



मैं कभी मंदिर नहीं जाता, लेकिन जब मैं किसी बच्चे को देखता हूँ, तो मैं उसमें भगवान देखता हूँ।
-कैलाश सत्यार्थी

मूल्य
₹ 3/-

जिद...सच की

www.4pm.co.in www.facebook.com/4pmnewsnetwork @Editor_Sanjay YouTube 4pm NEWS NETWORK

वर्ष: 10 • अंक: 230 • पृष्ठ: 8 • लखनऊ, गुरुवार, 26 सितम्बर, 2024

सिद्धार्थ ने 84 साल बाद डेविस कप... 7 हरियाणा में परवान चढ़ रहे सियासी... 3 विस उपचुनाव पर बसपा की... 2

एनडीए सरकार से अलग राह पकड़ेंगे चिराग!

यूपी की 10 सीटों पर होने वाले उपचुनाव में लड़ने की तैयारी

- » गरमाई सियासत, विपक्ष बोला- नहीं चल पाएगी मोदी सरकार
- » भाजपा व सहयोगी बोले- सब अफवाह, एक साथ हैं हम

4पीएम न्यूज नेटवर्क
नई दिल्ली। चिराग पासवान की लोक जनशक्ति पार्टी कि बयान के बाद से एकबार फिर सियासी गलियारों में एनडीए सरकार के भविष्य को लेकर कयास लगने लगे हैं। दरअसल, बिहार की लोक जनशक्ति पार्टी आने वाले दिनों में उत्तर प्रदेश में 10 सीटों पर होने वाले उपचुनाव लड़ने की तैयारी कर रही है।

इसी सिलसिले लोक जनशक्ति पार्टी के सिंबल पर जमुई सीट से सांसद अरुण भारती ने चिराग के दौरे को लेकर कहा था कि एनडीए से हमारा गठबंधन सिर्फ बिहार चुनाव और लोकसभा चुनाव को लेकर है, अन्य राज्यों में हमारा कोई

समझौता एनडीए के साथ नहीं है और अब हमारा संगठन यहां विस्तार कर रहा है। कुछ लोग उत्तर प्रदेश में चुनाव लड़ना चाहते हैं, जिसकी हम तैयारी कर रहे हैं। उधर केंद्रीय मंत्री चिराग पासवान ने कौशांबी जिले में रैली को संबोधित किया। इस दौरान चिराग पासवान दलित वर्ग के साथ दूसरे वोटों को साथ लाने की कोशिश करने वाले हैं। वहीं इस पर विपक्ष ने भी प्रतिक्रिया दी है। राजद ने कहा कि यह वैशाखी की सरकार ज्यादा दिन नहीं चलेगी। वहीं अरुण ने कहा कि जो लोग संविधान और आरक्षण को खतरे में बताने का दावा करते हैं उनको चिराग पासवान मुंहतोड़ जवाब देने में सक्षम है।



एनडीए गठबंधन के तमाम दल एक साथ : उपेन्द्र कुशवाहा

एनडीए गठबंधन के तमाम दल एक साथ हैं। एनडीए के साथी उपेन्द्र कुशवाहा भी मुख्यमंत्री नीतीश कुमार की क्षमता के साथ हैं। उन्होंने कहा कि जो लोग नीतीश कुमार की क्षमता और उनकी उम्र पर सवाल उठा रहे हैं, वह गलत है। उपेन्द्र कुशवाहा ने तो यहां तक कहा कि अगली बार भी नीतीश कुमार मुख्यमंत्री बनें और बिहार का विकास करें।



एनडीए पर कोई असर नहीं पड़ने वाला : राजभर

लोक जनशक्ति पार्टी के उत्तर प्रदेश में चुनाव लड़ने से एनडीए पर पड़ने वाले असर को लेकर यूपी सरकार में मंत्री और एनडीए के सहयोगी सुहेलदेव भारतीय समाज पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष ओमप्रकाश राजभर ने कहा कि इसका एनडीए पर कोई असर नहीं पड़ने वाला है। मंत्री ओपी राजभर ने कहा कि लोजपा का कोई संगठन यूपी में नहीं है। वो पार्टी शुद्ध रूप से बिहार में ही अपना संगठन और आंदोलन चलाए हुए है, उनका यहां उसका न संगठन है और न जनाधार है। ओम प्रकाश राजभर ने कहा कि लोजपा जिस दलित कम्युनिटी की बात करती है, उसमें बड़े नेता के तौर पर मायावती यहां पहले से ही हैं। योगी सरकार के मंत्री ने कहा कि बाकी दलों में जो शेष जातियां हैं वो जातियां कुछ बीजेपी, कुछ सपा, कुछ बसपा और कुछ कांग्रेस के साथ अलग-अलग बटी हुई हैं। जिस कम्युनिटी की बात लोजपा करती है। उनके लोग भाजपा और सपा से विधायक और सांसद भी हैं तो अब ये जाति यूपी में बीजेपी और सपा को छोड़कर लोजपा की तरफ नहीं जाने वाली है।



नीतीश कुमार ने पीएम मोदी को लिखा पत्र, बिहार में हंगामा

मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने हाल ही में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को यह पत्र लिखा था कि अयोध्या से जनकपुर के बीच बन रहे रामजानकी पथ के निर्माण में तेजी लाई जाए। मुख्यमंत्री ने यह अनुरोध किया था कि इस बारे में संबंधित मंत्रालय को पत्र लिखें। इस अनुरोध के पीछे कारण यह है कि अयोध्या से सीतामढ़ी तक फोरलेन की संपर्कता उपलब्ध होने से लोग भगवान श्री राम के दर्शन के बाद सीतामढ़ी के पुनौराधाम आकर मां सीता का भी दर्शन कर सकेंगे। मुख्यमंत्री की इस सीधी पहल पर अब थोड़ी हलचल आरंभ हुई है।



हंगामे के साथ शुरू हुई दिल्ली विधानसभा की कार्यवाही

- » आप का एलजी पर हमला
- » भाजपा ने किया पलटवार

4पीएम न्यूज नेटवर्क
नई दिल्ली। दिल्ली विधानसभा के दो दिवसीय सत्र का आयोजन आज और कल होगा। आज सदन की शुरुआत हंगामे के साथ हुई। अभय वर्मा, जितेंद्र महाजन, विजेंद्र गुप्ता, समेत सभी विपक्षी विधायकों को सदन से मार्शल आउट किया गया। नेता प्रतिपक्ष और सभी भाजपा विधायक विधानसभा अध्यक्ष कार्यालय के बाहर धरने पर बैठ गए। जिसके कुछ देर बाद भाजपा विधायक सदन में आए।

सदन में आप विधायक अखिलेश त्रिपाठी ने कहा कि दिल्ली में सीवर जाम की समस्या के पीछे एलजी जिम्मेदार है। सिविल डिफेंस की नौकरी जाने के पीछे भी वहीं जिम्मेदार है। हमारे गृह मंत्री ने आग्रह किया कि इन सिविल डिफेंस के



लड़कियों के साथ गलत व्यवहार को रोकने के लिए लगाए मार्शल : भारद्वाज

आप सरकार में मंत्री सौरभ भारद्वाज ने कहा कि दिल्ली के 10 हजार मार्शल की हालत काफी खराब है। कुछ ने आत्महत्या करने की कोशिश की। बस में अक्सर देखा गया है कि लड़कियों के साथ गलत व्यवहार होता है। इसी कारण इन्हें बस में मार्शल के तौर पर लगाया है। अधिकारियों ने इस योजना को बनाया। एलजी ने इस स्कीम में कमी तलाशने की जिम्मेदारी तय की गई। अधिकारी ने इनकी फाइल पर लिखा कि इनकी जरूरत नहीं है। इस पर मंत्री ने आपत्ति जताई की। बाद में इनका वेतन रोक दिया गया। जनवरी से वेतन नहीं मिला।

कर्मचारियों को होम गार्ड के तौर पर भर्ती कर दीजिए।

मानहानि मामले में संजय राउत दोषी करार

- » मेधा किरिटी ने दायर की थी याचिका, मजिस्ट्रेट ने सांसद को दी राहत

4पीएम न्यूज नेटवर्क
मुंबई। मानहानि मामले में शिवसेना यूबीटी नेता संजय राउत को दोषी करार दिया गया है। संजय राउत को 15 दिन की जेल और 25 हजार रुपये जुर्माने की सजा सुनाई गई है। वहीं एक और अदालत ने उन्हें राहत दे दी है वह अभी सजा नहीं पाएंगे। संजय राउत के खिलाफ यह मामला भाजपा नेता किरिटी सोमैया की पत्नी मेधा किरिटी सोमैया ने दायर कराया था। संजय राउत ने किरिटी सोमैया की पत्नी के एनजीओ पर कथित 100 करोड़ रुपये के घोटाले का आरोप लगाया था।

वहीं संजय राउत के वकील द्वारा दायर एक आवेदन पर

15 दिन जेल और 25 हजार जुर्माने की सजा

डीएमके सरकार में पूर्व मंत्री सैथिल बालाजी को मिली जमानत

डीएमके सरकार में पूर्व मंत्री सैथिल बालाजी को सुप्रीम कोर्ट से जमानत मिल गई है। जस्टिस अमय एस. ओका और अगस्टिन जॉर्ज मसीह की पीठ ने जमानत याचिका मंजूर करते हुए उनके सामने कठिन शर्तें रखीं। शीर्ष अदालत ने ईडी का प्रतिनिधित्व करने वाले वकील तुषार मेहता और सैथिल बालाजी और से पेश वरिष्ठ वकील मुकुल रोहतगी और सिद्धार्थ लुथरा की दलीलें सुनने के बाद 12 अगस्त को अपना फैसला सुरक्षित रख लिया था। तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एनके स्टालिन ने भी प्रतिक्रिया दी। उन्होंने कहा, 471 दिन के बाद सुप्रीम कोर्ट ने भाई सैथिल बालाजी को जमानत दे दी।

मजिस्ट्रेट अदालत ने सजा को 30 दिनों के लिए निलंबित भी कर दिया है। संजय राउत 15,000 का मुचलका भरकर कोर्ट से बाहर आ जाएंगे। साल 2022 में संजय राउत ने आरोप लगाया था कि भाजपा नेता किरिटी सोमैया की पत्नी मेधा किरिटी सोमैया का एनजीओ, मुंबई के मीरा भयंदर इलाके में बनाए गए शौचालयों के निर्माण में हुए कथित



100 करोड़ रुपये के घोटाले में शामिल हैं। संजय राउत के आरोपों को किरिटी सोमैया ने आधारहीन बताते हुए खारिज कर दिया और घोटाले का सबूत देने की मांग की थी। जब संजय राउत ने इसके सबूत नहीं दिए तो इसके बाद किरिटी सोमैया की पत्नी मेधा किरिटी सोमैया ने संजय राउत के खिलाफ मानहानि का मुकदमा दर्ज कराया। मेधा ने अपनी शिकायत में बताया कि राउत ने कथित घोटाले को लेकर कई आधारहीन आरोप लगाए और ये सब मीडिया में भी छपा और लोगों के बीच बड़े वर्ग में प्रसारित हुए।

हरियाणा में परवान चढ़ रहे सियासी बयान!

नेताओं ने अपनी-अपनी जीत के किए दावे

- » कांग्रेस व भाजपा में वार-पलटवार जारी
 - » आप-जजपा-बसपा व इनेलो भी डटे
 - » केजरीवाल, शाह व हुड़ा ने रैलियां की तेज
- 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

चंडीगढ़। हरियाणा में 5 अक्टूबर को चुनाव होने हैं। नेताओं की रैलियों में तेजी आने लगी है। कांग्रेस, भाजपा, आप, बसपा, इनेलो, जजपा समेत सभी सियासी पार्टियों ने अपने दौरे तेज कर दिए हैं। सभी सियासी पार्टियां लोगों के बीच अपनी योजनाओं को लेकर ताबड़तोड़ जाने लगी हैं। इन सबके बीच सभी बड़े नेता बड़े-बड़े बयान भी देने लगे हैं।

आप संयोजक केजरीवाल ने कहा है उनकी पार्टी को मदद के बिना किसी की सरकार नहीं बनेगी। वहीं कांग्रेस नेता दीपेन्द्र हुड़ा नारा लगवा रहे भाजपा जा रही है कांग्रेस आ रही है। तो भाजपा नेता राज्य के कार्यवाहक सीएम सैनी अपनी सरकार के तीसरे कार्यकाल की भविष्यवाणी कर रहे हैं। इस बीच अलग-अलग पार्टियां अपनी-अपनी सरकार आने के दावे कर रही हैं। फिलहाल नेताओं को बयान कितने कारगर हैं ये तो चुनाव परिणाम आने के बाद ही पता चलेंगे।



नई सरकार से काम करवाना मेरी जिम्मेदारी : केजरीवाल

आप के संयोजक अरविंद केजरीवाल ने हरियाणा के हिसार में कहा कि अब जो भी यहां सरकार बनेगी, वह आप के बिना नहीं बनेगी। उस सरकार से आपके सभी काम कराने की जिम्मेदारी मेरी है। आम आदमी पार्टी (आप) के राष्ट्रीय संयोजक ने कहा, आज हिसार में जितने भी उम्मीदवार हैं, उसमें सबसे ईमानदार और शरीफ उम्मीदवार आम आदमी पार्टी के संजय सतरोड़िया हैं। हरियाणा में आप का जबरदस्त माहौल है। अगर मुझे जेल से जल्दी छोड़ दिया जाता तो यहां आम आदमी पार्टी की सरकार बनती। उन्होंने कहा, देश नहीं दुनिया के अंदर इतिहास है कि एक नई पार्टी बनी और एक साल के अंदर नई पार्टी ने सरकार बनाई। अगली बार तो दिल्ली वालों ने कमाल ही कर दिया। 70 में से 67 सीटें आईं। मुझे तो यकीन ही नहीं हुआ। बीजेपी को तीन और कांग्रेस को शून्य मिला, पांच साल में फिर हमने ऐसा काम करके दिखाया कि 70 में से 62 सीटें आईं, मैंने पूरी ईमानदारी से काम किया, मेरा भी बैंक अकाउंट खाली है, चाहता तो करोड़ों कमा लेता, सीबीआई, ईडी वालों ने सब चेक कर लिया। केजरीवाल ने कहा, आज दिल्ली में 24 घंटे बिजली रहती है, फ्री बिजली आती है। 77 फीसदी लोगों को



फ्री बिजली मिलती है। पंजाब के 83 फीसदी लोगों को फ्री बिजली मिलती है, कहते हैं केजरीवाल चोर है, हरियाणा में इतनी महंगी बिजली है, गुजरात में इतनी महंगी बिजली है, 22 राज्यों के अंदर इनकी सरकार है, इसमें से एक भी राज्य नहीं है जहां बिजली फ्री हो। मैं बनिया हूं तो उसी भाषा में बात करूंगा। 3000 करोड़ रुपये हम बिजली के लिए सब्सिडी देते हैं, अगर मेरे मन में चोर होता तो ये 3000 करोड़ रुपये मैं चोरी कर लेता, बिजली फ्री करने की क्या जरूरत थी, मैं इसके बदले 100-200 करोड़ रुपये अपनी जेब में डाल लेता, ये फ्री करने वाला चोर है या फिर बिजली कंपनियों से मिल जुलकर महंगी बिजली देने वाला चोर है।

कुमारी सैलजा व रणदीप सुरजेवाला को मुख्यमंत्री सैनी ने दी सलाह

सीएम नायब सिंह सैनी ने सवाल किया गया था कि रणदीप सिंह सुरजेवाला ने खुद को सीएम पद का दावेदार बताया है। इसपर उन्होंने कहा, ये उनकी पार्टी का अंतरिम मामला है, वहां परिवार से बाहर कुछ नहीं चलता। रणदीप सुरजेवाला को



भी सलाह है कि कहीं आपकी हालत भी कुमारी सैलजा की तरह हालत खराब न हो जाए, जैसे किरण चौधरी के साथ भी उन्होंने किया है, फिर अब सैलजा की बारी है और इसके बाद कहीं रणदीप सिंह सुरजेवाला की बारी न हो। सीएम सैनी ने कहा, इस बात का रणदीप सुरजेवाला ध्यान रखें। क्योंकि यहाँ (कांग्रेस) पर परिवारवाद को महत्व दिया जाता है।

हर आदमी में मुख्यमंत्री बनने की आकांक्षा होती है : सुरजेवाला

हरियाणा में विधानसभा चुनाव की वोटिंग से पहले कांग्रेस में मुख्यमंत्री पद के दावेदारों के नाम पर अटकलें जारी हैं। कुमारी सैलजा के बाद रणदीप सिंह सुरजेवाला ने सीएम पद के लिए दावेदारी पेश की है, उन्होंने कहा कि हर आदमी में मुख्यमंत्री बनने की आकांक्षा होती है, कुमारी सैलजा भी बड़ी नेता हैं। रणदीप सिंह सुरजेवाला ने आगे कहा था, हम 3 आदमी सीएम पद के उम्मीदवार हैं- सैलजा, भूपेंद्र सिंह हुड़ा और मैं खुद।



कोई ताकत नहीं जो किसानों के काले कानून वापस ला सके : दीपेंद्र

कंगना रनौत के बयान के बाद से कांग्रेस लगातार बीजेपी पर हमलावर है। इसी बीच हरियाणा कांग्रेस के नेता दीपेंद्र सिंह हुड़ा की भी प्रतिक्रिया आई। उन्होंने कहा, 750 किसानों ने अपनी शहदत देकर एमएसपी और मंडी प्रणाली को भाजपा की तानशाही सरकार से बचाया। कांग्रेस नेता ने आगे कहा, काले कृषि कानून वापस लाने के मसूचे रखने वाले तमाम बीजेपी सांसदों को हमारी चुनौती है कि हरियाणा में कांग्रेस की सरकार बनने के बाद देश में ऐसी कोई ताकत नहीं जो ये कानून वापस लाऊ कर सके। दीपेंद्र सिंह हुड़ा ने बोला, आप



भी लोकसभा में हैं, हम भी लोकसभा में हैं, हरियाणा में चुनाव पूरे होने के बाद जब शीतकालीन सत्र होगा तो आप तीन कानूनों को लेकर आना और हम जनता की भावनाएं लेकर आएं। काले कृषि कानून वापस लाने के मसूचे रखने वाले तमाम भाजपा सांसदों को हमारी चुनौती है कि हरियाणा में कांग्रेस की सरकार बनने के बाद देश में ऐसी कोई ताकत नहीं जो ये कानून वापस लाऊ कर सके।

विनेश फोगाट ने बीजेपी पर बोला हमला

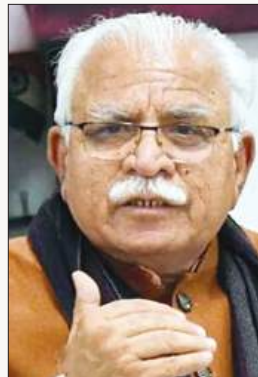


विनेश फोगाट ने कहा, कि 2024 ओलंपिक के बाद परिस्थितियों ने मुझे इयू निर्णय (चुनाव लड़ने) के लिए प्रेरित किया। लोगों ने मांग की कि मैं उनके लिए और उनके बच्चों के लिए अपने अंदर के योद्धा को जितना रखूँ। उन्होंने बताया कि उनका यह निर्णय हार्ड-प्रोफाइल पहलवानों के विरोध के बाद न्याय के लिए अथक लड़ाई से प्रेरित था, जो कठिनाइयों का सामना करने के बावजूद परिणाम देने में विफल रहें। बता दें कि विनेश फोगाट उन शीर्ष पहलवानों में से थीं, जो भारतीय कुश्ती महासंघ के पूर्व प्रमुख बृज भूषण सिंह पर कई महिला पहलवानों का यौन उत्पीड़न करने का आरोप लगाते हुए उनके खिलाफ विरोध प्रदर्शन करने के लिए सड़कों पर उतरे थे। विनेश फोगाट ने कहा, हमने सड़कों पर लड़ाई लड़ी, हमें क्या मिला? हमें दुर्व्यवहार और अपमान के अलावा कुछ नहीं मिला। मैं ओलंपिक में गई। क्या मुझे न्याय मिला? कुछ भी नहीं मिला। हमें कमी न्याय नहीं मिला। राजनीति में प्रवेश करना कोई विकल्प नहीं था, बल्कि एक आवश्यकता थी। विनेश फोगाट ने बीजेपी पर हमला करते हुए कहा कमी-कमी वे हम पर मुसलमान होने का आरोप लगाते हैं, कमी-कमी वे कहते हैं कि हम पाकिस्तान का समर्थन करते हैं, या हम खालिस्तानी हैं... लेकिन यह सब काम नहीं करेगा। भाजपा को स्वच्छ राजनीति में शामिल होने की जरूरत है। राजनीति के मैदान में आने वाली कठिनाई पर विनेश ने कहा कि शुरुआत में हर क्षेत्र में कठिनाई होती है, कुश्ती की शुरुआत में जिस तरह की कठिनाई थी, राजनीति भी इससे अलग नहीं है, लेकिन समय के साथ में सीखूंगी और खुद को ढाल लूंगी, इस समय मेरे लिए सबसे बड़ी चुनौती लोगों को जानना और उनकी जरूरतों को समझना है।

शंभू बॉर्डर बंद होना भी एक मुद्दा : मनोहर लाल

केंद्रीय मंत्री और हरियाणा के पूर्व मुख्यमंत्री मनोहर लाल खट्टर ने अंबाला शहर में पार्टी कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए कहा कि शंभू सीमा को बंद करना एक बड़ा मुद्दा है। खट्टर ने आरोप लगाया कि सीमा के दूसरी ओर किसान होने का दिखावा करने वाले व्यक्तियों का उद्देश्य व्यवस्था को बाधित करना और सरकार को अस्थिर करना है। अपने बयान में खट्टर ने कहा कि यह बड़ा मसला है। सीमा पर पंजाब का रास्ता बंद है। हमने इस रास्ते को खोलने की सारी योजना बना ली थी। लेकिन उस तरफ बैठे लोग किसान नहीं हैं। किसानों की आड़ में ये चंद लोग हैं जो व्यवस्था को बिगाड़ना चाहते हैं, सरकार को अस्थिर करना

चाहते हैं। आप भी जानिए ये कौन हैं। खट्टर ने आगे कहा कि आज हरियाणा के लोग खुश हैं कि उन्होंने ऐसे लोगों को यहां पैर नहीं रखने दिया। खट्टर ने कहा कि मामला फिलहाल अदालत में है और सुप्रीम कोर्ट द्वारा गठित एक समिति समाधान पर काम कर रही है। उन्होंने कहा कि हमें उम्मीद है कि मुद्दा जल्द ही सुलझ जाएगा। हालाँकि, पहले हुई अराजकता को देखते हुए, अदालत सीमा को फिर से खोलने से पहले कुछ शर्तें लगा



सकती हैं। वहीं, मनोहर लाल खट्टर ने विश्वास जताया कि भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) आगामी हरियाणा विधानसभा चुनाव में विजयी होगी और मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी के नेतृत्व में हरियाणा में सरकार बनाएगी। मीडिया से बात करते हुए, खट्टर ने कांग्रेस द्वारा किसी मजबूत विपक्ष या गठबंधन के प्रयासों की कमी का हवाला देते हुए इस बात पर जोर दिया कि भाजपा फिर से सरकार बनाने की राह पर है।

खट्टर ने कांग्रेस पार्टी की हार की भविष्यवाणी करते हुए उस पर तीखा कटाक्ष किया और राजनीतिक परिदृश्य में उसके अलग-थलग होने पर प्रकाश डाला। खट्टर ने कहा कि किसी भी पार्टी ने कांग्रेस के साथ गठबंधन के लिए हाथ नहीं बढ़ाया है, जो उनकी कमजोर स्थिति को दर्शाता है। उन्होंने आरक्षण और सिख समुदाय जैसे संवेदनशील मुद्दों पर बतुके और गैर-जिम्मेदार बयान देने के लिए कांग्रेस नेताओं की भी आलोचना की। खट्टर के बयान तब आए हैं जब भाजपा ने राज्य चुनावों से पहले अपने अभियान के प्रयासों को तेज कर दिया है, जिसमें सैनी हरियाणा में पार्टी के नेतृत्व के प्रमुख चेहरे के रूप में उभर रहे हैं।



Sanjay Sharma

editor.sanjaysharma

@Editor_Sanjay

जिद... सच की

योग निद्रा से दूर होगा मानसिक विकार!

विदेशी वैज्ञानिकों ने भारतीय योग विधा को मानसिक संतुलन के लिए लाभदायक बताया है। वैज्ञानिकों ने योग निद्रा को भी उपयोगी बताया है। ये सारी बातें एक शोध में सामने आई हैं। दरअसल, योग निद्रा सोने और जागने के बीच एक सचेतन अवस्था है। जिसका उपयोग योगी ध्यान साधना के लिये करते रहे हैं। योग निद्रा की मानसिक सेहत के लिये उपयोगिता निर्विवाद रही है। शोध के दौरान बनाये गए दो समूहों में से नियमित योग करने वाले समूह के लोगों के मस्तिष्क के पैटर्न के तुलनात्मक अध्ययन से पता चला कि योग निद्रा हमारे मस्तिष्क को कैसे नियंत्रित करती है। योगी बताते हैं कि कुछ मिनटों की योग निद्रा कई घंटों की सामान्य नींद के मुकाबले ज्यादा आराम देने वाली होती है। व्यक्ति धीरे-धीरे योग निद्रा की अवधि बढ़ाकर बेहतर परिणाम प्राप्त कर सकता है। वहीं यह हमारे ध्यान को गहरा बनाने में भी मददगार साबित हो सकती है। आज हर व्यक्ति एवं परिवार अपने दैनिक जीवन में अत्यधिक तनाव/दबाव एवं अनिद्रा महसूस कर रहा है। हर आदमी संदेह, अंतर्द्वंद्व और मानसिक उथल-पुथल की जिंदगी जी रहा है।

मनुष्य के सम्मुख जीवन का संकट खड़ा है। मानसिक संतुलन अस्त-व्यस्त हो रहा है। मानसिक संतुलन का अर्थ है विभिन्न परिस्थितियों में तालमेल स्थापित करना, जिसका सशक्त एवं प्रभावी माध्यम योग ही है। योग एक ऐसी तकनीक है, एक विज्ञान है जो हमारे शरीर, मन, विचार एवं आत्मा को स्वस्थ करती है। यह हमारे तनाव एवं कुंठा को दूर करती है। जब हम योग करते हैं, श्वासों पर ध्यान केंद्रित करते हैं, प्राणायाम और कसरत करते हैं तो यह सब हमारे शरीर और मन को भीतर से खुश और प्रफुल्लित रहने के लिये प्रेरित करती है। नये शोध से तथ्य सामने आया है कि नियमित योग व ध्यान करने वाले प्रतिभागियों की नींद को नियंत्रित करने की क्षमता सामान्य प्रतिभागियों से अधिक पायी गई। इस नये वैज्ञानिक शोध में ऐसे कई महत्वपूर्ण खुलासे हुए। निस्संदेह, जिन लोगों को कई तरह के मनोकायिक रोग होते हैं, उनके लिये योग निद्रा रामबाण सिद्ध हो सकती है। यही वजह है कि अमेरिका व आस्ट्रेलिया आदि देशों में व्यावसायिक तनाव कम करने हेतु योग निद्रा पर जोर दिया जाता है। शोधकर्ताओं ने माना कि योग निद्रा के जरिये गहरे अवचेतन मन में दबी कुंठाओं को मानसिक सतह पर लाकर, कालांतर उनसे मुक्ति में मदद मिलती है। जिससे व्यक्ति की सेहत में सुधार होता है। कनाडा के ऑटोरियो यूनिवर्सिटी में हुए एक अध्ययन के अनुसार कुंठा और तनाव के लगभग 64 प्रतिशत मरीजों ने माना कि उन्हें इस बात का अंदाज नहीं था कि उनकी खास बीमारी की वजह अंदर दबा गुस्सा हो सकता है। यह गुस्सा दूसरों की वजह से शुरू होता है और अंततः इसे आप अपने ऊपर निकालने लगते हैं। कुछ मामलों में मरीजों ने अपने आपको नुकसान भी पहुंचाया। बात सामने आयी है कि योग से आराम के गहरे अहसास होते हैं।

Sanjay

(इस लेख पर आप अपनी राय 9559286005 पर एसएमएस या info@4pm.co.in पर ई-मेल भी कर सकते हैं)

जम्मू-कश्मीर में मोदी दांव के निहितार्थ

ज्योति महेश्वर

श्रीनगर में आज वह शांति व्याप्त है, जो पिछले कई सालों में देखने को नहीं मिली थी। पार्क फुटबॉल खेलते बच्चों से भरे हुए हैं और अभिभावक आसपास बैठकर गपशप कर रहे हैं। लाल चौक काफी सुथरा है, एक विशाल होर्डिंग पर गर्भावस्था परीक्षण किट का विज्ञापन प्रदर्शित है। बंध रोड पर बने एक मॉल में 'स्टारबक्स' रेस्तरां भी खुल गया है, जिसकी निगहबानी सामने लगी चिनार के पेड़ों की ऊंची कतार करती प्रतीत होती है। ऑटो और उबर वाले (जो अभी शाम को पंथा चौक की सवारी नहीं चाहते) और दुकानदार कश्मीर घाटी में भारतीय पर्यटकों की वापसी से खुश हैं। स्कूल भरे हुए हैं और साल भर खुले रहते हैं - प्रेजेंटेशन कॉन्वेंट के बाहर एक इलेक्ट्रॉनिक बोर्ड पर सूक्ति लिखी है, जिसका भावार्थ है: 'एक अच्छे छात्र वही, जो ज्ञान के कुएं में डुबकी लगाकर घूंट भरे'। तथापि, एक गहरी सांस लें और झेलम नदी के तट पर खड़े होकर तनिक सोचें - क्या यह शांति तूफान से पहले की है? तब क्या होगा यदि लोगों को पता चले कि 1 अक्टूबर को विधानसभा चुनाव संपन्न होने के बाद, जम्मू-कश्मीर का निजाम भी 'दिल्ली के आधी-अधूरी शक्तियों वाले मॉडल' की तर्ज पर बना दिया गया? पिछले सप्ताह के शुरू में, एक चुनावी रैली में प्रधानमंत्री मोदी द्वारा किए वादे के बावजूद, पूर्ण राज्य का दर्जा लौटना इतना आसान नहीं है, कम-से-कम फिलहाल तो नहीं। वह स्थिति, जब पीएम मोदी के चुने व्यक्ति यानि उपराज्यपाल के पास भूमि और कानून-व्यवस्था जैसे शक्तिशाली विभागों का प्रभार रहेगा, जबकि बाकी का काम एक निर्वाचित मुख्यमंत्री चलाए। कहीं ऐसा तो नहीं कि यह शांति तूफान गुजरने के बाद की हो - क्या लोगों को अहसास हो चुका है कि अब पत्थरबाजी या विरोध प्रदर्शनों या उग्रवाद में शामिल होने का कोई औचित्य नहीं है? निश्चित रूप से, देश में किसी भी अन्य कौम से

ज्यादा- मणिपुरियों के अतिरिक्त- कश्मीरी इस बात से अच्छी तरह वाकिफ हैं कि एक गलत कदम केंद्र को सख्त कार्रवाई करने के लिए उकसाएगा। साल 2019 की अगस्त की एक सुबह श्रीनगर के एक उपनगर सौरा में लोगों के विरोध प्रदर्शन को डराने के लिए की गई भारी गोलीबारी की धुंधलाती यादें इसकी याद दिलाती हैं।

शायद, यह शांति तूफान के कारण है। यह स्पष्ट है कि प्रधानमंत्री मोदी ने फिर से पासा फेंका है और अपने ताश



के सबसे महत्वपूर्ण इक्कों को चल रहे हैं। मोदी जानते हैं कि दांव-विशेष रूप से अंतर्राष्ट्रीय पटल पर- बहुत बड़ा है। वर्तमान अमेरिका यात्रा के दौरान उनकी मुलाकात वैश्विक नेताओं से हो रही है, वे उनसे कश्मीर के बारे में भी बात करें, यह स्वाभाविक है। इसलिए मोदी को अन्य की अपेक्षा सबसे अधिक भान है कि मौजूदा चुनाव होने से तमाम फर्क पड़ेगा- या तो इससे उनकी विश्वसनीयता बढ़ेगी या उन पर शक और गहराएगा। वस्तु स्थिति यह है, जिस प्रकार हालिया लोकसभा चुनावों में उनका प्रभाव मद्धम पड़ा, उसके मद्देनजर, यदि हरियाणा और महाराष्ट्र में भी धक्का लगा तो उनकी स्थिति और कमजोर पड़ेगी। लेकिन कश्मीर का मामला अलग है। यह चुनाव केवल इसको लेकर नहीं है कि जीत किसकी होगी - हालांकि, यदि भाजपा किन्हीं पैरों से किसी तरह सरकार बनाने में कामयाब हो जाती है, तो यह उपलब्धि न केवल टोपी में नया फुंदना होगी बल्कि न थमने वाले उन्मादी प्रचार की वजह भी- जिसको पिछले पांच सालों

की 'कारगुजारी' पर आया जनता का फैसला ठहराया जाएगा। इस तथ्य के अलावा कि कुछ सार्वजनिक परियोजनाओं के ठेके पूर्वी उत्तर प्रदेश के ठेकेदारों को मिले हैं - जो कि लेफ्टिनेंट गवर्नर मनोज सिन्हा का गृह क्षेत्र है - हकीकत यह है कि गृह मंत्री अमित शाह और रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह के कुछ सबसे काबिल अधिकारियों और सैनिकों ने मिलकर बढ़िया परिणाम कर दिखाया है, जो आतंकवाद में आई कमी में स्पष्ट दिखाई देता है। इसीलिए

यह चुनाव अलग है। यह निश्चित रूप से आतंकवादियों की नई भर्ती में कमी आने के बारे में है - जिनकी संख्या अब कश्मीर घाटी में 75 तो इतनी ही जम्मू क्षेत्र में बताई जाती है - किंतु यकीनन यह गिनती केवल इतनी नहीं हो सकती। इन गर्मियों में, भारतीय सेना ने न केवल जवानों को खोया, बल्कि असामान्य संख्या में अधिकारियों को भी, जिन पर घात लगाकर हमला करने वालों में अधिकांशतः उच्च प्रशिक्षित एवं उकसाए गये आतंकवादी थे, जो अमेरिका निर्मित घातक एम-4 असॉल्ट राइफल जैसे घातक हथियारों से लैस थे - संभवतः अफगान युद्ध से चुराए गए - वे अंतर्राष्ट्रीय सीमा के नीचे से सुरंग खोदकर जम्मू में दाखिल हुए और भारतीय सैनिकों को अचानक आ घेरा। तथापि, भारतीय सेना को यह श्रेय है कि उसने नियंत्रण रखा - जहां पर पाकिस्तान के साथ युद्ध विराम समझौता कायम है - और साथ ही जम्मू क्षेत्र में फिर से खुद को संगठित किया है। लगता है कमोबेश अपनी बढ़त वापस पा ली है।

पुष्परजन

राष्ट्रपति अनुरा कुमारा दिसानायक के राजनीतिक लक्ष्य अभी पूरे नहीं हुए हैं। यह लक्ष्य संसदीय चुनाव के बाद पूरा होना संभव है। श्रीलंका में 2022 के आर्थिक संकट के बाद पहला राष्ट्रपति चुनाव संपन्न हुआ, जिसमें वामपंथी अनुरा कुमारा दिसानायक को बम्पर जीत मिली है। नेशनल पीपुल्स पावर, सिंहली में जिसे 'जातिका जन बलवेगय', बोलते हैं, की स्थापना 2019 में हुई थी। संसद में इस पार्टी की हालत उस मोर की तरह है, जो नाचते हुए जब अपने पांव की ओर देखता है, ठहर जाता है। संसद में केवल तीन सांसदों के बूते अनुरा कुमारा दिसानायक कुछ भी कर पाने की स्थिति में नहीं हैं। मंगलवार को नेशनल पीपुल्स पावर (एनपीपी) की सांसद डॉ. हरिनी अमरसूर्या ने श्रीलंका के नए प्रधानमंत्री के रूप में शपथ ली है। वह इस पद पर आसीन होने वाली 16वीं शिख्यत बन गईं।

डॉ. हरिनी अमरसूर्या न्याय, शिक्षा, श्रम, उद्योग, विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी, स्वास्थ्य और निवेश मंत्री के पोर्टफोलियो भी सम्भालेंगी। लेकिन यह सुनना थोड़ा अजीब लगेगा, कि प्रधानमंत्री के पद की शपथ लेने के चंद घंटों बाद श्रीलंका की संसद भंग कर दी जाएगी। अब संसदीय चुनाव दिसंबर में होंगे। हालांकि, श्रीलंका में राष्ट्रपति, राज्य और सरकार दोनों का मुखिया होता है, लेकिन कार्यकारी राष्ट्रपति प्रणाली के कारण, दिसानायक को सारी चीजों को सुचारु रूप से चलाने के लिए सांसदों के समर्थन की आवश्यकता होगी। श्रीलंका की 225 सदस्यीय मौजूदा संसद में अनुरा कुमारा दिसानायक की पार्टी के केवल तीन सांसद हैं। दक्षिणपंथी श्रीलंका पोदुजना पेरामुना के पास 225 सीटों

श्रीलंकाई संसदीय चुनावों से साफ होगी तस्वीर



में से 145 सीटों के साथ संसद में बहुमत रहा। मंगलवार रात संसद भंग करने के बाद एनपीपी संसदीय चुनाव के लिए अपना अभियान शुरू करने की योजना बनाएगी। यदि एनपीपी दिसंबर में संसदीय चुनाव जीत जाती है, तो जो सांसद अपने निर्वाचन क्षेत्र से सबसे अधिक वोट और निर्वाचित सांसदों के बीच सबसे अधिक समर्थन प्राप्त करता है, उसे नया प्रधानमंत्री नियुक्त किया जाएगा। ऐसा नए राष्ट्रपति से सम्बद्ध सूत्रों ने जानकारी कोलम्बो से दी है।

तीन सदस्य और इतने सारे विभाग। नौकरशाही को चलाना भी इतना आसान नहीं, जहां संसद में एनपीपी के केवल तीन सदस्य हों। वरिष्ठ सांसद विजिता हेराथ और नए शपथ लेने वाले सांसद लक्ष्मण निपुण अराची को कई विभागों के साथ मंत्री नियुक्त किया जा चुका है। निपुण अराची ने कल ही सांसद के रूप में शपथ ली। यह जगह कोलंबो निर्वाचन क्षेत्र में अनुरा कुमारा दिसानायक द्वारा रिक्त हुई थी। एनपीपी खेमे के सूत्रों ने कहा कि राष्ट्रपति अनुरा कुमारा दिसानायक संसद को भंग करने के बाद चुनाव की संभावित तिथि

तय करेंगे। इस तिथि के बाद चुनाव आयोग नामांकन के लिए 10 से 17 दिनों का समय देगा। श्रीलंका में चार मंत्रियों की एक अंतरिम कैबिनेट के बीच 15 विभागों का बंटवारा हो चुका है। राष्ट्रपति दिसानायक पर्यटन, रक्षा, वित्त, न्याय, उद्योग और निवेश संवर्धन विभागों को अपने पास रखेंगे, जबकि प्रधानमंत्री विदेश मामलों, शिक्षा और मास मीडिया के अलावा बाकी विभागों को दो अन्य साथियों के सुपुर्द करेंगे। नेशनल पीपुल्स पावर (एनपीपी) के एक वरिष्ठ सूत्र ने कहा कि दो महीने तक शासन सुचारु रूप से चलाने की चुनौती रहेगी, लेकिन हमारे नेता ऐसे समय को भी ढंग से मैनेज कर लेंगे।

सबसे बड़ा सवाल है कि क्या श्रीलंका का निर्वाचन आयोग स्वतंत्र और दबावमुक्त है? श्रीलंका का मीडिया गाहे-बगाहे टीएन शोषण को याद करता है। वहां के दैनिक अखबार डेली मिरर ने आज अपने सम्पादकीय में लिखा, 'भारत के पूर्व मुख्य चुनाव आयुक्त टीएन शोषण के कार्यकाल के दौरान राजनेताओं को चुनाव कानूनों और दिशा-निर्देशों का उल्लंघन करने का डर

था। एक मामले में, मध्य प्रदेश के एक निर्वाचन क्षेत्र में मतदान स्थगित कर दिया गया था, जहां एक कार्यरत राज्यपाल अपने बेटे के लिए प्रचार कर रहे थे, जिसके परिणामस्वरूप अंततः राज्यपाल को इस्तीफा देना पड़ा। मैंने 'राजनेताओं को नाशते में खा लिया', शोषण प्रसिद्ध टिप्पणी थी।' श्रीलंका मेन स्ट्रीम मीडिया को अब भी लगता है कि भारत का निर्वाचन आयोग बिना किसी दबाव के काम करता है। उसकी वजह कोलम्बो में निर्वाचन आयुक्त का प्रेशर में बने रहना भी है। ताजा उदाहरण अभी का ही है, जब चुनाव आयोग के निर्देशों की अनदेखी करते हुए चुनाव अभियान के दौरान एस्टेट कर्मचारियों के वेतन में वृद्धि की गई थी। मतदाताओं को रिश्वत देने और सत्ता का दुरुपयोग जैसी बीमारी चालीस साल पुरानी है। श्रीलंका में राष्ट्रपति चुनाव ऐसे होते हैं, जिसमें मौजूदा राष्ट्रपति व्यक्तिगत रूप से चुनाव लड़ सकते हैं, या पद पर रहते हुए अपनी पार्टी के किसी सदस्य को चुनाव में खड़ा कर सकते हैं, जो समानता के सिद्धांत के खिलाफ है। प्रांतीय परिषद और स्थानीय सरकार के चुनावों का समय व्यावहारिक रूप से कार्यपालिका द्वारा निर्धारित किया जाता है।

वर्ष 1982 से अब तक देश में हुए नौ राष्ट्रपति चुनावों में से कोई भी चुनाव समान अवसर वाले माहौल में नहीं हुआ है, क्योंकि उम्मीदवारों में से एक या उसकी पार्टी के नेता को पहले से ही मौजूदा राष्ट्रपति के रूप में पुलिस, सशस्त्र बलों, सभी मंत्रालयों और विभागों सहित पूरे राज्य तंत्र को ऐसे चुनावों के दौरान जुटाने का अधिकार दिया गया था। पूर्व राष्ट्रपति डीबी विजेशुंगा को छोड़कर, अन्य सभी राष्ट्रपतियों ने लगातार चुनावों में अपनी पार्टी के प्रतिद्वंद्वियों के खिलाफ अपनी कार्यकारी शक्तियों का इस्तेमाल किया।

मन्नार, केरल

चाय के बागान और हरियाली देखने के लिए केरल के मुन्नार हिल स्टेशन पर जा सकते हैं। यहां चाय के बागान, एराविकुलम नेशनल पार्क और अटकल जलप्रपात घूमने की जगह है। कोच्चि से सड़क मार्ग या रेल मार्ग के जरिए यहां पहुंच सकते हैं।

घूमने के लिए इन जगहों का बनाएं प्लान

बरसात का मौसम खत्म होने के साथ-साथ देवी मां का आगमन होने वाला है। मतलब नौरात्र शुरू होने वाले है। इस बीच अगर आपको आफिस से छुट्टी मिल जाय तो आपको घूमने के लिए 3 दिन का प्लान बनाना चाहिए। क्योंकि तीन से चार दिन की छुट्टियों में घूमने के लिए कई विकल्प मिल जाएंगे। हालांकि अब मानसून समाप्त हो रहा है तो सफर पर जाने से पहले ऐसी जगहों का चयन करें, जहां बरसात के बाद जाया जा सकता है। साथ ही बजट में भी घूम सकते हैं। वैसे अगर महाराष्ट्र जा रहे हैं तो महाबलेश्वर जरूर जाएं, इसके अलावा केरल का मन्नार भी घूमने के लिए अच्छी जगह है। वहीं मेघालय का शिलांग की ट्रिप भी काफी बेहतर साबित हो सकता है। इसके अलावा कर्नाटक का कुर्ग और तमिलनाडु का कोडाइकनाल भी घूमना जरूर जाएं।

कुर्ग, कर्नाटक

कर्नाटक का कुर्ग शहर बेहद सुंदर है। यहां एबी वॉटर फॉल, राजा की सीट, कुर्ग कॉफी प्लांटेशन की सैर पर जा सकते हैं। मेसूर या बेंगलुरु से बस के जरिए कुर्ग पहुंच सकते हैं। कोडईकनाल झील शहर का एक केंद्रीय आकर्षण है। पर्यटक हरी-भरी हरियाली और पहाड़ियों से घिरी शांत झील पर नाव की सवारी का आनंद ले सकते हैं। झील इत्मीनान से टहलने के लिए भी एक बेहतरीन जगह है।

महाबलेश्वर महाराष्ट्र

महाराष्ट्र के महाबलेश्वर में आप लिंगमाला वॉटरफॉल, वेत्रा लेक, महाबलेश्वर मंदिर घूमने जा सकते हैं। पुणे से बस या टैक्सी द्वारा घूमने जा सकते हैं। यहां आप सुंदर वादियां, दूर-दूर तक फैले हुए पहाड़, नदियां, झरने और कई किले देख सकते हैं। मानसून और गर्मियों के मौसम में काफी तादाद में टूरिस्ट महाबलेश्वर की सुंदरता का लुक्त उठाने के लिए जाते हैं। यहां चारों तरफ फैली हरियाली और शांत वातावरण पर्यटकों को काफी लुभाता है। इसलिए आप भी अगर उत्तराखंड एवं हिमाचल के हिल स्टेशनों को देख चुके हैं, तो एक बार हिल स्टेशनों का राजा महाबलेश्वर भी जरूर जाइए।

शिलांग, मेघालय

मेघालय के शिलांग की ट्रिप पर जाना अद्भुत अनुभव करा सकता है। यहां एलिफेंट वाटरफॉल, उमियम झील या शिलांग पीक की सैर कर सकते हैं। गुवाहाटी से शिलांग आसानी से पहुंचा जा सकता है। झीलों के शहर शिलांग को मेघालय के फेमस हिल स्टेशन्स में गिना जाता है। जहां मेघालय खूबसूरत प्राकृतिक जगहों के लिए मशहूर है। तो वहीं नेचर और एडवेंचर लवर्स के लिए शिलांग का सफर बेस्ट हो सकता है।

कोडाइकनाल तमिलनाडु

मदुरै से बस या टैक्सी के जरिए कोडाइकनाल पहुंच सकते हैं। यहां कोडाइकनाल झील, कोकर केल्स और ब्रायंट पार्क घूमने जा सकते हैं। यह खूबसूरत सीतारानुमा झील पर्यटकों के आकर्षण का केंद्र है। यह तकरीबन 24 हेक्टेयर में फैली हुई है। यहां आप बोटिंग का भरपूर आनंद उठाने के साथ साथ घुड़सवारी का भी लुप्त उठा सकते हैं।

हंसना मजा है

पति - मुन्ना कब से रो रहा है। इसे लोरी सुना कर सुला क्यों नहीं देती? पत्नी - लोरी सुनाती हूँ तो पड़ोसी कहते हैं कि भाभी जी इससे अच्छा तो मुन्ने को ही रोने दो।

कुछ बदमाश लड़कों ने कॉलेज के नोटिस बोर्ड पर लिख दिया 50 प्रतिशत लड़कियां बेवकूफ होती हैं, लड़कियों ने ये देखा तो उन्हें बहुत बुरा लगा, उन्होंने कॉलेज में हंगामा खड़ा कर दिया। कॉलेज प्रबंधन ने तुरंत उस नोटिस को निकलवाया और उसकी जगह नया नोटिस लगवाया। 50 प्रतिशत लड़कियां बेवकूफ नहीं होती हैं तब जाकर लड़कियों का गुस्सा शांत हुआ।

बाप: तुम मेरी बेटी को कबसे प्यार करते हो? लड़का: 7 महीनों से। बाप: लेकिन मैं यकीन कैसे करूँ? लड़का: और 2 महीने रुक जाओ। पता चल जाएगा।

लड़की-कृपया मुझे सीट दे दो? लड़का-क्यों दे दूँ? लड़की-अरे लड़की खड़ी है, सीट भी नहीं दे सकते क्या? लड़का-आप मुझसे शादी कर लो? लड़की-किस खुशी में कर लूँ? लड़का-लड़का कुंवारा घूम रहा है, शादी भी नहीं कर सकती क्या?

कहानी | हर समस्या का कोई हल होता है

एक राजा की सेवा से प्रसन्न होकर साधु ने एक ताबीज दिया और कहा की राजन इसे अपने गले में डाल लो और जिनगी में कभी ऐसी परिस्थिति आये की जब तुम्हें लगे की बस अब तो सब खतम होने वाला है, परेशानी के भंवर में अपने को फंसा पाओ, तब तुम इस ताबीज को खोल कर इसमें रखे कागज को पढ़ना, उससे पहले नहीं! एक बार राजा अपने सैनिकों के साथ शिकार करने घने जंगल में गया। एक शेर का पीछा करते राजा अपने सैनिकों से अलग हो गया और दुश्मन राजा की सीमा में प्रवेश कर गया, तभी राजा के दुश्मन सैनिक पीछे लग गये। बहुत दूर तक भागने पर भी राजा उन सैनिकों से पीछा नहीं छोड़ा पाया। भूख घ्यास से बेहाल राजा को एक गुफा दिखाई, उसने तुरंत स्वयं और घोड़े को उस गुफा में छुपा लिया दुश्मन के घोड़ों के पैरों की आवाज धीरे धीरे पास आने लगी। दुश्मनों से घिरे हुए अकेले राजा को अपना अंत नजर आने लगा, उसे लगा की बस कुछ ही क्षणों में दुश्मन उसे पकड़ कर मौत के घाट उतार देंगे। तभी उसका हाथ अपने ताबीज पर गया और उसे साधु की बात याद आ गई। उसने तुरंत ताबीज को खोल कर कागज को बाहर निकाला और पढ़ा। उस परी पर लिखा था यह भी कट जाएगा, राजा को अचानक ही जैसे घोर अन्धकार में एक ज्योति की किरण दिखाई, डूबते को जैसे कोई सहारा मिला। उसे अचानक अपनी आत्मा में एक अकथनीय शान्ति का अनुभव हुआ। उसे लगा की सवमुच यह भयावह समय भी कट ही जाएगा, फिर मे वर्यो चिंतित होऊँ और हुआ भी यही, दुश्मन के घोड़ों के पैरों की आवाज पास आते आते दूर जाने लगी, कुछ समय बाद वहां शांति छा गई। राजा रात में गुफा से निकला और किसी तरह अपने राज्य में वापस आ गया।

शिक्षा- यह सिर्फ किसी राजा की कहानी नहीं है यह हम सब की कहानी है। हम सभी परिस्थिति, काम, तनाव के दवाव में इतने जकड़ जाते हैं की हमें कुछ सूझता नहीं है, हमारा डर हम पर हावी होने लगता है, कोई रास्ता, समाधान दूर दूर तक नजर नहीं आता, लगने लगता है की बस, अब सब खतम, है ना? जब ऐसा हो तो 2 मिनट शांति से बैठिये, थोड़ी गहरी गहरी सांसे लीजिये। अपने आराध्य को याद कीजिये और स्वयं से जोर से कहिये यह भी कट जाएगा। फिर एकदम से जादू सा महसूस होगा, और आप उस परिस्थिति से उबरने की शक्ति अपने अन्दर महसूस करेंगे।

7 अंतर खोजें



जानिए कैसा

लेखक प्रसिद्ध ज्योतिषविद हैं। सभी प्रकार की समस्याओं के समाधान के लिए कॉल करें-9837081951



पंडित संदीप आत्रेय शास्त्री

मेघ 	व्यवसाय ठीक चलेगा। थकान रहेगी। पिता का स्वास्थ्य संतोष देगा। अहंकार के भाव मन में न आने दें। व्यापार में नई योजनाओं से लाभ होगा। कानूनी अड़चन दूर होगी।	तुला 	प्रसन्नता में वृद्धि होगी। कामकाज की जिज्ञासा बढ़ेगी। राजनीतिक एवं सामाजिक कार्यों में सफलता की संभावना है। व्यापार में मनोनुकूल लाभ होने के योग है।
वृषभ 	आय में वृद्धि होगी। जल्दबाजी न करें। नौकरी में ऐच्छिक स्थानांतरण एवं पदोन्नति के योग हैं। स्वाध्याय के महत्व को समझें। संतान को अपने कार्यों में सफलता मिल सकेगी।	वृश्चिक 	दांपत्य जीवन में मनमुटाव हो सकता है। पारिवारिक समस्याएं सूझबूझ से निपटाएं। कार्य में सहयोग मिलेगा। सामाजिक मान-प्रतिष्ठा बढ़ेगी। फालतू खर्च होगा।
मिथुन 	आज अच्छा धनागम होगा। भूमि व भवन संबंधी योजना बनेगी। रोजगार मिलेगा। कार्य एवं व्यवसाय के क्षेत्र में लाभ रहेगा। घरेलू विभिन्न बाधाओं से मन अशांत रहेगा।	धनु 	कार्यप्रणाली में सुधार होगा। व्यापारिक गोपनीयता भंग न करें। आपसी विचार-विमर्श लाभप्रद रहेगा। पुराना रोग उभर सकता है। बेचेनी रहेगी।
कर्क 	लाभ के अवसर हाथ से निकलेंगे। शत्रु से सतर्क रहें। काम के प्रति लापरवाही न करें, किसी बात पर मतभेद की संभावना है। शारीरिक कष्ट से बाधा संभव है।	मकर 	व्यवसाय ठीक चलेगा। मान-सम्मान बढ़ेगा। नए अनुबंध हो सकते हैं। कार्यसिद्धि होगी। प्रसन्नता रहेगी। पारिवारिक तनाव से मन परेशान रहेगा। प्रमाद न करें।
सिंह 	आज मान-सम्मान मिलेगा। व्यवसाय ठीक चलेगा। सुख के साधन जुटेंगे। शत्रु परास्त होंगे। सुखवृद्धि एवं पारिवारिक उन्नति होगी। प्रयास सफल रहेंगे।	कुम्भ 	आज धनार्जन होगा। प्रसन्नता रहेगी। यश, प्रतिष्ठा में वृद्धि के योग है। मनोरंजन के अवसर उपलब्ध होंगे। अनसोचे कामों में हाथ नहीं डालें। धर्म-कर्म में रुचि रहेगी।
कन्या 	शुभ समाचार प्राप्त होंगे। मान बढ़ेगा। धनार्जन होगा। थकान रहेगी। रचनात्मक कार्य में मन लगेगा। अपना व्यवहार संयमित रखकर काम करें।	मीन 	आज कार्यस्थल पर अपनी स्थिति, योग्यता के अनुरूप कार्य करें। आय में कमी होगी। व्यापार में लाभ होने के योग है। धार्मिक कामों में रुचि बढ़ेगी। झंझटों में न पड़ें।

बॉलीवुड

मन की बात

निकाह से पहले भावुक होकर खूब रोए अदनान



बिग बॉस ओटीटी 3 फेम यूट्यूबर अदनान शोख ने शादी रचा ली है। उन्होंने अपनी गर्लफ्रेंड आयशा के साथ निकाह किया है। कल सोमवार को उनकी संगीत सेरेमनी की तस्वीरें खूब वायरल हुईं। अब यूट्यूबर शादी के बाद दुल्हनिया घर ले आए हैं। अदनान ने खुद अपनी शादी का एक वीडियो शेर किया है। इसमें उनकी बारात से लेकर विदाई तक, शादी की सभी रस्मों की झलकियां हैं। यूट्यूबर अपनी शादी से पहले काफी भावुक हो गए और अपने माता-पिता के गले लगकर खूब रोए। अदनान शोख की शादी में बिग बॉस ओटीटी 3 के कई प्रतिभागी भी नजर आए। बिग बॉस ओटीटी 3 की विजेता सना मकबूल भी शादी का हिस्सा बनीं। इसके अलावा शिवानी कुमारी और विशाल पांडे भी बारात में खूब डांस करते नजर आए। अदनान ने अपनी गर्लफ्रेंड आयशा से निकाह किया है। उन्होंने करीबी रिश्तेदारों और परिवार के सदस्यों की मौजूदगी में निकाह किया है। शादी की रस्मों के दौरान अदनान शोख ने व्हाइट और गोल्डन कलर की शेरवानी पहनी। वहीं, उनकी दुल्हन आयशा भी मैचिंग वेडिंग ड्रेस में नजर आईं। आयशा ने शादी की रस्मों के दौरान व्हाइट और गोल्डन शरारा पहना। इसके साथ उन्होंने लाल रंग की चुनरी ओढ़कर अपना लुक कंप्लीट किया। वहीं, संगीत की रस्मों के दौरान वे लाल रंग के लहंगे में नजर आईं। शादी की पूरी रस्मों और निकाह के बाद तक भी अदनान ने अपनी दुल्हन का चेहरा फेंस को नहीं दिखाया है। आयशा शादी के दौरान मारक पहने नजर आईं। शादी की रस्मों के दौरान अदनान काफी भावुक नजर आए। माता-पिता से गले लगते हुए उनकी आंखें छलक आईं। अदनान शोख निकाह के बाद दुल्हनियां को विदा कराकर घर ले आए हैं। अदनान शोख मशहूर यूट्यूबर और सोशल मीडिया इन्फ्लुएंसर हैं। अदनान शोख काफी शाही जिंदगी जीते हैं। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक उनकी नेटवर्थ काफी ज्यादा है जो करीब 7 करोड़ रुपये है।

नेहा कक्कड़ से तलाक की खबरों पर पति रोहनप्रीत सिंह ने तोड़ी चुप्पी, कहा- बात उसी की होती है जिसमें बात होती है

नेहा कक्कड़ और रोहनप्रीत सिंह ने साल 2020 में आनंद कराज सेरेमनी में शादी की थी। दोनों दिल्ली के एक गुरुद्वारे में शादी के बंधन में बंधे। कपल की शादी को चार साल होने वाले हैं और पिछले दिनों ऐसी अफवाहें सामने आईं कि वे तलाक लेने जा रहे हैं। रोहनप्रीत ने अब आखिरकार इन अफवाहों पर खुलकर बात की है और इसका असल सच बताया है। नेहा कक्कड़ संग तलाक की खबरों पर रोहनप्रीत सिंह ने रिप्लेट किया। उन्होंने कहा- रुमसं तो रुमसं ही हैं, वो सच थोड़ी हैं, वो तो बस बनाई गई बातें हैं। कल कोई कुछ



कहेगा, परसो कोई कुछ बोलेगा, तो उसे आपको अपने पर्सनल रिश्ते पर असर नहीं होने देना चाहिए। रोहनप्रीत सिंह ने आगे कहा- मुझे लगता है कि ऐसी बातें आपको एक कान से सुनकर दूसरे कान से निकाल देनी चाहिए। या तो आप सुनो ही मत। आप सोचो ही मत कि कोई ऐसी चीज बोल भी रहा है।

ये लोगों का काम है, उनको करने दो अगर उन्हें मजा आ रहा है ये करके।

बॉलीवुड

मसाला

90 के दशक की सबसे खूबसूरत और प्रतिभाशाली कलाकारों में से एक उर्मिला मातोंडकर अपने निजी जिंदगी की वजह से सुर्खियों में आ गई हैं। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक उन्होंने अपनी आठ साल की शादी को खत्म करने का फैसला कर लिया है। रिपोर्ट्स में सूत्र के हवाले से बताया गया है कि वह अपने पति मोहसिन अख्तर मीर से तलाक लेने जा रही हैं। इसके लिए वह तलाक की अर्जी भी दाखिल कर चुकी हैं। रिपोर्ट्स में मुंबई कोर्ट के एक सूत्र के हवाले से कहा गया है कि अभिनेत्री ने कोर्ट में करीब चार महीने पहले तलाक की अर्जी दायर की थी। एक अन्य रिपोर्ट में यह तक दावा किया गया है कि पति-पत्नी के रास्ते आपसी

पति से अलग होंगी मातोंडकर

शर्तों पर अलग नहीं हो रहे हैं। सूत्र के दावे के मुताबिक उर्मिला ने मोहसिन के साथ अपनी शादी को खत्म करने का निर्णय लिया है। उन्होंने पहले ही अदालत में तलाक के लिए अर्जी दायर कर दी है। हालांकि, दोनों किस वजह से अलग हो रहे हैं, इस बात की जानकारी अब तक सामने नहीं आ सकी है, लेकिन कहा जा रहा है कि यह तलाक आपसी सहमति से नहीं हो रहा है। गौरतलब है कि



मोहसिन ने आठ साल पहले बेहद सादगी के साथ अचानक शादी कर लोगों को चौंका दिया था। इस शादी में केवल करीबी दोस्त और परिवार के लोग ही शामिल हुए थे। उनकी मुलाकात डिजाइनर मनीष मल्होत्रा के जरिए हुई थी और दोनों ने 4 फरवरी, 2016 को शादी कर ली। दोनों की उम्र में 10 साल का अंतर है। इसके बावजूद इस जोड़े ने साझा मूल्यों और रुचियों के माध्यम से एक अपने रिश्ते को मजबूत बनाए रखा। अब उनकी तलाक की खबरों ने बहुत से लोगों को हैरान कर दिया है। वर्क फ्रंट की बात करें तो उर्मिला पिछले काफी समय से बड़ पर्टे से दूर हैं। साल 2014 में वह एक मराठी फिल्म अजुबा में नजर आई थीं।

मोहसिन अख्तर मीर से शादी के आठ साल बाद उर्मिला ने तलाक के लिए दी अर्जी

अजब-गजब

जब भूतों से हुआ इन पांच क्रिकेटर्स का सामना!

डर से हालत हो गई थी खराब

भूतों और आत्माओं को लेकर लोगों में अलग-अलग मत हैं। कई लोगों का मानना है कि भूत होते हैं। कई लोगों ने उनके साथ हुई पैरानॉर्मल एक्टिविटी का जिक्र सोशल मीडिया पर भी किया है। वहीं कई लोग भूतों में नहीं मानते। बता दें कि कई क्रिकेटर्स भी हैं, जिनके साथ इस तरह की रहस्यमयी घटनाएं हो चुकी हैं। इनमें से कुछ भारतीय क्रिकेटर्स के भी नाम शामिल हैं। जानते हैं वो कौन से क्रिकेटर्स हैं, जिनका भूतों से सामना हो चुका है। **सौरव गांगुली**: सौरव गांगुली वर्ष 2002 में इंग्लैंड दौरे पर गए थे। वहां होटल में उनके साथ कुछ ऐसा हुआ कि वो घबरा गए थे। रिपोर्ट्स के अनुसार, गांगुली जिस होटल में रुके हुए थे वहां उन्हें कुछ ऐसी गतिविधियां दिखाई दीं, जो भूतों की दुनिया से जुड़ी हुई थी। मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, सौरव गांगुली को अचानक बाथरूम से पानी गिरने की आवाज सुनाई दी और जब वे बाथरूम गए तो न तो नल से पानी निकल रहा था और न ही कोई आवाज। इसके बाद सौरव गांगुली वापस आए और सो गए। फिर से नल से पानी टपकने की वही आवाज आने लगी। गांगुली इतने डरे हुए थे कि वह अपना कमरा छोड़कर अपने साथी के कमरे में चले गए। **स्टुअर्ट ब्रॉड**: इंग्लैंड के तेज गेंदबाज स्टुअर्ट ब्रॉड के साथ भी वर्ष 2014 में ऑस्ट्रेलिया दौरे पर कुछ ऐसा ही हुआ था। रिपोर्ट्स के अनुसार, स्टुअर्ट ब्रॉड होटल में रुके हुए थे, वहां उन्हें ऐसा लगा कि उनके कमरे में कोई चल रहा है। उन्हें कदमों की आवाज सुनाई दे रही थी। जब उन्होंने लाइट जलाई तो कमरे में कोई नहीं था। ब्रॉड का कहना था कि उस तक उनके कमरे में कोई और जरूर था। उसके पैरों की आवाज सुनाई दे



रही थी। इसके साथ ही उन्हें एहसास हुआ कि कोई उन्हें छू रहा है, जिसके कारण टीम को बाद में होटल छोड़ना पड़ा। **हैरिस सोहेल**: हैरिस सोहेल पाकिस्तान क्रिकेट टीम के एक प्रसिद्ध खिलाड़ी थे। ऐसा कहा जाता है कि जब सोहेल पाकिस्तान क्रिकेट टीम के साथ न्यूजीलैंड के दौरे पर थे तो एक रात उन्होंने अचानक अपने साथियों को फोन किया और कहा कि कोई अदृश्य शक्ति उनके बिस्तर को हिला रही थी और वह बहुत डर गए थे। सोहेल बेहद डरे हुए कमरे में बैठे थे तभी उनके साथी उनके कमरे में गए। इस घटना से पाकिस्तान क्रिकेट टीम घबरा गई और वे होटल से बाहर चले गए। **शेन वॉटसन**: शेन वॉटसन के साथ भी इंग्लैंड में ऐसी ही अजीब घटना घटी थी। घटना के बाद वॉटसन काफी घबरा गए थे। वॉटसन के मुताबिक, उनके कमरे में कोई था जो उन्हें डरा रहा था। वॉटसन का यह भी दावा था कि उन्होंने

अपने कमरे में किसी की परछाईं देखी। इस घटना से वॉटसन काफी घबरा गए थे। **महेन्द्र सिंह धोनी**: टीम इंडिया के पूर्व कप्तान महेन्द्र सिंह धोनी के साथ भी ऐसी रहस्यमयी घटना घटी थी। साल 2014 में टीम इंडिया इंग्लैंड दौरे पर गई थी। इस दौरे पर महेन्द्र सिंह धोनी ने एक भूत देखा था। यह भूत उन्हें इंग्लैंड के होटल में नजर आया था, जिसे देखकर धोनी काफी डर गए थे। धोनी बाकी प्लेयर्स के साथ लंदन के लैंगहम होटल में ठहरे थे। धोनी जब कमरे में आराम कर रहे थे तो उनके रूम का दरवाजा अचानक अपने आप खुल गया। उन्होंने दरवाजा बंद किया और सो गए। लेकिन दरवाजा फिर से अपने आप खुल गया। खबरों के अनुसार, धोनी को एक परछाईं भी दिखाई दी, जिसे देखकर वह घबरा गए। ये देखकर धोनी काफी डर गए और कमरे से निकल गए। इसके बाद उन्होंने अपना कमरा बदलवा लिया।

पिछले 600 साल से रहस्य बना है ये किला, जिसे बनाने में लग गए थे 400 साल

हमारे देश में प्राचीन काल के तमाम किले और इमारतें मौजूद हैं। इनमें से कई इमारतों को उनके रहस्यों की वजह से जाना जाता है। हम आपको आज जिस किले के बारे में बताने जा रहे हैं वह भी तमाम रहस्यों से भरा हुआ है। ये किला है गोलकोंडा का किला। यह तेलंगाना की राजधानी हैदराबाद में स्थित है। इसे हैदराबाद के प्रमुख पर्यटन स्थल के रूप में भी जाना जाता है। यह देश की सबसे बड़ी मानव निर्मित झीलों में से एक हुसैन सागर झील से लगभग नौ किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। यह किला क्षेत्र के सबसे संरक्षित स्मारकों में से एक है। कहा जाता है कि इस किले का निर्माण कार्य 1600 के दशक में पूरा हुआ था, लेकिन इसे बनाने की शुरुआत 13वीं शताब्दी में काकतिया राजवंश ने की थी। इस किले को अपनी वास्तुकला, पौराणिक कथाओं, इतिहास और रहस्यों के लिए आज भी जाना जाता है। इस किले के निर्माण से एक रोचक इतिहास जुड़ा हुआ है। कहा जाता है कि एक दिन एक चरवाहे लड़के को पहाड़ी पर एक मूर्ति मिली। जब उस मूर्ति की सूचना तत्कालीन शासक काकतिया राजा को मिली तो उन्होंने उसे पवित्र स्थान मानकर उसके चारों ओर मिट्टी का एक किला बना दिया। जिसे आज गोलकोंडा किला के नाम से जाना जाता है। ये किला 400 फीट ऊंची पहाड़ी पर बना है। इस किले में आठ दरवाजे और 87 गढ़ हैं। इस किले के मुख्य दरवाजे का नाम फतेह दरवाजा है। जो 13 फीट चौड़ा और 25 फीट लंबा है। इस दरवाजे को स्टील स्पाइक्स के साथ बनाया गया है जो इसे हाथियों के हमले से सुरक्षित रखते थे। इस किले की शानदार भव्यता का अंदाजा आप यहां का दरबार हॉल देख कर ही लगा सकते हैं, जो हैदराबाद और सिकंदराबाद के दोनों शहरों को घ्यान में रखते हुए पहाड़ी की चोटी पर बनाया गया है। यहां पहुंचने के लिए एक हजार सीढ़ियां चढ़नी पड़ती हैं। इस किले को इस तरह से बनाया गया है कि जब कोई किले के तल पर ताली बजाता है तो उसकी आवाज बाला हिस्सा गेट से गुंजते हुए पूरे किले में सुनाई देती है। इस जगह को तालिया मंडप या आधुनिक ध्वनि अलार्म भी कहा जाता है। ऐसा माना जाता है कि किले में एक रहस्यमय सुरंग भी है, जो किले के सबसे निचले भाग से होकर किले के बाहर निकलती है। इस सुरंग को आपातकालीन स्थिति में शाही परिवार के लोगों को सुरक्षित बाहर पहुंचाने के लिए इस्तेमाल किया जाता था।



आरएसएस चूहों की तरह झारखंड को नष्ट कर रही : हेमंत सोरेन

सीएम ने संघ पर लगाया समुदायों के बीच नफरत बढ़ाने का आरोप

» कोयला बकाये पर पीएम मोदी को लिखी चिट्ठी

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

रांची। झारखंड के मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने आरएसएस की तुलना चूहों से की। उन्होंने भाजपा-आरएसएस पर आरोप लगाया कि वे चुनाव राज्य में चुनावी लाभ के लिए सांप्रदायिक सन्दाव को कमजोर करने की कोशिश कर रहे हैं। साहिबगंज के भोगनाडीह में एक रैली में सोरेन ने असम के मुख्यमंत्री हिमंत बिस्व सरमा की ओर इशारा करते हुए कहा, भाजपा हिंदू और मुस्लिम समुदायों के बीच फूट डालने का काम कर रही है। उन्होंने कहा, आरएसएस चूहों की तरह राज्य में प्रवेश कर रही है और इसे नष्ट कर रही है।

जब आप लोग देखें कि ये लोग हांडिया और दारू के साथ आपके गांवों में प्रवेश कर रहे हैं, तो ऐसे तत्वों को बाहर खदेड़ें। वे चुनाव के लिए सांप्रदायिक अशांति और तनाव पैदा कर रहे हैं। सोरेन ने आगे आरोप लगाया कि भाजपा समुदायों के बीच नफरत बढ़ाने पर आमादा है। उन्होंने कहा कि भविष्य में मंदिरों और मस्जिदों में मांस फेंकने जैसे भड़काऊ मामलों में वृद्धि

होगी। उन्होंने भाजपा को व्यापारियों और उद्योगपतियों की पार्टी करार देते हुए कहा कि यह अपने एजेंडे के लिए राजनेताओं की खरीद में लगी हुई है। इसके लिए उन्होंने पूर्व मुख्यमंत्री चंपई सोरेन का जिक्र किया, जो हाल ही में यह कहते हुए भाजपा में शामिल हुए कि उन्हें झामुमो में सम्मान नहीं मिला और अपमानित किया गया। झारखंड के मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को पत्र लिखा। इसमें उन्होंने कहा कि खनन बकाए पर सुप्रीम कोर्ट के आदेश के बावजूद कोयला कंपनियों ने 1.36 लाख करोड़ रुपये का बकाया नहीं चुकाया है। इस वजह से राज्य

और उसके लोगों को काफी नुकसान हो रहा है। उन्होंने भारतीय रिजर्व बैंक के भंडार से कोल इंडिया के खाते से झारखंड राज्य को सीधे राशि हस्तांतरित करने की मांग की। इसके लिए उन्होंने झारखंड राज्य विद्युत बोर्ड द्वारा डीवीसी को देय राशि के मामले का जिक्र

असम में झारखंडी जनजातियां हाशिए पर

झारखंड के मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने असम के मुख्यमंत्री हिमंत बिस्वा शर्मा को पत्र लिखा है। उन्होंने दावा किया कि पूर्वांचल राज्य की अर्थव्यवस्था में महत्वपूर्ण योगदान के बावजूद झारखंड की चाय बागान समुदाय की जनजातियां हाशिए पर हैं। पत्र में सोरेन ने असम में 70 लाख चाय बागान-जनजाति समुदाय के सदस्यों की दुर्दशा पर गहरी पीता व्यक्त की। बता दें कि असम के

मुख्यमंत्री झारखंड में भाजपा के सह चुनाव प्रभारी हैं। उन्होंने हाल ही में अलग-अलग मुद्दों पर झामुमो को कटघरे में खड़ा करने के अलावा राज्य सरकार पर तीखे हमले बोले हैं। सोरेन ने कहा कि असम के चाय बागानों में संथाली, कुचुक, मुंडा, उराँव और अन्य जनजातियों के लोग काम करते हैं। इनके पूर्वज औपनिवेशिक शासन के दौरान चाय बागान में काम करने के लिए

पलायन कर गए थे। उन्होंने इन जनजातियों को अनुसूचित जनजाति का दर्जा दिए जाने की मांग करते हुए कहा कि असम की अर्थव्यवस्था और संस्कृति में इनका योगदान महत्वपूर्ण है। इसके बावजूद, उन्हें हाशिए पर रखा जा रहा है। इन्हें अनुसूचित जनजातियों को मिलने वाले लाभ और सुरक्षा से भी वंचित रखा जा रहा है। इस पर तत्काल ध्यान दिए जाने की जरूरत है।



किया। हेमंत सोरेन ने प्रधानमंत्री मोदी को लिखे पत्र में कहा, कानून में प्रावधान और न्यायिक फैसलों के बावजूद कोयला कंपनियों कोई भुगतान नहीं कर रही हैं। ये सवाल आपके कार्यालय, वित्त मंत्रालय और नीति आयोग समेत कई मंचों पर उठाए गए हैं। इन सब के बावजूद अभी तक इस बकाया राशि 1.36 लाख करोड़ रुपये का भुगतान नहीं किया गया है।

हेमंत सरकार ने वापस लिए सभी सुरक्षा वाहन : चंपई सोरेन

झारखंड के पूर्व मुख्यमंत्री चंपई सोरेन ने आरोप लगाया कि राज्य की हेमंत सोरेन सरकार ने उनके सभी सुरक्षा वाहनों को वापस लेकर उनकी जान को खतरे में डाल दिया है। उन्होंने इस कदम को एक राजनीतिक साजिश करार दिया। चंपई सोरेन ने पिछले महीने ही भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) का दामन धामा था। हालांकि, राज्य की पुलिस ने इन आरोपों को खारिज किया और कहा कि पांच वाहन अभी भी पूर्व मुख्यमंत्री की सुरक्षा में लगे हुए हैं और 63 पुलिस कर्मी सेवा दे रहे हैं। चंपई सोरेन ने यह भी कस कि उन्होंने अपने मूल्यां से कभी समझौता नहीं किया है। उन्होंने कस कि आगामी विधानसभा चुनावों में झारखंड नृत्ति मोर्चा (झामुमो) की अगुवाई वाले गठबंधन को जनता करार जवाब देगी।

सद्विध परिस्थितियों में मिला युवक का पेड़ से लटकता हुआ शव

» मृतक युवक एक दिन पहले से करीब बारह बजे से था गायब

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

सुल्तानपुर। जिले के दोस्तपुर थाना क्षेत्र के धरमपुर गांव के पास एक घने बाग की झाड़ियों में बुधवार की देर शाम पेड़ में फंसे लटकता एक युवक का शव बरामद हुआ। शव की पहचान 22 वर्षीय शिवम उर्फ राजा घुरिया निवासी धरमपुर रमेश कुमार धुरिया के रूप में हुई। मृतक युवक एक दिन पूर्व दिन में करीब बारह बजे से गायब था, वह घर से यह कह कर निकला था कि अभी थोड़ी देर में वापस आ रहा हूँ।

पुलिस ने मौके पर पहुंच शव को कब्जे में लेकर मृतक के परिजनों के साथ पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। घटना के संबंध में थाना प्रभारी पंडित त्रिपाठी ने बताया कि स्वजनों के अनुसार शिवम घुरिया गत



24 सितंबर से ही घर से लापता था। घर नहीं आने पर स्वजनों ने दूसरे दिन आसपास के गांव में उसकी खोजबीन की, लेकिन कहीं भी उसका पता नहीं चला। इसी बीच बाग में स्थित झाड़ियों में बकरी के लिए पत्ते काट रही कुछ महिला चरवाहों ने शिवम का शव एक पेड़ में फंसे लटकता हुआ देखा तो हल्ला गुहार किया। जिसके बाद ग्रामीणों इकट्ठा हो गये।

एक्सप्रेस वे जाम करना ग्रामीणों को पड़ा भारी

» उपद्रव के बाद एक्शन में आयी पुलिस, अब तक नौ आरोपियों को हिरासत में लिया

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

सुल्तानपुर। दोस्तपुर थाना अंतर्गत कामतागंज बाजार में बस से एक स्कूली छात्र की मौत के बाद ग्रामीणों ने पूर्वांचल एक्सप्रेस वे जाम कर दिया था। उसके बाद पथराव भी हुआ, जिसमें काफी लोग चोटिल हुए और दर्जनों गाड़ियां तोड़ी गयीं। जाम किये जाने के बाद हुए पथराव से अफरातफरी की स्थिति बनी रही।

मरीज ले जा रही एम्बुलेंस जाम में फंसी रही। वहीं आजमागढ़ के अतरौलिया ब्लॉक प्रमुख चंद्रशेखर यादव के काफिले पे पथराव हुआ, पथराव में ब्लॉक प्रमुख की गाड़ी भी तोड़ दी गयी। प्रमुख के साथी राम सागर यादव ने पथराव करने वालों के खिलाफ तहरीर दी। पथराव से बचने के



लिए वाहन चालक इधर उधर भागते नजर आये। फिलहाल इस तरीके से एक्सप्रेसवे जाम किये जाने की घटना से पुलिस सतर्कता पे भी सवाल खड़े किये थे। घटना के बाद मामले में पुलिस ने बड़ी कार्यवाही की है। उपद्रवियों को मौके पर बनाये गये वीडियो के आधार पर चिन्हित करके 63 नामजद एवं 60-70 अज्ञात के विरुद्ध जाम लगाना,

मारपीट करना, पत्थरबाजी करना, सरकारी काम में बाधा उत्पन्न करना, सरकारी संपत्ति की क्षति करना, जान से मारने की धमकी देना आदि गंभीर धाराओं में मुकदमा पंजीकृत किया गया। आरोपियों की गिरफ्तारी के लिए दबिश दी जा रही है, पुलिस के मुताबिक अब तक 9 आरोपियों को हिरासत में लिया जा चुका है।

सिद्धार्थ ने 84 साल बाद डेविस कप में रचा इतिहास

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

लखनऊ। गौस मोहम्मद के बाद यूपी के वाराणसी के रहने वाले चौथी वरीयता प्राप्त सिद्धार्थ विश्वकर्मा (29) ने स्वीडन के खिलाफ 14-15 सितंबर को होने वाले प्रतिष्ठित डेविस कप विश्व ग्रुप मुक़ाबले में जगह बनाकर इतिहास रचा। सिद्धार्थ यूपी से डेविस कप में खेलने वाले ऐसे खिलाड़ी हैं जो 84 साल बाद यह उपलब्धि पा सका। कभी दिमागी बुखार से पीड़ित रहे सिद्धार्थ ने मुश्किल दिनों में टेनिस खेला शुरू किया। काफी संघर्ष के बाद गोवा में राष्ट्रीय खेलों में यूपी के लिए सोना भी दिलवाया। उन खेलों में भाग लेते हुए भारतीय डेविस कप में शामिल होना एक एक सपने का साकार होने जैसे है। उनकी इस उपलब्धि पर गोल्फ क्लब में उनका अभिनंदन किया गया। 590 की अंतरराष्ट्रीय रैंक रखने वाले सिद्धार्थ ने



गौस मोहम्मद के बाद यूपी की ओर से टेनिस टीम में हुए शामिल

इथियोपिया में 20-26 मई तक आईटीएफ 25,000 टूर्नामेंट खेला था और दूसरे स्थान पर रहे थे। वह पिछले साल नवंबर में गोवा में 37वें राष्ट्रीय खेलों में स्वर्ण पदक जीतने वाले उत्तर प्रदेश के पहले खिलाड़ी भी थे। सिद्धार्थ ने कहा मुझे अभी भी विश्वास नहीं हो रहा है कि मुझे भारतीय डेविस कप टीम में चुना गया है। यह मेरे जीवन का सबसे अनमोल क्षण है। डेविस कप खेलना

और देश का प्रतिनिधित्व करना एक अलग एहसास है। एक समय था जब मेरी दुनिया टुकड़ों में बिखर गई थी। चोटों और कोरोना वायरस महामारी ने मुझसे सब कुछ छीन लिया, जिससे मैं पूरी तरह निराश हो गया। 2018 में, मेरी भारत रैंक 8 थी, और सफलता मेरी पहुंच में लग रही थी, लेकिन कंधे और घुटने की चोटों की एक श्रृंखला ने मेरे सपनों को चकनाचूर कर दिया।

फिटनेस के लिए खेलना शुरू किया था : सिद्धार्थ

उन्होंने बताया कि दिमागी बुखार से उबरने के बाद मुझे डॉक्टर ने मुझे खेलने को कहा। मैंने अपने चाचा को टेनिस खेलते देखा था मैं इसी से जुड़ गया। मैंने जीवित रहने के लिए अनिच्छा से कोचिंग की और रुख किया। अच्छा टेनिस खेलने के लिए मैं लखनऊ आ गया फिर वहां से दिल्ली उसके बाद फिटनेस के साथ-साथ मेरा खेल निखरता गया और आज मैं अपने सपने को पूरा कर पाया।

एसडीएस टेनिस फैकल्टी ने किया अभिनंदन

सिद्धार्थ का अभिनंदन लामार्तीनियर कॉलेज के एसडीएस टेनिस फैकल्टी ने किया। मुख्य अतिथि जस्टिस ए आर मसूदी रहे। उन्होंने कहा कि उनके किसी मित्र ने जानकारी दी कि सिद्धार्थ जो यूपी का लड़का है उसने डेविस कप में कमाल किया है। वही यूपीटीए अध्यक्ष नवनीत सहगल ने सिद्धार्थ के चयन पर खुशी जताई और कहा कि यह सिद्धार्थ के लिए एक महत्वपूर्ण धण है। इसका प्रदेश में टेनिस पर भी काफी प्रभाव पड़ेगा।

Aishshpra Jewellery Boutique
22/3 Gokhle Marg, Near Red Hill School, Lucknow. Tel: 0522-4045553. Mob: 9335232065.

फिर प्रशासन की लापरवाही: लाटूश रोड की एक बिल्डिंग में भीषण आग

» फायर ब्रिगेड की कई टीमों आग बुझाने में जुटीं, लोगों को तीसरी मंजिल से निकाला गया सुरक्षित

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क
लखनऊ। लखनऊ में एकबार फिर प्रशासन की लापरवाही नजर आई। लाटूश रोड पर एक बिल्डिंग में भीषण आग लग गई। गनीमत ये रही की किसी की जान नहीं गई। गौरतलब हो कि ये सड़क अमीनाबाद थाना क्षेत्र में आता है जो शहर का व्यस्त इलाका है। आग की

सूचना पर फायर ब्रिगेड की कई टीमों आग बुझाने में जुटीं हुई हैं। काफी मशकत के बाद आग पर काबू पाया जा सकमा। बिल्डिंग के तीसरे फ्लोर पर लगी आग लगी। बिल्डिंग में मौजूद सभी लोगों को बाहर निकाल लिया गया है। इलेक्ट्रॉनिक सामानों का गोदाम बताया जा रहा है, आग बुझाने में दमकल कर्मियों को काफी मशकत करनी पड़ी। तीसरे माले पर बने इलेक्ट्रॉनिक के गोदाम में लगी है। आग में कूलर, पंखा और भी कई इलेक्ट्रॉनिक उपकरण जल गए।

इलेक्ट्रॉनिक सामानों के गोदाम में हुआ हादसा



फोटो-4 पीएम

फडणवीस के रिवाँल्वर थामे पोस्टर पर मचा बवाल

» ओवैसी ने भी किया शिंदे सरकार पर वार

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क
नई दिल्ली। महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस को बंदूक थामे हुए दिखाए जाने वाले पोस्टर मुंबई में कई जगहों पर लगाए गए हैं। इसको लेकर बवाल मच गया है। दरअसल, बदलापुर यौन उत्पीड़न मामले के आरोपी को पुलिस के साथ मुठभेड़ में मार गिराए जाने के बाद ये पोस्टर लगाए गए हैं। होर्डिंग्स में लिखा है बदला पूरा और फडणवीस को बंदूक थामे दिखाया गया है। इन होर्डिंग्स पर किसी संगठन का नाम नहीं है। अब इस पोस्टर को लेकर बवाल मच गया है। उद्धव ठाकरे के नेतृत्व वाली शिवसेना यूबीटी ने इसको लेकर सवाल उठाए हैं। बदलापुर एनकाउंटर के बाद मुंबई में कई जगह होर्डिंग्स लगाए जाने पर यूबीटी नेता आनंद दुबे ने कहा कि मुंबई में कई जगहों पर होर्डिंग्स लगे हैं जिसमें देवेंद्र फडणवीस जो महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री



सरकार को बदला लेना है तो कोर्ट बंद करे : ओवैसी

बदलापुर एनकाउंटर पर ओवैसी ने कहा, ऐसे पोस्टर लगाना कि बदला पूरा हुआ, मतलब सरकार इस बात को मान रही है कि कोर्ट से बदला नहीं लिया गया। यदि न्याय कोर्ट देती तो वो जस्टिस होता, ये बदला हुआ। सरकार को ही बदला लेना है तो कोर्ट बंद कर दो, हरियाणा बीजेपी हारेगी, जम्मू करणीर भी हारने की कगार पर है। उन्होंने कहा, तिरुपति के लड्डू में बीफ फैट मिलना, यह गलत है। किसी के धर्म के साथ खिलवाड़ नहीं किया जाना चाहिए। और गृह मंत्री हैं उनके हाथों में पिस्टल हैं और बड़े-बड़े अक्षरों में लिखा है, बदला पूरा। उन्होंने कहा कि अगर ये होर्डिंग्स उन्होंने (देवेंद्र फडणवीस) स्वयं लगाए हैं तो बताएं और यदि किसी और ने लगाए हैं तो भी स्पष्ट करें। अगर यह आपकी जगह किसी और ने लगाए हैं तो उस पर कार्रवाई क्यों नहीं हो रही है? होर्डिंग्स क्यों नहीं निकाले जा रहे हैं? अगर आपने ये होर्डिंग्स लगाए हैं तो क्या आप हाई कोर्ट से भी बड़े हो गए? तथ्य तो सामने आने ही होंगे। इसकी जांच चल रही है। सब सामने आएगा लेकिन यह श्रेय लेने की कौन सी राजनीति है?

उद्धव गुट ने उठाए सवाल, कहा- आप हाईकोर्ट से भी बड़े हो गए

शिंदे-फडणवीस के बीच श्रेय लेने की होड़ : राउत

शिवसेना (यूबीटी) नेता संजय राउत ने प्रतिक्रिया दी। उन्होंने इस एनकाउंटर को गलत बताया। शिवसेना (यूबीटी) नेता ने कहा कि दुष्कर्मी को सख्त सजा मिलनी चाहिए। उन्होंने इस एनकाउंटर को राजनीतिक फायदे से जोड़ते हुए महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे और उप मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस पर निशाना साधा। शिवसेना (यूबीटी) नेता ने कहा कि इस एनकाउंटर का श्रेय लेने के लिए एकनाथ शिंदे और देवेंद्र फडणवीस के बीच मुकाबला चल रहा है। शिवसेना (यूबीटी) नेता संजय राउत ने कहा, दुष्कर्मी को सख्त सजा मिलनी चाहिए। अगर एनकाउंटर राजनीतिक फायदे के लिए किया गया है तो यह गलत है। इस मुकाबले से साफ पता चलता है कि राज्य में राजनीति किस तरह से ले रही है। देवेंद्र फडणवीस के कार्यकाल में पिछले साल 100 महिलाओं के साथ दुष्कर्मी और हत्याएं हुईं। उनमें से कितने लोगों का एनकाउंटर किया।



दिल्ली में काम रोकने के लिए हुई मेरी गिरफ्तारी : केजरीवाल

» आप संयोजक का दावा भाजपा नेता ने कही यह बात

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क
नई दिल्ली। आप संयोजक अरविंद केजरीवाल ने कहा कि अभी कुछ दिनों पहले मैं भाजपा के एक नेता से मिला और मैंने उनसे पूछा कि मुझे गिरफ्तार करके क्या फायदा हुआ? उन्होंने बताया कि इससे दिल्ली सरकार डीरेल तो हो ही गई। केंद्र द्वारा मुझे गिरफ्तार करने का मकसद ही दिल्ली की जनता के कामों को रोकना था लेकिन दिल्लीवालों को मैं कहना चाहता हूँ कि अब मैं बाहर आ गया हूँ और जनता के सभी रुके हुए काम तेजी से पूरे कराए जाएंगे। दरअसल, दिल्ली में कामों को लेकर पूर्व केजरीवाल एक्शन मोड में हैं। केजरीवाल ने मुख्यमंत्री आतिशी के साथ सड़कों का जायजा लिया। वे दिल्ली में युद्ध स्तर पर काम करने की तैयारी में हैं। दिल्ली की सीएम आतिशी, आप के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल और पूर्व उपमुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया सड़क की स्थिति का निरीक्षण करने के लिए दिल्ली विश्वविद्यालय के उत्तरी परिसर पहुंचे।



विदाई से पहले मानसून का पूरे देश में कहर

» मुंबई से लेकर उत्तर प्रदेश तक भारी बारिश का असर

» हिमाचल के पांवटा में बादल फटा, एक की मौत

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क
नई दिल्ली। विदाई से ठीक पहले मानसून ने पूरे देश में कहर बरपाया। यूपी व महाराष्ट्र के कई जिलों में तेज बारिश हुई जिससे जनजीवन अस्त-व्यस्त हो गया। मुंबई में भारी वर्षा से सब कुछ थम गया है। वहीं यूपी के लखीमपुर, बहराइच व बुंदेलखंड में बाढ़ की वजह से लोग बेघर हो गए हैं। हिमाचल प्रदेश में फिर कहर बरपाया है। सिरमौर के पांवटा साहिब क्षेत्र में अंबोया खाला में बादल फटने से रंगी राम पुत्र कंशु की मौत हो गई है। इसके अतिरिक्त बड़ी मात्रा में आए मलबे से पांच दुकानें, दो छोटे पुल, एक शेड व दो घराट क्षतिग्रस्त हो गए हैं। चहारदीवारी और एक कार भी क्षतिग्रस्त हुई है।

नए अवर अभियंताओं ने चलाया सफाई अभियान, स्वच्छता के प्रति किया जागरूक

» स्वच्छता और सामुदायिक सेवा को बढ़ावा देने का किया आह्वान

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क
लखनऊ। लोक सेवा आयोग के माध्यम से चयनित नए अवर अभियंताओं ने हजरतगंज की जनपद मार्केट में एक सफाई अभियान में भाग लिया, जिसका उद्देश्य स्वच्छता और सामुदायिक सेवा को बढ़ावा देना था। इस आयोजन में निदेशालय से कई वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित रहे, जिनमें सविता शुक्ला, सीमा सिंह, रिचा कालरा और नगर निगम से अम्बी बिष्ट शामिल थीं। साथ ही, सैकड़ों कर्मचारी भी इस अभियान में शामिल हुए। इस अभियान के माध्यम से



न केवल सार्वजनिक स्थलों की स्वच्छता में सुधार हुआ, बल्कि यह नागरिकों को स्वच्छता के प्रति जागरूक करने का भी एक प्रयास था। उत्तर प्रदेश नगर निगम महिला अधिकारी एवं कर्मचारी वेलफेयर एसोसिएशन की अध्यक्ष अम्बी बिष्ट, महामंत्री अंदलीब जेहरा व उपाध्यक्ष कल्पना तिवारी के साथ-साथ सैकड़ों महिला कर्मचारियों ने भी इस अभियान में सक्रिय रूप से भाग लिया। यह आयोजन नागरिकों को स्वच्छता के महत्व के बारे में जागरूक करने और सामुदायिक सेवा की भावना को बढ़ावा देने के लिए एक महत्वपूर्ण कदम है।

आधुनिक तकनीक और आपकी सोच से भी बड़े आश्चर्यजनक उपकरण

चाहे टीवी खराब हो या कैमरे, गाड़ी में जीपीएस की जरूरत हो या बच्चों की और घर की सुरक्षा।

सिक्वोर डॉट टेक्नो हब प्रा0लि0
संपर्क 9682222020, 9670790790