

**Weather Report**  
अधिकतम तापमान: 32.0°C  
न्यूनतम तापमान: 21.0°C  
हवा गति: 11 कि./घं.  
जयपुर सूर्योदय समय  
सुबह: 6.06

# संजीवनी टुडे

दैनिक sanjeevnitoday.com

**अब होगी सुधियों की बात संजीवनी टुडे के साथ**  
जम्हायबस्त, वैचारिक चर्चाएं एवं निरुत्थित बर्बाद संदेश  
मात्र 1100/-  
साइज 8X9 cm  
**संजीवनी टुडे**  
विशेष आचार्य: राजेश कुमार, जयपुर, 2024-25, 1100/-  
e-mail: sanjeevnitoday@gmail.com

राजस्थान विधानसभा में कांग्रेस विधायकों ने सरकार की तारीफ की: पाली विधायक बोले

कटुआ में जवानों ने 2 घंटे 5000 राउंड गोलियां चलाई

## दीया कुमारी और सीएम को सैल्यूट, भाजपा विधायकों ने सरकार को घेरा

## आतंकी हमले के दौरान घायल साथियों की रक्षा की, पृष्ठछा के लिए 26 हिरासत में

संजीवनी टुडे

जयपुर। राजस्थान की विधानसभा में गुरुवार को दिलचस्प नज़र देखने को मिले। जहां प्रश्नकाल और शून्यकाल के दौरान भाजपा विधायकों ने सरकार को जमकर घेरा, वहीं बजट बहस के दौरान कांग्रेस विधायकों ने सरकार के बजट की खूब तारीफ की। पाली विधायक भीमराज भाटी ने तो बजट के लिए सीएम और डिप्टी सीएम दीया कुमारी को सैल्यूट तक कर दिया। बजट बहस के दौरान भजन मंडली का जिक्र भी हुआ। नेता प्रतिपक्ष टीकाराम जूली बोले- यह भजन मंडली सदन में माहौल बिगाड़ती है। बजट बहस के दौरान बीजेपी विधायक को टोकने पर कुछ देर हंगामे के हालात बन गए। मारवाड़ जंक्शन से बीजेपी विधायक केसाराम चौधरी बजट की तारीफ करते हुए कांग्रेस राज की खामियों का जिक्र कर रहे थे। इसी दौरान कांग्रेस विधायकों ने टोका। इस पर उन्होंने कहा कि अगर इस तरह टोका गया तो मैं किसी को नहीं बोलने दूंगा। राजाखेड़ा से कांग्रेस विधायक रोहित बोहरा ने केंद्र से पहले राज्य का बजट पेश करने पर सवाल उठाए। बोहरा ने कहा कि राज्य सरकार को बजट पेश करने की ऐसी भी क्या जरूरी थी, कम से कम केंद्र सरकार का बजट तो पहले आने देते। आपका 46 फीसदी रेवेन्यू जीएसटी और केंद्रीय करों से आता है, उसमें आप कुछ नहीं कर सकते।



### कांग्रेस ने सदन से किया वॉकआउट

प्रश्नकाल के दौरान महिला अत्याचारों और शिक्षा मंत्री मदन दिलावर के आदिवासियों के डीएनए की जांच वाले बयान को लेकर कांग्रेस ने सदन से वॉकआउट किया। नेता प्रतिपक्ष टीकाराम जूली ने कहा- दिलावर ने अपने बयान के लिए कोई माफी नहीं मांगी है। ऐसे में लगता है कि उन्हें अपने बयान पर कोई पछतावा नहीं है। दिलावर को विपक्ष सदन में नहीं सुनेगा। उनकी माफी मांगने और मंत्री पद से हटाने तक उनका इसी तरह विरोध किया जाएगा। पाली से कांग्रेस विधायक भीमराज भाटी ने बजट की कई घोषणाओं की जमकर तारीफ की। भाटी ने सीएम और डिप्टी सीएम के अलावा मंत्रियों की भी तारीफ की। भीमराज भाटी ने कहा-पाली के सोमनाथ मंदिर के जीर्णोद्धार के लिए राजस्थान सरकार और मुख्यमंत्री ने पैसा मंजूर किया है, उसके लिए दिल से आभारी हूँ। मुझे कोई शर्म नहीं है। मैंने जिक्र किया था कि मैं इसके बारे में विधानसभा में खुले दिल से मुख्यमंत्री और दीया कुमारी का आभार प्रकट करना चाहता हूँ।

### 29 जुलाई को विधानसभा में पास होगा बजट

गुरुवार की बहस के बाद विधानसभा की कार्यवाही शुक्रवार सुबह 11 बजे तक के लिए स्थगित कर दी गई। अब शुक्रवार, सोमवार और मंगलवार को तीन दिन और बहस होगी। मंगलवार को बहस का सरकार की तरफ से जवाब आएगा। विधानसभा की कार्य सलाहकार समिति ने 29 जुलाई तक विधानसभा का कामकाज तय कर दिया है। 29 को विधानसभा में राजस्थान का बजट पास होगा। 17 जुलाई को विधानसभा नहीं चलेगी। 18 जुलाई से अलग-अलग विभागों की अनुदान मांगों पर बहस होगी। हर दिन बहस के बाद मंत्री बहस का जवाब देंगे। 8 दिन तक विधानसभा में अलग अलग विभागों की अनुदान मांगों पर बहस होगी। अगर केंद्र सरकार कोई योजना शेरिंग वाली लेकर आई तो आप पैसा कहां से दोगे। बोहरा ने कहा-ग्रामीण विकास का बजट 1000 करोड़ रुपए पड़ा गया है। 650 करोड़ की शहरी मनरेगा 350 करोड़ की कर दी और आप वाहवाही की उम्मीद कर रहे हो। राजस्थान में इस बजट से कोई विकास नहीं होगा। एमनेस्टी के नाम पर सरकार खेला कर रही है। बीजेपी विधायक कुलदीप धनखड़ ने कहा कि कांग्रेस राज में कई योजनाओं में घपले हुए। जल जीवन मिशन में जिस तरह से कांग्रेस राज के दौरान घपला हुआ, उसकी अभी जांच चल रही है। यह जांच अगर सही दिशा में आगे बढ़ी और ऐसे ही चलती रही तो कांग्रेस के कई नेता आगे आने वाले दिनों में जेल में होंगे।

संजीवनी टुडे

नई दिल्ली। जम्मू-कश्मीर के कटुआ में 8 जुलाई को सेना के काफिले पर आतंकवादी हमला हुआ था। घटना की जांच से जुड़े अधिकारियों ने बताया कि, जब भारी हथियारों से लैस आतंकवादियों ने सेना के काफिले पर घात लगाकर हमला किया तो 22 गढ़वाल रजिमेंट के जवान पहले तो घबरा गए, लेकिन उन्होंने तुरंत खुद को संभालते हुए अपने घायल साथियों की रक्षा की। इसके लिए जवानों ने 5000 से अधिक राउंड गोलियां चलाई और आतंकवादियों को कटुआ के जंगल में पहाड़ियों पर भागने पर मजबूर कर दिया। आतंकी हमले में 22 गढ़वाल राइफल्स के पांच जवान शहीद हो गए और पांच घायल हुए। एएनआई की एक टीम घटना स्थल पर पहुंच गई है और जांच में पुलिस की सहायता कर रही है। घटना की जांच के लिए कटुआ जिले के माचेडी-बिलावर इलाके से 26 स्थानीय निवासियों को हिरासत में लिया गया है। एक अधिकारी ने बताया कि, "इस वक्त सेना, जम्मू-कश्मीर पुलिस और सीआरपीएफ के जवान आतंकवादियों को पकड़ने के लिए क्षेत्र के बौहड़ इलाकों और जंगलों की तलाशी ले रहे हैं, लेकिन अभी तक कोई भी पकड़ा या मारा नहीं गया है। भारी बारिश ने ड्रोन और हेलिकॉप्टर के जरिए हवाई निगरानी को मुश्किल बना दिया है।



अधिकारियों ने बताया कि, हमले के ठीक बाद सेना के जवानों ने अतिरिक्त बल पहुंचने तक लगातार दो घंटे से अधिक समय तक गोलीबारी की। अधिकारी घटनास्थल पर मौजूद साक्ष्यों, खून से सने हेलमेट, गोलीयों के खोंडे और टूटी विडस्क्रीन और पंचर टायर वाले वाहनों की जांच कर रहे हैं। इसके अलावा घायल सैनिकों से बात करके ये समझने की कोशिश की जा रही है कि 8 जुलाई की दोपहर, गोलीयों का हवाला देकर मना कर दिया। एक अधिकारी ने बताया कि माना जा रहा है कि तीन आतंकवादी थे, जिन्होंने दो अलग-अलग स्थानों से सेना के वाहन और जवानों की निशाना बनाया। एक अधिकारी ने मीडिया एजेंसी पीटीआई से बातचीत में बताया कि, "भारतीय सेना के गढ़वाल रजिमेंट के सैनिकों ने आतंकवादियों पर 5,189 राउंड की बौछार की।

### केजरीवाल की याचिका पर आज फैसला सुनाएगा सुप्रीम कोर्ट

## ईडी की गिरफ्तारी को चुनौती दी थी, 17 मई को एससी ने फैसला सुरक्षित रखा था

संजीवनी टुडे

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट शुक्रवार (12 जुलाई) को दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल की उस याचिका पर फैसला सुनाएगा, जिसमें उन्होंने कथित शराब नीति घोटाले के तहत मनी लॉन्ड्रिंग के मामले में कक की तरफ से गिरफ्तारी को चुनौती दी है। जांच एजेंसी ने 21 मार्च को केजरीवाल को अरेस्ट किया था। सुप्रीम कोर्ट की वेबसाइट के मुताबिक जस्टिस संजीव खन्ना की अगुआई वाली बेंच इस केस में फैसला सुनाएगी। केजरीवाल की इस याचिका पर 17 मई को सुप्रीम कोर्ट में सुनवाई हुई थी। तब एससी ने फैसला सुरक्षित रख लिया था। साथ ही कहा था कि केजरीवाल जमानत के लिए ट्रायल कोर्ट जा सकते हैं। 17 मई की सुनवाई में जस्टिस संजीव खन्ना और जस्टिस दीपांकर दत्ता की बेंच केजरीवाल की याचिका पर सुनवाई की थी। ईडी की तरफ से एडिशनल सॉलिसिटर जनरल एसवी राजू और केजरीवाल की तरफ से अभियंता मनु सिंघवी दलीलें रखीं थीं। इधर, शराब नीति केस में कक ने मंगलवार (9 जुलाई) को दिल्ली के राउज एवेन्यू कोर्ट में सातवीं सप्लिमेंट्री चार्जशीट पेश की। 208 पेज की इस चार्जशीट में दिल्ली के एड्व अरविंद केजरीवाल को केस का सरगना और साजिशकर्ता बताया गया है। चार्जशीट में कहा



### हाईकोर्ट ने गिरफ्तारी को सही ठहराया था

याचिका कि स्कैम से मिला पैसा आम आदमी पाटी पर खर्च हुआ है। ईडी ने चार्जशीट में कहा कि केजरीवाल ने 2022 में हुए गोवा चुनाव में इच्छ के चुनाव अभियान में यह पैसा खर्च किया। दावा किया गया है कि केजरीवाल ने शराब बेचने के कॉन्ट्रैक्ट के लिए साउथ गुप के सदस्यों से 100 करोड़ रुपए की रिश्त मांगी थी, जिसमें से 45 करोड़ रुपए गोवा चुनाव पर खर्च किए गए थे। ईडी ने जोर देकर कहा कि केजरीवाल ने दावा किया कि आप के पूर्व मीडिया प्रभारी और इस केस के सह-आरोपी आतिशी और सौरभ भारद्वाज के अधीन काम किया था। इसमें यह भी दावा किया गया है कि सीएम ने कहा कि दुर्गा पाठक गोवा के राज्य प्रभारी थे और फंड का प्रबंधन करते थे।

### एमपी-छत्तीसगढ़ समेत 7 राज्यों में भारी बारिश की संभावना

## यूपी के 800 गांवों में बाढ़ के हालात, बिहार में आकाशीय बिजली गिरने से 23 की मौत

संजीवनी टुडे

नई दिल्ली। देशभर में मानसून पहुंच चुका है। असम, बिहार, उत्तर प्रदेश में नदियां उफान पर हैं। भारतीय मौसम विभाग के मुताबिक, 7 राज्यों मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, उत्तर प्रदेश, पंजाब, हरियाणा, जम्मू और हिमाचल प्रदेश में भारी बारिश का अलर्ट है। वहीं, उत्तर प्रदेश के 800 गांवों में बाढ़ के हालात हैं। गांव के गांव डूब गए हैं। हर तरफ पानी ही पानी दिख रहा है। लोग घर छोड़ने को मजबूर हैं। एनडीआरएफ और एसडीआरएफ की टीमें रेस्क्यू में लगी हैं। बिहार में आकाशीय बिजली गिरने से 24 घंटे में 23 लोगों की मौत हो गई। उत्तराखंड में लगातार पांच दिन चली बारिश के बाद बार-बार भूस्खलन के चलते 200 सड़कें बंद हैं। सड़कें खराब हालात बंदीनाथ रूट पर है, जहां 22 जगह लैंडस्लाइड से चार धाम यात्रा मार्ग 3 दिन से बंद है। एनडीआरएफ, सेना, एसडीआरएफ के कर्मचारी जब भी ऑल वेदर रोड से मलबा हटाने हैं, पहाड़ का हिस्सा फिर गिर पड़ता है। बंदीनाथ रूट पर हालत ये है कि 25 किमी में कई जगह रास्ता बार-बार बंद हो रहा है। इसीके चलते करीब 4 हजार श्रद्धालु जीशोमठ के आसपास सड़कों पर डेरा जमाए हुए हैं।



### 17 राज्यों में भारी बारिश का अनुमान

मौसम विभाग ने आज कुल 17 राज्यों के भारी बारिश का अनुमान बताया है। इनमें गोवा, महाराष्ट्र, कर्नाटक, केरल, पश्चिम बंगाल, सिक्किम, बिहार, अरुणाचल प्रदेश, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड, छत्तीसगढ़, उत्तर प्रदेश, पंजाब, हरियाणा, जम्मू-कश्मीर, मेघालय और हिमाचल प्रदेश शामिल हैं। मौसम विभाग ने कहा है कि इनमें से कुछ राज्यों (गोवा, महाराष्ट्र, केरल, कर्नाटक, लक्षद्वीप, अंडमान-निकोबार, पश्चिम बंगाल, सिक्किम, बिहार) में तूफान और बिजली भी गिर सकती है। कर्नाटक के तटीय इलाकों में मछुआरों को समुद्र में ज्यादा न जाने की एडवाइजरी जारी की है। मुंबई में गुरुवार को तेज बारिश हुई। मौसम विभाग ने बताया कि शहर में सिर्फ 24 घंटे में 112 मिमी बारिश रिकॉर्ड की गई। बिहार के भगलपुर में तेज बारिश के कारण कोसी नदी का जलस्तर बढ़ गया है। इस वजह से सिंहकुण्ड गांव मकान ढह गया। पंजाब के अमृतसर में तेज बारिश हुई। यहां बुधवार को 23 मिमी बारिश दर्ज की गई थी। 13 जुलाई को गोवा, महाराष्ट्र, कर्नाटक, गुजरात, केरल में भारी बारिश का अनुमान है। पश्चिम बंगाल, सिक्किम, बिहार, अरुणाचल प्रदेश, ओडिशा में कल से 14 जुलाई तक तेज बारिश होगी। 14 और 15 जुलाई को आंध्र प्रदेश में तेज बारिश की चेतावनी जारी की गई है। पंजाब, हरियाणा दिल्ली और जम्मू में बहुत तेज बारिश का कोई अलर्ट जारी नहीं किया गया है।

### सिसोदिया की याचिका पर सुनवाई से जस्टिस संजय कुमार हटे

## निजी कारणों का हवाला दिया, सुप्रीम कोर्ट की नई

## बेंच अब 15 जुलाई को सुनवाई करेगी

संजीवनी टुडे

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट के जस्टिस संजय कुमार ने गुरुवार (11 जुलाई) को इच्छ नेता और पूर्व डिप्टी सीएम मनीष सिसोदिया की जमानत की पुनर्विचार याचिका पर सुनवाई से खुद को अलग कर लिया। दिल्ली शराब नीति मामले में सिसोदिया की याचिका पर आज सुनवाई होनी थी। जस्टिस संजीव खन्ना, जस्टिस संजय करोल और जस्टिस संजय कुमार की बेंच सुनवाई करने वाली थी। हालांकि, जैसे ही मामला सुनवाई के लिए रखा गया, जस्टिस खन्ना ने कहा, 'हमारे भाई (जस्टिस संजय कुमार) को कुछ दिक्कत है। वह निजी कारणों के चलते इस मामले की सुनवाई नहीं करना चाहते। अब 15 जुलाई को दूसरी बेंच मामले की सुनवाई करेगी। जस्टिस संजय कुमार इसका हिस्सा नहीं होंगे। सिसोदिया ने शराब नीति घोटाले से जुड़े प्रवर्तन निदेशालय और केंद्रीय जांच ब्यूरो केस में जमानत पर पुनर्विचार को लेकर दो अलग-अलग याचिकाएं लगाई हैं। इस साल सिसोदिया ने ट्रायल कोर्ट में जमानत को लेकर दोबारा याचिका लगाई। 30 अप्रैल को ट्रायल कोर्ट ने सिसोदिया की जमानत याचिका फिर खारिज कर दी। इस फैसले के खिलाफ सिसोदिया हाई कोर्ट पहुंचे थे।

### सुप्रीम कोर्ट ने 4 जून को जमानत से इनकार किया

दरअसल, सुप्रीम कोर्ट ने 4 जून को सिसोदिया की जमानत याचिका पर विचार करने से इनकार कर दिया था। इसके बाद सिसोदिया ने इस पर दोबारा विचार करने को लेकर याचिका लगाई थी। सिसोदिया को पिछले साल 26 फरवरी को एउक्रेन और फिर 9 मार्च को कक ने गिरफ्तार किया था। उन्होंने 28 फरवरी 2023 को दिल्ली कैबिनेट से इस्तीफा दे दिया। वे फिलहाल तिहाड़ जेल में हैं। ईडी केस में 3 जुलाई को दिल्ली की एक अदालत ने सिसोदिया की न्यायिक हिरासत 25 जुलाई तक बढ़ा दी थी। एउक्रेन केस में सिसोदिया 15 जुलाई तक न्यायिक हिरासत में हैं।

### पहले भी कई बार खारिज हुई सिसोदिया की जमानत याचिका

इससे पहले मनीष सिसोदिया की जमानत याचिकाएं कई बार खारिज हो चुकी हैं। उन्होंने ककामामले में राउज एवेन्यू कोर्ट में जमानत याचिका दायर की थी, जिसे 28 अप्रैल, 2023 को खारिज कर दिया गया था। सीबीआई मामले में उनकी जमानत याचिका 31 मार्च, 2023 को खारिज हुई थी। इसके बाद उन्होंने दिल्ली हाई कोर्ट का दरवाजा खटखटाया था। हालांकि, हाई कोर्ट ने ककामामले में उनकी जमानत याचिका को 3 जुलाई, 2023 और सीबीआई मामले में उनकी जमानत याचिका 30 मई, 2023 को खारिज की थी। सुप्रीम कोर्ट ने 30 अक्टूबर, 2023 सिसोदिया को जमानत देने से इनकार कर दिया था। कोर्ट ने कहा था कि घोटाले से जुड़े कई सवालों के जवाब अभी नहीं मिले हैं। इनमें 338 करोड़ का लेन-देन हुआ है, जिसमें सिसोदिया की भूमिका संदिग्ध लग रही है। इसलिए याचिका खारिज की जाती है।

### शहीद कैप्टन अंशुमान सिंह की पत्नी पर अभद्र टिप्पणी

## दावा- आपतिजनक कमेंट करने वाले को पुलिस ने पकड़ा; लेकिन मामला कुछ और निकला

संजीवनी टुडे

नई दिल्ली। सियाचिन में शहीद हुए कैप्टन अंशुमान सिंह को पिछले दिनों मरणोपरंत कौर्त चक्र से सम्मानित किया गया। कैप्टन अंशुमान की मां मंजू और पत्नी स्मृति को राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने कौर्त चक्र दिया था। इस बीच सोशल मीडिया पर शहीद कैप्टन की पत्नी स्मृति की फोटो पर एक शख्स द्वारा अभद्र टिप्पणी का मामला सामने आया। इस आपतिजनक और अभद्र टिप्पणी से जुड़ा स्क्रीनशॉट सोशल मीडिया पर वायरल हुआ था। इस बीच कुछ वेरिफाइड एक्स यूजर ने दावा किया कि शहीद कैप्टन की पत्नी पर अभद्र कमेंट करने वाले शख्स को गिरफ्तार कर लिया गया है। दावे से जुड़ा पहला ट्वीट हर्ष वेरिफाइड एक्स यूजर दीपक शर्मा के एक्स अकाउंट पर मिला। इस ट्वीट में दावा किया गया था कि शहीद कैप्टन की पत्नी के फोटो पर अभद्र टिप्पणी करने वाले मोहम्मद अहमद को गिरफ्तार कर लिया गया है। दीपक शर्मा को एक्स पर 71 हजार से अधिक लोग फॉलो करते हैं। वहीं, यूजर को इस पोस्ट को खबर लिखे जाने तक 22 हजार से अधिक लोग लाइक कर चुके थे। वहीं, 6 हजार से अधिक लोग इसे रीपोस्ट कर चुके थे। हमें ऐसा ही पोस्ट तमय श्रीवास्तव नाम के वेरिफाइड एक्स यूजर के अकाउंट पर भी मिला। इस ट्वीट में लिखा था- शहीद कैप्टन अंशुमान सिंह की पत्नी पर अभद्र टिप्पणी करने वाले को खबर लिखे जाने तक 22 हजार से अधिक लोग लाइक कर चुके थे। वहीं, 6 हजार से अधिक लोग इसे रीपोस्ट कर चुके थे। हमें ऐसा ही पोस्ट तमय श्रीवास्तव नाम के वेरिफाइड एक्स यूजर के अकाउंट पर भी मिला। इस ट्वीट में लिखा था- शहीद कैप्टन अंशुमान सिंह की पत्नी पर अभद्र टिप्पणी करने वाले को पुलिस ने किया गिरफ्तार। क्या सच में यही वो शख्स है जिसने शहीद कैप्टन की पत्नी को लेकर सोशल मीडिया पर आपतिजनक कमेंट किया था। जवाब है नहीं। पुलिस गिरफ्त में नजर आ रहा यह शख्स शहीद कैप्टन की पत्नी पर आपतिजनक टिप्पणी करने वाला यूजर नहीं बल्कि एक अपराधी मोहम्मद कासिम है।

### आंध्र प्रदेश में तीसरी की छात्रा से गैंगरेप, हत्या

## आरोपी उसी के स्कूल के छठी-7वीं के छात्र, सबूत मिटाने के लिए नहर में फेंका शव

संजीवनी टुडे

नांदयाल। आंध्र प्रदेश के नांदयाल जिले में तीसरी क्लास में पढ़ने वाली बच्ची से गैंगरेप और मर्डर का मामला सामने आया है। पुलिस ने बच्ची के स्कूल के तीन नाबालिग छात्रों को आरोपी बनाया गया है। छात्रों ने गैंगरेप के बाद बच्ची की हत्या कर दी। सबूत मिटाने के लिए शव को नहर में फेंक दिया। शव अभी तक बरामद नहीं हुआ है। बच्ची की उम्र 8 साल थी। वहीं, आरोपी दो लड़कों की उम्र 12 साल है। दोनों छठी क्लास में पढ़ते हैं। तीसरे आरोपी की उम्र 13 साल है, वह सातवीं क्लास में पढ़ता है। पुलिस के मुताबिक, घटना रविवार (7 जुलाई) शाम की बताई जा रही है। घटना के वक्त बच्ची पगडियाला स्थित एक पार्क में खेल रही थी। इसी दौरान आरोपी छात्र उसे खेलने के बहाने सुनसान जगह ले गए और वारदात को अंजाम दिया। बच्ची घटना के बारे में अपने माता-पिता को न बता दे, इस डर से आरोपी बच्चों ने उसकी हत्या कर दी और शव को पार्क की नहर में फेंककर मौके से भाग निकले। पुलिस ने कृष्णा नदी के बैकवाटर में सर्च ऑपरेशन चलाया।

### जब तक बाँडी नहीं मिलती, सर्चिंग जारी रहेगी: एसपी



सूत्रों के मुताबिक, पुलिस को साज-सज्जा का सामान भी मिला है। ऐसा सामान आमतौर पर पूजा-पाठ या कुछ रीति-रिवाजों में इस्तेमाल होता है। अब पुलिस काले जादू के एंगल से भी जांच कर रही है। वहीं, नांदयाल की सांसद डॉ. बाईरडू शर्मा भी मौके पर पहुंचीं और पुलिस को कड़ी कार्रवाई के निर्देश दिए। स्थानीय विधायक जी जयसूर्या भी मौजूद रहे। एसपी रघुवीर रेड्डी ने कहा कि जब तक बच्ची की बाँडी नहीं मिल जाती, सर्च ऑपरेशन जारी रहेगा। इसके लिए एसडीआरएफ की टीमों को भी लगाया गया है। पुलिस ने बताया कि बच्ची 7 जुलाई से लापता थी। वह घर के पास स्थित पार्क में खेलने गई थी, लेकिन काफी समय गुजर जाने के बाद भी नहीं लौटी। पेरेंट्स ने काफी देर खोजा, लेकिन नाकाम रहे। बाद में उन्होंने शिकायत दर्ज कराई। शुरुआत में तो पुलिस को भी आरोपियों के बारे में पता नहीं चला। इसके बाद 9 जुलाई को स्निफर डॉग्स की मदद ली गई।



## खबरें फटाफट

## नाबालिग से दुष्कर्म के मामले में वांछित अपराधी गिरफ्तार



## संजीवनी टुडे

सराडा पुलिस थाना सेमारी सर्कल में नाबालिग के साथ हुए दुष्कर्म के घटना के मामले में दर्ज प्रकरण संख्या 67/2024 धारा 363,366ए, 344,376 (2) (एन), भादस व 5 (एल) (6) पोक्सो एक्ट में वांछित अभियुक्त को गिरफ्तारी हेतु थाना स्तर पर सेमारी थानाधिकारी गजवीर सिंह के नेतृत्व में टीम गठित कि जाकर वांछित अभियुक्त गणेश (18) पिता हजारी लाल रेवारी निवासी पादडी छोटी थाना सरोदा जिला डुंगरपुर को नया टापर पुलिस थाना सरोदा जिला डुंगरपुर गिरफ्तार किया जाकर न्यायालय में पेश किया गया।

## जानलेवा हमले के मामले में फरार टॉपटेन अपराधी गिरफ्तार



## संजीवनी टुडे

चित्तौड़गढ़। शहर के कुम्भानगर में गत 27 जनवरी को देवीलाल कोर पर आरोपी नरेन्द्र गुर्जर उर्फ नैनु व उसके साथियों द्वारा जानलेवा हमला करने के मामले में सदर चित्तौड़गढ़ थाना पुलिस ने वांछित आरोपी नरेन्द्र गुर्जर उर्फ नैनु को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने घटना में प्रयुक्त कार को भी जब्त किया है। पुलिस अधीक्षक श्री सुधीर जोशी ने बताया की जिले व थाने के टॉपटेन में वांछित अपराधियों की धरपकड़ के लिये थानाधिकारी गजेन्द्र सिंह पुलिस निरीक्षक के नेतृत्व में थाना के एएसआई नगजीराम, कानि कुलदीप कृष्ण, गजेन्द्र सिंह की पुलिस टीम का गठन किया गया। गडित टीम द्वारा मुखबीर की सूचना पर वांछित आरोपी चित्तौड़गढ़ के शनि महाराज मंदिर के पास, सेती निवासी 20 वर्षीय नरेन्द्र गुर्जर उर्फ नैनु पुत्र नारायण गुर्जर को गिरफ्तार कर उसके कब्जे से घटना में प्रयुक्त कार को जब्त किया गया। अन्य साथी आरोपियों की तलाश जारी हो प्रकरण में अनुसंधान जारी है। इसी मामले में पुलिस ने पूर्व में विकास उर्फ मया पुत्र किशन लाल गमेती व दिनेश उर्फ दिनु गुर्जर पुत्र श्रवण गुर्जर को गिरफ्तार किया था।

## दो साल से फरार दस हजार रुपये का ईनामी बदमाश गिरफ्तार



## संजीवनी टुडे

चित्तौड़गढ़। दो साल पूर्व डोडाचूरा तस्करी के दौरान नाकाबंदी करती पुलिस पर फायर कर फरार हुए ईनामी बदमाश शंकर गाडरी को मंगलवाड थाना पुलिस ने गिरफ्तार किया है। पुलिस अधीक्षक श्री सुधीर जोशी ने बताया कि दो साल पहले मंगलवाड थाना पुलिस द्वारा नाकाबंदी के दौरान एक स्कॉपीयो से 407 किलोग्राम अवैध डोडाचूरा पकड़ा था, जिसमें आरोपी पुलिस पर फायर कर फरार हो गए थे। पुलिस ने पूर्व में मामले में दस हजार रुपये के ईनामी बदमाश बाडुमर जिले के रियागों की ढाणी शोभाला जैतमाल थाना धोरीमन्ना निवासी 28 वर्षीय जुंजाराम उर्फ जुगनु पुत्र रेखाराम बेनीवाल जाट को पहले ही गिरफ्तार कर लिया था। मामले में वांछित दस हजार रुपये के अध्यापिका के पिता की ओर से क्षेत्र के संबंधित थाने में दर्ज करवाया है। पुलिस ने बताया कि अध्यापिका के पिता ने रिपोर्ट में बताया उसकी पुत्री सरकारी स्कूल में कार्यरत है, जो अपने रूम पर थीं। वहां से अन्य गांव के सरकारी स्कूल में कार्यरत एक अध्यापक उसे और उसके पास रखे सोना-चांदी सहित अन्य आभूषणों को ले गया। पुलिस ने आरोपी अध्यापक और अध्यापिका दोनों को उदयपुर से दस्तयाव कर लिया। पुलिस के सहायक उप निरीक्षक ने बताया कि अध्यापिका के पिता की ओर से मामला दर्ज करवाया गया था। दोनों को दस्तयाव किया गया। दोनों ने गाजियाबाद के कोर्ट से मैरिज की है। लड़की की ओर से मैडिकल कराने से इनकार कर दिया था।

## अध्यापक एक अध्यापिका को लेकर फरार, पुलिस ने किया दस्तयाव

## संजीवनी टुडे

अलवर/गोविन्दगढ़। एक सरकारी स्कूल के अध्यापक की ओर से सरकारी स्कूल की अध्यापिका को अगवा कर फरार होने का मामला अध्यापिका के पिता की ओर से क्षेत्र के संबंधित थाने में दर्ज करवाया है। पुलिस ने बताया कि अध्यापिका के पिता ने रिपोर्ट में बताया उसकी पुत्री सरकारी स्कूल में कार्यरत है, जो अपने रूम पर थीं। वहां से अन्य गांव के सरकारी स्कूल में कार्यरत एक अध्यापक उसे और उसके पास रखे सोना-चांदी सहित अन्य आभूषणों को ले गया। पुलिस ने आरोपी अध्यापक और अध्यापिका दोनों को उदयपुर से दस्तयाव कर लिया। पुलिस के सहायक उप निरीक्षक ने बताया कि अध्यापिका के पिता की ओर से मामला दर्ज करवाया गया था। दोनों को दस्तयाव किया गया। दोनों ने गाजियाबाद के कोर्ट से मैरिज की है। लड़की की ओर से मैडिकल कराने से इनकार कर दिया था।

## बाल संरक्षण संबंधित जागरूकता अभियान के दौरान बस्सी पुलिस थाना क्षेत्र में हुए आयोजन

## जिला पुलिस द्वारा युनिसेफ के सहयोग से बाल संरक्षण हेतु वृत्त स्तरीय जागरूकता कार्यक्रम जारी

## संजीवनी टुडे

चित्तौड़गढ़। पुलिस अधीक्षक चित्तौड़गढ़ श्री सुधीर जोशी के निर्देशन में बाल संरक्षण विषयों पर व्यापक जागरूकता के लिए वृत्त स्तरीय जागरूकता कार्यक्रमों की श्रृंखला में बुधवार को चित्तौड़गढ़ ग्रामीण वृत्त के बस्सी पुलिस थाने में जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। वृत्ताधिकारी रामेश्वर लाल के मार्गदर्शन में थानाधिकारी पुलिस थाना बस्सी जयेश पाटीदार द्वारा थाना क्षेत्र के बस स्टेण्ड क्षेत्र में जागरूकता कार्यक्रम किया गया। कार्यक्रम में तहसीलदार गजराज मीणा ने बताया कि बालकों को आम नागरिकों से कुछ ज्यादा अधिकार संविधान द्वारा प्रदान किए गए हैं जिनके संरक्षण की जिम्मेदारी प्रशासन के साथ ही आमजन की भी है। उन्होंने पुलिस द्वारा जागरूकता के लिए युनिसेफ के सहयोग से किए जा रहे प्रयासों की सराहना करते हुए

नुककड नाटक के माध्यम से दी जा रही जानकारी को अमल में लाने तथा किसी भी दुर्व्यवहार की स्थिति में प्रशासन को सूचना देने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम में थानाधिकारी जयेश पाटीदार द्वारा बाल नशावृत्ति के विरुद्ध उपस्थित लोगों को जागरूक करते हुए बताया कि 18 वर्ष से कम उम्र के बच्चे को किसी भी प्रकार का मादक पदार्थ, शराब या अन्य मन स्वापक पदार्थ देना प्रयोग करने के लिए प्रेरित करना, बेचना परिवहन कराना भी अधिनियम की धारा 77 एवं 78 के तहत अपराध की श्रेणी में आता है। उन्होंने उपस्थित आमजन तथा प्रतिभागियों को बताया कि वर्तमान समय में बालकों में यातायात नियमों के उल्लंघन, साइबर अपराधों, नशावृत्ति बाल श्रम तथा बाल विवाह जैसी समस्याओं से सामुदायिक जागरूकता के माध्यम से ही रोक लगाई जा सकती है। उन्होंने उपस्थित प्रतिभागियों से



अपने आस-पास के क्षेत्र में बाल नशावृत्ति, बाल श्रम बाल विवाह जैसी घटनाओं की सूचना प्रशासन एवं पुलिस को देने तथा साइबर अपराधों के मामलों में हेल्पलाइन 1930 सहित साइबर पुलिस थाने पर त्वरित

रूप से रिपोर्ट करने के लिए सुझाव दिए। कार्यक्रम के आयोजन में उदयपुर रेंज पुलिस और युनिसेफ के संयुक्त तत्वावधान में संचालित पुलिस फॉर केयर ऑफ चिल्ड्रन कार्यक्रम अंतर्गत तकनीकी सहयोग उपलब्ध

कराया गया। बाल कल्याण पुलिस अधिकारी बस्सी थाने के लाल चन्द्र द्वारा बताया गया कि किशोर न्याय अधिनियम के अनुसार 18 वर्ष से कम उम्र के बालक से किसी प्रकार का विधि विरुद्ध श्रम कराना अधिनियम की धारा 79 के तहत अपराध की श्रेणी में आता है। उन्होंने बाल श्रम नियमन एवं प्रतिषेध अधिनियम के बारे में बताया कि 14 से कम उम्र के किसी भी बच्चे से विधि विरुद्ध कार्य कराना अपराध है, जबकि 14 से 18 वर्ष के बालकों को किसी जोखिम भरे कार्य में नियुक्त करना अपराध है। बस स्टेण्ड पर आमजन और समुदाय पुलिसिंग सदस्यों द्वारा नुककड नाटक से ली सीख :- कार्यक्रम आयोजन से पूर्व थाना क्षेत्र में पुलिस अधिकारियों द्वारा स्पीकर्स के माध्यम से आमजन को जागरूकता कार्यक्रम में आने के लिए आमंत्रित किया गया और बस स्टेण्ड पर होने से समुदाय सदस्यों के साथ आमजन ने

नुककड नाटकों को देखा। कार्यक्रम के दौरान डुंगरपुर जिले के आसपुर से बहुमुखी सांस्कृतिक मंच के कमलेश बामनिया एवं टीम द्वारा नुककड नाटकों का मंचन किया गया जिनमें प्रथम नुककड नाटक में बाल श्रम एवं बाल विवाह के दुष्प्रभावों तथा रिपोर्ट करने के तरीकों के बारे में बताया गया। इसी प्रकार दूसरे नाटक में यातायात सुरक्षा और नशावृत्ति की रोकथाम के लिए समाज की भूमिका और नशावृत्ति के दुष्प्रभावों के बारे में जानकारी गई। नुककड नाटक के दौरान मुख्य कलाकार राज यमराज की भूमिका में यातायात नियमों की अवहेलना करने वाले युवाओं को आमजन से समझाइश की गई। कार्यशाला के अंत में थानाधिकारी द्वारा धन्यवाद ज्ञापित किया गया। कार्यक्रम में चित्तौड़गढ़ ग्रामीण वृत्त के 200 से ज्यादा प्रतिनिधि, आमजन एवं पुलिस थाने के अधिकारियों उपस्थित रहे।

## जनसुनवाई में जिला कलेक्टर ने सुनी आमजन की समस्याएं

## संजीवनी टुडे

सलुंवा। आमजन की परिवेदनाओं की सुनवाई एवं उनके त्वरित निस्तारण के लिए जिला कलेक्टर जसमीत सिंह संधू की अध्यक्षता में गुरुवार को लसाडिया में उपखण्ड स्तरीय जनसुनवाई आयोजित की गई। जनसुनवाई के दौरान जिला कलेक्टर ने सभी जिला स्तरीय एवं वीसी के माध्यम से जुड़े उपखण्ड स्तरीय अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि जनसुनवाई के दौरान आने वाले प्रकरणों की जांच एवं उनके निस्तारण में कोई कमी न बरती जाए। आमजन की समस्याओं का निस्तारण कम एवं निर्धारित समय में होना चाहिए, साथ ही जिन प्रकरणों का मौका पर ही निस्तारण किया जा सके उनका निस्तारण कर परिवादी को शीघ्र ही राहत पहुंचाने का कार्य करें। इस दौरान उन्होंने कहा कि ग्राम पंचायत एवं उपखण्ड स्तरीय स्तर की जनसुनवाई के प्रकरण जिला स्तरीय जनसुनवाई में न आए। साथ ही सभी अधिकारी परिवादी की समस्याओं की गहराई में जाकर जांच एवं कार्यवाही करें। उन्होंने कहा कि प्रत्येक परिवादी को उसकी समस्याओं के संबंध में सकारात्मक एवं संतोषजनक उत्तर देना सुनिश्चित करें। इस दौरान जिला कलेक्टर जसमीत सिंह संधू ने



सभी अधिकारियों से कहा कि प्रत्येक परिवादी की समस्या को संवेदनशीलता के साथ सुने। उन्होंने कहा कि जिले में पहल योजना के प्री कैंप और मुख्य कैंप से अधिक से अधिक लाभार्थियों को जोड़ कर लाभ दिलाना सुनिश्चित करें। उन्होंने संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि राजस्व से संबंधित मामलों में विशेषकर नामान्तरण एवं गैर खातेदारी से खातेदारी वाले प्रकरणों पर शीघ्र कार्यवाही करते हुए उनका निस्तारण करवाएं। उन्होंने समस्त विकास अधिकारियों को आमजन की सामाजिक सुविधाओं से संबंधित कार्यों की पुख्ता मानिटरिंग करने के निर्देश दिए।

जनसुनवाई के दौरान सीसी रोड़ एवं पट्टा बनवाने सहित विभिन्न प्रकार के प्रकरण प्राप्त हुए जिनमें से कई प्रकरणों का मौके पर निस्तारण करवाते हुए अन्य शेष प्रकरणों के शीघ्र निस्तारण के निर्देश संबंधित अधिकारियों को दिए। वहीं एसडीएम पर्वत सिंह चुंडावत ने सेमारी से वीसी के माध्यम से जुड़े और आमजन की परिवेदनाओं का निस्तारण किया। जनसुनवाई के दौरान जिला कलेक्टर जसमीत सिंह संधू, एसडीएम पर्वत सिंह चुंडावत, तहसीलदार, नायब तहसीलदार एवं विकास अधिकारी सहित उपखण्ड स्तरीय अधिकारियों एवं परिवादी उपस्थित रहे।

## वृद्ध जन स्वास्थ्य शिविर का आयोजन



## संजीवनी टुडे

कुण्डई के आयुर्वेदिक हॉस्पिटल में 80 से 60 वर्ष के बुजुर्ग जांच कराने पहुंचे

बड़गाँव। राष्ट्रीय वृद्ध जन स्वास्थ्य देखभाल कार्यक्रम के अंतर्गत वृद्ध जन स्वास्थ्य शिविर भीण्डर उपखण्ड के कुण्डई आयुर्वेदिक चिकित्सालय में 80 से 60 वर्ष की महिलाओं व पुरुषों की जांचविशेष चिकित्सकों द्वारा की गई। शिविर में आने वाले मरीजों की जांच में नेत्र परीक्षण, मेडिसिन, सर्जरी, क्षय रोगियों की खखार जांच, नाक कान गला, डेंटल, वीपी, शुगर की जांच पात्र व्यक्तियों का आयुष्मान कार्ड व हेल्थ आईडी बनाई गई। चिह्नित किए गए मरीजों के कार्ड बनाकर दिए गए। जिससे उनकी नियमित रूप से अस्पताल में जांच की जाएगी। फिजियोथैरेपिस्ट ने फिजियोथैरेपी सेवा दी। चिह्नित मरीजों को निःशुल्क फिजियोथैरेपी

सेवा उपलब्ध कराई जाएगी। शिविर में वृद्धावस्था के दौरान हल्के नियमित रूप से व्यायाम करने, संतुलित भोजन, पूरी नींद लेना, दैनिक दिनचर्या के बारे में भी जागरूक किया गया। वयोवृद्ध स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। स्वास्थ्य परीक्षण मुख्यतः जिसमें 80 वर्ष 60 वर्ष से ऊपर किया गया। व चौसती बिमारियों से बचाव हेतु क्वाथ वितरण गयी किया गया। शीर और औषधियाँ ग्रामीणों को योग से सम्बन्धित जानकारी हा औषधीय पादप से सम्बन्धित जानकारी दी गयी। इच्छए पर उपलब्ध सुविधाओं की जानकारी ग्रामीणों को प्रदान की गयी। 184 लोगों को क्वाथ पिलाया गया और 57 लोगों का स्वास्थ्य परीक्षण कर औषधियों वितरित की गयीं। डॉ. अंकिता सियाल आयुर्वेद चिकित्साधिकारी, डॉ. बोरेंद्र कुमार, ओंकार लाल, क्रमाउडर सत्यनारायण परिचारक ललित चौधरी। कमलेन्द्र सिंह योग प्रशिक्षक मौजूद थे।

## विश्व जनसंख्या दिवस मनाया: विधिक जागरूकता शिविर में दी योजनाओं की जानकारी



## संजीवनी टुडे

नाथद्वारा जिला विधिक सेवा प्राधिकरण सचिव संतोष अग्रवाल और तालुका विधिक सेवा समिति अध्यक्ष व अपर जिला एवं सेशन न्यायाधीश प्रवीण कुमार मिश्रा के निर्देशानुसार गुरुवार को विश्व जनसंख्या दिवस पर नाथवास स्थित राजकीय बालिका उच्च माध्यमिक विद्यालय में विधिक जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में कनिष्ठ सहायक गिरांज प्रसाद मीणा ने विधिक जागरूकता शिविर में विश्व जनसंख्या दिवस के महत्व, जनसंख्या वृद्धि से उत्पन्न समस्याओं और चुनौतियों, जनसंख्या नियंत्रण के उपाय, परिवार नियोजन, मातृ स्वास्थ्य, लैंगिक समानता का महत्व सहित आगामी राष्ट्रीय लोक अदालत, मध्यस्थता, पीडित प्रतिकार स्कीम, निशुल्क विधिक सहायता आदि विषयों के बारे में जानकारी देकर जागरूक किया। इस दौरान होमगार्ड जानकी शर्मा, देवी कान्ता गुर्जर, ज्योति वैष्णव, पूरण माली और अभिलाषा कंव्वर आदि मौजूद थीं।

## कुछ विद्यालयों में गैस की टंकी और अनाज की चोरी की घटनाओं के बाद मध्याह्न भोजन बनाने में आ रही समस्या के तुरंत समाधान की मांग की

## संजीवनी टुडे

भटवैर राजस्थान शिक्षक संघ (राष्ट्रीय) का प्रतिनिधि मंडल शिक्षकों को लेकर जिला शिक्षा अधिकारी प्रा. शि. मुख्यालय कार्यालय उदयपुर से मिलने पहुंचा। जिला अध्यक्ष पुष्पेंद्र सिंह झाला, प्रांतीय शिक्षा समिति सदस्य राजेंद्र सिंह सारंगदेवोत व जिला कोषाध्यक्ष मंगल कुमार जैन ने कार्यालय में उपस्थित अतिरिक्त जिला शिक्षा अधिकारी प्रा. शि. को ज्ञापन सौंप कर दूरभाष पर जिला शिक्षा अधिकारी वीरेंद्र सिंह यादव से शिक्षकों की समस्याओं से अवगत कराकर समाधान की मांग की। जिस पर जिला शिक्षा अधिकारी मु. प्रा. शि. विरेंद्र सिंह यादव ने 1080 शिक्षकों के स्थाईकरण के प्रकरण आज ही अनुमोदन के लिए जिला परिषद को भेजने, कार्यालय में लम्बित एसीपी और एमएसीपी के 100 शिक्षकों के आदेश विधिक विभाग की टिप्पणी प्राप्त होते ही जारी कर देने, व कार्यालय में लम्बित 93 प्रकरण के भी एसीपी व एमएसीपी के आदेश शीघ्र जारी करने पर सहमति जताई। मीडिया प्रभारी गोपाल मेहता



मेनारिया के अनुसार शिक्षक संघ के प्रतिनिधि मंडल ने बताया कि माध्यमिक शिक्षा जिला शिक्षा अधिकारी द्वारा नोशनल लाभ दिये जाने के आदेश जारी किए हैं, उसी प्रकार समान प्रकरणों में प्रांरिक शिक्षा के शिक्षकों को भी नोशनल लाभ दिए जाने की मांग पिछले कई महीनों से लम्बित चल रही है। माध्यमिक शिक्षा विभाग के जिला शिक्षा अधिकारी को तर्ज पर ही प्रांरिक शिक्षा में ऐसे ही समान प्रकरणों में नोशनल लाभ नहीं देकर शिक्षकों के साथ भेदकिये जाने पर तीव्र रोष व्यक्त किया। जिला शिक्षा अधिकारी यादव ने इस सम्बन्ध में बताया कि शिक्षकों को नोशनल लाभ देने के विषय पर निर्देशालय से मार्गदर्शन मांगा है। निर्देशालय से जो भी मार्गदर्शन मिलेगा उसके अनुसार आदेश जारी किए जाएंगे।

शिक्षक संघ ने निर्देशालय से मार्गदर्शन मांगने के नाम पर नोशनल लाभ देने की कार्रवाई को लटका कर रखने की निंदा की व इस पर असंतोष व्यक्त किया। इसी के साथ विभिन्न विद्यालयों में गैस की टंकी और अनाज की चोरी हो रही है। जिसमें एमडीएम बनाने के लिए गैस की टंकी चोरी हो जाने पर संबंधित विद्यालयों को एमडीएम बनाने में रसोई गैस के अभाव में समस्या का सामना करना पड़ रहा है। एमडीएम बनाने में आने वाली समस्याओं से अवगत कराते हुए ऐसे विद्यालयों को नई गैस की टंकी उपलब्ध करवाने के लिए तुरंत बजट व स्वीकृति उपलब्ध करवाने की मांग की। इस सम्बन्ध में जिला शिक्षा अधिकारी ने उचित समाधान करने का आश्वासन दिया।

## कार पर पलटा केमिकल से भरा टैंकर, 4 की मौत: पहले ट्रेलर से हुई टक्कर; 2 भाई, मां और पत्नी के शव गाड़ी में बुरी तरह चिपके

## संजीवनी टुडे

राजसमंद। राजसमंद में हुए भीषण सड़क हादसे में एक ही परिवार के 4 लोगों की मौत हो गई। पहले ट्रेलर और टैंकर की टक्कर हुई। इसके बाद केमिकल से भरा टैंकर क्रेटा कार पर पलटा गया। कार सवार सभी लोग टैंकर के नीचे दब गए। हादसा चारभुजा थाना सर्किल में राजसमंद-गोमती फोरलेन (उदयपुर-व्यावर हाईवे) पर मानसिंह का गुढा में हुआ। मरने वाले सभी केमिकल (राजसमंद) के रहने वाले थे। लंबे समय से यह परिवार उदयपुर के हिरणमगरी के सेक्टर 4 में रह रहे थे। मरने वालों में 2 भाई, मां और पत्नी शामिल एसपी मनीष त्रिपाठी ने बताया कि हादसा आज (गुरुवार) सुबह करीब सवा 8 बजे बलान नुमा रोड़ पर हुआ। टैंकर में केमिकल (बेंजिन) भरा था। यह केमिकल बहुत ही अधिक ज्वलनशील होता है। एसपी ने बताया कि गोमती से राजसमंद की ओर केमिकल से भरा टैंकर व ट्रेलर एक ही दिशा में आ रहे थे। इस दौरान मानसिंह का गुढा गांव में केमिकल से भरा टैंकर अनियंत्रित होकर सड़क को दूसरी साइड में सामने से आ रही कार पर जा गिरा। जिससे



कार बुरी तरह से पिचक गई। उदयपुर से ब्यावर जा रहे थे क्रेटा कार सवार एसपी के अनुसार, क्रेटा कार में सवार एक ही परिवार के 4 लोग सुबह उदयपुर से ब्यावर के लिए जा रहे थे। तभी हादसा हो गया। कार में दीनबंधु (32) पुत्र जगदीश उपाध्याय, पुरुषोत्तम उर्फ पवन उपाध्याय (40), पुत्र जगदीश उपाध्याय, रेणुका उपाध्याय (34) पत्नी पुरुषोत्तम उपाध्याय, मनसुख देवी (68) पत्नी जगदीश उपाध्याय सवार थे। दीनबंधु और पुरुषोत्तम सगे भाई थे। रेणुका पुरुषोत्तम की पत्नी थीं। मनसुख देवी दीनबंधु और पुरुषोत्तम की मां थीं।

## हाईवे पर जाम लगा

एसपी मनीष त्रिपाठी ने बताया कि 4 बड़ी क्रेन, 4-5 एंबुलेंस को तत्काल प्रभाव से मौके पर बुलाया गया। स्थानीय लोगों ने रेस्क्यू में काफी मदद की। रेस्क्यू के दौरान काफी मशकत के बाद शवों को कार से बाहर निकाला गया। इसके बाद राजसमंद हॉस्पिटल पहुंचाया गया। क्रेन से टैंकर को सौधा करवाया गया। क्षतिग्रस्त वाहनों के कारण हाईवे पर जाम लग गया था। उन गाड़ियों को हटवाकर यातायात सुचारु करवाया गया है। हादसे की सूचना के बाद राजसमंद कलेक्टर डॉ. भंवरलाल सहित केलवा और चारभुजा पुलिस



थाने से फोर्स मौके पर पहुंची। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार हादसे के बाद टैंकर से काफी देर तक केमिकल निकलता (बहता) रहा। रिसतेदार से मिलने जा रहा था पूरा परिवार दीनबंधु, उनके भाई व परिवार के अन्य सदस्य गुरुवार सुबह ब्यावर में रिसतेदार से मिलने कार से जा रहे थे। दीनबंधु के पिता जगदीश चंद्र उपाध्याय श्रम सचिव रहे थे। उनकी 4 साल पहले मौत हो चुकी है। पुरुषोत्तम उपाध्याय बैंक से संबंधित फाइनेंस का काम करते थे। इनका 1 बेटा है अनंत जो 12 वर्ष कक्षा में पढ़ता है। पुरुषोत्तम के भाई दीनबंधु पेशे से इंजीनियर थे। इनकी 2 बेटियां हैं। अब परिवार में दीनबंधु की पत्नी सखा उपाध्याय और इनकी 2 बेटियां तन्वी (9), डेढ़ साल की छोटी बेटी बेनु और पुरुषोत्तम उपाध्याय के बेटे समेत 4 लोग बचे हैं।



## संजीवनी टुडे

राजसमंद। राजसमंद में अवैध बजरी खनन के खिलाफ पुलिस ने कार्रवाई करते हुए एक ट्रैक्टर ट्रॉली जत्त को रेलमगरा पुलिस थाना ईटाई प्रभु सिंह चुण्डावत के अनुसार पुलिस अधीक्षक मनीष त्रिपाठी के निर्देशानुसार जिले में अवैध बजरी खनन माफियाओं के खिलाफ कार्रवाई की जा रही है। इस क्रम में रेलमगरा थाना सर्कल में गिलुण्ड पुलिस चौकी के जाब्ता व कोलपुर गांव के लोगों की मदद से बिना नम्बर की ट्रैक्टर ट्रॉली रुकवाई जिसमें अवैध

बजरी परिवहन की जा रही थी। पुलिस ने जब बजरी परिवहन करने को लेकर डॉक्यूमेंट मांगे तो चालक के पास कोई डॉक्यूमेंट नहीं थे। जिसके बाद पुलिस ने ट्रैक्टर ट्रॉली को पुलिस चौकी गिलुण्ड में खड़ा करवाया। पुलिस के अनुसार बिना नम्बर का ट्रैक्टर रतन लाल भील पुत्र शांति लाल भील निवासी कुण्डिया गांव के नाम है। पुलिस ने अवैध बजरी परिवहन को लेकर माफिया विभाग को भी सूचना की जिस पर मौके पर विभाग के कर्मचारी पहुंचे और कार्रवाई की।

सम्पादक की कलम से....

सम्पादकीय



## भारतीय स्टाम्प क़ानून का होगा सरलीकरण



दरअसल स्टाम्प क़ानून को बदलने की प्रक्रिया पिछले दो दशक से चल रही है। आपको यदि ध्यान हो तो देश में 20 वर्ष से भी अधिक समय पूर्व 20,000 करोड़ रुपए का एक फ़र्जी स्टाम्प घोड़ला उजागर हुआ था। उस घोड़ले के बाद स्टाम्प क़ानून में बड़े पैमाने पर बदलाव की बात की गई थी एवं इसकी शुरुआत स्टाम्प को सीरीयल नम्बर प्रदान कर की गई थी। इसके बाद ई-स्टाम्पिंग का दौर आया। परंतु, फिर समस्या ये आई कि अलग अलग राज्यों में स्टाम्पिंग ड्यूटी की अलग अलग दरें हैं फिर इसमें किस प्रकार एकरूपता लाई जाय। यह सब प्रक्रिया पिछले लगभग 14 वर्षों से चली आ रही है। अमूमन हम जब स्टाम्प ड्यूटी की बात करते हैं तो हमें लगता है कि केवल ज़मीन जायदाद की खरीद फ़रोक्त से सम्बंधित मामलों पर ही यह लागू होती है। यह जानकारी शायद बहुत कम लोगों को रहती है कि शेयर बाज़ार एवं म्यूचुअल फ़ंड से सम्बंधित लेनदेन भी इसके दायरे में आते हैं। परंतु स्टाम्प ड्यूटी को शेयर बाज़ार एवं म्यूचुअल फ़ंड से सम्बंधित लेनदेन के मामलों पर लागू करने में मुख्य समस्या यह आती है कि इसे कहाँ पर अर्थात शेयर खरीदने वाले के स्थान पर लागू किया जाय अथवा शेयर बेचने वाले के स्थान पर लागू किया जाय एवं इसे किस राज्य की दरों के साथ लागू किया जाय। साथ ही, शेयर अथवा म्यूचुअल फ़ंड के एक ही प्रकार के लेनदेन के लिए कई अलग अलग दरें लागू की जा रही थीं जिसके परिणामस्वरूप न्यायिक विवाद की भी घटनाएँ सामने आईं, जिससे प्रतिभूत बाज़ार में लेनदेन की लागत बढ़ गई एवं पूँजी निर्माण को नुक़सान होने लगा।

चूँ अगर अब देखा जाय तो शेयर बाज़ार एक बहुत ही बड़ा बाज़ार बन गया है। इसमें अब एक ही प्रकार की स्टाम्प ड्यूटी की दरों को लागू किए जाने की आवश्यकता है, क्योंकि अब यह वन देश वन मार्केट बन गया है अर्थात आप देश के किसी भी प्रदेश में बैठकर अपने शेयर एवं म्यूचुअल फ़ंड बेचकर स्टॉक मार्केट में व्यापार कर सकते हैं। अतः स्टाम्प पेपर क़ानून से जुड़े हुए उक्त वर्णित समस्त विवादों एवं इसी प्रकार के अन्य विवादों का निपटारा करने के लिए वर्ष 2018-19 के बजट में इन प्रावधानों में संशोधन की बात की गई थी किंतु इन्हें समय पर नोटिफ़ाई नहीं किया जा सका था। परंतु केंद्र सरकार द्वारा अब 1 जुलाई 2020 से भारतीय स्टाम्प अधिनियम, 1899 में वित्त अधिनियम, 2019 के भाग 1, अध्याय के तहत प्रस्तावित संशोधनों को लागू कर दिया गया है। अब देश भर में स्टाम्प क़ानून के नए नियमों के लागू होने के बाद शेयर एवं म्यूचुअल फ़ंड की खरीद फ़रोक्त के व्यवहारों पर पूरे देश में स्टाम्प ड्यूटी की एक ही दर लागू होगी। दूसरे, अभी तक अलग अलग राज्य सरकारों द्वारा स्टाम्प ड्यूटी की वसूली की जाती थी परंतु अब अधिसूचित एजेन्सी द्वारा स्टाम्प ड्यूटी सम्बंधी करों का संग्रह किया जाएगा एवं पूरे एक माह में किए गए संग्रहीत कर को तीन सप्ताह के अंदर सम्बंधित राज्य सरकारों के ख़जाने में जमा करा दिया जाएगा। इससे पूरे देश में स्टाम्प ड्यूटी से सम्बंधित नियमों का एकीकरण हो गया है। स्टाम्प ड्यूटी सम्बंधित नियमों को लागू किए जाने को भी आसान बना दिया गया है। नए नियमों के अनुसार जिस प्रदेश में निवेशक लेनदेन कर रहा है उसी प्रदेश सरकार को स्टाम्प ड्यूटी की राशि मिलेगी। स्टॉक एक्स्चेंज के पास इसकी जानकारी रहती है कि किस शहर के निवेशक ने शेयर खरीदा अथवा बेचा है अतः राज्य का पता इनके पास रहता है। दूसरे, यह टेक्स शेयर अथवा डिबेंचर के क्रेता के ऊपर लागू होगा जो व्यक्ति शेयर अथवा डिबेंचर बेच रहा है उसके ऊपर किसी भी प्रकार की स्टाम्प ड्यूटी लागू नहीं होगी। जबकि वर्तमान में लागू नियमों के अनुसार खरीददार एवं विक्रेता दोनों के ऊपर ही स्टाम्प ड्यूटी लागू होती थी। उदाहरण के तौर पर, अभी मोटे तौर पर 1 करोड़ रुपए के शेयर अथवा डिबेंचर के लेनदेन पर करीब 1000 रुपए क्रेता एवं 1000 रुपए विक्रेता को स्टाम्प ड्यूटी देना होती थी। जबकि अब केवल क्रेता को ही 1500 रुपए देने होंगे एवं विक्रेता को किसी भी प्रकार की स्टाम्प ड्यूटी अब नहीं करनी होगी। इस प्रकार, कुल मिलाकर स्टाम्प ड्यूटी की लागू दर भी कम कर दी गई है। स्टाम्प क़ानून के लागू किए गए नए नियमों के अनुसार, अब डिपॉजिटरी के ऊपर भी यह स्टाम्प ड्यूटी लागू की गई है। डिपॉजिटरी में अभी तक कोई स्टाम्प ड्यूटी लागू नहीं थी। स्टाम्प क़ानून में हाल ही में किए गए संशोधनों से एक तो इन नियमों का सरलीकरण हो गया है तथा सारी अस्पष्टताएँ समाप्त कर दी गई हैं। दूसरा, इससे राज्यों की आय बढ़ेगी। साथ ही, विभिन्न डिपॉजिटरीज, स्टॉक एक्स्चेंज, क्लीरिंग कोरपोरेशन, म्यूचुअल फ़ंड्स के रीजिस्टर्ड ट्रांसरर एजेंट्स को शेयर एवं म्यूचुअल फ़ंड की खरीद फ़रोक्त का पूरा हिसाब रखना होगा एवं स्टाम्प ड्यूटी की वसूली भी निवेशक से करनी होगी।

### आज का राशिफल

यह राशिफल जन्म राशि पर आधारित है। व्यक्ति के जन्म के समय चंद्रमा जिस राशि पर थे, वही उसकी जन्म राशि होती है। यदि राशि की जानकारी आपको नहीं है तो अपने नामाक्षर से राशिफल देखें।



**मेघ (च, घ, चो, ला, ली, लू, ले, लो, अ)** : आज भाग्य से कोई नया प्रस्ताव मिल सकता है। सरकारी काम आसानी से बन जाएंगे। अधिकारी सहयोग करेंगे। किसी चैरिटी आदि में धन खर्च करेंगे। मित्रों के साथ पार्टी में जा सकते हैं।

**वृषभ (ई,उ,ए,ओ,वा,वी,वू,वे,वो)** : सुख-सुविधाओं पर खर्च होगा। व्यक्तिगत मामलों में गलतफहमी को जन्म देने वाली कोई बात हो सकती है। परिवार के साथ पार्टी में जा सकते हैं। कोई नया प्रस्ताव यदि आज मिलता है।

**मिथुन (क,की,कू,घ,उ,छ,के,को,ह)** : कार्यों को मन लगाकर पूरा करेंगे। आपको बढ़ते प्रभाव से कुछ लोगों को परेशानी हो सकती है। आज की गई मेहनत का पूरा फल नहीं मिलेगा। व्यक्तिगत मामलों को सावधानी से हल करें।

**कर्क (ही,हू,है,हो,डा,डी,डू,डे,डो)** : किसी योजना का क्रियान्वयन हो जाएगा। अघरे काम भी किसी न किसी सहयोग से आज पूरे हो जाएंगे। धैर्यपूर्वक निर्णय लेने पड़ेंगे। भाग-दौड़ बनी रहेगी, परंतु यात्रा करना आज ठीक नहीं रहेगा।

**रिंह (मा,मी,मू,मे,मो,टा,टी,टू,टे,टो)** : परिवार के बड़े सदस्यों की आज मान कर चलेंगे तो फायदे में रहेंगे। लाभ के एक से अधिक अवसर सामने होंगे। चाहा गया सहयोग नहीं मिलने से काम खुद ही पूरे करने पड़ेंगे। बड़े भाई से लाभ होगा।

**कन्या (टो,पा,पी,पू,ष,ण,ठ,पे,पो)** : आज घर और बाहर दोनों जगह आपके काम की सहायना होगी। काम के घंटे बढ़ जाएंगे अतः पिछले छूटें कामों को पहले पूरा कर लें। अधिकारी वर्ष प्रसन्न रहेगा। विद्यार्थी वर्ग लाभ में रहेगा।

**तुला (रा,री,रू,रे,रो,ता,ती,तू,ते)** : आज काम बनने में थोड़ी असुविधा हो सकती है। विरोधियों से सावधान रहना होगा। प्रोपर्टी के खरीदने या बेचने से संबंधी बात हो सकती है। पुराने मित्रों से मुलाकात होने की संभावना है।

**वृश्चिक (तो,ना,नी,नू,ने,नो,या,यी,यू)** : व्यावसायिक कार्यों का विस्तार करने के लिए अतिरिक्त परिश्रम करना पड़ेगा। सहयोग मिल जाने से थोड़ी आसानी हो जाएगी। व्यक्तिगत संबंधों में सौहार्द की भावना बढ़ने से मन प्रसन्न होगा।

**धनु (ये,यो,म,मी,मू,धा,फा,ढा,भे)** : आज का दिन महत्वपूर्ण काम करने के लिए नहीं है। निजी समस्याओं को अपने ऊपर हावी न होने दें। परिवार के साथ समय बिताना आवश्यक है, चाहे तो कहीं आउटिंग के लिए जा सकते हैं।

**मकर (हो,जा,जी,खी,खू,खे,खो,ग,गी)** : आज स्वास्थ्य का ध्यान रखना होगा, परंतु काम फिर भी आसानी से बन जाएगा। लाभ की कोई नई योजना बनाकर उस पर अमल करेंगे। मित्र विशेष सहयोगी बनकर सामने आएंगे।

**कुंभ (गु,गे,गो,सा,सी,सू,से,सो,दा)** : आज घर की बुजुर्ग स्त्री की सलाह काम आणी, महत्वपूर्ण निर्णय लेते समय उसको नजरअंदाज ना करें। यात्रा करना हित में नहीं रहेगा, बहुत जरूरी हो तो पहले मंदिर जाएं फिर यात्रा करें।

**मीन (दी,दू,ध,झ,ज,दे,दो,वा,वी)** : आज योग्यता दिखाने का उचित अवसर मिलेगा। लाभ देने वाली छोटी यात्रा की संभावना है। बड़ी प्रतिस्पर्धा में भी विजयी होंगे। वाहन धीमी गति में चलाएँ, अन्य कामों में भी जल्दबाजी ना करें।

वर्षा ऋतु के चार महीने व्रत, भक्ति एवं धर्मांधन के लिये निर्धारित है, जिसे 'चातुर्मास' कहा जाता है। भारतीय धार्मिक और सांस्कृतिक परंपरा में चातुर्मास का विशेष महत्व है। हमारे यहाँ मुख्य रूप से तीन ऋतुएँ होती हैं- ग्रीष्म, वर्षा और शरद। वर्ष के बारह महीनों को इनमें बाँट दें, तो प्रत्येक ऋतु चार-चार महीने की हो जाती है। वर्षाकालीन ये चार माह की अवधि साधना-काल एवं आध्यात्मिक प्रशिक्षण का अवसर होता है। एक ही स्थान पर रहकर साधना की जाती है। चातुर्मास में ज्ञानी मुनिजनों के मुख से शास्त्र-चाणी का श्रवण करने से भौतिकता के साथ-साथ आध्यात्मिक का भाव पृष्ट होता है। व्याग-प्रत्याख्यान में वृद्धि होती है। कर्म निर्जरा के लिए पराक्रम के प्रस्फोट की प्रेरणा मिलती है। गाँव और घर-घर में तप आराधना का ज्वार-सा आ जाता है। जो न केवल जीवन की दिशाओं को ही नहीं बदलता बल्कि जीवन का ही सर्वांगीण रूपान्तरण भी कर देता है। चातुर्मास संस्कृति की एक अमूल्य धरोहर है। जरूरत है इस सांस्कृतिक परम्परा को अधुण्य बनाने की। ऐसी परम्पराओं पर हमें गर्व और गौरव होना चाहिए कि जहाँ जीवन की हर सुबह सफलताओं की धूप बाँटें और हर शाम चारित्र धर्म की आराधना के नये आयाम उद्घाटित करें। क्योंकि यही अहिंसा, शांति और सह-अस्तित्व की त्रिपथा सत्य, शिवं, सुंदरम् का निदान करती हुई समाज की उर्वरा में ज्योति की फसलें उगाती है।

यो तो हर व्यक्ति को जीने के लिये तीन सौ पैसट दिन हर वर्ष मिलते हैं, लेकिन उनमें वर्षावास की यह अवधि हमें जागते मन से जीने को प्रेरित करती है। यह अवधि चरित्र निर्माण की चैकसी का आह्वान करती है ताकि कहीं कोई कदम गलत न उठ जाये। यह अवधि एक ऐसी मौसम और माहौल देती है जिसमें हम अपने मन को इतना माँज लेने को अग्रसर होते हैं कि समय का हर पल जागृति के साथ जीया जा सके। संतों के लिये यह अवधि ज्ञान-योग, ध्यान-योग और स्वाध्याय-योग में आत्मा में अवस्थित होने का दुर्लभ अवसर है। वे इसका पूरा-पूरा लाभ लेने के लिये तत्पर होते हैं। वे चातुर्मास प्रवास में अध्यात्म की ऊँचाइयों का स्पर्श करते हैं, वे आधि, व्याधि, उपाधि की चिकित्सा कर समाधि तक पहुंचने की साधना करते हैं। वे आत्म-कल्याण ही नहीं पर-कल्याण के लिये भी उत्सुक होते हैं। यही कारण है कि श्रावक समाज एवं धर्म में आस्थाशील व्यक्ति भी उनसे नई जीवन दृष्टि प्राप्त करता है। स्वस्थ जीवनशैली का निर्धारण करता है।

वास्तव में पुराने समय में वर्षाकाल पूरे समाज के लिए विश्राम काल बन जाता था किन्तु संन्यासियों, श्रावकों, भिक्षुओं आदि के संगठित संप्रदायों ने इसे साधना काल के रूप में विकसित किया। इसलिए वे निर्धारित नियमानुसार एक निश्चित तिथि को अपना वर्षावास या चातुर्मास शुरू करते थे और उसी तरह एक निश्चित तिथि

## जब धरती से प्रकट हुए थे भगवान शिव और महाकाल मंदिर का ऐसे हुआ निर्माण

शिव पुराण के अनुसार उज्जैन में बाबा महाकाल का मंदिर काफी प्राचीन है। इस मंदिर की स्थापना द्वारप युग में भगवान श्री राजा चंद्रप्रद्योत ने महाकाल परिसर की हुई थी। जैसा कि आप सभी जानते होंगे कि 12 ज्योतिर्लिंगों में से एक इस मंदिर में दक्षिण मुँहोी होकर विराजमान है। मध्यप्रदेश की धार्मिक राजधानी यानी अवंतिका, उज्जैयिनी समेत कई नामों से प्रसिद्ध शहर उज्जैन। जहां भगवान शिव के बारह ज्योतिर्लिंगों में से एक महाकालेश्वर ज्योतिर्लिंग है। मां शिखा के तट पर बसा हुआ शहर अपनी धार्मिक मान्यताओं के लिए जाना जाता है। उज्जैन को भगवान महाकाल की नगरी कहते हैं।

शिव पुराण के अनुसार उज्जैन में बाबा महाकाल का मंदिर काफी प्राचीन है। इस मंदिर की स्थापना द्वारप युग में भगवान श्री कृष्ण के पालन करता नंद जी की 8 पीढ़ी पूर्व हुई थी। जैसा कि आप सभी जानते होंगे कि 12 ज्योतिर्लिंगों में से एक इस मंदिर में दक्षिण मुँहोी होकर विराजमान है। महाकाल मंदिर के शिखर के ठीक ऊपर से कर्क रेखा गुजरी है। इसी वजह से इसे धरती का नाभि स्थल भी माना जाता है। उज्जैन के राजा प्रद्योत के काल से लेकर ईसवी पूर्व दूसरी शताब्दी तक

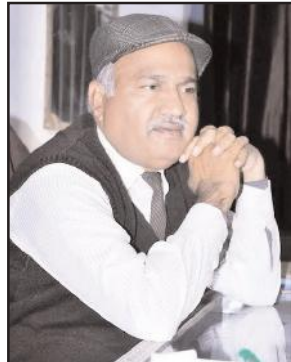
महाकाल मंदिर के अवशेष प्राप्त होते हैं। महाकालेश्वर मंदिर से मिली जानकारी के अनुसार ईस्वी पूर्व छठी सदी में उज्जैन के राजा चंद्रप्रद्योत ने महाकाल परिसर की व्यवस्था के लिए अपने बेटे कुमार संभव को नियुक्त किया था। कहा जाता है कि 10 वीं सदी के अंतिम दशकों में पूरे मालवा पर परमार राजाओं का कब्जा हो गया। 11 वीं सदी के आठवें दशक में गजनी सेनापति द्वारा उज्जैन। जहां भगवान शिव के बारह ज्योतिर्लिंगों में से एक महाकालेश्वर ज्योतिर्लिंग है। मां शिखा के तट पर बसा हुआ शहर अपनी धार्मिक मान्यताओं के लिए जाना जाता है। उज्जैन को भगवान महाकाल की नगरी कहते हैं।

इसके बाद सुल्तान इल्तुतमिश ने महाकालेश्वर मंदिर पर दोबारा आक्रमण कर इसे ध्वस्त कर दिया लेकिन मंदिर का धार्मिक महत्व हमेशा बरकरार रहा। 14वीं व 15वीं सदी के ग्रंथों में महाकाल का उल्लेख मिलता है। 18 वीं सदी के चौथे दशक में मराठा साम्राज्य का मालवा पर अधिपत्य हो गया। जिसके बाद पेशवा बार्जीराव प्रथम ने उज्जैन का प्रशासन अपने विश्वस्त सरदार राणीजी मुखोी होकर विराजमान है। जिनके दौरान थे सुखदेव ने रामचंद्र बाबा शैलजी। जिन्होंने 18वीं सदी में मंदिर का पुनर्निर्माण करवाया। वर्तमान में जो महाकाल मंदिर स्थित है उसका निर्माण राणीजी शिंदे ने ही करवाया है। वर्तमान में

महाकाल ज्योतिर्लिंग मंदिर के सबसे नीचे के भाग में प्रतीति है। मध्य के भाग में ओंकारेश्वर का शिव लिंग है तथा सबसे ऊपर वाले भाग पर साल में सिर्फ एक बार नागपंचमी पर खुलने वाला नागचंद्रेश्वर मंदिर है। मंदिर के 118 शिखर स्वर्ण मंडित हैं, जिससे महाकाल मंदिर का वैभव और अधिक बढ़ गया है। धार्मिक कथाओं में कहा गया है कि अवंतिका यानी उज्जैन भगवान शिव को बहुत पसंद है। उज्जैन में शिव जी के कई प्रिय भक्त रहते थे। एक समय की बात है जब अवंतिका नगरी में एक ब्राह्मण परिवार रहा करता था। उस ब्राह्मण के चार पुत्र थे। दूषण नाम का राक्षस ने अवंतिका नगरी में आतंक मचा रखा था। वह राक्षस उज्जैन के सभी वासियों को परेशान करने लगा था। राक्षस के आतंक से बचने के लिए उस ब्राह्मण ने भगवान शिव की अर्चना की। ब्राह्मण की तपस्या से खुश होकर भगवान शिव धरती फाड़ कर महाकाल के रूप में प्रकट हुए और उस राक्षस का वध करके उज्जैन की रक्षा की। उज्जैन के सभी भक्तों ने भगवान शिव से उसी स्थान पर हमेशा रहने की प्रार्थना की। भक्तों के प्रार्थना करने पर भगवान शिव अवंतिका में ही महाकाल ज्योतिर्लिंग के रूप में वही स्थापित हो गए।

## कोई पैसे से अमीर-गरीब नहीं होता, मन से अमीर या गरीब होता

विवार बिन्दु



विवार बिन्दु

प्रवाह कभी एक समान नहीं रहता, वह आपको सचेत करता रहता है कि तब ऐसा था और अब ऐसा है। प्रवाह को रोकने की कोशिश करने पर विस्फोट होने की आशंका अधिक होती है।

सीखने की प्रक्रिया के दो आयाम हैं। एक कहता है कि कड़ी मेहनत करो और कुछ पा लो, दूसरा कहता है कि सायास कुछ मत करो, जो जैसा हो रहा है उसे वैसा होने दो। सायास कुछ न करने के गणित को समझने के लिए पहले सायास करना जरूरी है। यह ठीक वैसा ही है जैसे निर्वाकार को समझने के लिए पहले किसी आकार पर ध्यान केंद्रित करना पड़ता है। किसी दृष्टिहीन को दृष्टि नहीं मिलेगी जब तक तब उसकी छड़ी ही उसका सहारा होती है, वैसे ही सायास और अनायास की प्रक्रिया है। दृष्टि मिल जाने पर आपको सायास किन्हीं वस्तुओं को टटोलना नहीं पड़ता, वे आपको आंखों के सामने अनायास आ जाती हैं, आपको सामने रखी वस्तु दिख जाती है। अगर एक बार आपको अनायास करने की आदत लग जाती है, तो चीजें अधिक आसान हो जाती हैं, क्योंकि तब आप किसी दूसरी वस्तु, व्यक्ति, परिस्थिति, स्थान आदि को अपने से ऊंचा दर्जा नहीं देते। सब समान है और सबके लिए समान है तो आपको लिए भी वह संभव हो जाता है, जो किसी और के लिए संभव हो सकता है। जो मार्शल आर्ट में हमेशा कहा जाता है कि शरीर

को ढीला छोड़ो, तब ऊर्जा का प्रवाह आसानी से हो सकता है। शरीर हो या अन्य कोई चीज, जब आप उसे ढीला छोड़ देते हैं कि जैसा होना है, होने दो तो जल, विद्युत, वायु के प्रवाह की तरह वह प्रवाह आसानी से होने लगता है। प्रवाह कभी एक समान नहीं रहता, वह आपको सचेत करता रहता है कि तब ऐसा था और अब ऐसा है। प्रवाह को रोकने की कोशिश करने पर विस्फोट होने की आशंका अधिक होती है, इसलिए उसे बहते रहने देना है, सायास न रोकना है, न बंद करना है, न उसके आड़े आना है। इस स्थिरता को बनाए रखने के लिए आपको यह मानना होगा कि आप जो चाहते थे, वह आपके पास है। किसी चीज की आस नहीं करनी कि ऐसा होगा तो वैसा हो जाएगा, बल्कि इसके विपरीत सोचना है कि अगर वैसा हो जाता है तो आप कैसा व्यवहार करेंगे और वैसा व्यवहार करना है। कहते हैं कि कोई पैसे से अमीर-गरीब नहीं होता, मन से अमीर या गरीब होता है। अपने आप पर संदेह न करें कि हम ऐसा कर सकेंगे या नहीं, न ही अपने आप को रोकना है। आप अगर अच्छा महसूस करने

लगेंगे तो आप किसी बात को लेकर उत्साहित भी होंगे अथवा निराशा आपको कब घेर लेगी, पता भी नहीं चलेगा। उत्साह है, इसका अर्थ है कि आप सभी मायने में जी रहे हैं। खीच-तानकर अगर आप अपने भीतर उत्साह ला रहे हैं तो वह उत्साह नहीं, उसका उत्साहित, उल्लसित होना ही जीवन है। यह कोई बहुत बड़ी बात नहीं है और न ही हर समय खुश और उत्साहित रहना असंभव है। उत्साहित बने रहना इस बात का प्रतीक है कि आप जिस बात में विश्वास करते हैं उसके प्रति पूरी तरह आश्चर्य हैं। आप अपने अच्छे दिनों को लेकर उत्साहित, उल्लसित होना ही जीवन है। यह कोई बहुत बड़ी बात नहीं है और न ही हर समय खुश और उत्साहित रहना असंभव है। उत्साहित बने रहना इस बात का प्रतीक है कि आप जिस बात में विश्वास करते हैं उसके प्रति पूरी तरह आश्चर्य हैं।

आप अपने अच्छे दिनों को लेकर उत्साहित, उल्लसित होना ही जीवन है। यह कोई बहुत बड़ी बात नहीं है और न ही हर समय खुश और उत्साहित रहना असंभव है। उत्साहित बने रहना इस बात का प्रतीक है कि आप जिस बात में विश्वास करते हैं उसके प्रति पूरी तरह आश्चर्य हैं। आप अपने अच्छे दिनों को लेकर उत्साहित, उल्लसित होना ही जीवन है। यह कोई बहुत बड़ी बात नहीं है और न ही हर समय खुश और उत्साहित रहना असंभव है। उत्साहित बने रहना इस बात का प्रतीक है कि आप जिस बात में विश्वास करते हैं उसके प्रति पूरी तरह आश्चर्य हैं।

भली-भांति जानते हैं। मत भूलिए कि आप जो चाहते हैं वह पहले से मौजूद है। आप इस दुनिया का एक हिस्सा हैं तो दुनिया में जो है आप उससे बाहर कुछ नहीं चाह सकते। चिंता और संदेह को दूर कर दीजिए। अर्थ के बजाए धीरज से काम लीजिए। वर्तमान पर ध्यान केंद्रित कीजिए और जोरिगम उठाने की हिम्मत कीजिए। आप जो चाहते हैं वह होकर रहेगा, कैसे, कब इसकी चिंता करने की कोई तुक नहीं है।

आपका ध्येय अपने आप को ऊंचा उठाना है, आपके जीवन में जो बेहतर आने वाला है, उसके लिए खुद को तैयार करना है। आप कुछ चाह रहे हैं इसके एजेंट में ऐसा सोचिए कि जो चाहिए तो आप उसे तैयार कर सकते हैं। अनजाने से डर को हटाने का आसान तरीका है कि सोचना शुरू कीजिए कि जो आप चाहते हैं, वह आपका ही हाताश मत होइए। ठीक है कि कई बातों से हम अनजान होते हैं, मगर अनजाने के साथ वैसे जीने का हुनर आना चाहिए जैसे हम उसे



विवार बिन्दु

वर्षावास जैन परम्परा में साधना का विशेष अवसर माना जाता है। इसलिए इस काल में वे आत्मा से परमात्मा की ओर, वासना से उपासना की ओर, अहं से अहं-की ओर, आसक्ति से अनासक्ति की ओर, भोग से योग की ओर, हिंसा से अहिंसा की ओर, बाहर से भीतर की ओर आने का प्रयास करते हैं। वह क्षेत्र सौभाग्यशाली माना जाता है, जहां साधु-साधियों का चातुर्मास होता है। उनके अध्यात्म प्रवचन ज्ञान के स्रोत तथा जीवन के मंत्र सूत्र बन जाते हैं। उनके सान्निध्य का अर्थ है- बाहरी के साथ-साथ आंतरिक बदलाव घटित होना।

को उसे समाप्त करते थे। चातुर्मास शुभारंभ पर सम्पूर्ण देश में जगह-जगह आध्यात्मिक कार्यक्रमों की गरिमापूर्ण प्रस्तुति देखने को मिलती है। इस दिन से तप की गंगा प्रवहमान हो जाती है। जैन परम्परा में आषाढी पूर्णिमा को कार्तिक पूर्णिमा तक का समय तथा वैदिक परम्परा में आषाढ से आसोज तक का समय चातुर्मास कहलाता है। धन-धान्य की अभिवृद्धि के कारण उपलब्धियों भरा यह समय स्वयं से स्वयं के साक्षात्कार, आत्म-वैभव को पाने एवं अध्यात्म की फसल उगाने की दृष्टि से भी सर्वोत्तम माना गया है। इसका एक कारण यह है कि निरंतर पदयात्रा करने वाले साधु-संत भी इस समय एक जगह स्थिर प्रवास करते हैं। उनकी प्रेरणा से धर्म जागरण में वृद्धि होती है। जन-जन को सुखी, शांत और पवित्र जीवन की कला का प्रशिक्षण मिलता है। गृहस्थ को उनके सान्निध्य में आत्म उपासना का भी अपूर्व अवसर उपलब्ध होता है। संतों के अध्यात्म

एवं शुद्धता से अनुप्राणित आभामंडल समूचे वातावरण को शांति, ज्योति और आनंद के परमाणुओं से भर देता है। वे कर्म संस्कारों के रूप में चेतना पर परत-दर-परत जमी राख को भी हवा देते हैं। इससे जीवन-रूपी सारे रास्ते उजालों से भर जाते हैं। लोक चेतना शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक तनावों से मुक्त हो जाती है। उसे द्रढ़ दुविधाओं से त्राण मिलता है। भावनात्मक स्वास्थ्य उपलब्ध होता है।

संत धरती के कल्पवृक्ष होते हैं। संस्कृति के प्रतीक, परम्परा के संवाहक, जीवन कला के भर्मज और ज्ञान के रत्नवीर होते हैं। उनके सामोय में संस्कृति, परम्परा, इतिहास, धर्म और दर्शन का व्यवस्थित प्रशिक्षण लिया जा सकता है। उनका उपदेश किसी की ज्ञान चेतना को जगता है तो किसी की ध्विके चेतना को विकसित करता है। किसी को आत्महित में प्रवृत्त करता है तो किसी को चित्तगत संक्लेशों से निवृत्त करता है। ठीक इसी तरह

श्रावक भी संवेदनाओं एवं करुणाशीलता के फैलाव के लिये जागरूक बनते हैं। यह इस अवधि और इसकी साधना का ही प्रभाव है कि श्रावक की संवेदनशीलता इतनी गहरी और पवित्र हो जाती है कि वह अपने सुख की खोज में किसी को सुख से वंचित नहीं करता। किसी के प्रति अन्याय, अनौचित और अत्याचार नहीं होते। यहां तक की वह हरे-भरे वृक्षों को भी नहीं काटता और पर्यावरण को दूषित करने से भी वह बचता है।

चातुर्मास का महत्व शांति और सौहार्द की स्थापना के साथ-साथ भौतिक उपलब्धियों के लिये भी महत्वपूर्ण माना गया है। इतिहास में ऐसे अनेक प्रसंग हैं, जहां चातुर्मास या वर्षावास और उनमें संतों की गहन साधना ने अनेक चमत्कार घटित हुए हैं। यह अवधि जिसमें कुछ व्यक्ति सामूहिक रूप से ध्यान, साधना, तपोयोग या मंत्र अनुष्ठान करना चाहें, उनके लिये उपहार की भांति है। जिस क्षेत्र की स्थिति विषम हो। जनता विग्रह, अशांति, असुरजकता या अत्याचारी शासक की क्रूरता की शिकार हो, उस समस्या के समाधान हेतु शांति और समता के प्रतीक साधु-साधियों का चातुर्मास वहां करवाया जाकर परिवर्तन को घटित होए देखा गया है। क्योंकि संत वस्तुतः वही होता है जो औरों को शांति प्रदान करे। बाहर-भीतर के चालाकियों को शांति से भर दे। जो स्वयं शांत रस में सरगरो रहता है तथा औरों के लिए सदा शांति का अमृत छलकाता रहता है। एक तरह से अध्यात्म एवं पवित्र गुणों से किसी क्षेत्र और उसके लोगों को अभिस्नात करने के लिये चातुर्मास एक स्वर्णिम अवसर है।

वर्षावास जैन परम्परा में साधना का विशेष अवसर माना जाता है। इसलिए इस काल में वे आत्मा से परमात्मा की ओर, वासना से उपासना की ओर, अहं से अहं-की ओर, आसक्ति से अनासक्ति की ओर, भोग से योग की ओर, हिंसा से अहिंसा की ओर, बाहर से भीतर की ओर आने का प्रयास करते हैं। वह क्षेत्र सौभाग्यशाली माना जाता है, जहां साधु-साधियों का चातुर्मास होता है। उनके अध्यात्म प्रवचन ज्ञान के स्रोत तथा जीवन के मंत्र सूत्र बन जाते हैं। उनके सान्निध्य का अर्थ है- बाहरी के साथ-साथ आंतरिक बदलाव घटित होना। आज की भौतिक सुखवादिता एवं सुविधावादी दृष्टिकोण ने जहां प्राकृतिक क्षेत्र में प्रदूषण फैलाया है उससे कहीं ज्यादा मन के गलत विचारों ने मानवीय संवेदना को प्रदूषित किया है। इन जटिल से जटिल होने हालातों को बदलने के लिये और जीवन को सकारात्मक दिशाएं देने के लिये चातुर्मास एक सशक्त माध्यम है। यह आत्म-निरीक्षण का अनुष्ठान है। यह महत्वाकांक्षाओं को थामता है। इन्द्रियों की आसक्ति को ध्विके द्वारा समेटता है। मन की सतह पर जमी राग-द्वेष की दूषित परतों को उखाड़ता है। करुणी और अकरुणीय का ज्ञान देता है तभी जीवन की दिशाओं बदलती है।



12 जुलाई की महत्त्वपूर्ण घटनाएँ

1994	फ़िलिस्तीनी मुक्ति संगठन के अध्यक्ष यासर अराफाट 27 वर्षों का निर्वासित जीवन जीने के बाद गाजा परटी में आये।
1998	16वें विश्वकप फुटबाल के फ़ाइनल में फ़्रांस ने ब्राजील को 3-0 से हराया।
2001	भारत और बांग्लादेश अगरतल्ला और ढाका के बीच 'मैत्री' बस सेवा प्रारम्भ।
2003	उत्तर और दक्षिण कोरिया परमाणु हथियार मुद्दे पर बातचीत के लिए सहमत।
2005	मशहूर क्रिकेट अंपायर डेविड शेफ़र्ड ने सन्यास लिया।
2006	इस्त्रायल ने अपने दो सैनिकों के बंधक बनाये जाने के बाद लेबनान पर हमला किया।
जन्मे व्यक्ति	
1982	अंचंत शरत कमल - भारतीय टेबल टेनिस खिलाड़ी।
1916	लुडमिला पावलीचेको - दूसरे विश्वयुद्ध की वीरंगना महिलाओं में से एक थीं।
1909	बिमल राय - हिन्दी फ़िल्मों के एक महान-फ़िल्म निर्देशक।
1895	दुर्गा प्रसाद खत्री - हिन्दी के प्रसिद्ध उपन्यास लेखकों में से एक।
गिद्यन	
2005	पी. के. वासुदेवन नायर - भारतीय राजनीतिज्ञ थे, जिनका सम्बंध राजनीति दल 'भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी' से था।
2002	घनश्यामभाई ओझा - भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के राजनीतिज्ञ और गुजरात के भूतपूर्व मुख्यमंत्री थे।
1999	राजेंद्र कुमार - हिन्दी फ़िल्मों के प्रसिद्ध सदाबाहुर अभिनेता।

# अस्थमा अटैक के पहले के लक्षणों को जानें

## गले और ठोड़ी में खुजली

अस्थमा की समस्या शुरू होने से पहले गले और ठोड़ी में खुजली की समस्या हो सकती है। यह समस्या क्यों होती है इसके बारे में कोई जानकारी नहीं है। लेकिन ज्यादातर लोग इस लक्षण को नजरअंदाज कर देते हैं जो कि ठीक नहीं है।

## मूड में बदलाव

अचानक से रोगी के मूड में बदलाव देखने को मिलता है। बोलते-बोलते चुप हो जाना, तनाव और चिंताग्रस्त हो जाना भी अस्थमा अटैक का संकेत हो सकता है। अगर आपको या आपके आसपास किसी अस्थमा रोगी में यह लक्षण दिखे तो इसे नजरअंदाज ना करें।

## कफ

अस्थमा का मुख्य लक्षण है कफ की समस्या। जब यह समस्या पूरी रात आपको सताने लगे तो इसके पीछे कुछ खास वजह हो सकती है। हो सकता है कि यह साइनस या अन्य किसी वजह से हो लेकिन जब किसी अस्थमा रोगी को यह समस्या होती है तो इसे हल्के में ना लें।

## सांसों में घरघराहट

अस्थमा रोगी को सांस लेने में समस्या होना सामान्य माना जाता है लेकिन जब सांस लेते वक्त घरघराहट की आवाज आने लगे तो इसे सामान्य ना समझें। यह गंभीर समस्या का संकेत हो सकता है।

## सांस लेने में समस्या

## समय रहते दें ध्यान

लेकिन एक माह बाद ही उन्हें सीढ़ियां उतरते हुए सीधे पैर के घुटने में सामने के हिस्से में कुछ परेशानी महसूस होने लगी, पर उन्होंने ज्यादा ध्यान नहीं दिया। करीब एक सप्ताह गुजरने के बाद यह परेशानी हल्के दर्द में बदल गई। धीरे-धीरे सीढ़ियां चढ़ते हुए भी पैरों में दर्द होने लगा। डॉक्टर ने इसे घुटने के सामने वाले हिस्से का दर्द बताया, जिसे चिकित्सकीय भाषा में पेटेलोफीमोरल पेन सिंड्रोम/ एंटीरियर नी पेन या फिर कॉन्ड्रोमेलीसिया पेटेला कहते हैं। डॉक्टर ने उन्हें कुछ दर्द निवारक दवाएं लेने को कहा है। साथ ही सीढ़ियां चढ़ने-उतरने से बचने की सलाह दी है। दर्द दोबारा न हो, इसलिए मांसपेशियों को मजबूत बनाने के लिए फिजियोथेरेपिस्ट के पास जाने की सलाह भी दी है।

## दर्द का कारण

जांघ की हड्डी को फीमर, जोड़ की मुख्य बड़ी हड्डी को टिबिया और नी कैप को पेटेला कहते हैं। जांघ की हड्डी और नी कैप से मिल कर जो जोड़ बनाता है, उसे पेटेलोफीमोरल जाँट कहते हैं। लगभग 20 फीसदी मरीज पेटेलोफीमोरल पेन सिंड्रोम (पीएफपीएस) के शिकार अधिक होती है। पुरुषों की तुलना में महिलाओं में यह समस्या अधिक होती है। यह दर्द नी कैप और जांघ की हड्डी के बीच अधिक घर्षण होने के कारण होता है। इस वजह से पंजे की एंडियों का पिछला हिस्सा, टखना, कूल्हे का ऊपरी हिस्सा, पेड़ू और पैरों के मध्य में दर्द बढ़ जाता है। नी कैप के जांघ की हड्डी से टकराने के कई कारण होते हैं। पीएफपीएस के अधिक होने का मुख्य कारण पैर की मांसपेशियों का प्रभावित होना है। ये मांसपेशियां एक तरह से हमारे शरीर का इंजन रूम होती हैं, जिनकी सक्रियता के कारण ही हमारी सक्रियता बनी रहती है। चलने से लेकर दौड़ने जैसी हर गतिविधि इन्हीं मांसपेशियों के कारण होती है। जब ये मांसपेशियां ढंग से काम नहीं करती तो घुटनों पर दबाव पड़ने लगता है। जांघ के बाहरी और सामने वाले हिस्से की मांसपेशियों पर काफी वजन पड़ता है, जिससे कई बार ये मांसपेशियां चोटिल हो जाती हैं व उनमें खिंचाव आ जाता है। उनका लचीलापन भी कम होने लगता है। मांसपेशियों में अकड़न बढ़ने से दर्द बढ़ने लगता है और मांसपेशियों की कार्यक्षमता कम होने लगती है। घुटने के जोड़ में दर्द भी होता है। आमतौर पर जांघ के भीतरी हिस्से की मांसपेशियों की तुलना में बाहरी मांसपेशियां अधिक कड़ी हो जाती हैं। इस असंतुलन के कारण नी कैप बाहर की ओर उठने लगती है और चलते समय जांघ वाली हड्डी से टकराती है। इसी वजह से नी कैप और जांघ की हड्डी के बीच सृजन और दर्द बढ़ जाता है।

## उपचार का तरीका

फिजियोथेरेपिस्ट दर्द में आराम देने के लिए एक्जुप्रेसर या क्रॉस फ्रिक्शन मसाज तकनीक का इस्तेमाल करते हैं, जिसमें दर्द वाले हिस्से पर थोड़ा जोर देकर प्रेशर दिया जाता है। इसके अलावा मालिश से भी काफी आराम मिलता है। नियमित मालिश से मांसपेशियों की अकड़न वाले हिस्से में लचीलापन आ जाता है। कुछ आराम आने पर मांसपेशियों में मजबूती लाने के लिए स्ट्रेचिंग कराई जाती है। अपने डॉक्टर और फिजियोथेरेपिस्ट से आप घर में किए जाने वाले व्यायाम से राहत पा सकते हैं। आमतौर पर आराम आने में 12 से 16 सप्ताह का समय लग जाता है। घर में व्यायाम, डॉक्टर द्वारा की गयी सही जांच और फिजियोथेरेपिस्ट द्वारा अपनाई गयी विभिन्न तकनीक और मसाज कूल्हे और टखने के लचीलेपन को बढ़ा देते हैं। स्थायी निजात पाने के लिए नियमित व्यायाम करना ही सबसे बेहतर उपाय है। ऐसा करने पर घुटने के आसपास की सभी मांसपेशियां मजबूत हो जाती हैं।

अस्थमा अटैक होने से पहले रोगी को सांस लेने में समस्या महसूस होने लगती है क्योंकि सांस लेने वाली जगह के आसपास की मांसपेशियां कठोर हो जाती हैं और एयरवे लाईनिंग में सूजन आ जाती है। अत्यधिक म्यूकस बनने के कारण सांस नली ब्लॉक हो जाती है।

## पॉश्चर

## बदलना

ठीक तरह से सांस लेने के प्रयास में रोगी आगे की तरफ झुकने लगाता है जिससे वो क्यूबिनुमा आकार में आ जाता है। लेकिन सांस लेने में कठिनाई होने पर

इस स्थिति में आना समस्या को और बढ़ा सकता है।

## सीने में जलन

जब अस्थमा की समस्या बढ़ने वाली होती है तो रोगी को सीने में जलन या कुछ अन्य तरह की समस्या भी हो सकती है। अस्थमा ग्रस्त बच्चों में जब यह समस्या होती तो वो समझ नहीं पाते कि उन्हें क्या हो रहा है। ऐसे में उनके माता-पिता को ज्यादा सतर्क रहना चाहिए।

## होंठों और अंगुलियों में नीलापन

जब शरीर को पर्याप्त मात्रा में ऑक्सीजन नहीं मिल पाता है तो होंठों और अंगुलियों और होंठों पर नीलापन दिखायी देने लगता है। इस स्थिति को केयानोसिस कहते हैं। यह स्थिति इशारा करती है कि रोगी को तुरंत चिकित्सक के पास ले जाया जाए।

## अस्थमा अटैक

## से बचने के लिए

## जरूरी है कि

## रोगी को उसके

## पहले दिखायी

## और महसूस

## होने वाले

## संकेतों के बारे

## में पता हो? इव

## संकेतों के बारे

## में जानकारी

## आपको अस्थमा

## अटैक से बचाने

## में मददगार

## साबित हो

## सकती है।

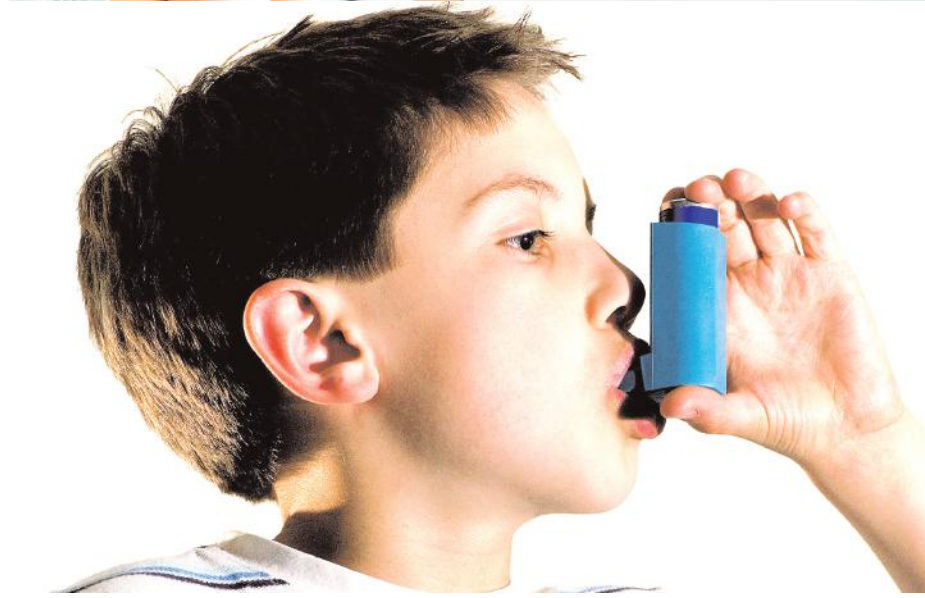
## आइए जानें

## अस्थमा अटैक

## से पहले दिखने

## वाले लक्षणों के

## बारे में।



## सेहत का सतरंगी

## खजाना

अपने बोरिंग खाने में जरा रंग भरिए। गहरे रंग के फलों और सब्जियों, जैसे खुबानी, गाजर और लाल व पीली मिर्च और पालक जैसी हरी पत्तेदार सब्जियों, अस्थमा के मरीजों के लिए लाभप्रद बीटा-केरोटीन नाम का एक खास तत्व पाया जाता है। जिस सब्जी या फल का रंग जितना गहरा होगा उसमें एटी-ऑक्सीडेंट्स की मात्रा उतनी अधिक होगी।

## आपके लिए नहीं है

## विटामिन-ई

यू तो विटामिन-ई काफी गुणों से भरपूर होता है, लेकिन अस्थमा मरीजों को इससे जरा दूर ही रहना चाहिए। यह खाना पकाने के लगभग सभी तेलों में मौजूद होता है, लेकिन इसका इस्तेमाल जरा सीमित मात्रा में ही करना चाहिए। सूरजमुखी के बीज, केल (एक प्रकार की गोभी), बादाम और अधिक साबुत अनाजों में विटामिन-ई की मात्रा कम होती है। इन आहारों को अपने भोजन में अवश्य शामिल करें।

# घुटने का दर्द धीमी न कर दे चाल



युवाओं में घुटनों के दर्द के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। सही जांच व उपचार में देरी का नतीजा होता है कि हल्का मांसपेशीय दर्द बढ़ कर घुटने, जांघ व कूल्हे की मूवमेंट पर असर डालने लगता है। तीस की उम्र के करीब की एक स्कूल टीचर हैं। घर और काम के बीच संतुलन बनाने की कोशिश करती हुई वह बेहद व्यस्त रहती हैं। वह जानती हैं कि सेहतमंद और फिट रहना उनके लिए कितना जरूरी है, बावजूद इसके व्यायाम के लिए समय निकालना उनके लिए मुश्किल होता है। व्यायाम की भरपाई के तौर पर उन्होंने कुछ समय पहले खुद को अधिक सक्रिय बनाए रखने का फैसला किया, जिसके चलते वह लिफ्ट की जगह सीढ़ियों का इस्तेमाल करने लगीं और रिक्शा की जगह पैदल घर व बाजार जाने लगीं। वह तीसरी मजिल पर रहती हैं। शुरुआत में सीढ़ियां चढ़ने में थकान होती थी, पर आदत हो जाने के बाद अब समस्या नहीं होती।

## ये व्यायाम देंगे मांसपेशियों के दर्द से आराम

इलियोटिबियल बैंड को कूल्हे, जांघ और घुटने के भीतरी हिस्से की मांसपेशियों का समूह समझा जा सकता है। इस हिस्से में होने वाले दर्द में राहत पाने के लिए फोम रोलिंग एक प्रभावी तरीका है। इसके लिए आपको एक ट्यूब की जरूरत होगी, जिसे फोम रोलर कहते हैं। यह आसानी से आपको किसी आसपास के स्पोर्ट्स स्टोर से मिल जाएगा। फोम रोलर पर इस तरह लेटें, जिससे आपके शरीर का पूरा वजन जांघ के बाहरी हिस्से पर रहे। जांघ के निचले हिस्से से शुरू कर रोलर को मूव करते हुए धीरे-धीरे ऊपरी हिस्से तक जाएं। हर पैर से ऐसे पांच मिनट तक करें। लगातार दर्द वाली जगह पर इस तरह रोल करना मांसपेशियों को आराम



घुटनों यानी नी कैप से थोड़ा ऊपर रहे। धीरे-धीरे ऊपर से नीचे और नीचे से ऊपर तक जाएं। ऐसा 5 से 10 मिनट तक करें।

## घुटने का लचीलापन बढ़ाएं

पेट के बल लेटें। पेट की मांसपेशियों को भीतर की ओर खींचें। एक घुटने को मोड़ते हुए पीछे की ओर ले जाएं और पैर से पंजे को पकड़ते हुए एड़ी को कूल्हे पर टिकाने का प्रयास करें। 30 से 60 सेकंड तक इस मुद्रा में रहें। फिर इसे दूसरे पैर से दोहराएं। ऐसा तीन बार करें।

## फोम रोलिंग, बाहरी

## कूल्हे के लिए

फोम रोलर पर इस तरह लेटें कि ये आपकी कूल्हे की हड्डी के पास हो। थोड़ा आगे और पीछे धीरे-धीरे मूव करें। हर तरफ से पांच मिनट ऐसा करें। इससे कूल्हे व कमर दोनों की मांसपेशियां मजबूत बनेंगी। दर्द कम होगा।

## विटामिन बी,बना है आपके लिए

ऐसा भोजन जिसमें विटामिन-बी मौजूद हो, अस्थमा के मरीजों के भोजन का अहम हिस्सा होना चाहिए। हरी पत्तेदार सब्जियां और दालें, अस्थमा मरीजों को तनाव के जरिए होने वाले अटैक से बचाने में सहायक होती हैं। इस बात के भी साक्ष्य मिले हैं कि विटामिन बी6 और नियासिन (विटामिन बी3, निकोटिन और विटामिन पीपी) की कमी से भी अस्थमा का खतरा बढ़ जाता है।

## प्याज- खांसी पर वार,गले से प्यार

प्याज चाहे लाल हो या हरा, यह अस्थमा मरीजों के लिए किसी वरदान से कम नहीं। प्याज में मौजूद सल्फर तत्व अस्थमा के मरीजों को जलन से राहत दिलाते हैं। यह बात साबित हो चुकी है कि प्याज का सेवन सांस संबंधी तकलीफों से भी राहत दिलाने वाला होता है।

## ओमेगा-3 फैटी एसिड- अस्थमा में दिलाए राहत

ओमेगा-3 फैटी एसिड फेफड़ों में होने वाली जलन और उतकों को होने वाले नुकसान से बचाने में मदद करता है। यह जानना बहुत जरूरी है लगातार जलन और खांसी से उतकों को काफी नुकसान पहुंचता है, जिसके चलते नियमित अस्थमा अटैक आते रहते हैं। यह मुख्य रूप से सलमन, मैक्वेरल और ऐसी मछलियों में पाया जाता है जिनमें ऑयल की मात्रा अधिक होती है।

## मसालों को ना, सेहत को हां

मसाले गर्म होते हैं और अस्थमा मरीजों को इनसे दूर ही रहना चाहिए। मसाले खाने से, मुंह, गले और फेफड़ों की कोशिकाएं उतेजित हो जाती हैं, परिणामस्वरूप उनमें से साल्विया निकलने लगता है। साल्विया से बलगम पतला हो जाता है। तो, मसालेदार भोजन से दूर ही रहना चाहिए।

## दुग्ध उत्पाद, सेहत के साथ स्वाद

वसायुक्त दूध, मक्खन और अन्य दुग्ध उत्पाद अस्थमा होने से रोकते हैं। वे बच्चे जो वसायुक्त दुग्ध उत्पादों का सेवन करते हैं उन्हें सांस में घरघराहट संबंधी तकलीफें भी होने की आशंका कम होती है।

## कॉफी- मदद करती है काफी

अस्थमा अटैक होने पर कॉफी का सेवन बहुत मदद करता है। यह श्वसन प्रक्रिया को मदद पहुंचाता है। हालांकि कई डॉक्टर यह भी कहते हैं कि अगर आपके अटैक तनाव के कारण हो रहे हैं तो आपको कैफ़ीन की अधिक मात्रा का सेवन नहीं करना चाहिए।

## कैसा हो अस्थमा के मरीजों का आहार



अस्थमा को नियंत्रण में रखने में भोजन की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। अपने आहार में समुचित बदलाव कर इस बीमारी के असर को कम किया जा सकता है। ऐसे खाद्य पदार्थों की लिस्ट बहुत लंबी है जिससे अस्थमा के मरीजों को दूर रहने की सलाह दी जाती है। ऐसी कई चीजें हैं जिनसे एलर्जी और अस्थमा अटैक पड़ने का खतरा होता है। तो, आइए जानते हैं कि आपकी रसोई में ऐसे कौन से खाद्य पदार्थ हैं जो आपको अस्थमा से लड़ने में मददगार हो सकते हैं।

## कल रिलीज होगा 'सारिपोधा सानिवारम' का दूसरा गाना

मुंबई। 'गैंग लीडर' फिल्म में साथ काम कर चुके नानी और प्रियंका मोहन एक बार फिर से परदे पर साथ-साथ दिखाई देंगे। दोनों अपनी नई फिल्म 'सारिपोधा सानिवारम' को लेकर चर्चा में बने हुए हैं। फिल्म की घोषणा के बाद से ही आए दिन इससे जुड़ा कोई न कोई अपडेट सामने आ रहा है। इसी सिलसिले में अब एक और ताजा जानकारी

सामने आ रही है, जो फिल्म के गाने से जुड़ी हुई है। 'सारिपोधा सानिवारम' के निर्माताओं ने फिल्म के दूसरे गाने का ऐलान कर दिया है। इस गाने का नाम 'उल्लासम' है। निर्माताओं ने सोशल मीडिया पर जानकारी देते हुए बताया कि 'उल्लासम' को 13 जुलाई को रिलीज किया जाएगा। गान में नानी और प्रियंका मोहन दिखाई देंगे।

## हॉलीवुड मसाला

### जस्टिन से फैंस हुए खफा



मुंबई। मुकेश अंबानी के बेटे की शादी में जस्टिन बीबर की परफॉर्मेंस ने आक्रोश फैला दिया है। उनके कॉन्सर्ट के लिए नहीं, बल्कि भारी कौमल के लिए। यह बात सामने आने के बाद कि उन्होंने एक भारतीय अरबपति के बेटे की शादी से पहले के जश्न में एक शेर के लिए भारी अरबक रकम कमाई है, फैंस चुरसे में हैं। पहले से ही अपनी भयाना के लिए आलोचना झेल रहे जस्टिन बीबर के फैंस ने परफॉर्मेंस को बेरुचाद करार दे दिया है। रिपोर्ट्स के अनुसार, यह बताया गया है कि जस्टिन बीबर ने 10 मिलियन डॉलर यानी लगभग 85 करोड़ की भारी कमाई की है।

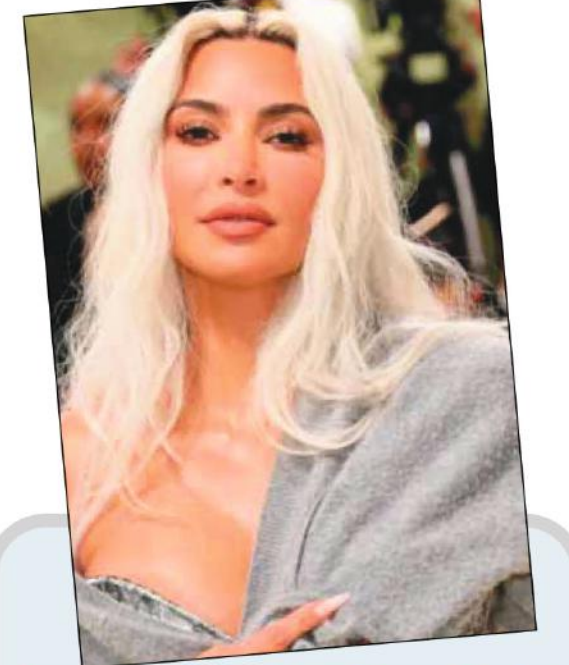
## लाइफ Style

## माधुरी

### सुनील गावस्कर के लिए दीवानी थीं

एजेसी नई दिल्ली

क्रिकेटर अजय जड़ेजा के साथ रिलेशनशिप की खबरों तो खूब आईं। लेकिन एक्ट्रेस को जिन पर क्रश था और उनके पीछे भागना चाहती थीं। यहाँ तक कि उनके सपने में भी वह आते थे। वह तो कोई और ही थीं। जी हाँ वह क्रिकेटर थे सुनील गावस्कर। सुनील गावस्कर वह क्रिकेटर हैं, जिन्होंने टीम इंडिया की कप्तानी भी की है। 10 जुलाई 1949 में जन्मे सुनील क्रिकेट के इतिहास में सबसे बेहतरीन ओपनिंग बल्लेबाजों में से एक हैं। वे कपिल देव की अगुआई वाली टीम का हिस्सा भी थे, जिसने लंदन के लॉर्ड्स में 1983 का विश्व कप जीतकर इतिहास रच दिया था। 15 मई 1967 में जन्मी माधुरी दीक्षित से सुनील गावस्कर 18 साल बड़े हैं। हालाँकि क्रश तो क्रश होता है। 90 के दशक में फैंस के दिलों पर राज करने वाली एक्ट्रेस माधुरी दीक्षित ने 1992 में इंडिया टुडे मैगजीन को दिए एक इंटरव्यू में कहा था, मैं सुनील गावस्कर के लिए दीवानी हूँ। वह बहुत सेक्सी हैं। मैं उनके पीछे भागना चाहती हूँ और वह मेरे सपने में आते हैं। यह जब इंटरव्यू लिया गया तो एक्ट्रेस 25 साल की थीं और क्रिकेटर 43 साल के थे। इस किससे के अलावा एक वीडियो भी वायरल हो रहा है, जिसमें सुनील गावस्कर को स्टूडियो में माधुरी दीक्षित को बॉल डालते हुए देखा जा सकता है।



## अनंत-राधिका की शादी में आएंगी किम कार्दशियन...

मुंबई। राधिका मॉटेड और अनंत अंबानी इस वीकेंड शादी के बंधन में बंधने वाले हैं। शादी में दुनियाभर से कई मेहमान आ रहे हैं और सबको लेकर चर्चा बनी हुई है। अब उन विदेशी मेहमानों की एक लिस्ट सामने आई है, जो शादी में शामिल होंगे, जो मुंबई के बाइब कुर्ला सेंटर (बीकेसी) में जियो वर्ल्ड सेंटर में आयोजित किया जाएगा। शादी में हॉलीवुड सिंगर किम कार्दशियन और खोए कार्दशियन मेहमान होंगी। पीटर डायमंडिस, जेफ कूबल और जे श्रेट्टी भी शादी में शामिल होंगे। शिदेन के पूर्व प्रधानमंत्री वॉरिस जॉनसन और टोनी ब्लेयर, पूर्व अमेरिकी विदेश मंत्री जॉन केरी, पूर्व स्वीडिश प्रधानमंत्री कार्ल बिल्ड और पूर्व कनाडाई प्रधानमंत्री स्टीफन हार्पर भी शादी में आएंगे। अनंत की माँ नीता अंबानी को शादी से पहले के इवेंट्स को कवर करने के लिए पपाराजी को धन्यवाद देते देखा जा सकता है।

## पेरिस में एंजॉय करती दिखीं थडानी...



मुंबई। राशा थडानी पेरिस में खुले आसमान के नीचे धूप और बादलों का नजारा एंजॉय करती हुई दिखाई दे रही हैं। रवानी टंडन की लाइली बेटी राशा थडानी इन दिनों पेरिस में वेकेशन का फुल मजा लेते हुए अपनी फोटोज फैंस के साथ शेयर करती हुई नजर आ रही हैं। फोटोज में राशा थडानी एक टेरेस पर खड़े होकर जमकर पोज देती नजर आ रही हैं। बात अगर राशा थडानी के लुक की करें तो वो ब्लैक टॉप और डेनिम जींस में बेहद ग्लैमरस लग रही हैं। मिनिमल मेकअप और खुले बिखरे बालों में राशा थडानी इस दौरान काफी ब्यूट लग रही हैं। इन तस्वीरों को शेयर करते हुए राशा थडानी ने इन्हें कैप्शन दिया - हवा में जादू। इन तस्वीरों पर उनके फैंस - सो प्रिटी, ब्यूटीफुल, गॉर्जियस, क्लासी शॉट्स और ब्यूटी इन ब्लैक जैसे कमेंट्स करते नजर आ रहे हैं।



## टुनटुन को 58 साल बाद भी नहीं भुला पाए

नई दिल्ली। सुपरस्टार धर्मेन्द्र, जिन्होंने 1960 में दिल भी तेरा हम भी तेरे से एक्टिंग डेब्यू किया था। वह 60s से फैंस के दिलों की धड़कन हैं। उन्होंने शोले, धर्मपौर, लोहा, हुकुमत, मेरा गांव मेरा देश और आंखें जैसी फिल्मों में काम किया। वहीं हेमा मालिनी से लेकर रेखा तक उनकी हीरोइनें रही। लेकिन क्या आप जानते हैं कि 88 वर्षीय धर्मेन्द्र की फेवरेट एक्ट्रेस कौन हैं, जिन्हें 58 साल बाद भी धरम पाजी नहीं भुला पाए और उन्हें फेवरेट कहते हैं। यह एक्ट्रेस और कोई नहीं, बल्कि एक्ट्रेस उमा देवी हैं, जो कि टुन टुन के नाम से मशहूर हैं। दरअसल, द कपिल शर्मा कॉमेडी शो के मंच पर सुपरस्टार धर्मेन्द्र से पूछा गया कि उनकी फेवरेट एक्ट्रेस कौन हैं। तब सनी देओल, बाँबी देओल भी उनकी तरफ बड़े अचरज से देखने लगे कि वो किस एक्ट्रेस का नाम लेते हैं।

## टीवी मसाला

### घर से बेघर होते ही मुनीशा खटवानी ने खोले कई राज

नई दिल्ली। विवाहित रियलिटी शो 'बिग बॉस ओटीटी 3' धमाकेदार तरीके से आगे बढ़ रहा है। अनिल कपूर के जरिए होस्ट किए जाने वाले इस शो में आए दिन किसी न किसी प्रतियोगी के बीच जुबानी जंग देखने को मिल रही है। साथ ही महज दो सप्ताह के भीतर ही इसमें हिंसा की वाददात भी देखी जा चुकी है। एक के बाद एक प्रतियोगी शो से बाहर हो रहे हैं। इसमें ताजा नाम टैरो कार्ड रिडर और अभिनेत्री मुनीशा खटवानी का है। घरवालों ने सना सुल्तान और मुनीशा में से सना को सुरक्षित किया, जिसकी वजह से मुनीशा घर से बेघर हो गईं। वहीं, बाहर आते ही मुनीशा ने कई दिलचस्प खुलासे किए हैं। साथ ही कुछ प्रतियोगियों को बंदकबात करती भी नजर आई हैं। मुनीशा खटवानी से सवाल पूछा गया कि क्या उन्हें लगता है कि वह बाहरवाले की वजह से एक्टिव हुई हैं? तो इस पर टैरो कार्ड रिडर ने कहा कि नहीं मैं घरवालों के वोटों की कमी के कारण बेघर हुई हूँ। मुझे बाहर आते ही इस बात का पता चल गया कि बाहरवाला मेरा भाई लवकेश है और अगर उसके हाथ में होता तो वह मुझे जरूर बचाता।

### मुश्किलों में 'डांस इंडिया डांस' सीजन एक के फाइनलिस्ट...

मुंबई। रियलिटी शो 'डांस इंडिया डांस' सीजन एक के फाइनलिस्ट जय कुमार नायर मुश्किलों में फंसेते नजर आए हैं। मुंबई पुलिस ने नायर के खिलाफ किचनटॉर्सेसी पर उच्च रिट के बहाने एक महिला से 20 लाख रुपए की धोखाधड़ी करने का मामला दर्ज किया है। ओशिवारा पुलिस स्टेशन के अधिकारी ने कहा कि इस संबंध में शिकायत दीपति असीजा ने दर्ज कराई थी। जो नकली आभूषणों का कारोबार करती है। असीजा अपने एक कॉमन फ्रेंड के जरिए नायर के संपर्क में आईं। नवंबर 2022 में असीजा ने उन्हें छह लाख रुपए और फिर दो बार में कुल 14 लाख रुपए दिए। उन्होंने कहा, 'नायर ने उन्हें उनके विवेक पर अचर रिटर्न देने का आश्वासन दिया था।' हालाँकि, उन्होंने असीजा को केवल शुरुआती 11 महिनो के लिए मासिक रिटर्न का भुगतान किया। वहीं, दिसंबर 2023 से उन्होंने पेसा देना बंद कर दिया।

## तौबा-तौबा गाने पर सितारों की उतारी लाजवाब नकल

नई दिल्ली। जॉनी लीवर को अपनी कॉमेडी के साथ ही सितारों की नकल उतारने के लिए भी पहचाना जाता है। लेकिन उनकी बेटी जैमी लीवर भी पापा से किसी मामले में पीछे नहीं हैं। वे अकसर सितारों की एक्टिंग करती हैं और उनके ये वीडियो सोशल मीडिया पर खूब देखे जाते हैं। विक्की कौशल की फिल्म बैड न्यूज रिलीज होने के लिए तैयार है। विक्की कौशल इन दिनों फिल्म के प्रमोशन में बिजी हैं। वो प्रमोशन के दौरान तौबा- तौबा गाने का हुक स्टेप करते नजर आ रहे हैं। ये गाना इतना वायरल हो गया है कि इंफ्लुएंसर से लेकर सेलेब्स तक हर कोई इस गाने पर रील बना रहा है। लेकिन जैमी लीवर ने जिस तरह तौबा-तौबा पर सितारों की नकल उतारी है, वो तो लाजवाब है। जैमी लीवर ने एक वीडियो शेयर किया है। जिसमें उन्होंने बताया है कि करीना कपूर से लेकर फराह खान तक सेलेब्स तौबा तौबा गाने को लेकर कैसे रिपैक्ट करेंगे। जैमी लीवर ने करीना कपूर, फराह खान, राखी सावंत, श्रीदेवी, अनन्या पांडे और सोनम कपूर की मिमिक्री की। जैमी का ये वीडियो खूब वायरल हो रहा है। फैंस इस पर कमेंट करते नहीं रुक रहे हैं। जैमी लीवर के इस वीडियो पर एक यूजर ने लिखा, राखी बेस्ट थीं। वहीं दूसरे ने लिखा, तुमने धमाल मचा दिया जैमी। एक ने लिखा, मेरी हंसी कंट्रोल नहीं रहे रही है।

रहा है। लेकिन जैमी लीवर ने जिस तरह तौबा-तौबा पर सितारों की नकल उतारी है, वो तो लाजवाब है। जैमी लीवर ने एक वीडियो शेयर किया है। जिसमें उन्होंने बताया है कि करीना कपूर से लेकर फराह खान तक सेलेब्स तौबा तौबा गाने को लेकर कैसे रिपैक्ट करेंगे। जैमी लीवर ने करीना कपूर, फराह खान, राखी सावंत, श्रीदेवी, अनन्या पांडे और सोनम कपूर की मिमिक्री की। जैमी का ये वीडियो खूब वायरल हो रहा है। फैंस इस पर कमेंट करते नहीं रुक रहे हैं। जैमी लीवर के इस वीडियो पर एक यूजर ने लिखा, राखी बेस्ट थीं। वहीं दूसरे ने लिखा, तुमने धमाल मचा दिया जैमी। एक ने लिखा, मेरी हंसी कंट्रोल नहीं रहे रही है।

## भारत पहुंचे प्रियंका-निक बारिश में हुआ स्वागत...



मुंबई। शुक्रवार 12 जुलाई को अनंत अंबानी और राधिका मॉटेड शादी के बंधन में बंधने जा रहे हैं। शादी की तैयारियां जोर-शोर से चल रही हैं। इय बिन फेट वेडिंग में देश-विदेश की कई नामी हस्तिरत्न शामिल होंगी। प्रियंका चोपड़ा भी शादी में शामिल होने मुंबई पहुंच चुकी हैं। प्रियंका अपने पति नोक्स जोनस के साथ शादी में शामिल होने आई हैं। उनके भारत पहुंचते ही इमामाइन बारिश हुई। कार से उतरते ही प्रियंका ने हाथ जोड़कर सभी का अभिनंदन किया। अनंत-राधिका की शादी का जश्न तीन दिनों तक चलेगा। इसकी शुरुआत 12 जुलाई को 'थुम विवाह' से होगी। शुक्रवार को शादी संपन्न होने के बाद 13 जुलाई को 'थुम आशीर्वाद' समारोह आयोजित किया गया है। इसके बाद 14 जुलाई को 'मंगल उत्सव' है। इस समारोह में हिस्सा लेने के लिए प्रियंका चोपड़ा और निक जोनस भी हाल ही में मुंबई पहुंचे हैं। प्रियंका चोपड़ा और निक एयरपोर्ट से ब्लैक कलर की आलीशान गाड़ी में बैठकर आते नजर आए। इस दौरान दोनों ने पैपरजी और फैंस का अभिनंदन किया। प्रियंका और निक काफी स्टाइलिश लुक में दिखे। हालाँकि, बेटी मालती इस दौरान साथ नहीं आईं। बॉलीवुड की लोकप्रिय अभिनेत्री प्रियंका चोपड़ा ने कई ब्लॉकबस्टर फिल्मों में काम किया है। बॉलीवुड फिल्मों के साथ-साथ देसी गर्ल ने हॉलीवुड में भी अपना सिक्का जमा लिया है।

## इन स्टार्स को हो गया था अपनी मौत का आभास

# गोविंदा की मां से संजीव कुमार तक मौत को लेकर की थीं चौंकाने वाली भविष्यवाणी

मुंबई। 'शॉर्बक थर्सडे' में उन फिल्मी हस्तियों के बारे में बता रहे हैं, जिन्होंने अपनी मौत को लेकर हॉश उड़ाने वाली भविष्यवाणी की थी। कुछ को तो पहले ही अपनी मौत का आभास हो गया। इन स्टार्स के साथ जो हुआ, वो वाकई हैरान कर देगा। मौत एक ऐसी चीज है, जो एक दिन हर किसी को आनी है। जो इस दुनिया में आया है, उसे एक दिन जाना ही होगा। मौत से डर तो सबको लगता है, लेकिन इससे भी ज्यादा डर तब लगता है जब किसी को अपनी मौत का पता हो। जब किसी को आभास हो जाए कि उसकी जिंदगी कितने दिन की मेहमान है। बॉलीवुड में ऐसे कई सितारे रहे, जो अचानक ही इस दुनिया से चल बसे और फैंस को जिंजीरी भर का सदमा दे गए। पर कुछ ऐसी हस्तियां भी रही, जिन्होंने या तो अपनी मौत की भविष्यवाणी कर दी थी या फिर उन्हें आभास हो गया था कि वो अब इस दुनिया में ज्यादा दिन नहीं रहेंगे। यहां हम आपको 'शॉर्बक थर्सडे' सीरीज में ऐसे ही स्टार्स के बारे में बता रहे हैं।

### गोविंदा की मां निर्मला देवी ने अपनी मौत समेत की थीं 3 भविष्यवाणी

गोविंदा ने 'बाँबे टाइम्स' को इंटरव्यू में बताया था कि उनकी मां निर्मला देवी प्रेमवती के दौरान आश्रम की ओर मुड़ गई थीं। यहीं नहीं, यह एकदम स्टोक भविष्यवाणी करती थीं। गोविंदा ने बताया था कि जब वह 17 साल के थे तो मां ने तीन भविष्यवाणियां की थीं। एक गोविंदा के स्टारडम की ओर दो अपनी मौत के साथ-साथ बड़ी बेटी पद्मा की मौत की। मां ने गोविंदा से कहा था कि जब तुम 21 साल के हो जाओगे तो तुम कम्बल करोगे। वहीं बड़ी बेटी पद्मा यानी कृष्णा अभिषेक की मां के लिए कहा था कि वह दूसरे बच्चे के जन्म के बाद मर जाएंगी। यही नहीं, गोविंदा की मां ने खुद की मौत की भविष्यवाणी भी गोविंदा से की थी, और वह सचपकवा गए थे। गोविंदा की मां की मौत उस भविष्यवाणी से ठीक तीन महीने बाद 15 जून 1996 को हो गई। यही तारीख उनकी मां ने बताई थी।

### ऋषि कपूर ने कहा था 'मैं ज्यादा लंबा नहीं जिऊंगा'

ऋषि कपूर का 90 अप्रैल साल 2021 में निधन हो गया था। मौत से दो साल पहले वह फैसल की गिरफ्त में आ गए थे। हालाँकि न्यू यॉर्क में इलाज के बाद ऋषि कपूर ठीक हो गए थे, लेकिन बाद ही 6 जनवरी 2017 में मौत हो गई। इस दुखद इतिहास के सबको याद दिलाया था कि 90 साल की उम्र में वह खुद को किस तरह से देखते हैं, तो एक्टर ने कहा था, मेरा जिस तरह का लाइफस्टाइल है, उससे लगता है कि मैं ज्यादा लंबा नहीं जिऊंगा। लेकिन लोग बोलते हैं कि अगर जिंदा रहा तो मैं 'कपूर एड सन्स' में बाद के कैरेक्टर जैसा दिखूंगा। लेकिन मुझे यकीन नहीं है।

### ओम पुरी को भी हो गया था मौत का आभास

वेटरन एक्टर ओम पुरी ने 23 दिसंबर 2016 को एक इंटरव्यू दिया था, जिसमें उन्होंने अपनी मौत पर बात की थी, और उसके वंद दिखे बाद ही 6 जनवरी 2017 में मौत हो गई। इस दुखद इतिहास के सबको याद दिलाया था कि 90 साल की उम्र में वह खुद को किस तरह से देखते हैं, तो एक्टर ने कहा था, 'एक एक्टर के रूप में मेरा योगदान मेरे इस दुनिया से चले जाने के बाद दिखाई देगा।

### किशोर कुमार- मजाक में ही सच हो गई मौत की वो भविष्यवाणी

बॉलीवुड के मशहूर एक्टर और सिंगर रहे किशोर कुमार की 13 अक्टूबर 1987 को मौत हो गई थी। बेटे अमित कुमार ने साल 2002 में रेडिफ को इंटरव्यू में बताया था कि पापा को उनकी मौत का आभास हो गया था। जिस दिन उनका निधन हुआ, उस दिन उन्होंने हार्ट अटैक को लेकर मजाक किया और उसी तरह दुनिया से उखरत हो गए। अमित कुमार ने बताया था, उस दिन, उन्होंने सुमित (सौतेला बेटा) को रिचमिंड के लिए जाने से मना कर दिया। वह इस बात से टेशन में थे कि कनाडा से मेरी पत्ताइत समग्र पर लैंड करेगी या नहीं।

## ज्योतिषी ने की थी संजीव कुमार की मौत की भविष्यवाणी

संजीव कुमार ने भी अपनी मौत की भविष्यवाणी कर दी थी। 9 जुलाई 1938 को जन्मे संजीव कुमार की 6 नवंबर 1985 को मौत हो गई थी। संजीव कुमार एक ऐसे एक्टर थे, जिन्होंने युवा होते हुए भी उमरराज किरदार निभाए। उन्हें ऐसे किरदार निभाने में मजा आता था। एक्ट्रेस तबस्सुम ने अपने शो 'तबस्सुम टॉर्किंग' में बताया था कि कैसे संजीव कुमार ने अपनी मौत को लेकर चर्चाकलावी बात बताई थी, जिसका उमरराज किरदारों से कनेक्शन था। तबस्सुम ने संजीव कुमार से पूछा था कि वह उमरराज किरदारों को लेकर इतना आर्बिट्रेड क्यों हैं। तब संजीव ने कहा था, तबस्सुम, हाथ देखने वाले एक ज्योतिषी ने भविष्यवाणी की थी कि मैं ज्यादा लंबे समय तक जीवित नहीं रहूंगा। इसलिए मैं उमरराज किरदार निभाते हूँ, ताकि वो जिंदगी जी सकूँ।

# दुनियाभर में बढ़ेंगे करोड़पति, यूनाइटेड किंगडम व नीदरलैंड्स में बहेगी उल्टी गंगा

एजेसी नई दिल्ली

पूरी दुनिया में करोड़पतियों की संख्या तेजी से बढ़ती जा रही है। विकसित देशों के साथ ही विकासशील देशों में भी अमीरों की संख्या में इजाफा हुआ है। भारत भी इस मामले में तेजी से आगे भाग रहा है।

अब यूबीएस की नई रिपोर्ट में दावा किया गया है कि साल 2028 तक 52 देशों में करोड़पतियों की संख्या बढ़ती रहेगी। हालांकि, यूनाइटेड किंगडम लैंड्स में यह ट्रेंड बिलकुल उलटा दिखाई दे रहा है। यहां करोड़पतियों की संख्या घटती दिखाई दे रही है।

## फाइनेशियल फर्म यूबीएस ने गरीबों की सर्वे रिपोर्ट

### सबसे ज्यादा करोड़पति अमेरिका में, चीन दूसरे नंबर पर

रिपोर्ट के अनुसार, सबसे ज्यादा करोड़पति इस समय अमेरिका में हैं। यहां लगभग 2.2 करोड़ लोग करोड़पति हैं। अगले 5 साल में यह आंकड़ा लगभग 16 फीसदी की दर से आगे बढ़ सकता है। दूसरे नंबर पर चीन मौजूद है। हालांकि, यहां करोड़पतियों की संख्या अमेरिका से काफी कम है। चीन में इस समय लगभग 60 लाख लोग करोड़पति हैं। चीन में अमीरों की संख्या साल 2028 तक 8 फीसदी की दर से आगे बढ़ सकती है।



### यूके और नीदरलैंड्स में कम हो जाएंगे करोड़पति

यूबीएस ने कहा है कि यूनाइटेड किंगडम और नीदरलैंड्स में करोड़पतियों की संख्या कम होने जा रही है। फर्म का अनुमान है कि नीदरलैंड्स में अमीरों की संख्या 12 लाख से घटकर लगभग 11 लाख रह जाएगी। उधर, सबसे ज्यादा अमीरों की लिस्ट में तीसरे नंबर पर मौजूद यूनाइटेड किंगडम में करोड़पतियों की संख्या में 17 फीसदी की बढ़ी गिरावट आ सकती है। यहां फिलहाल 30 लाख से भी ज्यादा करोड़पति हैं, जो कि 2028 तक घटकर लगभग 25 लाख रह जाएंगे। यूके इस लिस्ट में जापान, फ्रांस और जर्मनी से भी पीछे जा सकता है।

52 देशों में बढ़ेंगी दौलतमंदों की संख्या : फाइनेशियल फर्म यूबीएस के मुताबिक, सर्वे में शामिल रहे 56 देशों में से 52 में दौलतमंदों की संख्या बढ़ती दिखाई दे रही है। इस लिस्ट में सबसे आगे ताइवान रहा है। करोड़पतियों की संख्या 5 साल में लगभग 47 फीसदी बढ़ सकती है। इसके अलावा तुर्की में लगभग 43 फीसदी और कजाकिस्तान में अमीरों की संख्या 37 फीसदी बढ़ सकती है। यूबीएस ने इस लिस्ट में उन लोगों को शामिल किया है, जिनकी दौलतमंदी कम से कम 10 लाख डॉलर हो जाएगी।

### यूक्रेन के बावजूद रूस में बढ़ रहे करोड़पति

यूबीएस के चीफ इकोनॉमिस्ट पॉल जेनोविक ने बताया कि यूक्रेन के साथ यूक्रेन के बावजूद रूस में करोड़पतियों की संख्या लगभग 21 फीसदी बढ़ सकती है। उन्होंने कहा कि यूनाइटेड किंगडम में फिलहाल उनकी इकोनॉमी का स्थिति की तुलना में कहीं ज्यादा करोड़पति हैं।



## कल्पतरु प्रोजेक्ट्स को 2,995 करोड़ के ठेके

नई दिल्ली। कल्पतरु प्रोजेक्ट्स इंटरनेशनल को उसके संयुक्त उद्यमों तथा अंतरराष्ट्रीय अनुबंधी कंपनियों के साथ मिलकर 2,995 करोड़ रुपये के ठेके मिले हैं। एक बयान में कंपनी ने कहा कि नए ठेके पारेणव व वितरण (टीएंडडी), भवन व कारखाने (बीएंडएफ) और जल व्यवसाय श्रेणियों में मिले हैं।

## वेदांता डिबेंचर से 1,000 करोड़ रुपए जुटाएगी

नई दिल्ली। खनन क्षेत्र की प्रमुख कंपनी वेदांता लिमिटेड की योजना डिबेंचर जारी कर 1,000 करोड़ रुपये तक जुटाने की है। वेदांता लिमिटेड ने शेयर बाजार को दी सूचना में बताया कि कंपनी के निदेशकों ने निजी नियोजन के आधार पर 1,000 करोड़ रुपये मूल्य के 1,00,000 गैर-परिवर्तनीय डिबेंचर के आवंटन को मंजूरी दे दी है।

## सेबी एचबीएन डेयरीज की संपत्तियां करेगा नीलाम

नई दिल्ली। भारतीय प्रतिभूति एवं विनियम बोर्ड (सेबी) एचबीएन डेयरीज एंड अलाइड लिमिटेड की आठ संपत्तियों की नीलामी अगले महीने 67.70 करोड़ रुपये के आरक्षित मूल्य पर करेगा। यह कदम एचबीएन डेयरीज द्वारा अवैध सामूहिक निवेश योजनाओं के जरिये जुटाई गई धनराशि को वसूलने के सेबी के प्रयास का एक हिस्सा है।

## मुंबई में महंगे घरों की बिक्री आठ फीसदी बढ़ी

मुंबई। मुंबई में 10 करोड़ रुपये से अधिक कीमत वाले लक्जरी घरों की मांग चालू साल की पहली छमाही (जनवरी-जून) में आठ प्रतिशत बढ़कर करीब 12,300 करोड़ रुपये पर पहुंच गई। बृहस्पतिवार को एक रिपोर्ट में यह जानकारी दी गई है। 10 करोड़ रुपये और उससे अधिक दाम वाले लक्जरी घरों की मांग जनवरी-जून, 2024 में मजबूत बनी रही।

## जेएसडब्ल्यू एमजी मोटर ने शेल से गिलाया हाथ

नई दिल्ली। जेएसडब्ल्यू एमजी मोटर इंडिया ने देश भर में इलेक्ट्रिक वाहनों के लिए सार्वजनिक चार्जिंग बुनियादी ढांचे को बढ़ाने के लिए शेल इंडिया के साथ हाथ मिलाया है। साझेदारी के तहत, जेएसडब्ल्यू एमजी मोटर इंडिया के ग्राहक वाहन चार्जिंग के लिए देश भर में शेल के व्यापक ईंधन स्टेशन का इस्तेमाल कर सकेंगे।

## लुई ड्रेफस ने बाजार में खाद्य तेल ब्रांड 'विमोर' उतारा

नई दिल्ली। वैश्विक कृषि कारोबार से जुड़ी लुई ड्रेफस कंपनी ने उत्तर भारत के बिजनेस-टू-कंज्यूमर खंड में अपने खाद्य तेल ब्रांड 'विमोर' को फिर पेश करने की घोषणा की। इसके साथ कंपनी का लक्ष्य भारत के बढ़ते खाद्य तेल बाजार का लाभ उठाना है। भारत में लुई ड्रेफस कंपनी (एलडीसी) के सीईओ सुमीत मिश्राल ने कहा कि नए उत्पादों में सोयाबीन, पामोलिन, बिनोला और सरसों के तेल के साथ-साथ प्रीमियम वनस्पति शामिल है, जो सभी विटामिन ए और डी से भरपूर समृद्ध किये गये हैं।

## नई कर व्यवस्था में भी लाभ देने का दिया सुझाव

# बीमा कंपनियों को स्वास्थ्य बीमा के लिए बजट में और कर छूट मिलने की उम्मीद

एजेसी नई दिल्ली

विशेषज्ञों ने बजट से पहले स्वास्थ्य बीमा प्रीमियम पर कर छूट सीमा बढ़ाने तथा नई कर व्यवस्था में भी इसका लाभ देने का सुझाव दिया है। वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण 23 जुलाई को 2024-25 का बजट पेश करेंगी। यह नरेंद्र मोदी सरकार के तीसरे कार्यकाल का पहला प्रमुख नीतिगत दस्तावेज होगा।

बीमा कंपनी एफ्युचर जनरली इंडिया इश्योरेंस के प्रबंध निदेशक और मुख्य कार्यपालक अधिकारी (सीईओ) अनूप राऊ ने कहा कि देशभर में स्वास्थ्य देखभाल की लागत में उल्लेखनीय वृद्धि के बावजूद आयकर अधिनियम की धारा 80डी के तहत स्वास्थ्य बीमा प्रीमियम पर कटौती की सीमा पिछले नौ साल से अपरिवर्तित बनी हुई है।

### स्वास्थ्य बीमा का लाभ बढ़ाने की जरूरत

राऊ ने कहा, यह सबसे अच्छा होगा यदि चिकित्सा बीमा की सीमा मुद्रास्फीति से जुड़ी हो और प्रत्येक एक-दो साल में खुद-ब-खुद इसमें संशोधन हो। साथ ही, नई कर व्यवस्था में भी स्वास्थ्य बीमा का लाभ बढ़ाने की आवश्यकता है क्योंकि इसकी पहुंच बढ़ाना महत्वपूर्ण है। इसीलिए, हमें उम्मीद है कि आगामी बजट में स्वास्थ्य बीमा प्रीमियम पर छूट सीमा में कुछ बढ़ोतरी की घोषणा की जाएगी।

### भारत में शुल्क सबसे ज्यादा

मैडिकल टेक्नोलॉजी एसोसिएशन ऑफ इंडिया (एम-टाई) के अध्यक्ष पवन चौधरी ने कहा कि भारत में चिकित्सा उपकरणों पर लगाए गए सीमा शुल्क और कर दुनिया में सबसे ज्यादा हैं और यह सीधे मरीजों को प्रभावित करते हैं। उन्होंने कहा, कूर्सों और सिगापूर, हांगकांग, इटली और नॉर्वे जैसे देश इस तरह का कोई शुल्क नहीं लगाते हैं।



### 70 वर्ष से अधिक आयु वालों के लिए हो विस्तारित

वेगी ने कहा, आयुधान भारत को 70 वर्ष से अधिक आयु वालों तक विस्तारित करना वरिष्ठ नागरिकों के लिए अत्याधिक फायदेमंद होगा। साथ ही इस बात पर भी गौर करने की जरूरत है कि पांच लाख रुपये की वर्तमान सीमा केंसर जैसी गंभीर बीमारियों के लिए पर्याप्त नहीं है। इस बीमारी के उपचार की लागत 15-20 लाख रुपये तक हो सकती है।

- आयकर अधिनियम की धारा 80 डी के तहत कटौती
- बीमा प्रीमियम पर कटौती की सीमा पिछले नौ साल से अपरिवर्तित
- चिकित्सा बीमा की सीमा मुद्रास्फीति से जुड़ी हो

### कर्मचारियों को कम दरों पर हो पेशकश

बजाज आलियांज जनरल इश्योरेंस के प्रबंध निदेशक और मुख्य कार्यपालक अधिकारी तपन सिंघल ने कहा कि कर्मचारियों को कम दरों पर स्वास्थ्य बीमा की पेशकश, स्वास्थ्य बीमा प्रीमियम पर जोएसटी में कमी और 80डी के तहत छूट सीमा में वृद्धि जैसे कर लाभ जैसे सुधार स्वास्थ्य बीमा को अधिक किफायती और सुलभ बनाएंगे।

### ऑस्ट्रेलिया व जापान में न्यूनतम शुल्क

ऑस्ट्रेलिया और जापान केवल न्यूनतम 0.5 प्रतिशत शुल्क लगाते हैं, जबकि अमेरिका में यह दो प्रतिशत और चीन में तीन प्रतिशत है। उन्होंने कहा, ऐसे में भारत में चिकित्सा उपकरणों के अथैव आयात का जोखिम है। इस तरह के व्यापार से देश के राजस्व में कमी आएगी।

### वरिष्ठ नागरिकों के लिए प्रीमियम कटौती सीमा हटे

सिंघल ने कहा, इसके अतिरिक्त वरिष्ठ नागरिकों के लिए स्वास्थ्य बीमा प्रीमियम के लिए कटौती की सीमा हटाने से उनका वित्तीय बोझ काफी कम हो जाएगा। राजीव गांधी कैंसर इन्स्टीट्यूट एंड रिसर्च सेंटर (आरजीसीआईआरसी) के मुख्य कार्यपालक अधिकारी डीएस वेगी ने कहा कि देश में कैंसर देखभाल में सुधार पर ध्यान देना महत्वपूर्ण है... यह सुनिश्चित करना जरूरी है कि सभी मरीजों को इन अत्याधुनिक उपचारों तक पहुंच हो।

## भारत का वनस्पति तेल आयात 18 फीसदी बढ़ा

एजेसी नई दिल्ली

कच्चे पाम तेल और कच्चे सूरजमुखी तेल के अधिक आयात के कारण खाद्य और अखाद्य तेलों सहित वनस्पति तेलों का आयात जून में 18 प्रतिशत बढ़कर 15.5 लाख टन पर पहुंच गया।

व्यापार जगत के आंकड़ों में यह जानकारी दी गई है। सॉल्वेंट एक्सट्रैक्टर्स एसोसिएशन ऑफ इंडिया (एसईए) के आंकड़ों से पता चलता है कि जून, 2024 के दौरान वनस्पति तेलों का आयात एक साल पहले की समान अवधि के 13,14,476 टन की तुलना में 15,50,659 टन रहा। खाद्य तेलों का आयात जून में बढ़कर 15,27,481 टन हो गया, जो पिछले साल इसी महीने में 13,11,576 टन था। आयात 2,300 टन से बढ़कर 23,178 टन हो गया। अक्टूबर में समाप्त होने वाले तेल वर्ष 2023-24 के पहले आठ महीनों के दौरान



- जून में बढ़कर 15.5 लाख टन के पार
- कच्चे पाम व सूरजमुखी तेल का अधिक आयात

वनस्पति तेलों का आयात पिछले वर्ष की इसी अवधि के 1,04,83,120 टन की तुलना में दो प्रतिशत घटकर 1,02,29,106 टन रह गया। एसईए के आंकड़ों से पता चला है कि तेल वर्ष 2023-24 की नवंबर 2023-जून 2024 अवधि के दौरान रिफाईंड तेल का आयात पिछले वर्ष की इसी अवधि के 14,03,581 टन से दो प्रतिशत घटकर 13,81,818 टन रह गया।

### पाम का आयात मलेशिया व इंडोनेशिया से

रिफाईंड तेलों (आरबीडी पामोलिन) और कच्चे तेलों की हिस्सेदारी समान रही। नवंबर, 2023 और जून, 2024 की अवधि के दौरान पाम तेल का आयात एक साल पहले की समान अवधि के 60.31,529 टन से घटकर 57,63,367 टन रह गया। भारत... मलेशिया और इंडोनेशिया से पाम ऑयल और बाजॉल और अजैटोला से सोयाबीन ऑयल का आयात करता है।

## टाटा मोटर्स, महिंद्रा ने घटाए एसयूवी के दाम



नई दिल्ली। टाटा मोटर्स और महिंद्रा एंड महिंद्रा ने अपने स्पॉटर्स यूटिलिटी वाहनों (एसयूवी) की कीमतों में कटौती की है। एसयूवी की बिक्री बढ़ाने के प्रयास के तहत इन कंपनियों ने यह कदम उठाया है। टाटा मोटर्स ने अपनी प्रमुख एसयूवी हैरियर (14.99 लाख रुपये) और सफारी (15.49 लाख रुपये) की शुरुआती कीमतों में हल्काव किया है। अन्य लोकप्रिय एसयूवी मॉडल पर 1.4 लाख रुपये तक की कटौती की गई है।

## पांच लाख पर्यटक लाइट हाउस घूमने आए

नई दिल्ली। बंदरगाह, पोत परिवहन एवं जलमार्ग मंत्री सर्बानंद सोनोवाल ने बृहस्पतिवार को बताया कि इस साल अप्रैल-जून में देश में पांच लाख से अधिक पर्यटक प्रकाशस्तंभ (लाइटहाउस) घूमने आए। एक आधिकारिक बयान के अनुसार, सोनोवाल ने केरल के विजिंजम में लाइटहाउस पर्यटन को बढ़ावा देने के लिए हितधारकों की एक बैठक का अध्यक्षता की। बयान में कहा गया है कि यह बैठक लाइटहाउस की अद्वितीय पर्यटन क्षमता को प्रदर्शित करने तथा उनके ऐतिहासिक, सांस्कृतिक व दर्शनीय मूल्य पर जोर देने के लिए आयोजित की गई थी।

## कंपनी परिणाम से पहले बाजार में मुनाफावसूली

एजेसी मुंबई

स्थानीय शेयर बाजारों में बृहस्पतिवार को उतार-चढ़ाव के बीच बीएसई सेंसेक्स 27 अंक के मामूली नुकसान में रहा। निवेशकों ने कंपनियों के जून तिमाही के नतीजों से पहले प्रमुख कंपनियों के शेयरों में मुनाफावसूली की। तीस शेयरों पर आधारित सेंसेक्स 27.43 अंक की गिरावट के साथ 79,897.34 अंक पर बंद हुआ। निफ्टी भी 8.50 अंक यानी 0.03 प्रतिशत की मामूली गिरावट के साथ 24,315.95 अंक पर बंद हुआ। कारोबार के दौरान यह ऊंचे में 24,402.65 अंक तक गया और नीचे में 24,193.75 अंक तक आया।



### सेंसेक्स, निफ्टी में मामूली गिरावट

इन शेयरों में रही घट-बढ़ : सेंसेक्स के शेयरों में बजाज फाइनेंस, महिंद्रा एंड महिंद्रा, सन फार्मा, नेस्ले, एनटीपीसी, पावर गिड, अल्ट्राटेक सीमेंट और लार्सन एंड टुबो प्रमुख रूप से नुकसान में रहे। लक्ष में रहने वाले शेयरों में आईटीसी, टाटा मोटर्स, एलएचएस और टाइटन शामिल हैं।

## बुकफील्ड ने लीप ग्रीन एनर्जी में बहुलांश हिस्सेदारी खरीदी

एजेसी नई दिल्ली

कनाडा की परिस्ंपति प्रबंधन कंपनी बुकफील्ड ने तमिलनाडु स्थित नवीकरणीय ऊर्जा कंपनी लीप ग्रीन एनर्जी में बहुलांश हिस्सेदारी के अधिग्रहण की वृहस्पतिवार को घोषणा की। इसके लिए वह 20 करोड़ अमेरिकी डॉलर से अधिक का अग्रिम निवेश और भविष्य में 35 करोड़ डॉलर का अतिरिक्त निवेश करेगी। विदेशी कंपनी ने बयान में कहा, 'बुकफील्ड और लीप ग्रीन ने हाल ही में एक पक्के रणनीतिक निवेश समझौते पर हस्ताक्षर किए जिसके बाद बुकफील्ड ने कंपनी में

### बुकफील्ड ऊर्जा में दुनिया के सबसे बड़े निवेशक

बुकफील्ड नवीकरणीय ऊर्जा में दुनिया के सबसे बड़े निवेशकों में से एक है। इसकी मौजूदा उत्पादन क्षमता लगभग 33 गीगावाट है और 155 गीगावाट से अधिक क्षमता का विकास जारी है।

कितनी इक्विटी हिस्सेदारी हासिल की है। बुकफील्ड ने नए शेयरों की खरीद और मौजूदा शेयरधारकों के पास रखे शेयरों के अधिग्रहण के जरिये लीप ग्रीन में 20 करोड़ डॉलर से अधिक का इक्विटी निवेश करने की अग्रिम प्रतिबद्धता जताई है।

## 107 रुपए में 35 दिनों की वैलिडिटी

# बीएसएनएल दे रहा सबसे सस्ता प्रीपेड प्लान

एजेसी नई दिल्ली

अगर आप एक ऐसा प्लान सच कर रहे हैं जो कम पैसे खर्च कर ज्यादा दिन की वैलिडिटी दे तो ऐसा प्लान आपको जियो, एयरटेल या वीआई नहीं सिर्फ बीएसएनएल में मिल सकता है। क्योंकि सभी प्राइवेट कंपनियां आपके प्लान्स को महंगा कर चुकी हैं।

ऐसे में अगर आप दो सिम यूज करते हैं और दूसरे सिम को एक्टिव रखने के लिए एक अच्छा प्लान सच कर रहे हैं। तो यहां हम आपको बीएसएनएल के एक ऐसे ही प्लान से रूबरू करा रहे हैं। एसएनएल के पास 107 रुपए का प्रीपेड प्लान है जो लंबी वैलिडिटी के साथ आता है।

### बीएसएनएल इस प्लान में डेटा बेनिफिट भी दे रहा है



प्लान में डेटा बेनिफिट भी दे रहा है। इस प्लान में कंपनी 200 मिगट की वॉयस कॉलिंग के साथ 3जीबी डेटा ऑफर कर रही है। ध्यान देने वाली बात यह है कि इस बीएसएनएल प्लान के साथ कोई एसएमएस लाभ नहीं मिलता है।

### जियो का 209 रुपए वाला प्लान

जियो के 209 रुपए वाले प्लान में 22 दिनों की वैलिडिटी दी जाती है। इस प्लान में रोज 3जीबी डेटा मिलता है। यानी की प्लान आपको टोटल 22जीबी डेटा मिलता है। साथ ही इस प्लान में अनलिमिटेड कॉलिंग की सुविधा भी दी जाती है।

एयरटेल का 199 रुपए का प्लान एयरटेल यूजर्स को अब 199 रुपए का रिचार्ज अपने सिम कार्ड को एक्टिव रखने के लिए करना होगा। ये प्लान 22 दिनों की वैलिडिटी के साथ आता है। इसमें यूजर्स को 2जीबी डेटा, अनलिमिटेड वॉयस कॉलिंग और 100 एसएमएस डेली मिलते हैं।

कुछ शहरों में 4जी कनेक्टिविटी ऐसे में यदि आपके पास सेकेंडरी सिम है और आप उसे एक्टिव रखना चाहते हैं तो यह एक बढ़िया प्लान है। साथ ही यह भी जान लें कि बीएसएनएल कुछ ही शहरों में 4जी कनेक्टिविटी ऑफर करता है। बीएसएनएल का यह प्लान उन यूजर्स के लिए सबसे अच्छा है जिन्हें इंटरनेट डेटा की अधिक जरूरत नहीं पड़ती और न ही ज्यादा देर तक कॉलिंग करते हैं। एक नॉर्मल यूजर्स के लिए यह एक सबसे किफायती प्लान हो सकता है।

## सोना 50 रुपए मजबूत चांदी 100 रुपए चढ़ी

एजेसी नई दिल्ली

आभूषण विक्रेताओं की ताजा लिवाली और अंतरराष्ट्रीय बाजारों में मजबूती के रुख के कारण राष्ट्रीय राजधानी के सराफा बाजार में बृहस्पतिवार को सोना 50 रुपये की तेजी के साथ 75,100 रुपये प्रति 10 ग्राम पर बंद हुआ। अखिल भारतीय सराफा संघ ने यह जानकारी दी।

बुधवार को सोना 75,050 रुपये प्रति 10 ग्राम पर बंद हुआ था। चांदी की कीमत भी 100 रुपये की तेजी के साथ 94,500 रुपये प्रति किलोग्राम पर पहुंच गयी। इससे पिछले सत्र में चांदी 94,400 रुपये प्रति किलोग्राम पर



बंद हुई थी। संघ ने कहा कि सराफा बाजारों में सोना पिछले बंद भाव के मुकाबले 50 रुपये बढ़कर 75,100 रुपये प्रति 10 ग्राम पर कारोबार कर रहा है।

बाजार सूत्रों ने कहा कि स्थानीय आभूषण विक्रेताओं की ताजा मांग और विदेशी बाजारों में मजबूती के रुख से सोने की कीमतों में तेजी देखने को मिली।

वित्तमंत्री निर्मला सीतारमण, नीति आयोग के अध्यक्ष सुमन बेरी समेत विशेषज्ञ हुई उच्चस्तरीय बैठक में शामिल

# गरीब, किसान, नौजवानों के सपनों के बजट पर पीएम मोदी ने लिए अर्थशास्त्रियों के सुझाव

नई दिल्ली

केंद्रीय बजट को आखिरी स्वरूप देने से पहले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और केंद्रीय वित्तमंत्री निर्मला सीतारमण के साथ नीति आयोग और देश के जानेमाने अर्थशास्त्रियों के साथ तस्करीबन चार घंटे की बैठक हुई।  
बैठक में प्रधानमंत्री की सौ दिनों के एजेंडे पर विमर्श की शुरूआत हुई। लोकसभा चुनाव से पूर्व ही प्रधानमंत्री ने विभिन्न मंत्रालयों के नौकरशाहों से मिलकर नई सरकार के गठन के बाद सौ दिनों में विकास, गरीब कल्याण के क्या क्या काम करने हैं उस पर एक एजेंडा पेपर बना था। सूत्रों ने बताया कि उस पर आने वाले कुल खर्च का बजट का

हिस्सा बनाये जाने पर जहां चर्चा हुई वहीं, इंफ्रास्ट्रक्चर में कैसे ज्यादा से ज्यादा निवेश बढ़ाया जाए ताकि विकास की पट्टी पर दौड़ाया जा सके इस पर भी विस्तार से बातचीत हुई। आगामी 23 जुलाई को संसद में पेश होने वाले बजट में बजट की रूपरेखा कुछ हटकर हो इस कोशिश का प्रतिबिंब दिखे, सूत्रों ने बताया कि इस पर प्रधानमंत्री का खासा जोर रहा। नीति आयोग के उपाध्यक्ष सुमन बेरी समेत अन्य सदस्यों ने भी अर्थशास्त्रियों के साथ इस उच्चस्तरीय बैठक में शिरकत किया। गरीब, किसान, नौजवान और महिलाओं को ध्यान में रखकर बजट को कैसे बेलेंस रखा जाए, चर्चा इस पर भी हुई।



## 22 जुलाई से शुरू हो रहा है संसद का बजट सत्र

22 जुलाई से संसद का बजट सत्र शुरू हो रहा है। 23 जुलाई को वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण केंद्रीय बजट 2024-25 को लोकसभा में पेश करेंगी। यह मोदी सरकार के तीसरे कार्यकाल का पहला बजट होगा। पिछले महीने संसद संसद के दोनों सदनों की संयुक्त बैठक में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने इस बजट को लेकर कहा था कि मंदिर को ध्यान में रखते हुए सरकार इस बार दूरगामी नीतियों के साथ बजट पेश करेगी। इसमें प्रमुख आर्थिक और सामाजिक संरोकारों के साथ कई ऐतिहासिक कदम भी देखने को मिलेंगे। बता दें कि लोकसभा चुनाव से पहले फरवरी में एक अंतरिम बजट पेश किया गया था।

## विकसित भारत के रोड मैप पर लिए सुझाव

केंद्र सरकार ने 2047 तक देश को विकसित राष्ट्र बनाने का लक्ष्य रखा है। सरकार की इच्छा है कि आम बजट के जरिए विकसित भारत का रोडमैप तैयार करने की है। ऐसे में इंफ्रास्ट्रक्चर क्षेत्र पर ज्यादा ध्यान देने की जरूरत होगी। बैठक में प्रधानमंत्री मोदी ने विकसित भारत के रोडमैप पर भी विशेषज्ञों से सुझाव लिए। केंद्र सरकार का ध्यान गरीब, मध्य और निम्न मध्यवर्ग पर सबसे ज्यादा है। सरकार की तरफ गरीब वर्ग के सशक्तिकरण के लिए नई योजना शुरू करने की भी योजना है।

## खबर संक्षेप

### पूर्व आईएस मनीष बने जदयू के राष्ट्रीय महासचिव

पटना। आरसीपी सिंह के जाने के बाद अगले नौकरशाह में रूप में पूर्व आईएस मनीष वर्मा को जनता दल यूनाइटेड में पार्टी के 48 घंटे के अंदर बड़ी जिम्मेदारी दी गई है। पिछले महीने राष्ट्रीय कार्यकारी अध्यक्ष बनाए गए राज्यसभा सांसद संजय झा नहीं, बल्कि राष्ट्रीय अध्यक्ष के नाते सीएम नीतीश कुमार के आदेश पर वर्मा को जदयू का राष्ट्रीय महासचिव बनाया गया है।

### 8 साल की बच्ची से दुष्कर्म, फिर हत्या

अमरावती। आंध्र प्रदेश से एक रूढ़ कांपने वाली खबर सामने आ रही है। यहां के नांदयाला जिले में एक 8 साल की स्कूल की छात्रा का पहले सामूहिक दुष्कर्म किया फिर उसे मौत के घाट उतार दिया। आरोपियों ने उसके शव को सिंचाई नहर में फेंक दिया। बच्ची से उसने स्कूल के 12 और 13 साल के तीन सीनियर्स ने कथित तौर पर सामूहिक दुराचार किया।

### पूर्व सांसद जयाप्रदा आचार संहिता मामले में बरी

रामपुर। रामपुर की एक अदालत ने आचार संहिता के उल्लंघन के मामले में पूर्व सांसद जयाप्रदा को बड़ी राहत दी है। कोर्ट ने उनको साक्ष्य के अभाव में बरी कर दिया है। केमरी थाने में 2019 में जयाप्रदा के खिलाफ आचार संहिता का उल्लंघन का मामला दर्ज हुआ था। गुवाहाटी को जयाप्रदा कोर्ट में पेश हुई। रामपुर की अदालत ने साक्ष्य के अभाव में उन्हें बरी कर दिया।

### संजय ने एमपी एमएलए कोर्ट में किया सरेंडर

सुल्तानपुर। आप नेता एवं राज्यसभा सांसद संजय सिंह ने एमपी एमएलए कोर्ट में सरेंडर कर दिया। सिंह की तरफ से पेश जमानत अर्जी पर सुनवाई की गई। कोर्ट ने उनकी जमानत याचिका को मंजूर कर लिया। सिंह पर यह मामला बिना परमिशन जनसभा करने को लेकर था। पंचायत चुनाव में बिना अनुमति जनसभा करने पर केस दर्ज हुआ था।

### असम में 30 करोड़ रुपए के इग्ज पकड़ाई

करीमगंज। असम के करीमगंज जिले में करीब 30 करोड़ रुपये मूल्य की 'याबा' गोलियां जब्त की गई हैं और दो तस्करों को गिरफ्तार किया गया है। पुलिस अधीक्षक पार्थ प्रथिम दास के अनुसार पुलिस को मादक पदार्थ की खेप को लेकर एक सुचना मिली थी जिसके बाद पुलिस की एक टीम ने बुधवार रात को पड़ोसी राज्य मिजोरम से आ रहे एक वाहन की तलाशी ली।

## बसपा के राष्ट्रीय कोऑर्डिनेटर आकाश ने चंडीगढ़ में किया ऐलान

# हरियाणा में इनेलो-बसपा का गठबंधन भाजपा संग केसीआर के आने की चर्चा

एजेसी नई दिल्ली, चंडीगढ़

## 37 विधानसभा सीट बसपा और 53 इनेलो के हिस्से, अभय होंगे सीएम चेहरा

हरियाणा विधानसभा चुनाव के लिए इनेलो और बसपा ने गठबंधन कर लिया है। चंडीगढ़ में गठजोड़ का ऐलान करते हुए बसपा के राष्ट्रीय कोऑर्डिनेटर आकाश ने कहा कि विधानसभा चुनाव में 37 सीट पर बसपा चुनाव लड़ेगी और 53 सीट पर इनेलो चुनाव लड़ेगी। बसपा-इनेलो गठबंधन का मुख्य मंत्री चेहरा अभय चौटाला होंगे। 1996 के लोकसभा चुनाव के दौरान दोनों के बीच पहली बार गठबंधन हुआ था। इनेलो ने 7 लोकसभा सीटों पर और बसपा ने 3 लोकसभा सीटों पर चुनाव लड़ा था।



## पहले भी किया था गठबंधन

इसके बाद 2018 में बसपा-इनेलो के बीच राजनीतिक गठजोड़ हुआ, लेकिन यह गठबंधन विधानसभा चुनाव तक लोगों के बीच नहीं पहुंच पाया। अब तीसरी बार इनेलो ने खोया राजनीतिक वजूद बचाने बसपा के गठबंधन की पहल की है। पिछले सप्ताह ही अभय और बसपा सुप्रीमो मायावती संग नई दिल्ली में मुलाकात की थी। कई मुद्दों पर चर्चा हुई थी।

## पार्टी कर चुकी मेल-मुलाकात

### अपनी पार्टी को मजबूती देने के लिए केसीआर जा सकते हैं भाजपा के साथ



हरियाणा के लोकसभा चुनाव में इस बार के चंद्रशेखर की बीआरएस का सुपडा साफ कर दिया। इसप्रदर्शन के बाद सवाल उठने लगे हैं कि क्या तेलंगाना में बीआरएस की सियासी जमीन अब कमजोर पड़ चुकी है। जैसी खबरें आ रही हैं, उन्होंने जरूर साबित कर दिया है कि चंद्रशेखर की पार्टी फिर खड़ी होने के लिए किसी के साथ भी गठबंधन कर सकती है। इसी कड़ी में राजनीतिक गलियारों में ऐसी चर्चा चल रही है कि बीआरएस, भाजपा के साथ गठबंधन कर सकती है। इसका कोई औपचारिक ऐलान नहीं हुआ है, लेकिन दोनों पार्टी का एक घड़ा ऐसी अटकलों को बल देने का काम कर रहा है। बड़ी बात यह है कि कुछ दिनों पहले चंद्रशेखर के डेटे और नेता केटी रामा दिल्ली आए थे, माना जा रहा है कि उन्होंने बड़े भाजपा नेताओं से मुलाकात की है।

## मुलाकातों से अटकलों को मिला बल

इन मुलाकातों ने भी गठबंधन की चर्चा को मजबूत कर दिया है। ऐसे उम्मीद भाजपा के नेता ऐसे किसी भी गठबंधन को लेकर ज्यादा सकारात्मक रुख नहीं दिखा रहे हैं। कुछ भाजपा नेता का कहना है कि पार्टी के अंदर वो नेता ही ऐसे किसी गठबंधन के पक्ष में बात कर रहे हैं जिन्हें बीआरएस के पहले परिवार को बचाना है। लेकिन पार्टी के अंदर ही कोई नेता मानते हैं कि ऐसा कोई भी गठबंधन भाजपा के लिए ही आलाचाली साबित हो सकता है।

## अब वो दिन दूर नहीं जब कम हो रही याददाश्त अलजाइमर जैसे रोगों का पता खून जांच से चलेगा

नई दिल्ली

क्या आपको भी भूलने की बीमारी है? अचानक से नाम भूल जाते हैं? या फिर ऐसी कोई विषय वस्तु याद नहीं रहती जो वाकई याद रहनी चाहिए थी? तो सावधान हो जाएं। इसे कोसिला के साइड इफेक्ट के रूप में संबोधित कर अनदेखा न करें बल्कि सीरियसली लें। मेडिकल साइंस ने भी भूलने की बीमारी को संजीदगी से लिया है। दिल्ली के एम्स अस्पताल ने केवल खून जांच से अब ये जानकारी हासिल करने में बहुत हद तक सफलता पा ली है कि किसी रोगी को भविष्य में अलजाइमर हो सकता है। अभी तक 50 से 75 साल के 90 रोगियों पर ये नुस्खा आजमाया जा रहा है। जिसके परिणाम अब तक बेहद सुखद हैं। अगर सौ फीसदी तक नुस्खा कामयाब हो गया तो फिर देश में अलजाइमर रोगियों को समय से पहले पहचानने में सफलता मिलेगी, जिससे समय पर उनका इलाज शुरू कर ऐसे रोगियों की लगातार बढ़ती संख्या पर रोकथाम लगाई जा सकेगी। अलजाइमर रोगियों की याददाश्त धीरे-धीरे कम होती जाती है। रोग के आखिरी चरणों में रोगी किसी को पहचानना बंद कर देता है। एम्स अस्पताल में हुए एक अध्ययन में ये बात सामने आई कि भारत में अधिकांश अलजाइमर के रोगी 65 की उम्र के बाद के हैं, यही वजह है कि शोध के लिए 50 से 75 साल के लोगों को चुना गया है। उनके खून की जांच कर देखा जा रहा है कि दिमाग में किस हद तक याददाश्त तरोताजा रखने वाले केमिकल को कमी हो रही है। केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय के एक आला अधिकाारी ने बताया कि एम्स में आंकड़े इस बात की गवाही दे रहे हैं कि लगभग 90 लाख लोगों को किसी न किसी प्रकार से 60 वर्ष के उम्र के बाद डीमेन्शिया की शिकार हो सकता है। डीमेन्शिया अलजाइमर के पहले का स्वरूप है। एम्स में 90 रोगियों पर किए गए शोध में 35 ऐसे हैं जिन्हें याददाश्त जाने का खतरा है। 25 को अपेक्षाकृत कम खतरा है। 30 बिल्कुल स्वस्थ व्यक्तियों के ब्लड संग्रह कर अध्ययन किया जा रहा है।

## भारतीय राजनीतिक व्यवस्था में सब कुछ ठीक नहीं है और यह बहुत दबाव में काम कर रही है: धनखड़

### संसद के कामकाज को रोककर राजनीति करना गंभीर परिणाम देने वाला है

नई दिल्ली

उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ ने चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि भारतीय राजनीतिक व्यवस्था में सब कुछ ठीक नहीं है और यह बहुत दबाव में काम कर रही है। यह कहते हुए कि विधायिकाओं में बहस, संवाद, विचार-विमर्श और चर्चा की प्रधानता व्यवधान और गड़बड़ी को जन्म देती है। उपराष्ट्रपति ने टिप्पणी की कि संसद के कामकाज को रोककर राजनीति की हथियार बनाना हमारी राजनीति के लिए



गंभीर परिणाम देने वाला है। धनखड़ ने मुंबई में महाराष्ट्र विधानमंडल के दोनों सदनों के सदस्यों को संबोधित करते हुए सभापति या लोकसभा अध्यक्ष को 'दोनों तरफ से सुविधाजनक पंचिंग बैग' बनाने की प्रवृत्ति पर गहरी चिंता व्यक्त की। उन्होंने इसे अनुचित बताया और कहाजब हम कुर्सी संभालेंगे तो हमें न्यायसंगत होना होगा, निष्पक्ष होना होगा। इस बात पर बल देते हुए कि लोकतंत्र के

मंदिर को कभी भी अपवित्र नहीं किया जाना चाहिए, उन्होंने कहा कि आसन का सम्मान सदैव होना चाहिए और इसके लिए संसद और विधानसभाओं में वरिष्ठ सदस्य को नेतृत्व करना होगा। उपराष्ट्रपति ने हमारे विधानमंडलों में लोकतांत्रिक मूल्यों और संसदीय परंपराओं का कड़ाई से पालन बनाए रखने की आवश्यकता पर बल देते हुए कहा, हाल के संसद सत्र में जिस तरह का आचरण देखा गया वह वास्तव में दर्दनाक है, क्योंकि यह हमारे विधायी प्रवचन में महत्वपूर्ण नैतिक क्षरण को प्रदर्शित करता है। यह स्पष्ट है कि वर्तमान में हमारी संसद और विधानमंडलों के कामकाज में सब कुछ ठीक नहीं है। लोकतंत्र के ये मंदिर रणनीतिक व्यवधानों और अशांति का दंश झेल रहे हैं। पार्टियों में बातचीत का स्तर गिरता जा रहा है। कई सदस्य मुझसे कहते हैं कार्यवाही को बाधित करने के लिए उन्हें राजनीतिक दल से आदेश मिलता है।

## 20 जुलाई को केंद्रीय गृहमंत्री शाह राज्य कार्यसमिति की बैठक को करेंगे संबोधित

# झारखंड: सीएम फेस को लेकर भाजपा हाईकमान कर रहा मंथन

### मरांडी, मुंडा और अमर कुमार सहित कई बड़े नेता सीएम उम्मीदवार बनने की दौड़ में

नई दिल्ली

झारखंड में मुख्यमंत्री का चेहरा सामने रखकर चुनाव मैदान में उतरा जाए या नहीं, भाजपा हाईकमान के लिए यह बड़ा सवाल बन गया है। पार्टी का शीर्ष नेतृत्व इस पर मंथन कर रहा है। सबकी निगाह 20 जुलाई को होने वाली प्रदेश कार्यसमिति की बैठक पर टिकी है क्योंकि इसमें केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह मौजूद रहेंगे। बैठक बड़ी है और इसमें भाजपा के मंडल तथा जिला पदाधिकारियों से लेकर प्रदेश संगठन के दिग्गज शामिल होंगे। झारखंड विधानसभा चुनाव के पार्टी प्रभारी शिवराज सिंह चौहान और सहप्रभारी हिमंता बिस्व सरमा चुनावी रणनीति से लेकर विपक्षी मोर्चेबंदी पर निगाह बनाये हुए हैं। भाजपा के लिए झारखंड विधानसभा चुनाव काफी अहम है। पार्टी हर हाल में झारखंड मुक्ति

मोर्चा और कांग्रेस की सरकार को सत्ता से बाहर करना चाहती है। हाल ही में हुए लोकसभा चुनाव में भाजपा को झारखंड में उम्मीद के अनुसार रिजल्ट नहीं मिल पाए। हेमंत सोरेन जेल से बाहर आकर फिर से मुख्यमंत्री बन चुके हैं। लिहाजा भाजपा के लिए विधानसभा चुनाव में मैदान मारना आसान नहीं दिख रहा है और पार्टी नेताओं को इसका आभास है। झारखंड में आदिवासी वोटबैंक बहुत मायने रखता है। भाजपा चाहती है कि किसी भी तरह झामुमो और कांग्रेस गठबंधन की तरफ बढ़ते आदिवासी समुदाय को अपने पाले में रखा जाए। लोकसभा चुनाव में भाजपा इस कवायद में ज्यादा सफल नहीं रही थी, पर अब विधानसभा चुनाव में एकबार फिर नए सिरे प्रयास करने पर



मंथन हो रहा है। भाजपा सूत्रों के अनुसार नई दिल्ली में पार्टी का शीर्ष नेतृत्व इस बात पर गंभीरता से विचार कर रहा है कि चुनाव क्षेत्रीय नेताओं को आगे रखकर लड़ा जाए और किसी बड़े आदिवासी नेता को मुख्यमंत्री के तौर पर प्रोजेक्ट किया जाए। अभी हाल ही में हरियाणा में भाजपा ने साफ कर दिया है कि राज्य के विधानसभा चुनाव में वर्तमान मुख्यमंत्री नाथ सिंह सेना ही सीएम फेस होंगे। यह रणनीति झारखंड में भी लागू की जा सकती है। पार्टी यहां प्रदेश अध्यक्ष बाबू लाल मरांडी, नेता प्रतिपक्ष अमर कुमार बाउरी, पूर्व मुख्यमंत्री अर्जुन मुंडा या किसी अन्य नेता पर दांव खेल सकती है। सूत्रों का कहना है कि राज्यों के विधानसभा चुनाव में अब पहले की तरह प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का