रणजीत टाइम्स

इंदौर

बुधवार, 17 जून, 2026

वर्ष 02 | अंक 146 कुल पृष्ठ : 8 | Digital

RNI-NO.MPHIN/2015/64585

प्रधान संपादक : गोपाल गावंडे

जी-7 शिखर सम्मेलन में मोदी-ट्रंप की मुलाकात

वैश्विक मुद्दों पर अहम चर्चा की उम्मीद

एवियन। फ्रांस के खूबसूरत शहर एवियन में शुरू हुए जी-7 शिखर सम्मेलन के बीच दुनिया की नजरें भारत और अमेरिका के रिश्तों पर टिक गई हैं। प्रधानमंत्री Narendra Modi और अमेरिकी राष्ट्रपति Donald Trump की मुलाकात ने अंतरराष्ट्रीय राजनीति में नई हलचल पैदा कर दी है।

करीब 16 महीने बाद दोनों नेता आमने-सामने आए और गर्मजोशी के साथ एक-दूसरे का अभिवादन किया। इस मुलाकात को वैश्विक राजनीति, व्यापार और रणनीतिक साझेदारी के लिहाज से बेहद अहम माना जा रहा है। प्रधानमंत्री मोदी 52वें जी-7 शिखर सम्मेलन में भाग लेने के लिए फ्रांस पहुंचे हैं। इस बार भारत को एक बार फिर अतिथि देश के रूप में आमंत्रित किया गया है, जो वैश्विक मंच पर भारत की बढ़ती साख और प्रभाव को दर्शाता है। यह जी-7 में भारत की 13वीं भागीदारी है और प्रधानमंत्री मोदी का लगातार सातवां दौरा है। इससे साफ है कि दुनिया की बड़ी अर्थव्यवस्थाएं भारत को वैश्विक निर्णय प्रक्रिया में एक अहम भागीदार के रूप में देख रही हैं। जी-7 सम्मेलन इस बार ऐसे समय में हो रहा है जब दुनिया कई बड़े संकटों से जूझ रही है। पश्चिम एशिया में तनाव, रूस-यूक्रेन संघर्ष, ऊर्जा संकट, वैश्विक व्यापार में अनिश्चितता और आपूर्ति श्रृंखला की चुनौतियां इस सम्मेलन के केंद्र में हैं। ऐसे में मोदी और ट्रंप की मुलाकात इन मुद्दों पर साझा रणनीति तय करने के लिहाज से महत्वपूर्ण मानी जा रही है।

भारत और अमेरिका के बीच इस समय व्यापार समझौते को लेकर बातचीत जारी है। दोनों देशों के बीच पिछले कुछ वर्षों में व्यापारिक संबंध मजबूत हुए हैं, लेकिन शुल्क और बाजार पहुंच जैसे मुद्दों पर अभी भी मतभेद बने हुए हैं। माना जा रहा है कि मोदी और ट्रंप की बातचीत में इन विषयों पर विस्तार से चर्चा हो सकती है। भारत चाहता है कि दोनों देशों के बीच व्यापारिक बाधाएं कम हों और निवेश के नए अवसर तैयार किए जाएं।

यह मुलाकात इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि फरवरी 2025 के बाद यह दोनों नेताओं की पहली प्रत्यक्ष भेंट है। पिछले डेढ़ साल में वैश्विक परिस्थितियों में बड़ा बदलाव आया है। खासतौर पर ईरान और अमेरिका के बीच हाल ही में हुए युद्धविराम समझौते ने पश्चिम एशिया की राजनीति को नई दिशा दी है। इसका सीधा असर भारत की ऊर्जा सुरक्षा और समुद्री व्यापार पर पड़ सकता है। हाल ही में होर्मुज जलडमरूमध्य में हुए एक हमले में तीन भारतीय नाविकों की मौत ने भारत-अमेरिका संबंधों में एक संवेदनशील मुद्दा जोड़ दिया है। यह घटना भारत के लिए गंभीर चिंता का विषय रही है। माना जा रहा है कि प्रधानमंत्री मोदी इस मुद्दे को ट्रंप के सामने मजबूती से उठा सकते हैं। भारत की प्राथमिकता अपने नागरिकों की सुरक्षा और समुद्री मार्गों की स्थिरता सुनिश्चित करना है।

भवानीपुर हार पर ममता का कानूनी दांव, हाईकोर्ट पहुंचकर चुनाव नतीजों को दी चुनौती

Mamata Banerjee ने भवानीपुर विधानसभा सीट के चुनाव परिणामों को लेकर बड़ा कानूनी कदम उठाया है। पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री और All India Trinamool Congress प्रमुख ममता बनर्जी ने मंगलवार को Calcutta High Court में चुनावी याचिका दायर कर भवानीपुर सीट के नतीजों को चुनौती दी है।

इस कदम ने राज्य की राजनीति में नई हलचल पैदा कर दी है। भवानीपुर विधानसभा सीट पर हुए चुनाव में ममता बनर्जी को बीजेपी नेता Suvendu Adhikari के हाथों हार का सामना करना पड़ा था। शुभेंदु अधिकारी ने उन्हें 15,105 वोटों के बड़े अंतर से हराया था। यह परिणाम इसलिए भी राजनीतिक रूप से अहम माना जा रहा है क्योंकि भवानीपुर को ममता बनर्जी का मजबूत गढ़ माना जाता रहा है। सूत्रों के मुताबिक, ममता बनर्जी खुद हाईकोर्ट की रजिस्ट्री पहुंचीं और याचिका से जुड़े दस्तावेजों की पुष्टि की। इस दौरान उनके साथ तृणमूल कांग्रेस के वरिष्ठ नेता Kunal Ghosh और Dola Sen भी मौजूद रहे। ममता ने इस मामले में एक शपथपत्र भी दाखिल किया है।

ऑपरेशन टाइगर से बढ़ी हलचल

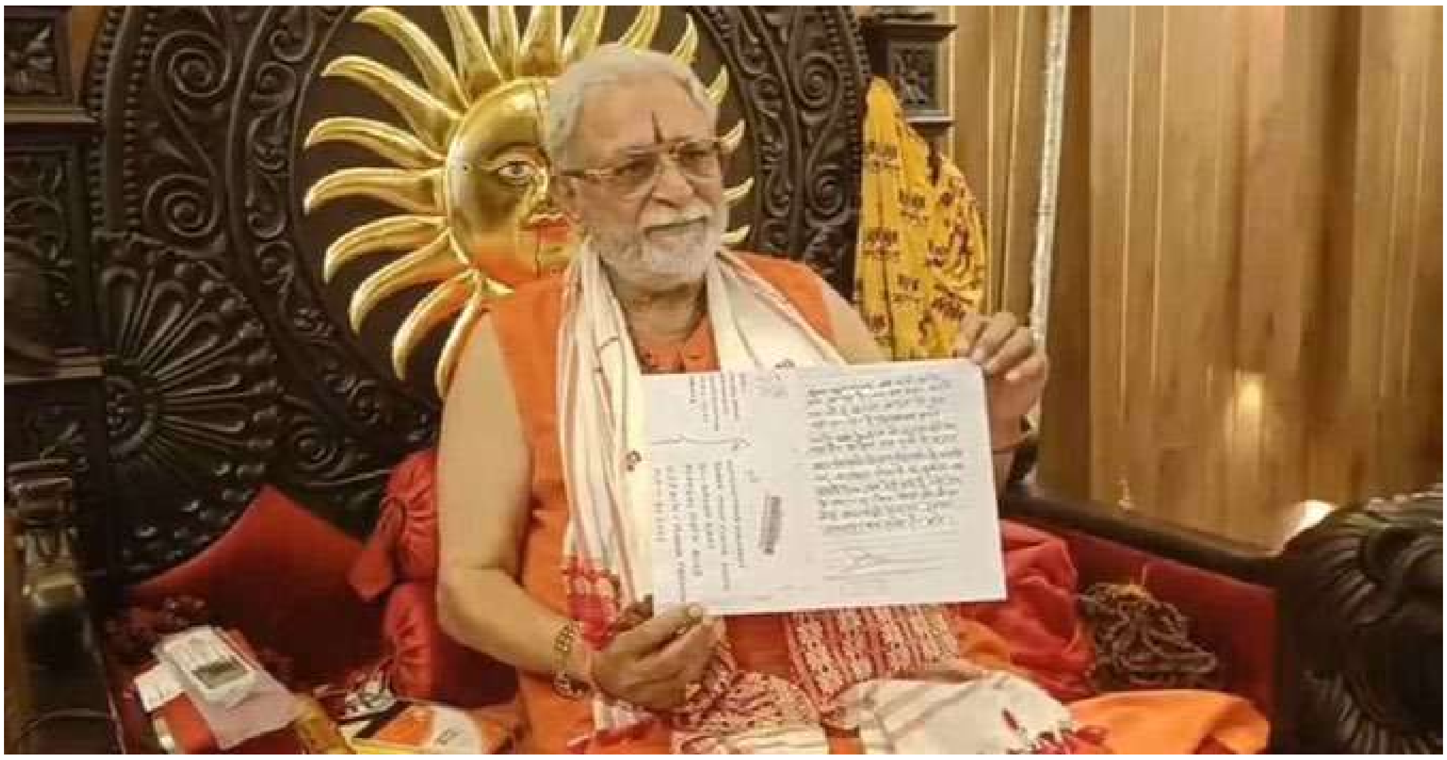
क्या उद्धव ठाकरे की शिवसेना (यूबीटी) में फिर दिखेगी बगावत की आहट?

Uddhav Thackeray की अगुवाई वाली Shiv Sena एक बार फिर सियासी उथल-पुथल के दौर से गुजरती नजर आ रही है। महाराष्ट्र की राजनीति में इन दिनों "ऑपरेशन टाइगर" की चर्चा तेज हो गई है, जिसने पार्टी के भीतर संभावित टूट और असंतोष की अटकलों को हवा दे दी है। साल 2022 में पार्टी में हुई बड़ी बगावत के बाद यह पहला मौका है जब फिर से अंदरूनी मतभेद खुलकर सामने आते दिख रहे हैं। दरअसल, रविवार को उद्धव ठाकरे ने अपने निवास 'मातोश्री' पर पार्टी के लोकसभा सांसदों की अहम बैठक बुलाई थी। इस बैठक का मकसद संगठनात्मक एकजुटता बनाए रखना और मौजूदा राजनीतिक हालात पर चर्चा करना था। लेकिन इस बैठक में पार्टी के कुल 9 सांसदों में से केवल 4 सांसद ही व्यक्तिगत रूप से पहुंचे। बाकी सांसदों की गैरमौजूदगी ने राजनीतिक गलियारों में कई सवाल खड़े कर दिए।

हालांकि बाद में पार्टी की ओर से यह सफाई दी गई कि बाकी पांच सांसद वर्चुअल माध्यम से बैठक में शामिल हुए थे, लेकिन तब तक दलबदल और असंतोष की चर्चाएं जोर पकड़ चुकी थीं। राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि सिर्फ वर्चुअल उपस्थिति से यह संदेश गया कि पार्टी के भीतर सबकुछ सामान्य नहीं है। इसी बीच एक और घटनाक्रम ने इन अटकलों को और मजबूत कर दिया। बैठक के दौरान ही शिवसेना (यूबीटी) के सांसद Sanjay Deshmukh की दिल्ली में Prataprao Jadhav से मुलाकात ने सियासी तापमान बढ़ा दिया। प्रतापराव जाधव, Eknath Shinde गुट के करीबी माने जाते हैं।

महामंडलेश्वर को सिर कलम करने की धमकी, उज्जैन में मचा हड़कंप

उज्जैन। धर्मनगरी उज्जैन में उस समय सनसनी फैल गई जब अखिल भारतीय अखाड़ा परिषद के श्री श्री 1008 महामंडलेश्वर डॉ. सुमनानंद गिरि महाराज को एक धमकी भरा पत्र मिला। इस पत्र में न केवल उन्हें जान से मारने की धमकी दी गई, बल्कि उनका हश्र राजस्थान के चर्चित कन्हैयालाल हत्याकांड जैसा करने की बात भी लिखी गई है। इस घटना के सामने आने के बाद संत समाज में आक्रोश और चिंता का माहौल है। बताया जा रहा है कि यह पत्र उत्तर प्रदेश से भेजा गया है। पत्र में बेहद आपत्तिजनक और अभद्र भाषा का इस्तेमाल किया गया है। उसमें साफ तौर पर लिखा गया है कि "अब पानी सिर से ऊपर हो चुका है, तुम्हें कोई नहीं बचा पाएगा।"



इस तरह की भाषा और खुली धमकी ने प्रशासन की चिंता भी बढ़ा दी है। महामंडलेश्वर डॉ. सुमनानंद गिरि महाराज ने बताया कि यह पहली बार नहीं है जब उन्हें इस प्रकार की धमकी मिली हो। इससे पहले भी कई बार उन्हें जान से मारने की धमकियां मिल चुकी हैं। उन्होंने कहा कि हर बार इसकी जानकारी शासन और प्रशासन को दी गई, लेकिन स्थायी सुरक्षा व्यवस्था अब तक सुनिश्चित नहीं हो सकी। उन्होंने बताया कि प्रयागराज में आयोजित कुंभ मेले के दौरान उन्हें सुरक्षा प्रदान की गई थी, क्योंकि उस समय भी खतरे की आशंका जताई गई थी। लेकिन मध्य प्रदेश में वर्तमान समय में उन्हें किसी प्रकार की विशेष सुरक्षा नहीं दी गई है। उनका कहना है कि लगातार मिल रही धमकियों को देखते हुए अब सुरक्षा व्यवस्था बेहद जरूरी हो गई है। इस मामले के सामने आने के बाद संत समाज में भी रोष है। कई संतों और अखाड़ा परिषद से जुड़े पदाधिकारियों ने इस घटना की निंदा करते हुए कहा कि यह केवल एक व्यक्ति को धमकी नहीं है, बल्कि सनातन परंपरा और संत समाज को डराने की कोशिश है। उन्होंने प्रशासन से मांग की है कि मामले की गंभीर जांच कर दोषियों को जल्द गिरफ्तार किया जाए। उधर, पुलिस प्रशासन ने मामले को गंभीरता से लेते हुए जांच शुरू कर दी है। प्रारंभिक स्तर पर पत्र के स्रोत और भेजने वाले की पहचान करने की कोशिश की जा रही है। पुलिस अधिकारियों का कहना है कि डाक के माध्यम से आए इस पत्र की तकनीकी जांच भी की जाएगी, ताकि यह पता लगाया जा सके कि इसे कहां से और किसने भेजा। धमकी में कन्हैयालाल हत्याकांड का जिक्र होने से मामला और संवेदनशील हो गया है। यह वही घटना थी जिसने पूरे देश को झकझोर दिया था। ऐसे में इस प्रकार की भाषा का इस्तेमाल सुरक्षा एजेंसियों के लिए गंभीर चेतावनी माना जा रहा है।

महामंडलेश्वर ने कहा कि अब हालात सामान्य नहीं रहे और लगातार मिल रही धमकियां इस बात का संकेत हैं कि मामला गंभीर है। उन्होंने राज्य सरकार से तत्काल सुरक्षा उपलब्ध कराने और दोषियों पर सख्त कार्रवाई की मांग की है। फिलहाल उज्जैन पुलिस और खुफिया एजेंसियां पूरे मामले की पड़ताल में जुट गई हैं। प्रशासन का कहना है कि संत समाज की सुरक्षा सर्वोच्च प्राथमिकता है और किसी भी तरह की धमकी को हल्के में नहीं लिया जाएगा। इस घटना ने एक बार फिर धार्मिक नेताओं की सुरक्षा को लेकर सवाल खड़े कर दिए हैं।

सांदीपनि विद्यालय डीडी नगर मुरार मे नवप्रवेशी विद्यार्थियों का तिलक, माल्यार्पण एवं पुस्तक वितरण कर किया स्वागत

ग्वालियर। शिक्षा के नए सत्र के शुभारंभ के अवसर पर मंगलवार को सांदीपनि शासकीय मॉडल उच्च माध्यमिक विद्यालय, डीडी नगर, मुरार में प्रवेश उत्सव-2026 का आयोजन हर्षोल्लास एवं गरिमामय वातावरण में किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ मां सरस्वती के चित्र पर माल्यार्पण एवं दीप प्रज्वलन के साथ सरस्वती पूजन कर किया गया। विद्यालय परिसर में पूरे कार्यक्रम के दौरान उत्साह एवं उल्लास का वातावरण बना रहा। प्रवेश उत्सव के तहत विद्यालय में नवप्रवेश लेने वाले छात्र-छात्राओं का शिक्षकों द्वारा तिलक लगाकर, पुष्पमालाएं पहनाकर एवं शुभकामनाओं के साथ आत्मीय स्वागत किया गया।

विद्यालय परिवार ने विद्यार्थियों को यह संदेश दिया कि विद्यालय केवल शिक्षा का केंद्र नहीं, बल्कि उनके व्यक्तित्व निर्माण और उज्ज्वल भविष्य की आधारशिला है।

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए विद्यालय के प्राचार्य रणजीत सिंह चौहान ने विद्यार्थियों से नियमित रूप से विद्यालय आने, अनुशासन का पालन करने तथा शिक्षा के माध्यम से अपने जीवन के लक्ष्य निर्धारित करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि शासन द्वारा विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा उपलब्ध कराने के लिए अनेक सुविधाएं प्रदान की जा रही हैं, जिनका लाभ उठाकर वे अपने भविष्य को बेहतर बना सकते हैं। उप प्राचार्य अहिवरन सिंह कुशवाह ने विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि शिक्षा ही सफलता की सबसे मजबूत कुंजी है। उन्होंने विद्यार्थियों से मेहनत, लगन और सकारात्मक सोच के साथ अध्ययन करने की प्रेरणा दी। प्रधानाध्यापक देशराज सिंह ने नवप्रवेशी विद्यार्थियों को निःशुल्क पाठ्यपुस्तकों का वितरण किया तथा उन्हें विद्यालय की शैक्षणिक, सांस्कृतिक एवं खेल गतिविधियों में बढ़-चढ़कर भाग लेने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि विद्यालय विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए निरंतर प्रयासरत है। कार्यक्रम का प्रभावी संचालन विद्यालय के शिक्षक ओम प्रभाकर चौधरी ने किया। उन्होंने प्रवेश उत्सव के उद्देश्य पर प्रकाश डालते हुए बताया कि इस आयोजन का मुख्य उद्देश्य नए विद्यार्थियों में विद्यालय के प्रति अपनत्व की भावना विकसित करना तथा उन्हें शिक्षा के प्रति प्रेरित करना है। इस अवसर पर विद्यालय का समस्त शिक्षकीय एवं गैर-शिक्षकीय स्टाफ उपस्थित रहा। सभी शिक्षकों ने नवप्रवेशी विद्यार्थियों का उत्साहपूर्वक स्वागत करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। पूरे कार्यक्रम का समापन विद्यार्थियों को शिक्षा के महत्व का संदेश देने एवं उनके सफल जीवन की शुभकामनाओं के साथ हुआ।

आधा सत्र बीत गया, 55 लाख बच्चों को अब तक नहीं मिली यूनिफॉर्म

भोपाल। मध्यप्रदेश विधानसभा में नेता प्रतिपक्ष उमंग सिंघार ने स्कूली बच्चों की यूनिफॉर्म (गणवेश) वितरण में हो रही देरी को लेकर प्रदेश की बीजेपी सरकार पर हमला बोला है। सिंघार ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म 'X' (ट्विटर) पर ट्वीट कर सरकार पर गंभीर आरोप लगाए हैं। उन्होंने कहा कि सरकार ने गरीब परिवारों की जरूरतों और बच्चों की पढ़ाई को मजाक बना दिया है और अब बच्चों की यूनिफॉर्म को भी मुनाफे का जरिया बनाया जा रहा है।

निजी कंपनियों को फायदा पहुंचाने का आरोप

उमंग सिंघार ने सरकार की नीति पर सवाल उठाते हुए कहा कि जो काम पहले महिला स्व-सहायता समूहों (Self-Help Groups) द्वारा किया जाता था, उसे अब निजी कंपनियों को ठेके पर सौंप दिया गया है। उन्होंने तंज कसते हुए लिखा, "एक तरफ 'नारी वंदन' का ढोल पीटा जाता है, तो दूसरी तरफ महिलाओं के रोजगार छीनकर बड़े ठेकेदारों और निजी कंपनियों को फायदा पहुंचाया जा रहा है।"नेता प्रतिपक्ष ने भाजपा सरकार पर हर क्षेत्र का निजीकरण करने का आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि भाजपा सरकार ने सब कुछ निजी हाथों में सौंपने का अभियान चला रखा है। शिक्षा, रोजगार और अवसर, सब कुछ गिरवी रखा जा रहा है। साफ है कि यह सरकार जनता के लिए नहीं, बल्कि निजी कंपनियों और बड़े उद्योगपतियों के हितों की 'चौकीदारी' कर रही है।

गरीब बच्चे करें इंतजार, ठेकेदारों का फायदा न रुके

सिंघार ने सरकार की प्राथमिकताओं पर निशाना साधते हुए कहा कि आधा शैक्षणिक सत्र बीतने के बाद बच्चों को यूनिफॉर्म मिलने की बात कही जा रही है। ऐसे में गरीब बच्चे इंतजार करने को मजबूर हैं और महिलाएं बेरोजगार हो रही हैं, लेकिन सरकार के लिए ठेकेदारों का मुनाफा रुकना नहीं चाहिए। उन्होंने भाजपा सरकार पर प्रहार करते हुए एक नया नारा दिया और लिखा कि बीजेपी का असली मंत्र है- "जनता पर अत्याचार, उद्योगपति-ठेकेदार पर उपकार।" नेता प्रतिपक्ष के इस बयान के बाद प्रदेश में स्कूली बच्चों की यूनिफॉर्म के मुद्दे पर सियासत गरमाने के आसार हैं।

उज्जैन-इंदौर महानगरीय क्षेत्र को मंजूरी, छह जिलों के विकास की नई रूपरेखा तैयार

मध्यप्रदेश में शहरी विकास की दिशा में एक बड़ा कदम उठाते हुए राज्य सरकार ने आखिरकार उज्जैन-इंदौर महानगरीय क्षेत्र की अधिसूचना जारी कर दी है। कई महीनों की तैयारियों, लंबी चर्चाओं और बार-बार क्षेत्र विस्तार के बाद नगरीय विकास एवं आवास विभाग ने इस बहुप्रतीक्षित योजना को अंतिम रूप दे दिया है। इस नई अधिसूचना के तहत करीब 16 हजार वर्ग किलोमीटर क्षेत्र को महानगरीय क्षेत्र घोषित किया गया है, जिसमें छह जिलों की 38 तहसीलें और 2781 गांव शामिल किए गए हैं। यह योजना केवल इंदौर और उज्जैन तक सीमित नहीं रहेगी, बल्कि Indore, Ujjain, Dewas, Dhar, Shajapur और Ratlam जैसे जिलों को भी विकास की मुख्य धारा में जोड़ेगी। सरकार का अनुमान है कि इस पूरे क्षेत्र में 75 लाख से अधिक आबादी निवास करती है, जिसे ध्यान में रखते हुए अगले वर्षों में योजनाबद्ध विकास किया जाएगा। इस अधिसूचना को मुख्यमंत्री Mohan Yadav की प्राथमिकता माना जा रहा है। दरअसल, इंदौर का मास्टर प्लान लंबे समय से इसी कारण लंबित था क्योंकि सरकार पहले महानगरीय क्षेत्र की रूपरेखा को अंतिम रूप देना

चाहती थी। बताया जाता है कि प्रारंभिक प्रस्ताव में क्षेत्रफल कम था, लेकिन बाद में तीन से चार बार इसमें बदलाव कर अतिरिक्त जिले और तहसीलें जोड़ी गईं। अंततः अब 16000.87 वर्ग किलोमीटर का विशाल क्षेत्र तय किया गया है। इसमें सबसे बड़ा हिस्सा इंदौर जिले का शामिल है। इंदौर का पूरा 3901.63 वर्ग किलोमीटर क्षेत्र इसमें शामिल किया गया है, जो जिले का 100 प्रतिशत हिस्सा है। वहीं उज्जैन जिले के कुल क्षेत्रफल में से 3595.24 वर्ग किलोमीटर हिस्सा जोड़ा गया है, जो लगभग 59 प्रतिशत है। देवास जिले का लगभग 2897.05 वर्ग किलोमीटर क्षेत्र इस योजना में शामिल है, जो उसके कुल भूभाग का 41 प्रतिशत है। धार जिले के कुल क्षेत्रफल में से 1428.84 वर्ग किलोमीटर क्षेत्र लिया गया है, जिसमें औद्योगिक नगरी Pithampur प्रमुख रूप से शामिल है। शाजापुर जिले का 90 प्रतिशत हिस्सा इस योजना का हिस्सा बनाया गया है, जबकि रतलाम जिले का 22 प्रतिशत क्षेत्र महानगरीय सीमा में जोड़ा गया है। इन छह जिलों के कुल 33462.83 वर्ग किलोमीटर क्षेत्र में से लगभग 48 प्रतिशत भाग इस महानगरीय क्षेत्र में शामिल रहेगा। यह राज्य के इतिहास में सबसे बड़े क्षेत्रीय विकास मॉडल में से एक माना जा रहा है। अधिसूचना जारी होने के साथ ही अब इसके क्रियान्वयन की प्रक्रिया शुरू कर दी जाएगी। सरकार ने इसकी जिम्मेदारी Indore Development Authority को सौंपी है। प्राधिकरण ने इस पूरे क्षेत्र की योजना तैयार करने के लिए मेहता एंड एसोसिएट नामक परामर्शदाता संस्था को नियुक्त किया है। सरकार का दावा है कि अगले एक वर्ष के भीतर इस क्षेत्र में विकास कार्यों की शुरुआत हो जाएगी। इसके लिए चार चरणों में काम किया जाएगा। हर चरण में बुनियादी ढांचे, सड़क नेटवर्क, औद्योगिक विकास, कृषि क्षेत्र, शैक्षणिक विस्तार और पर्यावरण संरक्षण जैसे मुद्दों पर अलग-अलग काम होगा।

अहिल्या नगर में दूषित पानी से हड़कंप, बच्चों समेत कई लोग बीमार

इंदौर में दूषित पानी की समस्या लगातार गंभीर होती जा रही है। भागीरथपुरा में सामने आए दूषित पानी कांड की गूंज अभी शांत भी नहीं हुई थी कि अब शहर के वार्ड क्रमांक 16 स्थित अहिल्या नगर में भी वैसा ही मामला सामने आ गया है। यहां एकमात्र बोरवेल में सीवरेज का पानी मिल जाने से पूरे इलाके में दूषित पानी की आपूर्ति होने लगी, जिसके चलते बच्चों सहित कई लोग बीमार पड़ गए। इस घटना ने एक बार फिर नगर निगम की जल आपूर्ति व्यवस्था और निगरानी तंत्र पर बड़े सवाल खड़े कर दिए हैं। Indore के अहिल्या नगर में रहने वाले लोगों का कहना है कि पिछले कुछ दिनों से नलों में आने वाले पानी का रंग और गंध सामान्य नहीं थी। शुरुआत में लोगों ने इसे मामूली समस्या समझा, लेकिन धीरे-धीरे स्थिति गंभीर होती चली गई। कई परिवारों ने शिकायत की कि पानी से बदबू आ रही थी और उसका रंग भी मटमैला था। स्थानीय रहवासियों के अनुसार जब इस पानी का उपयोग पीने और खाना बनाने में किया गया, तो कई लोगों की तबीयत बिगड़ने लगी।

खासतौर पर बच्चों में उल्टी, दस्त, पेट दर्द और बुखार जैसी शिकायतें तेजी से बढ़ीं। देखते ही देखते कई परिवारों को अपने बच्चों को चिकित्सालय ले जाना पड़ा। क्षेत्र में रहने वाले नागरिकों का कहना है कि यह पूरा इलाका एक ही बोरवेल पर निर्भर है। जब उसी जल स्रोत में गंदा पानी मिल गया तो पूरे मोहल्ले में दूषित पानी पहुंच गया। लोगों का आरोप है कि सीवरेज लाइन और बोरवेल की दूरी बेहद कम है, जिसके कारण रिसाव से गंदा पानी भूजल में मिल गया। घटना की सूचना मिलते ही नगर निगम की टीम मौके पर पहुंची और स्थिति का निरीक्षण किया। अधिकारियों ने बोरवेल से पानी के नमूने लेकर जांच के लिए भेजे हैं। साथ ही प्रभावित जल आपूर्ति को अस्थायी रूप से बंद कर दिया गया है।

नगर निगम अधिकारियों का कहना है कि प्रारंभिक जांच में सीवरेज लाइन से रिसाव की आशंका सामने आई है। यदि इसकी पुष्टि होती है, तो तुरंत मरम्मत का काम शुरू किया जाएगा। फिलहाल इलाके में टैंकरों के माध्यम से स्वच्छ पानी उपलब्ध कराने की व्यवस्था की जा रही है। लेकिन स्थानीय लोगों का गुस्सा प्रशासनिक कार्रवाई से शांत नहीं हुआ। रहवासियों ने निगम अधिकारियों के सामने नाराजगी जताई और कहा कि यह समस्या अचानक नहीं हुई, बल्कि लंबे समय से लापरवाही का परिणाम है। लोगों का कहना है कि यदि समय रहते जल स्रोतों की नियमित जांच होती और सीवरेज लाइनों की निगरानी की जाती, तो यह स्थिति नहीं बनती। उनका आरोप है कि कई बार शिकायत करने के बावजूद किसी ने गंभीरता नहीं दिखाई।

अहिल्या नगर की यह घटना इसलिए और अधिक चिंता का विषय बन गई है क्योंकि कुछ समय पहले भागीरथपुरा में भी दूषित पानी से बड़ी संख्या में लोग बीमार हुए थे। उस घटना के बाद नगर निगम ने दावा किया था कि जल आपूर्ति तंत्र की निगरानी बढ़ाई जाएगी और नियमित जांच की जाएगी। लेकिन अब दूसरी घटना ने इन दावों की पोल खोल दी है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों का कहना है कि दूषित पानी पीने से हैजा, टाइफाइड, डायरिया, पेचिश और अन्य संक्रमणजनित बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। बच्चों और बुजुर्गों के लिए यह स्थिति अधिक खतरनाक हो सकती है क्योंकि उनकी रोग प्रतिरोधक क्षमता अपेक्षाकृत कमजोर होती है। चिकित्सकों ने लोगों को सलाह दी है कि जब तक स्थिति पूरी तरह सामान्य न हो जाए।

निगम मुख्यालय में ही सालों से बंद पड़े मिले बोरिंग... कूड़े का ढेर लगा

इंदौर। बगल में छोरा और गांव में ढिंढोरा... की तर्ज पर नगर निगम शहरभर में बंद पड़े बोरिंगों और वर्षा जल संरक्षण को बढ़ावा देने में जुटा है और उसके खुद के मुख्यालय में ही वर्षों से बोरिंग बंद पड़े हैं और कूड़ा-करकट जमा हो गया। अब आयुक्त क्षितिज सिंघल ने निगम मुख्यालय का दौरा किया और जल संरक्षण का कार्य देखा तो इस दौरान वर्षो से अनुपयोगी और लम्बे समय से बंद पड़े बोरिंगों की जानकारी मिली, जिसे अब रिचार्ज सॉफ्ट में परिवर्तित किया जा रहा है। दूसरी तरफ कल निगम ने छोटी रन मिनी थॉन का आयोजन भी वर्षा जल संरक्षण और भूजल की जागरूकता के लिए किया।

आयुक्त श्री सिंघल ने कहा कि वर्षा जल संरक्षण वर्तमान समय की महत्वपूर्ण आवश्यकता है। भूजल स्तर को बनाए रखने एवं वर्षा जल के अधिकतम संचयन के उद्देश्य से बंद एवं अनुपयोगी बोरवेलों का उपयोग रिचार्ज शाफ्ट के रूप में किया जाना एक प्रभावी एवं उपयोगी पहल है। इससे वर्षा जल सीधे भूगर्भ में पहुंचकर जलस्तर को बढ़ाने में सहायक होगा तथा जल संरक्षण को बढ़ावा मिलेगा। विदित हो कि निगम मुख्यालय परिसर में 1 बड़ा रेन वाटर हार्वेस्टिंग सिस्टम पूर्व से है तथा 1 बड़ा रेन वाटर हार्वेस्टिंग सिस्टम बंद पड़े बोरवेल में निर्माणाधीन है तथा 3 छोटे रेन वाटर रिचार्ज पिट पूर्व से बने हैं।जिनसे निगम भवनों ओर परिसर का वर्षा जल सहेजा जाता है।आयुक्त द्वारा वर्षा पूर्व नया रिचार्ज सिस्टम का कार्य पूर्ण करने ओर पुराने रिचार्ज सिस्टम तथा पिट का आवश्यक संधारण, रखरखाव एवं साफ सफाई के संबंध में आवश्यक दिशा निर्देश दिए गए। निरीक्षण के दौरान आयुक्त द्वारा संबंधित अधिकारियों को निर्देशित किया गया कि निगम मुख्यालय में किए गए इस नवाचार को शहर के अन्य क्षेत्रों में भी लागू किया जाए। उन्होंने शहर में स्थित अनुपयोगी एवं बंद पड़े बोरवेलों की सूची तैयार कर उन्हें चरणबद्ध तरीके से रिचार्ज शाफ्ट में परिवर्तित करने की कार्ययोजना बनाने के निर्देश दिए। साथ ही विभिन्न शासकीय एवं सार्वजनिक परिसरों में भी इस प्रकार की व्यवस्थाएं विकसित करने पर जोर दिया गया, जिससे वर्षा जल का अधिकतम संचयन सुनिश्चित किया जा सके। आयुक्त श्री सिंघल ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि आगामी वर्षाकाल को दृष्टिगत रखते हुए शहर में संचालित सभी वर्षा जल संग्रहण एवं भूजल पुनर्भरण कार्यों की नियमित मॉनिटरिंग की जाए तथा जहां आवश्यकता हो वहां अतिरिक्त रिचार्ज संरचनाओं का निर्माण कराया जाए।

सहज योग एक अभिनव ध्यान पद्धति

आध्यात्म का अमूल्य ज्ञान भारत की नीव में बसा है भारतीय संस्कृति के प्रत्येक गहन भाव में, यहां की परंपराओं के रीति नीतियों के आदिकालीन इतिहास के,यहां की जीवन शैली के किसी भी ओर छोर में, किसी भी तत्व में झांकने पर अध्यात्म के गहरे बीज दिखाई देते हैं। हजारों वर्ष पहले शुरू हुई सत्य को खोजने की गहन जिज्ञासा आज पल्लवित होकर अपनी समूल विशिष्टताओं के साथ बेहद सरल और सहज पद्धति के रूप में हमारे सामने प्रस्तुत है।

वे सभी लोग जो अपने जीवन का अर्थ खोज रहे हैं वह सब लोग जो बनावटी तथा आयोजक जिंदगी में बंधे नहीं रह सकते। वे सभी लोग जो स्तरीय संतोष से लुभाए नहीं जा सकते तथा जिन्हें नैतिकता और मानवता के मूलभूत गुणों पर सदा से विश्वास रहा है। उन्हें इस उत्क्रांति के विषय में अवश्य ज्ञान होना चाहिये ।

हिरणमयेनपात्रेण सत्यस्यापिहितम् मुखम* अर्थात सत्य का मुख हिरण्य मय पात्र से ढका हुआ है * ईशावास्योपनिषद* का यह श्लोक भारतीय अध्यात्म के गूढ़ अर्थ को अपने में समेटे हुए हैं आखिर वह कौन सा सत्य है जिसका मुख स्वर्ण पात्र से ढका हुआ है आज सब इसकी अपनी अपनी व्याख्या करते हैं परंतु वास्तव में यह सत्य ईश्वर से संपर्क करने का परम सत्य है जिसे पाने के लिए सांसारिक धर्म के स्वर्ण मायाजाल को तोड़ना और उसके पार उतरना होता है यह हिरण्यमय पात्र सांसारिक भ्रम है जो भौतिक सुख की लालसा में और अधिक और अधिक की मांग करता हुआ समय बिता देता है मानव को भ्रमित करता है परंतु यदि यह भ्रम का पर्दा हट जाए तो सर्वमान्य सत्य प्रकट हो जाता है और वह सत्य है आत्मा में बसे हुए ईश्वर का ज्ञान। जिसे हजारों हजार वर्ष पहले खोजा गया। यह ज्ञान सहज योग के माध्यम से सरलता से साधक को प्राप्त होता है। अर्थात ध्यान के अनुभव सिद्ध प्रयोग के द्वारा साधक के भीतर घटित होता है जिससे कि उसके भीतर की भ्रम की सुवर्ण माया हटती है और आत्म तत्व में बसे हुए ईश्वर का उससे साक्षात्कार होता है इसे ही सहज योग में आत्मसाक्षात्कार कहते हैं सहज योग की प्रणिता श्री माताजी निर्मला देवी द्वारा सहज की ध्यान पद्धति में साधक को अत्यंत सहजता से दिव्य चेतना से जोड़ दिया जाता है। परम चैतन्य से जुड़ने की यह एकाकारिता वहाँ आती है जहां पर कार्य, कारण और परिणाम तीनों का अनुभव होता है। इस योग की प्रक्रिया में ध्यान से जुड़ने की वास्तविक युक्ति सहज योग द्वारा अत्यंत सरलता से निशुल्क सिखाई जाती रही है। इस हेतु वेबस्थली sahajayoga.org.in पर ध्यान या आत्मसाक्षात्कार टाइप कर इसे अनुभव किया जा सकता है। साथ ही टोल फ्री नंबर 18882788888 की सुविधा भी उपलब्ध है।

जन्मदिन पर गौसेवा का अनूठा संकल्प: अभिषेक जैन "मोनू" ने गौशाला में कराया 56 भोग का विशेष आहार

अतुल जैन

होटल और पार्टियों से अलग चुना सेवा का मार्ग, मां बंगलावाली गौशाला में गौमाताओं को खिलाए फल, चारा और पौष्टिक सानी

बामौरकलां। आधुनिक दौर में जहां जन्मदिन का मतलब होटल, रेस्टोरेंट और भव्य पार्टियों तक सीमित होता जा रहा है, वहीं समाजसेवी एवं गौसेवक अभिषेक जैन "मोनू" ने अपने जन्मदिन को सेवा, संस्कार और भारतीय परंपरा से जोड़कर एक अनूठी मिसाल पेश की। उन्होंने अपना जन्मदिन मां बंगलावाली गौशाला में मनाते हुए गौमाताओं की सेवा की और उनके लिए 56 प्रकार की सामग्रियों से विशेष पौष्टिक सानी तैयार कराई। गौशाला में इस अवसर पर विशेष हरी घास, तरबूज, केले, आम, नींबू, लौकी, आलू, चना सहित विभिन्न फल एवं खाद्य सामग्री एकत्रित कर पारंपरिक तरीके से मिश्रित की गई। इसके बाद यह विशेष आहार गौवंशों को प्रेमपूर्वक खिलाया गया। गौसेवा के इस आयोजन ने उपस्थित लोगों को भावुक कर दिया

("एक जन्मदाता मां और दूसरी गौमाता")-अभिषेक जैन "मोनू" ने कहा कि उनकी हमेशा से यह सोच रही है कि जीवन के महत्वपूर्ण अवसर केवल मित्रों और रिश्तेदारों के बीच ही नहीं, बल्कि मां की गोद में भी मनाए जाने चाहिए।

उन्होंने कहा,-"एक जन्मदाता मेरी मां हैं, जिन्होंने मुझे जन्म दिया और दूसरी गौमाता हैं, जिन्हें पूरे देश में मां का दर्जा प्राप्त है। गौमाता की सेवा से जो सुख और आशीर्वाद मिलता है, उसे शब्दों में व्यक्त नहीं किया जा सकता।"

(हर वर्ष गौशाला में मनाते हैं जन्मदिन और वैवाहिक वर्षगांठ)-अभिषेक जैन ने बताया कि वे निरंतर अपना जन्मदिन और शादी की सालगिरह गौशाला में मनाते हैं तथा परिवार के अन्य सदस्यों के शुभ अवसरों को भी गौसेवा से जोड़ने का प्रयास करते हैं। इस बार उन्होंने कुछ नया करने की सोच के साथ 56 प्रकार की सामग्रियों से विशेष सानी तैयार कर गौमाताओं को अर्पित की। उन्होंने कहा कि मां बंगलावाली गौशाला में गौवंशों के लिए निरंतर सेवा कार्य होते रहते हैं और यहां गौमाताओं को समय-समय पर विशेष आहार भी उपलब्ध कराया जाता है।

(समाज से की भावनात्मक अपील)-गौसेवक अभिषेक जैन "मोनू" ने समाज से अपील करते हुए कहा कि हर व्यक्ति को अपने जन्मदिन, शादी की सालगिरह या किसी भी शुभ अवसर पर कम से कम एक गाय की सेवा अवश्य करनी चाहिए।

उन्होंने कहा,-"यदि हर परिवार अपने किसी उत्सव पर एक गाय को भी भोजन कराए, तो यह गौसंरक्षण और भारतीय संस्कृति के संरक्षण की दिशा में बड़ा कदम होगा।"

(सेवा और संस्कार का बना प्रेरणादायी उदाहरण)-मां बंगलावाली गौशाला में आयोजित यह आयोजन केवल जन्मदिन का उत्सव नहीं, बल्कि समाज को सेवा, संवेदना और संस्कारों का संदेश देने वाला एक प्रेरणादायी प्रयास बन गया। अभिषेक जैन "मोनू" की इस पहल की क्षेत्र में सराहना हो रही है और लोग इसे समाज के लिए अनुकरणीय कदम बता रहे हैं।

सांदीपनि विद्यालय डीडी नगर मुरार मे नवप्रवेशी विद्यार्थियों का तिलक, माल्यार्पण एवं पुस्तक वितरण कर किया स्वागत

दिव्यानंद अर्गल

ग्वालियर। शिक्षा के नए सत्र के शुभारंभ के अवसर पर मंगलवार को सांदीपनि शासकीय मॉडल उच्च माध्यमिक विद्यालय, डीडी नगर, मुरार में प्रवेश उत्सव-2026 का आयोजन हर्षोल्लास एवं गरिमामय वातावरण में किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ मां सरस्वती के चित्र पर माल्यार्पण एवं दीप प्रज्वलन के साथ सरस्वती पूजन कर किया गया। विद्यालय परिसर में पूरे कार्यक्रम के दौरान उत्साह एवं उल्लास का वातावरण बना रहा। प्रवेश उत्सव के तहत विद्यालय में नवप्रवेश लेने वाले छात्र-छात्राओं का शिक्षकों द्वारा तिलक लगाकर, पुष्पमालाएं पहनाकर एवं शुभकामनाओं के साथ आत्मीय स्वागत किया गया। विद्यालय परिवार ने विद्यार्थियों को यह संदेश दिया कि विद्यालय केवल शिक्षा का केंद्र नहीं, बल्कि उनके व्यक्तित्व निर्माण और उज्ज्वल भविष्य की आधारशिला है।

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए विद्यालय के प्राचार्य रणजीत सिंह चौहान ने विद्यार्थियों से नियमित रूप से विद्यालय आने, अनुशासन का पालन करने तथा शिक्षा के माध्यम से अपने जीवन के लक्ष्य निर्धारित करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि शासन द्वारा विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा उपलब्ध कराने के लिए अनेक सुविधाएं प्रदान की जा रही हैं, जिनका लाभ उठाकर वे अपने भविष्य को बेहतर बना सकते हैं। उप प्राचार्य अहिवरन सिंह कुशवाह ने विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि शिक्षा ही सफलता की सबसे मजबूत कुंजी है। उन्होंने विद्यार्थियों से मेहनत, लगन और सकारात्मक सोच के साथ अध्ययन करने की प्रेरणा दी। प्रधानाध्यापक देशराज सिंह ने नवप्रवेशी विद्यार्थियों को निःशुल्क पाठ्यपुस्तकों का वितरण किया तथा उन्हें विद्यालय की शैक्षणिक, सांस्कृतिक एवं खेल गतिविधियों में बढ़-चढ़कर भाग लेने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि विद्यालय विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए निरंतर प्रयासरत है।

कार्यक्रम का प्रभावी संचालन विद्यालय के शिक्षक ओम प्रभाकर चौधरी ने किया। उन्होंने प्रवेश उत्सव के उद्देश्य पर प्रकाश डालते हुए बताया कि इस आयोजन का मुख्य उद्देश्य नए

विद्यार्थियों में विद्यालय के प्रति अपनत्व की भावना विकसित करना तथा उन्हें शिक्षा के प्रति प्रेरित करना है। इस अवसर पर विद्यालय का समस्त शिक्षकीय एवं गैर-शिक्षकीय स्टाफ उपस्थित रहा। सभी शिक्षकों ने नवप्रवेशी विद्यार्थियों का उत्साहपूर्वक स्वागत करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। पूरे कार्यक्रम का समापन विद्यार्थियों को शिक्षा के महत्व का संदेश देने एवं उनके सफल जीवन की शुभकामनाओं के साथ हुआ।

कोर्ट में खामोशी: सोनम के गले में ताबीज का रहस्य या तंत्र का खेल?

इंदौर। सोनम रघुवंशी एक बार फिर चर्चा के केंद्र में है। लेकिन इस बार चर्चा किसी कोर्ट की तारीख या कानूनी दलील की नहीं बल्कि उसके गले में दिखाई दे रहे उस ताबीज की हो रही है जिसने लोगों के मन में कई सवाल खड़े कर दिए हैं। जिस लड़की पर गंभीर आरोप लगे हों, जिस मामले में पूरा देश नजर बनाए बैठा हो, जिस परिवार की वजह से लगातार विवाद उठ रहे हों, उस लड़की के चेहरे पर इतनी बेफिक्री आखिर क्यों दिखाई देती है? कोर्ट से बाहर निकलते समय घबराहट कम और आत्मविश्वास ज्यादा क्यों नजर आता है?लोगों को याद होगा कि जब सोनम गायब हुई थी तब उसके परिवार द्वारा कई तरह की बातों की चर्चा हुई थी।

कहा गया कि उसे ढूंढने के लिए विशेष उपाय किए गए। अब जब उसके गले में ताबीज दिखाई दे रहा है तो सवाल उठना लाजिमी है सोशल मीडिया पर लगातार चर्चा हो रही है कि आखिर यह ताबीज किसने पहनाया? परिवार ने, किसी गुरु ने या किसी तांत्रिक ने?राजा रघुवंशी की मां लगातार न्याय की मांग कर रही हैं। उनका दर्द हर बयान में साफ दिखाई देता है। वह पूछ रही हैं कि आखिर उनके बेटे को न्याय कब मिलेगा? मामला आखिर कब तक तारीखों में उलझा रहेगा? दूसरी तरफ सोनम के पक्ष से लगातार यह कहा जा रहा है कि अफवाहों पर ध्यान न दिया जाए। भारतीय समाज में ताबीज, टोटके और तंत्र-मंत्र को लेकर हमेशा से अलग-अलग मान्यताएं रही हैं। कुछ लोग इन्हें आस्था मानते हैं तो कुछ अंधविश्वास। लेकिन जब कोई चर्चित मामला सामने होता है तो हर छोटी चीज लोगों की नजर में आ जाती है।

राजा रघुवंशी की मां चाहती हैं कि मामले की सुनवाई तेजी से हो और सच्चाई जल्द सामने आए। उनका कहना है कि न्याय में देरी भी एक तरह का अन्याय है। यह दर्द केवल एक मां ही समझ सकती है जिसने अपना बेटा खोया हो। अब सवाल यह है कि क्या आने वाले दिनों में इस पूरे मामले की तस्वीर और साफ होगी? क्या अदालत जल्द कोई बड़ा फैसला सुनाएगी? और क्या ताबीज को लेकर उठ रहे सवालों का जवाब कभी सामने आएगा?

फिलहाल सवाल बहुत हैं और जवाब कम।

लेकिन इतना तय है कि यह मामला अभी खत्म नहीं हुआ है। हर नई तारीख के साथ नए सवाल उठ रहे हैं और जनता की नजरें इस पूरे घटनाक्रम पर टिकी हुई हैं। तो वही राजा रघुवंशी का पूरा परिवार सोनम रघुवंशी को और उसके परिवार को तंत्र क्रियो में लिप्त बता रहा है और यहां तक कह रहा है कि राजा रघुवंशी की हत्या तंत्र क्रियाओं के लिए की गई है अगर उन्हें ताबीज ही पहनना था तो गले में मंगलसूत्र क्यों पहनाया, मंगलसूत्र नहीं पहना और खूब तांत्रिक क्रियाएं सोनम के साथ करते हैं। यह कहना है राजा रघुवंशी की मां उमा रघुवंशी का... जिनका दर्द lalluram.com के कैमरे के सामने फूट पड़ा रोते हुए सोनम रघुवंशी को खूब बद्दुआ दी।

अब आर-पार की बहस

24 जून से हाईकोर्ट में होगी 'रेगुलर' सुनवाई

जबलपुर। मध्यप्रदेश में लंबित और संवेदनशील 27 प्रतिशत ओबीसी आरक्षण मामले में जबलपुर हाईकोर्ट ने एक बड़ा और सख्त फैसला सुनाया है। हाईकोर्ट ने अब इस मामले की सुनवाई को आगे टालने से साफ इंकार कर दिया और आगामी 24 जून से इस पर 'रेगुलर' (नियमित) सुनवाई करने का आदेश दिया है। चीफ जस्टिस के ट्रांसफर होने की वजह से अब इस पूरे मामले की नए सिरे से सुनवाई शुरू की जाएगी।

24 जून को तय होगा बहस का समय-24 जून से शुरू होने जा रही इस अंतिम और नियमित सुनवाई के पहले दिन कोर्ट यह तय करेगा कि किस पक्ष के वकील को अपनी दलीलें रखने के लिए कितना समय दिया जाएगा। कोर्ट का उद्देश्य मामले की समयबद्ध और त्वरित सुनवाई पूरा करना है, ताकि इस पर जल्द से जल्द अंतिम फैसला आ सके।

वकील के विरोध पर HC सख्त-सुनवाई के दौरान आज भी कुछ पक्षों द्वारा मामले को आगे बढ़ाने और सुनवाई टालने की मांग की जा रही थी। लेकिन ओबीसी पक्ष के सुप्रीम कोर्ट के अधिवक्ता शशांक रत्नु ने इसका कड़ा विरोध किया। वकील रत्नु के विरोध के बाद हाईकोर्ट ने सुनवाई टालने से साफ मना कर दिया। हाईकोर्ट ने तल्ख टिप्पणी करते हुए कहा कि, "यह मामला पहले ही बहुत लेट हो चुका है, अब किसी भी कीमत पर सुनवाई नहीं टलेगी। खुद सुप्रीम कोर्ट ने भी इस मामले की समय पर सुनवाई पूरी करने के निर्देश दिए हैं।"

सुप्रीम कोर्ट ने 3 महीने में सुनवाई पूरी करने कहा-बता दें कि ओबीसी आरक्षण और इसके विरोध से जुड़े हुए कुल 90 प्रकरणों (केसों) पर एक साथ सुनवाई चल रही है। इससे पहले 17 फरवरी को सुप्रीम कोर्ट ने इन सभी मामलों को वापस मध्यप्रदेश हाईकोर्ट ट्रांसफर कर दिया था। देश की सर्वोच्च अदालत ने निर्देश दिए थे कि हाईकोर्ट 3 महीने के भीतर इस पूरे मामले की सुनवाई प्रक्रिया को मुकम्मल करे। चीफ जस्टिस के बदलाव के बाद अब नए सिरे से होने जा रही इस रेगुलर सुनवाई पर पूरे प्रदेश की नजरें टिकी हुई हैं, क्योंकि इस फैसले पर मध्यप्रदेश में सरकारी नौकरियों और शैक्षणिक संस्थानों में ओबीसी आरक्षण का भविष्य तय होना है।

लोकायुक्त की बड़ी कार्रवाई

अपर कलेक्टर का रीडर 20 हजार की रिश्वत लेते रंगे हाथ गिरफ्तार

सिवनी। मध्यप्रदेश में भ्रष्टाचार के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत जबलपुर लोकायुक्त पुलिस की टीम ने एक बड़ी कार्रवाई को अंजाम दिया है। टीम ने सिवनी जिले के लखनादौन में पदस्थ अपर कलेक्टर (अपर जिला दंडाधिकारी) के रीडर माधव प्रसाद तिवारी को 20 हजार रुपये की रिश्वत लेते हुए रंगे हाथों गिरफ्तार किया है। आरोपी रीडर ने यह रिश्वत एक विभागीय कार्रवाई को निरस्त करने के बदले मांगी थी।

पेड़ काटने के मामले को रफा-दफा करने का था सौदा-दरअसल छपारा ब्लॉक के ग्राम गंगाढाना निवासी फरियादी ठाकुर संतोष सिंह सिसोदिया के खिलाफ बिना अनुमति के पेड़ काटने का एक विभागीय प्रकरण दर्ज हुआ था। इस मामले में उन पर जुर्माना (पेनल्टी) लगाने की कार्रवाई चल रही थी। इसी जुर्माना कार्रवाई को निरस्त करने और मामले को पूरी तरह रफा-दफा करने की एवज में अपर कलेक्टर के रीडर माधव प्रसाद तिवारी ने फरियादी से मोटी रकम की मांग की थी।

लोकायुक्त में हुई शिकायत, बिछाया गया जाल-रिश्वत मांगे जाने से परेशान होकर फरियादी संतोष सिंह सिसोदिया ने इसकी शिकायत जबलपुर लोकायुक्त कार्यालय में दर्ज कराई। लोकायुक्त की टीम ने शिकायत का सत्यापन कराया, जिसमें रिश्वत मांगे जाने की बात सही पाई गई। इसके बाद लोकायुक्त की टीम ने आरोपी को रंगे हाथों पकड़ने के लिए एक सुनियोजित जाल (ट्रैप) बिछाया।

उपभोक्ता फोरम कार्यालय के पास हुई गिरफ्तारी-तय रणनीति के मुताबिक, जैसे ही फरियादी संतोष सिंह रिश्वत की पहली किस्त के रूप में 20 हजार रुपये लेकर लखनादौन स्थित उपभोक्ता फोरम कार्यालय के पास पहुंचा और आरोपी रीडर माधव प्रसाद तिवारी को पैसे थमाए, तभी पहले से ही आसपास मुस्तैद लोकायुक्त की टीम ने दबिश दे दी। लोकायुक्त ने आरोपी रीडर को केमिकल युक्त नोटों के साथ रंगे हाथों दबोच लिया।

भ्रष्टाचार निवारण अधिनियम के तहत मामला दर्ज-गिरफ्तारी के बाद लोकायुक्त की टीम आरोपी रीडर को लेकर सुरक्षित स्थान पर पहुंची, जहाँ उसके हाथ धुलवाए जाने पर पानी का रंग गुलाबी हो गया, जो रिश्वत लेने का पुख्ता वैज्ञानिक प्रमाण है। लोकायुक्त पुलिस ने आरोपी माधव प्रसाद तिवारी के खिलाफ भ्रष्टाचार निवारण अधिनियम की विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज कर लिया है। इस बड़ी कार्रवाई के बाद से लखनादौन राजस्व विभाग और प्रशासनिक गलियारे में हड़कंप मच गया है।

ईरान-US डील से ऑयल-गैस शेयरों में दिखी रफ्तार, निवेशकों की बढ़ी उम्मीदें

नई दिल्ली। पश्चिम एशिया में लंबे समय से जारी तनाव के बीच ईरान और अमेरिका के बीच संभावित शांति समझौते की खबरों ने भारतीय शेयर बाजार में ऊर्जा सेक्टर को नई ताकत दी है। मंगलवार के कारोबारी सत्र में ऑयल मार्केटिंग कंपनियों (OMCs), गैस ट्रांसमिशन कंपनियों और एलएनजी इंपोर्ट से जुड़ी कंपनियों के शेयरों में जबरदस्त हलचल देखने को मिली। बाजार विशेषज्ञों का मानना है कि यदि यह समझौता पूरी तरह से लागू होता है और होर्मुज जलडमरूमध्य फिर से सामान्य रूप से खुल जाता है, तो इसका सीधा फायदा भारत की ऊर्जा कंपनियों को मिल सकता है।

मंगलवार को Oil and Natural Gas Corporation, Petronet LNG, Bharat Petroleum, Oil India, GAIL और Hindustan Petroleum के शेयरों में 2 फीसदी तक की तेजी दर्ज की गई। वहीं NIFTY Oil & Gas इंडेक्स 1.1 फीसदी की मजबूती के साथ बंद हुआ, जो व्यापक बाजार सूचकांक NIFTY 50 की 0.6 फीसदी बढ़त से बेहतर प्रदर्शन रहा। विशेषज्ञों का कहना है कि ईरान और अमेरिका के बीच तनाव कम होने का सबसे बड़ा असर कच्चे तेल की सप्लाई चेन पर पड़ेगा। दुनिया के सबसे अहम समुद्री मार्गों में शामिल होर्मुज स्ट्रेट से वैश्विक तेल आपूर्ति का बड़ा हिस्सा गुजरता है। यदि यह मार्ग बिना किसी बाधा के फिर से खुलता है, तो शिपिंग लागत कम होगी और तेल की उपलब्धता बेहतर होगी। इससे भारत जैसे आयात-निर्भर देशों को सीधा लाभ मिलेगा। ब्रोकरेज फर्म Nomura Holdings ने अपनी रिपोर्ट में कहा है कि शुरुआती शांति समझौते के बाद सबसे अधिक फायदा ऑयल मार्केटिंग कंपनियों, सिटी गैस डिस्ट्रीब्यूटर्स और एलएनजी इंपोर्टर्स को मिल सकता है। रिपोर्ट के अनुसार, होर्मुज जलडमरूमध्य में शिपिंग गतिविधियां सामान्य होने से जियोपॉलिटिकल रिस्क प्रीमियम कम होगा, जिससे कच्चे तेल की कीमतों में नरमी आएगी। नोमुरा का अनुमान है कि मीडियम से लॉन्ग टर्म में क्रूड ऑयल की कीमतें 70 डॉलर प्रति बैरल के आसपास स्थिर हो सकती हैं। अगर ईरान पर लगे अंतरराष्ट्रीय प्रतिबंधों में ढील मिलती है और वहां से तेल निर्यात दोबारा शुरू होता है, तो ग्लोबल सप्लाई बढ़ेगी और कीमतों में और गिरावट संभव है। इसका सबसे बड़ा फायदा भारत की तेल कंपनियों को मिलेगा, क्योंकि उनका इनपुट कॉस्ट घटेगा। भारतीय ऑयल मार्केटिंग कंपनियों के लिए कम इनपुट लागत का मतलब है बेहतर मार्जिन। खासकर LPG पर होने वाली अंडर-रिकवरी में कमी आएगी। सरकार पर सब्सिडी का दबाव घट सकता है और कंपनियों की बैलेंस शीट मजबूत हो सकती है। इसी वजह से निवेशक इन कंपनियों में नई दिलचस्पी दिखा रहे हैं। Petronet LNG जैसी कंपनियों को LNG आयात लागत में राहत मिल सकती है, जबकि GAIL जैसी गैस ट्रांसमिशन कंपनियों के लिए लॉजिस्टिक्स और ट्रांसपोर्टेशन खर्च कम होने की संभावना है। इससे उनकी ऑपरेटिंग प्रॉफिटेबिलिटी में सुधार हो सकता है। विशेषज्ञ यह भी मानते हैं कि यदि पश्चिम एशिया में स्थिरता बनी रहती है, तो भारतीय ऊर्जा सेक्टर में निवेशकों का भरोसा और मजबूत होगा। हालांकि बाजार में उतार-चढ़ाव बना रह सकता है, क्योंकि अंतिम समझौते और वैश्विक राजनीतिक हालात पर बहुत कुछ निर्भर करेगा। फिलहाल, ऊर्जा सेक्टर के निवेशकों के लिए यह खबर राहत देने वाली मानी जा रही है। जिन निवेशकों ने पहले से इन कंपनियों में निवेश किया है, उनके लिए यह तेजी फायदेमंद साबित हो सकती है। आने वाले दिनों में ईरान-अमेरिका वार्ता की दिशा और तेल कीमतों का रुख इन शेयरों की चाल तय करेगा। बाजार की नजर अब इसी पर टिकी हुई है।

आठवें वेतन आयोग को सुझाव भेजने की अवधि समाप्त, अब कर्मचारियों के लिए बंद हुआ रास्ता

नई दिल्ली। देश के लाखों केंद्रीय कर्मचारियों और पेंशनधारकों की निगाहें इस समय आठवें वेतन आयोग पर टिकी हुई हैं। सभी को उम्मीद है कि इस बार वेतन, भत्तों और पेंशन में बड़ा बदलाव देखने को मिल सकता है।

इसी बीच एक महत्वपूर्ण खबर सामने आई है। अब कर्मचारी, पेंशनधारक संगठन और अन्य संबंधित पक्ष अपने सुझाव आयोग को नहीं भेज सकेंगे, क्योंकि ज्ञापन जमा करने की अंतिम तिथि समाप्त हो चुकी है। आठवें वेतन आयोग ने पहले ही स्पष्ट कर दिया था कि सुझाव और मांगपत्र जमा करने की अंतिम तिथि 15 जून 2026 है। आयोग ने इससे पहले दो बार समय बढ़ाया था ताकि अधिक से अधिक कर्मचारी और संगठन अपने विचार रख सकें। पहले यह तिथि 30 अप्रैल तय की गई थी, जिसे बाद में बढ़ाकर 31 मई किया गया और फिर अंतिम बार 15 जून तक का समय दिया गया। अब यह अवधि पूरी तरह समाप्त हो गई है।

आयोग ने 29 मई को जारी अपने पत्र में साफ कर दिया था कि इसके बाद समय सीमा में कोई और विस्तार नहीं दिया जाएगा। ऐसे में अब जो कर्मचारी या संगठन अपनी मांगें और सुझाव भेजना चाहते थे, उनके लिए यह अवसर समाप्त हो गया है। अब आयोग अगले चरण की प्रक्रिया में प्रवेश कर चुका है। जानकारी के अनुसार, आठवें वेतन आयोग की महत्वपूर्ण बैठक 22 और 23 जून को Lucknow में आयोजित की जाएगी। इस बैठक में केंद्र सरकार के विभिन्न विभागों, कर्मचारी संगठनों और संघों के प्रतिनिधियों के साथ चर्चा की जाएगी। हालांकि इस बैठक में शामिल होने के लिए भी आवेदन की अंतिम तिथि 10 जून तय की गई थी। कर्मचारी संगठनों की सबसे बड़ी मांगों में न्यूनतम मूल वेतन में बढ़ोतरी, महंगाई भत्ते को मूल वेतन में जोड़ना, पारिवारिक गणना पद्धति में बदलाव और पेंशन व्यवस्था को अधिक सुरक्षित बनाना शामिल है। इसके अलावा पुरानी पेंशन योजना, नई पेंशन योजना और एकीकृत पेंशन व्यवस्था को लेकर भी लगातार बहस जारी है। कई कर्मचारी संगठनों ने वेतन निर्धारण गुणांक 3.83 करने की मांग रखी है। उनका कहना है कि सातवें वेतन आयोग में लागू 2.57 का गुणांक अब मौजूदा महंगाई और बढ़ती जीवन-यापन लागत के हिसाब से पर्याप्त नहीं है। अगर यह मांग मान ली जाती है तो कर्मचारियों के मूल वेतन में बड़ी वृद्धि हो सकती है। अब सभी की नजर जून के अंत में होने वाली बैठकों और आयोग की आगे की सिफारिशों पर टिकी हुई है, क्योंकि यही तय करेगा कि लाखों कर्मचारियों और पेंशनधारकों को आने वाले समय में कितनी राहत मिलेगी।

मुश्किल दौर से शिखर तक आनंद महिंद्रा ने याद किया एलन मस्क के संघर्ष का सफर

दुनिया के सबसे चर्चित उद्योगपतियों में शामिल Elon Musk एक बार फिर सुर्खियों में हैं। अपनी अंतरिक्ष कंपनी SpaceX की ऐतिहासिक बाजार में एंट्री के बाद एलन मस्क ने दुनिया के पहले 'एक लाख करोड़ डॉलर' की संपत्ति वाले उद्योगपति बनने का गौरव हासिल किया है। उनकी इस उपलब्धि की चर्चा पूरी दुनिया में हो रही है। लेकिन इस सफलता के बीच महिंद्रा समूह के अध्यक्ष Anand Mahindra ने मस्क के संघर्ष के उन दिनों को याद किया, जब उनका कारोबार गंभीर संकट से गुजर रहा था। आनंद महिंद्रा का मानना है कि एलन मस्क की सफलता केवल धन या कारोबारी विस्तार की कहानी नहीं है, बल्कि यह उनके अटूट विश्वास, धैर्य और संघर्ष की कहानी है। महिंद्रा ने कहा कि आज लोग मस्क को दुनिया के सबसे सफल उद्योगपतियों में गिनते हैं, लेकिन असली कहानी उस दौर की है जब उनके सामने लगातार असफलताएं थीं और कई लोग उनके भविष्य पर सवाल उठा रहे थे।

वर्ष 2018 एलन मस्क के जीवन और कारोबार का सबसे कठिन समय माना जाता है। उस समय उनकी कई कंपनियां आर्थिक और संचालन संबंधी चुनौतियों से जूझ रही थीं। खासकर Tesla में उत्पादन संबंधी परेशानियां थीं और स्पेसएक्स पर भी भारी दबाव था। निवेशकों का भरोसा डगमगाने लगा था और मीडिया में लगातार उनकी आलोचना हो रही थी। उसी समय एलन मस्क ने The New York Times को दिए एक साक्षात्कार में अपने संघर्ष को खुलकर साझा किया था। उन्होंने उस समय को "बेहद थकाने वाला और मुश्किल वर्ष" बताया था। मस्क ने कहा था कि वह मानसिक और शारीरिक रूप से लगातार दबाव में थे। यह वह समय था जब उनके लिए हर दिन एक नई चुनौती लेकर आता था।

आनंद महिंद्रा ने बताया कि उसी कठिन समय में उन्होंने मस्क से संपर्क किया था। उनका मानना था कि नवाचार करने वाले लोगों की असली परीक्षा उनके कठिन समय में होती है, न कि सफलता के दिनों में। महिंद्रा ने कहा कि उन्होंने मस्क में जो सबसे बड़ी बात देखी, वह थी उनका अद्भुत धैर्य और कभी हार न मानने का जज्बा। उस समय महिंद्रा ने सामाजिक मंच ट्विटर, जिसे अब X के नाम से जाना जाता है, पर मस्क के लिए एक संदेश लिखा था — "डटे रहिए।" यह छोटा सा संदेश आज फिर चर्चा में है, क्योंकि आठ साल बाद मस्क ने वह मुकाम हासिल कर लिया है, जिसे कभी असंभव माना जाता था। स्पेसएक्स की हालिया सार्वजनिक सूचीबद्धता ने एलन मस्क की संपत्ति में अभूतपूर्व वृद्धि की है। इससे पहले भी वह दुनिया के सबसे अमीर लोगों में शामिल थे, लेकिन इस नई उपलब्धि ने उन्हें एक अलग ही स्तर पर पहुंचा दिया है। मस्क केवल अंतरिक्ष क्षेत्र तक सीमित नहीं हैं। उनकी कंपनियां इलेक्ट्रिक वाहन, कृत्रिम बुद्धिमत्ता, इंटरनेट सेवा और ऊर्जा जैसे कई क्षेत्रों में काम कर रही हैं। आनंद महिंद्रा ने कहा कि आज जो सुर्खियां मस्क की संपत्ति और उपलब्धियों पर हैं, वह उनकी सफलता का केवल एक हिस्सा है। असली प्रेरणा यह है कि उन्होंने कभी यह मानना नहीं छोड़ा कि आज जो असंभव लगता है, वह कल वास्तविकता बन सकता है। यही सोच उन्हें बाकी उद्योगपतियों से अलग बनाती है। महिंद्रा का यह बयान इसलिए भी खास माना जा रहा है क्योंकि यह दिखाता है कि बड़े उद्योगपति केवल प्रतिस्पर्धी नहीं होते, बल्कि एक-दूसरे के संघर्ष को समझते और सम्मान भी देते हैं। कठिन समय में दिया गया।

मिनोक्सिडिल से लौट सकते हैं बाल या बढ़ सकती है परेशानी?

नई दिल्ली। कम उम्र में पीछे खिसकती हेयरलाइन अब केवल बढ़ती उम्र की समस्या नहीं रह गई है। आजकल 20 से 30 वर्ष की उम्र के युवाओं में भी यह परेशानी तेजी से देखने को मिल रही है। खासकर शहरी जीवनशैली, तनाव, खराब खानपान, नींद की कमी और आनुवंशिक कारणों की वजह से समय से पहले बाल झड़ने और माथे की हेयरलाइन पीछे जाने की समस्या आम होती जा रही है। ऐसे में एक नाम सबसे ज्यादा चर्चा में रहता है—Minoxidil। लेकिन इसके इस्तेमाल को लेकर लोगों के मन में कई तरह की शंकाएं बनी रहती हैं। सबसे बड़ा सवाल यही है कि क्या मिनोक्सिडिल वास्तव में पीछे खिसकती हेयरलाइन को वापस ठीक कर सकता है? त्वचा रोग विशेषज्ञों का कहना है कि इसका जवाब पूरी तरह "हां" या "नहीं" में नहीं है, बल्कि यह व्यक्ति की स्थिति, बाल झड़ने के कारण और इलाज शुरू करने के समय पर निर्भर करता है।

विशेषज्ञ बताते हैं कि मिनोक्सिडिल एक ऐसी औषधि है जो सिर की त्वचा में रक्त प्रवाह को बढ़ाने का काम करती है। इसे वैज्ञानिक भाषा में रक्तवाहिकाओं को फैलाने वाली दवा कहा जाता है। जब इसे सिर की त्वचा पर लगाया जाता है, तो यह बालों की जड़ों तक अधिक पोषण और ऑक्सीजन पहुंचाने में मदद करती है। इससे बालों

के बढ़ने की अवधि लंबी होती है और कमजोर जड़ों को मजबूत होने का मौका मिलता है। लेकिन यहां यह समझना जरूरी है कि मिनोक्सिडिल कोई जादुई इलाज नहीं है। यह आपके गंजेपन के मूल कारण, खासकर आनुवंशिक कारणों को खत्म नहीं करता।

अगर आपके परिवार में कम उम्र में गंजापन रहा है, तो यह प्रक्रिया शरीर में पहले से तय हो सकती है। मिनोक्सिडिल केवल उस प्रक्रिया को धीमा करता है और कुछ समय के लिए बालों को बचाने में मदद करता है।

कई लोग यह सोचते हैं कि मिनोक्सिडिल लगाने से कुछ ही हफ्तों में बाल वापस आ जाएंगे। जबकि डॉक्टर बताते हैं कि इस दवा का असर देखने में समय लगता है। आमतौर पर तीन से छह महीने तक लगातार उपयोग करने के बाद ही फर्क दिखना शुरू होता है। कुछ मामलों में एक साल तक इंतजार करना पड़ सकता है। इलाज शुरू करने के शुरुआती हफ्तों में एक और स्थिति सामने आती है, जिसे लेकर लोग सबसे ज्यादा घबरा जाते हैं। इसे "झड़ाव चरण" कहा जाता है। इस दौरान दवा शुरू करने के दो से छह हफ्तों के भीतर बाल पहले से ज्यादा झड़ने लगते हैं। कई लोग इसे दवा का नुकसान समझ लेते हैं और उपचार बीच में ही छोड़ देते हैं। विशेषज्ञ साफ कहते हैं कि यह दवा का सामान्य असर है। इसका मतलब यह होता है कि पुराने, कमजोर और पतले बाल बाहर निकल रहे हैं ताकि उनकी जगह नए और मजबूत बाल आ सकें। यह प्रक्रिया अस्थायी होती है और कुछ समय बाद सामान्य हो जाती है। एक और बड़ा भ्रम यह है कि अगर मिनोक्सिडिल बंद कर दिया जाए तो सारे बाल अचानक झड़ जाते हैं। डॉक्टरों के अनुसार यह पूरी तरह गलत नहीं है, लेकिन इसे सही तरीके से समझना जरूरी है। मिनोक्सिडिल जिन बालों को बचाकर रखता है, वे दवा बंद करने के बाद धीरे-धीरे फिर उसी अवस्था में लौट जाते हैं, जैसे इलाज शुरू होने से पहले थे। आमतौर पर तीन से चार महीने में वे बाल झड़ सकते हैं। इसका मतलब यह नहीं कि दवा नुकसान कर रही है, बल्कि उसका सहारा हटने के बाद शरीर अपनी प्राकृतिक प्रक्रिया पर लौट आता है। यही कारण है कि मिनोक्सिडिल को लंबे समय तक उपयोग करने की सलाह दी जाती है। यदि कोई व्यक्ति इसका लाभ बनाए रखना चाहता है, तो उसे नियमित रूप से इसका इस्तेमाल करना पड़ सकता है। हालांकि यह दवा हर किसी के लिए समान रूप से असरदार नहीं होती।

प्रोटीन की अति पड़ सकती है भारी

संतुलित आहार ही सेहत की असली कुंजी

नई दिल्ली। आजकल फिटनेस और अच्छी सेहत को लेकर लोगों में जागरूकता तेजी से बढ़ी है। सामाजिक माध्यमों, विज्ञापनों और फिटनेस विशेषज्ञों की सलाह के चलते प्रोटीन को लेकर खासा आकर्षण देखने को मिल रहा है। बाजार में प्रोटीन चूर्ण, प्रोटीन पट्टियां, प्रोटीन पेय और तरह-तरह के पूरक उत्पाद बड़ी संख्या में उपलब्ध हैं। खासकर युवा वर्ग इन्हें तेजी से अपना रहा है। लेकिन सवाल यह है कि क्या हर व्यक्ति को अतिरिक्त प्रोटीन की जरूरत होती है? और क्या अधिक प्रोटीन लेना शरीर के लिए हमेशा फायदेमंद होता है? विशेषज्ञों का कहना है कि प्रोटीन शरीर के लिए बेहद जरूरी पोषक तत्व है, लेकिन इसकी अधिकता भी नुकसान पहुंचा सकती है। संतुलित मात्रा में लिया गया प्रोटीन शरीर की मांसपेशियों, त्वचा, बाल, हड्डियों और रोग प्रतिरोधक क्षमता के लिए महत्वपूर्ण है। लेकिन जब इसकी मात्रा जरूरत से ज्यादा हो जाती है, तो शरीर इसे अलग तरीके से इस्तेमाल करता है।

Nutrition विशेषज्ञों के अनुसार शरीर केवल उतना ही प्रोटीन उपयोग करता है, जितनी उसे आवश्यकता होती है। अतिरिक्त प्रोटीन को शरीर ऊर्जा में बदलने की कोशिश करता है। यदि उस ऊर्जा की खपत नहीं होती, तो वह वसा के रूप में शरीर में जमा होने लगता है। यही कारण है कि जरूरत से ज्यादा प्रोटीन लेने से वजन बढ़ सकता है। Dr. Swapna Chaturvedi का कहना है कि सबसे पहले यह समझना जरूरी है कि हर व्यक्ति की प्रोटीन आवश्यकता अलग होती है। यह उम्र, लिंग, दैनिक गतिविधि, शारीरिक मेहनत और स्वास्थ्य स्थिति पर निर्भर करती है। जो व्यक्ति नियमित रूप से भारी व्यायाम करते हैं या मांसपेशियों का निर्माण करना चाहते हैं, उन्हें सामान्य व्यक्ति की तुलना में अधिक प्रोटीन की जरूरत हो सकती है। लेकिन बिना जरूरत के केवल फैशन या प्रचार देखकर प्रोटीन पूरक लेना सही नहीं है। विशेषज्ञ यह भी बताते हैं कि इंटरनेट पर मिलने वाली जानकारी हमेशा सही नहीं होती। कई बार लोग बिना विशेषज्ञ की सलाह के प्रोटीन चूर्ण का सेवन शुरू कर देते हैं। कुछ लोग सोचते हैं कि ज्यादा प्रोटीन लेने से जल्दी शरीर मजबूत बन जाएगा, लेकिन ऐसा जरूरी नहीं है। प्रोटीन लेने का सही तरीका भी बेहद महत्वपूर्ण है। यदि कोई व्यक्ति दिनभर की पूरी मात्रा एक ही बार में प्रोटीन पेय के रूप में ले लेता है, तो उसका पूरा लाभ नहीं मिल पाता। शरीर प्रोटीन को धीरे-धीरे और निश्चित मात्रा में बेहतर तरीके से उपयोग करता है। इसलिए इसे पूरे दिन अलग-अलग समय पर संतुलित रूप से लेना ज्यादा लाभकारी माना जाता है।

कई लोग प्रोटीन के नाम पर ऐसे खाद्य पदार्थों का सेवन करते हैं जिनमें वसा और कार्बोहाइड्रेट की मात्रा बहुत अधिक होती है। जैसे अधिक चिकनाई वाले मेवे, मक्खनयुक्त मेवा, भारी मांसाहार और बाजार में मिलने वाले कुछ तैयार उत्पाद। ये शरीर में अचानक अतिरिक्त ऊर्जा पहुंचाते हैं और वजन घटाने के लक्ष्य को प्रभावित कर सकते हैं। वजन प्रबंधन में प्रोटीन की भूमिका महत्वपूर्ण जरूर है। यह पेट को लंबे समय तक भरा हुआ महसूस कराता है, जिससे बार-बार भूख नहीं लगती।

रात में नीली रोशनी से जगमगाता समंदर, भारत की इन जगहों पर दिखता है प्रकृति का अद्भुत करिश्मा

नई दिल्ली। रात के अंधेरे में अगर समंदर की लहरें नीली रोशनी में चमकने लगें, तो यह किसी जादू से कम नहीं लगता। ऐसा दृश्य फिल्मों में अक्सर देखने को मिलता है, लेकिन यह केवल कल्पना नहीं, बल्कि प्रकृति का एक अनोखा और वास्तविक चमत्कार है। इस अद्भुत घटना को विज्ञान की भाषा में बायोलुमिनेसेंस कहा जाता है। इसमें समुद्र के भीतर मौजूद बेहद छोटे जीव रासायनिक क्रिया के कारण नीली रोशनी छोड़ते हैं, जिससे पूरा समुद्र मानो जुगनुओं की तरह चमकने लगता है।

Bioluminescence का यह दुर्लभ नजारा दुनिया के कुछ चुनिंदा समुद्री इलाकों में देखने को मिलता है। खास बात यह है कि इसके लिए विदेश जाने की जरूरत नहीं है। भारत में भी कई ऐसी जगहें हैं, जहां आप इस अद्भुत दृश्य का आनंद ले सकते हैं। सबसे पहले बात करें Swaraj Dweep की, जिसे पहले हैवलॉक द्वीप कहा जाता था। यह जगह भारत में बायोलुमिनेसेंस देखने के लिए सबसे प्रसिद्ध मानी जाती है। यहां का Radhanagar Beach रात में बेहद खूबसूरत दिखाई देता है। जब लहरें किनारे से टकराती हैं, तो पानी में मौजूद सूक्ष्म जीव नीली चमक पैदा करते हैं। अमावस्या की रातों में यह दृश्य और भी स्पष्ट और आकर्षक होता है।

दूसरी खास जगह है Mattu Beach। कर्नाटक के उडुपी जिले में स्थित यह समुद्र तट अपनी शांति और प्राकृतिक सुंदरता के लिए जाना जाता है। मानसून के बाद यहां कभी-कभी समुद्र की लहरों में नीली चमक दिखाई देती है। यहां भीड़ कम होने के कारण यह दृश्य और भी ज्यादा साफ दिखाई देता है। Puducherry भी इस अनोखे अनुभव के लिए मशहूर है। यहां का Serenity Beach और आसपास के तटीय क्षेत्र बारिश के बाद बायोलुमिनेसेंस के लिए उपयुक्त माने जाते हैं। समुद्र के तापमान में बदलाव और फाइटोप्लैंकटन की संख्या बढ़ने से यहां पानी नीली रोशनी में चमक उठता है।

मिशन 2027: गठबंधन की राह पर कांग्रेस-सपा, लेकिन सीट बंटवारे को लेकर बढ़ी अंदरूनी बेचैनी

उत्तर प्रदेश की राजनीति में वर्ष 2027 के विधानसभा चुनाव की तैयारियां अभी से तेज होती दिख रही हैं। राज्य की दो प्रमुख विपक्षी पार्टियां Indian National Congress और Samajwadi Party एक बार फिर साथ मिलकर चुनावी मैदान में उतरने की तैयारी में हैं। हालांकि गठबंधन लगभग तय माना जा रहा है, लेकिन इसके भीतर कई ऐसे सवाल हैं जो दोनों दलों के लिए चुनौती बने हुए हैं। सबसे बड़ा सवाल सीटों के बंटवारे और संगठन की सक्रियता का है। सूत्रों के अनुसार कांग्रेस और समाजवादी पार्टी के बीच शुरुआती स्तर पर बातचीत आगे बढ़ चुकी है। माना जा रहा है कि दोनों दल भारतीय जनता पार्टी के खिलाफ साझा रणनीति बनाकर चुनाव लड़ना चाहते हैं। लेकिन इस बार कांग्रेस के भीतर गठबंधन को लेकर वैसा उत्साह नहीं दिख रहा जैसा लोकसभा चुनाव के दौरान था।

प्रदेश कांग्रेस के कई नेता और कार्यकर्ता मानते हैं कि गठबंधन में सीमित सीटें मिलने से पार्टी का संगठन कमजोर पड़ जाता है। खासकर उन जिलों में जहां कांग्रेस का उम्मीदवार नहीं होता, वहां कार्यकर्ताओं की सक्रियता कम हो जाती है और संगठन धीरे-धीरे निष्क्रिय होने लगता है। यही वजह है कि इस बार कांग्रेस ने गठबंधन के साथ एक नई रणनीति अपनाने का मन बनाया है। बताया जा रहा है कि कांग्रेस ने समाजवादी पार्टी के सामने यह प्रस्ताव रखा है कि सीटों की संख्या चाहे कम या ज्यादा हो, लेकिन उत्तर प्रदेश के हर जिले में कम से कम एक सीट कांग्रेस के चुनाव चिन्ह पर जरूर होनी चाहिए। इसका उद्देश्य साफ है कि पार्टी का संगठन हर जिले में चुनावी मोड में सक्रिय रहे और कार्यकर्ताओं का मनोबल बना रहे। कांग्रेस सूत्रों के मुताबिक इस प्रस्ताव पर लगभग सहमति बनती दिख रही है। यह रणनीति इसलिए भी महत्वपूर्ण मानी जा रही है क्योंकि पिछले चुनावों के अनुभव ने कांग्रेस को यह सिखाया है कि केवल गठबंधन के भरोसे संगठन मजबूत नहीं होता। उत्तर प्रदेश में कांग्रेस पिछले तीन दशकों से हाशिए पर रही है। कभी राज्य की राजनीति का केंद्र रही पार्टी अब सीमित प्रभाव तक सिमट गई है। 2017 का विधानसभा चुनाव कांग्रेस के लिए एक बड़ा प्रयोग था। उस समय चुनावी रणनीतिकार Prashant Kishor ने पार्टी की रणनीति संभाली थी।

उस दौरान कांग्रेस ने राज्यभर में यात्राएं निकालीं, जनसभाएं कीं और जनता से सीधा संवाद स्थापित करने की कोशिश की। Rahul Gandhi की खाट सभाओं ने भी चर्चा बटोरी। कार्यकर्ताओं में उम्मीद जगी थी कि पार्टी इस बार मजबूत वापसी कर सकती है। लेकिन चुनाव से ठीक पहले पार्टी नेतृत्व ने समाजवादी पार्टी के साथ गठबंधन का फैसला लिया। उस समय सपा ने कांग्रेस को 105 सीटें दी थीं। इनमें सात सीटों पर समाजवादी पार्टी के उम्मीदवार कांग्रेस के चुनाव चिन्ह पर लड़े थे। नौ सीटों पर दोस्ताना मुकाबला भी हुआ। इस तरह कांग्रेस कुल 114 सीटों पर चुनावी मैदान में उतरी। हालांकि नतीजे उम्मीदों के मुताबिक नहीं आए। 2012 में कांग्रेस के पास 21 सीटें थीं, जो 2017 में घटकर केवल सात रह गईं। चुनाव के बाद समीक्षा में कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने साफ कहा कि जिन जिलों में पार्टी का उम्मीदवार नहीं था, वहां संगठन पूरी तरह निष्क्रिय हो गया था। यही अनुभव अब कांग्रेस की नई रणनीति का आधार बन रहा है। पार्टी चाहती है कि 2027 में वह केवल गठबंधन का हिस्सा बनकर न रहे, बल्कि अपने संगठन को जमीनी स्तर पर मजबूत भी करे। 2024 के लोकसभा चुनाव में कांग्रेस और समाजवादी पार्टी ने मिलकर चुनाव लड़ा था और इसका असर कई सीटों पर दिखाई भी दिया। इससे दोनों दलों को यह विश्वास मिला कि भाजपा के खिलाफ साझा लड़ाई ज्यादा प्रभावी हो सकती है। लेकिन विधानसभा चुनाव लोकसभा से अलग होते हैं।

कानूनी राय लेंगे लोकसभा स्पीकर ममता गुट से भी मांगा जवाब

नई दिल्ली। तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी) के 20 बागी सांसदों द्वारा NCPI पार्टी में विलय करने के मामले में लोकसभा स्पीकर ओम बिरला फूंक-फूंक कर कदम रख रहे हैं। सूत्रों के मुताबिक, स्पीकर कोई भी फैसला सुनाने से पहले दोनों पक्षों यानी बागी सांसदों और ममता बनर्जी के नेतृत्व वाले मूल टीएमसी गुट की दलीलें खुद सुनेंगे। इसके लिए स्पीकर दफ्तर ने ममता बनर्जी के गुट को एक ईमेल भी भेजा है, जिसमें इस पूरे मामले पर उनका पक्ष और राय मांगी गई है। सूत्रों का कहना है कि संसद के मानसून सत्र से पहले इस पर फैसला ले लिया जाएगा। इसके लिए स्पीकर ओम बिरला इस मामले पर केंद्रीय कानून मंत्रालय से लिखित कानूनी राय मांग सकते हैं। कानून मंत्रालय इसके लिए देश के वरिष्ठ कानून अधिकारियों (सरकारी वकीलों) से सलाह लेगा। ऐसा इसलिए किया जा रहा है ताकि स्पीकर का फैसला कानूनी रूप से इतना मजबूत हो कि अगर इसे बाद में कोर्ट में चुनौती दी जाए, तो वह खारिज न हो। इस बीच, टीएमसी बागियों के इस कदम पर कानूनी और संवैधानिक विशेषज्ञों ने सवाल उठाने शुरू कर दिए हैं। लोकसभा के पूर्व महासचिव और संविधान विशेषज्ञ पीडीटी आचार्य ने संविधान की 10वीं अनुसूची (दलबदल कानून) का हवाला देते हुए बताया कि नियम के मुताबिक, केवल एक राजनीतिक पार्टी ही दूसरी राजनीतिक पार्टी में मिल सकती है, सांसद या विधायक खुद अपनी मर्जी से किसी पार्टी का विलय नहीं कर सकते। अगर पार्टी का केंद्रीय नेतृत्व विलय का फैसला करता है, तब सांसदों को उसे मानना होता है। दूसरी ओर चुनाव आयोग के एक पूर्व अधिकारी ने बागियों के इस कदम को एक अनोखा प्रयोग बताया। उन्होंने कहा कि दलबदल विरोधी कानून या जनप्रतिनिधित्व अधिनियम (RPA) में सांसदों द्वारा इस तरह किसी पार्टी को टेकओवर करके विलय करने का कोई जिक्र नहीं है। गौरतलब है कि संसद में टीएमसी का संकट रविवार को तब और गहरा गया जब बागी सांसदों ने अचानक NCPI में विलय का एलान कर दिया। बागी गुट की अध्यक्ष चुनी गईं काकोली घोष दस्तीदार ने बताया कि टीएमसी के दो-तिहाई (20 सांसदों) ने स्पीकर को अलग बैठने की व्यवस्था के लिए चिट्ठी दी है। हम नेशलिस्ट सिटीजन्स पार्टी (NCPI) में शामिल हो रहे हैं और केंद्र की एनडीए सरकार का समर्थन करेंगे। बता दें कि जिस NCPI पार्टी के सहारे बागी सांसद अपनी सांसदी बचाना चाहते हैं, उसका रजिस्ट्रेशन जनवरी 2023 में पश्चिम बंगाल के हावड़ा जिले से हुआ था और देश की राजनीति में उसका कोई वजूद नहीं रहा है।

'बच्चों पर प्रेशर बढ़ेगा', नीट रिएग्जाम के इंतजामों पर अन्नामलाई ने उठाए सवाल

चेन्नई। बीजेपी के पूर्व नेता के. अन्नामलाई ने मंगलवार को 21 जून को होने वाले NEET-UG री-टेस्ट के लिए की गई व्यापक सुरक्षा व्यवस्था पर चिंता जताई। उन्होंने कहा कि हालांकि पेपर लीक रोकने की कोशिशें स्वागत योग्य हैं, लेकिन परीक्षा केंद्र में प्रवेश से पहले कड़ी जांच-पड़ताल से छात्रों में तनाव और घबराहट बढ़ सकती है। शिक्षा मंत्रालय ने परीक्षा के लिए कड़े सुरक्षा नियम लागू किए हैं। इनमें सीआरपीएफ और सीआईएसएफ की दो-स्तरीय सुरक्षा, भारतीय वायु सेना द्वारा एयरलिफ्ट की व्यवस्था, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस से लैस चार-स्तरीय सीसीटीवी निगरानी, अंदर जाने से पहले बायोमेट्रिक और फेशियल रिकग्निशन जांच, कई स्तरों पर तलाशी और प्रधानमंत्री कार्यालय से सीधी निगरानी शामिल है।

'छात्रों पर बढ़ जाएगा प्रेशर' इस पर प्रतिक्रिया देते हुए बीजेपी के पूर्व नेता ने कहा कि परीक्षा का कुल समय 180 मिनट से बढ़ाकर 195 मिनट करने से परीक्षा का दबाव और बढ़ेगा। उन्होंने एक्स पर लिखा, "पेपर लीक रोकने के लिए सरकार की ओर से अतिरिक्त सुरक्षा उपाय और बेहतर निगरानी लागू करने की हर छात्र तारीफ करेगा। लेकिन एंट्री से पहले ज्यादा जांच-पड़ताल, ज्यादा देर तक तलाशी और परीक्षा का कुल समय 180 मिनट से बढ़ाकर 195 मिनट करने से छात्रों पर परीक्षा का जो दबाव पहले से ही बहुत ज्यादा है, वह और बढ़ जाएगा।" उन्होंने आगे कहा, "हालांकि सरकार ने पेपर लीक रोकने के लिए कदम उठाए हैं, लेकिन वे उस अतिरिक्त बोझ को भूल गए हैं जो उन्होंने एक युवा छात्र पर परीक्षा से पहले डाला है एक ऐसी परीक्षा जिसके लिए उसने महीनों तैयारी की है। इससे हमारी परीक्षा प्रणाली का मूल उद्देश्य और NEP 2020 का 'परीक्षा के तनाव' को कम करने का लक्ष्य ही खत्म हो जाता है।" 'तय किए गए टारगेट हो सकते हैं कमजोर' अन्नामलाई ने आगे कहा कि भले ही सरकार ने पेपर लीक को रोकने के लिए कदम उठाए हैं, लेकिन छात्रों पर पड़ने वाला अतिरिक्त बोझ देश की परीक्षा प्रणाली के मकसद और 'राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020' में परीक्षा से जुड़े तनाव को कम करने के लिए तय किए गए लक्ष्यों को कमजोर कर सकता है। अन्नामलाई ने एडमिट कार्ड डाउनलोड करने में छात्रों को आ रही दिक्कतों की ओर भी ध्यान दिलाया और बताया कि नेशनल टेस्टिंग एजेंसी (NTA) ने उम्मीदवारों को भरोसा दिलाया है कि इस समस्या का समाधान कर दिया जाएगा। उन्होंने कहा, "ऐसी चुनौतियां हैं जिनके लिए सार्थक समाधान की जरूरत है। हालांकि, मुझे चिंता है कि NEET के दोबारा टेस्ट के लिए जो तरीका अपनाया गया है, उससे शायद समस्या हल न हो। बल्कि, इससे नई समस्याएं पैदा होने का खतरा है।" बीजेपी ने किया पलटवार- बीजेपी नेता विनोद सेल्वम ने पलटवार करते हुए कहा कि बायोमेट्रिक वेरिफिकेशन, सीसीटीवी मॉनिटरिंग और सिक्योरिटी चेक किसी भी गंभीर और बड़े पैमाने पर होने वाली परीक्षा में आम प्रक्रियाएं हैं। बीजेपी नेता ने चीन की 'गाओकाओ' (Gaokao) परीक्षा का उदाहरण दिया, जो एक बहुत ही प्रतिस्पर्धी और स्टैंडर्डाइज्ड नेशनल कॉलेज एंट्रेंस एग्जामिनेशन (NCEE) है, जिसमें यूनिवर्सिटी में एडमिशन के लिए स्कोर ही एकमात्र आधार होता है।