

दैनिक

भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त



मुंबई हलचल

अब हर सच होगा उजागर

श्री हनुमान जयंती
के शुभ अवसर पर

शुद्ध घी में बनी बूंदी

₹440/- 320/- Kg.

Order Now **98208 99501**
ONLINE SHOP: www.mmmithaiwala.com

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

राउत का राज पर बड़ा हमला

बोले-ईडी के छापे से बचने के लिए बने

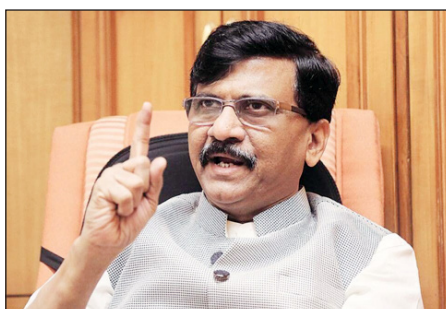
बीजेपी के लाउडस्पीकर

राउत बोले - शिवसेना के खून में है हिंदुत्व

मुंबई हलचल / संवाददाता

मुंबई। राजनीति में कब कौन सा मुद्दा हावी हो जाये कहना मुश्किल होता है। फिलहाल महाराष्ट्र में विकास का मुद्दा छोड़कर राजनीतिक पार्टियां लाउडस्पीकर (भोंगा) पर सियासत में जुटी हैं। चारों तरफ लाउडस्पीकर का शोर है। मुंबई की मस्जिदों में लगे अवैध लाउडस्पीकर को हटाने का मुद्दा बीजेपी ने उठाया था। हालांकि अब इस विषय को महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना ने हथिया लिया है।

(शेष पृष्ठ 3 पर)



सुप्रिया सुले ने भी राज पर हमला बोला है। उन्होंने कहा कि राज ठाकरे का भाषण सिर्फ एंटरटेनमेंट है

राज ठाकरे पर ठाणे में एफआईआर दर्ज



मनसे चीफ ने रैली में खुलेआम लहराई थी तलवार, तीन साथियों पर भी आर्म्स एक्ट में केस

मुंबई। महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना के प्रमुख राज ठाकरे और उनके तीन साथियों के खिलाफ ठाणे में एफआईआर दर्ज हुई है। (शेष पृष्ठ 3 पर)

गोरेगांव में 12 लाख रुपये के एमडी के साथ दो गिरफ्तार

गिरफ्तार आरोपियों की पहचान आदिल जैनुलाबद्दीन नखवा (31) और मोहम्मद हुसैन उर्फ मोहम्मद इस्ला काबरिया (41) के रूप में हुई है



मुंबई हलचल / संवाददाता

मुंबई। नशीली दवाओं के तस्करो के खिलाफ एक अभियान में, मुंबई शहर की अपराध शाखा ने मंगलवार रात को 12 लाख रुपये के मेफेट्रो (एमडी) के साथ दो लोगों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपियों की पहचान आदिल जैनुलाबद्दीन नखवा (31) और मोहम्मद हुसैन उर्फ मोहम्मद इस्ला काबरिया (41) के रूप में हुई है। क्राइम ब्रांच यूनिट 10 की एक टीम ने मंगलवार की रात गश्त के दौरान गोरेगांव पूर्व के बिंबिसार नगर के पास एक व्यक्ति को संदिग्ध रूप से घूमते हुए पाया। (शेष पृष्ठ 3 पर)

नवाब मलिक के खिलाफ सबसे बड़ी कार्रवाई

ईडी ने जेल में बंद मंत्री मलिक की मुंबई और उस्मानाबाद की 8 प्रॉपर्टीज जब्त की, इसकी कीमत अरबों में हो सकती है



मुंबई। प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) ने बुधवार को बड़ी कार्रवाई करते हुए महाराष्ट्र सरकार में मंत्री और मनी लॉन्ड्रिंग केस में गिरफ्तार राकांपा नेता नवाब मलिक की 8 प्रॉपर्टीज को जब्त कर लिया। सूत्रों के मुताबिक, यह ईडी की सबसे बड़ी कार्रवाई हो सकती है। इसमें प्रॉपर्टी की कीमत अरबों में आंकी जा रही है। उधर, 62 वर्षीय मलिक आज ही गिरफ्तारी के खिलाफ सुप्रीम कोर्ट पहुंचे हैं। (शेष पृष्ठ 3 पर)

मलिक की इन प्रॉपर्टीज को किया गया है जब्त

मनी लॉन्ड्रिंग एक्ट के तहत प्रवर्तन निदेशालय ने मुंबई और उस्मानाबाद की 8 प्रॉपर्टीज को जब्त किया है। इनमें कुर्ला के गोवा कंपाउंड में बना घर, कुर्ला पश्चिम में कमर्शियल बिल्डिंग, उस्मानाबाद में 148 एकड़ जमीन, कुर्ला वेस्ट में 3 फ्लैट और बांद्रा पश्चिम में 2 घर शामिल हैं। ईडी की इस कार्रवाई के बाद राज्य की सियासत एक बार फिर गर्म होने वाली है। महाराष्ट्र में सत्तारूढ़ महाविकास अघाड़ी का आरोप है कि गिरफ्तारी सिर्फ दबाव बनाने के लिए की गई है।

महाराष्ट्र में सीएनजी 5 रुपये और पीएनजी 4.50 रुपये महंगी



मुंबई। महाराष्ट्र में सीएनजी के खुदरा भाव मंगलवार को पांच रुपये प्रति किलो और पीएनजी के दाम 4.50 रुपये प्रति घन मीटर बढ़ा दिए गए। महाराष्ट्र गैस लिमिटेड ने सीएनजी एवं पीएनजी के दामों में वृद्धि की घोषणा करते हुए कहा कि लागत काफी बढ़ने से ईंधनों के दाम में वृद्धि करनी पड़ी है। बढ़ी हुई दरें मंगलवार आधी रात से लागू हो जाएंगी। (शेष पृष्ठ 3 पर)

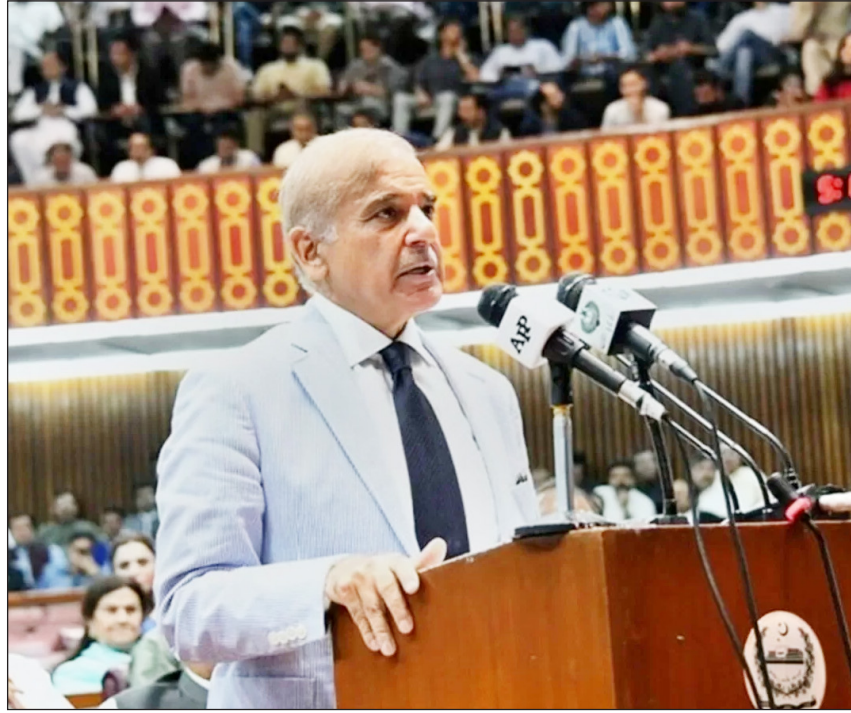
हमारी बात



मोदी-बाइडन वार्ता

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडन के बीच हुई आभासी शिखर-वार्ता के गहरे निहितार्थ हैं। रियायती दर पर भारत को तेल बेचने के रूसी प्रस्ताव को लेकर एकाधिक अमेरिकी बयानों से भ्रम की स्थिति बन गई थी। पश्चिमी मीडिया का एक हिस्सा इन बयानों को अमेरिकी नाखुशी के रूप में पेश करने में जुटा था, लेकिन विदेश मंत्री एस जयशंकर ने भारत-अमेरिकी 2+2 वार्ता के बाद आयोजित संवाददाता सम्मेलन में स्पष्ट कर दिया कि रूस से पेट्रो उत्पादों की खरीद के संदर्भ में भारत को लेकर अमेरिका को चिंतित होने की जरूरत नहीं है, क्योंकि यूरोप जितना एक दोपहर में उससे तेल खरीदता है, भारत उतना महीने भर में भी आयात नहीं करता। वाशिंगटन को यह मानना पड़ा है कि भारत का तेल आयात मॉस्को पर आयद प्रतिबंधों का उल्लंघन नहीं है और यूक्रेन युद्ध के मामले में भारत अपनी भूमिका लेने के लिए आजाद है। रूस-यूक्रेन युद्ध के बाद दुनिया की बड़ी शक्तियां अब खुलकर आमने-सामने आ चुकी हैं और अमेरिका चाहता है कि रूस पर आर्थिक दबाव बनाए रखा जाए। इसलिए मॉस्को से पेट्रो उत्पादों के अलावा हथियार खरीद के नए समझौतों को लेकर भी उसने अपने तेवर कड़े कर लिए हैं। लेकिन वाशिंगटन को यह समझने की जरूरत है कि रूस के साथ भारत के दशकों पुराने सामरिक संबंध हैं और वह अपने हितों की अनदेखी नहीं कर सकता। यूक्रेन मामले पर संयुक्त राष्ट्र की तमाम वोटिंग के दौरान अनुपस्थित रहकर भी भारत ने यह साफ कर दिया है कि वह अपने कंधे का इस्तेमाल करने की इजाजत किसी को नहीं देगा। अब प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के रुख से भी वाशिंगटन को स्पष्ट हो जाना चाहिए कि भारत वैश्विक शांति और अपने हितों के बीच संतुलन साधना जानता है। प्रधानमंत्री ने बातचीत के दौरान एक बार भी रूस का नाम नहीं लिया। भारत को अपने पक्ष में करने की अमेरिकी रणनीति समझी जा सकती है। ये दोनों देश दुनिया के दो सबसे बड़े लोकतंत्र हैं। फिर वाशिंगटन जानता है कि चीन पहले से मॉस्को के साथ है। उसके पास मजबूत आर्थिक व सैन्य ताकत के अलावा एक विशाल बाजार भी है, जिसका जवाब सिर्फ भारत हो सकता है। भारत और चीन के तनावपूर्ण संबंधों में भी वह अपने लिए संभावनाएं देख रहा है। चंद रोज पहले उसके उप-राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार दलीप सिंह की अराजनयिक टिप्पणी इसी बात की तस्दीक करती है। अब वह भारत की ऊर्जा व सैन्य जरूरतों में अपनी दिलचस्पी दिखा रहा है। यह सही है कि अंतरराष्ट्रीय कूटनीति परिस्थितियों से संचालित होती है, लेकिन नाजुक मौकों पर रूस के सहयोग को भारत कैसे भूल सकता है? वह भी उस अमेरिका के मुकाबले, जिसने तमाम सुबूतों के बावजूद पाकिस्तान प्रायोजित आतंकवाद के मामले में भारतीय हितों की हमेशा अनेदखी की? इन सबके बावजूद प्रधानमंत्री ने यूक्रेन के मासूम नागरिकों की हत्या की तीखी निंदा की है। और यह भारत का पुराना रुख है, वह किसी अमानवीय कृत्य की हिमायत नहीं कर सकता। निस्संदेह, भारत को भी अमेरिका के साथ और सहयोग की आवश्यकता है, पर वाशिंगटन को समझना होगा कि इकतरफा दबाव का दौर अब खत्म हो चुका है। यूरोप का रूस से जारी कारोबार इसका सबसे बड़ा उदाहरण है। इसलिए परस्पर सम्मान और समझदारी से ही भारत-अमेरिकी संबंध भी एक नई ऊंचाई को छू सकेंगे।

शरीफ से उम्मीद पालना जल्दबाजी होगी



पाकिस्तान के नए प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ से कोई भी उम्मीद पालना जल्दबाजी होगी। वे एक ऐसी सरकार के मुखिया बने हैं, जिसके पास बहुत मामूली बहुमत है और जिसे एक बेहद आक्रामक विपक्ष का सामना करना है। दूसरे, उनके पास अधिकतम सात महीने का समय है। पाकिस्तान के चुनाव आयोग ने कहा है कि उसे चुनाव कराने के लिए सात महीने का समय चाहिए। सो, मान कर चलें कि सात महीने में पाकिस्तान में चुनाव होगा। उन चुनावों में क्या होगा, यह नहीं कहा जा सकता है। लेकिन यह तय है कि नई सरकार सात महीने में होने वाले संसदीय चुनावों को ध्यान में रख कर ही राजनीति और कूटनीति दोनों करेगी। तीसरे, पाकिस्तान की आंतरिक राजनीति का कूटनीति पर बहुत असर होगा। सेना से टकराव, अफगानिस्तान पर राजनीति, अमेरिका विरोध और रूस-चीन धुरी का समर्थन जैसे मुद्दों पर इमरान की सरकार गई है। ये सारे मुद्दे अभी खत्म नहीं हुए हैं। चौथे, पाकिस्तान और भारत दोनों की चिंताएं अलग अलग हैं। भारत की चिंता है कि आतंकवाद खत्म हो और इस क्षेत्र में स्थायी शांति बहाल हो तो पाकिस्तान की चिंता है कि कश्मीर मसला निपटे तभी भारत के साथ संबंध सुधार होगा।

सो, भारत को बहुत सोच-समझ कर पाकिस्तान के साथ संबंधों में आगे बढ़ना होगा। चूंकि इमरान खान के कार्यकाल में भारत और पाकिस्तान के संबंध बहुत खराब हो गए थे और संबंध सुधार की कोई पहल नहीं हो रही थी इसलिए ऐसा लग रहा है कि उनके हटते ही दोनों देशों में संबंध सुधार की प्रक्रिया शुरू हो जाएगी, दोनों देशों के बीच कूटनीतिक वार्ता भी शुरू हो जाएगी और स्थायी शांति की दिशा में पहल होगी। लेकिन ऐसा होने का कोई ठोस आधार अभी नहीं दिख रहा है। ध्यान रहे भारत और पाकिस्तान के संबंध इमरान खान के समय जिस मुकाम पर पहुंचे, उसकी शुरुआत नवाज शरीफ के प्रधानमंत्री रहते ही हो गई थी। सोचें, प्रधानमंत्री नरेंद्र

मोदी तब के पाकिस्तानी प्रधानमंत्री नवाज शरीफ के घर गए थे। उससे पहले उनकी अपने शपथ समारोह में भी बुलाया था। लेकिन बदले में क्या मिला था? एक के बाद एक सैन्य प्रतिष्ठानों पर हमले हुए थे। दोनों देशों के बीच सतत चलने वाली वार्ताएं उसी समय स्थगित हो गई थीं, जो इमरान खान के समय भी बंद रहीं।

जहां तक नए प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ की बात है तो वे हमेशा कश्मीर का मुद्दा उठाते रहे हैं। उन्होंने प्रधानमंत्री चुने जाने से पहले और चुने जाने के बाद दो दिन में दो बार यह दोहराया कि भारत के साथ संबंध सुधार तभी संभव है, जब कश्मीर समस्या हल हो। सोचें, कश्मीर समस्या में क्या हल होना है? यह एक ऐतिहासिक तथ्य है कि कश्मीर भारत का अभिन्न और अविभाज्य अंग है। इसलिए कश्मीर समस्या में हल करने जैसा कुछ नहीं है। वहां शांति और लोगों की सुरक्षा भारत का आंतरिक मसला है, जिसे भारत को हल करना है। पाकिस्तान के साथ तो सिर्फ उसके कब्जे वाले कश्मीर के बारे में ही बात होनी चाहिए। फिर बार बार वे क्या कश्मीर मसला हल करने की बात करते हैं? ध्यान रहे प्रधानमंत्री पद की शपथ लेने से पहले कश्मीर की चर्चा का मतलब यह है कि वे अंदरूनी राजनीतिक मजबूरियों से ही निर्देशित होंगे।

अगर उनकी पार्टी को अगले चुनाव में जीतना है तो कश्मीर मसला उठाना उनकी मजबूरी है। वे खुद कहते रहे हैं कि 'कश्मीर को अपना बना कर रहेंगे'। सो, तय मानें कि आने वाले दिनों में पाकिस्तान की राजनीति में कश्मीर का बहुत ज्यादा जिक्र होगा। वे जिन तीन पार्टियों के गठबंधन का नेतृत्व कर रहे हैं उनके लिए भी कश्मीर हजार साल लड़ने का मुद्दा रहा है। आसिफ अली जरदारी की पाकिस्तान पीपुल्स पार्टी और मौलाना फजलुर्रहमान की पार्टी जमात ए उलेमा ए इस्लाम के समर्थन से वे प्रधानमंत्री बने हैं। कहने की जरूरत नहीं है कि इन पार्टियों का भारत के प्रति क्या रुख रहा है। फजलुर्रहमान कट्टरपंथी

नेता हैं। ऊपर से इमरान खान ने भ्रष्टाचार के मामले में कार्रवाई करके तीनों बड़ी विपक्षी पार्टियों को एक कर दिया है। भारत की केंद्रीय एजेंसी ईडी जैसी पाकिस्तानी एजेंसी नेशनल अकाउंटैबिलिटी ब्यूरो यानी नैब का इमरान ने खूब इस्तेमाल किया और कई विपक्षी नेताओं पर शिकंजा कसा। सो, इमरान को रोकने के लिए तीनों पार्टियां साथ ही रहेंगी और तब शरीफ को अपने दोनों सहयोगियों के एजेंडे का भी ख्याल रखना होगा। इमरान खान के प्रधानमंत्री रहते पाकिस्तानी खुफिया एजेंसी आईएसआई के तब के प्रमुख लेफ्टिनेंट जनरल फैज हमीद काबुल गए थे और तालिबान की सरकार का मंत्रिमंडल बनवाने और विभाग बंटवाने में उनकी अहम भूमिका रही थी। खूंखार आतंकवादी संगठन हक्कानी नेटवर्क के सिराजुद्दीन हक्कानी को अफगानिस्तान का गृह मंत्री बनाया गया। पाकिस्तानी सेना ने अब लेफ्टिनेंट जनरल नदीम अंजुम को आईएसआई का प्रमुख बना दिया है लेकिन क्या नई सरकार में पाकिस्तानी सेना और आईएसआई का तालिबान से संपर्क खत्म हो जाएगा? इमरान खान बतौर प्रधानमंत्री उस दिन रूस गए थे, जिस दिन रूस ने यूक्रेन पर हमला किया था। हमलावर राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के साथ खड़े होकर उन्होंने रूस-चीन की धुरी का समर्थन किया था। अब पाकिस्तान के नए प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ ने भी चीन को सबसे वफादार दोस्त बताया है। सोचें, प्रधानमंत्री पद पर नए व्यक्ति के आने के अलावा पाकिस्तान की राजनीति और कूटनीति में क्या बदला है, जो भारत किसी बदलाव की उम्मीद करे? ऐसा लग रहा है कि इमरान खान के हटने के बाद अमेरिका के साथ पाकिस्तान के संबंधों में सुधार आ सकता है। शहबाज शरीफ के प्रधानमंत्री चुने जाते ही अमेरिका ने पाकिस्तान के साथ अपने पुराने संबंधों की याद दिलाते हुए अच्छे संबंध की उम्मीद जताई। ध्यान रहे इमरान खान ने अमेरिका से अपने संबंध काफी खराब कर लिए थे। उन्होंने अपनी सरकारी गिरने के लिए सीधे तौर पर अमेरिका को जिम्मेदार ठहराया है। हालांकि अमेरिका इससे इनकार करता रहा है। यह देखना दिलचस्प होगा कि नए प्रधानमंत्री रूस-चीन की धुरी के प्रति वफादारी दिखाते हुए अमेरिका के साथ संबंध कैसे निभाते हैं। पाकिस्तान अभी जिस तरह के आर्थिक संकट में है उसे रूस व चीन नहीं, बल्कि अमेरिका ही निकाल सकता है। अगर शरीफ परिवार अमेरिका से संबंध सुधार करता है तो ऐसी स्थिति में भारत को भी अपनी कूटनीति में कोर्स करेकशन करना होगा। यूक्रेन पर रूसी हमले के मामले में भारत अपने को तटस्थ दिखाता रहा है लेकिन असल में दुनिया उसे रूस के साथ देख रही है। भारत को यह धारणा बदलनी होगी। टू प्लस टू वार्ता के लिए अमेरिका गए विदेश मंत्री एस जयशंकर ने इसकी शुरुआत कर दी है। उन्होंने रूस के साथ तेल खरीद बढ़ाने पर सफाई दी। उन्होंने कहा कि भारत जितना तेल रूस से पूरे महीने में खरीदता है, उतना यूरोप एक दोपहर में खरीद लेता है। टू प्लस टू वार्ता से पहले प्रधानमंत्री मोदी की राष्ट्रपति जो बाइडेन से हुई वार्ता भी इस लिहाज से अहम है। सो, भारत अगर अपना रुख बदलता है और पाकिस्तान की कूटनीति में कोई बड़ा शिफ्ट होता है तभी दक्षिण एशिया की राजनीति बदलेगी। भारत को उस स्थिति का इंतजार और उसके लिए तैयारी करनी चाहिए।

टोरेंट पावर लिमिटेड कंपनी की लापरवाही से एक व्यक्ति की जान जाने से बची, लेकिन बुरी तरह जला पैर

(पृष्ठ 1 का समाचार)

राउत का राज पर बड़ा हमला

मराठी मानुस की राजनीति करने वाले राज ठाकरे ने अब हिंदुत्व की राह पकड़ ली है। अब उनके बारे में यह चर्चा आम है कि अब उनकी पार्टी बीजेपी की बी टीम बन चुकी है। राज ठाकरे इन दिनों महाविकास सरकार के संस्थापक शरद पवार पर निशाना साध रहे हैं। राज ठाकरे के आरोपों पर शिवसेना सांसद संजय राउत ने जमकर हमला बोला है। उन्होंने कहा कि राज बीजेपी के लाउडस्पीकर बन गए हैं, ईडी की रैड से बचने के लिए मचा रहे हैं शोर। राउत ने कहा कि हमको यह सिखाने की जरूरत नहीं है शिवसेना के खून में हिंदुत्व है। शिवसेना सांसद संजय राउत ने मनसे प्रमुख राज ठाकरे पर पलटवार करते हुए कहा, ये जो लाउडस्पीकर बज रहा है आजकल (राज ठाकरे) ये भाजपा का ही भोंपू (लाउडस्पीकर) है। यह बात सबको पता है। ईडी की कार्रवाई से अभय मिले इसलिए ये आजकल बीजेपी की भाषा बोल रहे हैं। बीजेपी जब खुद सामना नहीं कर पाई तो राज ठाकरे के रूप में लाउडस्पीकर को आगे कर दिया। ईडी कार्रवाई से छूट मिलने के बाद राज ठाकरे के भोंगा शुरू हो गया। शरद पवार की बेटी और एनसीपी सांसद सुप्रिया सुले ने राज ठाकरे पर निशाना साधते हुए कहा कि उनका भाषण सिर्फ मनोरंजन है। इस पर बहुत ज्यादा बोलने की जरूरत नहीं है। सुले यह भी कहा कि राज ठाकरे गलत जानकारी दे रहे हैं। उन्होंने कहा कि अजित पवार के घर ईडी की रैड होती है मेरे घर नहीं यह बिल्कुल गलत है। अजित दादा के घर कोई रैड हुई ही नहीं है।

राज ठाकरे पर ठाणे में एफआईआर

यहां मंगलवार शाम एक रैली में उन्होंने तलवार लहराकर ईद तक मस्जिदों से लाउडस्पीकर उतारने का अल्टीमेटम दिया था। साथ ही चेतावनी दी थी कि यदि लाउडस्पीकर नहीं उतारे तो उनके कार्यकर्ता मस्जिद के सामने लाउडस्पीकर लगाकर हनुमान चालीसा का पाठ करेंगे। इसका वीडियो सामने आने के बाद बुधवार को ठाणे के नौपाडा पुलिस स्टेशन में राज ठाकरे पर आर्म्स एक्ट के तहत केस दर्ज किया गया है। राज ठाकरे ने कहा था, अभी तो मैंने सिर्फ हनुमान चालीसा की बात की है। मुझे अपने बाण को और खींचने के लिए मजबूर ना करें। आपकी प्रार्थना आप अपने घर पर कीजिए। दूसरों को परेशान मत कीजिए। पांच-दस-पंद्रह दिनों की बात समझ आती है। लेकिन, 365 दिन यह नहीं चलेगा। इससे पहले 2 अप्रैल को मुंबई में हुई एक सभा में भी राज ने इस मुद्दे को उठाते हुए कहा था कि अगर मस्जिदों से लाउडस्पीकर नहीं उतारे गए तो मनसे कार्यकर्ता मस्जिदों के सामने हनुमान चालीसा बजाएंगे। इसके बाद राज्य के कई हिस्सों से मनसे कार्यकर्ताओं को ऐसा करने के आरोप में पुलिस ने गिरफ्तार किया था।

गोरेगांव में 12 लाख रुपये के एमडी के साथ दो गिरफ्तार

पुलिस ने कहा कि उसे पकड़ लिया गया और तलाशी लेने पर उसके पास से 250 ग्राम एमडी बरामद किया गया। उसकी पहचान नखवा के रूप में हुई, जो पुलिस को हुसैन तक ले गया, जिसे होटल मूवीस्टार से हिरासत में लिया गया था। हुसैन से पूछताछ के दौरान, अपराध शाखा को पता चला कि उसे 2018 की शुरुआत में एंटी नारकोटिक्स सेल (एएनसी) की घाटकोपर इकाई ने गिरफ्तार किया था और नवंबर 2019 में जमानत पर रिहा कर दिया गया था। दोनों को नारकोटिक ड्रग्स एंड साइकोट्रोपिक सबस्टेंस (एनडीपीएस) अधिनियम की संबंधित धाराओं के तहत गिरफ्तार किया गया था, उन्हें बुधवार को अदालत में पेश किया गया और पुलिस हिरासत में भेज दिया गया।

नवाब मलिक के खिलाफ सबसे बड़ी कार्रवाई

नवाब मलिक के वकील कपिल सिब्बल ने पीएमएलए कानून का हवाला देते हुए पूरे मामले की जल्द सुनवाई की मांग की है। उन्होंने कहा कि पीएमएलए कानून 2005 में लागू हुआ। जिन लेन-देन के लिए ईडी इस कानून के तहत कार्रवाई कर रही है, वह 2000 या उससे पहले के हैं। चीफ जस्टिस ने मामले पर जल्द सुनवाई का आश्वासन दिया। हालांकि, इस सुनवाई से पहले हुई यह कार्रवाई इसी केस से जोड़ कर देखी जा रही है। मलिक को 23 फरवरी को दाऊद इब्राहिम और उसके सहयोगियों से जुड़े मनी लॉन्ड्रिंग केस में गिरफ्तार किया गया था। फिलहाल ईडी ने नवाब मलिक और उनके परिवार के लोगों की संपत्ति को प्रोविजनल तौर पर अटैच किया है। इन संपत्तियों में परिवार की ओर से संचालित फर्म 'सॉलिडस इन्वेस्टमेंट प्राइवेट लिमिटेड' और 'मलिक इन्फ्रास्ट्रक्चर' की प्रॉपर्टीज शामिल हैं।

महाराष्ट्र में सीएनजी 5 रुपये और पीएनजी 4.50 रुपये महंगी
पिछले एक हफ्ते में इनके दाम में हुई यह दूसरी वृद्धि है। इसके पहले छह अप्रैल को सीएनजी के दाम सात रुपये प्रति किलो और पीएनजी के दाम पांच रुपये प्रति घन मीटर बढ़ाए गए थे। इस तरह एक हफ्ते में ही महाराष्ट्र में सीएनजी के दाम 12 रुपये प्रति किलो और पीएनजी के दाम 9.5 रुपये प्रति घन मीटर तक बढ़ गए हैं।

संवाददाता/समद खान

मुंब्रा। अक्सर विवादों में रहने वाली टोरेंट पावर कंपनी का फिर एक नया सनसनीखेज कारनामा प्रकाश में आया है। दरअसल आपको बताते चलें टोरेंट पावर कंपनी अपने आप को अव्वल दर्जे की बेहतरीन कंपनी बताने में कोई कसर नहीं छोड़ रही है हर मामले में अपने आप को सक्षम बताने वाली यह कंपनी का लापरवाही का सनसनीखेज मामला आपको बताते चलें दरअसल मामला यह है टोरेंट कंपनी का केबल डालने का काम पूरे मुंब्रा शहर में चारों ओर नजर आ रहा है लेकिन बड़े अफसोस की बात है टोरेंट कंपनी के कर्मचारी द्वारा जो केबल जमीन के अंदर डालना चाहिए वह अक्सर जमीन के ऊपर नजर आते हैं इनके द्वारा जमीन के अंदर केबल डालने के बावजूद भी सही तरह से जमीन के अंदर नहीं डाला जा रहा है दरअसल टोरेंट पावर कंपनी के कर्मचारी अपने कामों को लेकर भरपूर लापरवाही करते हुए नजर आ रहे हैं और यही कारण है कहीं पर फीडर बॉक्स में आग लग रही है और कहीं पर लोगों की जिंदगी के साथ खिलवाड़ किया जा रहा है ऐसा ही एक भयंकर मामला 10 अप्रैल रविवार दोपहर 1:00 बजे आनंद कोलीवाडा परिसर बाजार से जाने वाली रास्ते पर टोरेंट पावर कंपनी द्वारा केबल डालें गए थे लेकिन यह केबल जमीन के अंदर सही तरह से नहीं डालने की वजह से खाली खानापूर्ति की गई और यह केबल पूर्व नगरसेवक राजन किणे के कार्यालय की सामने से गुजरती हुई गई थी सैयद महमूद कादरी दोपहर 1:00 बजे रस्ते पर



घायल सैयद महमूद कादरी

से गुजर रहे थे तभी इनका पैर टोरेंट कंपनी द्वारा डाला गया केबल पर पड़ा और वह केबल ब्लास्ट हो गया यह ब्लास्ट इतना खतरनाक हुआ था कि उसकी गूंज बाईपास सम्राट नगर तक सुनाई दी थी और उसकी चिंगारी 10 फुट ऊपर तक गई थी और इस ब्लास्ट में सैयद महमूद कादरी का पैर गंभीर रूप से जल गया वह तो किस्मत अच्छी थी कि ब्लास्ट के कारण उनकी जान नहीं गई ब्लास्ट की सूचना टोरेंट पावर कंपनी और ठाणे मनपा प्रशासन की अग्निशमन दल को दी गई थी सूचना मिलते ही अग्निशमन दल ने आग बुझाने का काम किया लेकिन अफसोस की बात है जिस व्यक्ति का टोरेंट पावर कंपनी की भरपूर लापरवाही से उसका पैर जल गया वह व्यक्ति को टोरेंट कंपनी द्वारा किसी तरह का कोई भी मुआवजा नहीं दिया गया ना ही दवा कराई गई अगर यह ब्लास्ट में यह व्यक्ति की मौत हो जाती तो उसका जिम्मेदार कौन होता तो हम टोरेंट पावर कंपनी के आला अधिकारी से

निवेदन करते हैं सैयद महमूद कादरी को उचित मुआवजा दिया जाए और आप अपने कर्मचारी को हिदायत दे की केबल जमीन के 3 फुट अंदर केबल डाले जाएं ताकि केबल की वजह से किसी व्यक्ति की जान के लाले ने पड़ जाए गौरतलब बात तो यह है टोरेंट कंपनी के केबल जमीन के अंदर डालने के बावजूद भी नागरिक द्वारा उस पर चलने पर ब्लास्ट जैसी घटना घट रही है तो जनता के अंदर डर का माहौल पनप रहा है कि किस तरह का काम टोरेंट पावर कंपनी द्वारा किया जा रहा है जिसमें नागरिकों की जान को खतरा बना हुआ है वहीं दूसरी ओर टोरेंट कंपनी के अधिकारी अपना पल्ला झाड़ते हुए यह सफाई दे रहे हैं कि जिस इलाके में यह घटना घटी है उस इलाके की इमारत में 24 मकान धारकों द्वारा अवैध तरीके से बिजली चोरी की जा रही थी और इसी कारणवश केबल पर जरूरत से ज्यादा लोड पड़ने से केबल ब्लास्ट हो गया दैनिक

मुंबई हलचल के पत्रकार अब्दुल समद खान द्वारा पूछे गए सवाल पर बिजली चोरी या अन्य कोई मामला हो आप के अंतर्गत आता है केबल ब्लास्ट के कारणों के बारे में बताएं फिर दूसरा स्टेटमेंट जारी करते हुए बताया गया यह केबल हमारी ओर से डाला हुआ नहीं है कुछ लोगों द्वारा चोरी छुपे यह केबल डाला गया है या एमएसडीवी के टाइम का केबल डाला गया था यह जवाब से यह स्पष्ट हो जाता है टोरेंट कंपनी किसी तरह की लापरवाही की जिम्मेदारी वह खुद नहीं ले रही है अगर उनके इस ब्लास्ट में अगर यह व्यक्ति की मौत हो जाती है तो उसका जिम्मेदार कौन होता टोरेंट पावर कंपनी उपभोक्ताओं से अपना बिल वसूल करने में या पीडी का बकाया बिल वसूल करने में किसी तरह की कोई भी लापरवाही इनके द्वारा नहीं की जा रही अगर कोई उपभोक्ता अपने बिल के बारे में शिकायत करें तो जवाब में यह मिलता है कि हमारा मीटर रीडिंग बिल्कुल सही है हमारे द्वारा भेजा गया बिल बिल्कुल सही है यह किसी प्रकार की कोई भी बात उपभोक्ताओं की नहीं सुनते बस अपनी मनमानी और जो हम करें वह सही तुमको बिल भरना है तो भरना है और आज हालत यह बने हैं पूरा शहर टोरेंट प्राइवेट कंपनी के आगे अपने आप को बेबस और बेसहारा समझ रहा है और टोरेंट पावर अपने आप को बलशाली समझ रही है फिलहाल जो ब्लास्ट आनंद कोलीवाडा परिसर में हुआ है आला अधिकारी से निवेदन करते हैं कि मामले का पूरा संज्ञान ले गंभीरता से इसकी जांच की जाए ताकि भविष्य में इस तरह की घटना दोबारा ना घटे।

मुंबई में रामनवमी पर हुई हिंसा के संबंध में सात लोग गिरफ्तार



मुंबई। मुंबई के मानखुर्द इलाके में रामनवमी पर हिंसा में शामिल होने के आरोप में सात लोगों को गिरफ्तार किया गया और चार अन्य को हिरासत में लिया गया है। हिंसा के दौरान कई कारों, ऑटोरिक्षा और दोपहिया वाहनों में तोड़फोड़ की गई थी। पुलिस के एक अधिकारी ने मंगलवार को यह जानकारी दी। उन्होंने कहा कि घटना रविवार रात न्यू म्हाडा कॉलोनी में हुई और इसमें दो समुदायों के लोग शामिल थे। उन्होंने कहा, दो मामले दर्ज किए गए हैं और हिंसा के कृत्यों

से जुड़े कम से कम 40 लोगों को पकड़ने के लिए टीमों का गठन किया गया है। हमने सोमवार देर रात मानखुर्द से सात लोगों को गिरफ्तार किया और चार को हिरासत में लिया है। हालांकि वाहनों में तोड़फोड़ के लिए इस्तेमाल की गई तलवारें, रॉड और अन्य सामान अभी तक बरामद नहीं किया गया है। घटना के बाद पुलिस आयुक्त संजय पांडेय, संयुक्त पुलिस आयुक्त (कानून व्यवस्था) विश्वास नांगरे पाटिल और अन्य वरिष्ठ अधिकारियों ने घटनास्थल का दौरा किया।

कानपुर में कूड़ा फेंकने के विवाद में पथराव, आगजनी के बाद सांप्रदायिक तनाव, हिरासत में आधा दर्जन घटना के बाद जुही लाल कॉलोनी में भारी पुलिस बल तैनात

मुंबई हलचल/सुनील बाजपेई
कानपुर। यहाँ क़िदवई नगर की जुही लाल कॉलोनी में कूड़ा फेंकने के मामूली विवाद के दौरान जमकर किये गये पथराव ने सांप्रदायिक रूप धारण कर लिया। यही नहीं इसी बीच किसी अस्सामाजिक तत्व ने घर के एक हिस्से में आग लगाकर घटना की और भड़काने की भी कोशिश की। हालाँकि समय रहते आग बुझा दी गई। फिलहाल यह घटना सांप्रदायिक माहौल बिगड़ने का कारण नहीं बन सके, इसलिए

पुलिस आयुक्त विजय सिंह मीना सहित आला पुलिस अधिकारी मौके पर पहुंच कर हालातों का जायजा भी लिया। वहीं घटना में दोनों पक्षों से आधा दर्जन हिरासत में भी लिया गया है। साथ ही अन्य की भी तलाश जारी है। घटना के बारे में प्राप्त विवरण के मुताबिक जुही लाल कॉलोनी के अंबेडकरनगर बिहारी टोला में लुकमान शेख मंसूरी और हरिश्चंद्र के घर आसपास हैं। दोनों में लंबे समय से विवाद चल रहा है। इसको लेकर एक बार थाने



पर समझौता भी हो चुका है। बताया गया कि बीते मंगलवार को हरिश्चंद्र के प्रतागढ़ निवासी भांजे सुजीत ने कूड़ा घर के बाहर डाला, जो कि

लुकमान के घर की ओर चला गया, जिसे लुकमान की पत्नी रखसाना ने विवाद का रूप दे हंगामा करने लगी। जानकारी के मुताबिक इसी के बाद दोनों पक्ष आमने-सामने आए गये। इस बीच हरिश्चंद्र के पक्ष में पड़ोसी उत्तम और अतुल भी आ गए और दोनों पक्षों में मारपीट शुरू हो गई जिसे देख मोहल्ले के तमाम युवक घरों से निकल आए और लुकमान के परिवार पर हमला बोल दिया। जिससे भयभीत लुकमान परिवार के साथ दरवाजा बंद करके अंदर जा

छिपा तो दूसरे पक्ष से पथराव शुरू कर दिया। आरोप है कि इसी बीच किसी ने लुकमान के घर में कबाड़ रखने वाले स्टोर में आग लगा दी। जिसे समय रहते बुझा दिया गया। इस बीच घटना की सूचना पर पुलिस के पहुंचने पर विवाद शांत हुआ। वहीं मौके पर पहुंचे पुलिस कमिश्नर विजय सिंह मीणा ने भी हालातों का जायजा ले आवश्यक आदेश निर्देश भी दिये। फिलहाल तनाव को देखते हुए वहां बड़ी संख्या में पुलिस पोर्स भी तैनात किया गया है।

कामयाबी भीख से नहीं कर्मों से मिलती हैं: रेहाना रियाज

मुंबई हलचल / भैरु सिंह राठौड़

भीलवाड़ा (राजस्थान)। राजस्थान महिला आयोग की अध्यक्ष रेहाना रियाज ने कहा कि कामयाबी तोहफे में या किसी के भरोसे से नहीं मिलती है बल्कि उसके लिए कड़ी मेहनत करने के साथ-साथ स्वयं के आत्मविश्वास एवं दृढ़ निश्चय से ही संभव है। ये विचार उन्होंने जनसुनवाई के दौरान इन्टरव्यू में कहे। उन्होंने सकारात्मक रवैया अपनाने हुए कहा कि नारी को अपनी जिंदगी में किसी पर निर्भर रहने की बजाय अपने खुद पर रहने की कोशिश करनी चाहिए। नारी को माँजिल तक पहुंचने के रास्ते में कई रूकावटें आती हैं। इसमें निराश नहीं होना चाहिए! महिलाओं को हर क्षेत्र में मजबूत होना चाहिए! महिलाओं को अत्याचार के खिलाफ खुद आवाज बुलंद करनी चाहिए! महिला सशक्तिकरण का



अर्थ महिलाओं को राजनीतिक क्षेत्र में व समाज शिक्षा में महिलाओं को निडर होकर आगे बढ़ने की जरूरत है। इसके साथ ही रेहाना रियाज का यह मानना है कि महिलाएँ तभी सुरक्षित महसूस करेगी जब वह घर से निकलेगी! अपने पांवों पर खड़ी होंगी! रियाज मानती है कि आज की महिला अबला नहीं सबल है। ये चीजे महिलाओं को याद रखनी चाहिए! श्रीगंगानगर में जन सुनवाई के बाद रेहाना रियाज ने एनसीसीएचडब्ल्यूओ की (मीडिया सेल) की राष्ट्रीय सचिव एवं वरिष्ठ पत्रकार सुश्री पुष्पा भाटी से अपने विचार साझा किए।

(श्रीगंगानगर की वरिष्ठ पत्रकार सुश्री पुष्पा भाटी ने जैसा राजस्थान संपादक भैरु सिंह राठौड़ को बताया)

वारंटी को पकड़ने पर कल्याणपुर में पुलिस से भिड़े बजरंग दल वाले

मुंबई हलचल/सुनील बाजपेई

कानपुर। यहाँ वारंटी को पकड़ने पर बजरंग दल वाले कल्याणपुर पुलिस से भिड़ गये, जिन्हें पुलिस ने समझा-बुझाकर शांत कराया। मामला कल्याणपुर क्षेत्र का है। यहाँ बजरंग दल के नगर संयोजक शिवम पासवान का 10 वर्ष पूर्व हुई मारपीट के मामले में वारंट था। जिसपर कल्याणपुर पुलिस शिवम को पकड़कर थाने ले आई। इस बीच मामले की जानकारी होने पर बजरंग दल के जिला सह संयोजक विशाल बजरंगी भी अपने कुछ साथियों के साथ थाने पहुंच गए। उनका आरोप है कि थाने में शिवम से मिलने की बात पर वहाँ मौजूद दारोगा नरेंद्र कुमार व एक सिपाही ने जिला सह संयोजक से अभद्रता करते हुए उन्हें धमकाया। इस बीच इसकी सूचना पर जिला संयोजक नरेश तोमर, दक्षिण जिला संयोजक दिलीप बजरंगी समेत अन्य पदाधिकारी भी कल्याणपुर थाने पहुंच गए और आरोपित दारोगा तथा सिपाही को हटाने की मांग को लेकर थाने में धरने पर बैठ गए। बाद में पुलिस ने समझा-बुझाकर शांत कराया।

बिजली व्यवस्था में सुधार लाये जाने की मांग की

संवाददाता/नदीम अख्तर

टाण्डा (रामपुर)। भारतीय मजदूर किसान यूनियन के राष्ट्रीय महासचिव अतीकुर्रहमान सल्मानी ने नगर सहित आस पास के क्षेत्र में बिजली व्यवस्था गड़बड़ाये जाने को लेकर प्रदेश के मुखिया मुख्य मंत्री जी को अवगत कराते हुए शीघ्र बिजली व्यवस्था में सुधार लाये जाने की मांग की गई है नगर सहित आस पास के क्षेत्र में बिजली व्यवस्था काफी गड़बड़ाई हुई है समय-समय पर बीच में बिजली की ट्रीपिंग की जाती है जिससे बिजली से लगातार चलने वाले उद्योग धंधे व नगर के अंदर जल की आपूर्ति



को लेकर समस्या पैदा होती चली जा रही है काफी विपरीत असर पड़ता दिखाई दे रहा है रमजान माह के चलते रोजेदारों को बिजली व्यवस्था की समस्या को देखते हुए काफी कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है ऊपर से भीषण गर्मी की

मारी झेलना पड़ रही है संपूर्ण मैदानी क्षेत्र में गर्मी के मौसम को देखते हुए पारा हाय फाई डिग्री को पार किये हुए हैं धूप से रोजेदार सहित अन्य लोग परेशान होते नजर आ रहे हैं आसमान पर कहीं भी बादल छाये हुए ज्यादा नहीं आ रहे हैं जिससे वर्षा का अनुमान लगाया जा सके वर्षा होने के आसार भी दिखते नजर नहीं आ रहे हैं जनजीवन काफी प्रभावित है गंभीर एवं जटिल समस्या को देखते हुए प्रदेश के मुख्यमंत्री जी को पत्र प्रेषित कर शीघ्र बिजली व्यवस्था में सुधार लाए जाने की मांग की गई है जिससे सभी को राहत, की साथ मिल सके।

प्रेमी के घर पहुंची छात्रा को पिता और भाइयों ने कुल्हाड़ी व चाकू से काट डाला

मुरादाबाद। मुरादाबाद के भोजपुर थानाक्षेत्र के एक गांव में ऑनर किलिंग की सनसनीखेज वारदात सामने आई है। बुधवार सुबह प्रेमी के घर पहुंची छात्रा को पिता और भाइयों ने कुल्हाड़ी और चाकू से गोदकर मौत के घाट उतार दिया। इस घटना से गांव में सनसनी फैल गई। सूचना मिलने पर पुलिस मौके पर पहुंची और शव कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भिजवा दिया है। घटना के बाद से आरोपी पिता और भाई गांव से फरार हैं। पुलिस के मुताबिक, भोजपुर थानाक्षेत्र के गांव निवासी किसान की 17 वर्षीय बेटी बारहवीं कक्षा की छात्रा थी। बताया जा रहा है कि छात्रा का गांव निवासी दूसरी बिरादरी के 18 वर्षीय युवक से प्रेम प्रसंग चल रहा था। बुधवार सुबह छह बजे छात्रा प्रेमी के घर पहुंच गई और वहीं बैठ गई।

वह ज़िद करने लगी कि वह प्रेमी से शादी करेगी और अब यहीं रहेगी। इससे युवक के परिवार में हड़कंप मच गया। युवक का पिता गांव निवासी प्रधान के घर पहुंचा और उसने पूरे मामले की जानकारी दी। बताया जा रहा है कि प्रधान ने छात्रा के पिता से फोन पर बात की और अपनी बेटी को समझाकर वापस ले जाने के लिए कहा, लेकिन छात्रा के पिता और भाई नहीं आए। उन्होंने कहा कि वह खुद ही बेटी को समझाकर वापस घर भेज दें। प्रधान और अन्य ग्रामीणों के समझाने के बाद भी छात्रा ने घर लौटने से इनकार कर दिया। इसी बीच छात्रा के परिजन वहां पहुंचे और उन्होंने भी छात्रा को समझाने का प्रयास किया, लेकिन वह अपनी ज़िद पर अड़ी रही और उसने घर लौटने से साफ इनकार कर दिया।



भिगोकर खाएंगे तभी मिलेगा इन चीजों का फायदा

अंकुरित मूंग या चने खाने से काफी फायदे मिलते हैं लेकिन इसके बावजूद भी कई लोग इनके सेवन से बचते हैं वजह इनका स्वाद है। अगर आप थोड़ा मन बनाकर रोजाना अंकुरित चीजों का सेवन करें तो यह आपकी सेहत के लिए वरदान साबित हो सकते हैं। ताउम्र दवाइयों के सेवन से बचे रहना चाहते हैं तो आज हम आपको कुछ चीजों के बारे में बताएंगे जिन्हें भिगोकर खाने से पूरा पोषण मिलता है।

अंकुरित मूंग दाल
इसमें फाइबर अधिक होता है। इससे किडनी प्रॉब्लम दूर होती है और डाइजेशन ठीक रहता है। मूंग दाल खाने से शरीर में सोडियम के इफेक्ट्स कम होते हैं जिससे कि ब्लड प्रेशर और कॉलेस्ट्रॉल को कम करने में मदद मिलती है। मूंग दाल में भरपूर मात्रा में सॉल्यूबल फाइबर पाया जाता है। जोकि आपको फ्लैट टमी से निजात दिला सकता है।

भीगा हुआ जीरा
इसमें पोटेशियम होता है। इससे दिल की बीमारियां दूर होती हैं और बीपी कंट्रोल में रहता है। इतना ही नहीं, जीरे का पानी

आयरन का अच्छा स्रोत है। आयरन की मात्रा भरपूर होने से इम्यून सिस्टम सही से काम करता है और कई बीमारियां कोसों दूर रहती हैं। भीगा हुआ मेथीदाना इसमें फॉस्फोरस होता है। इसके सेवन से दांत और हड्डियां मजबूत होती हैं। मेथी के पानी का नियमित सेवन करने से किडनी की पथरी में आराम मिलता है। दरअसल, मेथी में मौजूद तत्व पथरी को गलाने में अहम भूमिका निभाते हैं।

भीगा हुआ मुनक्का
यह ब्लड सर्कुलेशन को बेहतर करता है। साथ ही इसके सेवन से रंग गोरा और बीपी कंट्रोल में रहता है। सर्दी-जुकाम हो जाए तो रात को सोने से पहले दूध में 2-3 मुनक्के उबाल कर सेवन करें। इसमें बीटा कैरोटीन मौजूद होता है। मुनक्का को रात को भिगोकर रख दें और सुबह इनका सेवन करें। इससे आंखों की रोशनी तेज होती है।

भीगी हुई खसखस
इसमें अल्केलाइड्स होते हैं। इससे जोड़ों का दर्द दूर होता है और किडनी प्रॉब्लम से बचाव होता है। खसखस मानसिक तनाव से मुक्ति दिलाने में मदद

करती है। इतना ही नहीं रात भर पानी में भीगी हुई खसखस को चेहरे या बालों में लगाने के भी कई फायदे मिलते हैं।

भीगे हुए किशमिश
इससे ब्लड सर्कुलेशन प्रोपर होता है और दिल की बीमारियों से बचाता है। इतना ही नहीं यह स्किन के लिए भी काफी फायदेमंद है। किशमिश का पानी लीवर में खून को बड़ी तेजी से साफ करता है और पेट की समस्याएं जैसे कब्ज आदि आराम दिलाती है।

भीगे हुए अलसी के बीज
अलसी के बीजों में प्रोटीन, आयरन भरपूर होता है। इनको भिगोकर खाने से मसल्स टोंड होती हैं और खून की कमी पूर होती है। इतना ही नहीं इससे हार्ट प्रॉब्लम दूर रहती है और मेनोपॉज के दौरान होने वाली समस्या भी कम होती है।

भीगी हुई सौंफ
सौंफ को भिगोकर खाने या इसका पानी पीने से यूरिन प्रॉब्लम से बचाव होता है क्योंकि इसमें डाइयूरिटिक प्रॉपर्टीज होती हैं जिससे यूरिन से जुड़ी प्रॉब्लम्स दूर रहती हैं। इतना ही नहीं इससे पाचन में दुरुस्त रहता है और आंखों की रोशनी तेज होती है।



Hair Care से जुड़ी ये बातें हैं झूठ, कहीं आप भी तो नहीं मानते इन्हें सच ?

सिल्की एंड

शाइनी बाल पाने के लिए लोग दादी के नुस्खों से लेकर कई हेयर ट्रीटमेंट्स का सहारा लेते हैं लेकिन इससे कोई खास फायदा नहीं होता। क्या आपने कभी जानने की कोशिश की है कि ऐसा क्यों होता है। दरअसल, आप जो भी हेयर केयर रूटीन या दादी मां के नुस्खे फॉलो करते हैं, उनमें से कई बातें तो झूठ ही होती हैं। जी हां, आज हम आपको बालों की देखभाल से जुड़ी कुछ ऐसी ही बातें बताएंगे, जिसमें कोई सच्चाई नहीं है।

गम: अधिक सिर धोने से गिरते हैं बाल

➤➤➤ **सच:** अक्सर लोग कहते हैं कि ज्यादा बाल नहीं धोने चाहिए। उनकी सलाह मानकर आप भी बाल धोना बंद कर देते हैं लेकिन एक्सपर्ट के मुताबिक, हफ्ते में 3 बार बाल धोना बिल्कुल सेफ और जरूरी होता है।

गम: ज्यादा शैंपू का इस्तेमाल है सही

➤➤➤ **सच:** बहुत से लोग बाल साफ करने के लिए ज्यादा से ज्यादा शैंपू का यूज करते हैं, जोकि सही नहीं है। बाल व स्कैल्प को अच्छी तरह से साफ करने के लिए एक पाउच शैंपू बहुत है। अगर आपके बाल लंबे हैं तो इससे थोड़ा-ज्यादा शैंपू ले सकते हैं लेकिन बहुत ज्यादा शैंपू बालों को खराब करता है।

गम: कंडीशनर से ठीक हो जाते हैं दोगुने बाल

➤➤➤ **सच:** अगर आप सोचते हैं कि कंडीशनर से दोगुने बालों को ठीक किया जा सकता है तो आप गलत हैं। कोई भी कंडीशनर दोगुने बालों को ठीक नहीं कर सकता है लेकिन इससे बालों का टूटना कम जाता है। इससे बालों के क्यूटिकल मुलायम हो जाते हैं, जिससे बाल सिल्की हो जाते हैं।

गम: झटके से सुखाने से बाल झड़ने लगते हैं

➤➤➤ **सच:** झटके या ज्यादा जोर से बाल सुखाने पर वह रूखे होकर टूट तो जाते हैं लेकिन वो फिर से वापिस भी आ जाते हैं। हालांकि बेहतर होगा कि आप नेचुरल सनलाइट और हल्के हाथों से ही उन्हें सुखाएं।

गम: गीले बालों में सोने से फंगल इन्फेक्शन का खतरा

➤➤➤ **सच:** आपका ऐसा सोचना बिल्कुल गलत है। बाल गीले होने पर नहीं बल्कि गर्मियों में ज्यादा पसीना, धूल मिट्टी के कारण फंगल इन्फेक्शन का खतरा रहता है।

गम: दिन भर में 100 बार कंघी चाहिए बालों में कंघी

➤➤➤ **सच:** यह तथ्य भी बिल्कुल गलत है। इससे बालों के क्यूटिकल कमजोर हो जाते हैं और टूटने लगते हैं। बालों को सिर्फ 2-3 बार कंघी करनी चाहिए। साथ ही रात को सोने से पहले भी एक बार कंघी जरूर करें।

गम: ट्रिमिंग से बाल होते हैं मोटे

➤➤➤ **सच:** लड़कियों को लगता है कि ट्रिमिंग करवाते रहते से बाल मोटे होते हैं लेकिन बात सही नहीं है। बालों को काटने से उन पर कोई असर नहीं होता।

गम: गलत डाइट से झड़ते हैं बाल

➤➤➤ **सच:** स्वस्थ रहने के लिए अच्छी डाइट लेना बहुत जरूरी है लेकिन बालों को सेहतमंद रखने के लिए किसी खास तरह के खाने की जरूरत नहीं होती।

गम: बिना काटे निकल सकते हैं दोगुने बाल

➤➤➤ **सच:** दोगुने बाल निकालने का सिर्फ एक ही तरीका है कि उन्हें काटना। हालांकि कुछ प्रोडक्ट्स टूटे हुए बालों को ठीक करते हैं लेकिन यह सिर्फ उसी समय तक होता है जब तक आप शैंपू ना करें।



3 हफ्तों में घटाना है वजन तो पीएं टोंड मिल्क

पानी पिएं और फ्रेश होने के बाद एक कप ग्रीन टी पिएं। ग्रीन टी में चीनी का इस्तेमाल बिल्कुल न करें। नाश्ते में आप सुबह 1 ग्लास टोंड दूध पिएं। इसके साथ 1 उबला हुआ अंडा और 1 केला खाएं। आप चाहे तो अंडे की भुजी भी खा सकते हैं मगर इसमें तेल का ज्यादा इस्तेमाल न करें। अगर आप शाकाहारी हैं तो low fat पनीर की भुजी भी ले सकते हैं। दोपहर के खाने में आप अपनी मनपसंद सब्जी के साथ और 2 रोटियां खा सकते हैं। सब्जी कम तेल में बनी हुई होनी चाहिए। शाम को एक ग्लास टोंड दूध पिएं। रात के खाने में आप 1 कप चिकन सूप या वेजिटेबल सूप ले सकते हैं। इसमें बटर का इस्तेमाल बिल्कुल न करें। रात में सोने से पहले एक कप डबल टोंड दूध में आधा टीस्पून हल्दी मिलाकर पिएं।

डाइट प्लान तीसरे हफ्ते के लिए

सुबह 1 ग्लास गुनगुने पानी में एक चम्मच शहद और 1 नींबू का रस डालकर पिएं। नाश्ता में आप 1 कप टोंड दूध पिएं। इसके अलावा 2 उबले अंडे और 4 भीगे

हुए बादाम खाएं। अगर आप शाकाहारी हैं तो आधा कटोरी ओट्स में एक चम्मच शहद मिलाकर भी खा सकते हैं। दोपहर के खाने में आप एक ग्रील्ड वेजिटेबल सैंडविच खा सकते हैं। इसके अलावा आप एक कटोरी फ्रूट सैलेड साथ में ले सकते हैं। शाम को एक ग्लास टोंड दूध पिएं और 3-4 भीगे हुए बादाम खाएं। रात के खाने में आप मशरूम से बना सूप पी सकते हैं या आप चाहें तो सब्जियों और टोफू से बना टेस्टी सूप भई ट्राई कर सकती हैं। सोने से पहले आप एक कप फेट फ्री दूध में आधा टीस्पून हल्दी मिलाकर पिएं।

**मिल्क डाइट दौरान
ध्यान रखने योग्य बातें**

1. इस डाइट के दौरान चीनी का प्रयोग बिल्कुल न करें। मिठा खाने की लालसा होने पर शहद का प्रयोग ही करें।
2. नमक का प्रयोग सीमित मात्रा में करें क्योंकि नमक से भोजन की लालसा (क्रेविंग) बढ़ती है।
3. 3 हफ्ते से ज्यादा इस डाइट प्लान को फॉलो नहीं करना है।

डाइट प्लान पहले हफ्ते के लिए

सुबह उठने के बाद सबसे पहले एक ग्लास गुनगुने पानी में 1 चम्मच शहद और नींबू का रस मिलाकर पिएं। ब्रेकफास्ट में आप एक ग्लास टोंड मिल्क पिएं। इसके साथ आप एक उबला हुआ अंडा और 1 मल्टीग्रेन ब्रेड भी खाएं। ब्रेड में बटर का इस्तेमाल न करें। लंच में आपको 1 ग्लास वेजिटेबल स्मूदी पीनी है। इसके साथ ऑलिव ऑयल में पकी हुई मनपसंद सब्जियों को हल्की आंच में पकाकर खा सकते हैं। खाने में नमक की मात्रा बहुत कम रखें। शाम को एक ग्लास टोंड मिल्क पिएं। डिनर में दाल के साथ 1 या 2 चपाती बनाकर खाएं, हो सके तो 7 बजे के करीब अपना डिनर कर लें। सोने से आधे घंटे पहले एक ग्लास डबल टोंड मिल्क पिएं।

डाइट प्लान दूसरे हफ्ते के लिए

सुबह उठने के बाद एक ग्लास गुनगुना

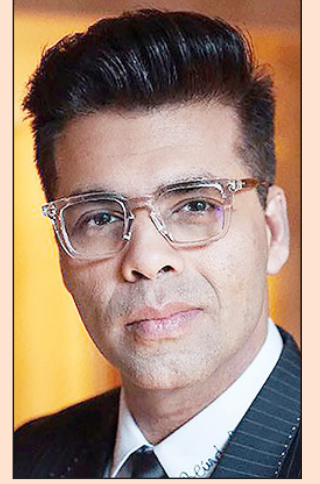


प्रभास की फिल्म 'आदिपुरुष' में सोनल चौहान की एंट्री

साउथ सुपरस्टार प्रभास की मचअवेटिड मूवी आदिपुरुष को लेकर फैस के बीच अलग क्रेज बना हुआ है। फिल्म आदिपुरुष में बॉलीवुड के कई बड़े स्टार्स को कास्ट किया गया है। वहीं अब इस फिल्म की कास्ट में बॉलीवुड की एक और खूबसूरत एक्ट्रेस का नाम शुमार हो गया है। खबरों के मुताबिक जन्त फेम सोनल चौहान जल्द ही आदिपुरुष की टीम को जॉइन करने वाली हैं। बताया जा रहा है कि एक्ट्रेस सोनल चौहान की आधिकारिक तौर पर फिल्म में एंट्री हो चुकी है। अब वह जल्द ही फिल्म में अपने हिस्से की शूटिंग भी शुरू करने वाली हैं। इस माइथोलॉजिक फिल्म में सोनल अहम किरदार निभाते हुए नजर आएंगी। यह फिल्म रामायण पर आधारित है। फिल्म में प्रभाव भगवान राम के किरदार में दिखाई देने वाले हैं। फिल्म में बॉलीवुड एक्टर सैफ अली खान रावण के रोल में नजर आने वाले हैं तो वही सीता के रोल के लिए एक्ट्रेस कृति सेनन के नाम पर मुहर लग चुकी है। बता दें कि सोनल चौहान ने खुद फिल्म आदिपुरुष में अपनी एंट्री की पुष्टि की। फिल्म में वह क्या रोल प्ले करने वाली हैं इसके बारे में सोनल ने कोई जानकारी नहीं दी है लेकिन उन्होंने कहा है, हां, मैं आदिपुरुष का हिस्सा हूँ और मैं इसे लेकर उत्साहित हूँ। मैंने अब तक जिस तरह का काम किया है, उससे यह बहुत अलग दुनिया है, मुझे यकीन है कि दर्शक आदिपुरुष जैसी महान रचना का आनंद लेंगे।

श्रद्धा ने करण को मुँह पे कहा बॉलीवुड में नेपोटिस्म है

बॉलीवुड में नेपोटिस्म की बहस कुछ ज्यादा पुरानी नहीं है। सारा अली खान, जाह्नवी कपूर, ईशान खट्टर, वरुण धवन, आलिया भट्ट, रणबीर कपूर, सोनाक्षी सिन्हा और श्रद्धा कपूर ये वो नाम हैं जो बॉलीवुड के स्टारकिड्स की लिस्ट में आते हैं। इसमें से कुछ ने अपनी धुआंधार एक्टिंग की बदौलत दर्शकों के दिलों में जगह पाई है तो कुछ अब भी कोशिश कर रहे हैं। हालाँकि बॉलीवुड हमेशा से ही नेपोटिस्म को नकारता आया है। अब श्रद्धा कपूर का एक पुराना वीडियो वायरल हो रहा है जिसमें तो ऐसा ही लग रहा है की वह नेपोटिस्म की बात को मान रही हो। दरअसल करण जोहर के टॉक शो में आए दिन सेलिब्रिटीज आते हैं और बातों बातों में कुछ ऐसा कह जाते हैं जिससे सुनकर फैस और मीडिया सोचने पर



मजबूर हो जाती है। श्रद्धा कपूर के साथ भी ऐसा ही कुछ हुआ जब वह करण के शो पर आई थी। करण के शो के फेमस सेगमेंट रैपिड फायर में करण ने सवाल पूछा की इन अभिनेत्रियों के पास ऐसा क्या है जो आपके पास नहीं है। श्रद्धा ने जवाब देते हुए परिणीति के लिए आदित्य चोपड़ा, आलिया भट्ट के लिए करण जोहर और सोनाक्षी सिन्हा के लिए सलमान खान का नाम ले लिया। श्रद्धा ने इशारों इशारों में ये कह दिया की इन सभी अभिनेत्रियों के पास बॉलीवुड में डेब्यू कराने के लिए कोई न कोई था जबकि उनके पास नहीं।

केजीएफ चैप्टर 2 की रिलीज से पहले फैस ने लुटाया यश पर प्यार



मोस्ट अवेटेड फिल्म केजीएफ चैप्टर 2 जल्द ही रिलीज होने वाली है। इस फिल्म में यश के अलावा संजय दत्त और रवीना टंडन भी हैं। वही रिलीज से पहले ही फैस के बीच दीवानगी बढ़नी शुरू हो गयी है। केजीएफ 2 की रिलीज से पहले फैस अपने-अपने अलग अंदाज में रॉकी भाई यानी यश पर अपना प्यार लुट रहे हैं। यश का जादू हाई लेवल पर फैस के सिर चढ़कर बोल रहा है। अब इंटरनेट पर एक वीडियो वायरल हो रहा है, जिसमें फैस बुक्स की मदद से यश की तस्वीर बनाते हुए दिख रहे हैं। कर्नाटक में फैस ने यश की सबसे बड़ी तस्वीर बनाने का दावा किया है। वायरल हो रहे वीडियो में देखा जा सकता है कि पहले तो तस्वीर बनाने के लिए किताबें इकट्ठा की जा रही हैं। विश्व रिकॉर्ड का दावा करते हुए यश की ये विशाल तस्वीर लगभग 20,700 बुक्स की मदद से बना है। साउथ के मूलर में बना ये यश का ये मोजेक चित्र 130 गुणा 190 फीट का है, जोकि 25,650 वर्ग फीट में लंबे व्हाइट गार्डन में बना है। इस वीडियो को टीम यश फैन क्लब नाम के ट्विटर हैंडल पर शेयर किया है। वीडियो को शेयर कर उन्होंने लिखा, बड़ा, सबसे बड़ा। हमने 120 गुणा 170 फीट के लिए योजना बनाई थी, लेकिन ये हमारी इच्छाओं को पार कर गया। हमें इसे 135 गुणा 190 फीट तक बनाना पड़ा, जो 25,650 वर्ग फीट के क्षेत्र को कवर करता है, जोकि एक विश्व रिकॉर्ड है।

