सांध्य दैनिक

नई दृष्टिबिंदु

सच की शक्ति, जनता की दृष्टि

PRGI Reg No - CTHIN/25/A3746

वर्ष–01 अंक–161 | संपादक आलोक तिवारी | दुर्ग, मंगलवार 30 जून 2026 | पृष्ठ 08 | मूल्य –2 रुपए

सु-विचार

"दुनिया में सबसे कीमती गहना हमारा परिश्रम है, और जिंदगी में सबसे अच्छा साथी हमारा आत्मविश्वास"

अज्ञात...

टी–20 वर्ल्ड कप 2026 से पहले टीम इंडिया में बड़े बदलाव के संकेत

गौतम गंभीर की जगह युवराज सिंह को कोच का प्रस्ताव, सूयर्कुमार और शुभमन गिल की कप्तानी पर सवाल

नई दृष्टिबिंदु / नई दिल्ली

टी 20 वर्ल्ड कप 2026 से ठीक पहले भारतीय क्रिकेट में बड़े फेरबदल की सुगबुगाहट है। बीसीसीआई सूत्रों और मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक बोर्ड वतर्मान हेड कोच गौतम गंभीर की कायर्शैली और टीम के हालिया प्रदर्शन से नाराज है। खबर है कि बोर्ड ने पूर्व ऑलराउंडर युवराज सिंह को टीम इंडिया का अगला हेड कोच बनने का प्रस्ताव भेजा है।

जय शाह की बैठक में गंभीर से सवाल

अंदरूनी सूत्रों के अनुसार बीसीसीआई सचिव जय शाह और बोर्ड के आला अधिकारियों की हाई लेवल समीक्षा बैठक हुई। बैठक में हेड कोच गौतम गंभीर के फैसलों और टीम चयन पर सवाल उठे। गंभीर से पूछा गया कि लगातार अच्छा प्रदर्शन कर रहे खिलाड़ियों को बेंच पर क्यों बैठाया जा रहा है और फ्लॉप हो रहे खिलाड़ियों को मौके किस आधार पर मिल रहे हैं। हालिया टी 20 मैच में ऑलराउंडर अक्षर पटेल को नंबर 3 पर बल्लेबाजी के लिए भेजने के प्रयोग पर भी बोर्ड ने नाराजगी जताई।

कप्तानी में बदलाव की तैयारी

सूत्रों का दावा है कि बीसीसीआई मैदान पर कप्तान सूयर्कुमार यादव के स्वतंत्र फैसले न ले पाने से भी खफा है। आरोप है कि कप्तानी

डगआउट से चल रही है। उप कप्तान शुभमन गिल की फॉर्म और मैदानी सक्रियता पर भी सवाल उठे हैं। बोर्ड आगामी टी 20 वर्ल्ड कप से पहले लीडरशिप में बदलाव पर विचार कर रहा है।

नए कप्तान की रेस में ऋतुराज और अय्यर

सूयर्कुमार यादव के विकल्प के तौर पर दो नाम सबसे आगे हैं। पहला नाम ऋतुराज गायकवाड़ का है। उनकी शांत कप्तानी और मैच की समझ को सराहा जा रहा है। दूसरा नाम श्रेयस अय्यर का है। उनकी आक्रामक लीडरशिप और मध्यक्रम में परिपक्वता के कारण बोर्ड उन्हें पसंद कर रहा है। बोर्ड का मानना है कि दोनों खिलाड़ी योग्यता और फॉर्म के आधार पर टीम को आगे ले जा सकते हैं।

इन खिलाड़ियों की हो सकती है वापसी

रिपोर्ट्स के मुताबिक गौतम गंभीर के कार्यकाल में नजरअंदाज किए गए खिलाड़ियों की वापसी का रास्ता साफ हो सकता है। ऋतुराज गायकवाड़, यशस्वी जायसवाल और संजू सैमसन को आगामी सीरीज में बड़ी जिम्मेदारी मिल सकती है। तेज गेंदबाजी में मोहम्मद शमी और मोहम्मद सिराज को फिर से मुख्य आक्रमण में लाने की तैयारी है।

धोनी युवराज की जोड़ी पर विचार

सूत्रों के अनुसार 2026 वर्ल्ड कप जीतने के लिए बीसीसीआई एक योजना पर काम कर रही है। यदि युवराज सिंह हेड कोच का प्रस्ताव स्वीकार करते हैं तो बोर्ड पूर्व कप्तान महेंद्र सिंह धोनी को टीम का मेंटर बनाने पर विचार कर सकता है। बोर्ड का मानना है कि ड्रेसिंग रूम में धोनी का अनुभव और युवराज का बेबाक रवैया टीम की रणनीति और माइंडसेट को मजबूत कर सकता है। फिलहाल बीसीसीआई की ओर से इस मामले में कोई आधिकारिक बयान नहीं आया है। ये सभी दावे सूत्रों और मीडिया रिपोर्ट्स के हवाले से हैं।

डॉक्टर्स डे पर स्पर्श हॉस्पिटल में नि :शुल्क फाइब्रोस्कैन जांच और रक्तदान शिविर 1 जुलाई को

बीमारियों के प्रति लोगों किया जागरूक

नई दृष्टिबिंदु / भिलाई

डॉक्टर्स डे के अवसर पर स्पर्श मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल रामनगर, सुपेला, भिलाई में जनस्वास्थ्य और सामाजिक सरोकार को ध्यान में रखते हुए 1 जुलाई को निःशुल्क फाइब्रोस्कैन जांच शिविर और स्वैच्छिक रक्तदान शिविर का आयोजन किया जाएगा। अस्पताल के डायरेक्टर डॉ संजय गोयल और डॉ दीपक वर्मा ने बताया कि इस आयोजन का उद्देश्य लोगों को लीवर संबंधी बीमारियों के प्रति जागरूक करना और समय पर जांच के लिए प्रेरित करना है। साथ ही रक्तदान के माध्यम से जरूरतमंद मरीजों की सहायता करना भी शिविर का मुख्य लक्ष्य है।

आधुनिक मशीन से होगी लीवर की जांच

शिविर में विशेषज्ञ डॉक्टर अभिजीत जैन की निगरानी में आधुनिक फाइब्रोस्कैन मशीन से लीवर की जांच की जाएगी। जांच के बाद मरीजों को आवश्यक परामर्श भी दिया जाएगा। फाइब्रोस्कैन जांच से बिना चीर फाड़ के लीवर में फैटी लिवर, फाइब्रोसिस और सिरोसिस जैसी समस्याओं का पता लगाया जा सकता है।

रक्तदाताओं का होगा सम्मान

अस्पताल प्रबंधन ने बताया कि शिविर में रक्तदान करने वाले सभी रक्तदाताओं का सम्मान किया जाएगा। रक्तदान से थैलेसीमिया, दुर्घटना और ऑपरेशन के मरीजों को जीवनदान मिलता है।

अस्पताल प्रबंधन की अपील

अस्पताल प्रबंधन ने क्षेत्रवासियों से अपील की है कि अधिक से अधिक संख्या में शिविर का लाभ उठाएं। लीवर की जांच कराएं और रक्तदान कर मानव सेवा के इस पुनीत कार्य में सहभागी बनें।

कैसे करें संपर्क

रक्तदान करने के इच्छुक व्यक्ति स्पर्श मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल, रामनगर, सुपेला में संपर्क कर सकते हैं। शिविर 1 जुलाई को सुबह से अस्पताल परिसर में आयोजित होगा। डॉ संजय गोयल ने कहा कि डॉक्टर्स डे सेवा का दिन है। हम चाहते हैं कि लोग बीमारी को शुरुआत में ही पहचान लें और स्वस्थ जीवन जिएं। रक्त की एक यूनिट भी किसी का जीवन बचा सकती है।

मोदी 3.0 का पहला बड़ा कैबिनेट फेरबदल जल्द, परफॉर्मेंस रिपोर्ट पर होगी मंत्रियों की छंटनी

चुनावी राज्यों के नए चेहरों, महिलाओं और ओबीसी को मिलेगा मौका, बृजमोहन अग्रवाल की एंट्री की चर्चा

आलोक तिवारी / भिलाई

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के सेशेल्स दौरे से लौटते ही केंद्रीय राजनीति में हलचल तेज हो गई है। मोदी सरकार के तीसरे कायर्काल का पहला बड़ा मंत्रिमंडल विस्तार और फेरबदल अब बेहद करीब है। सूत्रों के मुताबिक इस बार पीएम की नई टीम में रिफॉर्म और परफॉर्म का सख्त पैमाना लागू होगा। इससे कई पुराने चेहरों की विदाई तय मानी जा रही है। छत्तीसगढ़ से सांसद बृजमोहन अग्रवाल को भी मंत्रिमंडल में स्थान मिलने की चर्चा जोरों पर है।

कब होगा विस्तार: 5 जुलाई या 11 के बाद

संसद का मानसून सत्र जुलाई के तीसरे सप्ताह से शुरू होने की संभावना है। सत्र से ठीक पहले मंत्रिमंडल को नया रूप दिया जा सकता है। पहला समीकरण 5 जुलाई का है। पीएम मोदी के व्यस्त विदेशी दौरों के बीच यह दिन खाली है। दूसरा समीकरण 11 जुलाई के बाद का है। पीएम मोदी 6 से 11 जुलाई तक इंडोनेशिया, ऑस्ट्रेलिया और न्यूजीलैंड के दौरे पर रहेंगे। वहां से लौटने के बाद 11 से 20 जुलाई के बीच शपथ ग्रहण हो सकता है।

परफॉर्मेंस रिपोर्ट कार्ड बनेगा आधार

पीएम मोदी ने सभी मंत्रालयों से पिछले दो साल का कामकाज और उपलब्धियों का रिपोर्ट कार्ड मांगा है। इसके आधार पर बड़े मंत्रियों के विभाग बदले जा सकते हैं या उनकी छुट्टी हो सकती है। 75 वर्ष की उम्र के करीब पहुंच चुके कुछ मंत्रियों की विदाई की चर्चा भी है।

एक व्यक्ति एक पद का फार्मूला

संगठन और सरकार में संतुलन बनाने के लिए एक व्यक्ति एक पद की नीति लागू होगी। जिन मंत्रियों को संगठन में बड़ी जिम्मेदारी दी जा चुकी है, उन्हें हटाया जा सकता है। इसमें वित्त राज्य मंत्री पंकज चौधरी शामिल हैं जिन्हें हाल ही में यूपी बीजेपी अध्यक्ष बनाया गया है। सहकारिता राज्य मंत्री हर्ष मल्होत्रा भी इस सूची में हैं जो दिल्ली बीजेपी अध्यक्ष बन चुके हैं। इसके अलावा कायर्काल समाप्त होने और इस्तीफों के कारण रवनीत सिंह बिट्टू और जॉर्ज कुरियन की जगह भी नए चेहरों को मौका मिलेगा।

चुनावी राज्यों और सोशल इंजीनियरिंग पर जोर अगले साल उत्तर प्रदेश, गुजरात, पंजाब, उत्तराखंड, गोवा, मणिपुर और हिमाचल प्रदेश में विधानसभा चुनाव होने हैं। मंत्रिमंडल विस्तार में इन चुनावी राज्यों के सामाजिक समीकरणों को खास तौर पर साधा जाएगा। पिछड़ा वर्ग और महिला फैक्टर पर फोकस रहेगा। इस बार मंत्रिमंडल में महिलाओं और पिछड़ों को बंपर सीटें मिलने की उम्मीद है।

सहयोगियों को भी मजबूत प्रतिनिधित्व

एनडीए सहयोगियों की हिस्सेदारी भी बढ़ेगी। एकनाथ शिंदे गुट की शिवसेना समेत अन्य सहयोगी दलों को कैबिनेट में मजबूत प्रतिनिधित्व दिया जाएगा।

संगठन में भी बदलाव तय

कैबिनेट विस्तार के साथ बीजेपी के नए राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन की नई राष्ट्रीय टीम का ऐलान भी जल्द होगा। यूपी बीजेपी टीम के फॉर्मूले की तर्ज पर केंद्रीय टीम में भी युवाओं और महिलाओं को तरजीह दी जाएगी। यूपी में 47 प्रतिशत पिछड़े, 20 प्रतिशत महिलाएं और 13 प्रतिशत एससी एसटी को जगह दी गई थी।

भिलाई निगम आयुक्त राजीव पांडेय को हटाने की मांग वाली याचिका हाईकोर्ट से खारिज

नई दृष्टिबिंदु / बिलासपुर

फैसला

कांग्रेसी पाषर्दों ने महापौर के नेतृत्व में लगाई थी याचिका, सामान्य सभा में प्रस्ताव पारित होने का दिया था हवाला

भिलाई नगर निगम के आयुक्त राजीव कुमार पांडेय को हटाने और कार्य करने पर रोक लगाने की मांग को लेकर दायर याचिका को हाईकोर्ट बिलासपुर ने खारिज कर दिया है। भिलाई नगर निगम के कांग्रेसी पाषर्दों ने महापौर के नेतृत्व में हाईकोर्ट में याचिका दायर की थी। याचिका में कहा गया था कि सामान्य सभा से नगर निगम आयुक्त राजीव कुमार पांडेय को हटाने का प्रस्ताव सर्वसम्मति से पास हुआ था। इसके बावजूद आयुक्त लगातार अपना कार्य कर रहे हैं और राज्य शासन ने भी उन्हें नहीं हटाया है। इसी आधार पर कांग्रेसी पाषर्दों ने महापौर के नेतृत्व में हाईकोर्ट बिलासपुर में याचिका लगाई थी। मामले की सुनवाई करते हुए हाईकोर्ट के जज ने याचिका को खारिज कर दिया। गौरतलब है कि भिलाई नगर निगम की सामान्य सभा में आयुक्त को हटाने का प्रस्ताव पारित होने के बाद से मामला चर्चा में था। याचिका खारिज होने के बाद आयुक्त राजीव कुमार पांडेय अपने पद पर बने रहेंगे।

अवैध शराब बेचते महिला गिरफ्तार

दुर्ग। थाना पुलगांव की चौकी नगपुरा पुलिस ने ग्राम दमोदा पारधी पारा में अवैध शराब बिक्री करते एक महिला को रंगे हाथ गिरफ्तार किया है। आरोपी के कब्जे से 35 पौवा देशी मसाला शराब और बिक्री की नगदी 560 रुपये जब्त की गई है। जब्त मशरूका की कुल कीमत 4,060 रुपये है। चौकी नगपुरा पुलिस को 28 जून को मुखबिर से सूचना मिली कि दमोदा पारधी पारा में एक महिला अपने घर के सामने गौठान के पास अवैध रूप से शराब बेच रही है। सूचना पर पुलिस टीम ने मौके पर पहुंचकर घेराबंदी की और महिला को शराब बेचते पकड़ा। पूछताछ में आरोपी रायपुरहीन पवार 58 वर्ष निवासी दमोदा पारधी पारा ने बताया कि वह उरला, दुर्ग और मोहन नगर बायपास स्थित शासकीय शराब दुकानों से थोड़ी थोड़ी मात्रा में शराब खरीदकर अवैध रूप से बेचती थी। पुलिस ने आरोपी के पास से शोले ब्रांड के 35 पौवा कुल 6.300 बल्क लीटर शराब जब्त की। आरोपी के खिलाफ अपराध क्रमांक 607/2026 धारा 34(2) आबकारी अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर न्यायालय में पेश किया गया। वहां से उसे न्यायिक रिमांड पर भेज दिया गया।

फैजाबाद बार एसोसिएशन का सख्त फैसला, आरोपियों का केस लड़ा तो 5 लाख जुर्माना

चंपत राय, अनिल मिश्रा और गोपाल राव के खिलाफ भी केस की तैयारी, सीएम योगी की सख्ती के बाद हुई एसआईटी जांच

नई दृष्टिबिंदु / अयोध्या

राम मंदिर में रामलला के चढ़ावे की चोरी के मामले में फैजाबाद बार एसोसिएशन ने बड़ा फैसला लिया है। एसोसिएशन ने तय किया है कि उसका कोई भी सदस्य चोरी के आरोपियों की पैरवी नहीं करेगा। यदि कोई वकील आरोपियों का केस लड़ता है तो उसे बार की अनुमति लेनी होगी और प्रति आरोपी 5 लाख रुपये जमा कराने होंगे। यह राशि अभियोजन पक्ष को मजबूत करने में इस्तेमाल की जाएगी। कानूनी जानकारों के मुताबिक स्थानीय वकील केस न लें तो अदालत लीगल एड की व्यवस्था कर सकती है।

ट्रस्ट के पदाधिकारियों पर भी आंच

वकीलों के 15 सदस्यीय पैनल ने श्री राम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट के महासचिव चंपत राय, सदस्य अनिल मिश्रा और मंदिर निर्माण समिति अध्यक्ष गोपाल राव के खिलाफ मोर्चा खोल दिया है। वकीलों का कहना है कि वे बीएनएसएस की धारा 173 के तहत तीनों के

खिलाफ पुलिस को आवेदन देंगे। केस दर्ज न होने पर कोर्ट के जरिए इन्हें सह आरोपी बनाने की प्रक्रिया शुरू करेंगे।

एसआईटी जांच में खुलासा: एफआईआर से पहले वसूले 58 लाख

सूत्रों के हवाले से एसआईटी रिपोर्ट में सामने आया है कि ट्रस्ट को 7 जून से पहले ही चोरी की भनक लग गई थी। 5 जून के सीसीटीवी फुटेज में आरोपी अविनाश शुक्ला के घर से ट्रस्ट के प्रतिनिधि और कुछ पुलिसकर्मी नोटों से भरा काला बैग लेकर निकलते दिखे हैं। आरोप है कि चंपत राय के निर्देश पर बिना एफआईआर के आरोपी से 58 लाख रुपये नकद और कुछ रकम बैंक ट्रांसफर से वापस ली गई। सवाल उठ रहे हैं कि 5 जून को रकम मिलने के बाद केस तुरंत दर्ज क्यों नहीं कराया गया। चंपत राय मीडिया में कहते रहे कि सब सामान्य है। मामला 7 जून को मीडिया में लीक होने पर बिगड़ा।

सीएम योगी की सख्ती के बाद कार्वाई

कहा जा रहा है कि मामले को दबाने की कोशिश के बीच मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ को भनक लगी तो उन्होंने सख्त रुख अपनाया। सीएम बिना किसी त्योहार के अचानक अयोध्या पहुंचे और बैठक की। उन्होंने निर्देश दिए कि किसी को बख्शा नहीं जाएगा। इसके बाद एसआईटी गठित हुई और गिरफ्तारियां हुईं। सूत्रों के अनुसार आरएसएस और यूपी सरकार की तरफ से चंपत राय और अनिल मिश्रा पर इस्तीफे का दबाव है।

फॉरेंसिक जांच और बैंकों को नोटिस

फिलहाल सभी 8 आरोपी 14 दिन की न्यायिक हिरासत में हैं। पुलिस ने अब तक 79 लाख रुपये से ज्यादा बरामद किए हैं। आरोपियों ने मोबाइल से कई चैट और डिजिटल रिकॉर्ड डिलीट कर दिए थे। फोन को एफएसएल भेजा गया है। एसबीआई और बैंक ऑफ बड़ौदा समेत 6 बैंकों को नोटिस देकर आरोपियों और ट्रस्ट से जुड़े लोगों के खातों व लॉकर्स का ब्योरा मांगा गया है।

अखिल भारतीय उत्कृष्ट बहुउद्देशीय संस्था का स्थापना दिवस समारोह संपन्न, नए सदस्य सम्मानित

डॉ . मानसी बोलीं : सिलाई कढ़ाई प्रशिक्षण से बहनों को स्वावलंबन की दिशा में सराहनीय काम

नई दृष्टिबिंदु / भिलाई

अखिल भारतीय उत्कृष्ट बहुउद्देशीय संस्था का स्थापना दिवस और सम्मान समारोह रविवार 28 जून 2026 को भिलाई होटल स्थित इंडियन कॉफी हाउस में आयोजित हुआ। कार्यक्रम में सदस्यों को सदस्यता प्रमाण पत्र, बैच और नियुक्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि डॉ मानसी ने संस्था की कार्यप्रणाली और सदस्यों के उत्साह की सराहना की। उन्होंने कहा कि कौशल उन्नयन प्रशिक्षण के तहत सिलाई कढ़ाई का प्रशिक्षण देकर बहनों को स्वावलंबन की दिशा में संस्था का काम सराहनीय है। विशिष्ट अतिथि सजीव ने कहा कि संस्था सभी क्षेत्रों में अच्छा काम कर रही है। इम्पैक्ट इंडिया में भारत के 100 बेस्ट एनजीओ और अध्यक्षों का सम्मान इंदौर में किया गया। इससे प्रमाणित होता है कि अ भा उ ब संस्था

सामाजिक उत्तरदायित्व का निर्वहन करते हुए निरंतर आगे बढ़ रही है। मुख्य वक्ता डी एन शर्मा ने कहा कि गाड़ी तभी आगे बढ़ती है जब उसका इंजन सही हो। उन्होंने संस्था की अध्यक्ष और सभी सदस्यों की प्रशंसा करते हुए उज्वल भविष्य की कामना की। रजनी बघेल ने सभी कर्मठ सदस्यों की सराहना की और आगे बढ़ने का आशीर्वाद दिया।

नए सदस्य और सलाहकार सम्मानित

रजनी बघेल ने नए सदस्यों संगीता आस्थाना, डॉ बीना सजीव, राजेश आस्थाना, भारती बेन, पुष्पा चौहान, तब्बसुम खान और खुशबू सिंग को माला, बैच और सदस्यता प्रमाण पत्र देकर सम्मानित

किया। सलाहकार समिति के सदस्य प्रो डी एन शर्मा, डॉ हंसा शुक्ला और प्रदीप भट्टाचार्य को नियुक्ति पत्र देकर सम्मानित किया गया। संस्था के सभी गणमान्य सदस्यों को सदस्यता प्रमाण पत्र और बैच प्रदान किए गए। संस्था की अध्यक्ष शानू मोहनन ने साल भर की रिपोर्ट प्रस्तुत की। उन्होंने आय व्यय और एक्शन प्लान की जानकारी सदस्यों के सामने रखी। कार्यक्रम में अभिलाषा मिश्रा, शेफाली भट्टाचार्य, शैलजा नायर, राजेंद्रन नायर, संगीता आस्थाना, राजेश आस्थाना, विजय लक्ष्मी, संयोजिका सागरिका पाढी, भारती देवांगन, सुनंदा चंद्राकर, सोनम गुप्ता, खुशबू सिंग, पुष्पा चौहान, तब्बसुम खान, भारती बेन, उमा नायर, क्रिश यादव समेत अन्य सदस्य मौजूद थे। कार्यक्रम का संचालन भारती देवांगन ने किया। धन्यवाद ज्ञापन शानू मोहनन ने दिया। कार्यक्रम का समापन जनगणमन के साथ हुआ।

खास खबर

कांग्रेस जिलाध्यक्ष राकेश ठाकुर का नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी से मुलाकात

दुर्ग। अभनपुर में आयोजित कांग्रेस जिलाध्यक्षों के 10 दिवसीय प्रशिक्षण

कार्यक्रम के दौरान लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष एवं कांग्रेस के वरिष्ठ नेता राहुल गांधी ने प्रदेशभर से आए जिलाध्यक्षों से वन-टू-वन मुलाकात कर संगठनात्मक विषयों पर विस्तार से चर्चा की। इस अवसर पर जिला कांग्रेस कमेटी दुर्ग (ग्रामीण) के जिलाध्यक्ष राकेश ठाकुर ने भी राहुल गांधी से आत्मीय भेंट कर उनका मार्गदर्शन प्राप्त किया। प्रशिक्षण कार्यक्रम के दौरान राहुल गांधी ने लगभग तीन घंटे तक जिलाध्यक्षों के साथ संवाद करते हुए कांग्रेस पार्टी की विचारधारा, संगठन की मजबूती तथा भविष्य की रणनीति पर विस्तार से अपने विचार साझा किए। उन्होंने कहा कि कांग्रेस केवल एक राजनीतिक दल नहीं, बल्कि देश की लोकतांत्रिक, संवैधानिक एवं सामाजिक मूल्यों की रक्षा के लिए समर्पित एक जनआंदोलन है। राहुल गांधी ने अपने संबोधन में देश की आजादी के आंदोलन में कांग्रेस के ऐतिहासिक योगदान, संविधान की रक्षा, सामाजिक न्याय, आर्थिक समानता तथा लोकतांत्रिक संस्थाओं को मजबूत बनाए रखने में पार्टी की महत्वपूर्ण भूमिका का उल्लेख किया। उन्होंने कहा कि कांग्रेस कार्यकर्ताओं को जनता के बीच लगातार सक्रिय रहकर उनकी समस्याओं को समझना और उनके समाधान के लिए संघर्ष करना चाहिए। उन्होंने जिलाध्यक्षों से कहा कि संगठन की वास्तविक शक्ति बूथ स्तर के कार्यकर्ताओं में होती है। प्रत्येक जिलाध्यक्ष का दायित्व है कि वह गांव-गांव, वार्ड-वार्ड और बूथ स्तर तक संगठन को सशक्त बनाते हुए आम जनता से निरंतर संवाद बनाए रखे। आगामी चुनावों को लेकर उन्होंने संगठनात्मक तैयारी, जनसंपर्क अभियान, युवाओं, महिलाओं, किसानों और श्रमिकों को कांग्रेस की विचारधारा से जोड़ने तथा जनता के मुद्दों को मजबूती से उठाने पर विशेष बल दिया। इस अवसर पर राहुल गांधी ने सभी जिलाध्यक्षों से व्यक्तिगत रूप से चर्चा कर उनके जिलों की राजनीतिक एवं संगठनात्मक स्थिति की जानकारी ली तथा आवश्यक सुझाव और मार्गदर्शन भी दिया। दुर्ग (ग्रामीण) के जिलाध्यक्ष राकेश ठाकुर ने भी राहुल गांधी से मुलाकात कर संगठन की गतिविधियों की जानकारी साझा की और उनके मार्गदर्शन से प्रेरणा प्राप्त की। श्री ठाकुर ने कहा कि राहुल गांधी का मार्गदर्शन प्रत्येक कांग्रेस कार्यकर्ता के लिए प्रेरणादायक है। उनके द्वारा दिए गए संगठनात्मक सूत्रों और जनता के बीच निरंतर सक्रिय रहने के संदेश को दुर्ग (ग्रामीण) जिले में पूरी प्रतिबद्धता के साथ लागू किया जाएगा। उन्होंने कहा कि कांग्रेस कार्यकर्ता जनहित के मुद्दों को लेकर जनता के बीच मजबूती से काम करेंगे और संगठन को बूथ स्तर तक और अधिक सशक्त बनाएंगे।

अमलेश्वर में बुलेट और मोपेड की टक्कर, दो युवकों की मौत, दो घायल, उपचार जारी

दुर्ग। जिले के अमलेश्वर थाना क्षेत्र में देर रात हुए सड़क हादसे में दो युवकों की मौके पर ही मौत हो गई। हादसे में दो अन्य लोग गंभीर रूप से घायल हुए हैं। बुलेट और मोपेड की आमने सामने टक्कर से दोनों वाहनों के परखच्चे उड़ गए।पुलिस के अनुसार हादसा देर रात करीब 11 बजे से 12 बजे के बीच हुआ। जानकारी मिली है कि दोनों वाहन तेज रफ्तार में थे। नियंत्रण बिगड़ने से सीधी टक्कर हो गई। टक्कर इतनी जोरदार थी कि मौके पर ही अफरा तफरी मच गई। घटना की सूचना पर अमलेश्वर थाना पुलिस तुरंत मौके पर पहुंची। घायलों को नजदीकी अस्पताल में भर्ती कराया गया। डॉक्टरों ने दो युवकों को मृत घोषित कर दिया। पुलिस ने शवों को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। हादसे में मृतकों में से एक युवक की पहचान यश शर्मा के रूप में हुई है। दूसरे मृतक और दोनों घायलों की पहचान की प्रक्रिया जारी है। पुलिस परिजनों से संपर्क कर जानकारी जुटा रही है। प्राथमिक जांच में दुर्घटना का मुख्य कारण तेज रफ्तार और लापरवाही से वाहन चलाना सामने आया है। पुलिस सभी पहलुओं पर जांच कर रही है। इसमें यह भी देखा जा रहा है कि किसी वाहन चालक ने शराब का सेवन किया था या नहीं। सड़क पर कोई तकनीकी कारण था या नहीं, इसकी भी जांच की जा रही है। पुलिस ने मामला दर्ज कर आगे की कारर्वाई शुरू कर दी है।

देव स्नान के बाद बीमार पड़े महाप्रभु जगन्नाथ, अणसर गृह में विश्राम

ग्रीन सिटी जगन्नाथ मंदिर में 108 कलश से हुआ स्नान, 13 जून तक पट बंद रहेंगे

नई दृष्टिबिंदु / भिलाई

सेक्टर 6 स्थित ग्रीन सिटी श्री जगन्नाथ मंदिर में ज्येष्ठ पूणिर्मा के पावन अवसर पर रविवार सुबह 8 बजे भगवान जगन्नाथ, बलभद्र, सुभद्रा देवी और सुदर्शन महाराज को वैदिक मंत्रोच्चार के साथ गभर्गृह से बाहर स्नान बेदी पर विराजित किया गया। देवस्नान मंडप में सम्पूर्ण विधि विधान से मंदिर के सुवर्ण कुएं के जल से महाप्रभु जगन्नाथ को 35 कलश, भगवान बलभद्र को 33 कलश, देवी सुभद्रा को 22 कलश और सुदर्शन महाराज को 18 कलश जल से स्नान कराया गया। कुल 108 सुगंधित जल कलश से स्नान के बाद महाप्रभु का गजानन भेष में श्रृंगार किया गया।

21 किलो का पोड़ो पीठा चढ़ाया

जगन्नाथ जी का जन्मोत्सव होने के कारण हलवाई शयछ्ठ साहू और सन्यास साहू की ओर से 21 किलो का भव्य पोड़ो पीठा विशेष भोग के रूप में अर्पित किया गया। आज महाप्रभु गणेश रूप में श्रद्धालुओं को दर्शन दे रहे हैं।

काढ़ा और औषधियों से होगा उपचार

स्नान के बाद महाप्रभु को अस्वस्थ लगने के कारण उन्हें विश्राम के लिए अणसर गृह में स्थापित किया गया। वहां काढ़ा और 8 तरह की औषधियों से उनका उपचार किया जाएगा। आज से 13 जून तक मंदिर के पट बंद रहेंगे। 14 जून को महाप्रभु का नेत्र उत्सव मनाया जाएगा। उस दिन जगन्नाथ जी नवयौवन रूप में भक्तों को दर्शन देंगे।

ये रहे उपस्थित

इस अवसर पर मुख्य पुजारी पंडित तुषार महापात्रा, समिति अध्यक्ष दिलीप महंती, महासचिव अरुण पंडा, शरद विशाल, रविन्द्र साहू, शशिभूषण महंती, संजय साहू, सन्यास साहू, सुभाष साहू, जितेन्द्र भूइयां, संजीव भूइयां, हरि राउत, प्रभात त्रिपाठी, संतोष महाराणा, प्रशांत सामल, नीलमणी नायक, रवि मुनी समेत बड़ी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित थे।

कलेक्टर अभिजीत सिंह ने बाल संरक्षण संस्थानों का किया निरीक्षण

दुर्ग। कलेक्टर अभिजीत सिंह ने आज महिला एवं बाल विकास विभाग के अंतर्गत संचालित विभिन्न संस्थानों का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने शासकीय बालगृह, बाल खुला आश्रय गृह, सेवा भारती मातृछाया बोरसी, सम्प्रेक्षण गृह पुलगांव एवं प्लेस ऑफ सेफ्टी (बालक) का भ्रमण कर बच्चों की शिक्षा, स्वास्थ्य, सुरक्षा, भोजन एवं पुनर्वास संबंधी व्यवस्थाओं का निरीक्षण किया। उन्होंने अधिकारियों को सभी संस्थानों में बच्चों के सर्वांगीण विकास एवं बेहतर देखभाल सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। सबसे पहले कलेक्टर श्री सिंह शासकीय बालगृह पहुंचे, जहां वतर्मान में 16 बच्चे निवासरत हैं। उन्होंने बच्चों से बातचीत कर उनकी दिनचर्या, पढ़ाई और खान-पान की जानकारी ली। बच्चों के शैक्षणिक स्तर का आकलन करने के लिए उन्होंने गणित के जोड़-घटाव से जुड़े प्रश्न भी पूछे। निरीक्षण के दौरान उन्होंने अधीक्षक को निर्देशित किया कि प्रत्येक बच्चे का उसकी आयु के अनुरूप विद्यालय में प्रवेश कराया जाए तथा अध्ययन सामग्री एवं पुस्तकें उपलब्ध कराई जाएं, ताकि बच्चों की पढ़ाई बाधित न हो।

बीएसपी से करोड़ों का लौह स्क्रैप पार, संगठित गिरोह काम कर रहा : मुकेश चंद्रकार

नई दृष्टिबिंदु / भिलाई

एशिया के सबसे बड़े स्टील प्लांट भिलाई इस्पात संयंत्र से ब्लू डस्ट के नाम पर करोड़ों की लौह स्क्रेप की चोरी का मामला अब तुल पकड़ चुका है। भिलाई शहर जिला कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष मुकेश चंद्राकर का कहना है कि भिलाई इस्पात संयंत्र केंद्र के अधीन है। वतर्मान में पिछले 12 वर्षो से केंद्र में भाजपा की सरकार है, वही राज्य में भी भाजपा की सरकार है। इससे पूर्व छत्तीसगढ़ प्रदेश में 15 वर्षो तक लगातार भाजपा राज कर चुकी है और अब भी कर रही है। ऐसे में भिलाई इस्पात संयंत्र से करोड़ों रुपए की स्क्रैप चोरी की भनक न लग पाना आश्चर्य पैदा करता है।

सवाल

कांग्रेस पर आरोप लगाने वाले विधायक का साथी ही गिरोह में शामिल, जगह-जगह पोस्टर गवाह

श्री चंद्राकर ने वैशाली नगर विधायक रिकेश सेन के इस बयान को कि इन पैसों से कांग्रेस चुनाव जीतती है और भाजपा के प्रत्याशियों को हराती रही है हास्यास्पद बताया। उनका कहना था कि पिछले दो-तीन दशक पर नजर डालें तो केंद्र और राज्य दोनों जगह बीजेपी की सरकार है और खरीद फरोख्त में कौन माहिर है यह जग जाहिर है। श्री चंद्राकर ने कहा कि आश्चर्यजनक तो यह कि समाचार पत्रों से जो जानकारी मिली है उसके अनुसार लौह स्क्रैप के परिवहन में जिन वाहनों का उपयोग किया गया है उसमें बीजेपी के एक पदाधिकारी की गाड़ी है। और इस पदाधिकारी का विधायक रिकेश सेन से घनिष्ठता सब जानते हैं। विधायक के साथ इस पदाधिकारी की फोटो कई जगहों पर लगी हुई है। श्री चंद्राकर का कहना है कि वैशाली नगर के विधायक रिकेश सेन स्वयं पिछले दो दशक से राजनीति में है लेकिन बीएसपी में हो रहे इस करोड़ों की हेराफेरी की जानकारी उन्हें अचानक कुछ दिन पहले लगी। वे अपने बयान में जिन सफेदपोश नेताओं का जिक्र कर रहे हैं आखिरकार उनका नाम क्यों नहीं बताते। बीएससी से करोड़ों रुपए का स्क्रैप यदि रोज निकल रहा है तो यह एक दो लोगों का काम नहीं है इसमें एक पूरा संगठित गिरोह है। इस गिरोह में शासन प्रशासन के अधिकारी संयंत्र के अधिकारी राजनीतिक दल के लोग ट्रांसपोर्टर सहित अन्य लोग शामिल हैं।पुलिस प्रशासन ने जिन छूटभैया लोगों को पकड़ कर रखा है वह तो तालाब की मछलियां हैं असली मगरमच्छ तो अभी पर्दे के पीछे हैं जिसकी और विधायक इशारा कर रहे हैं। श्री चंद्राकर ने कहा कि विधायक को यदि इस पूरे कांड की जानकारी है तो वह खुलकर सामने क्यों नहीं आते और सबका नाम क्यों नहीं बताते या फिर इसके पीछे भी कोई राजनीतिक चाल है। श्री चंद्राकर ने कहा कि लंबे समय से राज्य में भाजपा की सरकार, भाजपा का सांसद और विधायक होने के बावजूद करोड़ों की इस खरीद फरोख्त पर पर्दा पड़ा रहा। इतनी बड़ी मात्रा में लौह स्क्रैप निकालने के पीछे आखिर कौन लोग हैं। यह लौह स्क्रैप खरीद कौन रहा है, इसकी जांच होनी चाहिए। पुलिस प्रशासन यदि ईमानदारी से इस पूरे प्रकरण की जांच करें तो कई बड़े सफेदपोश चेहरे इस घोटाले की पीछे नजर आएंगे।

बीएसपी स्क्रैप चोरी : विभागीय जांच शुरू, कमेटी की निष्पक्षता पर उठे सवाल

नई दृष्टिबिंदु / दुर्ग

भिलाई इस्पात संयंत्र से करोड़ों रुपये के स्क्रैप चोरी मामले में पुलिस की जांच तेज होने के साथ बीएसपी प्रबंधन ने भी विभागीय जांच के लिए आंतरिक समिति गठित कर दी है। समिति यह पता लगाने में जुटी है कि चोरी किस तरह और किन परिस्थितियों में हुई। लेकिन जांच की निष्पक्षता को लेकर संयंत्र के कमर्चारियों ने सवाल खड़े कर दिए हैं। कमर्चारियों का कहना है कि जब तक केंद्रीय स्तर या दिल्ली से स्वतंत्र जांच नहीं होगी, तब तक विभाग के किसी जिम्मेदार अधिकारी की भूमिका सामने आना मुश्किल है। कमर्चारियों का तर्क है कि इतनी बड़ी चोरी बिना अंदरूनी मिलीभगत के संभव नहीं है। जिन अधिकारियों पर निगरानी और जवाबदेही की जिम्मेदारी थी, उन्हीं के तंत्र से जांच कराए

जाने पर निष्पक्ष परिणाम को लेकर संदेह बना हुआ है। विभागीय स्तर पर एक अधिकारी द्वारा दूसरे अधिकारी की जिम्मेदारी तय करना आसान नहीं माना जा रहा।

सीआईएसएफ की भूमिका भी दायरे में

जांच समिति सीआईएसएफ की भूमिका का भी परीक्षण कर रही है। संयंत्र की सुरक्षा व्यवस्था और गतिविधियों की जानकारी सीआईएसएफ के पास भी रहती है। ऐसे में दोनों पक्षों की जवाबदेही तय करना चुनौतीपूर्ण माना जा रहा है। हालांकि पूरे मामले में बीएसपी और सीआईएसएफ के अधिकारी फिलहाल कोई आधिकारिक टिप्पणी करने से बच रहे हैं।

इस्पात मंत्रालय से जांच की मांग

दुर्ग जिला सांगठनिक समिति के सचिव एसपी डे ने कहा कि स्क्रैप चोरी के मामले की निष्पक्ष और स्वतंत्र जांच इस्पात मंत्रालय को करानी चाहिए। डिपाटर्मेंट ऑफ पब्लिक सेक्टर एंटरप्राइजेज को भी सभी सार्वजनिक उपक्रमों की सुरक्षा की समीक्षा करनी चाहिए। कड़े सुरक्षा मानकों के लिए आधुनिक प्रणाली और जरूरी सुरक्षा संसाधन सुनिश्चित करने के स्पष्ट निर्देश जारी हों ताकि जवाबदेही तय हो सके।

पुलिस जांच के बाद साफ होगी तस्वीर

उच्च प्रबंधन ने समिति को जांच रिपोर्ट सौंपने की समय सीमा दी है। लेकिन माना जा रहा है कि पुलिस जांच पूरी होने के बाद ही वास्तविक स्थिति स्पष्ट होगी। पुलिस कारर्वाई शुरू होने के बाद से प्लांट में स्क्रैप चोरी पूरी तरह थमने की चर्चा है। अब भारी वाहनों की सघन जांच की जा रही है। उन्हें केवल निर्धारित पार्किंग और कार्यस्थलों तक ही प्रवेश दिया जा रहा है। गौरतलब है कि पुलिस इस मामले में कई आरोपियों को गिरफ्तार कर चुकी है। जांच में एक संगठित गिरोह के शामिल होने की बात सामने आई है।

केंद्रीय मंत्री पीयूष गोयल के साथ बिजनेस डेलिगेशन से लौटे डॉ. जितेंद्र गुप्ता का भिलाई में भव्य स्वागत

नई दृष्टिबिंदु / रायपुर

केंद्रीय वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल के नेतृत्व में आयोजित उच्चस्तरीय अंतरराष्ट्रीय बिजनेस डेलिगेशन में शामिल होकर लौटे उद्योग चेम्बर भिलाई के अध्यक्ष डॉ जितेंद्र गुप्ता का रायपुर एयरपोर्ट और भिलाई में भव्य स्वागत किया गया। रायपुर में चेम्बर प्रदेश अध्यक्ष सतीश थौरानी, महामंत्री अजय भसीन, अनिल जोतसिंघनी और चेम्बर के पदाधिकारियों ने डॉ गुप्ता का स्वागत किया। भिलाई में छावनी चौक के पास उद्योग एवं व्यापार जगत के प्रतिनिधियों, चेम्बर पदाधिकारियों और सदस्यों ने पुष्पमाला और पुष्पगुच्छ से अभिनंदन किया। स्वागत कार्यक्रम का नेतृत्व भिलाई चेम्बर अध्यक्ष गार्गीशंकर मिश्रा और प्रदेश महामंत्री अजय भसीन ने किया।

एमएसएमई संवाद में साझा की नीतियां

गार्गीशंकर मिश्रा ने बताया कि कार्यक्रम के दौरान बिजनेस प्लेनरी और एमएसएमई संवाद सत्र आयोजित हुआ। इसमें केंद्रीय मंत्री पीयूष गोयल ने प्रतिनिधियों से विस्तृत चर्चा की। उन्होंने भारत सरकार की उद्योग, निवेश, निर्यात संवर्धन और एमएसएमई विकास संबंधी नीतियों की जानकारी साझा की।

भारत यूके के बीच बढ़ेंगी संभावनाएं

चेयरमैन दिनकर बसोतिया ने कहा कि इस डेलिगेशन से भारत और यूनाइटेड किंगडम के बीच व्यापार, निवेश, तकनीक सहयोग, उन्नत विनिर्माण, हरित ऊर्जा, लॉजिस्टिक्स, स्वास्थ्य, शिक्षा और नवाचार के क्षेत्रों में संभावनाएं बढ़ेंगी।

प्रदेश के औद्योगिक विकास में होगा सहायक

डॉ जितेंद्र प्रसाद गुप्ता ने कहा कि यह यात्रा केवल प्रतिनिधिमंडल कार्यक्रम नहीं बल्कि भारतीय उद्योगों, विशेषकर छत्तीसगढ़ के एमएसएमई और विनिर्माण क्षेत्र के लिए वैश्विक अवसरों के द्वार खोलने वाला महत्वपूर्ण मंच सिद्ध हुई है। इस दौरान स्थापित हुए संपर्क, प्राप्त अनुभव और व्यावसायिक अवसर प्रदेश के औद्योगिक विकास में सहायक होंगे। डॉ गुप्ता ने भारत सरकार, फिक्की, केंद्रीय मंत्री पीयूष गोयल, छत्तीसगढ़ चेम्बर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्रीज और सभी सहयोगियों का आभार जताया।

उन्होंने कहा कि अंतरराष्ट्रीय दौरे के अनुभवों और संभावनाओं का लाभ छत्तीसगढ़ के उद्योगपतियों, व्यापारियों और युवा उद्यमियों तक पहुंचाया जाएगा। इससे प्रदेश के औद्योगिक विकास और वैश्विक व्यापारिक संबंधों को नई दिशा मिल सकेगी। कार्यक्रम में भिलाई चेम्बर अध्यक्ष गार्गीशंकर मिश्रा, पंकज सेठी, उद्योग चेम्बर से महेश बंसल, बृजमोहन अग्रवाल, विनोद सोनी, सरोजनी पाणिग्रही, माधुरी पाराशर, मनोहर कृष्णानी, लक्ष्मण बकतानी, अखिलेश सिंह, निरंकार सिंह समेत कई पदाधिकारी, सदस्य और उद्योग जगत के प्रतिनिधि उपस्थित रहे। प्रेस विज्ञप्ति के माध्यम से सूचना शंकर सचदेव ने दी।

यूं छुड़ाएं बच्चे का अंगूठा चूसना

बच्चों का अंगूठा चूसना एक स्वाभाविक प्रवृति है, लेकिन शिशु जब बड़ा होने लगे, तो उसकी इस प्रवृत्ति पर नजर रखना बहुत जरूरी है अन्यथा वे किशोरावस्था आने तक अंगूठा चूसते रहते हैं। यदि आप चाहती हैं कि आपका बच्चा यह प्रवृत्ति छोड़े, तो आजमाइए ये टिप्स -

- बच्चे को किसी तरह का कोई तनाव न हो, इस बात का ध्यान रखें।
- शैशव अवस्था में शिशु को गोद में बिठाकर लाड़ प्यार करें।
- अपने शिशु को स्तनपान कराने में कोताही न बरतें। उसका स्तनपान धीरे-धीरे छुड़ाएं।
- बच्चे की उपेक्षा न करें और न ही उसमें किसी तरह का भय पनपने दें।
- बच्चे में सुरक्षा की भावना पैदा करें।
- मारें-पीटें नहीं और न ही उसके हाथ बांधें।
- यदि उसके मित्र अंगूठा चूसने वाले हैं, तो उनके साथ खेलने न दें।
- उसकी आवश्यकताओं, अपेक्षाओं और जरूरी मांगों को पूरा करें।
- बच्चे की बातों को अनसुनी न करें अपितु धैर्यपूर्वक और सहानुभूति से सुनें।
- यदि बच्चे में कोई हीन भावना व्याप्त हो तो उसे दूर कर उसका आत्मविश्वास बढ़ाएं।
- बच्चे को सृजनात्मक गतिविधियों से जोड़ें और उसे व्यस्त रखें।
- उसे इस बात का अहसास कराएं कि अब वह बड़ा हो रहा है और बड़े बच्चे अंगूठा नहीं चूसते।
- यदि दिनभर में उसने अंगूठा नहीं चूसा, तो इसके लिए उसे शाबाशी दें।
- जब बच्चा अंगूठा चूस रहा हो तो, उसे आइना दिखाएं कि कितना भद्दा लग रहा है वह।

घर के इन हिस्सों में बना सकते हैं ऑफिस

अपने घर के किसी एक खास हिस्से को ऑफिस में कन्वर्ट कर सकती हैं। सबसे पहले आपको देखना होगा कि घर में खाली स्थान कौन सा है। ऐसी जगह जो काम में नहीं आ रही। अगर आपका ऑफिस वर्क कुछ ही घंटों का है तो आप अपने स्टडी और लिविंग स्पेस में भी पार्टिशन कर सकती हैं। यदि आपका काम ज्यादा समय का है तो आपको घर में ही एक अलग स्थान की तलाश करनी होगी। आप अपने स्टोर रूम, गैरेज, घर के बेसमेंट या एक्स्ट्रा बॉलकनी को रैनोवेट करवा कर उसे ऑफिस की तरह यूज कर सकती हैं।

फर्नीचर हो कम्फर्टेबल

घर में खोले जाने वाले ऑफिस का फर्नीचर कम जगह घेरने वाला और कम्फर्टेबल होना चाहिए। अपनी ऑफिस टेबल के लिए कॉम्पैक्ट साइज के कंप्यूटर, की-बोर्ड और स्मार्ट चेयर का चुनाव करें। ऑफिस में सामान व्यवस्थित रखने के लिए ज्यादा से ज्यादा अलमारियां और कैबिनेट होने चाहिएं। थोड़ी सी जगह खाली भी रहे, इस बात का खास ध्यान रखें। ऑफिस बनाने के लिए आपको एक ऐसे कमरे का चुनाव करना होगा, जहां आप डिस्टर्ब न हों। आप खुद को घर से अलग महसूस कर सकें और घर में होने वाली आवाजें आपके काम में दखल न डालें।

जीवन में आगे बढ़ना है तो आपको महत्वाकांक्षी तो होना ही होगा, परंतु वह इतना ज्यादा भी न हो कि आपके सही लक्ष्य के आड़े आ जाए। जीवन में छोटी-छोटी सफलताओं को प्रगति का पायदान बना लें, इससे आपको संतुष्टि मिलेगी और बड़ी सफलता भी एक दिन मिल ही जाएगी।

अपने गुणों से न रहें बेखबर

चांदनी ने बचपन से ही इंटीरियर डैकोरेटर बनने का ख्वाब देखा था और उसने अपना ख्वाब पूरा भी किया। आज वह अपने छोटे से शहर में नंबर एक इंटीरियर डिजाइनर मानी जाती है, परंतु उसे इस बात का दुख है कि फैमिली के प्रतिबंध के कारण वह किसी बड़े शहर में अपनी पहचान नहीं बना सकी, जहां उसकी काबिलियत एक बड़े स्तर पर पहचानी जाती या नामी इंटीरियर्स की तरह उसके चर्चे भी समाचारपत्रों और मैगजीन इत्यादि में होते, जबकि उसके साथियों को वह मुकाम हासिल है। रचना साधारण रूप-रंग की है, परंतु अपनी लिखी कविताओं से वह दोस्तों और रिश्तेदारों में काफी प्रसिद्ध है। अपने साधारण रूप-रंग से उत्पन्न हुई कुंठा से उसने अपनी ही प्रतिभा को एक दायरे में सीमित कर लिया है। यहां तक कि वह किसी मुशायरे में बुलाने पर भी नहीं जाती कि लोग उसका मजाक उड़ाएंगे। जब लोग उसकी कविताओं की प्रशंसा करते हैं, तो उसे लगता है कि वह उसकी साधारण रंगत का मजाक उड़ा रहे हैं और वह अपने में और ज्यादा सिमट जाती है।

शिकवा है ये झूठा

चांदनी और रचना दो उदाहरण हैं ऐसी लड़कियों की जो अपने करियर या पर्सनैलिटी को लेकर किसी न किसी हीन भावना में घिरी रहती हैं। ऐसी अनेक युवतियां हैं, जिन्हें जिंदगी से इस बात की शिकायत रहती है कि उनके हिस्से में सबसे ज्यादा परेशानियां और दुख आए हैं। वह कुछ और हो सकती थी, परंतु जिंदगी ने उन्हें वह मौका ही नहीं दिया।

अपने अवगुण आते नजर

किसी दूसरे की तो बात ही छोड़ो, इन्हें अपने में अवगुण इतने ज्यादा नजर आने लगते हैं कि इनके सारे सोच पर गहराने लगते हैं, क्योंकि अपने वे गुण जो इन्हें दूसरों से अलग बनाते हैं, इन्हें नजर नहीं आ पाते। जब यह सोच अपनी पैठ बना ले कि हमारा कोई काम ठीक से नहीं हो पाता, तो आप अपनी बात दूसरों के सामने कैसे रख पाएंगे या फिर नए आइडियाज कैसे आ पाएंगे। दूसरों की अपेक्षा अपनी ही आलोचना आपका मनोबल तो गिराती है और इससे प्रभावित होने लगते हैं हमारे आस-पास के लोग। इसके लिए जरूरी है कि वे शिकवे जो जिंदगी से लेकर अपने आप तक से हम किए बैठे हैं उन्हें दरकिनार कर अपनी क्षमताओं तथा विश्वास को पहचानें तथा उन्हें नए नजरिए से लोगों के सामने रखें। एक छोटे शहर में रहते हुए लोगों को इंटीरियर डैकोरेशन के महत्व से अवगत कराना अपने-आप में बड़ी उपलब्धि है, क्योंकि बड़े शहरों के लोग तो पहले से ही इसे जानते हैं। या फिर रूप-रंग पर साहित्य का मुलम्मा जब चढ़ता है तो वह व्यक्तित्व को पहले से कहीं ज्यादा निखार देता है।

पहचानें खुद को

अपनी खूबियों को पहचानें और यह सोचें कि सीमित साधनों में भी आप क्या कर सकती हैं। फिर भी आपको स्वयं में कोई कमी नजर आए तो हीन भावना का शिकार बनने की अपेक्षा अपना ध्यान खुद को अपडेट करने की तरफ लगा दें और अपने प्रोफेशन और रुचि के लिए नए-नए तरीके खोजें।

महत्वाकांक्षा की लगाम न खींचें

जीवन में आगे बढ़ना है तो आपको महत्वाकांक्षी तो होना ही होगा, परंतु वह इतना ज्यादा भी न हो कि आपके सही लक्ष्य के आड़े आ जाए। जीवन में छोटी-छोटी सफलताओं को प्रगति का पायदान बना लें, इससे आपको संतुष्टि मिलेगी और बड़ी सफलता भी एक दिन मिल ही जाएगी।

सफलता के मायने

बैंक बैलेंस और बड़ा-सा बंगला सफल होने की निशानी नहीं है बल्कि जिस प्रोफेशन में आप आई हैं, उसमें धीरे-धीरे बढ़ते हुए नाम कमा लेना ही सफलता के मायने हैं, क्योंकि इसने आपकी पर्सनैलिटी और आपके नाम को एक पहचान दी है। किसी भी करियर में सफल होने के लिए आप उससे जुड़ी नई जानकारियां हासिल करती रहें और यदि किसी कारणवश आप अपने प्रोफेशन से जुड़ी उच्च शिक्षा नहीं प्राप्त कर पाई तो अब एक बार फिर से उसके लिए प्रयास करें, ताकि आपकी उन्नति के रास्ते बन सकें। दुनिया में महान व्यक्ति वही माना जाता है जो विषम परिस्थितियों के बावजूद अपने जीवन को बेहतर बना सकता है। अपनी सोच को पॉजीटिव बनाएं।

महके गुणों की खुशबू

यदि नकारात्मक टिप्पणी करने वाले लोग हैं, तो ऐसे लोग भी हैं जो आपकी खामियों के साथ खूबियों की भी तारीफ करना जानते हैं। ऐसे लोगों से दोस्ती करें जो जीवन के प्रति पॉजीटिव अप्रोच रखते हों, क्योंकि उनका साथ आपको भी आशावादी बनाएगा।

सहेज लें मीठे पल

कभी किसी की कोई बात आपके मन को छू जाए, कोई प्रशंसा के मधुर बोल बोल जाए, कभी बड़ों का सहज ही आशीर्वाद मिल जाए या कोई उम्मीद से परे थैंक यू बोल जाए तो इन्हें डायरी में नोट कर लें। अपनी उपलब्धियां, यादें, रिश्तों की महक, जीवन के सुख-दुख और पेरैंट्स की डांट और प्रशंसा सब लिखें। जब जीवन में निराशा या कोई असफलता परेशान करे तो उसे पढ़ लें आपके होंठों पर मुस्कान ही नहीं आएगी, बल्कि कुछ कर दिखाने की प्रेरणा भी मिलेगी।

विंटर में खाएं रोस्टेड आलू

सामग्री - छोटे आलू - 250 ग्राम उबले हुए, तेल - 2 टेबल-स्पून, तंदूरी मसाला - 1-1 टी-स्पून, चाट मसाला और लाल मिर्च पाऊडर, आधे नीबू का रस, स्वादानुसार नमक, गार्निशिंग के लिए हरा धनिया और प्याज के रिंग्स

विधि - तंदूरी मसाला, चाट मसाला, लाल मिर्च पाऊडर, तेल, नीबू का रस, काली मिर्च पाऊडर और नमक को मिला कर इसमें आलू को 4-6 घंटे के लिए मेरिनेट करें, फिर चिकनाई लगी सीक पर लगाकर ग्रिल कर लें। हरा धनिया व प्याज के रिंग्स से गार्निशिंग करके गर्म-गर्म सर्व करें।

बच्चों को सिखाएं इज्जत करना

बच्चे अपने से बड़ों की बातों का बहुत जल्दी अनुकरण करते हैं। अगर आप झूठ बोलेंगे, घर में अपने से बड़ों का आदर नहीं करेंगे या लड़ाई-झगड़ा करते हुए अपशब्दों का प्रयोग करेंगे तो आपको ऐसा करते देख आपका बच्चा भी वही सीखने लगेगा। उदाहरणत- यदि आप अपने पेरैंट्स से ठीक व्यवहार नहीं करते तो कल आपका बच्चा भी आपके साथ वही सब कुछ करेगा। कुछ माता-पिता की यह भी आदत होती है कि वे तकरीबन हर छोटी से छोटी बात में भी अपने बच्चे का नुक्स निकालते रहते हैं, उन्हें रोकते-टोकते रहते हैं जो गलत है।

अगर आप सच में अपने बच्चों से इज्जत चाहते हैं तो उनकी सोच, भावनाओं, उनकी बातों और इच्छाओं का ख्याल रखना जरूरी है ताकि वे भी आपको समझ सकें। अक्सर ऐसा होता है कि पेरैंट्स अपने बच्चों की परीक्षा या किसी कॉम्पीटीशन के रिजल्ट को लेकर काफी उत्सुक होते हैं। जब वही परिणाम उनकी आशा के अनुरूप नहीं आता तो वे उन्हें बुरा-भला सुनाने लगते हैं। उनकी दूसरे बच्चों से तुलना भी शुरू कर देते हैं कि फलां का बेटा फर्स्ट आया है, हमने तुम्हें किस चीज की कमी रखी थी जो तुम कोई डिवीजन नहीं ला पाए।

आप बच्चों को डांटने की बजाय उनमें एक नया जोश जगाएं कि कोई बात नहीं, अगली परीक्षा में तुम जरूर अव्वल आओगे। इस प्यार भरे प्रोत्साहन से बच्चे पर जादू-सा असर होता है। अत- बच्चों में आपसी तुलना करने की बजाय उन्हें प्रोत्साहित करें। बच्चों में अच्छे संस्कारों का प्रसार करें क्योंकि संस्कार ही हमारी परम्पराओं को अभिव्यक्त करते हैं। चाहे कोई भी धर्म हो, सब में अपने से बड़ों का आदर और छोटों को प्यार की सीख दी जाती है।

उनमें कटुता और हिंसा जैसे विचार न पनपने दें। प्राय- जब बच्चे के करियर की बात आती है तो पेरैंट्स उसे अपनी पसंद का विषय चुनने की स्वतंत्रता अवश्य दें परन्तु उसका साथ देते हुए उस विषय से संबंधित वर्तमान-भविष्य की जानकारी भी उपलब्ध कराएं। उसे बताएं जो करियर उसने चुना है उसमें भविष्य की क्या सम्भावनाएं हैं। हर मां-बाप यही सोचते हैं कि पढ़ना बहुत जरूरी है चाहे उनके बच्चे की रुचि डांस या कला में हो।

अक्सर ऐसा सुनने को मिलता है कि जब देखो डांस करते रहते हो या ड्राइंग करते रहते हो, पढ़ाई कब करोगे? इससे अशांत होकर बच्चे किसी तरफ भी अपना मन नहीं लगा पाते और पेरैंट्स के प्रति वितृष्णा से भर जाते हैं। अत- उनकी रुचियों को जागृत करें व उस क्षेत्र में उन्हें आगे बढ़ने के लिए पूरा सहयोग दें जिसमें उनकी रुचि हो। कुछ पेरैंट्स की यह आदत होती है कि बच्चों को हमेशा डांटते-फटकारते रहते हैं और उनके कामों में नुक्स भी निकालते रहते हैं। इससे बच्चे चिड़चिड़े हो जाते हैं और हमेशा कटे-कटे से रहते हैं।

ऐसे में उनकी अच्छाइयों को आगे लाते हुए प्रोत्साहित करें। बच्चों को जब भी डांटें, उसकी कोई ठोस वजह जरूर हो ताकि बच्चा भी समझ जाए कि वाकई उसकी गलती पर उसे डांट पड़ी है। सबसे गंभीर समस्या जो अक्सर परिवारों में देखने को मिलती है वह है बच्चों के माता-पिता घर में अपने बुजुर्गों का आदर और सेवा नहीं करते व उनके बारे में अनाप-शनाप बोलते रहते हैं। कई तो अपने बूढ़े मां-बाप को वृद्धाश्रम तक का रास्ता भी दिखा देते हैं।

जब बच्चे अपने घर में यह सब होता देखते हैं तो उनके कोमल मन पर इन बातों का बुरा प्रभाव पड़ता है। अपने माता-पिता की देखा-देखी में वे भी तमीज का दायरा तोड़ने लगते हैं। बात-बात पर ऊंचा बोलना, हरेक के आगे जवाब देना, मुंहफट और उग्र व्यवहार उनके व्यक्तित्व पर बिगड़ैल बच्चे का ठप्पा लगा देता है। ऐसे में पेरैंट्स को चाहिए कि वे अपने बुजुर्गों के प्रति उदार रवैया अपनाएं और उनके प्रति सम्मान दर्शाते हुए उनकी हर जरूरत का ध्यान रखें। अगर पेरैंट्स उपरोक्त बातों पर काबू पा लें और बच्चों के लालन-पालन में धैर्य और शांति रखेंगे तो हर काम सकारात्मक रूप से अच्छा होगा। बच्चों पर आपकी इन अच्छाइयों का प्रभाव यह होगा कि वे समझदार तो बनेंगे ही साथ में माता-पिता के रूप में आपको सम्मान पूरा देंगे।

मुंबई में रीडेवलपमेंट प्रोजेक्ट्स में कई बातों का ध्यान रखना ज़रूरी है

मुंबई में रीडेवलपमेंट प्रोजेक्ट्स हाल के वर्षों में मुंबई में आवासीय भवनों के पुनर्विकास ने जोर पकड़ लिया है। कई परियोजनाएँ शुरू की गई हैं जहाँ या तो व्यक्तिगत समाज या स्थानीय अधिकारी ऐसे पुनर्विकास के लिए गए हैं, जाहिरा तौर पर शहरी जीवन में सुधार के लिए। लेकिन कुछ मुद्दे हैं, जिन्हें आदर्श रूप से संबोधित किया जाना चाहिए और यह सुनिश्चित करने के लिए ध्यान दिया जाना चाहिए कि यह प्रक्रिया व्यवस्थित है और बेतरतीब नहीं है, जो ऐसी योजनाओं से जुड़ा जोखिम है। वह भार जिसे हम कभी उठाने के लिए नहीं बने थे सबसे पहले, यह समझना जरूरी है कि पुनर्विकास क्या है। आम तौर पर नियम है कि जब कोई इमारत 30 साल से अधिक पुरानी हो जाए तो उसका पुनर्विकास किया जा सकता है। यदि नहीं, तो यह प्रमाणित करने के लिए कि संरचना मजबूत और सुरक्षित है, समय-समय पर संरचनात्मक ऑडिट की आवश्यकता होती है। भले ही यह 30 वर्ष से कम पुराना हो, लेकिन संरचनात्मक मुद्दों से संबंधित विशिष्ट शर्तें पूरी होने पर पुनर्विकास पर विचार किया जा सकता है। एक बड़ा झटका पुनर्विकास प्रक्रिया की व्याख्या आम तौर पर, समाज द्वारा प्रतिनिधित्व किए गए मालिक, बहुमत द्वारा अवधारणा को मंजूरी देने के बाद बोलियां बुलाएंगे। विभिन्न डेवलपर्स ने मुद्दों को कवर करते हुए बोलियां लगाईं जैसे कि कितना अतिरिक्त क्षेत्र दिया जाएगा, सुविधाएं प्रदान की जाएंगी, पूरा होने में लगने वाला समय, अंतरिम अवधि के लिए प्रदान किया जाने वाला मौद्रिक मुआवजा और मालिकों को दी जाने वाली एकमुश्त राशि, आदि। सैद्धांतिक रूप से सबसे अच्छी बोली स्वीकार कर ली जाती है और परियोजना शुरू हो जाती है। अक्सर, यह सुनिश्चित करने के लिए बैंक गारंटी पर जोर दिया जाता है कि मालिकों को उस अवधि के दौरान जो वादा किया गया है वह प्राप्त हो। पटकथा के राजा ने पृथ्वी पर अपना सिंहासन त्याग दिया जब परियोजना एक सरकारी प्राधिकरण द्वारा शुरू की जाती है, जो भूमि का मालिक हो सकता है, तो परियोजना को अक्सर क्लस्टर अवधारणा तक बढ़ाया जाता है जहां क्षेत्र की कई इमारतें सौदे का हिस्सा होती हैं। इसलिए, व्यक्तिगत इमारतों के बजाय, प्राधिकरण सड़कों और खुली जगहों के साथ-साथ 30 इमारतों का पुनर्विकास कर सकता है, क्योंकि तकनीकी रूप से भूमि मालिकों को पट्टे पर दी जाती है। इससे एक नई टाउनशिप बन सकती है. मान लीजिए, सात मंजिलों और 28 फ्लैटों वाली 30 इमारतों के एक समूह को एफएसआई की

अनुमति के आधार पर 180 या अधिक फ्लैटों वाली 30 मंजिला इमारतों में परिवर्तित किया जा सकता है। कोई नि:शुल्क अनुग्रह नहीं, कोई मुक्त व्यापार नहीं इसे एक जीत की स्थिति माना जाता है, क्योंकि स्थानीय प्राधिकरण संपत्ति का मुद्रीकरण कर सकता है, जो भूमि है, और फिर से पट्टा किराया ले सकता है; मालिकों को आधुनिक सुविधाओं से युक्त बड़े आवास मिलते हैं; और डेवलपर शेष फ्लैटों को बाजार दरों पर बेचता है और उच्च लाभ कमाता है। गृहस्वामियों के लिए चिंताएँ क्या यहां कोई गलतफहमी है? मालिकों के दृष्टिकोण से, कई चिंताएँ हैं। पहला मुद्दा यह है कि उचित अतिरिक्त क्षेत्र क्या दिया जाना चाहिए। यहां कोई मानक नहीं हैं और हमेशा बहुत अधिक सौदेबाजी होती है। दूसरा, नई संरचना में, हर किसी को एक ही मंजिल या दृश्य नहीं मिल सकता है, क्योंकि डेवलपर वाणिज्यिक बिक्री के लिए सबसे अच्छी स्थित इकाइयों को रखना चाहेगा। तीसरा, एक महत्वपूर्ण सवाल यह है- क्या होगा यदि बिल्डर समस्याओं में फंस जाता है, दिवालिया हो जाता है और परियोजना पूरी नहीं कर पाता है? या यदि मुकदमेबाजी के कारण समय बढ़ गया हो? चौथा, यदि समय अधिक हो जाए और बिल्डर द्वारा भुगतान किया जाने वाला मासिक किराया वित्तीय बाधाओं के कारण बंद हो जाए, तो कोई कहां जाए? पांचवां, क्या होगा यदि बिल्डर द्वारा किराए के रूप में भुगतान की जाने वाली राशि अचानक बंद हो जाए और गारंटी लागू करने में समय लगे क्योंकि मामला अदालत में चला जाता है? छठा, जबकि निर्माण की अवधि के लिए किराए का वादा किया जाता है, कोई वैकल्पिक आवास कैसे ढूंढ सकता है? इसे उसी क्षेत्र में ढूंढना संभव नहीं होगा, क्योंकि ऐसी जानकारी फैलते ही किराया बढ़ जाता है। इसलिए, स्थानांतरण की असुविधा है। अंत में, जब नई संरचना सामने आती है, तो मालिक शायद ही कभी उच्च भुगतान पर विचार करते हैं, क्योंकि मासिक रखरखाव लागत के साथ-साथ नगरपालिका कर भी काफी बढ़ जाते हैं। कर और रखरखाव के रूप में प्रति माह 2,000 रुपये का भुगतान करने वाले व्यक्तियों को अचानक एहसास होगा कि ऊंची इमारत में रहने के लिए उन्हें 15,000-20,000 रुपये का भुगतान करना होगा। ये ऐसे मुद्दे हैं जिनका कोई गारंटीकृत उत्तर नहीं है, और अक्सर रुकी हुई परियोजनाओं और समाधान न मिलने पर मालिकों के अदालतों में जाने के बारे में सुना जाता है। दरअसल, परियोजनाएं अक्सर रास्ते में कानूनी मुद्दों में फंस जाती हैं, जिससे देरी होती है। कई बार, जैसा कि हाल ही में मुंबई में घोषणा की गई है, नए नियम आड़े आ सकते हैं, जैसे मानसून में देरी के कारण निर्माण परियोजनाओं के लिए पानी की आपूर्ति पर प्रतिबंध। इन कारकों का हिसाब नहीं दिया जा सकता. बुनियादी ढांचे की योजना की जरूरत है शहर या कस्बे के दृष्टिकोण से, एक व्यापक मुद्दा है। मौजूदा निवासियों की संख्या 10 या 20 गुना होने से बुनियादी ढांचे पर दबाव पड़ता है। जल आपूर्ति मुख्य चुनौती है, क्योंकि नगरपालिका प्राधिकरण को सामान्य से कई गुना अधिक आपूर्ति सुनिश्चित करनी होगी। यही बात बिजली आपूर्ति के लिए भी लागू होती है। गैस, जल निकासी, कचरा संग्रहण समेत इन सभी लाइनों का दोबारा काम होगा। इस लागत पर अक्सर विचार नहीं किया जाता. आदर्श रूप से, मंजूरी देने से पहले इन सभी कारकों पर विचार किया जाना चाहिए क्योंकि तीन हितधारकों के लिए उच्च लाभ का लालच उन्हें इन मुद्दों को नजरअंदाज कर देता है। इसके अलावा, चूंकि ये नई परियोजनाएं हैं, इसलिए मुंबई जैसे शहर में दो प्रमुख बुनियादी ढांचे उपायों पर जोर दिया जाना चाहिए। पहला यह है कि डेवलपर को परियोजना के लिए एक जल-संचयन प्रणाली बनानी होगी, साथ ही नगर निगम को इस सुविधा द्वारा प्रदान की जाने वाली समग्र आपूर्ति का अनुपात भी निर्दिष्ट करना होगा। इसे जल शोधन संयंत्र से भी जोड़ा जाना चाहिए ताकि नया समाज कुछ हद तक आत्मनिर्भर बन सके। दूसरा, सभी इमारतों पर पैनल स्थापित करके सौर ऊर्जा के दोहन और उपयोग पर जोर दिया जा रहा है ताकि स्थानीय वितरण कंपनी से बिजली आपूर्ति पर दबाव कम हो। पुनर्विकास एक पूंजीगत विचार की तरह लगता है।

नीली रोशनी का विभाजन : आज के माता-पिता लड़ाई क्यों छोड़ रहे हैं

नीली रोशनी का विभाजन रात के एक या द बजे हैं. घर की सभी लाइटें बंद हैं, शयनकक्ष के दरवाजे के नीचे से धुंधली, नीली चमक निकल रह है। एक माँ आधी रात को जाग जाती है. वह पानी पी के लिए उठती है और लापरवाही से बच्चे के कमरे म झाँकती है। वहाँ वे बैठे हैं, उनके हाथ में एक मोबाइल फ़ोन है और हेडफ़ोन मजबूती से अपनी जगह पर रख हुए हैं। स्क्रीन पर कुछ चल रहा है. कुछ खेल जोरों स चल रहा है. समय ने अपना अर्थ पूरी तरह खो दिया है यह दृश्य आज अनगिनत घरों में हर रात चलता है। व भार जिसे हम कभी उठाने के लिए नहीं बने थे अगल दिन, चक्र जारी रहता है- दोपहर ग्यारह या बारह बज तक सोना, बार-बार कुहनी मारने के बाद ही जागना जब वे अंततः बिस्तर से उठते हैं, तो एक हाथ में फो होता है और दूसरे हाथ में कॉफी का कप होता है। शरी तकनीकी रूप से जागृत है, लेकिन दिन की प्राकृति लय पूरी तरह से खो गई है। पूरी रात जागना, दोपहर म उठना और सुबह होने तक लैपटॉप या मोबाइल स्क्री पर घूरते रहना अब सामान्य बात हो गई है। सम बदलता है, प्रौद्योगिकी विकसित होती है औ जीवनशैली अनुकूल होती है। ये सब स्वीकार्य है. लेकि मानव शरीर की मूलभूत आवश्यकताएं अपरिवर्ति रहती हैं। शरीर को शारीरिक आराम की आवश्यकत होती है। दिमाग को गहरी, आरामदायक नींद की जरूर होती है। आँखों को अँधेरे की ज़रूरत होती है, औ मस्तिष्क को पुनर्जीवित होने और पुन: अंशांकित हो के लिए समय की आवश्यकता होती है। हालाँकि, आज की पीढ़ी अपने ही जीव विज्ञान से प्रतिस्पर्धा कर रही है उनका मानना है कि पर्याप्त प्रौद्योगिकी और डेटा के साथ वे मानव शरीर क्रिया विज्ञान को मात दे सकते हैं औ जैव-लय को दरकिनार कर सकते हैं। आज के किशो रात को दिन और दिन को रात मानने लगे हैं। माता-पिता के रूप में, हम ऐसा होते हुए देखते हैं। सबसे पहले, हम बोलते हैं. हम उन्हें प्यार से सलाह देते हैं फिर, हम परिणामों को समझाने का प्रयास करते हैं कभी-कभी हमें गुस्सा आता है; कभी-कभी हम विनत करते हैं. लेकिन आज के बच्चों के पास पहले से द प्रतिक्रियाओं का एक भंडार है जो जवाब देने के लि तैयार है- हमारी पीढ़ी का जीवन अलग है। बार-बा बर्खास्तगी की बातें सुनकर, माता-पिता अंततः चुप ह जाते हैं। लेकिन उनका मन शांत नहीं है. वे अनुभव स जानते हैं कि यदि आप अपने शरीर के साथ दुर्व्यवहा करते हैं, तो अंततः आपको इसकी कीमत चुकान पड़ेगी। बीस या पच्चीस की उम्र में आप अजेय महसू करते हैं। लेकिन पुरानी नींद की कमी, अनियमि दिनचर्या, शारीरिक गतिविधि की कमी और अत्यधि स्क्रीन समय के छोटे बीज चुपचाप बोए जा रहे हैं समय के साथ, वे बीज विकसित होते हैं और बढ़ते हैं चिड़चिड़ापन बढ़ जाता है. एकाग्रता कम हो जाती है रिश्तों में संचार कम हो जाता है, आत्मविश्वास डगमग जाता है और सबसे बुरी बात यह है कि जीवन क साधारण खुशियाँ गायब होने लगती हैं। फिर भी, माता-पिता के लिए, सबसे दर्दनाक हिस्सा इन परिणामों को देखना है; यह पीड़ादायक अहसास है कि वे अब अप बच्चों तक नहीं पहुंच सकते। माता-पिता अपने बच्च के दुश्मन नहीं हैं; वे अपने सपनों के सबसे सच्चे गवा हैं। वे अपनी सफलता के लिए प्रार्थना करने वाले पहल व्यक्ति हैं और जब विफलता आती है तो वे अंदर ह अंदर टूट जाते हैं। वे बीमारी के दौरान पूरी रात जाग हैं और अपनी जीत से ज्यादा अपने बच्चों की जीत क जश्न मनाते हैं। जब कोई माता-पिता अपने बच्चे क पूरी रात जागने से मना करते हैं, तो यह नियंत्रण क इच्छा से नहीं आता है। यह प्यार से आता है. य अनुभव, देखभाल और एक भयंकर, निस्वार्थ भय स आता है- मेरे बच्चे को कष्ट नहीं होना चाहिए। लेकि जब अंतहीन बातचीत के बावजूद कुछ नहीं बदलता, त माता-पिता धीरे-धीरे चुप्पी साध लेते हैं। बच्चे अक्स इसे उदासीनता समझ लेते हैं, सोचते हैं कि उनके माता-पिता को अब कोई परवाह नहीं है। हकीकत में, व गहराई से परवाह करते हैं। उन्हें बस यह एहसास हो गय है कि शब्दों की शक्ति समाप्त हो गई है।

अपनी ऐतिहासिक वर्षगांठ पर देशभक्ति, तमाशा और राजनीति

ऐतिहासिक वर्षगांठ पर देशभक्ति, तमाशा और राजनीति संयुक्त राज्य अमेरिका एक स्वतंत्र, संप्रभु राष्ट्र (दुनिया के सबसे अमीर और शायद सबसे शक्तिशाली देश के अलावा) के रूप में 250 साल पुराना हो जाएगा। 4 जुलाई, 1776 को ब्रिटिश शासन से स्वतंत्रता की संयुक्त राज्य अमेरिका की घोषणा की 250 वीं वर्षगांठ के अनुसार, अमेरिका का 250 वां जन्मदिन देश भर में मनाया जाएगा, साथ ही वर्षगांठ समारोह से पहले कई अन्य स्वतंत्रता-प्रवेश कार्यक्रम भी मनाए जाएंगे। अमेरिका का अर्ध-क्विशेन्टेनियल 250 वां स्थापना दिवस समारोह इस वर्ष 1 जनवरी, 2026 को पूरे देश में शुरू हुआ, जब ऐतिहासिक, वाशिंगटन स्मारक, विशेष रूप से इस अवसर के लिए डिज़ाइन की गई विशाल जन्मदिन मोमबत्ती जलाकर उत्सव के जन्मदिन के रूप में मनाया गया। वाशिंगटन स्मारक की रोशनी ने हमारे देश के लिए महत्वपूर्ण वर्ष की शुरुआत को चिह्नित किया - स्वतंत्रता की घोषणा पर हस्ताक्षर करने के 250 साल बाद। वह भार जिसे हम कभी उठाने के लिए नहीं बने थे कई उत्सवों के साथ, अल्टीमेट फाइटिंग चैम्पियनशिप कार्यक्रम 14 जून, 2026 को व्हाइट हाउस में प्रार्थनाओं के साथ हुआ, जो झंडा दिवस और राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प का 80 वां जन्मदिन भी था। 25 जून को नेशनल मॉल में द ग्रेट अमेरिकन स्टेट फेयर नामक एक मेला भी आयोजित किया जाएगा, जो 25 जुलाई तक जारी रहेगा, जिसमें अमेरिकी इतिहास की अभूतपूर्व घटनाओं, अमेरिका की विशिष्ट संस्कृति और असाधारण नवाचारों पर संघ के सभी 50 राज्यों के प्रदर्शन शामिल होंगे, जिसमें अमेरिका की यात्रा की कहानी का अनावरण किया जाएगा - राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प की इच्छा के अनुसार, अपने दुनिया में अब तक देखे गए सबसे शानदार जन्मदिन का जश्न मनाया जाएगा। ट्रम्प के पहले राष्ट्रपति कार्यकाल के दौरान इन शानदार शो का आयोजन और प्रबंधन अमेरिकी सार्वजनिक कानून 114-196 के तहत राष्ट्रीय समूहों, अर्थात् फ्रीडम250 और अमेरिका250 द्वारा किया जाएगा, जिसे सेमी-क्विनसेंटेनियल कमीशन अधिनियम, 2016 के रूप में भी जाना जाता है। इस क़ानून में

कहा गया है कि, इस दस्तावेज़ के अनुसार, अमेरिका250 को संयुक्त राज्य अमेरिका की स्थापना की 250वीं वर्षगांठ तक अमेरिका के इतिहास के स्मरणोत्सव की योजना बनाने, प्रोत्साहित करने, विकसित करने और समन्वयित करने का आदेश दिया गया है।पटकथा के राजा ने पृथ्वी पर अपना सिंहासन त्याग दिया पूरे अर्ध-क्विसेंटेनियल वर्ष, 2026 के दौरान, अमेरिका250, फ्रीडम250, व्हाइट हाउस टास्कफोर्स के साथ, देश के साल भर के जन्मदिन समारोह के दौरान 60 से अधिक राष्ट्रीय कार्यक्रम आयोजित करेंगे। इसके अलावा, अन्य उत्सवों में राष्ट्रीय पहल में कई अन्य राष्ट्रीय कार्यक्रमों से जुड़े विशाल सांस्कृतिक कार्यक्रम शामिल होंगे। इसके अलावा, मानविकी के लिए राष्ट्रीय बंदोबस्ती और साहित्य, कला और संस्कृति से संबंधित सार्वजनिक प्रभाव परियोजनाओं के लिए राष्ट्रीय बंदोबस्ती को अमेरिका250 के दृष्टिकोण के तहत प्रति परियोजना 200,000 डॉलर तक का पुरस्कार दिया जाएगा। जिसका मुख्य उद्देश्य देश के इतिहास में सबसे प्रेरणादायक और एकीकृत स्मरणोत्सव और उपयुक्त उत्सव बनाना है, जिससे अमेरिकियों को देश के इतिहास और उसके भविष्य पर विचार करने के लिए प्रेरित किया जा सके। इस बीच, सभी 50 राज्यों में 4 जुलाई के राष्ट्रीय स्वतंत्रता दिवस उत्सव के दौरान, राष्ट्रपति ने पूरे देश में और नेशनल मॉल में एक महान अमेरिकी राज्य मेला की घोषणा की है। फ्रीडम250 गतिविधियों की शुरुआत वाशिंगटन स्मारक को दुनिया की सबसे ऊंची जन्मदिन मोमबत्ती में बदलने के साथ-साथ देश की खोज, विस्तार, स्वतंत्रता और भविष्य को दर्शाने वाले अनुमानों के साथ हुई। स्कूल एथलीटों, लड़कों और लड़कियों के लिए राष्ट्रीय स्तर पर टेलीविजन पर प्रसारित होने वाली फ्रीडम 250 प्रतियोगिता पैट्रियट गेम्स भी होगी... विशेष रूप से प्रतिभागियों के लिए हंगर गेम्स- (हंगर गेम्स एक वार्षिक कार्यक्रम है जिसमें मौत और अस्तित्व के लिए लड़ाई होती है)। कहा जाता है कि 4 जुलाई के जन्मदिन उत्सव के लिए ट्रम्प का दृष्टिकोण 2020 के संस्कृति युद्धों से प्रभावित था। नव स्थापित 1776 आयोग के तहत, राष्ट्रपति ट्रम्प ने इसे देश की स्थापना से संबंधित व्याख्यान श्रृंखला द्वारा एक %देशभक्तिपूर्ण माहौल बनाने का काम सौंपा है, जिसे पूरे 2026 में राष्ट्रीय स्तर पर प्रसारित किया जाएगा। इतिहास का 1776 आयोग का संस्करण ट्रम्प के प्रतिमा उद्यान में परिलक्षित होता है, जो राष्ट्रपति के अमेरिका250 दृष्टिकोण का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बना हुआ है। एक स्वतंत्र लेखिका, मैरी एल.जी. के अनुसार, ऐसा कहा जाता है कि राष्ट्रपति ट्रम्प ने अमेरिकी असाधारणवाद का जश्न मनाने की आवश्यकता को रेखांकित किया है। थेरॉक्स. वह आगे कहती हैं- जबकि हम अमेरिका की 250वीं वर्षगांठ मनाने के एक वर्ष में प्रवेश कर रहे हैं, इस बात की बहुत अधिक आत्म-खोज होगी कि हमने अपना वादा कितना पूरा किया - इंडिपेंडेंट बातचीत में बहुत कुछ लाएगा। इस बीच, फ्रीडम250 के मुख्य कार्यकारी कीथ क्रैच, जिन्होंने ट्रम्प के पहले कार्यकाल के दौरान विदेश विभाग के एक वरिष्ठ अधिकारी के रूप में कार्य किया था, ने एक बयान में कहा है कि वाशिंगटन स्मारक की रोशनी, - हर अमेरिकी - और अमेरिका के हर दोस्त को - अमेरिकी भावना की विजय के इस ऐतिहासिक उत्सव में शामिल होने के लिए आमंत्रित करें। इसके अलावा, अमेरिकाग्रुप250 ने 25 मिनट के प्रक्षेपण की योजना बनाई है जो प्रत्येक रात प्रत्येक घंटे के शीर्ष पर आवर्ती प्रदर्शित करता है, पांच थीम वाले खंडों के माध्यम से साइकिल चलाना- डिस्कवरी; क्रांति- स्वतंत्रता; पश्चिम की ओर विस्तार; औद्योगिक क्रांति और 20वीं सदी; और आधुनिक दिन और राष्ट्र का भविष्य। इनमें से कुछ अनुमान कंप्यूटर-जनित हैं, और चित्र राष्ट्रीय अभिलेखागार और अमेरिकन लाइब्रेरी ऑफ कांग्रेस से प्राप्त किए गए थे। जनवरी 2025 में ट्रम्प के दूसरे कार्यकाल के शुरू होने से पहले इन सभी और अधिक उथल-पुथल की परिकल्पना की गई थी। पिछले 20 जनवरी को अपने उद्घाटन के तुरंत बाद, राष्ट्रपति ट्रम्प ने अवसर का लाभ उठाया और अमेरिका 250, फ्रीडम 250 और 20 नवंबर, 2026 की योजना बनाना शुरू कर दिया। दिसंबर में एक वार्ता में राष्ट्रपति ने कहा, हम अमेरिका की देशभक्ति, गौरव और अग्रणी भावना को नवीनीकृत करेंगे और अगले 250 वर्षों के लिए आधार तैयार करेंगे। इस बीच, दैनिक समाचार पत्र यूएसए टुडे की एक हालिया रिपोर्ट के अनुसार, विपक्षी डेमोक्रेटिक पार्टी ने ट्रम्प की अमेरिका250 योजनाओं की आलोचना की है। अमेरिकी ट्रेजरी विभाग ने स्वतंत्रता की घोषणा की 250वीं वर्षगांठ के उपलक्ष्य में 1 डॉलर के सिक्के पर राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प का चेहरा छापने का प्रस्ताव दिया था।

वह भार जिसे हम कभी उठाने के लिए नहीं बने थे

मार्गदर्शक प्रकाश ज़िंदगी की कई दूसरी चीज़ों की तरह माफ़ करना भी कहना आसान है, करना मुश्किल। जब हम कुछ गलत करते हैं तो हम सब माफ़ी मांगते हैं, है ना? लेकिन जब कोई हमसे माफ़ी मांगता है तो हमारा नज़रिया बिल्कुल अलग होता है। इसका कारण यह है कि हमारे साथ जो हुआ है उसे भूलना हमारे लिए मुश्किल होता है। दूसरों को माफ़ करने की काबिलियत इस बात पर निर्भर करती है कि हम खुद के साथ कितने ईमानदार हैं। हमें याद रखना चाहिए कि माफ़ी तभी मिल सकती है जब हमें चुनाव करने की काबिलियत का तोहफ़ा मिला हो।द्यह्यश ऋद्भडुस्र - राम मंदिर की चोरी आरएसएस के मूल दर्शन के लिए एक बड़ा झटका इसलिए, अगर हम किसी को माफ़ करना चाहते हैं, तो कोई हमें रोक नहीं सकता, चाहे वे कितना भी बुरा बर्ताव क्यों न करें, क्योंकि आखिर में, माफ़ करना या न करना हमारी मर्ज़ी है। माफ़ करने की यह काबिलियत हमारी ज़िंदगी पर हमारे पर्सनल कंट्रोल का एक रूप है। और इसलिए हममें से हर एक को खुद से यह सवाल पूछना चाहिए- क्या हमने ज़िंदगी का सफ़र पूरी तरह से, परफ़ेक्ट और साफ़-सुथरा किया है, जिसमें कभी कोई गलत सोच, कोई गलत शब्द या काम न हुआ हो? अगर हम खुद को ईमानदारी से देखें, तो हम किसी को माफ़ कैसे नहीं कर सकते? हममें से ज़्यादातर लोगों को उन कई बातों का अफ़सोस होता है जो हमने पहले कही या की हैं। यह सच है कि हम सबने गलत काम किया है, या तो इसलिए कि हमें सही नहीं पता था, या डर या गलतफ़हमी की वजह से। लेकिन, समय और जानकारी के साथ, हमें एहसास होता है कि क्या सही है और हम सुधार करना शुरू कर देते हैं। बस खुद को बदलने की यह इच्छा होने से, हम खुद को माफ़ करने का प्रोसेस शुरू करते हैं, जो बदले में हमें दूसरों को माफ़ करने में मदद करता है। मुंबई में रीडेवलपमेंट प्रोजेक्ट्स में कई बातों का ध्यान रखना ज़रूरी है अगर इस प्रोसेस को आगे बढ़ाना है, तो हमें दूसरों को माफ़ करना होगा। हम सिर्फ़ दूसरों की बुराई करके खुद को माफ़ नहीं कर सकते। यह धोखा है, और दुनिया भर में लागू होने वाला कर्म का नियम इसकी इजाज़त नहीं देगा। याद रखें! अगर हम माफ़ करना नहीं सीखते, तो गुस्सा हमें ज़हर देगा, और हम दूसरों के अन्याय के बारे में गुस्से वाले विचारों और अपने अन्याय की छिपी हुई सच्चाई, दोनों का दोहरा बोझ उठा लेंगे। इसलिए, इन कड़वी भावनाओं से खुद को आज़ाद करने का एकमात्र तरीका माफ़ करना है। और यहीं माफ़ करने का शांत उलटा सच है, क्योंकि जब हम किसी को माफ़ करते हैं, तो हम सोचते हैं कि हम उनके लिए कुछ अच्छा कर रहे हैं। लेकिन सच तो यह है कि हम अपने लिए कुछ ज़्यादा ज़रूरी कर रहे होते हैं। हम एक ऐसा बोझ डाल रहे होते हैं जिसे हमें कभी उठाना नहीं था। इसलिए, माफ़ी कोई तोहफ़ा नहीं है जो हम उन लोगों को देते हैं जिन्होंने हमारे साथ गलत किया है। असल में यह वह आज़ादी है जो हम आखिरकार ख़ुद को देते हैं

राम मंदिर की चोरी आरएसएस के मूल दर्शन के लिए एक बड़ा झटका

राम मंदिर की चोरी आरएसएस जवाबदेही पर सवाल नई दिल्ली तीनों कदम न केवल निष्पक्ष जांच के लिए आवश्यक थे, बल्कि आरएसएस परिवार को हिंदुत्व के प्रति उसकी प्रतिबद्धता और करोड़ों राम भक्तों की आस्था को होने वाले किसी भी प्रकार के नुकसान से बचाने के लिए भी आवश्यक थे - जिनके लिए राम मर्यादा पुरुषोत्तम हैं; राम ने एक आम आदमी द्वारा माँ सीता की पवित्रता के बारे में सवाल उठाए जाने के बाद अयोध्या और आसपास के स्थानों के लोगों के मन में संदेह को दूर करने के लिए अपनी पत्नी सीता को अग्नि परीक्षा से गुजरने के लिए कहा। लेकिन जब संघ परिवार के लिए अग्नि परीक्षा से गुजरने और मां सीता की तरह पाक-साफ होकर बाहर आने का समय आया, तो यह विफल हो गया। अब इस पर तमाम तरह के सवाल उठ रहे हैं, आक्षेप लगाए जा रहे हैं। इनमें से कुछ प्रश्न वास्तविक हैं, कुछ पूर्वाग्रह से भरे हुए हैं, जबकि अन्य राजनीति द्वारा निर्देशित हैं। संघ परिवार इस विवाद से बाहर निकलने की पुरजोर कोशिश कर रहा है, लेकिन उसके प्रयास निर्णायक या ठोस साबित नहीं हो रहे हैं; यहां तक ??कि उसके अपने समर्थक भी नाराज हैं और उसके नेताओं की मंशा पर सवाल उठा रहे हैं. वह भार जिसे हम कभी उठाने के लिए नहीं बने थे आरएसएस को नई चुनौती का सामना करना पड़ रहा है मुझे यकीन है कि आरएसएस इस संकट से भी बाहर आ जाएगा, क्योंकि उसने अतीत में कई गंभीर संकटों का सामना किया है, उनमें से सबसे बड़ा आरोप यह था कि महात्मा गांधी की हत्या में उसकी भूमिका थी। आरएसएस के प्रति निष्पक्ष होने के लिए,

इस आरोप में दम नहीं है, क्योंकि इसकी संलिप्तता का कोई सबूत कभी नहीं मिला है। तत्कालीन प्रधान मंत्री जवाहरलाल नेहरू को लिखे अपने पत्र में, गृह मंत्री और उप प्रधान मंत्री सरदार वल्लभभाई पटेल ने लिखा था कि आरएसएस को अपराध से जोड़ने का कोई सबूत नहीं मिला है। यह वह पत्र था जिसमें पटेल ने स्पष्ट रूप से कहा था कि विनायक दामोदर सावरकर के नेतृत्व वाली हिंदू महासभा से जुड़े लोग गांधी की हत्या में शामिल थे। फिर भी, आरएसएस पर प्रतिबंध लगा दिया गया, इसके प्रमुख एम.एस. गोलवलकर को हजारों स्वयंसेवकों के साथ गिरफ्तार कर लिया गया और इसके सदस्यों के खिलाफ हिंसा फैलाई गई; इसके कार्यालयों में तोड़फोड़ की गई। आरएसएस और उसके अन्य संगठन कम से कम दो दशकों तक उस दाग को झेलते रहे। यह वह समय था जब इसे अछूत माना जाता था, लेकिन यह जीवित रहा और अब मामलों के शीर्ष पर है और भारत में शीर्ष स्थान पर है। पटकथा के राजा ने पृथ्वी पर अपना सिंहासन त्याग दिया लेकिन आज का संकट गंभीर है, अगर उतना गंभीर नहीं है जैसा कि ऊपर बताया गया है, और यह निस्संदेह इसकी छवि को प्रभावित करेगा। इस बार हमला बाहर से नहीं बल्कि अंदर से है. इसने इसके दर्शन के मूल पर प्रहार किया है। आरएसएस के अभूतपूर्व उत्थान का श्रेय भगवान राम को जाता है। यह राम जन्मभूमि आंदोलन था, जो 1980 के दशक की शुरुआत में मीनाक्षीपुरम में हिंदुओं के सामूहिक धर्मांतरण के जवाब में, तीसरे आरएसएस प्रमुख बालासाहेब देवरस के निर्देश पर विश्व हिंदू परिषद (वीएचपी) द्वारा शुरू किया गया था। जैसा कि दावा किया गया है, बाबरी मस्जिद-राम मंदिर विवाद 500 साल से अधिक पुराना था, लेकिन 1980 के दशक की शुरुआत तक यह आरएसएस के एजेंडे में नहीं था। 1949 में बाबरी मस्जिद में राम लला की मूर्ति रखे जाने के बाद भी आरएसएस ने इस मुद्दे को नहीं उठाया। 1960 और 1970 के दशक के दौरान, आरएसएस को गोरक्षा का मुद्दा उठाने में अधिक दिलचस्पी थी, जो कभी भी बड़ी हिंदू आबादी के लिए एक बड़ा मुद्दा नहीं बन सका। लेकिन राम मंदिर मुद्दा क्लिक कर गया. लाल कृष्ण आडवाणी की रथ यात्रा ने आरएसएस की राजनीतिक शाखा, बीजेपी के लिए चमत्कार किया और 2014 में बीजेपी को अपने दम पर सरकार बनाने में मदद करने में मोदी पंथ के साथ महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। पूरे समय, आरएसएस ने राम मंदिर के निर्माण का श्रेय लिया।द्यह्यश ऋद्भडुस्र - मुंबई में रीडेवलपमेंट प्रोजेक्ट्स में कई बातों का ध्यान रखना ज़रूरी है राम और हिंदुत्व कथा 22 जनवरी, 2024 को राम मंदिर का उद्घाटन करते हुए, प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी ने उद्घाटन को हिंदू पुनर्जागरण और हिंदू सभ्यता में एक महत्वपूर्ण क्षण कहा। राम आरएसएस के हिंदुत्व का पर्याय बन गए।

Polished या Unpolished कौन सा rice खाना है ज्यादा बेहतर

कई लोगों को आपने ये कहते हुए सुना होगा कि जिन लोगों को वेट लॉस करना हो या जिन्हें डायबिटीज की शिकायत होती है उन्हें polished rice नहीं खाना चाहिए. कई एक्सपर्ट्स को भी आपने यही कहते सुना होगा कि polished rice की जगह आपको ब्राउन, ब्लैक या रेड राइस खाना चाहिए. दरअसल, फैक्ट्री में प्रोसेसिंग के दौरान polished rice के सारे विटामिन्स और मिनरल्स खत्म हो जाते हैं और उसमें सिर्फ कार्बोहाइड्रेट और स्टार्च ही बच जाता है, जो इसे अनहेल्दी बनाने के लिए काफी है. जबकि ब्राउन, ब्लैक या रेड राइस में सारे पोषण चावल में ही रहते हैं. आपके पास तक पहुंचने से पहले ये किसी केमिकल प्रोसेस से होकर नहीं गुजरते हैं.

white polished rice का ग्लाइसेमिक इंडेक्स हाई होता है जिस वजह से ये डायबिटीज के मरीजों के लिए नुकसानदायक साबित होता है. जबकि whole rice में मौजूद फाइबर आपके पाचन को दुरूस्त बनाता है और ये पेट को ज्यादा देर तक भरा रहता है जिससे आप ओवर इटिंग करने से बचते हैं. इसकी जगह अगर आप polished rice खाते हैं तो इससे आपका पेट जल्दी नहीं भरता है और इसे ज्यादा खाने के वजह से वजन बढ़ने लग जाता है.

Unpolished Rice में क्या है खास

श्ध्द्यद्धह्यद्धद्गस्र ऋद्बष्द्ध को पैक करने से पहले फैक्ट्री में घिसा जाता है जिसके वजह से इसकी ऊपरी लेयर निकल जाती है जिसमें सबसे ज्यादा फाइबर और पोषण मौजूद होता है. घिसाई के बाद इस चावल का ग्लाइसेमिक इंडेक्स भी हाई हो जाता है, इसलिए डायबिटीज के मरीजों को सफेद चावल खाने से मना किया जाता है. अगर बात करें Unpolished Rice की तो इनमें फाइबर, एंटीऑक्सीडेंट, विटामिन्स और मिनरल्स की भरपूर मात्रा पाई जाती है. ये पोषक तत्व शरीर को एक बैलेंस डाइट देते हैं जिसमें कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, हेल्दी फैट विटामिन की सही मात्रा पाई जाती है. वेट मैनेज करने से लेकर डायबिटीज कंट्रोल तक के लिए आपको Unpolished Rice खाने की सलाह दी जाती है.

Unpolished Rice खाने के फायदे

1.ब्राउन, ब्लैक और रेड राइस में फाइबर के साथ सारे पोषक तत्व मौजूद रहते हैं जिस वजह से ये हर तरीके से सेहत के लिए फायदेमंद माना जाता है. 2.डायबिटीज के मरीजों के लिए भी Unpolished Rice फायदेमंद होता है क्योंकि इसका ग्लाइसेमिक इंडेक्स polished Rice के मुकाबले कम होता है. इसे खाने के बाद शरीर में ब्लड शुगर की मात्रा बढ़ती नहीं है. 3.फाइबर की भरपूर मात्रा होने के वजह से ये हमारे पाचन को दुरुस्त बनाए रखता है. जिन लोगों को पाचन संबंधी समस्या है उन्हें भी ये चावल खाना चाहिए. 4.हाई फाइबर होने के वजह से कम मात्रा में खाने के बाद भी पेट ज्यादा देर तक भरा रहता है जो वेट लॉस में सहायक है(

"ना जाता है। अगर आप किसी कार्य को बहुत समय से करने की कोशिश कर रहे हैं या आपने कोई कार्य अच्छे उद्देश्य से किया हो मगर उसमें आपको सफलता नहीं मिली हो तो आपको अपने पास मोर पंख रखना चाहिए। मोर पंख आपके सारे रुके हुए काम को पूरे कर देता है और आपको काम में सफलता भी मिलती है। इसके लिए आपको अपने बेडरूम में ईस्ट या साउथ ईस्ट दिशा में मोर पंख रखना चाहिए।"

घर पर 'मोर पंख' रखने से होंगे लाभ

हिंदू धर्म में ज्योतिषशास्त्र और वास्तुशास्त्र को काफी महत्व दिया गया है। जहां वास्तुशास्त्र आपको सही दिशाओं के बारे में जानकारी देता है वहीं ज्योतिषशास्त्र भविष्य की घटनाओं साथ-साथ जीवन से जुड़े हर पहलू की स्थिति परिस्थिती के बारे में बताता है।

इन दोनों ही शास्त्रों में शुभ चित्र, चिन्ह और चीजों के बारे में भी बताया गया है जिन्हें धारण करने या अपने पास रखने भर से आपको कई लाभ मिल सकते हैं। इन्हीं शुभ चीजों में शामिल है भगवान श्री कृष्?ण का मोर पंख।

जी हां, मोर पंख को हिंदू धर्म में भगवान श्री कृष्ण से जोड़ कर देखा जाता है। इसलिए इसे काफी शुभ माना गया है। वैसे घर में मोर पंख रखने से कई लाभ होते हैं। मगर, इसे सही दिशा और स्थान पर रखा जाए तो ही आपको ये लाभ मिलेंगे। तो चलिए जानते हैं कि मोर पंख घर में रखने से आपको क्याङ्क्या लाभ मिलेंगे।

बन जाएगा बिगड़ा काम

भगवान कृष्ण का प्रिय मोर पंख सौभाग्य का प्रतीक माना जाता है। अगर आप किसी कार्य को बहुत समय से करने की कोशिश कर रहे हैं या आपने कोई कार्य अच्छे उद्देश्य से किया हो मगर उसमें आपको सफलता नहीं मिली हो तो आपको अपने पास मोर पंख रखना चाहिए। मोर पंख आपके सारे रुके हुए काम को पूरे कर देता है और आपको काम में सफलता भी मिलती है। इसके लिए आपको अपने बेडरूम में ईस्ट या साउथ ईस्ट दिशा में मोर पंख रखना चाहिए। इससे आपके सारे रुके काम पूरे होंगे और आपको अपार सफलता मिलेगी।

नहीं होगी पैसों की कमी

अगर आप आर्थिक समस्या से जूझ रही हैं तो आपको अपने ऑफिस या तिजोरी में साउथ-ईस्ट दिशा में मोर पंख रखना चाहिए। इससे आपको बहुत लाभ होगा। आपके पास कभी भी धन की कमी नहीं होगी और रूका धन भी आपको आसानी से प्राप्त होगा। इसके साथ ही आपको धन कमाने के नए साधनों का भी पता चलेगा।

शत्रु बन जाएंगे मित्र

मोर पंख बहुत ही प्रभावशाली होता है। इसमें से पॉजिटिव एर्नजी निकलती है और इसे अपने पास रखने से लोगों पर आपका सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। अगर आपका कोई शत्रु है तो आपको उसके नाम का एक मोर पंख सदैव अपने पास रखना चाहिए। इससे आपके और उसके मध्य के कटु संबंध सुधर जाएंगे।

वास्तु दोष होता है खत्म

अगर आपको अपने घर से वास्तु दोष खत्म करना है तो आपको अपने घर के मुख्य द्वार पर मोर पंख लगाना चाहिए। आपको घर के मुख्य द्वारा को हमेशा साफ रखना चाहिए और वहां गणेश जी की प्रतिमा के साथ मोर पंख भी रखना चाहिए। इससे आपके घर में भले वास्तु के हिसाब से चीजें न रखी हों मगर, ऐसा करने पर आपके घर से वास्तु दोष दूर हो जाएगा।

बच्चों का पढ़ने में लगता है मन

अगर आपके घर में पढ़ने वाले बच्चे हैं तो आपको उनके स्टडी रूम या पढ़ाई लिखाई का जहां सामान रखा है वहां पर मोर पंख जरूर रखना चाहिए। इससे बच्चों का पढ़ने लिखने में मन लगता है। वह अपनी कक्षा में अव्वल रहते हैं और विषयों में उन्हें अच्छे अंक प्राप्त होते हैं।

किताब में मोरपंख रखने से क्या होता है?

आप में स एबहुत से लोगों को मोरपंख बहुत पसंद होगा। इसलिए आप में से ज्यादातर लोग मोरपंख न सिर्फ घर में रखते होंगे बल्कि अपने पास भी रखते होंगे। वहीं, कुछ लोगों को किताब में भी मोरपंख रखने का शौक होता है।अगर अप भी किताब में मोरपंख रखते हैं तो आपको बता दें कि मोरपंख बुक में रखना कोई आम बात नहीं है बल्कि इसे किताब में रखने से कई लाभ प्राप्त होते हैं। ज्योतिषाचार्य राधाकांत वत्स ने हमें बताया कि किताब में मोरपंख रखने से कई ज्योतिषीय फायदे नजर आने लगते हैं।

अगर आप किताब में मोरपंख रखते हैं तो उसे रखते समय इस बात का ध्यान रखें कि मोरपंख मुड़ना नहीं चाहिए। मोरपंख साबुत उसकी पूरी डंडी के साथ रखना चाहिए और मोरपंख का रंग खिला हुआ होना चाहिए। खंडित मोरपंख रखना अशुभ माना जाता है।

इसके अलावा, इस बात का भी ध्यान रखने की जरूरत है कि मोरपंख जिस किताब में रखते हैं उस किताब को स्वच्छ हाथों से ही पकड़ें। अगर किसी वजह से मोरपंख किताब में से गिर गया है तो पहले उसे शुद्ध जल में धोएं फिर ही किताब में रखें। यह शुभ होगा।(वास्तु के अनुसार यहां रखें पुरानी किताबें)

किताब में मोरपंख रखने से विद्या का ज्ञान बढ़ता है। अज्ञान का अंधकार दूर होता है। मोरपंख श्री कृष्ण का अति प्रिय माना जाता है। ऐसे में मोरपंख किताब में रखने से श्री कृष्ण का आशीर्वाद हमेशा बना रहता है और उनकी कृपा से जीवन में सफलता प्राप्त होती है।

किताब में मोरपंख रखने से विद्या में आने वाली बाधाएं दूर हो जाती हैं। जो नकारात्मक ऊर्जा आपको पढ़ाई में आगे बढ़ने से रोकती है वह नकारात्मक ऊर्जा नष्ट हो जाती है। इसलिए किताब में मोरपंख रखने की प्रथा गुरु आश्रमों से चली आ रही है और आज भी कायम है।

जोड़ों के दर्द से राहत दिलाएगा घर पर बना तेल

सर्दियों में कई-कई दिनों तक धूप न निकलने और टेंपरेचर के काफी ज्यादा कम हो जाने की वजह से सर्दी-जुकाम जैसी छोटी-मोटी बीमारियों के अलावा लोगों को शरीर में अकड़न, मांसपेशियों और जोड़ों में दर्द की समस्या बढ़ने लगती है. खासतौर पर जो लोग गठिया से जूझ रहे हैं उनके लिए सर्दी का मौसम काफी परेशान कर देने वाला होता है. ठंड की वजह से गठिया से पीड़ित लोगों के जोड़ों में सूजन, लालिमा और दर्द ट्रिगर होने लगता है. इससे राहत पाने के लिए बार-बार दर्द की दवा लेना सही नहीं रहता है. आप घर पर ही तेल बनाकर तैयार कर सकते हैं.

सर्दियों में जिन लोगों को जोड़ों में दर्द की समस्या रहती है उन्हें विटामिन डी से भरपूर खाना खाने के साथ ही शरीर को अच्छी तरह से ढक कर रखना चाहिए नहीं तो दर्द और भी ज्यादा बढ़ जाता है. फिलहाल जान लेते हैं कि घर पर किस तरह जोड़ों के दर्द के लिए तेल तैयार किया जा सकता है.

घर में मौजूद इन चीजों से बनाएं तेल

जोड़ों के दर्द से राहत पाने के लिए तेल तैयार करना है तो 4 बड़े चम्मच सरसों का तेल, 5 से 6 लौंगे, एक छोटा चम्मच अजवाइन, 5 से 6 लहसुन की कलियां, आधा छोटा चम्मच नमक लेकर इसे अच्छी तरह से हल्की आंच पर पकाएं, जब इसका रंग बदलने लगे तो आंच से उतारकर ठंडा होने के लिए रख दें और बाद में छानकर बोतल में भरकर स्टोर करके रख लें.

इस तरह लगाएं तेल

इस तेल को आप लगाते वक्त हल्का गुनगुना भी कर सकते हैं और इसके बाद हाथों में तेल लेकर जोड़ों पर अच्छी तरह मसाज करें. ये पेन रिलीफ ऑयल आपको जोड़ों के दर्द के साथ ही शरीर में अन्य जगहों पर मांसपेशियों में होने वाले दर्द से भी राहत दिलाने में क कारगर है. वहीं बच्चों की सर्दी से बचाने के लिए भी इस तेल का इस्तेमाल किया जा सकता है.

जायफल से तैयार करें तेल

4 बड़े चम्मच सरसों के तेल में एक छोटा चम्मच जायफल डालें और साथ ही में कुछ लहसुन की कलियों को कूटकर उसमें मिला लें. इसके बाद इसे चलाते हुए अच्छी तरह से पकाएं. ठंडा होने पर छानकर किसी कंटेनर में स्टोर करके रख लें. ये तेल आपको जोड़ों के दर्द और सूजन से भी राहत दिलाने में काफी कारगर माना गया है।

हेल्दी हैं खट्टे फल, पर ज्यादा खाना हो सकता है खतरनाक

विटामिन सी का सोर्स माने जाने वाले खट्टे फल आपके नाखूनों, त्वचा और बालों के लिए बहुत फायदेमंद माने जाते हैं। ये आपकी इम्युनिटी भी बढ़ाते हैं, मगर एक लिमिट में ही इनका सेवन करना चाहिए।

सर्दी के मौसम में लोग बड़ी मात्रा में संतरे, किन्नू, नींबू, अंगूर और कीवी का सेवन करते हैं। इसमें पाए जाने वाले विटामिन सी से शरीर को न्यूट्रीएंटस की प्राप्ति होती है। शरीर एक्टिव रहता है और संक्रामक रोगों से भी बचवा रहता है। मगर वहीं खट्टे फलों की अधिकता शरीर को कई प्रकार से नुकसान भी पहुंचाने लगती है। इससे न केवल पाचनतंत्र प्रभावित होती है बल्कि एलर्जी का जोखिम भी बना रहता है। जानते हैं नियमित रूप से खट्टे फलों का सेवन करने से होने वाले नुकसान ।

जानें सिट्रिक फल है किन पोषक तत्वों से भरपूर

फाइबर, विटामिन और मिनरल से भरपूर सिट्रिक फल शरीर के लिए कई प्रकार से फायदेमंद है। इन फलों में कैलोरी, फैट्स और सोडियम की मात्रा कम होती है जब कि एंटीऑक्सिडेंट और नेचुरल शुगर प्रचुर मात्रा में पाई जाती है। इसके सेवन से शरीर फ्री रेडिकल्स के खतरे से मुक्त रहता है और संक्रामक रोगों से शरीर की रक्षा करते है।

खट्टे फलों का सेवन कब करें

इस बारे में बातचीत करते हुए डाइटीशियन मनीषा गोयल का कहना है कि विटामिन सी, मिनरल्स और एंटीऑक्सीडेंटस समेत कई पोषक तत्वों से भरपूर खट्टे फलों का सेवन शाम ढ़लने के बाद या पोस्ट डिनर करने से परहेज करें। दरअसल, इसमें मौजूद फाइबर की मात्रा डाइजेशन को स्लो बना देती है, जिससे एसिडिटी का खतरा बना रहता है। सुबह ब्रेकफास्ट करने के बाद ही सिट्रीक फलों को खाएं। इन्हें आयरन रिच फूड्स के साथ मिलाकर खाने से इसकी पोषण गुणवत्ता कम होने लगती है। ऐसे में इन फलों को अकेले ही खाएं। इसके अलावा खट्टे फलों कर रस पीने से शरीर में शुगर का लेवल भी बढ़ने लगता है।

जानें खट्टे फलों का नियमित सेवन करने से होने वाले नुकसान

1. दांतों में कैविटी की समस्या को बढ़ाए

संतरे, क्लेमेंटाइन और मंदारिन विटामिन सी का एक पौष्टिक स्रोत हैं, जो स्वस्थ मसूड़ों के लिए महत्वपूर्ण है। लेकिन खट्टे फल भी अत्यधिक अम्लीय होते हैं, जो दाँत तामचीनी के लिए एक दुश्मन है। खट्टे फलों से एसिड दाँत तामचीनी को नष्ट कर सकता है, जिससे आपके दांत कमजोर हो जाते हैं और दाँत क्षय के लिए अतिसंवेदनशील हो जाते हैं।

2. पाचनतंत्र को करें असंतुलित

खट्टे फल एसिडिक होते हैं, जो पाचन संबधी समस्याओं का कारण साबित होते हैं। वे लोग जो गैस्ट्रोओसोफेगल रिफ्लक्स रोग यानि जीईआरडी जैसी समस्या के शिकार है। उन्हें अपनी मील में संतरे, अंगूर, नींबू व किन्नू जैसे खट्टे फलों का सेवन न करने की हिदायत दी जाती है।

3. एलर्जी का कारण

खट्टे फलों का सेवन करने से एलर्जी की समस्या बनी रहती है। इसके चलते व्यक्ति को इचिंग, रैशेज, नाक बहना और छींकने की समस्या से दो चार होना पड़ता है। इस स्थिति को एनाफिलेक्सिस भी कहा जाता है। इसके चलते सांस लेने में तकलीफ की समस्या बढ़ जाती है। एनआईएच के अनुसार वे लोग जिन्हें खट्टे फलों के छिलके से एलर्जी की समस्या होती है। उनके शरीर पर सूजन और रैशेज उभरने लगते हैं।

4. डायबिटीज़ के स्तर में बढ़ोतरी

खट्टे फलों का सेवन करने से शरीर में शुगर की मात्रा बढ़ने लगती है। इनका अत्यधिक सेवन शरीर में ब्लड शुगर लेवल को असंतुलिम बना देता है। ऐसे में संतरा, किन्नू और प्लम जैसे फलों का सेवन सीमित मात्रा में करें। नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन के अनुसार खट्टे फलों के जूस को पीने से शरीर में फ्रुक्टोज का स्तर बढ़ने लगता है, जिससे इसमें मौजूद हाइपरट्राइग्लिसराइडेमिक इफ़ेक्ट डायबिटीज का जोखिम बढ़ा देता है।

पीरियड्स में वर्कआउट करना सही या गलत?

पीरियड्स यानी माहवारी एक सामान्य प्राकृतिक जैविक प्रक्रिया है. सामान्यत: 12 साल की उम्र से लड़कियों को पीरियड्स आना शुरू हो जाते हैं, जो कि लगभग 45-55 साल तक मेनोपॉज आने तक चलते हैं. इस दौरान लड़कियों या महिलाओं में काफी हार्मोनल और शारीरिक बदलाव होते हैं, जिनके कारण मूड स्विंग, गुस्सा आना, चिड़चिड़ापन और इमोशनल होना आम बात है.इनके अलावा कुछ महिलाओं को इस दौरान असहनीय दर्द होता है, लेकिन कुछ को सामान्य रहता है. जिन लड़कियों को दर्द नहीं होता, वे अपने सारे काम आम दिनों की तरह ही करती हैं, सिवाए एक्सरसाइज करने के. अ

पीरियड्स में एक्सरसाइज करें या नहीं ? : पीरियड्स में एक्सरसाइज नहीं करना चाहिए एक्सपर्ट के मुताबिक, यह सिर्फ एक मिथक है, जो काफी पहले से चला आ रहा है. पीरियड्स में एक्सरसाइज करना फायदेमंद होता है, लेकिन यह महिलाओं के बॉडी टाइप पर भी निर्भर करता है. अगर किसी को अधिक क्रैम्प (ऐंठन) या दर्द है, तो वह पीरियड्स के शुरुआती 1-2 दिन एक्सरसाइज न करें, उसके बाद आराम मिलने पर एक्सरसाइज कर सकती हैं. डॉ. क्रिस्टोफर हॉलिग्सवर्थ के मुताबिक, पीरियड्स का समय हार्मोनल बदलाव की दृष्टि से काफी मुश्किल समय होता है. इस दौरान शरीर में प्रोजेस्टेरोन और एस्ट्रोजन दोनों का लेवल कम हो जाता है, जिसके कारण शरीर में अधिक थकान रहती है. लेकिन अगर किसी को थकान और कमजोरी नहीं होती है, तो वह हल्की एक्सरसाइज कर सकता है.

पीरियड्स के दौरान अक्सर मूड चिढ़चिढ़ा बना रहता है, अगर कोई उस दौरान एक्सरसाइज करता है, तो उसका मूड भी सही रहता है और उन दिनों रहने वाली कुछ कॉमन प्रॉब्लम भी दूर हो सकती हैं. एक्सपर्ट इन मुश्किल दिनों में एक्सरसाइज करने के निम्न फायदे बताते हैं.

1. PMS के लक्षणों को कम करे : पीरियड्स शुरू होने के पहले कुछ दिनों में कुछ लक्षण समझ आते हैं, जिनमें थकान, चिढ़चिढ़ापन, गुस्सा आदि होते हैं. उन्हें प्री-मेंस्ट्रुअल सिंड्रोम (PMS) कहते हैं. एक्सरसाइज करने से इन लक्षणों को कम किया जा सकता है. इन लक्षणों को कम करने के लिए हल्की एरोबिक एक्सरसाइज करें.

2. दर्द कम करे और मूड सुधारे: एक्सरसाइज करने से शरीर में नेचुरल एंडोर्फिन हार्मोन बढ़ता है, जो मूड को अच्छा करता है और उस दौरान होने वाले [illegible] के लक्षणों को कम कर सकता है. एंडोर्फिन एक प्राकृतिक दर्द निवारक है, जो एक्सरसाइज करने के दौरान बॉडी में रिलीज होता है. पीरियड्स के दौरान एक्सरसाइज करने से यह हार्मोन रिलीज होता है और दर्द में आराम देता है.

3. ताकत बढ़ाए : एक रिसर्च के मुताबिक, मेंस्ट्रुअल साइकिल के पहले के 2 हफ्ते (जिस दिन पीरियड हुए उसे पहला दिन मानें) हार्मोंस का लेवल कम होने के कारण ताकत में कमी देखी जाती है. अगर कोई उन दिनों में भी एक्सरसाइज करती हैं, तो वे अपने आपको ताकतवर महसूस करेंगी.

4. मूड को बेहतर बनाए : एक्सरसाइज करने से शरीर में ब्लड सर्कुलेशन अच्छा रहता है, जो कि सीधे दिमाग को टारगेट करता है. इससे दिमाग सही रहता है और आप खुश महसूस करने लगती हैं.

5. दर्दनाक पीरियड्स से छुटकारा दिलाए : कई महिलाओं को पीरियड्स के दौरान काफी दर्द होता है. अगर कोई लगातार एक्सरसाइज करता है, तो उसे इस दर्द से छुटकारा मिल सकता है. वॉक करना, तेजी से चलना, कुछ हल्की एक्सरसाइज करने से भी इन लक्षणों को कम करने में मदद कर सकती है.

पीरियड्स में कौन सी एक्सरसाइज करना है बेहतर एक्सपर्ट कहते हैं कि पीरियड्स के दौरान हल्की एक्सरसाइज करनी चाहिए, जिसमें कम और मीडियम इंटेंसिटी वाली एक्सरसाइज आती हैं. योग, तेज चलना, साइकिलिंग, स्विमिंग, डांस भी कर सकते हैं, लेकिन इनकी अवधि 30 मिनट ही रखें. इसके अलावा ऐसी एक्सरसाइज न करें जिसमें आपके पैर पेट के ऊपर जाते हों।

बॉक्स ऑफिस पर थमने का नाम नहीं ले रही शरवरी-वेदांग की फिल्म, 18वें दिन किया ये बड़ा कमाल

शरवरी वाघ और वेदांग रैना की फिल्म मैं वापस आऊंगा धीरे-धीरे ही सही लेकिन अपनी मंजिल की ओर बढ़ रही है. फिल्म से बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद की जा रही थी और इस फिल्म ने ऐसा कर के भी दिखा दिया है. शरवरी वाघ और वेदांग रैना की केमिस्ट्री पसंद की जा रही है और नसीरुद्दीन शाह के अभिनय की भी खूब तारीफ देखने को मिल रही है. आइए जानते हैं कि 18 दिनों में फिल्म ने कितने रुपये कमा डाले हैं.इम्तियाज अली की कोई भी फिल्म जब आती है तो वो भावनात्मक रूप से सभी को आकर्षित करती है. अमर सिंह चमकीला के साथ भी ऐसा देखने को मिला था और अब मैं वापस आऊंगा के साथ भी लोग जुड़ते नजर आ रहे हैं. फिल्म की कमाई के आंकड़े ही इस बात का संकेत दे रहे हैं. धीमी शुरुआत के बाद अगर कोई फिल्म रफ्तार पकड़े तो उसका मतलब यही होता है कि वो फिल्म काफी पसंद की जा रही है और उसे अच्छा वर्ड ऑफ माउथ भी मिल रहा है. मैं वापस आऊंगा की बात करें तो इस फिल्म को रिलीज हुए 18 दिन पूरे हो चुके हैं और फिल्म ने अब जाकर अपना बजट भी निकाल लिया है. तीसरे सोमवार को फिल्म ने 1.79 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया है.सैकनिल्क की रिपोर्ट्स की मानें तो फिल्म ने रिलीज के 18 दिनों में 47.80 करोड़ रुपये की कमाई की है. वहीं इसका ग्रास कलेक्शन 57.01 करोड़ रुपये का हो चुका है. फिल्म ने ओवरसीज कलेक्शन के मामले में 16 करोड़ रुपये की कमाई की है जो इंप्रेसिव है. ऐसे में देखा जाए तो फिल्म का अब तक का कुल वर्ल्डवाइड कलेक्शन 73.01 करोड़ रुपये का हो गया है. वीकडेज में अभी भी ये फिल्म 1 करोड़ से ज्यादा कमा ले जा रही है. ये इस फिल्म के लिए खास है और इसी ने फिल्म के 100 करोड़ रुपये के कलेक्शन की उम्मीदों को भी बरकरार रखा है.मैं वापस आऊंगा को जिसने भी देखा उसने इस फिल्म की तारीफ की. लेकिन अफसोस की शुरुआत में इस फिल्म को अच्छा कलेक्शन नहीं मिल पा रहा था. फिल्म ने बॉक्स ऑफिस पर धीमी शुरुआत की थी लेकिन धीरे-धीरे लोगों के अच्छे रिव्यूज ने इस फिल्म को लेकर दर्शकों के मन में विश्वास जगाया और फिल्म ने कमाल दिखाना शुरू किया. विदेश में भी इस फिल्म का अच्छा कलेक्शन देखने को मिला. रिपोर्ट्स की मानें तो इस फिल्म का बजट 70 करोड़ रुपये का था।

नंबर-1 बन पाएंगी आलिया?

आलिया भट्ट और शरवरी वाघ पर YRF स्पाई यूनिवर्स ने बड़ा दांव खेला है. क्योंकि यह इस यूनिवर्स की पहली फीमेल स्पाई फिल्म है, तो उम्मीदें भी ज्यादा हैं. वैसे भी वॉर 2 को जितना तगड़ा नुकसान हुआ है, अगर %ऐल्फा% भी खास कमाई नहीं कर पाती, तो दिक्कत हो सकती है. पर इस यूनिवर्स की सबसे बड़ी फिल्म बनने के लिए आलिया भट्ट को कितने कमाने होंगे? स्पाई यूनिवर्स की अगली फिल्म की तैयारी पूरी हो चुकी है. आलिया भट्ट और शरवरी वाघ की 'ऐल्फा' को 3 जुलाई को रिलीज किया जाना है. जिसमें बॉबी देओल विलेन बनने वाले हैं और अनिल कपूर रॉ चीफ के रोल में दिखेंगे. वहीं ऋतिक रोशन का कैमियो होने वाला है. वैसे अबतक शरवरी वाघ के किरदार का खुलासा नहीं हुआ है. पर ङ्क्रस्न स्पाई यूनिवर्स को भी अपनी पहली फीमेल स्पाई फिल्म से काफी उम्मीदें हैं. आलिया भट्ट को इस यूनिवर्स की सबसे बड़ी फिल्म बनने के लिए टाइगर यानी सलमान खान और पठान बने शाहरुख खान को भी पीछे छोड़ना होगा. जिसके लिए फिल्म को 1000 करोड़ रुपये से ज्यादा कमाने होंगे.YRF सबसे पॉपुलर फिल्म फ्रेंचाइजी में से एक है. इस यूनिवर्स की शुरुआत काफी बाद में हुई. 2012 में 'एक था टाइगर' और फिर 'टाइगर जिंदा है' को रिलीज किया गया था. इसके बाद 2019 में ऋतिक रोशन की 'वॉर' आई, जिसकी सफलता के बाद आदित्य चोपड़ा ने 'सिनेमैटिक यूनिवर्स' बनाने का फैसला किया. इस यूनिवर्स की पिछली फिल्म कुछ खास कमाई नहीं कर पाई है, तो अब 'ऐल्फा' से उम्मीद भी ज्यादा है. पर क्या आलिया भट्ट सफल हो पाएंगी? YRF स्पाई यूनिवर्स के लिए 2023 सबसे शानदार रहा है. जब साल की शुरुआत में ही शाहरुख खान की 'पठान' रिलीज हुई. फिल्म में शाहरुख खान के अलावा दीपिका पादुकोण और जॉन अब्राहम भी काम करते दिखे थे. इस पिक्चर को सिद्धार्थ आनंद ने डायरेक्ट किया था और 250 करोड़ के बजट में बनी फिल्म ने 1000 करोड़ से ज्यादा का कारोबार किया था. ये इस यूनिवर्स की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली फिल्म है. जिसका रिकॉर्ड तोड़ने के लिए अब शाहरुख खान को भी इससे ज्यादा कमाने होंगे.

'वेलकम टू द जंगल' की कमाई में आई 65.7% गिरावट, वर्ल्डवाइड फिल्म ने कमाए 106 करोड़

अक्षय कुमार की फिल्म 'वेलकम टू द जंगल' 26 जून को रिलीज हुई और इसे पहले दिन अच्छा रिस्पॉन्स मिला। ओपनिंग वीकेंड में भी इसकी रफ्तार बनी रही, लेकिन नॉन वीकेंड पर इसके कलेक्शन में गिरावट देखने को मिली। सैकनिल्क की रिपोर्ट के अनुसार, सोमवार को फिल्म की कमाई में 65.7त्न की गिरावट दर्ज की गई ।रिलीज के चौथे दिन 'वेलकम टू द जंगल' ने 10,922 शो में 8.50 करोड़ रुपये का नेट कलेक्शन किया। इससे भारत में कुल ग्रॉस कलेक्शन 86.53 करोड़ रुपये और कुल नेट कलेक्शन 72.25 करोड़ रुपये हो गया। वहीं, विदेशों में फिल्म ने चौथे दिन 3 करोड़ रुपये कमाए, जिससे इसका कुल ओवरसीज ग्रॉस कलेक्शन 19.95 करोड़ रुपये तक पहुंच गया और इससे दुनिया भर में कुल ग्रॉस कलेक्शन 106.48 करोड़ रुपये हो गया है ।सोमवार को 'वेलकम टू द जंगल' की कुल ऑक्यूपेंसी 20.90त्न रही, जिसमें सुबह के शो में 11.85%, दोपहर में 20.46त्न, शाम को 22.69त्न और रात के शो में 28.62त्न ऑक्यूपेंसी दर्ज की गई ।अहमद खान द्वारा निर्देशित और फिरोज नाडियाडवाला द्वारा निर्मित 'वेलकम टू द जंगल' में अक्षय कुमार, रवीना टंडन, सुनील शेट्टी, जैकलीन फर्नांडीज, दिशा पटानी, अरशद वारसी, जैकी श्रॉफ, लारा दत्ता, परेश रावल, फरीदा जलाल, जॉनी लीवर, श्रेयस तलपड़े, तुषार कपूर, राजपाल यादव, कृष्णा अभिषेक, दलेर मेहंदी, कीकू शारदा, आफताब शिवदासानी, मुकेश तिवारी, यशपाल शर्मा, किरण कुमार, जाकिर हुसैन, विंदू दारा सिंह और उर्वशी रौतेला सहित 34 कलाकार हैं। बता दें कि भारत में इस मूवी ने फिलहाल चार दिनों में 72.25 करोड़ रुपये का बिजनेस किया है। वहीं, 3 जुलाई को आलिया भट्ट स्टारर 'अल्फा' भी रिलीज होने वाली है। ऐसे में अब यह देखना दिलचस्प होगा कि आने वाले तीन दिनों में 'वेलकम टू द जंगल' घरेलू बॉक्स ऑफिस पर 100 करोड़ रुपये की कमाई कर पाती है या नहीं। 'वेलकम टू द जंगल' की कहानी एक बड़े बिजनेसमैन के इर्द-गिर्द घूमती है, जिसे डर है कि सरकार बदलने के बाद उसके काले धन का काला चिट्ठा न खुल जाए।

मैसा के BTS फोटो ने बढ़ाया क्रेज

पैन इंडिया स्टार रश्मिका मंदाना की आगामी फिल्म मैसा की शूटिंग से जुड़ी एक बिहाइंड दि सीन्स (बीटीएस) तस्वीर सामने आई है, जिसमें मेकर्स ने फिल्म के एक्शन सीक्वेंस को लेकर बड़ा संकेत दिया है। वर्ष 2026 की बहुप्रतीक्षित फिल्मों में शामिल मैसा को पहली महिला-केंद्रित पैन इंडिया एक्शन थ्रिलर बताया जा रहा है। फिल्म में रश्मिका मंदाना अपने करियर के सबसे दमदार और चुनौतीपूर्ण किरदारों में नजर आएंगी। फिल्म की घोषणा के बाद से ही मेकर्स समय-समय पर शूटिंग की झलकियां साझा कर दर्शकों की उत्सुकता बढ़ा रहे हैं। हाल ही में जारी बीटीएस तस्वीर में फिल्म के सिनेमैटोग्राफर की पीठ पर कीचड़ से बने हाथों के निशान दिखाई दे रहे हैं, जिन पर रश्मिका मंदाना के हस्ताक्षर भी हैं। इस तस्वीर के साथ मेकर्स ने सोशल मीडिया पर लिखा कि खून के निशान अब रास्ते में हैं। इससे फिल्म में दमदार एक्शन और हाई-इंटेंसिटी दृश्यों की झलक मिलने के संकेत माने जा रहे हैं। मेकर्स ने हल्के-फुल्के अंदाज में यह भी लिखा कि इस खूबसूरत कलाकारी में थोड़ा-सा खून और अंबर पाउडर भी मिला देना चाहिए था। अनफॉर्मूला फिल्म्स के बैनर तले बनी और रविंद्र पुल्ले के निर्देशन में तैयार मैसा एक इमोशनल एक्शन थ्रिलर है, जिसकी कहानी आदिवासी इलाकों की पृष्ठभूमि पर आधारित है। मेकर्स का दावा है कि फिल्म में दमदार विजुअल्स, रोमांचक कहानी और रश्मिका मंदाना का अब तक का सबसे यादगार एवं प्रभावशाली प्रदर्शन देखने को मिलेगा।

आवारापन 2 का टीज़र आउट

दिखा दिशा पाटनी की सस्पेंस एंट्री और इमरान हाशमी का खूंखार लुक

साल 2007 में आई इमरान हाशमी और मोहित सूरी की कल्ट क्राइम-ड्रामा फिल्म आवारापन को आज भी फैंस भूल नहीं पाए हैं। इसके गाने और इमरान का शिवम वाला किरदार लोगों के दिलों में बसा हुआ है। अब ठीक 19 साल बाद, विशेष फिल्म्स एक बार फिर इस आइकोनिक फिल्म का सीक्वल आवारापन 2 लेकर आ रहे हैं, जिसका पहला टीज़र रिलीज कर दिया गया है। फिल्म का निर्देशन नितिन कक्कड़ कर रहे हैं और इसकी कहानी बिलाल सिद्दीकी ने लिखी है।

आवारापन के पहले पार्ट के अंत में शिवम को एक भयंकर गैंगवार में गोलियों से भून दिया गया था, जिसके बाद वह जन्नत में अपनी मृत प्रेमिका आलिया श्रिया सरन से मिलता हुआ दिखाई देता है। लेकिन आवारापन 2 का टीज़र एक बड़े सस्पेंस के साथ शुरू होता है, जहाँ शिवम वापस धरती पर जिंदा खड़ा है। बैकग्राउंड में इमरान हाशमी की दमदार आवाज गूंजती है्कुछ लोगों की कहानियां उनकी मर्जी से खत्म नहीं होतीं। कभी-कभी, उनकी कहानियां दूसरों के लिए लिखी जाती हैं। टीज़र में दिखाया गया है कि शिवम एक बार फिर अपनी मोहब्बत आलिया से अलग हो चुका है और वह धरती पर उसकी कब्र पर फूल चढ़ाता नजर आ रहा है। शिवम का मानना है कि मौत ने उसे छुआ तो है, लेकिन पूरी तरह गले नहीं लगाया।

फैंस के मन में सबसे बड़ा सवाल यह है कि आखिर शिवम जिंदा कैसे बचा? टीज़र की एक छोटी सी झलक में इस राज से पर्दा उठता है। शिवम का इलाज उसी बौद्ध मठ में होता हुआ दिखाया गया है, जहाँ उसने फिल्म के पहले पार्ट में शरण ली थी। दर्द से पुराना रिश्ता रखने वाला शिवम इस बार पहले से कहीं यादा खतरनाक और मस्कुलर लुक में है, जहाँ वह सिक्स-पैक एब्स के साथ बॉक्सिंग रिंग और गलियों में फाइट करता नजर आ रहा है।

आवारापन 2 में इस बार कुछ नए और बड़े चेहरे देखने को मिलेंगे टीज़र में एक्ट्रेस दिशा पाटनी की एक बेहद खूबसूरत और रहस्यमयी झलक दिखाई गई है, जहाँ वह चेलो एक म्यूजिकल इंस्ट्रूमेंट बजाती नजर आ रही हैं। दिग्गज एक्ट्रेस शबाना आजमी भी कार से उतरते हुए एक कड़क लुक में दिखाई दी हैं। टीज़र का अंत इमरान हाशमी के एक बेहद खतरनाक डायलॉग से होता है, इस बार या तो यह आवारापन खत्म होगा, या मैं।अगर आपको पहले पार्ट की कहानी याद दिलाएं, तो आवारापन (2007) में इमरान हाशमी (शिवम) एक गैंगस्टर मलिक (आशुतोष राणा) का सबसे वफादार (राइट हैंड) होता है। मलिक अपनी पाकिस्तानी प्रेमिका आलिया (श्रिया सरन) पर नजर रखने की जिम्मेदारी शिवम को सौंपता है। लेकिन जब शिवम को पता चलता है कि आलिया को उसकी मर्जी के बिना कैद करके रखा गया है और वह किसी और से प्यार करती है, तो शिवम का दिल पिघल जाता है। वह मलिक से गद्दारी करके आलिया को आजाद कराने का फैसला करता है। हालांकि, फिल्म के अंत में मलिक के आदमी आलिया की हत्या कर देते हैं और आखिरी लड़ाई में शिवम भी गोलियों का शिकार होकर दम तोड़ देता है।इमरान हाशमी ने एक इंटरव्यू में साफ किया कि वे यह फिल्म सिर्फ पुरानी यादों या पैसे कमाने के लिए नहीं बना रहे हैं। पिछले 7 साल से इस पर काम चल रहा था और जब बिलाल सिद्दीकी ने शिवम के सफर को आगे बढ़ाने वाली एक बेहतरीन स्क्रिप्ट लिखी, तब जाकर इस पर मुहर लगी। यह फिल्म 14 अगस्त को सिनेमाघरों में रिलीज होने के लिए पूरी तरह तैयार है।

विधायक के अतारांकित प्रश्न से निगम में हलचल, वार्ड–22 कुरूद के निर्माण कार्यों पर सरकार से मांगा जवाब

नई दृष्टिबिंदु /भिलाई

वैशाली नगर विधायक रिकेश सेन द्वारा छत्तीसगढ़ विधानसभा में लगाए गए एक अतारांकित प्रश्न ने भिलाई नगर निगम और नगरीय प्रशासन विभाग में हलचल बढ़ा दी है। प्रश्न में भिलाई नगर निगम के वार्ड–22 कुरूद में कराए गए विभिन्न निर्माण कार्यों में कथित अनियमितताओं, गुणवत्ता, जांच और कारर्वाई की जानकारी सरकार से मांगी गई है। विधानसभा सचिवालय में लगाए गए प्रश्न क्रमांक–463 के माध्यम से विधायक ने सरकार से पूछा है कि क्या वार्ड–22 कुरूद में पेवर ब्लॉक, सड़क चौड़ीकरण सहित विभिन्न निर्माण कार्यों में अनियमितता और गुणवत्ताहीन निर्माण की शिकायतें प्राप्त हुई हैं। यदि शिकायतें मिली हैं तो उनकी जांच किस स्तर पर हुई, किन–किन कार्यों में तकनीकी अनियमितता पाई गई तथा संबंधित अधिकारियों और ठेकेदारों के विरुद्ध क्या कारर्वाई की गई है। विधायक ने यह भी जानना चाहा है कि संबंधित निर्माण कार्यों की स्वीकृत राशि, कार्यों का विवरण और जांच प्रतिवेदन क्या है। साथ ही यदि दोषियों पर कारर्वाई नहीं की गई है तो उसके कारण भी सरकार से पूछे गए हैं।

क्या होता है अतारांकित प्रश्न ?

विधानसभा की कायर्वाही में अतारांकित प्रश्न का उत्तर सरकार लिखित रूप में देती है। इस प्रकार के प्रश्नों में विभाग को सभी तथ्यों और दस्तावेजों के आधार पर विस्तृत जवाब तैयार करना पड़ता है। यही वजह है कि ऐसे प्रश्नों के बाद संबंधित विभाग रिकॉर्ड खंगालने और आवश्यक जानकारी जुटाने की प्रक्रिया तेज कर देते हैं।

बढ़ सकती है जवाबदेही

राजनीतिक और प्रशासनिक जानकारों का मानना है कि यदि सरकार सदन में विस्तृत उत्तर प्रस्तुत करती है तो संबंधित निर्माण कार्यों की गुणवत्ता, शिकायतों और जांच की स्थिति स्पष्ट हो जाएगी। यदि किसी प्रकार की अनियमितता प्रमाणित होती है तो जिम्मेदार अधिकारियों एवं संबंधित एजेंसियों पर कारर्वाई की संभावना भी बन सकती है। फिलहाल विधानसभा में लगाए गए इस प्रश्न के बाद नगर निगम और संबंधित विभागों की नजर सरकार द्वारा दिए जाने वाले लिखित उत्तर पर टिकी हुई है। अब देखना होगा कि सरकार अपने जवाब में क्या तथ्य सामने रखती है और आगे क्या कारर्वाई होती है।

आईजी शांडिल्य ने प्रशिक्षु उप निरीक्षकों को दिया आधुनिक पुलिसिंग का मंत्र

दुर्ग। पुलिस लाइन दुर्ग के दधीचि सभागार में प्रशिक्षणाधीन 47 उप निरीक्षकों और 1 सूबेदार के लिए प्रशिक्षण समीक्षा और मार्गदर्शन कार्यक्रम आयोजित किया गया। पुलिस महानिरीक्षक दुर्ग रेंज अभिषेक शांडिल्य ने प्रशिक्षुओं की प्रशिक्षण प्रगति का अवलोकन किया और आधुनिक पुलिसिंग, तकनीकी दक्षता, अनुशासन एवं जनोन्मुखी पुलिस सेवा पर महत्वपूर्ण दिशा निर्देश दिए। आईजी शांडिल्य ने कहा कि प्रशिक्षण अवधि हर पुलिस अधिकारी के सेवा जीवन की सबसे महत्वपूर्ण और आधारभूत अवस्था होती है। इस दौरान अर्जित ज्ञान और अनुशासन ही भविष्य में उत्कृष्ट अधिकारी बनने की नींव रखता है। उन्होंने वतर्मान समय में पुलिसिंग में हो रहे तकनीकी परिवतर्नों का उल्लेख करते हुए सीसीटीएनएस, ऑनलाइन चालान प्रणाली, ई साक्ष्य संकलन, ई एफएसएल, समन्वय पोर्टल, मेडलीपार, नेटग्रिड सहित अन्य डिजिटल प्रणालियों के प्रभावी उपयोग में दक्षता प्राप्त करने पर विशेष बल दिया।

निष्पक्ष विवेचना और पीड़ित केंद्रित पुलिसिंग के निर्देश

उन्होंने वैज्ञानिक अनुसंधान, गुणवत्तापूर्ण केस डायरी लेखन, समयबद्ध विवेचना, डिजिटल साक्ष्यों के संरक्षण, अभियोजन की गुणवत्ता और न्यायालयीन प्रक्रिया को मजबूत बनाने पर विस्तार से मार्गदर्शन दिया। आईजी ने निर्देश दिए कि प्रत्येक प्रकरण में तथ्यों और साक्ष्यों के आधार पर निष्पक्ष विवेचना करें। पीड़ित केंद्रित पुलिसिंग को प्राथमिकता दें और आम नागरिकों के साथ संवेदनशील और सकारात्मक व्यवहार बनाए रखें। आईजी ने कहा कि आधुनिक पुलिस अधिकारी को कानून के साथ तकनीक, व्यवहार, नेतृत्व क्षमता और प्रभावी संवाद कौशल में भी दक्ष होना आवश्यक है। शारीरिक और मानसिक रूप से सदैव सुदृढ़ रहते हुए कानून के अनुरूप संवेदनशील, निष्पक्ष, पारदर्शी और जनोन्मुखी पुलिसिंग सुनिश्चित कर नागरिकों का विश्वास अर्जित करें।

प्रशिक्षुओं की जिज्ञासाओं का किया समाधान

कार्यक्रम में प्रशिक्षणाथिर्यों ने अनुसंधान, साइबर अपराध, तकनीकी पुलिसिंग, विवेचना, न्यायालयीन कायर्वाही और दैनिक पुलिस कार्य से जुड़े सवाल पूछे। आईजी शांडिल्य ने सभी जिज्ञासाओं का विस्तार से समाधान किया और उन्हें उत्कृष्ट, अनुशासित और उत्तरदायी पुलिस अधिकारी बनने के लिए प्रेरित किया।इस अवसर पर वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक विजय अग्रवाल, अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक एवं नोडल अधिकारी मणिशंकर चन्द्रा, सहायक नोडल अधिकारी एवं डीएसपी लाइन चंद्र प्रकाश तिवारी तथा रक्षित निरीक्षक नीलकंठ सहित पुलिस विभाग के अन्य अधिकारी उपस्थित रहे।

सेवानिवृत्ति के दिन ही प्रधान पाठक मढ़रिया भाजपा में शामिल

सांसद विजय ने पहनाया गमछा, कहा : अनुभवी शिक्षक से संगठन को मिलेगा बल

नई दृष्टिबिंदु / भिलाई

शासकीय सेवा से सेवानिवृत्त होते ही प्रधान पाठक बाल मुकुंद मढ़रिया ने राष्ट्रहित और जनकल्याण की भावना से भारतीय जनता पार्टी की सदस्यता ग्रहण कर ली। श्री मढ़रिया ने सोमवार 29 जून को अपने शासकीय दायित्वों से मुक्त होने के तुरंत बाद दुर्ग लोकसभा क्षेत्र के सांसद विजय बघेल के निवास कार्यालय पहुंचकर उनके सानिध्य में भाजपा का दामन थामा। सांसद विजय बघेल ने उन्हें भाजपा का गमछा पहनाकर और मिठाई खिलाकर पार्टी में आत्मीय स्वागत किया।

जनसेवा का सिलसिला राजनीति से बढ़ाएंगे

इस अवसर पर श्री मढ़रिया ने कहा कि शासकीय सेवा के दौरान उन्होंने हमेशा समाज की प्रगति के लिए काम किया है। अब सेवानिवृत्ति के बाद राजनीति के माध्यम से जनसेवा के इस सिलसिले को आगे बढ़ाएंगे। उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के कुशल नेतृत्व, देश के विकास और सांसद विजय बघेल की सक्रिय कायर्शैली से

प्रभावित होकर भाजपा में शामिल होने का निर्णय लिया। श्री मढ़रिया ने विश्वास जताया कि पार्टी की विचारधारा पर चलते हुए वे क्षेत्र की जनता की समस्याओं के समाधान और संगठन की मजबूती के लिए पूरी निष्ठा से कार्य करेंगे। वे रामचरित मानस के वक्ता भी हैं।

शिक्षक समाज का दर्पण होते हैं : सांसद

विजय बघेल ने श्री मढ़रिया के पार्टी प्रवेश पर हर्ष व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि एक शिक्षक और प्रधान पाठक के रूप में समाज को सही दिशा देने वाले प्रबुद्ध नागरिक का भाजपा में आना गौरव की बात है। उनके लंबे प्रशासनिक और शैक्षणिक अनुभव का लाभ निश्चित रूप से भाजपा संगठन और क्षेत्र की जनता को मिलेगा। शिक्षक समाज का दर्पण होते हैं।

जब ऐसे अनुभवी लोग सक्रिय राजनीति में आते हैं तो समाज सेवा के संकल्प को और अधिक बल मिलता है। इस दौरान स्थानीय भाजपा पदाधिकारी, कार्यकर्ता और श्री मढ़रिया के शुभचिंतक बड़ी संख्या में उपस्थित रहे।

कबीर की वाणी समाज को जोड़ती है, सत्य प्रेम और सद्भाव की देती है प्रेरणा : चंद्राकर

ग्राम कुथरेल में धूमधाम से मना कबीर प्रकटोत्सव, विधायक ललित चंद्राकर हुए शामिल

नई दृष्टिबिंदु / दुर्ग

दुर्ग ग्रामीण, 29 जून। ग्राम कुथरेल में मानिकपुरी पनिका समाज की ओर से सद्गुरु संत कबीर साहेब प्रकटोत्सव समारोह का भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम में दुर्ग ग्रामीण के विधायक और छत्तीसगढ़ राज्य ग्रामीण एवं अन्य पिछड़ा वर्ग क्षेत्र विकास प्राधिकरण के उपाध्यक्ष ललित चंद्राकर मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। विधायक ललित चंद्राकर ने संत कबीर साहेब के तैल चित्र पर पूजा अचर्ना कर आशीर्वाद लिया और समाजजन को कबीर प्रकट उत्सव की बधाई दी। कार्यक्रम में भजन कीर्तन, सत्संग और कबीर वाणी का पाठ किया गया। समाज के वरिष्ठजनों का सम्मान भी किया गया।

कबीर ने दिया मानवता का संदेश

समारोह को संबोधित करते हुए विधायक ललित चंद्राकर ने कहा कि सद्गुरु संत कबीर साहेब की वाणी आज भी प्रासंगिक है। उन्होंने जाति पाति, ऊंच नीच और आडंबरों से ऊपर उठकर मानवता का संदेश दिया। कबीर की साखी और दोहे समाज को जोड़ने का काम करते हैं। उनकी शिक्षाएं हमें सत्य, प्रेम और सद्भाव के मार्ग पर चलने की प्रेरणा देती हैं। उन्होंने कहा कि छत्तीसगढ़ की माटी संत कबीर की कमर्भूमि रही है। यहां की परंपरा में कबीरपंथ रचा बसा है। राज्य सरकार भी संत परंपरा और समाज के उत्थान के लिए लगातार काम कर रही है। विधायक ने समाज के युवाओं से कबीर जी के आदर्शों को जीवन में अपनाकर शिक्षा, स्वरोजगार और सामाजिक समरसता के क्षेत्र में आगे बढ़ने का आह्वान किया। विधायक ने पनिका समाज द्वारा सामाजिक एकता और संस्कृति के संरक्षण के लिए किए जा रहे प्रयासों की सराहना की और हरसंभव सहयोग का आश्वासन दिया।

समारोह में जनपद सभापति लोमश चंद्राकर, पनिका समाज अध्यक्ष नरेन्द्र दास, महिला मोर्चा अध्यक्ष मनीषा मानिकपुरी, कोषाध्यक्ष तामेश्वर दास, सचिव मनीष दास, चेतन दास, राम दास, पेमेन्द्र दास, झरना दास, ताम्रध्वज मानिकपुरी, चंद्राकर समाज अध्यक्ष डॉ परमेश्वर चंद्राकर, देशमुख समाज अध्यक्ष गोविंद देशमुख समेत मानिकपुरी पनिका समाज, चंद्राकर समाज, देशमुख समाज और सर्व समाज के लोग बड़ी संख्या में उपस्थित रहे।

पेपर नहीं लीक हो रहे, युवाओं के सपने लीक हो रहे हैं : अरुण

नई दृष्टिबिंदु / दुर्ग

वरिष्ठ कांग्रेस नेता अरुण वोरा ने देशभर में लगातार सामने आ रहे परीक्षा घोटालों पर गहरी चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि यह किसी एक परीक्षा का संकट नहीं, बल्कि पिछले वर्षों से लगातार विफल होती परीक्षा व्यवस्था की कहानी है।हर बार पेपर बदलता है, जांच एजेंसी बदलती है, लेकिन नहीं बदलती तो युवाओं के साथ होने वाली धोखाधड़ी।"वोरा ने कहा कि देश के लाखों युवाओं की मेहनत अब परीक्षा केंद्रों में नहीं, बल्कि लीक हुए प्रश्नपत्रों, संगठित गिरोहों और भ्रष्ट व्यवस्था के हवाले होती जा रही है। परीक्षा को रद्द करना पड़ा और 22 लाख से अधिक अभ्यर्थी दोबारा परीक्षा की अनिश्चितता में धकेल दिए गए। पूरे मामले की जांच उइक के हवाले है। लेकिन सवाल यह है कि हर बार जांच बाद में क्यों होती है और रोकथाम पहले क्यों नहीं? उन्होंने कहा कि अभी देश ठएएळ के झटके से उबर भी नहीं पाया था कि महाराष्ट्र शिक्षक पात्रता परीक्षा भी पेपर लीक की आशंका के कारण परीक्षा से ठीक पहले स्थगित करनी पड़ी।4.28 लाख से अधिक अभ्यथिर्यों का भविष्य एक बार फिर अनिश्चितता में डाल दिया गया, तैयारी एक बार फिर प्रशासनिक विफलता की भेंट चढ़ गई। उन्होंने कहा कि यह कोई अलग–थलग घटना नहीं है। देश में पिछले वर्षों में लगभग 90 प्रतियोगी परीक्षाओं में पेपर लीक या परीक्षा संबंधी गंभीर अनियमितताओं के मामले सामने आ चुके हैं। कभी प्रश्नपत्र परीक्षा से पहले बाजार में बिकते हैं, कभी फर्जी परीक्षार्थी पकड़े जाते हैं, कभी डटफशीट से छेड़छाड़ होती है तो कभी परिणामों में हेरफेर के आरोप लगते हैं। उन्होंने कहा कि सरकार ने पेपर लीक रोकने के लिए कानून तो बनाए, लेकिन कानून अपराध के बाद लागू होता है, व्यवस्था अपराध होने से पहले रोकती है। आज भी कोई जवाब नहीं देता कि प्रश्नपत्र कहाँ तैयार होते हैं, उनकी सुरक्षा किसके जिम्मे होती है, प्रिंटिंग, परिवहन, मूल्यांकन और डिजिटल डेटा की निगरानी किस प्रक्रिया के तहत होती है। जब तक इन सवालों का पारदर्शी जवाब नहीं मिलेगा, तब तक हर साल वही क्रम दोहराया जाएगा—पेपर लीक, परीक्षा रद्द, जांच एजेंसी, गिरफ्तारी और फिर अगला घोटाला। अरुण वोरा ने कहा कि "देश का युवा नौकरी नहीं मांग रहा, केवल ईमानदार परीक्षा मांग रहा है। लेकिन दुर्भाग्य यह है कि आज उसे अपनी मेहनत से ज्यादा व्यवस्था की ईमानदारी पर भरोसा करना पड़ रहा है, और वही भरोसा बार–बार टूट रहा है।हर पेपर लीक केवल प्रश्नपत्र नहीं चुराता, बल्कि लाखों युवाओं का समय, वर्षों की मेहनत, अवसर, विश्वास और भविष्य भी छीन लेता है। यदि यही स्थिति रही, तो "पेपर लीक" को देश का वार्षिक आयोजन घोषित कर देना चाहिए, क्योंकि आज समय पर यदि कुछ आयोजित होता है, तो वह परीक्षा नहीं, उसका लीक होना है। उन्होंने केंद्र सरकार से मांग की कि सभी राष्ट्रीय एवं राज्य स्तरीय प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए स्वतंत्र परीक्षा सुरक्षा प्राधिकरण, एंड–टू–एंड डिजिटल ऑडिट, थर्ड पार्टी सुरक्षा निगरानी तथा समयबद्ध जवाबदेही व्यवस्था लागू की जाए।

साइबर ठगी के लिए म्यूल अकाउंट देने वाला गिरोह पकड़ाया

नई दृष्टिबिंदु / दुर्ग

थाना छावनी पुलिस ने साइबर ठगी में म्यूल अकाउंट उपलब्ध कराने वाले संगठित गिरोह का पदार्फाश किया है। पुलिस ने 23 आरोपियों को हिरासत में लिया है। ये आरोपी कमीशन के लालच में अपने और दूसरों के बैंक खाते साइबर अपराधियों को देते थे। इन खातों से ठगी की रकम का लेनदेन किया जाता था।

थाना छावनी में अपराध क्रमांक 312/2026 के तहत धारा 318(2), 318(3), 318(4) भारतीय न्याय संहिता के तहत मामला दर्ज है। विवेचना के दौरान तकनीकी साक्ष्य और बैंक खातों के विश्लेषण से गिरोह का खुलासा हुआ। पुलिस ने 29 जून को 23 आरोपियों को पकड़ा। आरोपियों के कब्जे से 11 मोबाइल फोन, 3 एटीएम कार्ड, 3 बैंक पासबुक, 3 आधार कार्ड, 3 चेकबुक और अन्य बैंकिंग व इलेक्ट्रॉनिक दस्तावेज जब्त किए गए हैं। आरोपियों ने पूछताछ में कमीशन के लालच में खाते उपलब्ध कराना स्वीकार किया। हिरासत में लिए गए आरोपियों में राकेश गुप्ता 22 वर्ष सोनिया गांधी नगर खुर्सीपार, के हरीश 30 वर्ष कैम्प 2 शर्मा कॉलोनी छावनी, योगेश राजभर 37 वर्ष सेक्टर 11 खुर्सीपार, कार्तिक 21 वर्ष महात्मा गांधी नगर भिलाई, मोनू चतुर्वेदी 31 वर्ष खुर्सीपार, अखिलेश सोनकर 22 वर्ष सेक्टर 11 खुर्सीपार, पवन कुमार साव 23 वर्ष हथखोज भिलाई, पीयूष बिजलानी 37 वर्ष वैशाली नगर भिलाई, अभय मिश्रा 24 वर्ष भिलाई, सुनील प्रसाद 34 वर्ष राजीव नगर छावनी, कन्हैया लाल 48 वर्ष सेक्टर 11 भिलाई, लखविन्दर सिंह 59 वर्ष शर्मा कॉलोनी भिलाई, सचिन पाल 28 वर्ष शर्मा कॉलोनी भिलाई, रोहित ठाकुर 24 वर्ष विवेकानंद नगर कैम्प 2 भिलाई और नरेन्द्र 35 वर्ष राम नगर कोहका भिलाई शामिल हैं। इसके अलावा निक्की राव 25 वर्ष आजाद नगर पावर हाउस, सुधा सिंह 50 वर्ष जवाहर नगर सुपेला, शिव कुमार सिंह 75 वर्ष एकता चौक भिलाई, मोहम्मद शबीर 19 वर्ष गौतम नगर खुर्सीपार, ए सागर हरी 36 वर्ष स्मृति नगर भिलाई, जय प्रकाश नारायण 45 वर्ष राजीव नगर छावनी, मोहन कुमार मेहतो 46 वर्ष एकता नगर छावनी और पवन कुमार गुप्ता 58 वर्ष खुर्सीपार को धारा 35(1) बीएनएसएस का नोटिस देकर छोड़ा गया। दुर्ग पुलिस ने आम नागरिकों से अपील की है कि किसी भी व्यक्ति को अपना बैंक खाता, एटीएम कार्ड, पासबुक, चेकबुक, मोबाइल सिम या अन्य बैंकिंग दस्तावेज लालच या कमीशन के बदले न दें।

ऐसे खातों का उपयोग साइबर अपराधों में हो सकता है। इससे खाताधारक भी वैधानिक कायर्वाही के दायरे में आ सकते हैं। किसी भी संदिग्ध साइबर गतिविधि की सूचना तत्काल पुलिस या साइबर हेल्पलाइन पर दें।

बीएसपी के स्कूल हो रहे बंद, खंडहर में बदल रही इमारतें

नई दृष्टिबिंदु /भिलाई

भिलाई इस्पात संयंत्र का शिक्षा विभाग अब समापन की ओर है। गिनती के स्कूल, स्टाफ और बच्चे ही रह गए हैं। कभी बच्चों की बढ़ी हुई तादाद के कारण दल्ली राजहरा के नंबर 2 स्कूल भवन में पंडाल लगाकर दिन में ही तीसरी शिफ्ट चलानी पड़ी थी। वक्त बदलने के साथ इस साल सेक्टर 1 का ईएमएमएस स्कूल भी बंद हो गया है। बंद पड़े स्कूलों की बिल्डिंग की हालत दर्दनाक है। कुछ बिल्डिंग समाज और संस्थाओं ने ले ली हैं। कुछ इमारतों में सुनियोजित तरीके से चोरी करवाकर उन्हें खंडहर किया जा रहा है। बाकी बची बिल्डिंग का क्या होगा, इसका जवाब जिम्मेदारों के पास नहीं है।

अंधेरे में रोशनी की तरह बच्चों का प्रदर्शन

दो दिन पहले बीएसपी सीनियर सेकंडरी स्कूल सेक्टर 7 में संभाषण और काव्यपाठ प्रतियोगिता आयोजित हुई। निर्णायक के रूप में बीएसपी के उप महाप्रबंधक और कवि यशवंत कुमार साहू भी मौजूद थे। हॉल लगभग खाली था। गिनती के शिक्षक, स्टाफ और चुनिंदा बच्चे ही थे।

पहले भिलाई विद्यालय सेक्टर 2 में ऐसी ही प्रतियोगिता में 9वीं के बच्चों को दरी पर बिठाना पड़ता था। सीनियर बच्चे बेंच कुसिर्यों पर होते थे। इसके बावजूद हॉल में पैर रखने की जगह नहीं बचती थी। इस बार बच्चे तादाद में कम थे, लेकिन उनका प्रस्तुतिकरण शानदार रहा। किसी भी प्रख्यात हस्ती का चर्चित भाषण पूरा याद कर तीन मिनट तक धाराप्रवाह बोलने में बच्चों ने कोई कमी नहीं की। कोई बच्चा स्वामी विवेकानंद की तरह बोला तो किसी पर सुषमा स्वराज का अंदाज दिखा। दिनकर और मैथिली शरण गुप्त की कविताओं को बच्चों ने ऐसे पेश किया जैसे वे खुद रचनाकार हों।

प्राचार्य उवर्शी साहू ने परिणाम घोषित किए। हिन्दी काव्य पाठ में प्रथम सीनियर सेकेंडरी स्कूल सेक्टर 10 से दिशा शुक्ला, द्वितीय भिलाई विद्यालय सेक्टर 2 से आर्या पाण्डेय और तृतीय सीनियर सेकेंडरी स्कूल सेक्टर 7 से डीबी द्राक्षा रहीं।

हिन्दी अनुवाचन में प्रथम भिलाई विद्यालय सेक्टर 2 से रिया, द्वितीय सीनियर सेकेंडरी स्कूल सेक्टर 10 से आराध्या गुप्ता और तृतीय सीनियर सेकेंडरी स्कूल सेक्टर 7 से आयुष्मान रहे। संचालन शिक्षक डॉ शीतल चंद्र शर्मा ने किया। आयोजन में वरिष्ठ व्याख्याता अनीता अशोक, नमिता देशपाण्डेय, शीबा थॉमस, श्रीदेवी दुर्गे, जयंत, पूजा उइके और जयदेव दीक्षित सहित शिक्षकगण उपस्थित थे। बीएसपी के जिन स्कूलों ने अनुशासन और परीक्षा परिणाम के नाम पर मिसालें कायम की थीं, अब वहां वीराना देखकर तकलीफ होती है। शिक्षकों का कहना है कि अब बात स्कूल से आगे मकानों तक पहुंच गई है। भविष्य में पूरा टाउनशिप खाली करवाने की आशंका जताई जा रही है। बंद पड़े स्कूल भवनों के संरक्षण और उपयोग को लेकर कोई स्पष्ट नीति सामने नहीं आई है।

फर्जी भूमि पट्टा बनाकर आवास ऋण लेने की कोशिश, आरोपी गिरफ्तार

नई दृष्टिबिंदु / दुर्ग

फर्जी भूमि पट्टा और पंचायत प्रमाण पत्र तैयार कर आवास ऋण प्राप्त करने का प्रयास करने के मामले में थाना रानीतराई पुलिस ने एक आरोपी को गिरफ्तार कर न्यायिक रिमाण्ड पर भेज दिया है। मामले का खुलासा शिकायत और दस्तावेजों की जांच के दौरान हुआ। पुलिस के अनुसार, 6 जून 2026 को ग्राम पंचायत तेलीगुंडरा की सरपंच श्रीमती हुलेश्वरी साहू ने थाना रानीतराई में लिखित शिकायत दर्ज कराई थी। शिकायत में बताया गया कि ग्राम तेलीगुंडरा निवासी धनेश्वर कुमार निर्मलकर (40 वर्ष) ने लगभग 1800 वगर्फुट भूमि का कथित पट्टा एवं पंचायत प्रमाण पत्र प्रस्तुत कर आधार हाउसिंग फाइनेंस लिमिटेड, न्यू दीपक नगर, दुर्ग में आवास ऋण के लिए आवेदन किया था। जांच के दौरान पंचायत अभिलेखों और संबंधित पक्षों के बयान लिए गए। परीक्षण में सामने आया कि संबंधित भूमि पट्टा ग्राम पंचायत द्वारा कभी जारी नहीं किया गया था। दस्तावेजों पर लगी मुहर और प्रमाणन भी वास्तविक नहीं पाए गए। वहीं वित्तीय संस्था से प्राप्त दस्तावेजों के परीक्षण में भी आवेदन के साथ प्रस्तुत कागजात संदिग्ध पाए गए, जिसके बाद ऋण आवेदन स्वीकृत नहीं किया गया और निरस्त कर दिया गया। विवेचना में पर्याप्त साक्ष्य मिलने पर थाना रानीतराई पुलिस ने अपराध क्रमांक 71/2026 दर्ज कर भारतीय न्याय संहिता (इठर) की धारा 318(4), 62, 338, 336(3) और 340(2) के तहत आरोपी के खिलाफ कार्रवाई की।

दिल्ली में एक जुलाई से नई ईवी पॉलिसी लागू

पुरानी गाड़ी स्क्रैप करने पर 1 लाख तक की छूट

15 हजार करोड़ का बजट, स्कूलों को 2 साल में 10 प्रतिशत बसें इलेक्ट्रिक करनी होंगी

नई दृष्टिबिंदु / नई दिल्ली

दिल्ली में प्रदूषण से निपटने के लिए मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने नई इलेक्ट्रिक व्हीकल पॉलिसी का ऐलान किया है। यह पॉलिसी 1 जुलाई से लागू होगी। सरकार ने अगले 4 साल के लिए 15,000 करोड़ रुपये का बजट तय किया है।

पुरानी गाड़ी कबाड़ में देने पर इंसेंटिव

यदि कोई व्यक्ति पुरानी बीएस 4 या उससे पुरानी गाड़ी स्क्रैप कर नई इलेक्ट्रिक गाड़ी खरीदता है तो उसे बड़ा लाभ मिलेगा। टू व्हीलर पर पहले साल 3,000 रुपये की छूट मिलेगी। पुरानी गाड़ी स्क्रैप करने पर 10,000 रुपये अतिरिक्त इंसेंटिव मिलेगा। थ्री व्हीलर पर पहले साल 5,000 रुपये की छूट और स्क्रैपिंग पर 25,000 रुपये का इंसेंटिव तय किया गया है। फोर व्हीलर यानी कार पर पुरानी गाड़ी कबाड़ में देकर नई ईवी लेने पर सीधे 1 लाख रुपये का इंसेंटिव मिलेगा।

स्कूल बसों के लिए नियम, हाइब्रिड पर छूट नहीं

पॉलिसी के अनुसार दिल्ली के सभी स्कूलों को 2 साल के भीतर अपने बेड़े की कम से कम 10 प्रतिशत बसों को इलेक्ट्रिक में बदलना होगा। परिवहन विभाग ने स्पष्ट किया है कि हाइब्रिड गाड़ियों पर किसी प्रकार की सब्सिडी नहीं दी जाएगी।

विपक्ष ने योजना का स्वागत किया है। साथ ही भविष्य में खराब होने वाली ईवी बैटरियों के सुरक्षित निस्तारण को लेकर सरकार की योजना पर सवाल उठाए हैं।

मुहर्रम जुलूस में पेन किलर बताकर जहर बांट रहा था आरोपी गिरफ्तार

नई दृष्टिबिंदु / मुंबई

मुंबई पुलिस ने मुहर्रम के जुलूस के दौरान बड़ी साजिश नाकाम की है। पुलिस ने पुणे के पेंट कारोबारी फैयाज निसार प्रेम जी 39 वर्ष को गिरफ्तार किया है। आरोपी मुहर्रम के जुलूस में दर्द भगाने की दवा बताकर जहरीले कैप्सूल बांट रहा था। भाईखला और जेजे इलाके में जुलूस के दौरान एक युवक ने शिकायत दी कि दवा खाने के बाद तबीयत बिगड़ गई। पुलिस ने फैयाज को पकड़ा। तलाशी में उसके पास से करीब 14,900 कैप्सूल मिले। जांच में पता चला कि आरोपी ने 15 दिन में ऑनलाइन 30,000 खाली कैप्सूल और 50 किलो जिंक फास्फाइड मंगवाया था। जिंक फास्फाइड का इस्तेमाल चूहों को मारने में होता है। इंसान के पेट में जाने पर यह फास्फीन गैस बनाता है जिससे लिवर और हार्ट डैमेज हो जाते हैं। फैयाज ने 15,000 कैप्सूल में यह जहर भर लिया था।

सरदार पटेल की 150वीं जयंती पर दुर्ग पुलिस का वृहद वृक्षारोपण अभियान

नई दृष्टिबिंदु / भिलाई

सरदार वल्लभभाई पटेल की 150वीं जयंती के उपलक्ष्य में दुर्ग पुलिस ने एक भारत श्रेष्ठ भारत की भावना के साथ वृहद वृक्षारोपण कार्यक्रम आयोजित किया। पुलिस कंट्रोल रूम के पीछे सेक्टर 6 भिलाई के मैदान में रविवार सुबह 10:30 बजे हुए कार्यक्रम में पुलिस महानिरीक्षक दुर्ग रेंज अभिषेक शांडिल्य मुख्य अतिथि रहे। आईजी शांडिल्य, पुलिस अधीक्षक विजय अग्रवाल समेत सभी वरिष्ठ अधिकारियों ने पौधे लगाकर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया।

एक पौधा जरूर लगाएं: आईजी शांडिल्य

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए आईजी अभिषेक शांडिल्य ने कहा कि सरदार पटेल का जीवन राष्ट्र की एकता, अखंडता और कर्तव्यनिष्ठा का प्रतीक है। उनकी 150वीं जयंती पर वृक्षारोपण केवल औपचारिक कार्यक्रम नहीं बल्कि आने वाली पीढ़ियों के प्रति हमारी जिम्मेदारी है। प्रत्येक व्यक्ति को कम से कम एक पौधा लगाना चाहिए और उसके संरक्षण का संकल्प लेना चाहिए। उन्होंने कहा कि पर्यावरण संरक्षण जनभागीदारी से ही संभव है। एक भारत श्रेष्ठ भारत की भावना को साकार करने में ऐसे अभियान महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

जनआंदोलन बने वृक्षारोपण: एसपी अग्रवाल

पुलिस अधीक्षक विजय अग्रवाल ने कहा कि वृक्षारोपण अभियान को जनआंदोलन का स्वरूप देने की जरूरत है। पौधा लगाना जितना महत्वपूर्ण है, उसका संरक्षण उससे भी अधिक आवश्यक है। हर नागरिक अपने जीवन में कम से कम एक पौधा लगाकर उसकी नियमित देखभाल करे। पर्यावरण संरक्षण सामाजिक उत्तरदायित्व है। स्वस्थ और सुरक्षित समाज के निर्माण के लिए हर व्यक्ति की सहभागिता जरूरी है। दुर्ग पुलिस भविष्य में भी ऐसे कार्यक्रमों से लोगों को प्रेरित करती रहेगी।

बड़ी संख्या में अधिकारी रहे मौजूद

कार्यक्रम में अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक शहर सुखनंदन राठौड़, अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक ग्रामीण मणिशंकर चंद्रा, नगर पुलिस अधीक्षक छावनी, नगर पुलिस अधीक्षक भिलाई नगर, एसडीओपी पाटन, एसडीओपी धमधा, महिला सेल के राजपत्रित अधिकारी, सभी थाना प्रभारी, रक्षित केंद्र और पुलिस लाइन के अधिकारी कर्मचारी बड़ी संख्या में शामिल हुए। सभी ने विभिन्न प्रजातियों के पौधे लगाए और उनके संरक्षण का संकल्प लिया।

क्र.	पाठ्यक्रम का नाम	क्र.	पाठ्यक्रम का नाम
1.	फायर टेक्नोलॉजी एण्ड इंडस्ट्रियल सेफ्टी	5.	पी. जी. कोर्स व्यावसायिक सेफ्टी, स्वास्थ्य व पर्यावरण मैनेजमेंट सिस्टम
2.	इंडस्ट्रियल सेफ्टी / पी. जी. इंडस्ट्रियल सेफ्टी	6.	हैल्थ सेनेटरी इंस्पेक्टर
3.	बी.एस.सी. इन फायर सेफ्टी	7.	सब- फायर ऑफिसर
4.	पी. जी. कोर्स फायर एवं इंडस्ट्रियल सेफ्टी	8.	सर्टिफिकेट इन फायरमैन-इंडस्ट्रियल सेफ्टी

"यह समाचार पत्र आलोक तिवारी द्वारा 80/बी, मैत्री विहार, राधिका नगर, सुपेला, भिलाई, जिला दुर्ग, (छत्तीसगढ़)-490023 से आलोक तिवारी की ओर से प्रकाशित की जाती है, जिसका संपादन आलोक तिवारी द्वारा किया जाता है तथा इसका मुद्रण समय दर्शन प्रिंटर्स एंड पब्लिशर्स द्वारा प्लॉट नं. 339/6, गली नं. 02, पाटन, थाना उतई, दुर्ग, (छ.ग.)-491111 पर किया जाता है। (समाचार चयन के लिए PRP Act, 2023 के तहत संपादक जिम्मेदार है)। समस्त विवादों का निपटारा न्यायालयीन क्षेत्र दुर्ग होगा।" संपादक आलोक तिवारी, मो. 74154-69100