंडर को बाहर सीधे सिलेंडर रीफिलिंग नहीं करने के आदेश रखे हैं। अब ऐसे मरीजों को परेशानी नहीं उठानी पड़ेगी। प्रशासन ने सिलेंडर के ई-परमिट की सुविधा शुरू कर दी है। नेशनल इंफोर्मेटिक्स सेंटर की मदद से यह ई-परमिट जारी होगी। यूटी प्रशासन की वेबसाइट chandigarh.gov.in/health_covid19.htm पर शनिवार सुबह 11 बजे से ई-परमिट के लिए आवेदन लिए जाने शुरू किए जाएंगे। सीएचबी सीईओ कम ऑक्सीजन सप्लाई के नोडल अधिकारी यशपाल गर्ग ने यह आदेश जारी किए हैं। बता दें कि एजेंसी के यहां रोजाना ऐसे लोग पहुंच रहे थे जिन्हें घर पर मरीज के लिए सिलेंडर चाहिए। सिलेंडर नहीं मिलने पर उनकी एजेंसी के कर्मचारियों से काफी बहस होती थी। पुलिस तक मौके पर बुलानी पड़ती थी। अब इन दिक्कतों को देखते हुए प्रशासन ने ई-परमिट जारी किया है।

सिलेंडर नहीं तो 10 हजार सिक्योरिटी होगी जमा : ई-परमिट बनने के बाद 40 एमडब्ल्यू इंडस्ट्रियल एरिया फेज-1 स्थित सुपर एजेंसी से दो सिलेंडर तक ले सकते हैं। अगर खाली सिलेंडर पास है तो डी टाइप सिलेंडर के रीफिलिंग चार्जेस 295 रुपये और 12 फीसद जीएसडी इसमें जुड़ेगा।वहीं ए और बी टाइप सिलेंडर की रीफिलिंग चार्जेस 175 रुपये और 12 फीसद जीएसटी शामिल रहेगा। अगर खाली सिलेंडर नहीं है तो रीफिलिंग चाजेर्स तो यही रहेंगे। जबकि प्रत्येक सिलेंडर के लिए 10 हजार रुपये सिक्योरिटी एडवांस जमा होगी। जबकि रेंट 100 रुपये प्रति दिन होगा।

संक्षिप्त समाचार

श्री अकाल तख्त साहिब के पूर्व जत्थेदार ज्ञानी जोगिंदर सिंह वेदांती का निधन

अमृतसर (समर्थ संवाद) श्री अकाल तख्त साहिब के पूर्व जत्थेदार सिंह साहिब ज्ञानी जोगिंदर सिंह वेदांती का शनिवार देर रात्रि हृदय गति रुकने से निधन हो गया। ज्ञानी जोगिंदर सिंह वेदांती श्री हरमंदिर साहिब में एक अरदासिया के रूप में भर्ती हुए थे। उन्होंने श्री हरमंदिर साहिब में लंबे समय तक ग्रंथी की सेवा निभाई।

ज्ञानी जोगिंदर सिंह वेदांती दरबार साहिब के मुख्य ग्रंथी भी रहे। फिर उन्हें अकाल अकाल तख्त साहिब का जत्थेदार तैनात किया गया। वेदांती की ओर से पंथक मामलों पर दिए गए कुछ बयानों के बाद उन्हें अकाली दल के हस्तक्षेप से श्री अकाल तख्त साहिब के जत्थेदार के पद से मुक्त कर दिया गया।

ज्ञानी जोगिंदर सिंह दरबार साहिब में स्थित सिख रेफरेंस लाइब्रेरी में भी महत्वपूर्ण योगदान देते रहे। उनके निधन पर शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी की अध्यक्ष बीबी जगीर कौर, वरिष्ठ उपाध्यक्ष सुरजीत सिंह, महासचिव भगवंत सिंह सियालका, मुख्य सचिव हरजिंदर सिंह ने शोक व्यक्त किया है।

सिद्धू व उनकी पत्नी के खिलाफ पंजाब में विजिलेंस ने खोली फाइल

चंडीगढ़ (समर्थ संवाद) पंजाब के मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह पर हमलावर नवजोत सिंह सिद्धू और उनकी पत्नी डा. नवजोत सिंह सिद्धू मुसीबत में पड़ सकते हैं। सिद्धू के खिलाफ बेअदबी और नशे के मामले को लेकर करीब दो महीने से ट्विटर पर मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह पर हमले कर रहे हैं। सिद्धू दंपती विजिलेंस के रडार पर आ गया है और विजिलेंस जल्द ही सिद्धू पर शिकंजा कस सकती है। बताया जाता है कि विजिलेंस ने सिद्धू दंपती के खिलाफ जांच शुरू कर दी है। सूत्रों का कहना है कि नवजोत सिंह सिद्धू के स्थानीय निकाय मंत्री के कार्यकाल के समय की कुछ फाइलों में अनियमितताएं होने के चलते विजिलेंस ने जांच शुरू की है। इसमें जीरकपुर, डेराबस्सी, चंडीगढ़ के पास स्थित नया गांव में हुई लैंड डील और अमृतसर में नगर सुधार ट्रस्ट की ओर से बिक्री के लिए बनाए गए बूथ कम कीमत पर किराये पर लेकर अपने चहेतों देने आदि के मामले शामिल हैं। बताया जाता है कि इसे लेकर विजिलेंस के हाथ कुछ सबूत भी लगे हैं।

सूत्रों के अनुसार नियमों को अनदेखा कर प्लाट की अदला-बदली, सिद्धू के ओएसडी रहे रुपिंद्र सिंह उर्फ बन्नी संधू की ओर से कमर्शियल प्रोजेक्ट के सीएलयू दिलाने, जीरकपुर के बड़े बिल्डरों के साथ उनके संबंध होने के मामले में सबूत हाथ लगने के मामले में विजिलेंस जांच को आगे बढ़ा रही है। वहीं, नवजोत कौर सिद्धू के निजी सहायक गौरव वासु भी विजिलेंस की रडार पर है। प्रोजेक्टों को नियमों के खिलाफ जाकर मंजूरी दिलाने, अमृतसर में कम कीमत पर दो बूथ हासिल करने, बूथ किराये पर लेकर आगे किसी और को देने, सस्ते भाव पर कमर्शियल विज्ञापन के टेंडर हासिल करने के सुराग विजिलेंस के हाथ लगे हैं। इसके साथ उन पर उनके दूसरे निजी सहायक गिरीश के साथ मिलकर निर्माण कार्य के नियमों को ताक पर रखकर गौरव एंड गिरीश कंस्ट्रक्शन को काम देने, अमृतसर में गलियों के निर्माण व स्ट्रीट लाइट का टेंडर देने सहित कुछ और फायदे पहुंचाने को लेकर भी विजिलेंस जांच कर रही है।

गौरतलब है कि 2019 में लोकसभा चुनाव के बाद सिद्धू ने सीएम कैप्टन अमरिंदर सिंह के खिलाफ मोर्चा खोल दिया था और कैप्टन ने उनसे स्थानीय निकाय विभाग लेकर ऊर्जा विभाग दे दिया था। इसके बाद सिद्धू ने कैबिनेट से इस्तीफा दे दिया। अब वह लगातार कैप्टन पर हमलावर हो रहे हैं। पार्टी के पंजाब मामलों के प्रभारी हरीश रावत ने दोनों के बीच सुलह करवाने की कोशिश भी की लेकिन बात नहीं बनी। इन फाइलों की जांच कर रहे अमृतसर के विजिलेंस के एसएसपी परमपाल ने कहा कि अभी वह इस बारे में कुछ भी नहीं बता सकते। अभी जांच जारी है।

कोरोना नेगेटिव रिपोर्ट नहीं तो गांवों में नो एंट्री

6 हिदायतों के साथ पंजाब की 122 पंचायतों ने संभाला मोर्चा

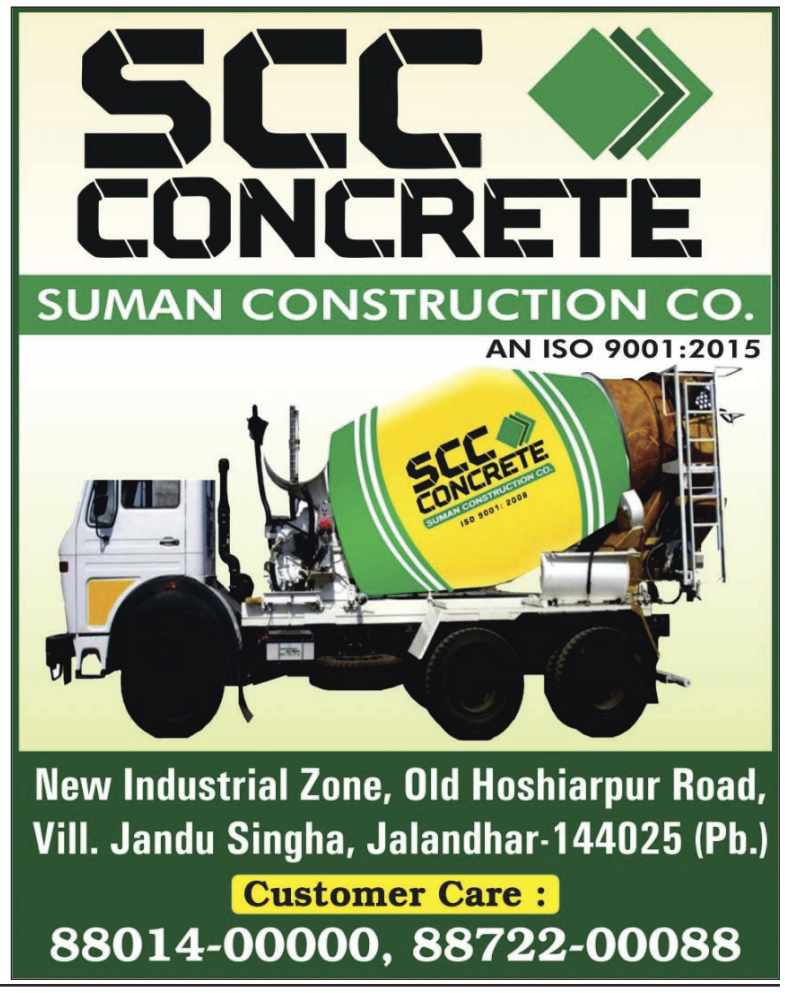
तरनतारन। कोरोना की दूसरी लहर का ग्रामीण क्षेत्रों में अधिक असर होने के बाद अब पंचायतें भी सक्रिय होने लगी हैं। एक दिन पहले मुख्यमंत्री की अपील के बाद तरनतारन की 575 पंचायतों में से 122 पंचायतों ने अपने-अपने गांव सील करने का फैसला किया है। यही नहीं फैसला किया गया है कि गांव में अगर किसी को आना है तो उसे अपनी कोरोना की नेगेटिव रिपोर्ट दिखानी होगी।

गत दिवस जिले के अधिकतर गांवों के गुरुद्वारा साहिबों से भैणों ते भरावो, तुसीं तां जाणदे ही ओ, कोरोना लगातार वध रिहा है, पहलां कोरोना शहरां तक सीमित सी, पर हुण साडे पिंडां विच्च वी केस वध रहे ने। श्मशानघाटां विच्च चितावां बलदियां वेख के मन डोल रिहा है। ऐस लई पंचायत ने सर्बसम्मति नाल कई सख्त फैसले लए हन। तुहानूं असीं अपील करदे हां कि ऐस बीमारी नू हराउण विच साडा साथ देवो, यह अपील पंचायतों की ओर से की गई। ऐसी ही अपील गांव पंडोरी गोला के सरपंच पलविंदर सिंह बब्बू ने गुरुद्वारा साहिब से की। इस दौरान सरपंच पलविंदर सिंह बब्बू ने चौपाल पर बैठक की। बैठक में थाना सदर के प्रभारी इंस्पेक्टर प्रभजीत सिंह गिल भी शामिल हुए। उन्होंने कहा कि पुलिस व प्रशासन की ओर से बताया गया है कि कोविड से प्रभावित लोगों को राशन मुहैया करवाया जाएगा। ऐसे में पूरा गांव ग्रामीणों ने सील कर लिया है। यदि जरूरी काम के लिए किसी को गांव आना है तो वह पहले अपनी कोरोना नेगेटिव रिपोर्ट दिखाएगा।

इसी प्रकार गांव कदगिल के सरपंच सविंदर सिंह ने बताया कि कोरोना से बचाव के लिए सरकार बहुत कुछ कर रही है, परंतु पंचायतों को भी अपनी जिम्मेदारी निभानी होगी। हर ग्रामीण को पंचायत का साथ देते हुए गांवों में ठीकरी पहरा लगाने के लिए तैयार किया गया है। गांव बाठ के सरपंच गुरपिंदर सिंह, पंच मेवा सिंह, सरदूल सिंह, दलजीत कौर, मनविंदर सिंह, गांव देऊ के सरपंच सुखजिंदर सिंह, गांव भुल्लर के सरपंच तरसेम सिंह और गांव अलादीनपुर की महिला सरपंच कंवलजीत कौर ने भी गांव को सील करने और ठीकरी पहरा लगाने की पुष्टि की है।

महानगर के 90 फीसद वैक्सीनेशन सेंटरों पर मिले लटके ताले

जालंधर (समर्थ संवाद) कोरोना से बचाव के लिए लोगों में रुझान बढ़ रहा है लेकिन सरकार की वैक्सीनेशन मुहिम ठंडी पड़ गई। वीरवार की तरह शुक्रवार को भी 90 फीसद वैक्सीनेशन सेंटरों पर ताले लटके मिले। हालांकि लोगों की मांग देख सिविल अस्पताल के सेंटर को चला दिया गया। सेंटर चलाने के लिए वैक्सीन देहात के सेंटरों से मंगवाई गई। देहात के सेंटरों में किसी के पास दस डोज तो किसी के पास बीस या तीस डोज पेंडिंग थी। सभी डोज को सुबह सिविल अस्पताल मंगवाया गया और 11 बजे सेंटर शुरू कर लोगों को कोरोना वैक्सीन लगाई गई। शुक्रवार को जिले में 216 में से मात्र 19 सेंटरों ही चले। इनमें 979 लोगों को टीका लगाया गया। नौ सेंटर 45+ के लोगों के लिए थे जबकि दस सेंटर श्रमिकों के लिए बनाए गए। नौ सेंटरों में मात्र 469 लोगों को टीका लगा जबकि बाकी सेंटरों में 510 श्रमिकों को पहली डोज लगाई गई। हेल्थ सेंटरों से वैक्सीन एकत्रित कर शुक्रवार को जैसे-तैसे काम चला लिया गया लेकिन सबसे अधिक वैक्सीन जालंधर के सिविल अस्पताल में ही 220 लोगों को लगी। इसके अलावा सरकारी स्वास्थ्य केंद्र गढ़ा, रेडक्रास भवन व पीएपी में भी वैक्सीन लगाई गई। शहर के ज्यादातर सेंटर बंद रहे और लोगों को निराशा हाथ लगी। शनिवार को 45+ की उम्र वाले लोगों के लिए ये सेंटर चलेंगे या नहीं, इसके बारे में सेहत विभाग को भी जानकारी नहीं क्योंकि देर रात तक केंद्र सरकार से आने वाली वैक्सीन की खेप नहीं पहुंची। एक दो दिन में वैक्सीन नहीं पहुंची तो 45+ को टीका नहीं लगेगा। राज्य सरकार शनिवार से 18-44 साल आयु वर्ग के गंभीर बीमारियों से पीड़ित लोगों व व हेल्थ केयर वर्करों के परिजनों को टीका लगाने की मुहिम शुरू करेगी। इस आयु वर्ग के लिए 8600 कोविशिल्ड की डोज शुक्रवार देर रात को भेज दी गई।



लंबी सांस आपके फेफड़ों व हृदय को बनाती है मजबूत

विशेषज्ञों के अनुसार मंत्रों का उच्चारण और प्रार्थना करना आपके मन को तो शांति प्रदान करता ही है, साथ ही आपके फेफड़ों को भी मजबूत बनाता है। बोस्टन के माइंड बॉडी मैडीकल संस्थान के अध्यक्ष डॉ. हर्बट बेक्सन व यूनिवर्सिटी ऑफ पाविया, इटली के प्रोफैसर डॉ. लुसीयन बर्नाडी के अनुसार इसका कारण है लंबी सांस जो हम मंत्रों का उच्चारण करते हुए लेते हैं। लंबी सांस लेने से फेफड़ों को अधिक आक्सीजन पहुंचती है। इससे व्यक्ति की नार्मल ब्रीदिंग स्पीड भी बढ़ती है। विशेषज्ञों का मानना है कि हमारा शरीर दो प्रकार से रिस्पांस देता है-एक स्ट्रैस रिस्पांस और एक रिलैक्स रिस्पांस। रिलैक्स रिस्पांस कई शारीरिक विकारों को ठीक करता है। इस शोध में जब हृदय रोगियों को मंत्रों का जाप कराया गया तो उन्हें भी इससे लाभ पहुंचा। इसलिए अपने फेफड़ों व हृदय की मजबूती के लिए आप भी लीजिए लंबी सांस।हृदय रोगियों के लिए चाय का सेवन लाभप्रद है। बोस्टन, बेथ इजराइल डैकोनैस मैडीकल सैन्टर के विशेषज्ञ कैनेथ जे मुकमल ने हाल ही में अपने एक शोध के दौरान पाया कि हृदय रोगियों को चाय का सेवन करने से लाभ पहुंचा और वे अधिक लंबी आयु जिए।

इस शोध में डॉ. मुकम्मल और उनके सहयोगियों ने उन व्यक्तियों को अपने अध्ययन का विषय बनाया जिन्हें हार्ट अटैक हुआ था और इस निष्कर्ष पर पहुंचे कि जो व्यक्ति चाय के अधिक शौकीन थे, उनमें चाय न पीने वाले व्यक्तियों की तुलना में 44 प्रतिशत कम मृत्यु दर पाई गई और कम चाय पीने वालों में यह दर 28 प्रतिशत कम पाई गई।

चाय के फायदों व नुक्सान को लेकर इससे पूर्व भी कई शोध हो चुके हैं और विशेषज्ञ इस बात को तो मानते हैं कि चाय में ऐसे एंटीआक्सीडैंट पाए जाते हैं जो स्वास्थ्य के लिए अच्छे हैं। ये एंटीआक्सीडैंट फ्लेवोनाइडस कई फलों व सब्जियों में भी पाए जाते हैं व काली व हरी चाय, दोनों में पाए जाते हैं। इस शोध के विशेषज्ञों का मानना है कि ये फ्लेवोनाइडस बुरे कोलैस्ट्रोल को नियंत्रित करते हैं और हो सकता है इसी कारण से हृदय रोगियों की रक्तवाहिनियों के लचीलेपन में सुधार आया हो। डॉ. मुकम्मल ने इस शोध में 1900 व्यक्तियों जिनमें पुरुष व महिलाएं दोनों शामिल थे व जिनकी आयु 60 वर्ष के आस-पास थी, उनसे उनके चाय के सेवन के बारे में जाना। इन 1900 हृदय रोगियों में से 1099 चाय का बिल्कुल सेवन नहीं करते थे, 625 व्यक्ति कम पीने वाले थे और 166 अधिक मात्रा में चाय का सेवन करते थे।

दांतों को नुक्सान नहीं पहुंचाता 'चीज'

वैसे तो मोटापाग्रस्त लोगों को चीज़ का सेवन न करने की सलाह दी जाती है क्योंकि चीज़ में मौजूद वसा और नमक दोनों स्वास्थ्य के लिए नुकसानदेह हैं परन्तु अब विशेषज्ञों ने अपने एक अध्ययन के फलस्वरूप पाया है कि चीज भले ही मोटापे का कारण हो पर दांतों के स्वास्थ्य के लिए अच्छा है।

बोस्टन के फोरसिथ इंस्टीच्यूट के विशेषज्ञों ने बहुत पहले किए अपने एक शोध में यह पाया था कि चीज में युक्त कैल्शियम जब मुंह में जाकर लार से मिलता है तो एक ऐसी आणविक संरचना का निर्माण करता है जो दांतों को सुरक्षा देती है। अब टफ्टस यूनिवर्सिटी के न्यूट्रीशियन कम्युनिकेशन सैंटर के विशेषज्ञों ने भी अपने एक शोध के दौरान पाया कि चीज में मौजूद कैल्शियम और फास्फेट दांतों की सुरक्षा परत को टूटने व कमजोर होने से बचाता है। इस शोध में कुछ व्यक्तियों को शक्कर पानी के घोल से दिन में छह-सात बार कुल्ला करने को कहा गया ताकि दांतों से सारे खनिज धुल जाएं। फिर से कुछ व्यक्तियों को एक मिनट तक चीज का टुकड़ा चबाने को दिया गया और कुछ को नहीं। जिन व्यक्तियों ने चीज का टुकड़ा चबाया, चीज का टुकड़ा न चबाने वाले व्यक्तियों की तुलना में उनके दांतों को 71 प्रतिशत कम नुक्सान पहुंचा।

सोया एक संतुलित आहार

नवीनतम शोधों से पता चला है कि जिन देशों में सोयाबीन और अन्य सोया उत्पादों का सेवन अधिक किया जाता है, वहां हृदय रोगियों की संख्या काफी कम है। विशेषज्ञों का मानना है कि इसका कारण है कि सोया फूड कोलैस्ट्रोल रहित होते हैं। हाल ही में किए गए एक शोध से यह सामने आया है कि प्रतिदिन दो गिलास सोया दूध का सेवन बुरे कोलैस्ट्रोल के स्तर को २५ प्रतिशत कम करता है, इसलिए भारत में जहां हृदय रोगियों की संख्या बढ़ती जा रही है, सोया उत्पादों का अधिक सेवन आवश्यक है। शोधों से यह भी पता चला है कि सोया उत्पादों का सेवन कई प्रकार के कैंसर विशेषकर स्तन व प्रोस्टेट कैंसर की संभावना को भी कम करता है। सोया उत्पादों में पाये जाने वाले आईफ्लेवान व फाइटोएस्ट्रोजन इसका कारण हैं। सोया उत्पादों का अधिक सेवन स्तन कैंसर की संभावना को 50 प्रतिशत कम करता है।

बढ़ती उम्र में व पुरूषों में ओस्टियोपोरोसिस रोग होने की संभावना बढ़ जाती है कैल्शियम व अन्य मिनरल्स की कमी के कारण हड्डियां कमजोर हो जाती है। सोया प्रोटीन का अधिक सेवन हड्डियों का क्षय होने से बचाता है। सोया प्रोटीन में सभी अमीनो एसिड मौजूद होते हैं।

हैल्थ टिप्स

कैसे पाएं कैंसर की पूर्व जानकारी

कैंसर एक ऐसा खतरनाक रोग है, जो सेहतमंद व्यक्ति के शरीर को भी धीरे-धीरे खोखला कर देता है। यदि समय से पहले ही इसका पता लगा दिया जाए तो हम इस खतरनाक बीमारी से अपना बचाव कर सकते हैं। जी हां, हम इसका पता लगा सकते हैं कि कहीं हम कैंसर के शिकार तो नहीं होने वाले हैं, पूरे शरीर का एम.आर.आई. टैस्ट करवाकर। इस टैस्ट में हमारे अंदरूनी अंगों की जांच की जाती है जिससे पता चल जाता है कि शरीर में कैंसर संबंधी कोई समस्या उत्पन्न होने की संभावना तो नहीं। एम.आर.आई. टैस्ट हमारे देश में काफी अस्पतालों में किया जाने वाला टैस्ट है परंतु 'होल बॉडी एम.आर.आई.' अभी उतना प्रसिद्ध नहीं है क्योंकि इस टैस्ट का खर्च १२ से १५ हजार रुपए के बीच होता है। इसकी मशीन की कीमत कम से कम ५-६ करोड़ रुपए होती है। कैंसर के उत्पन्न होने से शरीर के विभिन्न अंगों की बनावट में बदलाव आने लगता है, इसके बाद नसों में खून रुकना व गांठें बनने की समस्याएं पैदा होती हैं। इस टैस्ट के जरिए शारीरिक अंगों की बनावट में परिवर्तन का पता लगाया जा सकता है और कैंसर को उत्पन्न होने से रोका जा सकता है। इससे छाती, फेफड़ों, आंतों व गर्भाशय के कैंसर से बचा जा सकता है क्योंकि इस टैस्ट द्वारा यह पता चल जाता है कि इन अंगों की बनावट में कोई परिवर्तन तो नहीं हो रहा। यदि ऐसा होता है तो कैंसर को उत्पन्न होने से पहले ही उसे खत्म किया जा सकता है।

यही नहीं, इस टैस्ट के जरिए-मधुमेह, जोकि एक गंभीर रोग है, का भी पूर्व अनुमान लगाया जा सकता है। इसके अलावा यह टैस्ट जोड़ों संबंधी समस्याओं को भी उत्पन्न होने से पूर्व ही बता देता है। साथ ही हम जिगर व दिमाग संबंधी परेशानियों का भी समय से पहले पता लगा सकते हैं।

यदि आप अपनी सेहत के प्रति अक्सर चिंतित रहते हैं व इस टैस्ट की कीमत अदा करने में आपको कोई समस्या नहीं तो आप इसे अवश्य करवाएं ताकि गंभीर बीमारियों को उत्पन्न होने से रोका जा सके।

आंखों के लिए लाभदायक है आम और केला

एक शोध के अनुसार आम का सेवन आंखों के लिए भी फायदेमंद है। आम में बैटा के कैरोटिन, विटामिन सी, ई तीनों एंटी आक्सीडैंट पाए जाते हैं। ये तीनों एंटी आक्सीडैंट फ्री रैडिकल्स की हानि से भी सुरक्षा देते हैं। क्लीवलैण्ड क्लीनिक के विशेषज्ञों के अनुसार ये एंटीआक्सीडैंट बढ़ती उम्र में आंखों की मांसपेशियों के कमजोर पड़ने के फलस्वरूप कमजोर दृष्टि होने को भी कम करते हैं। इसके अतिरिक्त अगर आप आम के साथ केले का भी सेवन कर रहे हैं तो वह भी आपके लिए फायदेमंद है। उच्च रक्तचाप के कारण बढ़ती उम्र में आंखों में अंधापन तक आ सकता है क्योंकि केला पोटैशियम का अच्छा स्रोत है और रक्तचाप को नियंत्रित रखने में सहायक है।

शरीर के लिए आवश्यक है आयरन

'**लोहा**' नाम लेते ही एक ऐसी ठोस धातु का चित्र उभरता है जिसका श्वास प्रश्वास प्रक्रिया से संबंध असंभव लगता है परन्तु यही सत्य है। हमारा रक्त छोटी-छोटी रक्त कोशिकाओं से बना है। रक्त की पिन की नोक जितनी बड़ी बूंद में साधारणतः 50,00,000 लाल रक्त कोशिकाएं समाई होती हैं। रक्त कोशिकाएं चार माह उपरान्त स्वतः नष्ट होती हैं और नई कोशिकाएं बनती हैं। यह कार्य इसी प्रकार चलता रहता है और हमें पता भी नहीं होता। शरीर में लोहे की मात्रा कम होने पर ये रक्त कोशिकाएं पीली और कमजोर हो जाती हैं। इसे एनीमिया या रक्ताल्पता की स्थिति कहते हैं।

शरीर के लिए आवश्यक तत्वों प्रोटीन, वसा, विटामिन, खनिज लवण, जल आदि में लोहे का प्रमुख स्थान है। एक स्वस्थ वयस्क व्यक्ति के शरीर में तीन से पांच ग्राम तक लोहा पाया जाता है। यह लोहा हीमोग्लोबिन, अस्थिमज्जा, यकृत, गुर्दों, प्लीहा, मांसपेशियों के मायोग्लोबिन, रक्त के तरल भाग और कोशिकाओं के एन्जाइम में व्यापक तौर पर फैला रहता है। लाल रक्त कणों के हीमोग्लोबिन में उपस्थित लोहा मांसपेशियों की गति के लिए ऑक्सीजन संग्रहीत करता है। कोशिका के एन्जाइमों में पाया जाने वाला लोहा अन्य पोषक तत्वों कार्बोज, प्रोटीन और वसा के उपापचय में सहायता देता है। शरीर में लोहे की कमी का सीधा संबंध रक्त की कमी से है। रक्त कोशिकाएं लोहे की कमी के कारण पीली और कमजोर बनती हैं। ऐसी कोशिकाएं शारीरिक क्रियाओं के फलस्वरूप उपजी कार्बन डाईआक्साइड को फेफड़ों तक पहुंचाकर शुद्ध आक्सीजन में नहीं बदल पाती। परिणामतः आक्सीजन की मात्रा घट जाने से शरीर की प्रक्रियाएं मन्द पड़ जाती हैं और कार्य क्षमता क्षीण हो जाती हैं। इसके लक्षण हैं-जल्दी थक जाना, शिथिलता, थोड़े कार्य के बाद दम फूलना, लगातार थकान, चक्कर आना, धुंधला दिखाई देना, सिरदर्द, नींद न आना, दिल धड़कना, भूख न लगना, खट्टी डकार के साथ अपच, पेट में गड़बड़ी आदि। नाखूनों पर भी इसका प्रभाव दिखाई देता है। नाखून टूटने लगते हैं, लम्बाई में गड्ढे पड़ जाते हैं। उनका आकार चम्मच सा हो जाता है।

शरीर में लोहे की कमी प्रायः पर्याप्त आहार न लिए जाने से होती है। बच्चों तथा किशोरों में शरीर वृद्धि के समय उचित आहार न पाने की स्थिति में उत्पन्न होती है। मासिक धर्म के समय अधिक खून बहने से स्त्रियों में रक्त की कमी हो जाती है। दुर्घटना अथवा टी.बी., हड्डी का ट्यूमर जैसी असाध्य बीमारियों के कारण भी रक्त की कमी हो जाती है। हुकवर्म आदि परजीवी कीटाणु भी रक्ताल्पता की स्थिति ला सकते हैं। शरीर की श्वास प्रश्वास प्रक्रिया को सुचारु रूप से चलाने के लिए आवश्यक है कि रक्ताल्पता से बचा जाए। ऐसा करने के लिए आहार की दैनिक आदतों में थोड़ा परिवर्तन करना होगा। जिन परिवारों में खाना लोहे के बर्तनों में पकाया जाता है, लोहे की कमी होने की संभावना कम हो जाती है।

चोकर सहित मोटे आटे की रोटी अधिक पोषक होती है। खाद्य पदार्थों को पकाने अथवा खाने से पूर्व बहुत अधिक पानी से धोना, उनमें लोहे की मात्रा को कम करता है। तीन-चार महीने के बच्चे को दूध के अतिरिक्त फल और थोड़ा अनाज भी किसी रूप में खिलाना शुरू कर देना चाहिए। सोयाबीन, चना, मूंग जैसी साबुत दालों को अंकुरित करके खाने से लोहा बड़ी मात्रा में प्राप्त होता है। फलियां, गहरी हरी सब्जियां, बाजरा, साबुत अनाज जैसी वस्तुएं सस्ती भी होती हैं और लोहे के भंडार भी। इनके अतिरिक्त सूखे मेवे, अण्डे की जर्दी, मांस से भी लोहा प्राप्त होता है। रक्त की कमी के लक्षण शरीर में उपस्थित होते ही डाक्टर की सलाह ली जानी चाहिए।

गर्भवती और स्तनपान कराने वाली स्त्रियों की एक बड़ी संख्या रक्ताल्पता का शिकार होती है। रक्त के माध्यम से हमारे शरीर की प्रत्येक कोशिका सांस लेती है। जीवन से जुड़ी सांसों और श्वासों से जुड़ी रक्तकोशिकाओं के स्वास्थ्य के लिए हमें लोहे का महत्व स्वीकार करना ही चाहिए।

थिएटर की बजाए डायरेक्ट अमेजॉन प्राइम वीडियो पर चलेगी विद्या बालन की

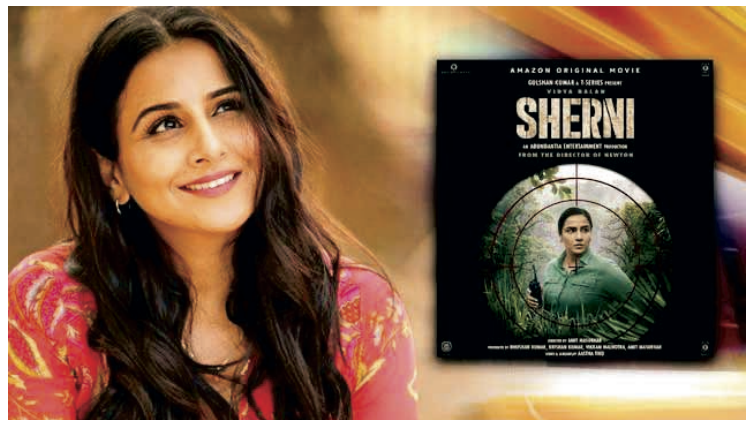
एडवेंचर ड्रामा शेरनी

अमेजॉन प्राइम वीडियो ने आज घोषणा की है कि डाइरेक्ट-टू-स्ट्रीम हिंदी अमेजॉन ओरिजिनल मूवी शेरनी का उनकी स्ट्रीमिंग सेवा पर अगले महीने यानि जून में ग्लोबल प्रीमियर किया जाएगा । शानदार फिल्ममेकर अमित मासुरकर द्वारा निर्देशित एवं एबंडेंटिया इंटरटेनमेंट द्वारा निर्मित इस ड्रामा मूवी में विद्या बालन ने मुख्य भूमिका निभाई है। फिल्म की स्टारकास्ट में विद्या बालन के साथ शरद सक्सेना, मुकुल चड्ढा, विजय राज, इला अरुण, ब्रजेंद्र काला और नीरज काबी जैसे वर्सेटाइल आर्टिस्ट नजर आएंगे। बेसब्री से इंतजार करने लायक इस रोमांचक स्टोरीलाइन में विद्या बालन एक मजबूत इरादों वाली महिला अफसर का मुख्य किरदार निभा रही हैं, जो प्रतिकूल व शत्रुतापूर्ण माहौल में भी बड़ी निष्ठा के साथ अपना कर्तव्य निभाने की कोशिश करती है।

आगामी अमेजॉन ओरिजिनल मूवी के बारे में बात करते हुए अमेजॉन प्राइम वीडियो इंडिया के निदेशक एवं मुखिया विजय सुब्रमणियम कहते हैं, ह्लपिछले कुछ वर्षों में एबंडेंटिया इंटरटेनमेंट और टी-सीरीज अपनी ताजा और दिलचस्प कंटेंट वाली कहानियां कहने वालों का एक पॉवरहाउस साबित हुआ है और हम उनके साथ अपनी सहभागिता ज्यादा मजबूत करने को लेकर रोमांचित हैं । शकुंतला देवी की कामयाबी के बाद हम भारत समेत दुनिया भर में मौजूद अपने ग्राहकों के लिए विद्या बालन अभिनीत एक और फिल्म शेरनी प्रस्तुत करते हुए बेहद उत्साहित हैं। यह फिल्म फतह हासिल करने की एक ऐसी कुतूहल भरी दास्तान है, जो न सिर्फ दर्शकों का मनोरंजन करेगी बल्कि उन्हें घर बैठे एडवेंचर का अनोखा अहसास दिलाएगी ।

यह रोमांच साझा करते हुए एबंडेंटिया इंटरटेनमेंट के प्रोड्यूसर एवं सीईओ विक्रम मल्होत्रा ने टिप्पणी की, '2020 में शकुंतला देवी के लिए अमेजॉन प्राइम वीडियो के साथ एक सफल और बेहद प्यार भरी सहभागिता के बाद एक बार फिर से भागीदारी करते हुए हमें बेहद खुशी हो रही है । इस भागीदारी में हम एबंडेंटिया इंटरटेनमेंट की हालिया फिल्म को पूरी दुनिया के सामने प्रस्तुत करने जा रहे हैं । हमने अब तक जिन कहानियों पर काम किया है, उनमें से शेरनी की कहानी सबसे खास और अहम है। एक बेहद प्रासंगिक विषय पर अमित का विचारोत्तेजक ट्रीटमेंट, जिसमें उनके ट्रेडमार्क व्यंग्य का तड़का मौजूद है, दर्शकों को फिल्म देखने के लिए मजबूर कर देगा । मैं इस बात को लेकर भी रोमांचित हूं कि विद्या के प्रशंसक उनको एक फॉरेस्ट अफसर के अनोखे अवतार में देख सकेंगे। मैं शेरनी की 'फर्स्ट डे फर्स्ट स्ट्रीम' के लिए बेताब हूं।'

टी-सीरीज के प्रोड्यूसर भूषण कुमार ने बात को आगे बढ़ाते हुए कहा- 'मुझे अब तक जितनी भी फिल्में प्रोड्यूज करने का मौका मिला है, उनमें



से शेरनी सबसे अपरंपरागत तथा दिलचस्प फिल्म है । मैं इस बात को लेकर रोमांचित हूं कि इस फिल्म का प्रीमियर अमेजॉन प्राइम वीडियो पर होने जा रहा है, जिससे यह एक ग्लोबल ऑडियंस तक पहुंच सकेगी । हमेशा की ही तरह विक्रम के साथ हुई सहभागिता बेहद आनंददायक रही और मैं एबंडेंटिया इंटरटेनमेंट के साथ मिलकर और भी ज्यादा मनोरंजक तथा बेमिसाल कंटेंट तैयार करने के लिए उत्सुक हूं।'

शेरनी प्राइम वीडियो के कैटलॉग में मौजूद हजारों टीवी शोज और फिल्मों में शामिल हो जाएगी । इनमें- दुर्गामती, छलांग, गुलाबो सिताबो, शकुंतला देवी, पोनमंगल वंदल, लॉ, फ्रेंच बिरयानी, सूफियम सुजातायुम, वी, सीयू सून, निशब्दम, हलाल लव स्टोरी, भीमसेन नला महाराजा, सूराराई पोत्रु, मिडिल क्लास मेलोडीज, माने नं. 13, पेंगुइन, पुथम पुदु कालै और अनपॉज्ड जैसी अनेक भारतीय फिल्में शामिल हैं।

इसके साथ-साथ इस खजाने के अंदर भारत में निर्मित अमेजॉन ओरिजिनल सीरीज, जैसे कि बैंडिश बैंडिट्स, ब्रीदः इंटू द शैडोज, पाताल लोक, फोर मोर शॉट्स प्लीज, मिजार्पुर 1, 2, द फैमिली मैन, इनसाइड एज, मेड इन हेवन तथा सन ऑफ द स्वाइलः जयपुर पिंक पैंथर्स मौजूद है । पुरस्कार-विजेता और समीक्षकों द्वारा प्रशंसित ग्लोबल अमेजन ओरिजिनल, जैसे कि बोराट द सब्सीक्वेंट मूवी फिल्म, कमिंग 2 अमेरिका, टॉम क्लेंसी की जैक रेयान, द ब्वायज, हंटर्स, फ्लीबैग और द मार्वलस मिसेज मैसेल भी इस प्राइम वीडियो कैटलॉग का हिस्सा बन चुकी हैं । अमेजॉन प्राइम मेंबर्स के लिए यह सब बिना कोई अतिरिक्त शुल्क चुकाए ही उपलब्ध है । इस सेवा में हिंदी, मराठी, गुजराती, तमिल, तेलुगु, कन्नड़, मलयालम, पंजाबी और बांग्ला के अनगिनत टाइटल शामिल हैं।

कृष्णा श्रॉफ का बोल्ड अंदाज, बिकिनी में चलाई साइकिल

जैकी श्रॉफ की बेटी और टाइगर श्रॉफ की बहन कृष्णा श्रॉफ एक बार फिर अपने बोल्ड बिकिनी लुक के कारण सोशल मीडिया पर छाई हुईं हैं । फिल्मी ग्लैमर से दूर फिटनेस के क्षेत्र में अपनी पहचान बनाने वालीं कृष्णा श्रॉफ भले ही ग्लैमर वर्ल्ड का हिस्सा नहीं है लेकिन सोशल मीडिया पर वह अपनी बोल्डनैस और पर्सनल लाइफ को लेकर छाई रहती हैं।

हाल ही में कृष्णा ने अपने लेटेस्ट बिकिनी तस्वीर पोस्ट की जो उनके फैंस को काफी पसंद आ रही है । कृष्णा ने अपने इंस्टाग्राम पर अपनी दो तस्वीरें पोस्ट की जिसमें वह बिकिनी में अपने फिट फिगर को फ़्लॉन्ट करते हुए नजर आ रही हैं । इस दौरान कृष्णा की बिकिनी लाइन पर बना टैटू भी साफ नजर आ रहा है । इसके अलावा कुछ तस्वीरों में कृष्णा बिकिनी में साइकिल चलाती हुईं नजर आ रही हैं। बता दें कि भाई टाइगर की तरह कृष्णा भी जिम और फिटनेस फ्रिक है और दोनों साथ में कई बार वर्कआउट करते नजर आ चुके हैं ।

दिशा पाटनी के बोल्ड बिकिनी लुक से हॉटनैस का मीटर हाई

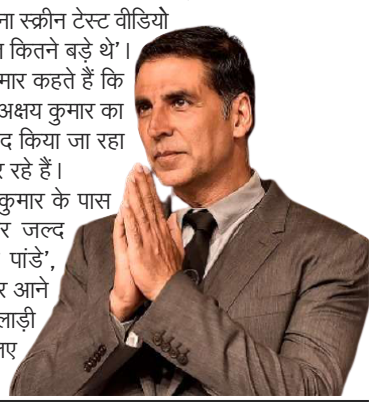
दिशा पाटनी, जिसने ईद पर रिलीज हुई सलमान खान अभिनीत राधेः योर मोस्ट वांटेड भाई में अपने अभिनय से सभी का दिल जीत लिया, अपने बोल्ड अंदाज के लिए भी फैंस के बीच खासी लोकप्रिय हैं । सोशल मीडिया पर अपने बोल्ड और सेक्सी लुक से सनसनी मचाने वाली दिशा पाटनी की बिकिनी लुक, जिसने सभी को दीवाना बना दिया है । दिशा के ये बिकिनी लुक सोशल मीडिया पर उनकी फैन फोलोइंग बढ़ाते हैं। फिटनेस के मामले में अपनी जेनरेशन की सबसे फिट और ऊजार्वान अभिनेत्री में से एक दिशा जैसे ही अपने बोल्ड बिकिनी लुक को इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं वैसे ही महज कुछ ही समय में उनकी तस्वीरों को ढेरों लाइक्स और कमेंट्स मिल जाते हैं ।

अक्षय कुमार का सालों बाद फर्स्ट स्क्रीन लुक हुआ वायरल

अक्षय कुमार सालों से फैंस के दिलों पर राज कर रहे हैं। आज आलम ये है कि फैंस हर एक फिल्म में बस अच्छे को ही देखना चाहते हैं। अक्षय भी अब अक्सर सामाजिक मुद्दों की फिल्मों में काम करते ज्यादा नजर आते हैं। हर तरह की फिल्में बीते एक लंबे समय से फैंस को देने वाले अक्षय कुमार का एक सालों पुराना वीडियो वायरल हो रहा है। ये कहना गलत नहीं होगा कि अक्षय कुमार ने अपनी पहली ही फिल्म के बाद कभी पीछ पटलकर नहीं देखा। खिलाड़ी कुमार जब इंडस्ट्री में आए तो वह मार्शल आर्ट में ट्रेंड थे और उनकी पहचान एक्शन हीरो के तौर पर बनी। अक्षय का अब स्क्रीन टेस्ट का वीडियो वायरल हो रहा है।

दरअसल अक्षय कुमार का जो वीडियो वायरल हो रहा है उसमें वह फारुख शेख के चैट शो 'जीना इसी का नाम है' में नजर आ रहे हैं। इस में एक्टर गेस्ट के रूप में पहुंचे थे। जहां अक्षय कुमार को उनके स्क्रीन टेस्ट का वीडियो दिखाया गया था। वीडियो में देख सकते हैं कि कि कैसे अक्षय मार्शल आर्ट करते नजर आए।

इसके बाद वह एक एक्टिंग सीन क्रिएट करते नजर आ रहे हैं। उनके साथ इस वीडियो में ऐक्ट्रेस नगमा भी नजर आ रही हैं। दोनों साथ में रोमांटिक सीन करते दिखे रहे हैं। खास बात ये है कि जैसे ही फारुख के शो में अक्षय कुमार अपना स्क्रीन टेस्ट वीडियो देखते हैं वह हंसते लगते हैं और कहते हैं, 'बाल कितने बड़े थे'। इस वीडियो के खत्म हो जाने के बाद अक्षय कुमार कहते हैं कि मुझे लगता है कि आप नौकरी से निकलवाएंगे। अक्षय कुमार का ये वीडियो अब फिर से फैंस के बीच काफी पसंद किया जा रहा है। फैंस खिलाड़ी कुमार की जमकर तारीफ कर रहे हैं।



वर्कफ्रंट की बात करें तो इस वक्त अक्षय कुमार के पास फिल्मों की लाइन लगी हुई है। अक्षय कुमार जल्द 'सूर्यवंशी', 'अतरंगी रे', 'पृथ्वीराज', 'बच्चन पांडे', 'रामसेतु' और 'बेल बॉटम' जैसी फिल्मों में नजर आने वाले हैं। जबकि 2020 में रिलीज होने वाली खिलाड़ी कुमार की फिल्म सूर्यवंशी अभी भी रिलीज के लिए अटली हुई है।

संघर्ष के सातवें दिन इजराइल का बड़ा ऐक्शन, गाजा में हमास चीफ के घर पर बरसाए बम

तेल अवीव। इजराइल और फलीस्तीन के बीच संघर्ष थमने का नाम नहीं ले रहा है। सात दिन से चल रहे अघोषित युद्ध में रविवार को इजरायल ने बड़ा कदम उठाते हुए गाजा पट्टी में हमास प्रमुख के घर पर बम बरसाए। वहीं, इजराइय में रॉकेट हमलों को लेकर बजते सायरन के बीच लोग बम शेल्टर्स में भागते नजर आए। तेल अवीव और इसके आसपास में करीब 10 लोग घायल हुए हैं। सोमवार को हिंसा की शुरूआत के बाद से गाजा में कम से कम 148 लोग मारे गए हैं, जिनमें 41 बच्चे शामिल हैं। इजरायल ने उसके 10 नागरिकों की मौत की बात कही है, जिसमें 2 बच्चे शामिल हैं।

अमेरिका, संयुक्त राष्ट्र और इजिप्ट के दूत दोनों पड़ोसी देशों में शांति कायम करने के लिए कोशिश में जुटे हैं, लेकिन अभी तक कोई प्रगति नहीं हुई है। संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद में आज इस अशांति को लेकर बैठक होनी है। इजरायल और फलीस्तीन के बीच कई सालों में यह सबसे भीषण संघर्ष है।

इजरायल और हमास दोनों ने जोर दिया है कि वे हमले लगातार जारी रखेंगे। एक दिन पहले ही इजरायल ने गाजा में 12 मंजिला एक इमरात को ध्वस्त कर दिया, जिसमें कई मीडिया दफ्तर भी थे। वहीं, इजरायल का कहना है कि इसमें हमास मिलिट्री के दफ्तर थे, इसलिए इसे निशाना बनाया गया और हमले से पहले आम नागरिकों को निकलने के लिए चेतावनी दी गई थी।

इस्लामी समूह ने भी तेल अवीव पर जमकर रॉकेट बरसाए। रातभर भीषण बमबाजी हुई है। स्वास्थ्य अधिकारियों ने बताया कि इजराइल की ओर से किए गए एयर स्ट्राइक्स में कम से कम 3 फलीस्तीनी मारे गए हैं तो कई घायल हैं।

हवाई हमलों की बौछार में रविवार तड़के इजरायल ने येहाया अल-सिनवार के घर पर बम बराए, जोकि 2017 से हमास के राजनीतिक और सैन्य विभाग के प्रमुख हैं। अभी तक यह जानकारी नहीं है कि हमले के वक्त हमास प्रमुख वहां मौजूद थे या नहीं।

नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादन में भारत की मदद करेगा अमेरिका : बाइडन के विशेष दूत जॉन केरी

वाशिंगटन। अमेरिका ने कहा है कि उसने जलवायु परिवर्तन पर भारत से हाथ इसलिए मिलाया है, ताकि वह 450 गीगावाट नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादन का लक्ष्य हासिल करने में उसकी मदद कर सके। जलवायु परिवर्तन पर बाइडन प्रशासन के विशेष दूत जान केरी ने अमेरिकी सांसदों से कहा, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 450 गीगावाट नवीकरणीय ऊर्जा का उत्पादन करने की प्रतिबद्धता जताई है। हमने भारत से इसलिए हाथ मिलाया है, क्योंकि उनके पास इसके लिए जरूरी पैसे और पूर्ण तकनीक का अभाव है। इसलिए हम उनकी मदद करने का प्रयास कर रहे हैं। हम उन्हें तकनीक देंगे। हम उन्हें वित्तीय मदद देंगे। और वे इस काम को संभव कर दिखाएंगे। उन्होंने कहा कि भारत द्वारा कार्बन उत्सर्जन में कमी लाए जाने की जरूरत है। केरी जलवायु परिवर्तन पर अमेरिका के पहले ऐसे दूत हैं, जिनका दर्जा कैबिनेट मंत्री के बराबर का। इसके अलाव उन्हें राष्ट्रीय सुरक्षा परिषद का हिस्सा भी बनाया गया है। दक्षिण कैरोलिना से सांसद जो विल्सन ने कहा कि प्रधानमंत्री मोदी ने भारत की जनता के लिए एक बड़ा काम किया है। ब्रिटेन की केयर्न एनर्जी पीएलसी ने अमेरिका की एक अदालत में मुकदमा दायर कर एयर इंडिया की विदेश स्थित संपत्ति जब्त करने का अधिकार मांगा है। कंपनी ने कहा है कि एयर इंडिया भारत सरकार की कंपनी के रूप में सरकार की संपत्ति है। एक अंतरराष्ट्रीय विवाद निपटान न्यायाधिकरण ने केयर्न एनर्जी और भारत सरकार के टैक्स विवाद मामले में कंपनी के पक्ष को सही ठहराया था।

नारद स्टिंग कांड

सीएम ममता बनर्जी के राइट हैंड फिरहाद हकीम समेत 3 मंत्री गिरफ्तार, भेजे गए जेल

कोलकाता। नारद स्टिंग कांड में सीबीआइ द्वारा बंगाल के दो हेवीवेट मंत्री, एक विधायक और एक पूर्व मंत्री को सोमवार सुबह गिरफ्तार किए जाने के बाद दिनभर राजनीतिक बवाल व विरोध प्रदर्शन चलता रहा। इसके बाद कलकत्ता हाई कोर्ट ने सोमवार देर रात नारद स्टिंग केस में सत्तारूढ़ तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी) के नेताओं को जमानत दिए जाने वाले आदेश पर रोक लगा दी। इसके पहले इन चारों नेताओं को निचली अदालत से शाम में जमानत मिल गई थी। इसके खिलाफ सीबीआइ रात में ही हाई कोर्ट पहुंच गई। सुनवाई के बाद रात करीब 10:30 बजे हाईकोर्ट के मुख्य न्यायाधीश की अगुवाई वाली पीठ ने इन चारों नेताओं की जमानत पर रोक लगा दी और उन्हें तीन दिनों की जेल हिरासत में भेजने का निर्देश दिया। इस नाटकीय घटनाक्रम के बाद रात भर कोलकाता में ड्रामा चलता रहा। हाई कोर्ट द्वारा जमानत पर रोक लगाए जाने की खबर जैसे ही तृणमूल कार्यकताओं को लगी, वह फिर से निजाम पैलेस स्थित सीबीआइ कार्यालय के बाहर जमा हो गए और प्रदर्शन व नारेबाजी करने लगे।इस बीच कड़ी सुरक्षा में देर रात लगभग 1:30 बजे गिरफ्तार चारों नेताओं को सीबीआइ दफ्तर से प्रेसिडेंसी जेल में शिफ्ट किया गया। प्रेसिडेंसी जेल के बाहर भी बड़ी संख्या में तृणमूल कार्यकर्ता जमा हो गए थे। इसको देखते हुए यहां पहले से पुलिस ने बैरिकेडिंग कर बड़ी संख्या में जवानों को सुरक्षा में तैनात कर दिया था। इस तरह राज्य के दो मंत्री सुब्रत मुखर्जी व फिरहाद हकीम, विधायक मदन मित्रा एवं पूर्व मंत्री शोभन चटर्जी की जेल में पहली रात कटी। गौरतलब है कि अब मामले में अगली सुनवाई 19 मई, बुधवार को हाई कोर्ट में होगी। तब तक

इन चारों नेताओं को जेल में ही रहना होगा। केंद्रीय जांच एजेंसी ने इसके पहले हाई कोर्ट का रुख किया और एजेंसी ने कोर्ट में कहा कि वो यहां ठीक से काम नहीं कर पा रहे हैं और उनकी जांच प्रभावित हो रही है। इसके पहले टीएमसी कार्यकताओं ने सोमवार सुबह से लेकर पूरे दिन भर कोलकाता सहित राज्यभर में सीबीआइ की कार्रवाई के विरोध में जमकर विरोध प्रदर्शन किया। कोलकाता में सीबीआइ दफ्तर के बाहर सैकड़ों की संख्या में जमा टीएमसी कार्यकताओं की ओर से दिन में केंद्रीय बलों पर पथराव भी किया गया था।

चीन की अमेरिका को सीधी चुनौती, कहा- युद्ध हुआ तो हार जाओगे

बीजिंग। चीन का दुस्साहस तो देखिए, अब वह अमेरिका को खुलेआम चुनौती देने से भी नहीं हिचक रहा। चीन के सरकारी अखबार ग्लोबल टाइम्स ने अपने संपादकीय में चीन को सुपरपावर बताते हुए अमेरिका को चेतावनी दी है कि अगर युद्ध छिड़ा तो उसमें अमेरिका की हार होगी। इस अखबार को चीन की सत्तारूढ़ कम्युनिस्ट पार्टी

का मुखपत्र माना जाता है। इसमें प्रकाशित बात सरकार का बयान मानी जाती है।

ग्लोबल टाइम्स ने यह संपादकीय जापान, ऑस्ट्रेलिया और फ्रांस के सैन्य अभ्यास में अमेरिका के भी शामिल होने पर कही है। इससे पहले गुरुवार को चीन ने कहा था कि दक्षिणी जापान में हो रहे इस सैन्य अभ्यास से उसकी सेहत पर कोई फर्क नहीं पड़ता। यह सैन्य अभ्यास सिर्फ तेल ईंधन की बबार्दी है। चीन पूरे दक्षिण चीन सागर को अपनी संपत्ति बताता है। वह इस पर ब्रूनेई, मलेशिया, फिलीपींस, वियतनाम और ताइवान के दावे को नकारता है। इतना ही नहीं, ताइवान की संप्रभुता को नकारते हुए उसे अपना हिस्सा बताता है। जापान के हिस्से के समुद्र को भी पूर्वी चीन सागर बताते हुए चीन उस पर अपना अधिकार जताता है और जब-तब वहां पर अपने जंगी जहाज भेजता रहता है, लड़ाकू विमान आकाश में उड़ाता रहता है। ग्लोबल टाइम्स लिखता है कि दक्षिण चीन सागर को लेकर दोनों देशों में अगर युद्ध छिड़ा तो उसमें अमेरिका की हार होगी। अमेरिकी विशेषज्ञ एलेक्स मिहाइलोविच इस संपादकीय को चीन की बेचैनी का सुबूत मानते हैं जो क्षेत्र में बढ़ती अमेरिका की ताकत को लेकर चिंतित है। क्षेत्र में अमेरिका की लगातार सक्रियता और इस बड़े सैन्य अभ्यास से चीन बौखला गया है। जबकि ब्रिटेन के पूर्व सांसद जॉर्ज गैलोवे कहते हैं कि अमेरिका की क्षेत्र में बढ़ती सक्रियता से चीन अपनी सैन्य तैयारी तेज करेगा और दोनों देशों में टकराव की आशंका बढ़ेगी।

ब्रिटिश न्यूज वेबसाइट एक्सप्रेस डॉटसीओडॉटयूके के अनुसार इसी सप्ताह की शुरूआत में चीन की पीपुल्स लिबरेशन आर्मी ने अपने मरीन कमांडो की ट्रेनिंग का एक वीडियो सार्वजनिक किया है। इसमें वे एक द्वीप पर हमला करते दिखाई दे रहे हैं। माना जा रहा है कि इसके जरिये चीन ताइवान को धमकाने का प्रयास कर रहा है। साथ ही वह अपनी सैन्य तैयारी बढ़ाने का संदेश भी दे रहा है।

म्यांमार में जुंटा सैन्य शासन ने तख्तापलट का विरोध करने वाले पश्चिमी कस्बे पर बोला हमला

बैंकॉक। म्यांमार के पश्चिमी चिन राज्य में एक कस्बे पर सैन्य शासन की ओर से भीषण हमले किए गए हैं। सत्तारूढ़ जुंटा ने सैन्य शासन के खिलाफ हुए सशस्त्र विद्रोह को देखते हुए मार्शल लॉ लगा दिया है। अमेरिका और ब्रिटेन के दूतावासों ने इन घटनाओं पर चिंता जाहिर की है। चिनलैंड डिफेंस फोर्स के एक प्रवक्ता ने कहा कि यह संघर्ष शनिवार को सुबह छह बजे तब शुरू हुआ जब सरकारी सैनिकों ने हेलिकॉप्टरोंजरिए मिनदात कस्बे के पश्चिमी हिस्से में गोलाबारी की। इस घटना से कई घर तबाह हो गए।

मालूम हो कि चिनलैंड डिफेंस फोर्स आंग सान सूकी सरकार को सत्ता से बेदखल करने वाले सैन्य शासन के खिलाफ स्थानीय तौर पर बनाया गया मिलिशिया समूह है। मानवाधिकार संगठन चिन ने अपने बयान में बताया कि मिनदात कस्बे में अब भी घेराबंदी है। जुंटा के सैनिक हवा और जमीन से हमले कर रहे हैं। वहीं सांसदों की ओर से गठित नेशनल यूनिटी ने चेतावनी दी है कि यदि 48 घंटों में मिनदात कस्बा युद्धभूमि में बदल सकता है। इससे हजारों लोगों के विस्थापित होने का खतरा है। इस बीच फेसबुक ने कथित तौर पर म्यांमार में कई संगठनों पर प्रतिबंध को बरकरार रखा है।

चीनी कंपनियों पर आडिट साझा करने का दबाव बढ़ाएगा अमेरिका

वाशिंगटन। संयुक्त राज्य लेखा निरीक्षण बोर्ड ने एक मसौदा नियम का प्रस्ताव दिया है। इसके तहत अमेरिकी लेखा मानकों का पालन नहीं करने वाली विदेशी कंपनियों को अमेरिकी स्टाक एक्सचेंज से हटा दिया जाएगा। साउथ चाइना मार्निंग पोस्ट (एससीएमपी) के अनुसार ऐसा ट्रंप प्रशासन के एक कानून को तेजी से लागू करने के लिए किया जा रहा है। इसके तहत यदि चीनी कंपनियों ने अमेरिका के साथ समीक्षा के लिए आडिट साझा नहीं किया तो उन्हें तीन साल में अमेरिकी स्टाक एक्सचेंज से हटा दिया जाएगा। सार्वजनिक कंपनी लेखा निरीक्षण बोर्ड (पीसीएओबी) ने एक बयान जारी कर कहा कि नियम में बदलाव से यह सुनिश्चित होगा कि क्या स्थानीय अधिकारियों ने विदेशी लेखा फर्मों के निरीक्षण को बाधित किया है, जो अमेरिकी कंपनियों का आडिट करते हैं। पीसीएओबी के चेयरमैन विलियम दुहनके-3 ने कहा, नियम उन स्थितियों के बारे में है, जहां विदेशी अधिकारियों ने पीसीएओबी को अपनी अनिवार्य निगरानी गतिविधियों के संचालन के लिए आवश्यक पहुंच से वंचित कर दिया है। इस बीच, चीन के कानूनविदों ने कहा है कि इस कानून का निशाना स्पष्ट रूप से चीनी कंपनियां हैं। इसके तहत चीनी कंपनियों को निदेशकों और कार्यकारी अधिकारियों के बारे में बताना होगा, जो चीनी कम्युनिस्ट पार्टी के सदस्य हैं।

अफगानिस्तान के राष्ट्रपति अशरफ गनी बोले

पाकिस्तान से ही संचालित होता है तालिबान

काबुल। आतंकवाद को लेकर कई मोर्चों पर घिर चुके पाकिस्तान को एक बार फिर आईना दिखाया गया है। अफगानिस्तान के राष्ट्रपति अशरफ गनी ने सीधे तौर पर पाकिस्तान को ही अफगानिस्तान के हालात का जिम्मेदार ठहराया है। उन्होंने कहा है कि तालिबान की पूरी व्यवस्था यहीं से संचालित होती है। पाक अपने देश में तालिबान को सभी जरूरतें उपलब्ध कराता है, उसके लिए फंडिंग करता है। यहां तक कि तालिबान के सदस्यों की भर्ती भी पाकिस्तान में ही होती है। राष्ट्रपति कार्यालय से जारी अशरफ गनी के बयान में कहा गया है कि अब पाक को ही तालिबान के साथ शांति वार्ता पूरी कराने के लिए आगे आना चाहिए। अफगानिस्तान में शांति के लिए अमेरिका की अब बहुत सीमित भूमिका है। मुख्य भूमिका क्षेत्रीय स्तर के देशों की है, उनमें पाकिस्तान विशेष रूप से है। तालिबान पर केवल पाकिस्तान का ही पूरा प्रभाव है। उसी ने ही तालिबान के लिए संगठित प्रणाली विकसित की हुई है। तालिबान के निर्णय करने वाली सभी क्षेत्रीय संस्थाएं पाक में ही बनी हुई हैं, जिन्हें सरकार का समर्थन रहता है। सभी निर्णय क्वेटा

शूरा, मिरमशाह शूरा और पेशावर शूरा के द्वारा लिए जाते हैं। ऐसी स्थिति में पाकिस्तान को ही तालिबान पर शांति स्थापित करने के लिए दबाव बनाना चाहिए।

इससे पहले भी अफगान के राष्ट्रपति ने कहा था कि पाकिस्तान को देखना है कि वह मित्रता का भाव रखता है या शत्रुता का। दोनों देशों के पास अब आपसी सम्मान, अच्छे पड़ोसी और आर्थिक सहयोग के साथ रहने का ही विकल्प है। अफगानिस्तान और तालिबान के बीच कतर में शुरू हुई शांति वार्ता के बीच ईद पर दोनों ही पक्षों के द्वारा तीन दिन के युद्धविराम की अवधि समाप्त हो गई है।