मूल्य 1 रु.

वर्ष: 12 - अंक : 39, मुंबई, शनिवार, 5 मार्च, 2022 ■ RNI.NO. MAHHIN/2010/34146 ■ संपादक: दिलशाद एस. खान

दैनिक

मुंबई हलचल

भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त ®

अब हर सच होगा उजागर

नहीं रहे स्पिन के जादूगर शेन वॉर्न

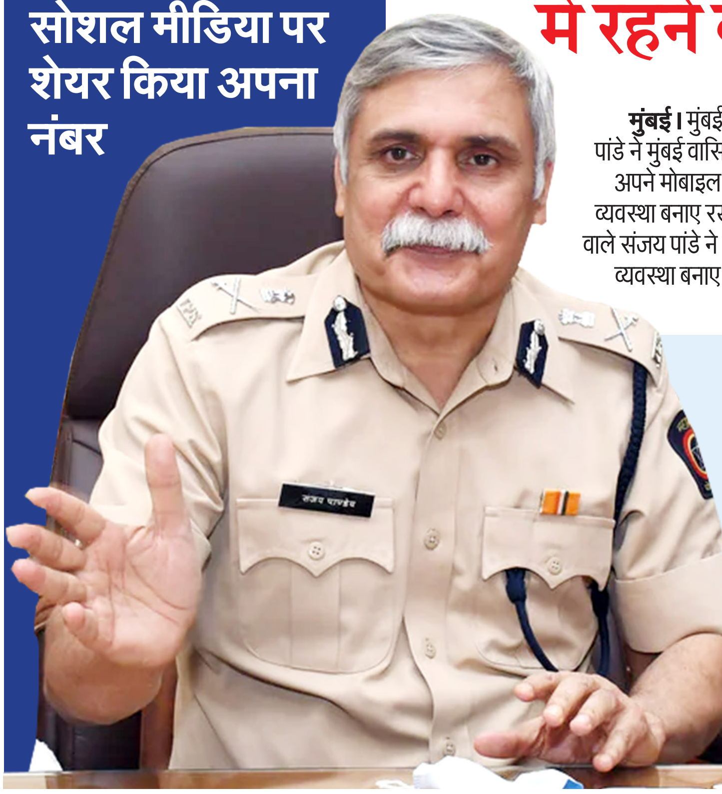
12 घंटे पहले रॉड मार्श के निधन पर जताया था शोक, यह उनके जीवन का आखिरी ट्वीट साबित हुआ

नई दिल्ली। ऑस्ट्रेलिया के दिग्गज लेग स्पिनर शेन वॉर्न का 52 साल की उम्र में निधन हो गया। फॉक्स न्यूज के मुताबिक उनकी मौत हार्ट अटैक से हुई है। वॉर्न ने शुक्रवार सुबह ऑस्ट्रेलिया के पूर्व विकेटकीपर बल्लेबाज रॉड मार्श के निधन पर ट्वीट किया था। इसमें उन्होंने मार्श के निधन पर दुख जताया था। यह उनके जीवन का आखिरी ट्वीट साबित हुआ। **(शेष पृष्ठ 3 पर)**

बड़े या छोटे सुझावों का स्वागत...

अब सीधे मुंबई के पुलिस कमिश्नर को भेज सकते हैं मैसेज, सोशल मीडिया पर शेयर किया अपना नंबर

मुंबई पुलिस कमिश्नर संजय पांडे ने मुंबईकरों को सीधे संपर्क में रहने का किया वादा



मुंबई हलचल / संवाददाता

मुंबई। मुंबई पुलिस की कमान संभालने के बाद मुंबई पुलिस कमिश्नर संजय पांडे ने मुंबई वासियों से सीधे संपर्क में रहने का वादा किया है। उन्होंने फेसबुक पर अपने मोबाइल नंबर शेयर करते हुए मुंबई वासियों की मदद, सुरक्षा और कानून व्यवस्था बनाए रखने का आश्वासन दिया। हमेशा सोशल मीडिया पर एक्टिव रहने वाले संजय पांडे ने गुरुवार को एक फेसबुक पोस्ट में कहा कि मुंबई पुलिस कानून–व्यवस्था बनाए रखने, सुरक्षा और मुंबईकरों की मदद के लिए 24 घंटे तैयार है।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

कोई भी पुलिस अधिकारी आम जनता से संवाद करने के लिए अमूमन अपना पर्सनल मोबाइल नंबर किसी को नहीं देता, लेकिन ऐसा पहली बार हुआ है कि मुंबई के नए पुलिस कमिश्नर संजय पांडे ने कानून–व्यवस्था बनाए रखने के लिए अपना निजी मोबाइल नंबर फेसबुक पर साझा कर दिया। मुंबई पुलिस कमिश्नर संजय पांडे ने यह बहुत ही सराहनीय पहल की है

एजाज लकड़ावाला पर शिकंजा

मुंबई के व्यापारी से 2 करोड़ की फिरौती मांगने का आरोप

वकोला पुलिस स्टेशन में दर्ज हुआ केस

मुंबई हलचल / संवाददाता

मुंबई। कुख्यात गैंगस्टर एजाज लकड़ावाला के खिलाफ वकोला थाने में फिरौती का एक और मामला दर्ज किया गया है। उसपर मुंबई सेंट्रल में एक व्यवसायी से 2 करोड़ रुपये की फिरौती मांगने का आरोप है। एजाज अभी भी कल्याण जेल में बंद है। लकड़ावाला को जनवरी 2020 में पटना जंक्शन के पास मीठापुर ओवरब्रिज से गिरफ्तार किया गया था।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

बिहार के पटना शहर से मुंबई पुलिस ने एजाज को पकड़ा था। मुंबई पुलिस की जांच पूरी होने के बाद एजाज को तलोजा जेल भेजा गया था

ओबीसी आरक्षण पर सुप्रीम कोर्ट के फैसले के खिलाफ महाराष्ट्र सरकार

विधानसभा में बिल पेश करने की तैयारी

संवाददाता / मुंबई। महाराष्ट्र सरकार ओबीसी आरक्षण विधेयक राज्य विधानसभा में पेश करने की प्लानिंग कर रही है। आगामी लोकल बॉडी इलेक्शन में दूसरे ओबीसी आरक्षण को सुरक्षित रखने के लिए सरकार यह कदम उठाने जा रही है। **(शेष पृष्ठ 3 पर)**

दैनिक
मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

हमारी बात

शांति की गुहार

यूक्रेन-रूस युद्ध विवाद देश के सर्वोच्च न्यायालय तक पहुंच गया है, तो कोई आश्चर्य नहीं। मामले का संज्ञान लेते हुए प्रधान न्यायाधीश एनवी रमना ने यूक्रेन में फंसे भारतीय छात्रों को बचाने की याचिका पर सुनवाई की है और एक सोशल मीडिया पोस्ट का हवाला दिया है, जिसमें उनसे सवाल किया गया था कि युद्धग्रस्त देश से भारतीय नागरिकों को वापस लाने के लिए उन्होंने क्या कदम उठाए हैं? प्रधान न्यायाधीश का यह कहना दिलचस्प है कि इस मामले में वह क्या कर सकते हैं, क्या वह रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन से युद्ध रोकने के लिए कह सकते हैं? मामला प्रधान न्यायाधीश के ऐसे प्रतिप्रश्न से कहीं अधिक गंभीर है। दरअसल, जब लोग निराश या परेशान होते हैं, तभी हर संभव दरवाजे पर दस्तक देते हैं। दरअसल, 200 से अधिक छात्रों की ओर से यह याचिका दायर हुई है, जो यूक्रेन में फंसे हुए हैं। सर्वोच्च न्यायालय से गुहार लगाई गई है कि वह छात्रों को बचाए। याचिकाकर्ता के वकील ने यह बताया है कि बचाव की उड़ानें पोलैंड और हंगरी से संचालित की जा रही हैं, रोमानिया से नहीं। ऐसे में, छात्राओं सहित भारतीयों की एक बड़ी संख्या है, जो बिना किसी सुविधा के वहां फंसी हुई है। खास यह कि सर्वोच्च न्यायालय की पीठ ने वकील की दलीलों पर गौर किया और अटॉर्नी जनरल के के वेणुगोपाल को रोमानिया सीमा के पास फंसे छात्रों को सुरक्षित स्वदेश लाने की प्रक्रिया तेज करने के निर्देश दिए। भारत सरकार लगातार समय-समय पर निर्देश जारी कर रही है कि छात्र तत्काल सुरक्षित इलाकों की ओर निकल जाएं। इसमें कोई संदेह नहीं कि छात्रों की वापसी के अभियान में देरी हुई है। पहले छात्रों को अपने स्तर पर स्वदेश लौटने के लिए इशारा किया गया था और अब सरकार को छात्रों की वापसी के लिए गंगा अभियान छेड़ना पड़ा है। चूंकि भारतीय छात्र वहां बड़ी संख्या में हैं, इसलिए उन्हें लेकर तरह-तरह की चर्चाएं भी उड़ रही हैं। सरकार को इन चर्चाओं पर गंभीरता से गौर करना चाहिए, क्या ऐसे छात्र हैं, जो वहां से लौटना नहीं चाहते? जो छात्र वहां मर्जी से रह जाएंगे, उनकी सुरक्षा की जिम्मेदारी किस पर होगी? क्या यूक्रेन की सेना भारतीय छात्रों को कवच की तरह इस्तेमाल कर रही है? या रूस ने भारतीयों को रिझाने या भरमाने मात्र के लिए यूक्रेनी सेना पर आरोप लगाए हैं? अगर किसी भी भारतीय के साथ बंधक जैसा व्यवहार किया जा रहा है, तो सच्चाई दुनिया के सामने आनी चाहिए। चिंता इसलिए भी ज्यादा है, क्योंकि सात हजार से ज्यादा भारतीय अभी भी युद्धग्रस्त क्षेत्रों में फंसे हुए हैं। भारत को सजग रहना होगा। संयुक्त राष्ट्र में हुए मतदान में 141 देश रूस के खिलाफ हो गए हैं और महज पांच देश उसके साथ हैं, जबकि भारत सहित 34 देशों ने मतदान नहीं किया है। बहुमत ऐसे देशों का है, जो रूस के खिलाफ हैं, इसमें अचरज की कोई बात नहीं। इससे रूस और उसके समर्थक देशों को भी पता चल गया होगा कि उनके साथ दुनिया के कितने कम देश हैं। दुनिया के ज्यादातर लोग यही चाहते हैं कि यह युद्ध तत्काल रुकना चाहिए और व्लादिमीर पुतिन को संयुक्त राष्ट्र में हुए इस मतदान पर गौर करते हुए रूस को किसी बड़ी हानि से बचाना चाहिए। युद्ध की शुरुआत में ही यह स्थिति है, जब तबाही बढ़ेगी, तब शायद पुतिन के साथ कोई नहीं खड़ा होगा।

काशी में मोदी को खुद लड़ना पड़ रहा!

रूस के समर्थन में सिर्फ चार देश! 193 देशों की संयुक्त राष्ट्र आम सभा के सिर्फ चार देशों ने यूक्रेन पर रूस के हमले का समर्थन किया! ये देश कौन? उत्तर कोरिया, सीरिया, बेलारूस, इरिट्रीया और पांचवा खुद रूस। परंपरागत रूसी समर्थक पड़ोसी सर्बिया ने भी रूस के खिलाफ वोट दिया। क्यूबा अनुपस्थित रहा। वेनेजुएला ने मतदान में भाग नहीं लिया। रूस की निंदा से बचने वाले अनुपस्थित देशों में सुरक्षा परिषद में अनुपस्थित रहे तीन देशों में चीन, भारत और यूएई में से यूएई ने आम सभा की वोटिंग में पाला बदला। उसने रूस की निंदा की। सो, भारत, चीन सहित 35 देश रूस की निंदा से बचते हुए वोटिंग में अनुपस्थित थे। दक्षिण एशिया में भारत के साथ पाकिस्तान, श्रीलंका और बांग्लादेश भी अनुपस्थित। मगर नेपाल, भूटान व मालदीव ने रूस की निंदा के प्रस्ताव पर वोट किया। दक्षिण अमेरिका और यूरोप के लगभग सभी देशों ने रूस की निंदा की। कुल मिलाकर पृथ्वी के 193 देशों में से 141 देशों ने रूस के विरोध में स्टैंड लिया। 54 अफ्रीकी देशों में से 28 निंदक देश और 17 अनुपस्थित देश। एशिया-प्रशांत क्षेत्र के 37 देश निंदक और 13 अनुपस्थित। (खेद है जो 'नया इंडिया' की कल की इस लीड खबर में पांच देश अनुपस्थित और रूस सहित 35 देशों के प्रस्ताव विरोध की गलत सब हेडिंग जल्दबाजी में लगी।) मार्च 2022 की इस वोटिंग से अपनी यह धारणा पुष्ट है कि दुनिया बदल गई। विश्व राजनीति अभूतपूर्व मोड़ पर है। आठ साल पहले भी ऐसे ही एक प्रस्ताव पर मतदान हुआ था। वह भी रूस की क्रीमिया पर हमले की निंदा का था। तब सौ देशों ने रूस की निंदा की। चीन, भारत सहित 58 देश तब अनुपस्थित रहे और 11 देशों ने रूस का समर्थन करके प्रस्ताव का विरोध किया।

इसलिए सवाल है मार्च 2014 से मार्च 2022 की विश्व राजनीति का क्या निचोड़? पहला यह कि महाशक्ति रूस लगभग पूरी तरह अब अछूत है। आठ साल पहले रूस के सौ देश निंदक थे और अब 141 देश है। तब 11 देशों ने समर्थन किया था अब चार देशों ने। ये चारों देश खुद विश्व समुदाय में मवाली और अछूत माने जाते हैं। दूसकी अहम बात कि आठ साल पहले की निंदा से पुतिन सुधरे नहीं। उन्होंने दुनिया की परवाह किए बिना फिर एक पड़ौसी यूक्रेन में सेना भेजी। तभी तय मानें कि ताजा निंदा, दुनिया में बदनामी और पाबंदियों का पुतिन पर असर नहीं होगा। इसलिए यूक्रेन की लड़ाई लंबी चलेगी। पुतिन अड़े रहेंगे। यूक्रेन पर कब्जा बनाएंगे। इसके लिए वे कुछ भी कर सकते हैं। एटमी विपदा (एटमी मिसाइल दागे जाने से लेकर यूक्रेन के पांच एटमी बिजली केंद्रों के रिएक्टरों पर किसी मिसाइल के छूट पड़ने वाली तबाही) से लेकर यूक्रेन से बाहर यूरोपीय देशों में लड़ाई फैलने, वैश्विक आर्थिक-वित्तीय तबाही, महायुद्ध जैसी हर आंशका तब तक जिंदा रहेगी जब तक रूस से पुतिन की सत्ता खत्म नहीं हो जाती।

सयुंक्त राष्ट्र की आम सभा में रूस की निंदा से दूर रहते हुए चीन ने उसके पक्ष की दलील में जो कहा है वह अपनी इस धारणा की पुष्टी है कि चीन और पाकिस्तान की केमिस्ट्री रूस से गुंथी हुई है। पुतिन-शी जिनफिंग-इमरान खान की तिकड़ी का सामरिक साझा पक्का है। तीनों ने आम सभा में एक सुर, एक भावार्थ के भाषण कराए। संयुक्त राष्ट्र में चीन के राजदूत ने कहा, यूक्रेन में स्थिति 'हृदय-विदारक' है लेकिन 'बहुत जटिल और संवेदनशील' और सभी पार्टियों की 'यूनिवर्सल सुरक्षा' की चिंता से बनी है। सभी से सलाह करके प्रस्ताव का प्रारूप नहीं बना। न ही यह इतिहास व मौजूदा संकट की जटिलताओं को ध्यान में रख कर बना है। इसमें अविभाज्य सुरक्षा के सिद्धांत को महत्ता नहीं दी गई और न राजनीतिक सेटलमेंट व कूटनीतिक कोशिशों को प्रमोट करने की अरजेंसी है। 'अविभाज्य सुरक्षा' का जुमला पाकिस्तान के भाषण में भी था। रूस इसी जुमले के आधार पर यूक्रेन पर हमला सही ठहराता है। मतलब किसी देश (बड़े) को अपने इलाके में अपनी सीमाओं से सटे देश या अपने पुराने भूभाग की कसौटी पर सुरक्षा की जरूरत समझ आने पर हमला करके उस पर कब्जा करने का हक! अन्य शब्दों में मौजूदा सीमाओं और भूभाग विशेष में बने देश की स्वतंत्रता-सार्वभौमता के (मसलन बेलारूस, क्रीमिया, यूक्रेन) चलते रूस को यदि अविभाज्य सुरक्षा की चिंता है (ऐसे ही चीन की ताइवान, अरूणाचल, लद्दाख) तो उसको भी समझा जाए। उसके चलते कोई सैनिक कार्रवाई करे तो उसे हमला न माना जाए। इसी दलील में चीन ने यह भी बता दिया है कि वह रूस के खिलाफ पांबदियों में सहभागी नहीं होगा।

भारत ने संयुक्त राष्ट्र आम सभा की बैठक में चीन और पाकिस्तान की 'अविभाज्य सुरक्षा' वाली जुमलेबाजी नहीं की। उस नाते रूस से कुछ दूरी व तटस्थता हुई। भारत के राजदूत ने हिंसा को तुंरत रोके जाने और लड़ाई रोकने की बात कहते हुए संयुक्त राष्ट्र के सभी सदस्य देशों से संयुक्त राष्ट्र के चार्टर अनुसार अंतरराष्ट्रीय कानून, एकता-अखंडता और सार्वभौमता का सम्मान करने का भाषण दिया। लेकिन यूक्रेन की एकता-अखंडता पर जब रूस हमला करते हुए सामने है तो उसकी भर्त्सना क्या अपने आप जरूरी नहीं हो जाती है? जो हो, भारत लगातार एक के बाद एक चार मौकों पर अनुपस्थिति दर्ज करा रूसी हमले की निंदा से दूर है। मोटा मोटी रूस के साथ चीन, पाकिस्तान के अलावा मध्य एशिया के कुछ इस्लामी देश (पूर्ववर्ती सोवियत संघ का इलाका) कजाकिस्तान, किर्गिस्तान, ताजिकिस्तान और फिर ईरान, अल्जीरिया, लाओस, मंगोलिया व विएतनाम ने निंदा के प्रस्ताव पर अनुपस्थित रह पुतिन से पंगा न लेते हुए उनसे दूरी दिखलाई है। उज्बेकिस्तान और तुर्कमेनिस्तान, मोरक्को ने वोटिंग में हिस्सा नहीं लिया। खाड़ी-अरब के चार देशों तुर्की, कतर, कुवैत और इजराइल का प्रस्ताव का कोस्पांसर बनना हैरानी वाला है इसलिए क्योंकि इजराइल और तुर्की बीच-बचाव में पुतिन से बात करने की फू-फां करते हुए थे। ऐसे ही एशिया प्रशांत क्षेत्र के 14 देशों (दक्षिण कोरिया, जापान, आस्ट्रेलिया, न्यूजीलैंड, फिजी, किरीबाती, मार्शल द्वीप, माईक्रोनेशिया द्वीपीय समूह, पॉलूआ, पापुआ न्यू गिनी, सामोआ, तिमोर, सिंगापुर) न केवल रूस की निंदा करते हुए थे, बल्कि ये सभी देश प्रस्ताव के स्पांसर भी थे। फिजी के राजदूत सत्येंद्र प्रसाद ने प्रशांत द्वीप फोरम की तरफ से दो टूक कहा कि रूसी सेनाओं की वापसी और हमला बंद हो, हमला संयुक्त राष्ट्र के चार्टर का उल्लंघन है। ऐसे ही बाकी आसियान देशों में इंडोनेशिया, फिलीपीन, थाईलैंड ब्रुनेई, मलेशिया ने निंदा प्रस्ताव का समर्थन किया।

जाहिर है एक मायने में ऐसा होना हिंद-प्रशांत क्षेत्र में चीन के मंसूबे की समझ में इलाके का कमर कसना है। तय मानें यूक्रेन संकट पर बने विश्व मूड से चीन को हिंद-प्रशांत क्षेत्र की हकीकत समझ आएगी। वैसा होना भारत और 'फ्री वर्ल्ड' के लिए सुकून वाली बात है। दुनिया का हर छोटा-बड़ा देश पुतिन के हमले के बाद अपनी और अपने ईर्द-गिर्द की सुरक्षा पर चिंता करता हुआ है। संयुक्त राष्ट्र की आम सभा की वोटिंग के नतीजों का सीधा मतलब है कि दुनिया को रूस-चीन के ख्यालों वाली नई विश्व व्यवस्था नहीं चाहिए। इस सत्य को हिंद महासागर के अपने पड़ोसी छोटे टापू देश मालदीव के राजदूत ने बखूबी बताया। आम सभा के अपने भाषण में उन्होंने कहा कि बतौर एक छोटे देश मालदीव हमेशा इस सिद्धांत को मानता है कि सार्वभौम देश की एकता-अखंडता का कभी उल्लंघन नहीं होना चाहिए। ऐसा मानना हमारे इस बुनियादी विश्वास से है कि सभी देश समान हैं और संयुक्त राष्ट्र चार्टर के सिद्धांत सभी के लिए बिन शर्त सर्वमान्य। हमारे पास लड़ाई के ताकतवर हथियार नहीं हैं, कुछ यदि है तो अपने मूल्य और सिद्धांत हैं, जिससे जीते हुए हैं और जिनको लेकर देशों में एकजुटता है।

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।

दारुल फलाह गार्डन सर्विस स्टेशन पर युवकों द्वारा की गई खूनी वारदात

आफान शेख (वर्ष 17) | रिजवान अकबर शेख उर्फ पचास | शब्बीर कासम अली शेख (वर्ष 17) | हामिद रजा उर्फ मोनू (वर्ष 22)

संवाददाता/समद खान

मुंब्रा। गत 2 मार्च बुधवार शाम 7:30 बजे दारुल फलाह गार्डन सर्विस स्टेशन के पास हुई खूनी वारदात का मामला प्रकाश में आया है नोमान फिरोज मेमन वर्ष 21 रहिवासी दामजी बिल्डिंग रूम नंबर 47 दरगाह रोड अमृत नगर मुंब्रा पर कुछ युवकों ने धारदार हथियार से हमला किया उन हमलावर का नाम रिजवान अकबर शेख उर्फ पचास वर्ष 24 रहिवासी अमृत नगर मुंब्रा, हामिद रजा उर्फ मोनू शेख वर्ष 22 रहवासी शिवाजी नगर दरगाह रोड अमृत नगर, शब्बीर कासम अली शेख वर्ष 17 रहिवासी चांदनी अपार्टमेंट दूसरा माला रूम नंबर 202 अमृत नगर मुंब्रा, अफान शेख वर्ष 17 रहिवासी सुल्तान अपार्टमेंट डी विंग रूम नंबर 104 दादी कॉलोनी अमृत नगर मुंब्रा, हमला इन लोगों ने किया जिसमें से दो युवक नाबालिक है इस मामले में पुलिस द्वारा मिली जानकारी के अनुसार नोमान फिरोज दिसंबर 2021 के महीने में अपनी पत्नी आलिया के साथ जावेद चाइनीस दुकान से पार्सल ले जा रहे थे तभी यह चारों ने नोमान को देखते हुए कहां तूने मेरे छोटा भाई रेहान उर्फ पच्चीस के साथ मोबाइल को लेकर झगड़ा किया था यह बोलकर मुझे मेरी पत्नी के सामने मारने लगा मेरी पत्नी ने पुलिस में शिकायत करना चाहिए पर वो डर गई लेकिन यह पूरी घटना मेरे अम्मी अब्बा

घायल नोमान फिरोज मेमन (वर्ष 21)

को मेरी पत्नी ने बता दिया था फिर उसके बाद 2 मार्च बुधवार शाम 7:30 बजे मैं स्कोडा कार नंबर एमएच 01 एवी 2737 गाड़ी सर्विस कराने के लिए साजिद भाई के वाशिंग सेंटर दारुल फलाह के पास गया था तभी यह चारों वहां पर मौजूद थे इन चारों ने इसको देखते ही इस पर धारदार हथियार से इसके सीने पर पेट में पीठ पर कान पर वार कर दिए वहां पर मौजूद कुछ लोग इसको बचाने की कोशिश कर रहे थे परंतु इन चारों ने हत्यार दिखाकर लोगों से कहा अगर कोई हमारे बीच में आएगा तो मैं उसे जान से मार दूंगा और उसके बदन से खून निकल रहा था और वह गिर पड़ा फिर उसके बाद उसको घायल अवस्था में थाने के सिविल हॉस्पिटल ले गए जहां पर हॉस्पिटल प्रशासन ने हालत को गंभीर देखते हुए लेने से मना कर दिया और मुंबई के केएम हॉस्पिटल जाने की सलाह दी जहां पर उसके ऑपरेशन करने के बाद हालत उसकी अभी ठीक बताई जा रही है इस मामले में मुंब्रा पुलिस द्वारा सीआरपीसी आईपीसी भारतीय दंड संहिता की धारा 307 504 34 37(1)135 के तहत मामला दर्ज कर गिरफ्तार कर लिया गया है पुलिस द्वारा बताया जा रहा है रिजवान शेख उर्फ पचास पर कई आपराधिक मामले दर्ज हैं और यह चारों नशेड़ी हैं पुरानी दुश्मनी के तहत इन लोगों ने हमला किया और यह रिजवान अपनी गैंग बनाकर अमृत नगर दरगाह परिसर में लोगों से हफ्ता वसूली का काम करता है और अमृत नगर दरगाह इलाके के लोगों में उसने आतंक फैला रखा है जिस वजह से लोगों में डर का माहौल बना हुआ है और यह युवक समाज के लिए घातक बन गया है इसके लिए इसकी जगह सलाखों के पीछे है जहां उसे भेज दिया जाएगा गौरतलब बात यह है यह चारों हमलावर मैं से दो नाबालिक है जिनकी वय 17 वर्ष है और दो युवक जिनमें से एक की वय 22 वर्ष और दूसरी की 24 वर्ष है यह चारों युवक नशे का आदि बन चुके हैं और इसी नशाखोरी के चलते यह खूनी वारदात जैसे गंभीर अपराधों को अंजाम दे रहे हैं हालांकि मुंब्रा पुलिस हर तरह का प्रयत्न कर रही है कि मुंब्रा को नशा मुक्त किया जाए लेकिन पूरी तरह से सफल नहीं हो पा रही है लेकिन जब से एनडीपीएस के पीएसआई हर्षद काळे ने कमान संभाली है नशा कम हुआ है उनकी कोशिश है कि जल्द से जल्द मुंब्रा को नशा मुक्त किया जाए और नशे के सौदागरों को सलाखों के पीछे भेजा जाए क्योंकि यह नशा किसी एक व्यक्ति को बर्बाद नहीं करता उसके पूरे परिवार का सर्वनाश कर देता है।

अनिल देशमुख की मुश्किलें बढ़ीं, सीबीआई ने आर्थर रोड जेल पहुंचकर दर्ज किया बयान

मुंबई के पूर्व पुलिस आयुक्त परमबीर सिंह ने आरोप लगाया था कि तत्कालीन गृह मंत्री देशमुख ने मुंबई के कुछ चुनिंदा पुलिस अधिकारियों को रेस्तरां और बार से प्रति माह 100 करोड़ रुपये वसूलने के लिए कहा था

संवाददाता

मुंबई। सीबीआई अधिकारियों ने शुक्रवार को यहां आर्थर रोड जेल का दौरा किया और महाराष्ट्र के पूर्व गृह मंत्री अनिल देशमुख के खिलाफ भ्रष्टाचार के आरोपों के सिलसिले में लगातार दूसरे दिन उनका बयान दर्ज किया। एक अधिकारी ने यह जानकारी दी। जेल अधिकारी ने बताया कि केंद्रीय अन्वेषण ब्यूरो (सीबीआई) ने बृहस्पतिवार की सुबह से देशमुख का बयान दर्ज करना शुरू किया था और यह प्रक्रिया शनिवार को भी जारी रहेगी। उन्होंने कहा, मध्य मुंबई की ऑर्थर रोड जेल में,

जहां देशमुख फिलहाल कैद हैं, सीबीआई का दल सुबह करीब साढ़े 10 बजे पहुंचा। उन्होंने बताया कि इस दौरान पूर्व मंत्री के वकील भी मौजूद थे। धन शोधन के एक मामले में प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) द्वारा गिरफ्तार किए जाने के बाद राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी के वरिष्ठ नेता देशमुख वर्तमान में न्यायिक हिरासत में हैं। मुंबई के पूर्व पुलिस आयुक्त परमबीर सिंह ने आरोप लगाया था कि तत्कालीन गृह मंत्री देशमुख ने मुंबई के कुछ चुनिंदा पुलिस अधिकारियों को रेस्तरां और बार से प्रति माह 100 करोड़ रुपये वसूलने के लिए कहा था।

(पृष्ठ 1 का समाचार)

नहीं रहे स्पिन के जादूगर शेन वॉर्न

खबर के मुताबिक शेन वॉर्न थाईलैंड की एक विला में बेसुध पाए गए थे, जिसके बाद उन्हें अस्पताल ले जाया गया। डॉक्टरों के तमाम प्रयास के बावजूद उन्हें बचाया नहीं जा सका। इतनी कम उम्र में हार्ट अटैक के पीछे वॉर्न की सिगरेट और शराब की लत को बड़ी वजह माना जा सकता है। वॉर्न एक चेन स्मोकर थे और कई बार उन्हें ग्राउंड पर भी सिगरेट पीते हुए देखा गया था। साथ ही वे ओवर ड्रिंकिंग भी करते थे। शेन वॉर्न ने 23 साल की उम्र में भारत के खिलाफ 1992 में सिडनी टेस्ट से अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में डेब्यू किया था। उन्होंने अपना आखिरी टेस्ट मैच जनवरी 2007 में इंग्लैंड के खिलाफ सिडनी में ही खेला था।

बड़े या छोटे सुझावों का स्वागत...

मुंबई शहर के साथ उनका भावनात्मक संबंध है। पिछले 30 वर्षों से वह पुलिस बल में विभिन्न पदों पर कार्य किया है। मुंबई पुलिस की अपनी एक गौरवशाली परंपरा और इतिहास है। मुंबई पुलिस की तुलना हमेशा स्कॉटलैंड पुलिस से की जाती रही है। मुंबई पुलिस आयुक्त के रूप में उन्हें मुंबई के लोगों की सेवा करने का अवसर मिला है। यह उनके लिए गौरवशाली और गर्व की बात है। इस कठिन समय में और समग्र रूप से कानून-व्यवस्था की दृष्टि से हमें कई कठिनाइयों का सामना करना पड़ेगा। इसलिए यदि वह मुंबई पुलिस बल के कामकाज में सुधार की आवश्यकता महसूस करते हैं और उनका कोई सुझाव है, तो वह उन्हें उनके मोबाइल नंबर 9869702747 पर बता सकते हैं। संजय पांडे के कहा कि कभी-कभी छोटे-छोटे सुझाव भी बड़ा बदलाव ला सकते हैं। इसलिए हम निश्चित रूप से सही निर्देशों के अनुसार परिवर्तन करने का प्रयास करेंगे। दूसरी ओर वह मुंबई पुलिस के सभी अधिकारियों और नौकरशाहों के साथ-साथ मुंबई के लोगों को आश्वस्त करना चाहते हैं कि मुंबई पुलिस लोगों की मदद, कानून और व्यवस्था बनाए रखने के लिए 24 घंटे तैयार है। मुंबई पुलिस कमिश्नर संजय पांडे ने सोशल मीडिया पर लिखा, 'बड़े या छोटे सुझावों का स्वागत है। मैं कोशिश करूंगा कि सभी मेसेज का जवाब दूं। मैं भी आपके साथ साझा करूंगा कि हम साप्ताहिक आधार पर क्या काम कर रहे हैं।' संजय पांडे ने सोशल मीडिया पर लिखा है, 'मैं अपना व्यक्तिगत नंबर साझा कर रहा हूं। आप हमेशा वॉट्सऐप/टेक्स्ट मेसेज के साथ-साथ फेसबुक या ट्विटर पर भी मुझसे संपर्क कर सकते हैं।'

डॉन एजाज लकड़ावाला पर शिकंजा

केस दर्ज करने के बाद आगे की जांच के लिए केस को मुंबई पुलिस के फिरौती विरोधी दस्ते को भेजा दिया गया है। लकड़ावाला पर आरोप है कि जून 2013 से मार्च 2017 के बीच उसने व्यापारी को कई बार धमकाया था। हालांकि, जान के डर से वह पुलिस के पास नहीं गया। पुलिस द्वारा उसे गिरफ्तार करने के बाद अब धीरे-धीरे लोग सामने आ रहे हैं और उसके खिलाफ केस दर्ज करवा रहे हैं। एजाज लकड़ावाला अंडरवर्ल्ड डॉन दाऊद इब्राहिम का करीबी रहा है। उस पर 25 से ज्यादा केस दर्ज हैं। जिसमें हत्या, फिरौती और अपहरण जैसे केस शामिल हैं। 2004 में एजाज अस्पताल से फरार हो गया था। 2008 के बाद से लकड़ावाला के बारे में पुलिस को भी कोई जानकारी नहीं थी। छोटा राजन गैंग का सदस्य रहा एजाज मुंबई और दिल्ली में 24 से ज्यादा केसों में वांछित है, जिसमें हत्या और फिरौती के कई केस शामिल हैं। कभी जोगेश्वरी इलाके में रहने वाले लकड़ावाला ने बांद्रा के सेंट स्टेनीस्लूस स्कूल से पढ़ाई की है। साल 2004 में छोटा शकील के साथ सांठगांठ के आरोप में छोटा राजन ने एजाज पर बैंकॉक में हमला करवाया था। उस दौरान कहा गया कि वह हॉस्पिटल से भागकर दक्षिण अफ्रीका पहुंच गया था। 28 दिसंबर 2019 को मुंबई पुलिस ने एजाज की बेटी सोनिया को अरेस्ट किया था, जिसकी निशानदेही पर बिहार के पटना शहर से मुंबई पुलिस ने एजाज को पकड़ा था। मुंबई पुलिस की जांच पूरी होने के बाद एजाज को तलोजा जेल भेजा गया था।

ओबीसी आरक्षण पर सुप्रीम कोर्ट के फैसले के खिलाफ महाराष्ट्र सरकार

स्थानीय निकाय चुनाव में ओबीसी आरक्षण को लेकर विपक्षी दलों के लगातार विरोध प्रदर्शन के बाद राज्य के उप मुख्यमंत्री अजित पवार ने यह ऐलान किया है। उन्होंने कहा कि सोमवार को दोनों सदनों में यह बिल पेश किया जाएगा। आगामी निकाय चुनाव में ओबीसी कोटा को सुनिश्चित करने के लिए राज्य कैबिनेट नए विधायी बिल को मंजूरी देने के लिए इस बिल को विधानसभा में पेश करेगी। खबर के मुताबिक अजित पवार ने कहा कि महाविकास अघाड़ी सरकार आगामी निकाय चुनाव में ओबीसी आरक्षण निश्चित तौर पर दिए जाने के पक्ष में है।

लिटिल स्टार भौतिक को इंटरनेशनल ग्लोरी अवार्ड

सिनेमा और समाज के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने के लिए अंतर्राष्ट्रीय सम्मान

मुंबई। लिटिल स्टार भौतिक को इंटरनेशनल ग्लोरी अवार्ड से सम्मानित किया गया। सिने एवम टीवी आर्टिस्ट भौतिक को सिनेमा और समाज के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने के लिए अंतर्राष्ट्रीय सम्मान से नवाजा गया है। इंटरनेशनल वर्चुएल इवेंट में चाइल्ड आर्टिस्ट भौतिक को सम्मान पत्र देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि सयुक्त राष्ट्र प्रतिनिधि यू एस ए आर के शाह विशिष्ट अतिथि पदमश्री डॉ. विजय शाह, वर्ल्ड हेल्थ यूनिवर्सिटी शिकागो के कुलपति डॉ. वारा, प्रो. डॉ. इवान गैसीना (क्रोसिया) सहित राष्ट्रीय अंतर्राष्ट्रीय क्षेत्रों की कई जानी मानी हस्तिया उपस्थित रही। सम्मान समारोह का आयोजन अंतर्राष्ट्रीय संस्था धराधाम के तत्वधान में किया गया था। संस्था प्रमुख डॉ. सौरभ पांडेय ने बताया कि लिटिल स्टार भौतिक को सिनेमा क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने के लिए ज्यूरी ने इस सम्मान के लिए चुना है। इंटरनेशनल सम्मान के लिए चुने जाने पर भौतिक ने अपनी प्रतिकिया देते हुए कहा कि य ये उनके लिए बेहद गौरव का विषय है, इस सम्मान के लिए मै ज्यूरी के साथ साथ अपने प्रसंसको को शुक्रिया कहना चाहुगा। लिटिल स्टार ने कहा कि पब्लिक फिगर होना बेहद चुनौतीपूर्ण जिम्मेदारी है, लोग आपको देखते है प्यार करते है ये सही है पर वो आपकी जीवनशैली को फॉलो भी करते है ऐसे में हमें अपने लुक्स के साथ साथ बहुत सी बातों का खास ध्यान रखना पड़ता है इसमें कैरेक्टर बहुत महत्वपूर्ण है। मै हमेशा कोशिश करता हु कि अच्छे से अच्छा काम करू और लोगो को प्रेरित कर सकूँ। प्रतिभा किसी उम्र की मोहताज नहीं होती और ना ही इसका दायरा सीमित होता हैं बस सच्ची लग्न, मेहनत और दृढ़ इच्छा हो असंभव कुछ भी नहीं इसी बात को साबित किया है। भौतिक को इससे पहले 2020 में यंग लीडरशिप अवार्ड के साथ साथ ग्लोबल पीस अम्बेस्डर इंटरनेशनल आइडल अंतर्राष्ट्रीय सम्मान ले साथ साथ ग्लोबल एचीवर अवार्ड से भी सम्मानित किया जा चुका है। नन्हे सितारे मास्टर भौतिक ने मायानगरी में अपनी अलग पहचान बना चुके लिटिल स्टार भौतिक ने अपनी कला प्रतिभा के दम पर वर्ष 2020 के सर्वश्रेष्ठ बाल कलाकार का खिताब अपने नाम किया है। मॉडलिंग की दुनिया से अपने फिल्मी करियर की शुरूआत करने वाले भौतिक अभी तक टीवी से लेकर हॉलीवुड तक के प्रोजेक्ट में नजर आ चुके है। इन दिनों वो जी टीवी के प्राइम शो अपना टाइम भी आएगा में दिखाई दे रहे है जहाँ उनके किरदार को बहुत पसंद किया जा रहा है। कार्यक्रम का सफल संचालन वर्ल्ड हेल्थ यूनिवर्सिटी शिकागो के कुलपति डॉ. वारा ने किया।

यूक्रेन से आयें छात्रों से जिलाधिकारी ने की मुलाकात

मुंबई हलचल/विद्या शंकर शुक्ला

प्रयागराज। जिलाधिकारी संजय कुमार खत्री गुरूवार को यूक्रेन से आयं हुये छात्रों से कलेक्ट्रेटपरिसर में मुलाकात करते हुये उनसे उनके कुशलक्षेम के बारे में जानकारी प्राप्त की। जिलाधिकारी ने छात्रों के माता-पिता से भी बातचीत की। जिलाधिकारी से मिलने वाले छात्रों में रितिक दिवाकर निवासी धूमनगंज एवं रूचि पाण्डेय निवासी सुलेम सरॉय बताया जा रहा है। जिलाधिकारी ने छात्रों को आश्वस्त करते हुये कहा कि यूक्रेन में यदि उनके कोई साथी या अन्य कोई छात्र फंसे हुये होंगे, तो उनकों भी लाने की कार्रवाई शीघ्रता से की जायेंगी।

पीड़िता से मिली ऐपवा नेत्री, आरोपियों को जल्द गिरफ्तार करे पुलिस: बंदना सिंह

पुलिस निष्क्रियता के खिलाफ 8 मार्च को जिलाव्यापी प्रतिरोध मार्च: ऐपवा

समस्तीपुर। महिला अधिकार कार्यकर्ता सह ऐपवा जिला अध्यक्ष बंदना सिंह ने अपने टीम के साथ समस्तीपुर सदर अस्पताल पहुंचकर दलसिंहसराय प्रखण्ड के घटहो थाना के भैरोपट्टी की रेप पीड़िता से मिलकर घटना की जानकारी ली। रूंधे गले से पीड़िता ने बर्बर रेप की घटना की जानकारी दी। पीड़िता की बहन ने बताया कि बर्बर रेप के बाद जान मारने की कोशिश भी की गई। केस नहीं करने की धमकी आरोपियों की ओर से मिल रहा है। आरोपियों को बचाने की कोशिश में उसके पिता रसगुल्ला मियां लगे हुए है। पीड़िता की बहन ने कहा कि वे किसी भी धमकी से डरने वाली नहीं है। उसके बहन की तरह और बहन- बेटियों के इज्जत- आबरू से नहीं खेला जाये इसलिए हमलोग आरोपियों को सजा दिलाएंगे। मौके पर ऐपवा नेत्री श्रीमती सिंह ने घटना की निंदा करते हुए पुलिस से अविलंब आरोपियों की गिरफ्तारी करने की मांग की। उन्होंने पुलिस प्रशासन को चेतावनी देते हुए कहा कि यदि 3 दिनों में आरोपियों को गिरफ्तार नहीं किया गया तो 8 मार्च को जिले के प्रखंडों में न्याय मार्च निकालकर महिलाएं आरोपियों की गिरफ्तारी की मांग करेंगी साथ ही गिरफ्तारी होने तक आंदोलन चलाया जाएगा। महिला अधिकार कार्यकर्ता बंदना सिंह ने कहा कि एक बोतल शराब की खबर सुनकर सरपट दौड़े- दौड़े चले आने वाली पुलिस इस जघन्य रेप के आरोपियों को गिरफ्तार नहीं कर रही है। यह शर्म की बात है। सुशासन की भाजपा-जदयू सरकार पर लानत है। आरोपियों द्वारा केस हटाने की धमकी के मद्देनजर उन्होंने पीड़िता एवं परिजनों की भी सुरक्षा की मांग जिला प्रशासन से की है।

एक पखवाड़े में खाद्य तेल में 15 से 20 प्रतिशत की बढ़ोतरी

संवाददाता/अशफाक युसुफ

बुलढाणा। कोरोना काल के दौरान तेल की कीमतें तेजी से बढ़ीं और करीब 90 प्रतिशत की तेजी के साथ 85 से 90 रुपए बिकने वाला तेल 160 से 170 रुपए पर आ गया था। रसोई घर में तेल की लगातार बढ़ती महंगी से घर का बजट बिगड़ने से गृहणियां परेशान हैं। बीते एक पखवाड़े में 15 से 20 प्रतिशत की बढोतरी दर्ज की गई है। यह पहला मौका है जब पांच राज्यों में विधानसभा चुनाव की चौसर बिछी है, तो दूसरी ओर किचन में तेल की धार लगातार महंगी हो रही है। केंद्र के भाव कम रखने के तमाम उपायों पर इंडोनेशिया का निर्यात रोकने का फैसला भारी पड़ रहा है। बाजार के जानकारों के मुताबिक इंडोनेशिया से भारत 21 प्रश पाम ऑइल का आयात करता है। 14 प्रतिशत के साथ चीन दूसरे स्थान पर है। यूक्रेन युद्ध का भी परिणाम तेल की कीमतों पर पड़ रहा है और आगामी एक माह तक यह रहने की आशंका है। आने वाले समय में जल्द खाद्य तेलों के दाम गिरने की संभावना नहीं है। पाम ऑइल में बीते एक पखवाड़े में जबर्दस्त उछाल आया, जिसके कारण सोयाबीन तेल प्रति लीटर 130 से 140 रु हो गया। जबकि सूरजमुखी 130 से बढ़कर 142 रु, पॉम ऑइल 128 से 139 रु, मूंगफली तेल का 142 से 150 रुपए हो गया।

शरीर सौष्ठव को पेशेवर खेल नहीं माना जाता था लेकिन अब यह विकसित होकर आगे बढ़ रहा है : मनीष अडविलकर

मुंबई। खेल के रूप में शरीर सौष्ठव एक ऐसा खेल है जो मानव शरीर के मांसपेशियों को बढ़ाने और फिटनेस को बढ़ावा देने के लिए डिजाइन किए गए व्यायाम का आहार है। प्रतिस्पर्धी गतिविधि के रूप में, शरीर सौष्ठव का उद्देश्य कलात्मक फैशन में स्पष्ट मांसपेशियों, समरूपता और समग्र सौंदर्य प्रभाव की परिभाषा को प्रदर्शित करना है। भारत में, शरीर सौष्ठव को एक पेशेवर खेल नहीं माना जाता था। लेकिन यह भारत में विकसित होकर आगे बढ़ा है। इस खेल के प्रशंसकों की संख्या तथा खेल के प्रति प्रेम में हाल के वर्षों में वृद्धि देखी गई है। शरीर सौष्ठव को अब लोग पेशेवर करियर के रूप में भी स्वीकार कर रहे हैं। परेल श्री सपनों को शरीर सौष्ठव उद्योग में ऊंची उड़ान भरने के लिए मुंबई में सबसे बड़े प्लेटफार्म में से एक है। इसने लॉकडाउन से पहले अपना तीसरा संस्करण सफलतापूर्वक पूरा कर लिया है। 6 मार्च 2022 को इसके चौथे संस्करण को पूरा करने के लिए पूरी तरह तैयार है। इस संस्करण में पूरे मुंबई उपनगर के प्रतिभागी शामिल होंगे। यह शहर की सबसे बड़ी बॉडी बिल्डिंग प्रतियोगिताओं में से एक होगी। संस्थापक और मालिक मनीष अडविलकर अपने सह-मालिक दीपक चौहान के साथ पसंदीदा खेलों में से शरीर सौष्ठव प्रतियोगिता को आयोजित करने, प्रतिभागियों के लिए कैरियर के अवसर खोलने की कल्पना करते हैं। परेल श्री प्रत्येक संस्करण के साथ प्रतियोगिता को 'बड़ा और बेहतर' बनाने की कोशिश करता रहा है। ताकि उत्साही लोगों को इस उद्योग मेंआगे बढ़ने के लिए प्रेरित हों। आसिम रियाज ने कहा कि बॉडीबिल्डिंग न केवल एक फिट बॉडी बनाता है, बल्कि यह दिमाग को भी फिट रखता है। उन्होंने प्रतिभागियों को अद्भुत मंच देने के लिए परेल श्री को बधाई दी।

समस्तीपुर में निगरानी विभाग की बड़ी कार्रवाई

सहायक आपूर्ति पदाधिकारी के ठिकानों पर निगरानी ईकाई का छापामेरी से मचा हड़कंप

संवाददाता/जकी अहमद

समस्तीपुर। समस्तीपुर में आय से अधिक संपत्ति अर्जित करने वाले सहायक जिला आपूर्ति पदाधिकारी नवीन कुमार के दो - दो ठिकानों पर आज विशेष सतर्कता ईकाई द्वारा तलाशी ली जा रही है। समस्तीपुर और बेगूसराय में छापेमारी जारी है, एडीएसओ के खिलाफ मामला दर्ज। 2 करोड़ 17 लाख से अधिक अवैध सम्पत्ति हासिल करने के लिए सरकारी कार्यालय के दुरुपयोग मामले में विशेष निगरानी ईकाई (एसवीयू) ने अन्य सरकारी अधिकारी के परिसरों में छापेमारी की है। विशेष निगरानी न्यायलय कि अनुमति मिलने के बाद यह कार्रवाई कि जा रही है। समस्तीपुर के जिला सहायक आपूर्ति पदाधिकारी नवीन कुमार पर अपने कार्यालय का दुरुपयोग करने का आरोप है और उन्होंने अपनी आय से अधिक संपत्ति अर्जित की है। इसके बाद स्पेशल सर्विलांस यूनिट ने इनके खिलाफ जाल बिछाना शुरू कर दिया। शुक्रवार कि अहले सुबह एसयूवी की टीमों ने पुख्ता सबूत मिलने पर नवीन कुमार के समस्तीपुर अनुमंडल कार्यालय और बेगूसराय के विश्वनाथ नगर पार्क रोड स्थित आवासों पर एक साथ छापामारी की, इससे पूर्व उनके खिलाफ आय से अधिक संपत्ति अर्जित करने का मामला दर्ज किया गया था। एक साथ दो दो स्थानों पर विजलेंस कि टीम के द्वारा छापामारी कि खबर से सरकारी महकमे में हड़कंप मच गया। छापामारी लगभग छह घंटे तक चला, निगरानी विभाग के डी एस पी लव कुमार ने बताया कि इनके कार्यालय से कुछ भी बरामद नहीं हो सका है।

जहाजपुर के वरिष्ठ पत्रकार अनिल सोनी के भाई का दुर्घटना में निधन

मुंबई हलचल / भैरु सिंह राठौड़

भीलवाड़ा (राजस्थान)। जिले के जहाजपुर नगर के युवा व्यवसायी व वरिष्ठ पत्रकार श्री अनिल सोनी के अनूज भ्राता श्री राजेश सोनी का एक दुर्घटना में निधन हो गया हैं, यह सभी के लिए दुखद और परिजनों के लिए वज्रपात साबित हुआ हैं! श्री राजेश सोनी रक्तदाता भी थे तथा पुर्व में विहिप के रक्तदान शिविर में रक्तदान भी करते रहे है! इस दुखद घडी मे ईश्वर से प्रार्थना है की दिवंगत आत्मा को श्री चरणो में स्थान व परिजनों को वज्रपात सहन करने का सामर्थ्य प्रदान करें! उनके निधन पर कई लोगों ने शोक व्यक्त किया हैं! जिनमें मुंबई हलचल के राजस्थान संपादक एवं भारतीय ग्रामीण पत्रकार संघ के राजस्थान प्रदेश अध्यक्ष भैरु सिंह राठौड़, पृथ्वीराज जनशक्ति पार्टी महिला मोर्चा की राजस्थान प्रदेश अध्यक्ष श्रीमती के. बी. सुखवाल, वरिष्ठ पत्रकार एवं पृथ्वीराज जनशक्ति पार्टी की राजस्थान प्रदेश मीडिया प्रभारी युवा पत्रकार सुश्री पुष्पा भाटी (श्रीगंगानगर), भारतीय ग्रामीण पत्रकार संघ के अलवर जिलाध्यक्ष विनोद अग्रवाल, वरिष्ठ समाजसेविका एवं दलित महिला नेता डॉ. सुनीता खोकर, समाजसेवी नरेन्द्र सिंह किश्नावत (भीलवाड़ा), पत्रकार ओमप्रकाश लुहार (उथरणा) जहाजपुर, पत्रकार रामसुख मेघवंशी (आमेसर) आदि ने शोक व्यक्त किया हैं! उक्त जानकारी उथरणा के पत्रकार ओमप्रकाश लुहार ने राजस्थान संपादक भैरु सिंह राठौड़ को दी हैं।

जामोली में महाशिवरात्रि के पावन पर्व पर रंगारंग कार्यक्रम संपन्न हुआ

मुंबई हलचल / भैरु सिंह राठौड़

भीलवाड़ा (राजस्थान)। जिले की पंडेर उप तहसील के ग्राम जामोली गाँव में हर साल की भांति इस साल भी महाशिवरात्रि के पावन अवसर पर शिव नवयुग मंडल द्वारा आसन के महादेव मंदिर प्रांगण में भजन संध्या का आयोजन किया गया शिव नवयुवक मंडल के सदस्य श्याम लाल धाकड़ ने बताया कि यह कार्यक्रम हर साल की भांति इस साल भी किया गया यह कार्यक्रम महाशिवरात्रि के दूसरे दिन किया जाता है मंदिर को फूल माला व गुब्बारों से सजाया गया है दिन में महादेव शंकर भगवान का जुलूस निकाला गया सदस्य दुर्गा नाथ ने कहा कि भजन गायक कुलदीप बूंदी, किशोर शाहपुरा ने भजनों की प्रस्तुति दी नृत्यांगना नृत्य करते हुए सब को रिजाया इस मौके पर मुकेश धाकड़ इंदौर, शंभू नाथ, दिलकुश नाथ, गोविंद धाकड़, मुकेश धाकड़, दिनेश जैन, शिवराज धाकड़, कमलेश धाकड़, लक्ष्मण नाथ, चंद्रेश जोशीआदि शिव नवयुग मंडल के सदस्य उपस्थित रहे चंद्रेश जोशी ने मंच का संचालन करते हुए सबको गदगद कर दिया! उक्त जानकारी क्षेत्रीय पत्रकार दिनेश सोनी ने राजस्थान संपादक भैरु सिंह राठौड़ को दी हैं।

नवीन तु अपने माँ बाप को जिंदा लाशें छोड़ गया तु...किसके सहारे? : मोहम्मद जावेद खान

मुंबई हलचल / भैरु सिंह राठौड़

भीलवाड़ा (राजस्थान)। रुस और युक्रेन के युद्ध ने भारतीय छात्र नवीन को हमसे छीन लिया! जरा सोचिए उन माँ बाप की असहनीय पीड़ा को उन पर क्या गुजरती हुई होगी? नवीन की जुदाई में माँ बाप के दर्द को वरिष्ठ पत्रकार एवं संपादक मोहम्मद जावेद खान ने बहुत ही तार्किकता से परिलक्षित किया जो काबिले तारीफ हैं! मोहम्मद जावेद खान लिखते हैं कि -

तू ही तो हमारा किनारा था,
तू ही तो हमारा सहारा था।।
तू ही तोआंखों का तारा था,

नवीन तू ही तो अपने परिवार का किनारा था, तू ही तो परिवार का सहारा था, तू ही तो माँ की आंख का तारा था, यह कैसी अनहोनी थी, हर भारतवासी की आँखे हुई नम, छोड़ गया जो तू अपने माँ-बाप को, कैसे जिएगी अब तेरी माँ, नवीन तुम्हारी माँ तो यही सोचती हैं, क्या कभी अंबर से सूर्य बिछड़ता हैं, क्या कभी बिन बाती दीपक जलता हैं, फिर क्यों बिछड़ गया हमसे तू, नवीन तू ही तो अपने मां-बाप के जीवन का सूरज था, तेरेलिए जीवन का सूरज क्या अस्त हुआ, तुम्हारे माता-पिता के जीवन में अंधकार ही अंधकार हो गया, तुम अपने माता पिता को, अपने दादा को, क्यों छोड़कर इतने दूर चले गए, जहां से कभी नहीं आती चिट्ठी ना संदेश। अब से 2 दिन पहले ही तुम्हारा वीडियो कॉल आया था, तुमसे बात करते हुए तुम्हारे दादा की आवाज भर्रा रही थी, गला सूख रहा था, तुम्हारे पिता भी तुमको वीडियो कॉल पर देखकर तुमसे बात कर के अपने आंखों से आंसू छुपाने की कोशिश कर रहे थे, तुम्हारी माँ के दिल में डर था कहीं कोई अनहोनी ना हो जाए और अनहोनी हो गई, जिस दिन तुम्हारा यूक्रेन के खारकीव के मेडिकल कॉलेज में दाखिला हुआ था, तुम्हारे माता-पिता को ऐसा लगा होगा, उनका बुढ़ापा आसानी से कट जाएगा, जब बेटा डॉक्टर बन जाता हैं, तो बूढ़े माँ-बाप की चिंता बहुत कम हो जाती हैं, अगर बीमार पड़े तो बेटा डॉक्टर हैं, नवीन तुमको डॉक्टर इसलिए बनाने के लिए भेजा था की जब तुम डॉक्टर बन जाओगे तुम लोगों का इलाज करके लोगों का दुख दर्द दूर करोगे, लोगों के जख्मों पर मरहम लगाओगे और जख्मों को ठीक करोगे, पर जो जख्म तुम दे कर गए हो उसका इलाज इस दुनिया में किसी डॉक्टर के पास नहीं हैं। यूक्रेन के खारकीव में रूसी हमले में भारतीय छात्र नवीन की मौत हो गई, नवीन कर्नाटक का रहने वाला था, नवीन के पिता शेखर गौड़ा ने कहा कि उन्होंने अपने बेटे के साथ सुबह ही फोन पर बात की थी और वह हर दिन दो या तीन बार फोन पर बात करते थे, लेकिन मंगलवार को नवीन की मौत की खबर आ गई। खारकीव में हुई नवीन की मौत यूक्रेन पर रूस के हमले लगातार जारी हैं, विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता ने बताया कि खारकीव में जो हवाई हमले हो रहे हैं, उसमें एक भारतीय छात्र नवीन की मौत हो गई हैं। दुनिया ने हिरोशिमा से सबक नहीं लिया, शायद तीसरे विश्व युद्ध की तैयारी अपने चरम पर हैं, क्यों होता है युद्ध? खून की नदियां बहने लगती हैं, चारों ओर इंसानी मांस के टुकड़े बिखर जाते हैं, अनगिनत लोग युद्ध के कारण अपने प्राणों की आहुति देते हैं, ऐसा ही कुछ यूक्रेन और रूस की युद्ध में देखने को मिल रहा है। यूक्रेन पर रूसी हमले से यूक्रेन तबाही की ओर बढ़ता जा रहा हैं! घरों से उठती हुई आग की लपटें खंडहर होती इमारतें, बिजली गुल अंधेरे के साए में जी रहे यूक्रेन के लोग, लाशों के ढेर लगते हुए, गिरती हुई इमारतें, रेलवे ठप, ठप हुई हवाई यात्राएं, बंकरो में कैद लोग, किसे सुनाए अपनी पीड़ाए, कितना खौफनाक मंजर हैं, चारों ओर धमाकों की आवाजें चीखते लोग, मौत से छुपते लोग। क्यों होता है युद्ध, युद्ध से किसको होता है फायदा, गोला बारूद, बंदूक, गोली, हवाई जहाज पनडुब्बी बेचने का व्यापार दुनिया का सबसे बड़ा व्यापार, इस व्यापार में सबसे ज्यादा पैसा, और इस व्यापार का महारथी है अमेरिका, यूक्रेन और रूस के युद्ध में करोड़ों रुपए का असला बेचेगा अमरीका, लोग मरेंगे, कोई अपना बेटा खोएगा तो कोई अपना पति और इसी युद्ध में फायदे में रहेगा अमेरिका।

माना अंधेरा बहुत गहरा है,
हर और डर का पहरा है ।
ना जाने किस कोने
से मौत आ जाए ।।

(वरिष्ठ पत्रकार मोहम्मद जावेद खान की कलम से..)

AL HOOKAH
SHEESHA & FLAVOUR
Hookah Pot Starting Rs.499
All Flavours Rs.99
All Types of Hookah Flavours & Accessories Available
FREE HOME DELIVERY

Al.HOOKAH: Address, Shop No. 18, Parabha Apartment, Near Oshiwara Bus Depot, Link Road, Goregaon (W), Mumbai-400104
7900061017 / 8652068644 / 8591456564

कैप्टिव एनिमल्स के प्रबंधन पर कार्यशाला का आयोजन किया गया

मुंबई हलचल / भैरु सिंह राठौड़
भीलवाड़ा (राजस्थान)। विश्व वन्यजीव दिवस के अवसर पर वाइल्ड लाइफ एसओएस ने उत्तर प्रदेश वन विभाग के साथ गोरखपुर चिड़ियाघर (शहीद अशफाक उल्लाह खान प्राणि उद्यान) के जू कीपर्स और पशु चिकित्सा अधिकारियों के लिए 'कैप्टिव एनिमल्स के कल्याण और प्रबंधन' पर आगरा भालू संरक्षण केंद्र और मथुरा स्थित हाथी संरक्षण एवं देखभाल केंद्र पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। दो दिवसीय कार्यशाला को तीन बैचों में विभाजित किया गया है, जिनमें से पहला बैच 2-3 मार्च को गोरखपुर चिड़ियाघर के जूकीपर्स, पशु चिकित्सकों और

अधिकारियों सहित 10 प्रतिभागियों के लिए आयोजित किया गया है। कार्यशाला का आयोजन कैप्टिव एनिमल्स के संरक्षण और मानवीय प्रबंधन तकनीकों में सुधार के उद्देश्य से किया गया है। कार्यशाला का पहला दिन आगरा भालू संरक्षण केंद्र में हुआ जहां जंगली जानवरों के बचाव, उनके पुनर्वास और स्वास्थ्य प्रबंधन जैसे विषयों पर वाइल्डलाइफ एसओएस के एक्सपर्ट्स द्वारा ज्ञान सांझा किया गया। बैजुराज एम.वी, डायरेक्टर कंजरवेशन प्रोजेक्ट्स, वाइल्डलाइफ एसओएस ने जंगली जानवरों के कल्याण, बचाव और पुनर्वास के महत्व' पर बात की और डॉ. एस, इलिया राजा, उप निदेशक पशु- चिकित्सा सेवाओं ने बचाए गए वन्य जीवों के स्वास्थ्य प्रबंधन' पर बात कर सुझाव दिए। इसके बाद फील्ड डिमॉसट्रेशन सेशन हुआ जिसमें केंद्र में रह रहे भालुओं का मानवीय प्रबंधन तकनीकों के इस्तमाल से कैसे स्वास्थ्य प्रबंधन किया जा सकता है इस पर चर्चा की गई। उक्त जानकारी पत्रकार नीरज जैन ने राजस्थान संपादक भैरु सिंह राठौड़ को दी हैं।

इदारा मअहदुल कासिम, बीकानेर में तीन बच्चो ने किया कुरआन शरीफ मुकम्मल मुफ्ती सद्दाम हुसैन कासमी

संवाददाता/सैय्यद अल्ताफ हुसैन

बीकानेर। इदारा मअहदुल कासिम बीकानेर जो बाबूजी एस्टेट प्रताप बस्ती गजनेर रोड़ पर स्थित है उसी इदारे मे हर साल की तरह इस साल तीन बच्चो ने नाजरा कुरआन शरीफ मुकम्मल किया सैय्यद जारा, सुहाना, नौमान तीनो होनहार व काबिल है इन मे सैय्यद जारा सबसे कम उम्र मात्र नौ साल की है बहुत जहीन न तेज दिमाग है मुफ्ती सद्दाम हुसैन कासमी ने बताया कि 3/3/2022 को इदारा मअहदुल कासिम का प्रोग्राम मुन्अकि द हुआ और हस्बे रिवायत तीनो बच्चो ने मेहमान मुफ्ती जुबैर कासमी व मुफ्ती हनीफ कासमी के सामने आखरी आयते पढ़कर दुआएं ली।

राजधानी जयपुर में गौ भक्तों का गाय माता को राष्ट्रमाता घोषित करवाने व 12सूत्री मांगों को लेकर विधानसभा का घेराव

संवाददाता/सैय्यद अलताफ हुसैन
बीकानेर। वंदे गौ मातरम परिवार बीकानेर व पशु क्रूरता संघर्ष समिति के संरक्षक श्री श्री 108 अखिल भारतीय महामंडलेश्वर श्री सरजु दास जी महाराज के सानिध्य में राजधानी जयपुर में गौ भक्त डॉक्टर ओम जी मुंडेल के द्वारा गाय माता को राष्ट्रमाता घोषित करवाने व 12सूत्री मांगों को लेकर विधानसभा के घेराव में एक बहुत ही बड़ा आंदोलन का आगाज हुआ और पूरी टीम के साथ धरना स्थल पर विशाल पंडाल में बड़ी संख्या में गौ भक्तों और साधु संतों के आशीर्वाद से 5 घंटे में सरकार को झुककर गाय माता के पक्ष में निर्णय देकर सभी गौ भक्तों की और गाय माता की विजय का उत्सव मनाया गया सरकार ने 5 दिन का समय मांगा है यदि सरकार अपने किए गए आश्वासन पत्र में किसी प्रकार की हठधर्मिता करती है तो हम सभी गौ भक्तों साधु साधु संतों के आशीर्वाद से पुनः राजधानी जयपुर में एक ऐसा आंदोलन करेंगे जो सरकार को सोचने पर मजबूर कर देगा आज हमारे संगठन के जिलाध्यक्ष धर्मेंद्र सारस्वत, हमारे राष्ट्रीय आईटी सेल के संयोजक नरेश सारस्वत, प्रवक्ता कर्ण पाल सिंह, मीडिया प्रभारी राजवीर मारु, महामंत्री सरवन सिंह सांखला, सरवण जी कायल, और बड़ी संख्या में गौ भक्त मौजूद रहे जय गौ माता और महामंडलेश्वर सरजू दास जी महाराज ने ओमजी मुंडेल का आभार प्रकट किया।

नागौरी तेली समाज के सामूहिक विवाह सम्मेलन के बैनर का विमोचन

संवाददाता/सैय्यद अलताफ हुसैन
बीकानेर। मदरसा रहमानिया में नागौरी तेलियानी वेलफेयर कमेटी की मीटिंग रखी गई। मीटिंग की सदारत जनाब सैयद अब्दुल हमीद साहब ने की।कमेटी के सचिव अब्दुल रऊफ राठौड़ ने बताया कि। मीटिंग में निम्नलिखित मुद्दों पर चर्चा करके उन पर मौजूद सभी लोगों की राय ली गई। सभी ने नीचे लिखें बिंदुओं पर अपनी पूर्ण सहमति प्रदान की। संस्था पंजीकरण के लिए अब्दुल कयूम साहब ने सभी के कागजात इकट्ठे करके पंजीकरण का काम मौके पर ही शुरूआत करके एक नया आयाम स्थापित किया। सदस्यों के कागजात लगभग कयूम साहब को सुपुर्द कर दिए गए।इंशा अल्लाह यह काम अब जल्दी ही पूरा होने की उम्मीद है। नागौरी तेलियान बीकानेर समाज की स्मारिका के लिए जिन लोगों को यह काम सुपुर्द किया गया था इस पर पुनः विचार किया गया और इस काम की शीघ्र अति शीघ्र शुरूआत करके अमलीजामा पहनाने के लिए मौजूद सभी लोगों ने अपनी राय रखी। इंशाल्लाह यह काम भी जल्दी ही शुरू किया जाएगा। इस मौके पर नागौरी तेलियान समाज के 12 वें सामूहिक विवाह के लिए बैनर का विमोचन किया गया इसके लिए मर्कज मस्जिद,मदीना मस्जिद, नई मस्जिद,फड़ बाजार, नूरानी मस्जिद,सर्वोदय बस्ती,चुंगी चौकी बंगला नगर, इस्लामनगर क्षेत्रों के लिए अलग-अलग बैनर वितरित किए गए।मीटिंग में सामूहिक विवाह के लिए सैयद मोहम्मद खालिद सय्यद आबिद अली पप्पन सैयद साबिर अली हाजी मोहम्मद हसन खिलजी सैयद अब्दुल हमीद चौधरी,अब्दुल कदीर गोरी, सिकन्दर राठौड़, अब्दुल जब्बार खिलजी बशीर अहमद एडवोकेट आदि ने विचार रखें। मीटिंग में सैयद अब्दुल हमीद चौधरी, हाजी हसन खिलजी, अब्दुल रऊफ राठौड़, इस्लामुद्दीन गौरी, साबिर अली, मकबूल खान, सैयद अबीद अली, सैयद मोहम्मद रिजवान, शाहिद राठौड़, खेर दिन जी पांचू, अब्दुल कदीर गोरी, अब्दुल जब्बार खिलजी, बशीर अहमद एडवोकेट, अब्दुल कयूम, सिकन्दर राठौड़, अब्दुल रशीद गोरी सहित बड़ी संख्या में नागौरी तेलियान समाज की लोग मौजूद थे। नागौरी तेलियान वेलफेयर कमेटी ने माहे रमजान के तुरंत बाद एक कार्यक्रम की रूपरेखा तय की जिसमें नवनियुक्त सदस्य व पदाधिकारी एवं समाज के 2002 से 2019 तक अब तक हुए 11 सामूहिक विवाह में जिन वालिदैन की 3 बच्चे बच्चियों की शादियां इज्तिमाई शादियों में हो चुकी है, उनके लिए सम्मान समारोह आयोजित करने का निर्णय लिया है। यह कार्यक्रम नई मस्जिद, सैयद चोक फड बाजार बाद नमाज इंशा होगा। इंशाअल्लाह। इस मोके पर सामुहिक विवाह 2022 के पंजीकरण की भी शुरूआत की जाएगी।

अधिकारियों की सांठगांठ के चलते नहीं हो पा रहा हैं अतिक्रमण पर नियंत्रण

संवाददाता/नदीम अख्तर
टाण्डा (रामपुर)। नगर के अंदर अधिकांश मात्रा में अतिक्रमण को दिया जा रहा है बढावा, अधिकारियों की सांठ गांठ के चलते नहीं हो पा रहा हैं अतिक्रमण पर नियंत्रण,अतिक्रमण करने वालों के होंसले बुलन्द,की जा रही हैं धन वसूली किसानों को हो रहीं हैं दुविधाएं। भारतीय किसान मजदूर यूनियन के राष्ट्रीय महासचिव अतीकुर्रहमान सल्मानी ने उच्च अधिकारियों को पत्र प्रेषित करते हुए,कहा हैं कि नगर के बीचों बीच से होकर गुजरने वाली नहर जालपुर माईनर जो केनाल विभाग के अन्तर्गत आती हैं उस पर जगह जगह स्लेब आदि डालकर खोखा एवं दुकानों का पक्का निर्माण कराकर पाटा जा रहा है खोखो के नाम पर धनवसूली भी की जा रही हैं किसानों को नहर से होने वाली आबपाशी में दुविधाऐ उत्पन्न हो रही हैं नगर का गन्दा पानी नगर पालिका परिषद द्वारा नहर के अन्दर डाल दिया गया हैं जब कि सिंचाई हेतु खेती के लिए साफ सुथरा पानी योग्य हैं स्लेबो एवं अतिक्रमण के चलते नहर की सहीं ढंग से सफाई व्यवस्था तक नहीं हो पाती हैं स्लेबो आदि के नीचे का गन्दा मलवा तक साफ नहीं हो पाता हैं यहीं हाल मुख्य मार्ग की पुलिया क्रासिंग का हैं नगर के गन्दे पानी की व्यवस्था नहर से अलग होना चाहिये ऐसा न करते हुए नहर विभाग

के कानूनों की धज्जियां उड़ाई जा रहीं हैं नगर पालिका परिषद द्वारा अतिक्रमण को बढ़ावा दिया जा रहा है जब कि विभागीय स्तर पर कोई कार्य वाही अम्ल में नहीं लाई जा पा रही हैं जब जब अतिक्रमण को लेकर मुद्दा उठाया जाता हैं तब तब विभागीय स्तर पर अधिकारियों आदि के माध्यम के चलते अतिक्रमण को लेकर जांच पड़ताल की जाती हैं तब उसकी खाना पूरी कर दी जाती हैं हड़कम्प जैसी स्थिति उत्पन्न होकर रह जाती हैं खोखो में जमकर परचून की दुकानों का रूप अपनाकर व्यापार कारोबार किया जा रहा हैं केनाल विभाग की सम्पत्ती पर किसी भी प्रकार का पक्का निर्माण कराये जाने की कानूनी तौर पर प्रतिबंध हैं फिर भी बढ़ावा दिया जा रहा हैं बरसात के दिनों में अतिक्रमण से अनेकों प्रकार की समस्याऐ उत्पन्न होकर रह जाती हैं नगर का गंदा व बरसात का पानी अवरुद्ध होकर वापसी कर जाता हैं पानी की निकासी न होने पर नगर के दर्जनों मोहल्ले जलमग्न होकर रह जाते हैं आवागमन भी बाधित होकर रह जाता हैं साथ ही गंदा पानी घरों के अन्दर प्रवेश कर जाता हैं रखा सामान भी खराब होकर रह जाता हैं तरह तरह की गम्भीर बीमारियां पनपने का भय बना रहता हैं अतिक्रमण की समस्या को देखते हुए कई बार उच्च अधिकारियों के माध्यम से विभागीय स्तर पर जांच पड़ताल की जाती हैं मात्र आशवासनों के आधार पर कोई कार्य वाही अम्ल में नहीं लाई जाती हैं नगर वासियों को समस्याओं से लेकर छुटकारा नहीं मिल पा रहा हैं फिल्हाल दोनों विभाग अपनी हठ धर्मिता में लिप्त होते दिखाई दे रहे हैं।

दिन में 5 बार खाएं फल-सब्जियां
100 साल की पाएंगे उम्र

आज के समय में लोगों की उम्र कम होती जा रही हैं। अगर किसी की थोड़ी लंबी उम्र है भी तो 60-70 की उम्र के बाद कोई ना कोई बीमारियां लगती ही रहती है। ऐसा होने का सीधा कारण हमारा खानपान और लाइफस्टाइल है। आजकल खाने वाली चीजों में मिलावट, समय पर खाना ना खाना, एक्सरसाइज ना करना आदि की वजह से आयु कम होती जा रही है। एक शोध में पता चला है कि अगर दिन में 5 बार फल और सब्जियों का सेवन किया जाए तो हमें लंबी आयु का उपहार मिल सकता है। एक बार में कम से कम 80 ग्राम खाने की सलाह दी गयी है। आज हम आपको ऐसे ही कुछ फल और सब्जियों के बारे में बता रहे हैं, जो तमाम तरह के पोषक तत्वों से भरपूर हैं।

शेलफिश का सेवन – शेलफिश एक ऐसा समुद्री खाद्य पदार्थ है जिसमें भारी मात्रा में जिंक यानि जस्ता होता है। जिंक सेक्स इच्छा और पावर बढ़ाने में काफी मदद करता है। शेलफिश में जिंक के साथ ही अमीनो एसिड, महिलाओं और पुरुषों में टेस्टोस्टेरॉन और प्रोजेस्टेरॉन बढ़ाने के लिए जिम्मेदार तत्व होते हैं। ये हॉर्मोन प्रजनन के लिए भी अहम हैं इसलिए शेलफिश का भी दिन में 1 या 2 बार सेवन करना जरूरी है।

सेब – सेब एक ऐसा फल है जो लगभग 85 प्रतिशत लोगों को पसंद होता है क्योंकि इसमें खट्टा और मीठा दोनों स्वाद होता है। एक हेल्दी लाइफ के लिए आपकी दिनभर की डाइट में कम से कम एक सेब जरूर होना चाहिए। सेब के सेवन से चेहरे पर निखार आने के साथ ही हमारी पाचन क्रिया भी दुरुस्त होती है। महिलाओं और पुरुषों दोनों में ही सेक्स संबंधी हॉर्मोन भी सक्रिय होते हैं। सेब का सेवन करने वाली महिलाओं को शिशु को जन्म देते वक्त कम दिक्कतों का सामना करना पड़ता है।

मिर्च – लिमिट में मिर्च का सेवन करने से शरीर को कई तरह के फायदे होते हैं। मिर्च का सेवन करने वाले लोगों को हार्ट अटैक का खतरा नहीं रहता है। मिर्च की वजह से शरीर में उन रसायनों का स्राव होता है जो दिल की धड़कन बढ़ाते हैं। इससे एंडॉर्फीन का स्राव भी बढ़ता है जिससे कामेच्छा बढ़ती है इसलिए अपने दिनभर की मील में मिर्च का सेवन करना ना भूलें।

अनार– अगर रोजाना अनार का सेवन किया जाए तो व्यक्ति को कुछ समय बाद दवाईयों का सेवन करने की जरूरत नहीं पड़ती है। अनार में कई ऐसे तत्व होते हैं जो शरीर की लगभग सभी जरूरतें दूर करते हैं। रोज एक ग्लास अनार का जूस महिलाओं और पुरुषों दोनों में ही दवाई की जगह ले सकता है।

स्ट्रॉबेरी – स्वास्थ्य की दृष्टि से स्ट्रॉबेरी बहुत फायदेमंद है। कई शोध साबित कर चुके हैं कि स्ट्रॉबेरी, चेरी और ब्लूबेरी जैसे फल कामेच्छा बढ़ाते हैं। वैज्ञानिकों का कहना है हालांकि इनका असर वियाग्रा की तरह फौरन नहीं होता लेकिन ज्यादा खाने से कुछ घंटों में ये असरदार साबित होते हैं।

सोने की आदत से जानें, कितने Healthy हैं आप?

सेहतमंद रहने के लिए जितना जरूरी भरपूर लेना है, उतना ही महत्वपूर्ण है सही पोजीशन में सोना। खराब नींद ना सिर्फ दर्द का कारण बनती है बल्कि इससे डायबीटीज, हाई ब्लड प्रेशर और दिल से संबंधित बीमारियों का खतरा भी बना रहता है। मगर क्या आपको पता है कि आपके सोने की आदतों से सेहत के बारे में कई बातें बताई जा सकती हैं। जी हां स्लीपिंग हैबिट्स से पता लगाया जा सकता है कि आप कितने हेल्दी हैं।

सोने की आदतों से जानें बीमारी

बार-बार पेशाब के लिए जाना

रात में बार-बार पेशाब आना डायबिटीज का लक्षण हो सकता है। अगर आप भी रात में 2 से ज्यादा बार पेशाब जाते हैं तो चेकअप करवाएं क्योंकि यह प्री-डायबीटीज का संकेत हो सकता है। दरअसल, जब खून में शुगर का मात्रा बढ़ जाती है तो शरीर पेशाब के रास्ते से इसे बाहर निकालने की कोशिश करता है।

अचानक नींद टूट जाना

सोते हुए अचानक नींद खुल जाना रेस्टलेस लेग सिंड्रोम का संकेत ह सकता है। यह एक दिमागी विकार है, जिससे लगभग 3 प्रतिशत आबादी के लोग प्रभावित है। अगर लगातार ऐसा हो तो डॉक्टर से संपर्क करें।

सोते समय झटके महसूस होना

जब रात को आप गहरी नींद में सो रहे होते हैं तो अचानक आपको झटके आने लगते है। ऐसा तब होता है जब आप सपना देख रहे होते हैं। कभी-कभी तो आप अचानक चिल्लाने भी लगते है। इस अवस्था को 'हाइपेनिक जर्क' कहा जाता है। एक रिसर्च के अनुसार दुनिया भर में 70 प्रतिशत लोग इस स्थिति को जरूर महसूस करते हैं।

सांस लेने में परेशानी

स्लीप ऐप्निया बीमारी के कारण सोते समय सांस लेने में परेशानी होती है। मौजूदा समय में लोगों में यह बीमारी काफी बढ़ रही है, जिसका सबसे बड़ा कारण है खराब दिनचर्या।

करवट बदलना और दिल तेज धड़कना

अगर आप रात को करवटें बदलते रहते हैं या अचानक दिल की धड़कने तेज हो जाती हैं तो यह ओवरऐक्टिव थायरॉयड के कारण हो सकता है। ऐसा होने पर आपको डॉक्टर से चेकअप करवाना चाहिए।

सोते समय हिल ना पाना

क्या आप भी सोते हुए अचानक जाग जाते हैं या अपने शरीर को हिला नहीं पाते। अगर ऐसा है तो आप स्लीप पैरालिसिस यानि निद्रा लकवा के शिकार हैं। स्लीप पैरालिसिस एक ऐसी अवस्था है जब कोई नींद से उठता है और देखता है कि उसका पूरा शरीर लकवाग्रस्त हो गया है। ऐसे में वह अपने शरीर के किसी भी अंग को हिला-डुला नहीं पाता। ऐसा अक्सर उन लोगों के साथ ज्यादा होता है जो नाकोर्लेप्सी या निद्रा रोग से ग्रस्त होते हैं। नींद से संबंधित इस समस्या में सोते या जागते समय मांसपेशियों की निष्क्रियता शामिल है।

अच्छी और गहरी नींद लेने के तरीके

शरीर का तापमान सामान्य रहने से नींद ज्यादा अच्छी आती है इसलिए सोने से पहल कभी भी ठंडे पानी से स्नान न करें।

➤ सोने से पहले चाय, कॉफी या किसी तरह के एनर्जी ड्रिंक का सेवन न करें। इसकी बजाए आप सोने से पहले गर्म दूध को पीएं। इससे आपको अच्छी नींद आएगी।

➤ रात में सोने से पहले तलवों पर सरसों के तेल से मालिश करनी चाहिए। इससे दिमाग शांत और स्थिर होता है, जिससे नींद अच्छी आती है।

➤ रात को हैवी खाना खाने से भी नींद न आने की परेशानी हो सकती है। रात के समय हल्का-फुल्का खाना खाएं। जिससे पेट में गैस बनने की परेशानी नहीं होगी।

दैनिक
मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

महिलाओं की सुरक्षा के लिए यामी गौतम एनजीओ में शामिल हुयी

बॉलीवुड अभिनेत्री यामी गौतम उत्पीड़न का शिकार हुई महिलाओं की सुरक्षा के लिए एनजीओ (गैर सरकारी संगठन) में शामिल हो गई हैं। यामी गौतम अपनी एक्टिविटी को लेकर काफी चर्चा में रहती हैं। वह अक्सर अपने फोटो वीडियो भी सोशल मीडिया पर फैंस के साथ साझा करती रहती हैं। यामी गौतम दो एनजीओ में शामिल हो गई हैं, जो देश भर में उत्पीड़न का शिकार हुई महिलाओं के जीवन को पहले की तरह बनाने के लिए काम करता है। यामी गौतम ने बताया, मैं बहुत गर्व के साथ यह बताना चाहती हूं कि मैंने दो एनजीओ से हाथ मिलाया है, जो देश भर में उत्पीड़न का शिकार हुई महिलाओं के जीवन को पहले की तरह आसान बनाने के लिए काम करते हैं। महिला सुरक्षा को अभी बहुत लंबा रास्ता तय करना है और इसी विषय को ध्यान में रखते हुए एनजीओ के साथ जुड़ी हैं। इन सभी मुद्दों पर काम करने की जरूरत से महिला सुरक्षा के मुद्दों से होती है, जो आज भी हमारे बीच हैं और महिला सुरक्षा को अभी एक लंबा रास्ता तय करना है। यामी गौतम ने बताया, इन एनजीओ के साथ मेरा जुड़ना सिर्फ एक शुरूआत है और आने वाले वक्त में, मैं अपने जीवन में सभी क्षेत्रों की महिलाओं की सुरक्षा और समर्थन के लिए बेहतर संसाधनों को मुहैया कराने में अपना योगदान देना चाहूंगी।

किसिंग सीन करने में प्रभास के छूट जाते हैं पसीने

इस वक्त प्रभास की फिल्म 'राधे श्याम' की हर तरफ चर्चा है। फिल्म में प्रभास के ऑपोजिट पूजा हेगड़े हैं। जब से फिल्म का ट्रेलर रिलीज हुआ है, फैंस दोनों की केमिस्ट्री की तारीफ करते नहीं थक रहे हैं। 'राधे श्याम' में प्रभास और पूजा हेगड़े के बीच किसिंग और इंटीमेट सीन्स भी हैं। प्रभास ने हाल ही इन सीन्स को लेकर बात की और बताया कि ऐसे सीन करने में उनकी हालत खराब हो जाती है। खबर के मुताबिक, प्रभास ने किसिंग सीन्स के एक्सपीरियंस को शेयर करते हुए कहा कि अगर फिल्म की डिमांड है और डायरेक्टर ने कहानी ही लव स्टोरी के हिसाब से लिखी है, तो वह मना नहीं कर सकते। प्रभास ने कहा कि कमर्शल फिल्मों में किसिंग सीन नजरअंदाज किए जा सकते हैं, पर लव स्टोरीज में नहीं। प्रभास ने कहा, मैं अभी भी किसिंग सीन करने और शर्ट उतारने में ही असहज हो जाता हूं। मैं चेक करता हूं कि सेट पर कितने लोग मौजूद हैं। फिर कहता हूं कि चलो कहीं और जाकर ये सीन करते हैं। छत्रपति में भी राजामौली सर ने मेरी शर्ट निकलवाई और कहा कि तुम कुछ भी कर सकते हो। प्रभास ने कहा कि वह किसिंग और बोल्ड सीन से बचने की कोशिश करते हैं, पर कहानी की डिमांड होती है तो वह कुछ नहीं कहते।

त्योहार के मौके पर रिलीज होगी रणबीर कपूर और श्रद्धा कपूर की अनटाइटल्ड फिल्म

प्यार का पंचनामा जैसी रोमांटिक कॉमेडी ड्रामा जैसी फिल्म का निर्माण करने वाले बॉलीवुड निर्देशक लव रंजन ने अपनी आगामी अनटाइटल्ड फिल्म की रिलीज डेट को पोस्टपोन कर आगे बढ़ा दिया है। लव रंजन की ये फिल्म अब अगले साल होली के मौके पर सिनेमाघरों में रिलीज होगी। निर्देशक ने अपनी अनटाइटल्ड फिल्म की नई रिलीज डेट की जानकारी अपने आधिकारिक ट्विटर हैंडल पर पोस्ट शेयर कर दी है। उन्होंने पोस्ट में लिखा, रणबीर कपूर और श्रद्धा कपूर अभिनीत लव रंजन की आगामी फीचर फिल्म अब अगले साल 8 मार्च को होली के मौके पर सिनेमाघरों में रिलीज होगी। लव रंजन और अंकुर गर्ग द्वारा निर्मित इस फिल्म को लव फिल्म और टी-सीरीज के भारत भूषण ने प्रस्तुत किया है। वहीं, इस अनटाइटल्ड फिल्म से रणबीर कपूर और श्रद्धा कपूर पहली बार एक दूसरे के साथ स्क्रीन स्पेश साझा करने वाले हैं।