

# दैनिक मुंबई हलचल

अब हर सच होगा उजागर

भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त

R



आर्यन खान की  
मुश्किले बढ़ीं,  
मन्ज़ात पर पहुंची  
एनसीबी की टीम

## गैरकानूनी अवैध निर्माणों पर चलेगा बुलडोजर, ठाकरे



मुंबई। महानगर में गैरकानूनी निर्माण को लेकर सरकार ने एक बार पिर गंभीरता दिखाई है। मुख्यमंत्री उद्घव ठाकरे ने आदेश देते हुए कहा कि किसी के दबाव में आए बिना गैरकानूनी निर्माण पर तत्काल कार्रवाई करें। शहर की सफाई पर ध्यान दें। देखा गया है कि पूर्व और पश्चिम राजमार्गों पर भी बड़ी संख्या में मलबा डाला जाता है और ऐसा करने वालों के खिलाफ तत्काल कार्रवाई करें। बुधवार को मुंबई महानगर के विकास कार्य से संबंधित एक बैठक मुख्यमंत्री उद्घव ठाकरे ने ली। बैठक में बीएमसी कमिशनर इकबाल सिंह चहल, वॉर्ड के सहायक आयुक्त, विभाग के उपायुक्त, बीएमसी अस्पतालों के प्रमुख के अलावा कोविड टास्क फोर्स के सदस्य भी उपस्थित थे। बैठक में मुख्यमंत्री ने स्पष्ट निर्देश दिया कि मुंबई में अनधिकृत निर्माण को बर्दाशत नहीं किया जाएगा। वॉर्ड अधिकारी सोच-समझकर और सख्ती से तत्काल कार्रवाई करें। किसी के दबाव को बर्दाशत न करें। हम तुम्हारे साथ हैं। उन्होंने यह भी कहा कि मुंबई में सड़क मरम्मत की निविदा प्रक्रिया व्यवस्थित और पारदर्शी तरीके से जाए और किसी को भी उंगली उठाने का भौका दिया जाए। (शेष पृष्ठ 3 पर)

NCB चीफ बोले-  
नवाब मलिक झूठे हैं  
मैं कभी दुष्कर्ता नहीं  
गया मंत्री ने लगाया  
था वसूली का आरोप



(शेष पृष्ठ 3 पर)

मुंबई। शाहरुख खान के बेटे आर्यन खान की मुश्किलें बढ़ती हुई नजर आ रही हैं। गुरुवार सुबह शाहरुख बेटे आर्यन से मिलने के लिए मुंबई की आर्थर रोड जेल पहुंचे थे। उसके थोड़ी देर बाद नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो की टीम उनके घर यानी मन्नत बंगले पर पहुंचे

पर पहुंच गई है। एनसीबी अब यहां भी सर्च आपरेशन के करेगी। वह अब आर्यन ड्रग्स मामले में घर से भी कुछ सबूत जुटाने की कोशिश करेगी। एनसीबी के कई अधिकारी मन्नत बंगले पर पहुंचे हैं। जानकारी के मुताबिक मन्नत से अब एनसीबी के अधिकारी

बाहर निकल गए हैं। एनसीबी अधिकारी का कहना है कि हमारी जांच चल रही है, जांच में सवालों के जवाब के लिए विटेनेस और सप्पेक्ट दोनों को बुलाया जाता है। मन्नत में किसी को भी पूछताछ के लिए कोई नोटिस नहीं दी गयी है। यह इन्वेस्टिगेशन का पार्ट है।



पायलट का भाजपा पर हमला गहलोत का  
नाम नहीं लिया बोले उपचुनाव में हार के डर  
से स्तरहीन भाषा बोल रहे भाजपाई  
बघेल और राठौड़ माफी मांगे

जयपुर। पूर्व डिप्टी सीएम सचिन पायलट ने केंद्रीय मंत्री एसपी बघेल और उपनेता प्रतिपक्ष राजेंद्र राठौड़ के बयानों को लेकर बीजेपी पर जुबानी हमला बोला है। एसपी बघेल ने मुख्यमंत्री अशोक गहलोत के खिलाफ अभद्र बयानबाजी की थी। (शेष पृष्ठ 3 पर)

## मुंबई में बस और ट्रेन से द्रग्स की तस्करी



मुंबई। एंटी नार्कोटिक्स सेल (एनसी) की घाटकोपर यूनिट ने राजस्थान से बस और ट्रेन के जरिए ड्रग्स की तस्करी करने वाली महिला को गिरफ्तार किया है। महिला के पास से पुलिस ने 21 करोड़ 16 लाख रुपए की ड्रग्स जब्त किया है। प्रारंभिक पूछताछ के बाद महिला को अदालत में पेश किया गया जहां से उसे 25 अक्टूबर तक पुलिस कर्सटडी में भेज गया है। (शेष पृष्ठ 3 पर)

॥शुभ लाभ॥

MIX MITHAI



- मोतीचूर लड्डू • काजू कतरी • काजू रोल
- बदाम बर्फी • मलाई पेंडे • रसगुल्ले

MM MITHAIWALA  
Malad (W) Tel. : 288 99 501

## हमारी बात

## बढ़ती कीमतों के मायने

लोगों का ध्यान वे चीजें खींच रही हैं, जिनकी कीमतों में आए दिन इजाफा हो रहा है। इन दिनों विशेष रूप से टमाटर पर ज्यादा फोकस है, क्योंकि उसकी कीमत कुछ जगहों पर 100 रुपये के करीब पहुंच गई है। त्योहार के मौसम में फल थोड़े सस्ते हैं, जबकि सब्जियों के दाम आसमान चढ़ रहे हैं। आम तौर पर इस मौसम में एक लोकप्रिय सब्जी फूलगोभी के भाव घट जाते थे, लेकिन अभी भी 80 रुपये के आसपास हैं और कई जगह 100 रुपये किलो भी। गरीब की थाली में सब्जियों की मात्रा घट गई है। प्याज के भाव भी चढ़े हुए हैं। कुल मिलाकर, सब्जी बाजार में तनाव है और विक्रेता भी दबाव महसूस कर रहे हैं, क्योंकि अंततः उन्हें भी अपने उपभोग के लिए सब्जियों की खरीदारी करनी पड़ती है। नवरात्र के दौरान ही टमाटर महंगा होने लगा था, लेकिन नवरात्र के खत्म होने के बाद भी निरंतर महंगा हो रहा है। जब कई जगह थोक बाजार में ही टमाटर 60-70 रुपये किलो बिक रहा हो, तब खुदरा बाजार में क्या स्थिति होगी, अनुमान लगाया जा सकता है।

सब्जियों पर एक तो मौसम की मार है। देश के अनेक इलाकों में बाद तक बारिश होती रही है, इससे भी फसल पर असर पड़ा है। सब्जी बोने वाले किसान बारिश रुकने का इंतजार कर रहे थे। अनुमान है कि दो महीने के अंदर ही टमाटर और सब्जियों के भाव में गिरावट आएगी। मध्य प्रदेश, आंध्र प्रदेश और कर्नाटक जैसे राज्यों से भी फसल आने वाली है। भारत में टमाटर की खपत भी ज्यादा है और उत्पादन भी। नेशनल हॉर्टिकल्चरल रिसर्च एण्ड डेवलपमेंट फाउंडेशन के मुताबिक, चीन के बाद दुनिया का दूसरा सबसे बड़ा टमाटर उत्पादक भारत ही है। भारत 7.89 लाख हेक्टेयर की औसत उपज के साथ लगभग 25.05 टन प्रति हेक्टेयर की औसत उपज के साथ लगभग 19.75 मिलियन टन टमाटर का उत्पादन करता है। हमें गौर करना चाहिए कि क्या टमाटर का उपयोग प्रसंस्करण के लिए बढ़ा है? क्या हमारे पास घरेलू खपत के अलावा खाद्य प्रसंस्करण उद्योग को आपूर्ति के लिए पर्याप्त उत्पादन है? क्या हमने सब्जियों का उत्पादन बढ़ती मांग और समय के अनुरूप बढ़ाने के पर्याप्त उपाय किए हैं? क्या किसानों का सब्जियों के उत्पादन के प्रति लगाव बढ़ा है? यह विषय बहुत गंभीर है, क्योंकि इस क्षेत्र पर अगर हम गौर नहीं करेंगे, तो सब्जियों कीमतों को काबू में रखने में कामयाब नहीं होंगे।

ऐसा लगता है कि महंगाई के प्रति हमारी राजनीतिक पार्टियों में उदासीनता आ गई है। तभी तो पेट्रोल 100 रुपये के पार भी बढ़ता चला जा रहा है। पेट्रोल और डीजल की बढ़ती कीमत के साथ-साथ परिवहन भी महंगा हो रहा है, जिसका असर लगभग सभी उत्पादों की कीमत पर पड़ रहा है। सब्जियों के साथ-साथ रसोई गैस के बढ़ते दाम ने भी तनाव बढ़ाने का क्रम जारी रखा है। पेट्रोल-डीजल से आखिर हमारी सरकारों को कितना धन अर्जित करना है? इस महंगाई की कोई तो सीमा तय हो। बेशक, देश को धन की जरूरत है, लेकिन सारा बोझ पेट्रोल व डीजल पर ही क्यों पड़ना चाहिए? हमें टमाटर और सब्जियों की बढ़ती कीमतों के पीछे के इस सच को भी जानना चाहिए कि वास्तव में सब्जियां उगाने वाले किसानों की जेब तक कितना धन पहुंच रहा होगा? क्या सब्जियां उगाने वाले किसान खुश हैं? आज हमें स्वीकार करना चाहिए, तार्किक या वाजिब महंगाई कम चुभती है।

# भारत बनाम इंडिया का विभाजन



हाल में प्रकाशित वैश्विक भूख सूचकांक रिपोर्ट में शामिल 116 देशों की सूची में भारत का स्थान 101वां है। भारत के विभाजित राजनीतिक वातावरण में इस मुद्दे को राजनीतिक फुटबॉल बना दिया गया है और इसको जल्दी ही भूला दिया जायेगा। आधिकारिक प्रचार तंत्र किसी अन्य मसले को समाने लाकर इसे दबा देगा, तो विपक्ष अपने पाले में कुछ अंक हासिल करना चाहेगा।

ये दोनों रवैये देश में गरीबों, खास कर बच्चों के साथ अन्यथा हैं, जहां स्वीकार्य तौर पर और आधिकारिक गणना के अनुसार, कुपोषण 50 प्रतिशत बच्चों की मौत में योगदान देनेवाला एक कारक है। ये जटिल और परस्पर संबद्ध मसले हैं, जिनका समाधान जल्दी नहीं किया जा सकता है, पर ये बहुत शीघ्र अधिक गंभीर हो सकते हैं। ऐसे में इस रिपोर्ट पर विचार करना जरूरी है। यह रिपोर्ट देश के भीतर के बहुत पहले से चले आ रहे 'भारत बनाम इंडिया' के विभाजन को भी रेखांकित करती है। यह विभाजन ग्रामीण और शहरी भारत के बीच है या किसानों और अच्छी नौकरी करनेवालों के बीच है।

अतीत में इस विभाजन को लेकर दबाव रहता था और इसकी सुनवाई भी होती थी। धीमी गति से ही सही, इसने नीति और राजनीति में बदलाव भी किया था और इस क्रम में कभी-कभी सत्ता और विशेषाधिकार पर दबे रखनेवाले बेचैन भी हो जाते थे। लेकिन विरोध का अपना वजन होता था और इसके पास राजनीतिक पूँजी होती थी तथा उसकी मांग को वैधता प्राप्त थी। श्रमिक संगठनों की अपनी आवाज होती थी। किसान एकजूट होकर सरकार को सुनवाई के लिए बाध्य कर सकते थे।

अब स्थिति बदल चुकी है और दोनों तरफ के भारत के बीच खाड़ी चौड़ी हो चुकी है। किसान लंबे अंतर से बड़ा आंदोलन चला रहे हैं, लेकिन

उनके जीवन और कामकाज को बदल देनेवाले अहस्तकेपकारी कानूनों के विरुद्ध उठी उनकी आवाज को नकार दिया गया है। भारत इस रवैये से कमजोर ही हुआ है। इसी तरह, देश में शिशु मृत्यु दर भी अनुसुन्न आवाज बन कर रह गयी है। ये बच्चे और उनके माता-पिता अपने बुनियादी अधिकारों की मांग करने भी असमर्थ हैं। यह सच है कि यह नवी समस्या नहीं है, लेकिन, आधे मन से ही सही, पहले ऐसी चिंताओं के समाधान के प्रयास किये गए थे। पर, अब हमने अपना मुंह दूसरी ओर मोड़ लिया है।

इस प्रकार बीते कल के विभाजन आज बढ़ गये हैं। इसकी झलक हमें कई रूपों में दिखती है। पिछले साल आप्रवासी कामगारों को उनके हाल पर छोड़ दिया गया था और उनके साथ उचित व्यवहार नहीं हुआ था। वहाँ बाद में उद्योग जगत ने उन्हें बलपूर्वक वापस लाने तथा उनके श्रम अधिकारों में कटौती करने की मांग करनी शुरू कर दी। महामारी की दूसरी लहर में एक और सामान्य नागरिक ऑक्सीजन के लिए भटक रहे थे, तो दूसरी ओर अस्पताल उस संकट से भारी कमाई कर रहे थे।

एक तरफ नवी राजधानी बन रही है, तो दूसरी तरफ आम लोगों के इंफ्रास्ट्रक्चर बेहद खराब हालत में हैं। होटलों और हवाई अड्डों पर भीड़ है, तो युवाओं के रोजगार के मसले पर कोई चर्चा नहीं हो रही है। हर दिन देश में सौ से अधिक लोग सर्पदंश से मर जाते हैं, तो कुछ अच्छे अस्पतालों में बेहतरीन स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध है। विचाराधीन कैदी जेलों में पड़े रहते हैं, पर मुंबई के पूर्व पुलिस आयुक्त गायब हो जाते हैं। ऐसे कई उदाहरण हैं। इस क्रम में भूख सूचकांक एक और सकेतक है कि कैसे भारत पीछे छूटता जा रहा है।

ऐसा लगता है कि हमारी सरकार एक

अचानक अगर कामगारों को बाहर या घर में मारने का सिलसिला चलने लगे, तो डर का माहौल बनना लाजिमी है। यह डर पलायन की वजह भी बनता है...

निश्चितता के भाव के साथ काम कर रही है, जिसकी प्राथमिकताओं में आज की आवश्यकताएं नहीं हैं। बल्कि, उसके अपने वैचारिक आवरण में यह भरोसा बहाल किया जा रहा है कि भारत का समय आ गया है कि कारोबारी इसकी अगुवाई करेंगे तो व्यापक समृद्धि होगी और सरकार निजी क्षेत्र को आगे कर खुद पीछे हो जायेगी। इसका खूब प्रचार-प्रसार भी किया जा रहा है और इसकी भी असंतोष को हाशिये पर ढालने की कोशिश की जा रही है। इससे भारतीय परंपराओं की उत्कृष्ट विरासत को नुकसान होता है। ऐसे रवैये से बांधित होने और निर्धनों में क्रोध और नफरत बढ़ते जा रहे हैं। यह सतत विकास की ओर अग्रसर भारत की तस्वीर नहीं है। संकीर्ण वैचारिक समझ के आधार पर समाजवाद, गांधी और नेहरू आदि को गलत या कमतर बता कर निजी क्षेत्र और उसकी संभावनाओं का गुणगान हो रहा है। इस समझ में इतिहास को लेकर वित्तीय का भाव है, इसमें संदर्भ का अभाव है और यह अज्ञान व खराब सोच से प्रेरित है। इससे सीमाओं का अतिक्रमण होता है तथा लापरवाही और कुटिलता की बढ़ाते होती है, जो राष्ट्रीय मुद्दे और उच्च राष्ट्रीय आकांक्षा का मिथ्या आभास दिलाती है।

ऐसी मान्यताओं से हर बात को सही ठहराया जाता है और उसे आगे बढ़ाया जाता है। किसी भी प्रकार की आलोचना पर तीखी प्रतिक्रिया होती है। अंततः भारत जैसे व्यापक और बहुविध लोकतंत्र में संतुलन और बुद्धिमत्ता से ही शासन किया जा सकता है। वैधतापूर्ण दावों और मांगों को अनुसुना करना प्राप्ति की निशानी नहीं कही जा सकती है। हमें समझना होगा कि कहीं हम गिरावट की ओर तो उन्मुख नहीं हैं। इसका एक और स्वतंत्र सकेतक भूख सूचकांक है।

### कौसा शिमला पार्क गार्डन और तालाब की खसता हालत

संवाददाता/समट खान

मुंबा। बडे अफसोस की बात है कि मुंबा शहर की जनसंख्या को मद्देनजर रखते हुवे बच्चोंके खेलनेके लिए गार्डन नामकी जैसी सुविधाएं तक नहीं हैं दारुल फलाह मैं एक गार्डन था। वह भी रस्ता रुदी करण के मामले में मनपा प्रशासन द्वारा ध्वस्त कर दिया गया और घासबाला कंपांड स्थिति में एक गार्डन जो हाल ही में सत्ताधारी पार्टी द्वारा कोरोना काल के समय में उद्घाटन किया गया। वह भी जमीनी विवादों की चपेट में आ गया है मनपा अयुक्त विपिन शर्मा ने नगर विकास विभाग को इसकी जांच के आदेश दे दिए हैं। मात्र एक ही गार्डन जोकि कौसा शिमला पार्क मैं मनपा प्रशासन द्वारा बनाया गया था और पास में तालाब भी मौजूद है। इस तालाब मैं बोटिंग की व्यवस्था भी की गई थी ताकि बच्चे अपने परिवार के साथ खुशी से अपना बहुत बिता सकें इस गार्डन में बच्चों के खेलने के लिए जो



मनपा प्रशासन द्वारा दिए गए झूले पीसल गुंडी जिंपिंग जैक अप एंड डाउन इस तरह के कई सुविधाएं मनपा प्रशासन द्वारा बच्चों को खेलने के लिए दी गई थी। परंतु आज उसकी हालत यह बताई जा रही है पीसल गुंडी टृटी पटी दुई है झूले बंद पड़े हैं अप एंड डाउन चलता नहीं है। तालाब बुरी तरह से गंदा पड़ा हुआ है आसपास की सभी इमारतों का कड़ा कचरा इस तालाब मैं फेंका जाता है जिसकी सफाई मानपा प्रशासन द्वारा या ठेकदारों द्वारा की नहीं जाती इसका परिणाम स्वरूप यह होता है की तालाब की रोज दोसो तीनसो मछलियां मर जाती हैं और उसकी दुर्गंध पास के गार्डन में आती है जहां बच्चे खेलने आते हैं। गौरतलब बात यह है शिमला पार्क गार्डन और तालाब जोकि मानपा प्रशासन द्वारा अगर ठेकदारों को दिया है तो इसके खराखाव में वह ध्यान क्यों नहीं देते इसका क्या कारण है। यह समझ से परे है झूले बंद पड़े हैं पीसल गुंडी टृटी पटी है अप एंड डाउन चलता नहीं है अगर कोई बच्चा खेलते समय धायल हो जाए तो उसका जिम्मेदार कौन होगा तालाब में रोज मर ही मछलियां की दुर्धां से अगर कोई बीमारी फैलती है तो उसका जिम्मेदार किसको ठहराया जाएगा। मनपा प्रशासन की अधिकारियों को गार्डन और तालाब का गंभीरता से संज्ञान लेना चाहिए और इसको मन लुभावक किस तरह बनाएं जाए इस पर गंभीरता से विचार करना चाहिए और तालाब के आसपास की इमारतें मैं रह रहे। लोगों को कूदा कचरा डालने के लिए किस तरह से रोका जाए इस पर विचार करना चाहिए।

### कर्मी पर सरकारी हमले के खिलाफ भारतीय नागरिकों की खामोशी पिंताजनक: नजरे आलम

370 हो या 53A किसी के हटाने से कोई प्रभाव नहीं पड़ रहा कशमीरी नागरिकों पर, सरकार आम नागरिकों पर आर्मी का दबाव देना बंद करें: बेदारी कारवां

संवाददाता/सालिम आजाद

मध्यबन्नी। पिछले दिनों कशमीर दौरे से वापसी पर आल इंडिया मुस्लिम बेदारी कारवां के राष्ट्रीय अध्यक्ष नजरे आलम ने मीडिया को बताते हुए कहा कि दो सालों से जिस तरह से केंद्र सरकार जम्मू कशमीर के नागरिकों की जिंदगी से खेल रही है उसने पूरी इंसानियत को शमिर्दा कर रखा है। सरकार ने दबाव किया कि धारा 370 और 53A के हटाने से वहाँ के लोगों की जिंदगी बेहतर होगी, वहाँ के लोग पहले से ज्यादा खुशहाल हो जाएंगे। कशमीर आजाद भारत का हिस्सा हो जाएगा जबकि ऐसा कुछ भी नहीं हो सका। आप नागरिकों का कहना है कि 7-8 लाख आर्मी को कशमीर में तैनात कर रखा गया है इसके बावजूद बेकसूर लोगों की हत्या रुकने का नाम नहीं ले रहा। लाल चौक पर गाहे बगाहे सरकार खुब दासिज रच कर हमला करवाती है, बेकसूर को मारवाती है और मीडिया के द्वारा ये खबर फैलाई जाती है कि आतंकवादी हमले कर रहे हैं। नजरे आलम ने आगे बताया कि पिछले दिनों जब मैं कशमीर में था तो राहुल गांधी जी भी कशमीर पहुंचे थे उस दौरान भी लाल चौक पर बेकसूरों की ब्लास्ट में हत्या करवा दी गई थी ताकि ये बताया जाए कि कशमीर के हालात ठीक नहीं हैं सरकार कशमीर के हालात को बेहतर बनाने के लिए लगातार कोशिश कर रही है। सारा फैजी मामला बनाकर केंद्र सरकार भारतीय नागरिकों के बीच कशमीरी नागरिकों की छावी धूमिल करने में लगी है। ना ही वहाँ रह रहे किसी पैंडित को खतरा है और ना ही आम नागरिकों को। केंद्र सरकार जगह कशमीर के मासूम लोगों पर सरकारी

दबाव बनाकर जबरन मुख्यबिरी का काम भी करवा रही है, इंकार करने पर जेल या मौत कशमीरी लोगों का मुकद्दर बना हुआ है। वहाँ के स्थानीय लोगों का ये भी कहना है कि शुरूआती दौर में कशमीर के ग्रामीण क्षेत्रों में कुछ आर्मी के नौजवानों ने घरों में घुस कर कई महिलाओं की इज्जत तक से खिलाफ किया है। सैकड़ों कशमीरी नौजवानों को फर्जी तरीके से गिरफ्तार किया गया जिसको किस जेल में रखा गया या मार कर फेंक दिया गया कोई अता पता नहीं है। सरकार या सरकार का IT Cell जो भी मीडिया में कशमीर के बारे में दिखाता है या बताता है वो बिल्कुल झूठा होता है। मीडिया में दिखाया जाने वाला सारा मामला केंद्र सरकार द्वारा Planned किया होता है। वहाँ माहौल बहुत बेहतर है। वहाँ के आम नागरिक भी अमन शांति के साथ जी रहे हैं। वहाँ के स्थानीय लोगों का साफ कहना है हम केंद्र सरकार के 370 या 53A के हटाने को नहीं मानते। जिस तरह से सरकार कशमीर के नागरिकों के साथ जुल्म कर रही है उससे अब कशमीर के लोग आजिज आ चुके हैं। लोगों के दिलों से सरकार और आर्मी वालों का खौफ निकल चुका है, लोग अब हर तरह के हालात से निपटने की बातें करते नजर आ रहे हैं। 2 सालों में केंद्र सरकार ने कशमीरियों की जिंदगी नक्क बनाकर रख दिया है। लगातार आर्मी की घेराबंदी से भी लोग पेशान हैं, अपने ही घर और राज्य में लोग सुकून की जिंदगी नहीं जी पा रहे हैं। टीवी चैनल पर दिखाई देने वाली खबरें बनाई जाती हैं या तो बेकसूरों की हत्या कराकर या आतंकी हमला बनाकर। पुलवामा हमला भी सरकार का Planned था। सीधा



सीधा केंद्र सरकार और मोदी शाह खून की होली खेल कर कशमीरियों पर जुल्म ढारे हैं। कशमीरियों की आह बर्बाद नहीं जाएगी। वहाँ के लोगों का जिस तरह से सुकून छीना गया है कारोबार बर्बाद हो चुका है, रोजगार खत्म हो चुका है, ट्रॉस्टों का आना जाना कम हो गया है। लोग बेबस बने बैठे हैं। अब आम नागरिक सरकार से सीधे मुकाबले को तैयार है कि हमें 2 साल पहले वाला कशमीर लौटा दे। 2 सालों में ट्रॉस्ट प्लेस की सफाई नहीं होने की वजह कर जनत दिखने वाला कशमीर जहन्नुम बनकर रह गया है। केंद्र की सरकार सिफ देश की जनता को अपने बोट और कुर्सी के लिए बेकूफ बना रही है। आर्मी की वहाँ इतनी ज्यादा तादाद में कोई जरूरत नहीं है। कशमीर के लोगों पर सरकार के द्वारा ठाए जा रहे जुल्म पर आम नागरिकों की खामोशी चिंताजनक है। कशमीर भारत का अंग है यहाँ के नागरिकों पर सरकारी और आतंकी हमले को रोकना भी हम भारत के नागरिकों की जिम्मेदारी है। अगर समय रहते हमने खामोशी नहीं तोड़ी तो याद रखिए जो जुल्म आज कशमीरी नागरिक झेल रहे हैं भी झेलनी पड़ सकती है।

### (पृष्ठ 1 का शेष भाग)

गैरकानूनी अवैध निमार्ण पर...

शहर के गड्ढों को लेकर बीएमसी में शिवसेना की काफी आलोचना का सामना करना पड़ रहा है। इस पर मुख्यमंत्री ठाकरे ने कहा कि सड़क के गड्ढों को भरने को पहली प्रार्थनिकता दें। उन्होंने अगे कहा कि शहर की सड़क, डिवाइर, फुटपाथ, उद्यान सुंदर और सुव्यवस्थित हैं या नहीं, इस पर पूरा ध्यान दें। शहर से कचरा उठाने और मलबा हटाने पर ध्यान दिया जाए। कोविड काल के दौरान बीएमसी कर्मियों के काम की तारीफ करते हुए मुख्यमंत्री ठाकरे ने कहा कि मुंबई मॉडल की चारों ओर सराहना की गई और यह टीम वर्क के कारण हो सका। बिना थके, बिना रुके आप लोगों ने बहुत शानदार काम किया है। आने वाले दिनों में त्योहार है, दिवाली सामने है, लेकिन ध्यान रखे कि अभी कोविड का खतरा टला नहीं है। ब्रिटेन में एक बार फिर कोविड का संक्रमण बढ़ रहा है। वहाँ के अस्पताल मरीजों से भर गए हैं। मैंने वहाँ के कुछ डॉक्टरों से भी बात की है और आपको भी सावधान रहना होगा। मुख्यमंत्री ठाकरे ने कहा कि मॉनसूनी बीमारी मलेरिया, डेंगी और चिकनगुनिया के मरीज तेजी से बढ़े हैं। हमें इन बीमारियों को रोकने के लिए बहुत सावधान रहना चाहिए। मुख्यमंत्री ने इस संबंध में सभी प्रकार की जन जागरूकता पैदा करने और मच्छरों को प्रभावी ढंग से खत्म करने और कोई अस्वच्छ स्थिति नहीं रहने के निर्देश दिए।

**NCB चीफ बोले- नवाब मलिक झूठे हैं मैं कभी दुबई...**

मुंबई। ठाकरे सरकार में कैबिनेट मंत्री और राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी (NCP) के प्रवक्ता नवाब मलिक ने नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो (NCB) पर एक और बड़ा आरोप लगाया है। उन्होंने NCB द्वारा मालदीव और दुबई में फिल्म इंडस्ट्री की हस्तियों से वसूली किए जाने की बात कही है। मलिक के आरोप पर NCB के जोनल डायरेक्टर समीर वानखेड़े ने दैनिक भास्कर से एक स्पष्ट लिपि द्वारा बताया कि नवाब मलिक झूठे हैं और वे इस पर मामले में उनके खिलाफ कानूनी कार्रवाई करेंगे। NCP प्रवक्ता नवाब मलिक ने गुरुवार को एक वीडियो जारी कर कहा कि कोरोना काल में फिल्म इंडस्ट्री की कई हस्तियां मालदीव और दुबई में थीं। उस वक्त NCB के जोनल डायरेक्टर समीर वानखेड़े के परिवार के लोग भी इन जगहों पर गए थे। वानखेड़े की बहन जसमीन वानखेड़े की सोशल मीडिया की एक फोटो भी मलिक ने अपने आरोप को पुछता करने के लिए जारी की है। मलिक ने वानखेड़े से पूछा है कि आरिवर उनके परिवार के लोग मालदीव और दुबई में क्या कर रहे थे और वे खुद भी इस दौरान वहाँ थे या नहीं? इसका जवाब उन्हें जनता को देना चाहिए। वानखेड़े ने मलिक को चेतावनी देते हुए कहा कि कैबिनेट मंत्री होते हुए नवाब मलिक का अब यह कार्टून नेटवर्क चलाना बंद करें। मैं जिंदगी में कभी भी दुबई नहीं गया। मलिक अब यह कार्टून नेटवर्क चलाना बंद करें। मैं उनको जल्द ही लीगल नेटिस भेजने वाला हूं। वानखेड़े ने कहा कि मैं नारकोटिक्स संबंधित कार्रवाई में ज्यादा व्यस्त





## चेहरे की खूबसूरती बढ़ाने के लिए इस्तेमाल करें रात के बचे चावल



### इस तरह बनाएं फेस पैक

अक्सर खाना ज्यादा बन जाता है, जिसे अगले दिन या तो लोग रीयूज कर लेते हैं या फिर फेंक देते हैं। लेकिन अगर अब रात में चावल चव जाए तो उसे फेंक नहीं, क्योंकि इसे आप अपने स्किन रूटीन में शामिल कर सकते हैं।

कोरियन महिलाओं की स्किन हमेशा दमकती रहती है और ऐसी स्किन की चाहत हर कोई रखता है। ऐसे में महिलाएं तरह-तरह के ब्यूटी प्रोडक्ट का इस्तेमाल करती हैं, लेकिन फिर भी वो ग्लो नहीं मिलता। कोरियन महिलाओं जैसा ग्लो पाने के लिए चावल का इस्तेमाल करें। ये महिलाएं स्किन को निखारने के लिए चावल के पानी का इस्तेमाल करती हैं। ग्लोइंग स्किन के लिए आप भी रात के बचे हुए चावल का इस्तेमाल कर सकते हैं। जानिए कैसे बनाएं बासी चावल का फेस पैक...

#### ऐसे बनाएं

रात के बचे चावल को मिक्सी में पीस कर पेस्ट बना लें। फिर एक कटोरी में निकालों और फिर इसमें शहद मिलाएं। अच्छे से मिक्स करें और थोड़ा सा दूध एड करें। इसे चेहरे पर लगाएं और सूखने के लिए छोड़ दें। जब ये अच्छे से सूख जाएं तो अपने हाथों से स्क्रब करते हुए वांश करें।

#### ड्राई स्किन

अगर आपकी ड्राई स्किन है तो आप चावल के पेस्ट में दालचीनी पाउडर और पिलसरीन को मिलाएं। ये स्किन को मॉइश्चराइज करेगा। पिलसरीन के इस्तेमाल से स्किन सॉफ्ट हो जाती है, साथ ही स्किन के दाग धब्बे भी दूर हो जाते हैं। ये चेहरे पर शाइन लाने में भी मदद करती है।

#### ऑयली स्किन

आंगूली स्किन वाले इस पैक में शहद, दही, गुलाब जल जैसी आइटम मिला सकते हैं। ये स्किन से एक्सट्रा ऑयल निकालने में मदद करेगा। गुलाब जल स्किन को हाइड्रेट करने के साथ चेहरे के निखार में मदद करता है। वहीं दही में लैकिट एसिड होता है जो स्किन के लिए अच्छा सवित हो सकता है।

## युवा/फिटनेस

मुंबई, शुक्रवार  
22 अक्टूबर, 2021

7

## अध्ययन में खुलासा

# संक्रमण से बढ़ सकता है अलजाइमर और पार्किंसन्स जैसे दोगों का खतरा



जर्मनी के बॉन विश्वविद्यालय के एक अध्ययन में दावा किया गया है कि कुछ संक्रामक रोग संभवतः अलजाइमर

और पार्किंसन्स जैसी तंत्रिका तंत्र संबंधी बीमारियों को बढ़ा सकते हैं। जर्नल 'नेचर कम्युनिकेशंस' में प्रकाशित शोध प्रयोगशाला

प्रयोगों पर आधारित है। जिसमें दिखाया गया है कि कुछ संक्रामक अणु प्रोटीन समुच्चय के अंतर्कोशिकीय प्रसार को सुगम बनाते हैं, जो मस्तिष्क रोगों की पहचान हैं।

शोधकर्ताओं की टीम ने पाया कि अनियमित श्रृंखला वाले प्रोटीन के समुच्चय तथाकथित प्रियन रोग में होते हैं। वे एक कोशिका से दूसरी कोशिका में जाने की क्षमता रखते हैं, जहां वे अपने असामान्य आकार को उसी तरह के प्रोटीन में स्थानांतरित करते हैं। इसके फलस्वरूप यह बीमारी पूरे मस्तिष्क में फैल जाती है।

कुछ इसी तरह की घटना अलजाइमर और पार्किंसन रोग में होती है, जो शोधकर्ताओं के अनुसार अनियमित श्रृंखला वाले प्रोटीन के संयोजन को भी प्रदर्शित करता है। प्रियन प्रोटीन का वह प्रकार है जिसकी वजह से मस्तिष्क में सामान्य प्रोटीन श्रृंखला असामान्य प्रोटीन श्रृंखला में बदल जाती है। तंत्रिका संबंधी यह बीमारी मनुष्यों और पशुओं दोनों में पाई जाती है।

## सुबह उठते ही होता है सिरदर्द?

### जानें कारण और होममेड ट्रीटमेंट

क्या आपको सुबह उठते ही सिरदर्द या सिर भारी-भारी होता है? आपका जवाब अगर हाँ है, तो इसका कारण आपको पता होना बेहद जरूरी है। लीवर में किसी भी तरह की समस्या सबसे पहले मॉर्निंग डिजीनेस का संकेत देती है।



#### ये भी हैं कारण...

■ एनीमिया या किसी दूसरी वजह से ख्रन में ऑक्सीजन की कमी होती है और सुबह चक्कर आते हैं। इससे आपको उठने का मन नहीं करता और कमजोरी भी जल्दी हो जाती है।

■ शुगर लेवल बढ़ने या घटने पर मॉर्निंग डिजीनेस की समस्या किसी को भी हो सकती है। वहीं, अगर आपने एक दिन पहले मीठा खाया है, तो इसे चांसेस बहुत ज्यादा है कि आपको अगले दिन बैदेनी हो।

■ शरीर में पानी की कमी के कारण भी सोकर उठने पर चक्कर आना आम बात है। आप अगर पूरे दिन एक लीटर भी पानी नहीं पीते, तो आपको परेशानी हो सकती है।

#### ये उपाय करेंगे मदद

ये कारण जानने के बाद आप इन पर काम कर सकते हैं। जैसे, ज्यादा पानी पीना, चीनी कम खाना लेकिन इसके अलावा भी ऐसे तरीके हैं, जिनपर अमल करके सुबह की इस परेशानी से मुक्ति पा सकते हैं।

● नींबू पानी पीने से भी मॉर्निंग सिक्नेस जैसी परेशानी नहीं रहती।

● नींबू पानी पीने के बाद अगर आप 5-7 मिनट्स की बॉक के लेंगे, तो भी आप अच्छा फील करेंगे।

● लेमन टी भी मॉर्निंग सिक्नेस को दूर करने में कारगर है। इससे आपको रिफ्रेशिंग फील होगा।

● सुबह नहाने से भी मॉर्निंग डिजीनेस की समस्या दूर हो सकती है। इसके लिए आपको गुनगुने पानी का इस्तेमाल करना है।

08

बॉलीवुड हलचल

मुंबई, शुक्रवार, 22 अक्टूबर, 2021



दैनिक  
**मुंबई हलचल**  
अब हर सच होगा उजागर

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

**Mariyam  
Heritage**

**vasai (E)**



**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).