मूल्य 1 रु.
वर्षः 11 - अंक : 206, मुंबई, सोमवार, 4 अक्टूबर, 2021 ■ RNI.NO. MAHHIN/2010/34146 ■ संपादकः दिलशाद एस. खान

दैनिक
मुंबई हलचल
भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त ®
अब हर सच होगा उजागर

नवरात्री में प्रसाद के लिए
मलाई पेड़ा ~~₹680/-~~ 600/-
काजू कतरी ~~₹980/-~~ 880/-
खोपरापाक ~~₹620/-~~ 520/-
बूंदी (शुद्ध घी) ~~₹400/-~~ 300/-
शुद्ध घी की जलेबी ₹540/- per kg.
Valid 07-10-21 to 14-10-21
Order Now 98208 99501
ONLINE SHOP : www.mmmithaiwala.com
MM MITHAIWALA
Malad (W),Tel. : 288 99 501.

एनसीबी के सिंघम समीर वानखेड़े

पहले एविडेंस के लिए क्रूज पर किया स्टिंग, फिर फिल्मी स्टाइल में डाली रेड

शाहरुख खान के बेटे आर्यन ARREST

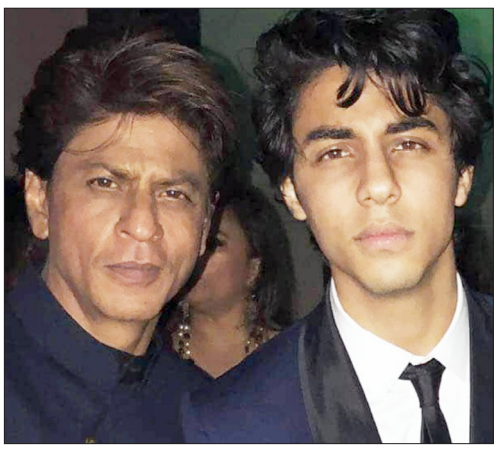
हॉलिडे कोर्ट ने एक दिन की एनसीबी कस्टडी में भेजा

दिल्ली के तीन बड़े कारोबारियों की बेटियां भी पकड़ी गईं

संवाददाता

मुंबई। शाहरुख खान के बेटे आर्यन को ड्रग्स केस में अरेस्ट किया गया है। नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो (एनसीबी) ने रविवार को उन्हें हॉलिडे कोर्ट में पेश किया। कोर्ट ने आर्यन और उनके साथ अरेस्ट किए गए अरबाज मर्चेंट और मुनमुन धमीचा को एक दिन के लिए एनसीबी की कस्टडी में भेज दिया है। इसके बाद एनसीबी की टीम तीनों को वापस अपने दफ्तर ले आई। इधर, रविवार देर शाम एनसीबी ने इसी मामले में हिरासत में लिए गए 5 और लोगों को गिरफ्तार कर लिया।

(शेष पृष्ठ 3 पर)



अब तक 9 लोग गिरफ्तार

आर्यन, अरबाज और मुनमुन से 1.33 लाख रुपए भी मिले

बताया जाता है कि आर्यन, अरबाज और मुनमुन के पास से 13 ग्राम कोकीन, 5 ग्राम एमडी, 21 ग्राम चरस, एमडीएमएस की 22 गोलियां और 1.33 लाख रुपए मिले हैं। इस मामले में 2 लड़कियों समेत 5 लोग अब भी हिरासत में हैं। सभी से पूछताछ की जा रही है। बताया जाता है कि ड्रग पैडलर को भी पूछताछ के लिए एनसीबी ऑफिस लाया गया है।

यह तस्वीर क्रूज की है। इसमें आर्यन (बाएं), अरबाज नाम के शख्स के साथ नजर आ रहे हैं। इसमें उनके साथ एक लड़की भी नजर आ रही है।

समीर वानखेड़े

समीर वानखेड़े को एनसीबी का रियल 'सिंघम' कहा जाता है, समीर वानखेड़े 2008 बैच के भारतीय राजस्व सेवा (आईआरएस) के अधिकारी हैं। एनसीबी में शामिल होने से पहले वह राष्ट्रीय जांच एजेंसी (एनआईए) में भी रहे हैं। उन्होंने एयर इंटेलिजेंस यूनिट में भी काम किया था। एक्टर सुशांत सिंह राजपूत की मौत के बाद सामने आए ड्रग्स एंगल को क्रैक करने का श्रेय भी समीर वानखेड़े को जाता है। समीर वानखेड़े ने इस केस में रिया चक्रवर्ती और सुशांत के अन्य दोस्तों से भी पूछताछ की है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

हमारी बात

अभी सावधानी जरूरी

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शुक्रवार को स्वच्छ भारत मिशन-शहरी (एसबीएम-यू) 2.0 और कायाकल्प व शहरी परिवर्तन के लिए अटल मिशन (अमृत) 2.0 का शुभारंभ किया। इन दोनों प्रमुख योजनाओं का लक्ष्य भारत के शहरों को कचरा मुक्त बनाना है। ये दोनों ही योजनाएं इसलिए भी स्वागतयोग्य हैं, क्योंकि गंदगी के मामले में भारतीय शहरों की गिनती ऊपर होती है। कई बडे.शहरों में ऐसे-ऐसे गंदे इलाके हैं कि वहां से गुजरना भी खतरे से खाली नहीं होता। कचरा, गंदगी, बीमारी, दूषित पेयजल, दूषित हवा, ध्वनि प्रदूषण इत्यादि से कई शहरी इलाकों की हालत खराब है। अतः केंद्र के दोनों ही अभियानों की देश को बड़ी जरूरत है। यहां तक कि दिल्ली, मुंबई, कोलकाता और चेन्नई को भी कचरा मुक्त शहर नहीं कहा जा सकता। स्वच्छता अभियान का लाभ देश ने पहले देखा है, लेकिन अब स्वच्छता पर नए सिरे से ध्यान देने की जरूरत है। नए अभियान में अगर पिछले अभियान जैसा जोश दिखा, तो कम से कम छोटे शहरों का कायाकल्प हो सकता है। प्रधानमंत्री ने कहा है कि स्वच्छ भारत 2.0 मिशन के साथ उनकी सरकार शहरी क्षेत्रों को कचरा मुक्त बनाने का लक्ष्य लेकर चल रही है। इस अभियान में निचले स्तर पर अधिकारियों और स्थानीय निकायों को भी अपना पूरा योगदान देना पडेगा। अक्सर यह देखा गया है कि किसी भी अच्छी योजना को स्थानीय स्तर पर लापरवाही या उदासीनता के चलते नाकाम कर दिया जाता है। यह ध्यान रखना होगा कि स्थानीय स्तर पर समर्पण का अभाव नए अभियान के समय भी सामने आएगा। मूलभूत ढांचा वही है, उसी ढांचे का उपयोग शहरों को सुधारने के लिए करना है। ताजा अभियानों में शहरी अधिकारियों और स्थानीय प्रतिनिधियों को आईना दिखाना भी जरूरी है। साथ ही, यह भी ध्यान रखना होगा कि जिन देशों में साफ-सफाई की हम दुहाई देते हैं, उन देशों में गंदगी फैलाने पर कैसी कड़ाई होती है, कैसे दंड या जुमार्ना लगता है। अभियान के दूसरे चरण में सीवेज, जल निकासी, पेयजल पर विशेष ध्यान देने की व्यवस्था की गई है। अनेक शहरों में सीवेज व जल निकासी का ढांचा फिर से खड़ा करने की जरूरत है, ताकि नए ढांचे के साथ शुद्ध जल की आपूर्ति सुनिश्चित की जा सके। प्रधानमंत्री बोल रहे हैं कि शहरों में कचरे के ढेर को संसाधित किया जाएगा और पूरी तरह से हटा दिया जाएगा। लेकिन स्थानीय स्तर पर अधिकारी वाकई ऐसा कर सकेंगे? क्या दिल्ली जैसे शहरों से भी कचरा के पहाड़ अब हट जाएंगे? प्रधानमंत्री के अनुसार, अभी भारत हर दिन लगभग एक लाख टन कचरे का निपटारा कर रहा है। जब 2014 में स्वच्छता अभियान शुरू किया गया था, तब 20 प्रतिशत से भी कम कचरे को निपटारा किया जाता था। आज दैनिक कचरे का लगभग 70 प्रतिशत प्रसंस्करण हो रहा है, अगला कदम इसे पूर्ण 100 प्रतिशत तक ले जाना है। जो लक्ष्य अब इन अभियानों के लिए तय किए गए हैं, उन्हें युद्ध स्तर पर पूरा करना चाहिए। विकसित व स्वस्थ्य देश के लिए स्वच्छता सबसे जरूरी है। हमें गांधी जी का उदाहरण भी हमेशा सामने रखना चाहिए। गांधी जी कहीं भी आंदोलन के लिए जाते थे, तो उनके काम की शुरूआत सार्वजनिक स्थानों पर साफ-सफाई से ही होती थी। इसमें कोई शक नहीं कि सभ्य इंसान बनने की पहली सीढ़ी साफ-सफाई ही है।

कन्हैया, मेवानी और सिद्धू

निश्चित रूप से यह खबर छोटी नहीं है कि केवल 70 दिनों बाद ही पंजाब कांग्रेस के अध्यक्ष बने नवजोत सिंह सिद्धू ने अपने पद से इस्तीफा दे दिया है मगर खबर छोटी यह भी नहीं है कि कल तक भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी में रहे जवाहर लाल नेहरू विश्वविद्यालय छात्र संघ के पूर्व अध्यक्ष श्री कन्हैया कुमार और गुजरात के बड़गांव से निर्दलीय विधायक जिग्नेश मेवानी ने कांग्रेस पार्टी की सदस्यता ग्रहण कर ली है। कन्हैया वर्तमान दौर का वह नाम है जो युवा पीढ़ी में राजनीतिक वैचारिकता को जीवन्त बनाये रखने के लिए प्रारम्भ से ही उत्प्रेरक की भूमिका निभाता रहा है। युवा पीढ़ी में राजनीतिक उदासीनता को तोड़ने के लिए जिस प्रकार कन्हैया कुमार ने भारत और भारतीयता के मूल्यों को व्याख्यायित किया उनके प्रति देश के बहुंख्य लोगों का ध्यान जाना स्वाभाविक था क्योंकि वह भारत के लोकतन्त्र की जमीनी ताकत का वह स्वरूप था जिसमें मिट्टी बोलती हुई दिखाई पड़ती है। कम्युनिस्ट पार्टी छोड़ कर कांग्रेस में आने का कारण कन्हैया कुमार ने जो बताया वह इस मायने में वैज्ञानिकता लिये हुए है कि लोकतन्त्र में विचारों की लड़ाई से ही परिवर्तन की संभावनाएं बनती हैं। कांग्रेस के लिए भी यह प्रसन्नता की बात है कि देश में राजनीतिक आधार पर गोलबन्दी तेज हो रही है क्योंकि कांग्रेस आज भी देश की सबसे प्रमुख विपक्षी पार्टी है। जहां तक राष्ट्रीय स्तर पर राजनीति में पीढ़ीगत परिवर्तन का सवाल है तो कांग्रेस में कन्हैया कुमार व मेवानी का प्रवेश इसमें धरातल के स्तर पर शुरूआत करेगा लेकिन दूसरी तरफ कांग्रेस से पुराने नेताओं का जाना यह बता रहा है कि पार्टी के भीतर बहुत कुछ ऐसा घट रहा है जिससे पुराने वफादार सिपाही परेशान हो रहे हैं। गोवा के पूर्व मुख्यमन्त्री व प्रदेश कांग्रेस के अध्यक्ष श्री फ्लेरो ने कल ही कांग्रेस से इस्तीफा दिया और वह आज कोलकाता ममता दी

से मिलने चले गये। उन्होंने अपने इस्तीफे में कांग्रेस नेतृत्व पर अकर्मण्यता का आरोप भी लगाया मगर इससे यह सिद्ध नहीं होता कि वास्तव में कांग्रेस का नेतृत्व कि कर्त्तव्य विमूर्ढता की स्थिति में है। यदि ऐसा होता तो कुछ दिनों पहले ही पार्टी में पंजाब में पहला दलित मुख्यमन्त्री श्री चरणजीत सिंह चन्नी को न बनाया होता। श्री चन्नी ने आज ही अपनी प्रेस कांफ्रैंस में जब यह कहा कि उन्हें सिद्धू के इस्तीफे की जानकारी नहीं है और वह उन्हें फोन करने की जहमत भी नहीं उठायेंगे तो साफ हो गया था कि मुख्यमन्त्री राजनीति के कुशल खिड़की हैं और जानते हैं कि उन्हें पंजाब प्रदेश में अपनी पार्टी को अब किस राह पर डालना है। हकीकत यह है कि सिद्धू अंततः राजनीति में एक 'जोकर' ही साबित हुए हैं और अपनी हास्य भूमिका का विस्तार सत्ता के खेल तक में करने में कामयाब रहे हैं लेकिन दूसरी तरफ कांग्रेस पार्टी के भीतर कन्हैया कुमार व जिग्नेश मेवानी जैसे गम्भीर खिलाड़ियो का आना बताता है कि पार्टी ने जो दिशा श्री राहुल गांधी के नेतृत्व में पकड़ रखी है वह सही दिशा में जा रही है क्योंकि कन्हैया कुमार में स्वयं में वह क्षमता है कि वह देश की 35 वर्ष तक की 65 प्रतिशत युवा पीढ़ी की वैचारिक सोच को प्रभावित कर सकते हैं। वह राहुल गांधी के एक कर्मठ सहयोगी की तरह कांग्रेस की मूल विचारधारा को जीवित करते हुए इसमे नई ऊर्जा भर सकते हैं और पूरे भारत में एक गरीब आदमी की राजनीति में स्थिति को जता सकते हैं क्योंकि कन्हैया कुमार बिहार के एक गांव में पांच हजार रुपए मासिक आमदनी वाले परिवार में जन्मे हैं और उन्होंने अपनी मेधा व प्रतिभा के बूते पर जेएनयू जैसे सरकारी विश्वविद्यालय से उच्च शिक्षा प्राप्त की है परन्तु कन्हैया कुमार व मेवानी को अब कांग्रेस जैसी पार्टी के अनुशासन में भी बंधना होगा और इसके नियमों के तहत ही अपनी गतिविधियां जारी रखनी होंगी। मगर इन दोनों युवा नेताओं के लिए कांग्रेस के भीतर भी असीम संभावनाएं छिपी हुई हैं। बिहार में कांग्रेस मृत प्रायः है जहां कन्हैया कुमार के लिए बहुत बड़ा स्थान खाली पड़ा हुआ है। उनकी सबसे बड़ी ताकत भाषण कला व तर्कपूर्ण वाक शक्ति है। इसी के सहारे वह युवा पीढ़ी में लोकप्रिय भी हुए हैं अब इसका इस्तेमाल उन्हें कांग्रेस को मजबूत बनाने के लिए करना होगा। मगर चतुर कन्हैया कुमार ने आज राहुल गांधी को शहीद-ए-आजम भगत सिंह, बाबा साहेब अम्बेडकर व महात्मा गांधी का चित्र भेंट करके साफ कर दिया कि वह कांग्रेस में इन तीनों महान नेताओं की विरासत को जागृत करने के लिए पार्टी की विचारधारा को समयानुरूप समायोजित करेंगे। वहीं मेवानी ने राहुल गांधी को भारतीय संविधान की छवि भेंट की जो इस बात का प्रतीक है कि भारत की व्याख्या संविधान के अनुसार इस प्रकार हो कि जाति, धर्म व सम्प्रदाय की राजनीति को तिलांजिली देकर आम लोगों की राजनीति की जाये किन्तु यह राजनीति का एक पक्ष है। दूसरा पक्ष यह है कि कन्हैया कुमार पर जेएनयू भारत विरोधी प्रदर्शन को लेकर और उसमें उनकी कथित शिरकत को लेकर राष्ट्रविरोधी होने का आरोप लगता रहा है। यह मामला अभी भी न्यायालय में लम्बित है। इससे निपटना भी पूरी कांग्रेस की जिम्मेदारी होगी परन्तु कांग्रेस की यह जिम्मेदारी भी बनती है कि वह अपने पुराने नेताओं को टिकाये रखे तभी तो वह पूर्णता में विपक्षी पार्टी होने की भूमिका निभा सकती है।

किसानों के भारत बन्द का सबब

किसान आंदोलन को चलते हुए अब दस महीने (300 दिन) का समय हो गया है परन्तु सरकार व किसान संगठनों की बातचीत किसी नतीजे पर नहीं पहुंची है। किसानों ने शहीद-ए-आजम भगत सिंह के जन्म दिवस 27 सितम्बर को भारत बन्द का आयोजन किया। किसान संसद द्वारा पारित उन तीन कृषि कानूनों को समाप्त किये जाने की मांग कर रहे हैं जिनके तहत कृषि मंडियों के समानान्तर कृषि उत्पादों के मुक्त व्यापार केन्द्र स्थापित होंगे तथा कृषि क्षेत्र में ठेके पर खेती कराये जाने की छूट होगी और कृषि वस्तुओं की कोई भंडारण सीमा तब तक नहीं रहेगी जब तक कि उन वस्तुओं के दाम दुगने ही न हो जायें। इसके साथ ही किसानों की प्रमुख मांग यह भी है कि न्यूनतम कृषि मूल्य प्रणाली को कानूनी जामा पहनाया जाये। दूसरी तरफ सरकार का कहना है कि कृषि क्षेत्र में सुधारों की इस तरह जरूरत है जिससे किसानों का सम्बन्ध भी सीधे बाजार की शक्तियों से जुड़ सके और बाजार की ताकतें उनकी ऊपज का मूल्य निर्धारित करें। अर्थात कृषि व्यापार को वर्तमान खुली बाजार मूलक अर्थव्यवस्था से जोड़ा जाये। सबसे पहले यह समझने की जरूरत है कि कृषि क्षेत्र में पैदा हुई फसलों को बाजार की ताकतों से जोड़ कर भारत

की आर्थिक रूप से कमजोर या गरीब जनता को मिले भोजन के अधिकार के कानूनी प्रावधान को तभी लागू किया जा सकता है जब तक कि सरकार स्वयं अनाज व अन्य जरूरी जिंसों का भंडारण उनकी संख्या व खपत के अनुपात में न करें। साथ ही खाद्य वस्तुओं के दाम बांधे रखने या उन्हें उचित दायरे में सीमित करने के लिए वह स्वयं बाजार में हस्तक्षेप करे। क्योंकि महंगाई की दर को थामे रखने के लिए ऐसा किये बगैर भारत जैसे विशाल देश में गुजारा नहीं हो सकता। इसके साथ यह भी जरूरी है कि किसान को उसकी मेहनत और लागत का पर्याप्त मुआवजा कृषि जिंसों के बाजार मूल्य में मिले। बाजार मूलक अर्थव्यवस्था में कोई भी सरकार इसकी गारंटी नहीं दे सकती जिसकी वजह से किसान न्यूनतम समर्थन मूल्य को संवैधानिक अधिकार बनाये जाने की मांग कर रहे हैं। इसका मतलब यह है कि नये कानूनों के तहत मुक्त व्यापार केन्द्रों में कोई भी ऊपज न्यूनतम समर्थन मूल्य से नीचे नहीं बिकनी चाहिए। सरकार का कहना है कि वह न्यूनतम समर्थन मूल्य प्रणाली को समाप्त करने नहीं जा रही है और यह व्यवस्था लागू रहेगी तथा सरकार हर साल किसानों की उपज को इस तय मूल्य पर खरीदने की प्रथा पहले की तरह जारी रखेगी परन्तु इस बारे में वह कानूनी प्रावधान नहीं बना सकती है क्योंकि भारत की विशालता और कृषि जिंसों के बड़े बाजार को देखते हुए उन्मुक्त व्यापारिक गतिविधियों को नहीं रोका जा सकता है। इस सन्दर्भ में यह बहुत महत्वपूर्ण है कि विगत जनवरी महीने में हुई बातचीत के बाद अब तक किसानों व सरकार के बीच कोई वार्तालाप नहीं हुआ है। हालांकि सरकार बीच-बीच में कहती रही है कि वह बातचीत करने को तैयार है मगर तीन कृषि कानूनों को छोड़ कर क्योंकि इन कानूनों को देश के सर्वोच्च न्यायालय ने 18 महीने के लिए ठंडे बस्ते में डाल दिया है और इन्हें लागू न करने का आदेश दिया है। किसान इससे सन्तुष्ट नहीं हैं और वे कानूनों को एक सिरे से खारिज करने की मांग कर रहे हैं।

मालिक,मुद्रक,प्रकाशक-**दिलशाद एस खान** द्वारा एस आर प्रिंटिंग प्रेस,मोहन अर्जुन कंपाउंड, वैशाली नगर दहिसर (पूर्व),मुंबई-68 से मुद्रित व मुंबई हलचल,साईं मंगल को ऑ हॉ सो बी-2-301,इस्माइल बाग नियर मालाड शॉपिंग सेंटर, एस वी रोड,मालाड (प) मुंबई से प्रकाशित RNI NO MAHHIN/2010/34146, फोन:**9619102478 /9821238815**
email: mumbaihalchal@gmail com संपादक: **दिलशाद एस खान,** समाचार पत्र में छपे किसी भी समाचार से संपादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। किसी भी विवाद का निपटारा न्याय क्षेत्र मुंबई होगा।

जमील शेख के हत्यारों को कब मिलेगी सजा ?

संवाददाता/समद खान

ठाण। राबोडीं परिसर में बड़ी निर्ममता से की गई हत्या मनसे पार्टी के कार्यकर्ता जमील शेख की हत्या को पूरे 10 महीने बीत गए हैं परंतु अब तक पुलिस उनके हत्यारों को पकड़ने में नाकाम दिखाई दे रही है। कई बार धरने पर बैठ चुकी जमील शेख की पत्नी का कहना है कि हमें कानून से सिर्फ आश्वासन ही मिला है न्याय नहीं। पूरे 10 महीने बीत गए फिर भी पुलिस अब तक मेरे पति के हत्यारे को सजा नहीं दिला पाई और ना ही मुझे कानून से इंसाफ मिला है यही कारण है कि आज मुझे पुलिस आयुक्तालय के सामने सड़क पर बैठकर चक्का जाम करने के लिए धरना प्रदर्शन करना पड़ा। यह बात समझ से परे है कि पुलिस मेरे पति के हत्यारों को क्यों गिरफ्तार नहीं कर रही है जबकि यूपी पुलिस द्वारा यह बात सामने आ गई थी कि मेरे पति की हत्या की सुपारी एनसीपी के नजीबुल्लाह द्वारा 10 लाख में दी गई थी। यह हत्या की साजिश का खुलासा यूपी की एसटीएफ पुलिस द्वारा किया जा चुका है फिर भी आज तक पुलिस नजीबुल्लाह को और उसके अन्य दो साथी हबीब और हमीद को गिरफ्तार करने में क्यों लापरवाही कर रही है। जमील शेख की पत्नी का कहना है की नजीबुल्लाह एक

क्या पुलिस पकड़ पाएगी जमील शेख के हत्यारों को? कब मिलेगा जमील शेख के परिवार वालों को कानून से इंसाफ

मृतक जमील शेख — जमील शेख की पत्नी

राजनीतिक एनसीपी पार्टी का नेता है और उसके पहुंच बहुत उच्च स्तर तक है और उन्होंने आरोप लगाया है कि कोई भी नेता हमारी मदद करने के लिए आगे नहीं आ रहा है सिर्फ मनसे पार्टी के कुछ नेता है जो हमारे साथ हैं और कोई नहीं इसी कारणों की चलते पुलिस नजीबुल्लाह को गिरफ्तार नहीं कर पा रही है। जमील शेख की पत्नी ने कहा अगर मुझे जल्द से जल्द कानून से इंसाफ नहीं मिला तो राबोडी की जनता पुलिस के और सरकार के सौतेले रवैया से लोगों में आक्रोश की भावना पैदा हो गई है और उसका गंभीर परिणाम दंगे के रूप में हो सकता है। हम लोग सब्र करते-करते थक गए हैं और उसका परिणाम यह मिल रहा है नजीबुल्लाह द्वारा हम लोगों को सताया जा रहा है मानसिक प्रताड़ित किया जा रहा है। हमारे घर के बाहर औरतों को जमा करके हम लोगों को मारने पीटने की साजिश रची जा रहा है ताकि हम पर कोई झूठा केस दर्ज करा सके और पुलिस भी हमारी मदद नहीं कर रही है इस बात से यह स्पष्ट होता है की पुलिस सत्ताधारी एनसीपी पार्टी के आगे कितनी बेबस लाचार और असहाय नजर आ रही है बड़ी निंदनीय बात है डॉक्टर बाबासाहेब अंबेडकर के संविधान की किस तरह से धज्जियां उड़ाई जा रही है यह साफ साफ नजर आ रहा है अगर एनसीपी के नेता नजीबुल्लाह को और उसके अन्य दो साथी को जल्द गिरफ्तार नहीं किया गया तो देश की जनता का कानून पर से विश्वास उठ जाएगा और देश की जनता यह समझ जाएगी यह कानून सिर्फ गरीबों के लिए है अमीर नेताओं के लिए कोई कानून नहीं इनको खून माफ है यह जो चाहे करें इनका कोई कुछ नहीं कर सकता पुलिस आयुक्त जयजीतसिंह से निवेदन करते हैं कि इस हत्या के मामले का संज्ञान गंभीरता से लें ताकि देश की जनता का कानून पर से विश्वास ना उठे और कानून की छवि को खराब होने से बचा ले और राज्य सरकार से निवेदन करते हैं हत्यारे नजीबुल्लाह हमीद और हबीब को गिरफ्तार कर सलाखों के पीछे भेजें और संविधान की रक्षा करें या अपना कर्तव्य है।

नहीं रहे नट्टू काका: 'तारक मेहता का उल्टा चश्मा' के एक्टर घनश्याम नायक का निधन, पिछले कुछ वक्त से कैंसर से जूझ रहे थे

मुंबई। तारक मेहता का उल्टा चश्मा में नट्टू काका की भूमिका से मशहूर हुए घनश्याम नायक का 77 साल की उम्र में निधन हो गया। वे कैंसर से जूझ रहे थे। नट्टू काका के निधन की खबर की पुष्टि शो के प्रोड्यूसर असित मोदी ने की है। उन्होंने सोशल मीडिया पर लिखा- हमारे प्यारे नट्टू काका हमारे साथ नहीं रहे। परम कृपालु परमेश्वर उन्हें अपने चरणों में स्थान दे और परम शांति दे। उनके परिवार को ये दुःख सहन करने की शक्ति दे। नट्टू काका हम आपको नहीं भूल सकते। असित मोदी ने दैनिक भास्कर से कहा, घनश्याम जी मेरे साथ 2001 से जुड़े हुए थे। मेरा शो सोनी टीवी पर आया था-ये दुनिया है रंगीन। तब से जुड़े और मेरे हर सीरियल में मेरे साथ थे। मेरा और उनका रिश्ता काफी गहरा और पारिवारिक किस्म का था। उनका आशीर्वाद न सिर्फ मुझ पर बल्कि सीरियल की पूरी यूनिट पर हुआ करता था। हम सब मिलकर हंसी-खुशी काम किया करते थे। वो बहुत ही प्यारे और नेक इंसान थे। हम सब उन्हें बहुत मिस करेंगे। घनश्याम जी ने हमारे साथ सेट पर आखिरी बार 3-4 महीने पहले काम किया था। दमन के एपिसोड की शूटिंग में भाग लिया था। खराब होती तबीयत के चलते वो शूटिंग नहीं कर पा रहे थे। इसी सिलसिले में उनका ऑपरेशन भी हुआ था। मगर वो कैंसर से उबर नहीं पाए।

फडणवीस के मराठवाड़ा दौरे से पंकजा मुंडे ने बनाई दूरी, कहा- मेरी तबीयत ठीक नहीं

मुंबई। महाराष्ट्र के पूर्व सीएम और नेता विपक्ष देवेंद्र फडणवीस ने शनिवार को मराठवाड़ा दौरे की शुरूआत की। इस दौरान वह बाढ़ प्रभावित किसानों से मुलाकात कर रहे हैं लेकिन इस दौरे में बीजेपी नेता पंकजा मुंडे की गैर मौजूदगी से सियासी गलियारों में चर्चा तेज है। पंकजा मुंडे ने स्वास्थ्य कारणों का हवाला देते हुए फडणवीस के इस कार्यक्रम से दूरी बनाई। पंकजा मुंडे ने ट्वीट किया, मेरी तबीयत ठीक नहीं है, गले में टॉन्सिल और खराश की समस्या है। डॉक्टर ने 2 से 4 दिन तक आराम करने की सलाह दी है। इसलिए मैं न किसी से मिल सकती हूं और न ही कॉल रिसीव कर सकती हूं। हालांकि उनके एक करीबी नेता ने बताया कि पंकजा मुंडे ने कथित तौर पर पार्टी के वरिष्ठ नेताओं के साथ फडणवीस के दौरे में शामिल होने से दूरी बनाई।

(पृष्ठ 1 का शेष)

शाहरुख खान के बेटे आर्यन अरेस्ट

इन पांचों के नाम हैं- नुपुर सारिका, इस्मीत सिंह, मोहक जसवाल, विक्रांत छोकर और गोमित चोपड़ा। इन सभी को एनसीबी सोमवार को कोर्ट में पेश कर ज्यूडिशियल कस्टडी की मांग करेगी। जानकारी के मुताबिक, एक अन्य व्यक्ति को एनसीबी ने बेलापुर से गिरफ्तार किया है। इस तरह केस में कुल 9 लोगों की गिरफ्तारी हो चुकी है। कोर्ट में सरकारी वकील अद्वैत सेतना ने कहा- एनसीबी की तरफ से हम आर्यन खान, अरबाज और मुनमुन धमीचा की रिमांड मांगते हैं। आरोपियों के पास से वॉट्सऐप चैट मिले हैं, जिनकी जांच जारी है। इसके अलावा आरोपियों से प्रतिबंधित ड्रग्स भी मिली है। उसके सोर्स और लिंक्स खंगालने जरूरी हैं। सेतना ने कहा कि वॉट्सऐप चैट से पता चलता है कि आरोपी ड्रग कंजंप्शन और ड्रग्स नेक्सेस से जुड़े हुए हैं। इसके बाद स्टेट बनाम अनिल शर्मा केस का हवाला देते हुए सेतना ने जमानती धारा में आर्यन की कस्टडी की मांग की। आर्यन की तरफ से वकील सतीश मानशिंदे ने पैरवी की। मानशिंदे मशहूर क्रिमिनल लॉयर हैं और उन्होंने ही रिया चक्रवर्ती के केस की पैरवी की थी। मानशिंदे ने कहा- मेरे क्लाइंट का केस जमानती है। मैं जमानत की अर्जी दाखिल करता, लेकिन रविवार होने की वजह से ऐसा नहीं हो पाया। मेरे क्लाइंट को आयोजकों ने बुलाया था। उनके पास क्रूज का टिकट भी नहीं था। उनके पास कुछ भी बरामद नहीं हुआ। इसके अलावा उनके मोबाइल फोन की भी जांच की जा चुकी है। उसमें भी कुछ नहीं मिला। मानशिंदे ने दलील दी- एनसीबी ने भी कहा है कि आर्यन के पास से कुछ बरामद नहीं हुआ। न ही उन्होंने किसी तरह की ड्रग्स ली हैं। अब जबकि उनके पास कुछ नहीं मिला, तो वे नई रेड करेंगे। हालांकि, अब तक कुछ भी बरामद नहीं हुआ है। हालांकि, एनसीबी ने हम पर कोई दबाव नहीं डाला और किसी तरह की मांग नहीं रखी। लिहाजा, मेरे क्लाइंट को एक दिन के लिए उनकी कस्टडी में भेजे जाने पर मुझे कोई ऐतराज नहीं है। इससे पहले, आर्यन से एनसीबी ऑफिस में करीब 4 घंटे पूछताछ की गई। यहां से आर्यन समेत तीनों आरोपियों को मेडिकल टेस्ट के लिए जेजे हॉस्पिटल ले जाया गया। टीम उन्हें हॉस्पिटल के इमरजेंसी गेट से अंदर ले गई। मेडिकल टेस्ट के बाद एनसीबी की टीम तीनों को वापस ऑफिस ले गई। जोनल डायरेक्टर समीर वानखेड़े ने इस ऑपरेशन को लीड किया। वे अपनी टीम के साथ मुंबई में उस शिप पर सवार हो गए थे। शिप बीच समुद्र में पहुंचा तो वहां ड्रग पार्टी शुरू हो गई। पार्टी में लोगों को ड्रग्स लेते देख टीम ने ऑपरेशन शुरू कर दिया। एनसीबी मुंबई के जोनल डायरेक्टर समीर वानखेड़े ने बताया कि शिप को डिटेन करना हमारे अधिकार क्षेत्र में नहीं आता है। हमने अपनी कार्रवाई करके शिप को जाने दिया। अब शिप कहां गया यह हमें नहीं पता। वानखेड़े का कहना है कि शिप पर बहुत सारे लोग थे, हमने उन्हें भी जाने दिया। जिन पर हमें शक था हमने सिर्फ उन्हें ही पूछताछ के लिए डिटेन किया। हालांकि, सूत्रों के अनुसार यह शिप अभी समंदर में हैं और सोमवार सुबह तक गोवा पहुंच जाएगा। एनसीबी के एक अधिकारी ने बताया कि उनकी जानकारी के मुताबिक इस मामले में लिप्त लोगों ने अपनी पैंट की सिलाई में, लेडीज पर्स के हैंडल में, अंडरवियर के सिलाई वाले हिस्से में, कॉलर की सिलाई में छुपाकर लेकर गए थे। एनसीबी इस तमाम जानकारी को दुबारा से वेरिफाई कर रही है और लोगों से इस से जुड़े सवाल भी पूछ रही है। एनसीबी के सूत्रों के मुताबिक, आर्यन ने किसी भी तरह के ड्रग्स के सेवन से इनकार किया है और पूछताछ के दौरान अधिकारियों से कहा भी कि अब्बू ने आगाह करते हुए कहा था कि एनसीबी वाले इस वक्त चारों तरफ हैं। कहीं भी जाना तो सोच-समझकर जाना और बच कर रहना। इस क्रूज पार्टी में शामिल होने वालों में से ज्यादातर लोग दिल्ली के हैं, जो फ्लाइट के जरिए मुंबई आए और फिर क्रूज पर गए थे। बीच समंदर चल रही ड्रग्स पार्टी पर एनसीबी का यह पहला बड़ा ऑपरेशन है। सूत्रों ने ये भी बताया कि क्रूज के अंदर चल रही पार्टी का एक वीडियो भी एनसीबी के हाथ लगा है, जिसमें आर्यन दिखाई दे रहे हैं। आर्यन ने पार्टी के दौरान व्हाइट टी-शर्ट, ब्लू जींस, रेड ओपन शर्ट और कैप लगा रखी थी। जिन लोगों को पकड़ा गया है, उनके पास से रोलिंग पेपर भी मिले हैं।

चैम्पियन आफ चेंज अवार्ड का महाराष्ट्र संस्करण में राजनैतिक, सिनेमा, सामजिक कल्याण और उद्योग जगत के दिग्गज सम्मानित

मुंबई। इंटरैक्टिव फोरम ऑन इंडियन इकॉनोमी द्वारा ताजमहल पैलेस होटेल में प्रतिष्ठित राज्य मान्यता पुरस्कार 'चैंपियंस ऑफ चेंज' महाराष्ट्र समारोह आयोजित किया गया। विजेताओं को महाराष्ट्र के माननीय राज्यपाल श्री भगत सिंह कोश्यारी मुख्य अतिथि के रूप में पुरस्कार प्रदान किया। यह समारोह डॉ. वेद प्रताप वैदिक की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ। इस अवसर पर राजनैतिक, सिनेमा, सामजिक कल्याण और उधयोग जगत के दिग्गज सम्मानित किया गए। प्रमुख पुरस्कार विजेताओं में श्री देवेन्द्र फडणवीस, श्री दिलिप वल्से पाटिल, श्री नाना पटोले, श्रीमती सिंधुताई सपकाल, श्री सत्यजीत भटकाल, श्री उदित नारायण, श्री पोपटराव पवार, श्री शांतिलाल मुत्था, श्री नवाजुद्दीन सिद्दीकी, कुमारी पलक मुच्छल, श्रीमती उषा एस॰ काकड़े, श्री मोतीलाल ओस्वाल, श्री जैकी श्रौफ, डॉ. जसवंत पाटिल, श्रीमती दीया मिर्जा, श्री हिमांशु शाह को चैपियंस आफ चेंज महाराष्ट्र संस्करण से समानित किया गया। अन्य प्रमुख विजेताओं में डॉ. मधु पराशर, श्री एस.पी भारिल्ल, श्रीमती अगाथा सुशीला अंथोनी डायस श्रीमती ज्योत्सना रेड्डी, श्री जसपाल सिंह, श्रीमती सरिता सिंह, श्री अमित बुदानिया। कुमारी जरीन मानचंदा, श्रीमती नेहा सुदिशा, श्रीमती भाविनी खख्खर, श्री कौशिक पलीचा, श्री संजय कालिका मिश्रा, श्री राज आशु, श्री पंचम सिंह, श्री नरेन्द्र फिरोदिया, श्री यतिन गुप्ते, श्री रामचंद्र सिंह, श्री कपिल मेहरा को भी पुरस्कृत किया गया। 'चैम्पियंस ऑफ चेंज' पुरस्कार विजेताओं का चयन सर्वोच्च न्यायालय के पूर्व मुख्य न्यायाधीश और न्यायमूर्ति की अध्यक्षता वाली प्रख्यात जूरी द्वारा किया जाता है। इस पुरस्कार का उद्देश्य उन चैंपियंस को सम्मानित करना है जिन्होंने साहस, सामाजिक कल्याण, विकास और समाज के पालन-पोषण को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न क्षेत्रों में वास्तविक नायकों के रूप में काम किया है। इस इवसर पर चैम्पियन आफ चेंज के फाउंडर श्री नंदन झा ने कहाकि चैम्पियन आफ चेंज के महाराष्ट्र संस्करण में सभी पुरस्कार विजेताओं को बधाई देता हूँ इंटरैक्टिव फोरम ऑन इंडियन इकॉनोमी द्वारा चैम्पियन आफ चेंज के अन्य राज्यों में भी आयोजन किया जाएगा। 'चैम्पियंस ऑफ चेंज अवॉर्ड' एक प्रतिष्ठित राष्ट्रीय अवॉर्ड है। और चैम्पियंस ऑफ चेंज महाराष्ट्र पुरस्कार इन प्रतिष्ठित राष्ट्रीय पुरस्कार का एक हिस्सा है। इस राष्ट्रीय पुरस्कार की स्थापना 2018 में अधिवक्ता नंदन झा ने की। और प्रति वर्ष यह पुरस्कार माननीय राष्ट्रपति, माननीय उपराष्ट्रपति, माननीय प्रधान मंत्री, माननीय राज्यपाल या भारत के किसी प्रमुख संवैधानिक व्यक्ति द्वारा प्रदान किया जाता हैं। इस पुरस्कार का आयोजन ईटैरैक्टिव फोरम ऑन इंडियन इकॉनोमी और इसके मासिक राष्ट्रीय समाचार पत्रिका पावर कॉरिडोर, समाचार पोर्टल पंचायती टाइम्स (ग्रामीण भारत की आवाज को आगे ले जाने वाला सबसे बड़ा डिजिटल समाचार मंच) के साथ किया जाता है। पिछले 3 वर्षों से राष्ट्रीय पुरस्कार के मुख्य अतिथि रहे हैं-भारत के माननीय उपराष्ट्रपति श्री एम वेंकैया नायडू, भारत के माननीय पूर्व राष्ट्रपति व भारत रत्न स्वर्गीय श्री प्रणब मुखर्जी और महाराष्ट्र के माननीय राज्यपाल श्री भगत सिंह कोश्यारी। 'चैंपियंस ऑफ चेंज अवार्ड' के पिछले उल्लेखनीय विजेताओं में श्री एमके स्टालिन (तमिलनाडु के सीएम), श्री प्रमोद सावंत (गोवा के सीएम), श्री हेमंत सोरेन (झारखंड के सीएम), श्री एन बीरेन सिंह (मणिपुर के सीएम) शामिल हैं। स्वामी अवधेशानंद गिरिजी महाराज (जूना अखाड़े के महामंडलेश्वर), श्री अनुराग ठाकुर (केंद्रीय खेल, युवा मामले, सूचना और प्रसारण मंत्री), श्री मनीष सिसोदिया (दिल्ली के उप मुख्यमंत्री) श्री श्रीपद नाइक (राज्य मंत्री, भारत सरकार), और भारतीय फिल्म उद्योग से पुरस्कार पाने वालों में श्रीमती हेमा मालिनी, श्रीमती सुष्मिता सेन, श्रीमती शिल्पा शेट्टी, श्री पहलाज निहलानी, और श्री सोनू निगम शामिल हैं।

➔ महाराष्ट्र के उप मुख्यमंत्री अजीत पवार ने SPORTS MISSION's की फिल्म 'PLEDGE TO PROTECTV' का पोस्टर जारी किया। एंसन थॉमस द्वारा निर्मित यह फिल्म Redstreets of India में उनके सफर की जीवंत कहानी है। महाराष्ट्र के उप मुख्यमंत्री अजीत पवार एंसन की जीवन कहानी से प्रभावित हुए, जिन्होंने Redstreets से 800 से अधिक नाबालिगों और महिलाओं को बचाने और उन्हें सशक्त बनाने की पहल की। उन्होंने किए गए प्रयासों की सराहना की और कहा कि वह इस फिल्म 'PLEDGE TO PROTECTV' के रिलीज होने का इंतजार कर रहे हैं। बता दें कि फ्रांस में रेड मूवी अवार्ड्स में 'PLEDGE TO PROTECTV' फिल्म को फाइनलिस्ट के रूप में चुना गया है।

फर्जी तरीके से भारतीय पासपोर्ट हासिल करने वाला बांग्लादेशी गिरफ्तार

मुंबई। महाराष्ट्र के आतंकवाद रोधी दस्ते (एटीएस) ने बांग्लादेशी नागरिक को गिरफ्तार किया है जिसने फर्जी दस्तावेज देकर भारतीय पासपोर्ट हासिल किया था। यहां एक अधिकारी ने शनिवार को यह जानकारी दी। उन्होंने बताया कि एटीएस द्वारा पिछले साल एक गिरोह का भंडाफोड़ किए जाने के बाद से यह 22वीं गिरफ्तारी है। पुलिस उप महानिरीक्षक (एटीएस) शिवदीप लांडे ने बताया कि बांग्लादेश के नोआखली के निवासी इर्शाद शहाबुद्दीन शेख (33) को दिल्ली के इंदिरा गांधी अंतरराष्ट्रीय हवाईअड्डा से गिरफ्तार किया गया।

गांधी जयंती के अवसर पर ऑल कुर्ला कमिटी और समर्पण ब्लड सेंटर द्वारा रक्तदान शिबिर का किया गया आयोजन

मुंबई। 2 अक्टूबर गाँधी जयंती और महाराष्ट्र मुंबई शहर में रक्त की कमी को देखते हुए ऑल कुर्ला कमिटी और समर्पण ब्लड सेंटर ने मिलकर शॉप नं. बी-9 हाजी सुलेमान मस्जिद के बाजु में न्यू मिल रोड कुर्ला (वेस्ट) स्थित रक्तदान शिबिर का कार्यक्रम आयोजित किया। जिसमें जय हो सेवा चैरिटेबल ट्रस्ट को भी भुलाया गया। इस रक्तदान शिबिर में जय हो सेवा चैरिटेबल ट्रस्ट की टीम के मेंबर ने भी रक्तदान दिया। रक्तदान ये भी एक बहुत बड़ा दान है जिस किसी को पसंद हो रक्त देना वो रक्तदान जरूर करें आपकी दिए हुई एक बोतल रक्त की किसी की जान बचा सकती है। जय हो सेवा चैरिटेबल ट्रस्ट की टीम के मेंबर्स निसार अहमद खान, सुखबीन्दर सिंह रमजान अली चौधरी, अशोक रावत, अब्दुल्ला शेख, मेघराज खाणेता, जाबिल्लाह शेख और भी अन्य लोगों ने इस रक्तदान में हिस्सा लिया। स्थानिक नगरसेवक कप्तान मालिक वार्ड नं. 170, के जी एन महिला बचत गट की शेख खैरुनीसा, हमजा सिद्दीकी और अब्दुर रेहमान शेख समाजसेवक भी मौजूद रहे। रक्तदान भी एक ऐसा दान है कोई भी नहीं पहचान सकता है की ये रक्त हिन्दू का है, की मुस्लिम का है, की सिख का है, की ईसाही का है, की गरीब का है, की अमीर का है हम सब एक है ये मानवता की पहचान है।

अगर लगन और मेहनत हो तो मंजिल दूर नहीं

डॉक्टर स्नेहल त्रिपाठी

मुंबई। भारतीय जनता पार्टी दक्षिण मुंबई जिला सचिव वरली सौ. सुमन डॉक्टर अनिरुद्ध त्रिपाठी की बेटी डाक्टर स्नेहल त्रिपाठी ने वरली मुंबई स्कूल नानाचौक सेन्ट कोलम्बा हाई स्कूल में 10 वीं की परीक्षा 95 प्रतिशत से उत्तीर्ण हुई। उसके बाद जय हिंद कालेज चर्चगेट में एडमिशन लिया, वहां से 12 की परीक्षा 85 प्रतिशत से उत्तीर्ण की। कालेज के तरफ से आगे की पढ़ाई के लिए स्कॉलर शिप भी मिला। लेकिन उसे छोड़ कर मेडिकल की तैयारी में प्रयास की और सफलता मिली। नागपुर आई जी एम सी कालेज से मेडिकल की डिग्री मिली। जे जे हास्पिटल भायखला से इन्टर्नशिप की फिर नीट पी जी की तैयारी की घर पर रहकर। क्योंकि कोरोना काल में सभी कोचिग सेंटर बंद थे। इसलिए घर पर ही रहकर तैयारी करना पड़ा। ऑल इंडिया में 5 हजार रैंक आया और महाराष्ट्र स्टेट लेबल पर 500 रैंक है। इस विषय पर यह कहना होगा कि अगर लगन और मेहनत हो तो मंजिल दूर नही। दिन रात की मेहनत सफलता की कुंजी है। पढ़ाई के साथ साथ अच्छी नींद भी लेना जरूरी होता है। पढ़ाई करना जरूरी है पर स्वास्थ्य का भी ध्यान रखना चाहिए।

महात्मा गांधी व पूर्व प्रधान मंत्री लालबहादुर शास्त्री को काव्यगोष्ठी एवं परिचर्चा आयोजित कर श्रद्धांजलि अर्पित की गई

मुंबई। महात्मा गांधी व पूर्व प्रधान मंत्री लालबहादुर शास्त्री को उनकी जयंती के अवसर पर पत्रकारिता मिशन संस्था द्वारा संस्था कार्यालय कांदिवली (पूर्व) में परिचर्चा एवं काव्यगोष्ठी का आयोजन कर श्रद्धांजलि अर्पित की गई। गत शनिवार 2 अक्टूबर को पत्रकारिता मिशन संस्था द्वारा संस्था कार्यालय कांदिवली पूर्व मुंबई में 'गांधी की प्रासंगिकता' विषय पर परिचर्चा एवं काव्यगोष्ठी का आयोजन कर महात्मा गांधी को उनकी 152वीं जयंती एवं पूर्व प्रधान मंत्री लालबहादुर शास्त्री को उनकी 117वीं जयंती पर श्रद्धांजलि अर्पित की गई। कार्यक्रम की अध्यक्षता वरिष्ठ पत्रकार एड. विनोद पाठक ने किया तथा प्रमुख वक्ता के तौर पर उपस्थित गांधी विचार मंच के राष्ट्रीय महासचिव मिथिलेश मिश्र द्वारा उनके व्यक्तित्व एवं कृतित्व को बखूबी रेखांकित किया गया। कार्यक्रम का संचालन पत्रकार युवा आलोचक दिलीप मंजू सिंह ने किया। काव्यपाठ-रामसिंह, जवाहर लाल निर्झर, प्राध्यापक जेपी सिंह, राकेशमणि तिवारी, रवि यादव, दिलीप मंजू सिंह, कल्पेश यादव, हरिश्चंद्र सिंह, हेमंत दुबे, एवं अजय शुक्ल बनारसी द्वारा किया गया। अंत में संस्था के अध्यक्ष राकेशमणि तिवारी द्वारा महात्मा गांधी की प्रासंगिकता को रेखांकित करते हुए उनके साथ पूर्व प्रधान मंत्री लालबहादुर शास्त्री को श्रद्धांजलि अर्पित की गई तथा आये हुए कवियों तथा समाजसेवियों का आभार व्यक्त करते हुए राष्ट्रीय दायित्व निर्वहन को लेकर सजग रहने का आवाहन किया गया। सम्मानित अतिथि के तौर पर पत्रकार दिनेश वर्मा, हरिकृष्ण सिंह, हरिशंकर पाठक, धानाजी सालुंखे, अखिलेश तिवारी तथा विकास पाण्डेय उपस्थित रहे। कार्यक्रम की व्यवस्था का उत्तरदायित्व संस्था के नव निर्वाचित सचिव विनय प्रकाश दुबे तथा कोषाध्यक्ष अनुराग मिश्र ने संभाला।

गांधी जयंती के अवसर पर निशान हिंद द्वारा आयोजित 'महफिल गजल' एक बड़ी सफलता थी

मुंबई। 2 अक्टूबर को गांधी जयंती के अवसर पर निशान हिंद ट्रस्ट ने मुंबई के उपनगर मलाड में मालवानी में 'महफिल गजल' नामक प्रेमपूर्ण कवि सम्मेलन का आयोजन किया। दैनिक हिंदुस्तान के संपादक और पत्रकार विकास फाउंडेशन के सरफराज आरजू ने कहा कि हिंदी फिल्मों में गीत लिखने वाले कवियों के नाम हटा दिए गए हैं। पक्ष उनका ध्यान आकर्षित करेगा। उन्होंने सभी कवियों को बधाई दी और कहा कि आप जैसे कवियों ने हमारे पूर्वजों द्वारा उर्दू और हिंदी साहित्य के बीज बोए, इस पेड़ के फल हैं। सहाफत मुंबई के संपादक हारून अफरोज ने कहा कि बहुत दिनों के बाद वह ऐसा मानक और साहित्यिक कार्यक्रम 'महफिल गजल' देखने आए। इस तरह के आयोजन नियमित रूप से होने चाहिए। सभा की अध्यक्षता महान कवि अतहर आजमी ने की। पत्रकार सरफराज अरेजू, सोहेल रिजवी उर्फ बबलू बाटा, अमजद खान, असद रजा, वरिष्ठ पत्रकार अब्दुल हाय अंसारी, डेली मेड के वरिष्ठ पत्रकार समीउल्लाह खान, पत्रकार रजा अहमद, पत्रकार सत्य प्रकाश तिवारी, पत्रकार फतेह अहमद खान, पत्रकार हारून अफरोज, संपादक अजरा बेगम, फिल्म अभिनेत्री सना अली खान, निर्माता कलीम खान, सुलेमान खान, पत्रकार नईम शेख और सभी कवियों का सम्मान शाल पेश करते हुए निशान ए हिंद ट्रस्ट के अध्यक्ष सय्यद अनवर हुसैन ने कहा कि गजल संगीत कार्यक्रम में सभी सूर्य-चंद्रमा इस कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए मैं कदल को तहे दिल से धन्यवाद देना चाहता हूं। फिल्म लेखक ए एम तुराज, फिल्म लेखक असद अजमेरी, फिल्म लेखक अंजन सागरी, फिल्म लेख मंजर बल्यावी, मुशीर अंसारी, जमील कामिल, अजमल आरिफ, हसन बिलरामपुरी, यूसुफ यलगर, जफर इमाम, नौशाद आरिज, हुजैफा और कवित्री जीनत जमशेदपुरी ने दर्शकों का मनोरंजन किया। सैकड़ों सुस्वादु श्रोताओं ने भाग लिया और कार्यक्रम को सफल बनाया। कार्यक्रम के अंत में यूसुफ राणा ने बबलू बाटा फाउंडेशन, निशान हिंद ट्रस्ट और ममता बेकरी के जाबिर अंसारी को धन्यवाद दिया। साथ ही, सभी कवियों और मेहमानों को धन्यवाद देते हुए कहा कि आप हैं उर्दू और हिंदी साहित्य के प्रचार-प्रसार में अपना सहयोग देकर मुंबई के उर्दू साहित्य को जीवित रखने का भरसक प्रयास कर रहे हैं। गांधी जी ने शांति, भाईचारे और अमन का संदेश दिया है। निशान हिंद ट्रस्ट गांधी जी के इस संदेश को भारत वासियों तक पहुंचने के लिए इस तरह के प्रेम भरे कार्यक्रमों का आयोजन करता रहेगा।

दंगल टीवी के शो 'नथ जेवर या जंजीर' में अब बूंदी और महुआ के बीच खिंची दुश्मनी की लकीर

मुंबई। दंगल टीवी के मोस्ट पॉपुलर शो नथ जेवर या जंजीर में अब नया मोड़ आने वाला है। बूंदी (वैभवी कपूर) और महुआ (चाहत पाण्डे) शादी के बाद पहली बार किचन में खाना बना रही होती है तभी एक ड्रामा होता है। महुआ को खाना पकाना नहीं आता, वह चाय बनाती है और बूंदी शम्भू की चाय में ज्यादा चीनी डाल देती है। महुआ को पता नहीं होता कि शम्भू डायबिटीज का मरीज है। महुआ यह चाय शम्भू को पेश करती है उसके बाद होता है ड्रामा। बूंदी (वैभवी कपूर) ने बताया कि आज हम रसोई की रस्म अदा कर रहे हैं। मैं देखूंगी कि महुआ क्या बना रही है क्योंकि उसे कुछ बनाना नहीं आता। अब बूंदी धीरे धीरे बदला लेना शुरू करने वाली है। महुआ ने शम्भू से शादी कर ली है। तो कहीं न कहीं बूंदी के अंदर फ्रस्ट्रेशन आ चुका है, वह रिवेंज लेकर रहेगी। इस शो में आगे और भी बहुत सारे टर्न और ट्विस्ट आने वाले हैं क्योंकि यह शो नथ अब लव ट्रैंगल बन चुका है। अब बूंदी शम्भू या महुआ के साथ क्या करेगी, उसकी राधे के साथ जबर्दस्ती शादी हुई है, तो उसका अगला कदम क्या होगा, इसके लिए आपको दंगल टीवी पर नथ देखना होगा। वैभवी ने आगे कहा कि रियल लाइफ में पहले तो मुझे खाना बनाना नहीं आता था मगर लॉक डाउन के दौरान मैने पाव भाजी बनाना सीख लिया है। चाहत पाण्डे ने बताया कि महुआ की शादी के बाद का यह ब्यूटिफुल पहनावा है। अभी बूंदी महुआ से नफरत करने लगी है, उससे नाराज है, क्योंकि शम्भू से बूंदी शादी करने वाली थी मगर मेरी शादी शम्भू के साथ हो जाती है। लेकिन महुआ को विश्वास है कि वह एक दिन बूंदी को मना लेगी और वह उसकी बात समझ लेगी। नथ काफी इंटरेस्टिंग मोड़ लेता जा रहा है और दर्शक इसे खूब पसंद कर रहे हैं। चाहत पाण्डे ने आगे बताया कि उन्हें रियल लाइफ में भी खाना बनाना बेहद पसंद है। लॉक डाउन के दौरान होम टाउन दामोह में काफी नई नई चीजें बनाईं शुम्भू का रोल कर रहे अर्जित तनेजा ने बताया कि अब इस शो में दो बहनों बूंदी और महुआ के बीच दरार पड़ गई है। मेरी शादी बूंदी से होने वाली थी मगर महुआ से हो गई है। नथ उतराई की प्रथा पर बेस्ड इस शो का कॉन्सेप्ट फ्रेश है, इस कुप्रथा के बारे में मुझे भी पता नहीं था, अब इस सीरियल के माध्यम से लोग अवेयर हो रहे हैं। इस शो के डायलॉग में यूपी का लहजा है उस पर मुझे काफी काम करना पड़ रहा है। दंगल टीवी पर नथ जेवर या जंजीर हर सोमवार से शनिवार रात 10 बजे प्रसारित किया जाता है।

बुलढाणा हलचल

जिले में भारी बारिश से प्रभावित किसानों को मदद की उम्मीद! लगातार बारिश से हुए नुकसान का सर्वे जारी

संवाददाता/अशफाक युसुफ

बुलडाणा। सितंबर माह के अंतिम सप्ताह में हुई बारिश के कारण फसलों को काफी नुकसान पहुंचा। उसके बाद तीन दिनों तक बारिश नदारद रही, लेकिन शुक्रवार रात एक बार फिर जिले में बारिश ने जोरदार हाजिरी लगाई। पहले ही बारिश के कारण बर्बाद हुई सोयाबीन फसल को किसानों ने संभाला भी नहीं था कि शुक्रवार को शेष फसल पर भी बारिश ने कहर ढहाया लगातार बारिश के कारण खेतों में ही सोयाबीन और कपास की फसल चौपट हो रही है। फसलों के संभावित नुकसान के कारण किसान हताश हैं। विगत सप्ताह दस ग्यारह दिनों तक अलग-अलग इलाकों में बारिश होती रही बारिश के कारण कपास पर आए फूल काले हो रहे थे। ऐसे में सोमवार और मंगलवार को जिले में लगातार बारिश हुई। खेतों में पानी जमा हो गया। सोयाबीन की फसल काटने का समय आ गया था। दूसरी ओर कपास के फूल खिलने की स्थिति में थे, लेकिन बारिश ने सारा खेल बिगाड़ दिया। बारिश के कारण कुल बुआई के बीस प्रतिशत क्षेत्र में लगी फसल को नुकसान पहुंचा है। इस बार सोयाबीन सहित खरीफ की फसलों को छह बार नुकसान पहुंचा है।

गीला सूखा घोषित करने की मांग

मेहकर तालुका के कई हिस्सों में बारिश के कारण कई जगहों पर सोयाबीन के खेतों में पानी जमा हो गया है। सोयाबीन फली सह हैं। उड़द, हरा चना और सोयाबीन किसानों के हाथ में नहीं है। क्षतिग्रस्त खेत का तत्काल पंचनामा कराकर किसानों को तत्काल मदद की मांग किसान कांग्रेस कमेटी के उपाध्यक्ष बुलदाना जिला विनायक ताळे ने तहसीलदार को निवेदन दिया। मांग पूरी नहीं होने पर आंदोलन करने की चेतावनी दी।

राष्ट्रीय सरपंच परिषद के लिए पिंपलगांव चिलमखाँ सरपंच उज्जवला पवार का चयन

संवाददाता/अशफाक युसुफ

बुलडाणा। एमआईटी स्कूल ऑफ गवर्नमेंट ने राष्ट्रीय सरपंच परिषद के लिए राज्य के 48 जिलों में प्रत्येक तालुका से एक ग्राम पंचायत का चयन किया है। देउलगांव राजा तालुका से आदर्श ग्राम पंचायत कहे जाने वाले पिंपलगांव चिलमखान के सरपंच उज्जवला दीपक पवार को चुना गया है। एमआईटी स्कूल ऑफ गवर्नमेंट के अध्यक्ष राहुल कराड और योगेश पाटिल ने महाराष्ट्र में गांवों के विकास, विभिन्न गतिविधियों के कार्यान्वयन और विकास कार्यों के लिए राष्ट्रीय सरपंच परिषद का गठन किया है। राज्य भर की ग्राम पंचायतों ने हमारे गाँव में बहुत अच्छा काम किया है। बुलडाणा जिला समन्वयक गजानन मिरगे ने बताया कि ऐसे ग्राम सरपंचों का चयन राष्ट्रीय सरपंच परिषद के लिए किया गया है। पिंपलगांव चिलमखान और किन्ही पवार ग्राम पंचायतों की सरपंच उज्जवला पवार ने पिछले पांच वर्षों से सरपंच के रूप में कार्य किया। इस दौरान उन्होंने विभिन्न विकास कार्यों को अंजाम देकर गांव को बदलने का प्रयास किया। गांव में चल रहे गुणवत्तापूर्ण विकास कार्यों को देखकर ग्रामीणों ने उन्हें फिर से सरपंच के रूप में काम करने का मौका दिया। इसी कार्य के फलस्वरूप वर्तमान में ग्राम में आदर्श ग्राम के विभिन्न विकास कार्य पूर्ण किये जा रहे हैं। इसके लिए सरपंच उज्जवला के पति दीपक पवार भी काफी मेहनत कर रहे हैं। गांव में सभी पात्र हितग्राहियों को आवास उपलब्ध कराने, शौचालयों का नियमित उपयोग करने के लिए गांव में 25 से 30 स्वयं सहायता समूहों को रु. साथ ही, आधुनिक समय में जिला परिषद स्कूलों में ई-लर्निंग का एक सेट स्थापित किया गया है। मूलभूत सुविधाओं से वंचित जोशी समाज के नागरिकों को राशन कार्ड बांट कर उन्हें भी न्याय मिला है। उज्जवला पवार ने अपने पहले पांच साल के कार्यकाल के दौरान गांव में सीमेंट की सड़कें, अपशिष्ट जल प्रबंधन, स्कूली बच्चों को टैब का वितरण जैसी एक या एक से अधिक पहलों को लागू किया है।

उज्जवला पवार

खुले में बिक रहे खाद्य पदार्थ आम लोगों की सेहत से हो रहा खिलवाड़

संवाददाता/अशफाक युसुफ

बुलडाणा। बारिश के मौसम मे शहर के चौक-चौराहों से लेकर गलियों व संपर्क पथों तक में खुले में खाद्यान चीजें बिक रही हैं। कुछ दुकानें तो नाले के उपर सजाई गई हैं। चाय, चाट, समोसा, पकौड़ी, पावभाजी, बर्गर, छोले भटूरे, जलेबी, अंडा, अंडा रोल, चायनिज तक ठेले पर बेचे जा रहे हैं। खुले में ऐसी खाद्य सामग्री रखे जाने से उनपर सड़कों की धूल जम जाती है, जो दिख नहीं पाती है। मक्खियां भी बैठी होती हैं। खासकर बरसात में खुले में बिकनेवाली चीजें खाना सेहत के लिए और भी खतरनाक है। ऐसी चीजें खाकर लोग बीमार हो रहे हैं। स्वास्थ्य विभाग द्वारा लोगों से खुले

में रखे खाद्य पदार्थों का सेवन नहीं करने का अनुरोध किया गया। लेकिन फिर भी ऐसी दुकानों पर ग्राहकों की भीड़ देखते बन रही है। बात सिर्फ इतनी सी नहीं है। मिलावटी खाद्य सामग्री भी खूब बेची जा रही है। मसाला, तेल, दाल, सत्तू, बेसन, दूध, पनीर आदि में मिलावट की जा रही है। इन चीजों को खाने से भी सेहत पर बुरा असर पड़ रहा है। खुले में बिकनेवाली चीजों को खाकर लोग गैस्ट्रोइंट्रोटाइटिस, डायरिया, पेट में संक्रमण, पीलिया, वायरल बुखार उल्टी, पेट दर्द जैसी बीमारियों के शिकार हो रहे हैं। सस्ते के चक्कर में लोग पेट भर रहे हैं और चटकारा ले रहे हैं। ऐसे लोग अपनी सेहत का ख्याल नहीं कर रहे हैं। जबकि राज्य सरकार विज्ञापन के माध्यम से लगातार ऐसी चीजों को खाने से मना करते हुए सतर्क कर रही है। इसी के साथ डॉक्टर्स भी बारिश के मौसम में लोगों से बाहर खाना न खाने का आह्वान किया है। बारिश के दिनों में गर्म पानी पीने की सलाह दी है।

मधुबनी हलचल

जलसा में कोरोना योद्धा हुए सम्मानित

संवाददाता/मो सालिम आजाद

दरभंगा। विश्व भर में प्रसिद्ध बरेली स्थित दरगाह आला हजरत के उर्स के मौके पर आयोजित जलसा में शहर की उन हस्तियों को सम्मानित भी किया गया जिन्होंने कोरोना काल में आम अवाम की खिदमत की। सुन्नी रजा कमिटी की ओर से मुहल्ला फैजुल्लाह खां में आयोजित फैजान आला हजरत कॉन्फ्रेंस की सफलता पर मूसलाधार बारिश का भी कोई असर नहीं पड़ा। हजरत सैयद शमसुल्लाह जान उर्फ बाबू हुजूर के सान्निध्य मौलाना अब्दुल रहमान की अध्यक्षता में जलसे का संचालन हाफिज व कारी नेयाजुद्दीन नूरी ने किया। मौलानासुल्तान रजा कादरी मुंबई, मौलाना जयाउद्दीन रजवी ओडिसा मौलाना अब्दुल रहमान अशरफ रजा कादरी रजाउल मुस्तफा ने जलसे को संबोधित करते हुए आला हजरत

इमाम अहमद रजा खान बरेलवी के जीवन और उनके द्वारा किए गए खिदमात पर प्रकाश डाला। उलेमाओं ने लोगों से अपील किया कि बुजुर्गों की सेवाओं से हमे सबक लेकर आम अवाम की खिदमत करनी चाहिए। शायेरे इस्लाम रियाज खान कादरी तौकीर रजा इलाहाबाद ने नात शरीफ पेश किया। सुन्नी रजा कमिटी के अध्यक्ष डॉ. अहमद रहमानी, सचिव मौलाना अमन नवाज खान और तमाम मेंबर ने कोरोना काल में समाज के लिए सराहनीय काम करने के लिए अंजुमन कारवां ए मिल्लत, कबीर सेवा संस्थान, लैब टेक्नीशियन अकील अहमद, सिटी हॉस्पिटल, फरीदीया हॉस्पिटल, नफीसुल हक रिंकु, डॉ. अब्दुल सलाम उर्फ मुन्ना खान, मोहम्मद उमर, मशकूर उस्मानी आदि को कोरोना वारियर अवार्ड से सम्मानित किया गया।

सम्भल हलचल

मदरसा मौलाना मोहम्मद अली जौहर में गाँधी और शास्त्री के जीवन पर प्रकाश डाला

संवाददाता/अरमान उलहक

सम्भल। अलीजान जमीयत उल मुस्लिमीन एजुकेशनल सोसाइटी द्वारा संचालित मदरसा मौलाना मोहम्मद अली जौहर में हिन्दुस्तान की आजादी के पितामह मादर ए वतन की आन, बान, शान भारत माता के सपूत अनमोल रत्न राष्ट्रपिता महात्मा गाँधी व सादगी के प्रतीक जय जवान जय किसान का नारा बुलन्द करने वाले पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय लाल बहादुर शास्त्री के यौम-ए-पैदाइश जन्मदिन को समारोह पूर्वक मनाया गया इस अवसर पर मदरसा प्रबन्धक मो0 फिरोज खान ने मदरसे में शिक्षा ग्रहण कर रहे देश के उज्ज्वल भविष्य को संबोधित करते हुए कहा गांधीजी भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन के राजनीतिक एवं आध्यात्मिक नेता थे वह सत्याग्रह (व्यापक सविनय अवज्ञा) के माध्यम से जुल्म, अत्याचार के प्रतिकार के अग्रणी नेता थे उनकी अवधारणा की नीव संपूर्ण अहिंसा के सिद्धांत पर रखी गई थी जिसने भारत को भारतीय स्वतंत्रता संग्राम दिला कर पूरी दुनिया में जनता के नागरिक अधिकारों एवं स्वतंत्रता के प्रति आंदोलन के प्रति प्रेरित किया। नेताजी सुभाष चंद्र बोस ने 6 जुलाई 1944 को रंगून रेडियो से गांधीजी के नाम जारी प्रसारण में उन्हें राष्ट्रपिता कह कर संबोधित करते हुए आजाद हिंद फौज के सैनिकों के लिए उनका आशीर्वाद वा शुभकामनाएं मांगी थी। 2अक्टूबर को उनका जन्मदिन भारत में गांधी जयंती के रूप में और पूरे विश्व में अंतरराष्ट्रीय अहिंसा दिवस के रूप में मनाया जाता है, आज हमारी नई नस्लों, देश के उज्ज्वल भविष्य को आजादी के पितामह के जीवन से प्रेरणा लेकर अहिंसा के पर चलकर राष्ट्रसेवा में अपने जीवन को लगाना होगा। मदरसे के डायरेक्टर मो0 फैसल खान ने पंडित लाल बहादुर शास्त्री के जीवन पर प्रकाश डालते हुए कहा कि 27 मई 1964 को पंडित जवाहरलाल नेहरु का देहावसान हो जाने के कारण पंडित लाल बहादुर शास्त्री ने भारत के प्रधानमंत्री का पदभार ग्रहण किया उनके शासनकाल मै 1965 का भारत पाक युद्ध शुरू हो गया इससे 3 वर्ष पूर्व चीन का युद्ध भारत हार चुका था शास्त्री जी ने अप्रत्याशित रुप से हुए इस युद्ध में पाकिस्तान को करारी शिकस्त दी जिसकी कल्पना पाकिस्तान ने कभी सपने में भी नहीं की थी। इस अवसर पर फिरोज खान, मौलाना मो0 यासीन, मौलाना मो0अजहर, मो0 अनस खान, मो0 आकिल खान, आदि ने अपने विचार व्यक्त किए। अध्यक्षता मो अतीक खान व संचालन मो0 फुरकान खान ने किया।

संभल विधानसभा से भीकम सिंह भारती ने ठोकी दावेदारी

संवाददाता/अरमान उलहक

संभल। जैसे-जैसे विधानसभा चुनाव 2022 नजदीक आता जा रहा है वैसे वैसे विधानसभा चुनाव में दावेदारों के चेहरे भी सामने आने शुरू हो गए हैं ऐसे में ही दलित मुस्लिम सुरक्षा मंच के प्रदेश अध्यक्ष भीकम सिंह भारतीय ने भी अपनी दावेदारी ठोक दी है मीडिया से बातचीत के दौरान उन्होंने कहा जब दलित मुस्लिमों का कोई भी नेता इनदबे कुचलो निर्धन असहाय की। बात नहीं सुन पा रहा तब मैंने इन्हें इंसाफ दिलाने का काम किया है ऐसे में दलित और मुस्लिम दोनों ही वर्गों के वोट अच्छी संख्या में मिलेंगे और जब हमने पूछा क्या आप संभल सीट से जीत पाएंगे तो इस सवाल को तो वह हंसते हुए टाल गए और कहां की अगर चुनाव जीते भी नहीं तो अपनी मौजूदगी का एहसास जरूर करा देंगे अब देखना यह होगा कि दलित और मुस्लिम वोट कहां जाता है क्या दलित मुस्लिम सुरक्षा मंच के प्रदेश अध्यक्ष भीकम सिंह भारती कुछ प्रत्याशियों के गणित तो नहीं बिगाड़ पाएंगे लेकिन जिस तरह से दलित और मुस्लिम संगठन से जुड़े हुए हैं तो ऐसे में कुछ प्रत्याशियों का गणित बिगड़ ना तो तय माना जा रहा है।

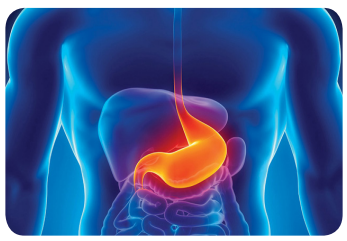
गाजियाबाद में दस साल से फरार पचास हजार का इनामी बदमाश गिरफ्तार कर्नाटक में लगा रहा था कपड़ों की फेरी

संवाददाता/अरमान उलहक

गाजियाबाद। हत्या प्रयास, लूट के मामले में दस साल से फरार चल रहे पचास हजार रूपए के इनामी लुटेरे को इंदिरापुरम पुलिस ने गिरफ्तार किया है। पकड़ा गया आरोपित पुलिस से बचने के लिए कर्नाटक में कपड़ों की फेरी लगा रहा था। इंदिरापुरम थाने में शुक्रवार को घटना का खुलासा करते हुए सीओ इंदिरापुरम अभय कुमार मिश्र ने बताया कि दस फरवरी 2011 को निजी कंपनी के कर्मचारी मनोज कुमार शर्मा के साथ गौड़ ग्रीन एवेन्यू के पास हथियार के बल पर लूट हुई थी। इस दौरान लुटेरों ने उसे चाकू मारकर घायल भी कर दिया था। जिसमें पुलिस पूर्व में आरोपित साहिल, साजिद और जफरूद्दीन को गिरफ्तार कर जेल भेज चुकी है। सह आरोपित मुकीस उर्फ मुकीम उर्फ टिंगा निवासी ग्राम बैहटा गुसाई थाना बिलसी जिला बदायूं तभी से फरार चल रहा था। आरोपित के खिलाफ वर्ष 2021 में चार्ज शीट दाखिल की गई थी। जिसकी गिरफ्तारी के लिए एसएसपी ने पाँच हजार रूपए का इनाम घोषित किया था। वर्ष 2018 में उस पर 25 हजार का इनाम घोषित किया गया। 2021 में पुलिस महानिरीक्षक मेरठ रेंज प्रवीण कुमार ने आरोपित पर 25 हजार रूपए का इनाम और घोषित किया। वह 50 हजार का इनामी बदमाश हो गया। जिसकी गिरफ्तारी के लिए पुलिस लगातार तलाश कर रही थी।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

सीने में जलन से तुरंत छुटकारा दिलाते हैं ये 10 सस्ते घरेलू नुस्खे



एसिड रिफ्लक्स ऐसी स्थिति है जिसमें पेट में एसिड आहार नली में उठ आता है। इस समस्या में पेट को खाने की नली से संपर्क को अलग करने वाला वाल्व ठीक से काम नहीं करता। पेट और ग्रसनी के बीच की ट्यूब आहार नली है, जो शरीर में गले के पीछे की तरफ होती है।

क्यों होता है एसिड रिफलक्स

एसिड रिफ्लक्स की समस्या उस समय होती है जब लोअर इसोफेगल स्पिंचर (एलईएस) ठीक से काम नहीं करता तथा ग्रासनली, एसिड को पेट से ऊपर की तरफ जाने देती है। हालांकि खराब 'एलईएस' ही इसका आम कारण है। इसका एक अन्य कारण यह भी हो सकता है कि पेट में उठने वाला दबाव एलईएस के झेलन की क्षमता से अधिक हो जाता है।

एसिड रिफ्लक्स के लक्षण

अनियमित जीवनशैली और खराब खान-पान के चलते अक्सर एसिड रिफ्लक्स की समस्या से जूझना पड़ता है। आजकल इस समस्या से लगभग हर दूसरा व्यक्ति पीड़ित है। एसिड रिफ्लक्स होने पर शरीर की पाचन क्रिया ठीक नहीं रहती। इसमें सीने और छाती में जलन होती है। साथ ही गले में जलन और अपचन भी इसके ही लक्षण हैं। कई बार इस समस्या से ग्रसित व्यक्ति को घबराहट भी होने लगती है और खट्टी डकार आती हैं। एसिड रिफ्लक्स के अन्य लक्षण निम्नलिखित हैं।

सीने में दर्द – असंतोषजनक सनसनी का एक प्रकार

डिस्फैजिया– किसी चीज को निगलने में परेशानी होना

हार्ट बर्न- पेट या पीठ के निचले हिस्से में जलन महसूस होना।

रिगर्जेटेशन- मुंह में वापस भोजन का आना

एसिड रिफ्लक्स के लिए घरेलू उपाय

एसिड रिफ्लक्स से बचने के लिए भोजन करने के बाद गुड़ जरुर खाएं। ऐसा करने से एसिड की समस्या नहीं होती है। एसिड रिफ्लक्स की समस्या से निजात पाने के लिए एक कप पानी उबालें, इसमें एक चम्मच सौंफ मिलाकर रात भर ढ़क कर रख दें। सुबह में पानी को छानकर इसमें एक चम्मच शहद मिलाकर, भोजन के बाद इस मिश्रण को पी लें। एक गिलास गर्म पानी में चुटकी भर पिसी हुई काली मिर्च और आधे नींबू का रस मिलाकर नियमित सेवन करें। सलाद में काला नमक लगी हुई मूली को शामिल करें। यह आपको एसिड की समस्या से बचाएगा। एसिड रिफ्लक्स होने पर मुलेठी का चूर्ण या काढ़ा बनाकर उसका सेवन करें। इससे फायदा होगा। नीम की छाल का चूर्ण या फिर रात में भिगोकर रखी छाल का पानी सुबह छानकर पीने से एसिड रिफ्लक्स में राहत मिलती है।

एसिड रिफ्लक्स में त्रिफला चूर्ण का प्रयोग करने से भी फायदा मिलता है। इसे आप दूध के साथ भी ले सकते हैं। दूध में मुनक्का डालकर उबाल लीजिए और इसे ठंडा करके पी लीजिए, इससे आपको फायदा मिलेगा। सौंफ, आंवला व गुलाब के फूलों को बराबर हिस्से में लेकर चूर्ण बना लें। इस चूर्ण को आधा-आधा चम्मच सुबह-शाम लेने से भी इस समस्या में लाभ होता है। अदरक और परवल को मिलाकर काढ़ा बनाकर पीने से भी फायदा होता है।

एसिड रिफ्लक्स की समस्या में कच्ची सौंफ चबाने से फायदा होता है। सुबह के समय खाली पेट गुनगुना पानी पीने से एसिड रिफ्लक्स में राहत मिलती है। नारियल पानी पीने से भी इससे छुटकारा मिलता है। एसिड रिफ्लक्स की समस्या खानपान में अनियमितता के कारण होती है। इसलिए गरिष्ठ भोजन करने से परहेज करें। एसिड रिफ्लक्स से बचने के लिए रात को सोने से तीन घंटे पहले भोजन कर लेना चाहिए।

दवा से नहीं, इन 10 फूड से तुरंत कंट्रोल करें हाई ब्लड प्रेशर!

हाइपरटेंशन अर्थात उच्च रक्तचाप एक ऐसी समस्या है जो लोगों में तेजी से फैल रही है। कुछ खाद्य पदार्थों का सेवन कर आप उच्च रक्तचाप की समस्या से निजात पा सकते हैं।

उच्च रक्तचाप के लिए सर्वोत्तम आहार

हाइपरटेंशन अर्थात उच्च रक्तचाप एक ऐसी समस्या है जो लोगों में तेजी से फैल रही है। इसमें धमनियों में रक्त का दबाव बढ़ जाता है जिसके कारण दिल को सामान्य से अधिक कार्य करना पड़ता है। आमतौर पर यह समस्या अधिक तला-भुना चिकनाई युक्त भोजन करने और शारीरिक श्रम न करने की वजह से होती है। बच्चों में उच्च रक्तचाप का सबसे आम कारण मोटापा और गुर्दे की बीमारी होते हैं। हालांकि कुछ खाद्य पदार्थों का सेवन कर आप उच्च रक्तचाप की समस्या से निजात पा सकते हैं। चलिये जानें कौन से हैं ये खाद्य पादर्थ -

उच्च रक्तचाप के लिए सर्वोत्तम आहार

सफेद सेम

सफेद सेम का एक कप 13 प्रतिशत कैल्शियम 30 प्रतिशत मैग्नीशियम और 24 पोटेशियम प्रदान करता है। आप इन्हें कई प्रकार जैसे सब्जी बनाकर, सूप के रूप में या सलाद में खा सकते हैं।

एसिटाइलकोलाइन के उत्पादन के लिए विटामिन बी 1 महत्वपूर्ण है जो एक न्यूरोट्रांसमीटर है जो तंत्रिकाओं से मांसपेशियों तक संदेश पहुंचाता है। दिल इन संकेतों पर निर्भर करता है। ऊर्जा का समुचित उपयोग तंत्रिकाओं और मांसपेशियों के बीच संकेत प्रदान करने में मदद करता है। अध्ययनों से पता चलता है कि सेम में मौजूद विटामिन बी 1 दिल की बीमारी का सामना करने में मदद और दिल की विफलता का भी इलाज करता है।

कद्दू के बीज

कद्दू का बीजों में जिंक प्रचुर मात्रा में पाया जाता है जो तनाव को कम करने में मदद करता है और रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। गौरतलब है कि यदि शरीर में जिंक की कमी हो तो आप डिप्रेशन और चिड़चिडेपन के शिकार हो सकते हैं।

पोटेशियम खाएं

पोटेशियम एक ऐसा खनिज होता है जो रक्तचाप कम करने में मददगार है। पोटेशियम से भरपूर खाद्य पदार्थों में सेम व मटर, गिरियां, पालक, बंदगोभी जैसी सब्जियां, केला, पपीता व खजूर आदि प्रमुखता से शामिल होते हैं।

किशमिश

अमेरिकन कॉलेज आफ कार्डियोलॉजी कांफ्रेंस में पेश एक अध्ययन में बताया गया कि दिन में तीन बार मुट्ठी भर किशमिश खाने से बढ़े रक्तचाप में कमी होती है। इस शोध के पहले परीक्षण में 46 लोगों को शामिल किया गया, जिनका रक्तचाप सामान्य से कुछ अधिक था और जिन्हें उच्च रक्तचाप होने का खतरा भी था। इन लोगों का रक्तचाप 120-80 से 139-89 मापा गया, जो सामान्य से कुछ ज्यादा था। इन लोगों ने जब आहार में नियमित रूप से किशमिश को शामिल किया तो इनके रक्तचाप

में 12 हफ्ते में कमी दर्ज हुई और रक्तचाप सामान्य हो गया।

सोयाबीन

एक और अध्ययन के मुताबिक सोयाबीन को अपने आहार में नियमित रूप से शामिल करने से भी रक्तचाप को कम करने में मदद मिलती है। 18 से 30 वर्ष की आयु के 5100 श्वेत और अफ्रीकी अमेरिकी लोगों पर किए अध्ययन के अनुसार प्रतिदिन सोयाबीन, पनीर, मूंगफली और ग्रीन टी को अपने भोजन में शामिल करने वाले लोगों के रक्तचाप में कमी दर्ज की गई।

दही

दही में प्रोटीन, कैलशियम, राइबोफ्लेविन, विटामिन बी 6 और विटामिन बी 12 काफी मात्रा में होते हैं, जो कि उच्च रक्तचाप की समस्या को कम करते हैं और शरीर को कई प्रकार को लाभकारी अवयव मिलते हैं। दही में कैल्शियम अधिक मात्रा में पाया जाता है। यह हड्डियों के विकास में सहायक होता है। साथ ही, दांतों और नाखूनों को भी मजबूत बनाता है। इससे मांसपेशियों के सही ढंग से काम करने में मदद मिलती है।

कीवी फ्रूट

एक कीवीफ्रूट में 2 प्रतिशत कैल्शियम, 7 प्रतिशत मैग्नीशियम और 9 प्रतिशत पोटेशियम होता है। इसका नियमित सेवन करने से आपको उच्च रक्तचाप की समस्या से निजात मिल सकती है।

अनुसंधान में पाया गया है कि मधुमेह के कारण पैर अल्सर के उपचार में कीवी बहुत लाभदायक है। अनुसंधान में यह देखा गया कि कीवी में मौजूद प्राकृतिक यौगिकों ने घाव भरने की प्रक्रिया में सुधार किया और घाव संक्रमण की शुरूआत में देरी हुई। इसके अलावा किवी का ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम है जो मधुमेह रोगियों के लिए लाभदायक होता है। कीवी डायबिटीज मैलिटस वाले व्यक्तियों के लिए पूरी तरह से सुरक्षित है और आसानी से उपलब्ध भी है।

अंडा

अंडे में विटामिन, मिनरल और कई अन्य पौष्टिक तत्व पाए जाते हैं, जो एंडोर्फिन नामक एक रसायन का उत्पाद करते है। यह रसायन हमारे दिमाग में भी पाया जाता है। जो अवसाद व दर्द जैसी समस्याओं से राहत दिलाता है। अंडे को कई प्रकार, उबाल कर, सब्जी बनाकर या कच्चा भी खाया जा सकता है।

भोजन की गंध से जी मितलाए?

गर्भावस्था के शुरूआती महीनों में जी मिचलाना और मितली आना, खासकर सुबह-सुबह, एक सामान्य लक्षण है। इसे मॉर्निंग सिकनेस कहा जाता है। इससे समायोजन करने के लिए तरह-तरह के उपाय भी बताए जाते हैं, जैसे सुबह उठते ही बिस्किट जैसा कुछ थोड़ा-सा खा लेना। दिन भर में किसी भी वक्त भारी भोजन करने के बजाए, थोड़ी-थोड़ी देर में, थोड़ा-थोड़ा खाना वगैरह। इस असुविधा को स्त्रियां आराम से निभा ले जाती हैं।

लेकिन हममें से कइयों ने सुना होगा कि फलां बुआ तो गर्भावस्था में पानी तक नहीं पी पाती थीं, उसे भी पहले घूंट में ही उगल देती थीं या फलां दीदी को तो भोजन की सुगंध से ही मितली आती थी। दरअसल कुछ स्त्रियों की तकलीफ मॉर्निंग सिकनेस से काफी गंभीर होती है। मॉर्निंग सिकनेस की तरह सामान्य उपायों से कम भी नहीं होती। गर्भावस्था में मितली और जी मितलाने के इन गंभीर लक्षणों को हाइपरेमेसिस ग्रेविडेरम कहा जाता है। अक्सर परिवार के लोग समझ नहीं पाते कि यह मॉर्निंग सिकनेस से अलग है, अतः हाइपरेमेसिस की शिकार स्त्रियां घर वालों के तानों की भी शिकार होती हैं मसलन, 'इन्हें तो अनोखा ही होने वाला है, 'अरे हमें भी तो बच्चे हुए थे, हमारा भी जी घबराता था मगर हमने ऐसे नाटक कभी नहीं किए कि रसोई में घुसने से ही इनकार करें वगैरह।

दरअसल इस समस्या की शिकार गर्भवतियों को तानों की नहीं सहानुभूति, प्यार और देखभाल की जरूरत होती है ताकि वे अपनी तकलीफ हंसते-हंसते सह जाएं। इन्हें बराबर अपने चिकित्सक के भी संपर्क में रहना चाहिए ताकि सुरक्षित समझने पर डॉक्टर इन्हें कोई दवा भी दे सके। गर्भवती, उसके पति और परिवार सभी के लिए जरूरी है कि वे गर्भावस्था के वैज्ञानिक पहलुओं को समझें और तदनुसार गर्भवती महिला की देखभाल करें।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

HERITAGE BUILDERS & DEVELOPERS
CORDIALLY INVITES YOU ON LAUNCH OF OUR PROJECT
Mariyam Heritage

SAGAR DEVELOPER

AMENITIES

- WELL PLANNED 1 BHK & 2 BHK APARTMENTS
- LIFESTYLE AMENITIES DESIGNED FOR ALL AGE GROUP
- PROJECT APPROVED BY LEADING FINANCIAL INSTITUTIONS
- CONSTRUCTION WORK IN FULL SWING
- SAMPLE FLAT READY.

BOOK YOUR DREAM HOME WITH 1.76 LACS*
ONWARDS AND REST ON POSSESSION.

OFFER VALID FOR LIMITED FLATS*

CALL : 8291669848

SITE ADD: MARIYAM HERITAGE, NEXT TO SANIYA CITY, BEHIND SHALIMAR HOTEL, WALIV, VASAI ROAD (EAST).