

जैसे पके हुए फलों को गिरने के सिवा कोई भय नहीं वैसे ही पैदा हुए मनुष्य को मृत्यु के सिवा कोई भय नहीं. – वाल्मीकि

उत्कास

संपादकीय

हास्य के नाम पर अपमान क्यों?

हास्य मानव जीवन का एक सहज हिस्सा रहा है, लेकिन क्या इसके नाम पर किसी को किसी व्यक्ति, समूह या पहचान का मजाक उड़ाने और इस तरह उन्हें चोट पहुंचाने की छूट मिल जाती है? किसी भी सभ्य समाज में लोगों के भीतर इतनी समझ और संवेदना होती है कि वे मनोरंजन और हंसने-हंसाने के नाम पर किसी को भावनात्मक चोट पहुंचाने, उसे कमतर महसूस कराने या अपमानित करने का समर्थन क्यों नहीं कर सकते। सर्वोच्च न्यायालय ने सोमवार को एक याचिका पर सुनवाई करते हुए टीवी के एक मशहूर कार्यक्रम के मुख्य भागीदार सहित सोशल मीडिया पर खासा असर रखने वाले पांच अन्य लोगों को भी तलब किया। आरोप है कि उन्होंने अपने कार्यक्रम में 'स्पानिड मस्कुरल अटोफी' यानी एसएमए नामक दुर्लभ बीमारी से पीड़ित लोगों का मजाक उड़ाया।

अदालत ने ऐसे लोगों का उपहास करने वाली जानी-मानी हस्तियों को 'नुकसानदेह' और 'मनोबल को चोट पहुंचाने वाला' करार दिया और कहा कि सुधार के लिए कुछ गंभीर कदम और दंडात्मक कार्रवाई की जरूरत है, ताकि ऐसी चीजें फिर न हों। दरअसल, हाल के दिनों में हास्य कार्यक्रमों में जिस तरह के शब्दों, हावभाव का प्रदर्शन किया जाने लगा है, उसमें हंसने-हंसाने से ज्यादा कई बार आपत्तिजनक बातें कही जाती हैं। अभिव्यक्ति की आजादी के नाम पर छूट लेने वाले कुछ लोग अक्सर ऐसे मौकों को कुंठा और अश्लीलता परोसने का जरिया भी बना लेते हैं। सवाल है कि अभिव्यक्ति की सीमा क्या हो, जो वास्तव में अधिकार की गरिमा को स्थापित करे और स्वस्थ विचार या हास्य को प्रसारित करने का जरिया बने। लोकतांत्रिक चेतना वाला हास्य कलाकार अधिकारों की बात करता है, वह किसी का मजाक नहीं उड़ाता। अगर लोगों को हंसने के लिए किसी दिव्यांग या अन्य वंचित तबके का मजाक उड़ाने की जरूरत पड़ती है या उसमें कुछ असहज नहीं लगता, तो निश्चित रूप से यह अभिव्यक्ति के अधिकार का बेजबा इस्तेमाल है। ऐसी हरकतें कुछ लोगों का मनोरंजन भले करती होंगी, लेकिन उसमें समाज के किसी खास हिस्से का मजाक उड़ाने और उसे भावनात्मक चोट पहुंचाने की जो प्रवृत्ति देखी जा रही है, उसे किसी भी सभ्य समाज में स्वीकार नहीं किया जा सकता।

पाकिस्तान की सेना पर भी कसना होगा शिकंजा

पाकिस्तान में गरीबी और कट्टरपंथ की पैठ को देखते हुए वहां प्रशिक्षित आतंकियों का कभी अकाल नहीं पड़ने वाला। इसलिए हमें अपने देश को आहत करने वाले आतंकियों को निपटाने रहने के साथ ही उन्हें पोषित करने वाली पाकिस्तानी सेना को भी अपनी कार्रवाई के दायरे में लाना होगा। जब दूसरे देशों को आघात पहुंचाने वालों को खुद मानवीय क्षति उठानी पड़ेगी तो यह उनके युद्धोन्माद से निपटने में एक कारगर निवारक साबित होगा।

ऐसे अभियान निःसंदेह अत्यंत दुष्कर होते हैं और उनसे एक व्यापक युद्ध छिड़ने का जोखिम भी बना रहता है। इसके बावजूद समय की मांग है कि एक प्रभावी एवं अपेक्षित कार्रवाई की जाए। दशकों से हम जनसंहार के अपराधियों के

प्रत्यर्पण के निरर्थक प्रयासों में लगे हैं। उपयुक्त यही होगा कि आतंक के इन आकाओं को उन्हें शरण देने वाले देशों में ही प्रत्यक्ष अथवा प्रोक्ष रूप से निशाना बनाएं। कई परिस्थितियों में धारणा भी विशेष महत्व रखती है। ऐसे में यह महत्वपूर्ण है कि इस लड़ाई में हम न केवल जीतें, बल्कि जीतते हुए दिखें भी। निःसंदेह हमारा प्रतिक्षा तंत्र और सशक्त होना चाहिए। भले ही अभी पूरा ध्यान जवाबी हमले पर है, किंतु इसी दौरान हमें उन आंतरिक कमियों का भी विश्लेषण करना होगा, जो इस हमले से उजागर हुई हैं। हमें अपनी सीमाओं को अभेद्य बनाने, बाह्य-आंतरिक खुरफिया ढांचे को सुधारने के साथ ही आतंकियों को मिलने वाले किसी भी समर्थन पर भी अंकुश लगाना होगा। दशकों से हम पाकिस्तान की



वास्तविकता उजागर करने में लगे हैं। हमारे कूटनीतिक प्रयास सफल भी हुए हैं। जैसे पारंपरिक रूप से पाकिस्तान के सहयोगी रहे सऊदी अरब और संयुक्त अरब अमीरात सरीखे देशों ने भी पहलगाम हमले की तत्काल निंदा की। अमेरिका और रूस जैसी महाशक्तियों ने न केवल हमले की भर्त्सना की, बल्कि भारत से सात्वना जताते हुए दरसंभव समर्थन का आश्वासन भी दिया।

फिर भी केवल इतना पर्याप्त

नहीं है। हमारे प्रयास ऐसे हों कि पाकिस्तान को न केवल कूटनीतिक स्तर पर अकेला किया जाए, बल्कि उसे आर्थिक रूप से भी चोट पहुंचाई जाए। क्या हम अपनी अर्थव्यवस्था और बाजार के आकार का लाभ पाकिस्तान को हानि पहुंचाने के लिए उठा सकते हैं?

यह किसी से छिपा नहीं कि पाकिस्तान के संरक्षक देश कौन हैं। किनकी मेहरबानी से उसे वित्तीय खेरात मिलती रही है और कौन उसे सैन्य उपकरण उपलब्ध कराते हैं? पहला नाम अमेरिका का आता है। इस समय मोलभाव में लगे अमेरिकी राष्ट्रपति के साथ हमें व्यापार से जुड़े करार में भले ही कुछ समझौते करने

पड़ें और उनसे खरीदारी बढ़ानी पड़े। हमारा आग्रह यही होना चाहिए कि इन सबके एवज में अमेरिका पाकिस्तान को वित्तीय मदद रोकने के साथ ही उससे सैन्य सहयोग बंद करे। सीधी सी बात है कि हम आपके बोइंग विमान तभी खरीदेंगे, जब आप हमारे दुश्मन को अपने एफ-16 बेचना बंद करेंगे।

चीन भी पाकिस्तान का एक सदबहार मददगार है। भारत के साथ उसका 100 अरब डॉलर से अधिक का व्यापार अधिषेध है। अमेरिका के साथ टैरिफ वार के चलते अपने उत्पाद खपाने के लिए उसे नए बाजार की दरकार होगी। ऐसे में भारत चीन के साथ व्यापार बढ़ा सकता है, पर शर्त यही होनी चाहिए कि वह पाकिस्तान के साथ दूरी बनाए। चूंकि खाड़ी के देश भारत के साथ व्यापारिक रिश्तों को विस्तार

देने के पक्षधर हैं, इसलिए लगता नहीं कि उन्हें हमारे बर्बाद और नाकाम पड़ोसी में कोई दिलचस्पी होगी।

संभव है कि ऐसे प्रयासों की कुछ आर्थिक कीमत हमें भी चुकानी पड़े, लेकिन वह हमारी क्षमता के दायरे से बाहर नहीं होगी। जब हम दुनिया की तीसरी सबसे बड़ी आर्थिकी बनने की राह पर हैं तो यह बोझ वहन कर ही सकते हैं। हमें विस्मृत नहीं करना चाहिए कि गरिमा और सुरक्षा की कोई कीमत नहीं होती। इस लड़ाई में न हम हिचक दिखा सकते हैं और न ही नरमी। इन समर्पित प्रयासों की स्वाभाविक परिणति पाकिस्तान का विखंडन ही दिखती है। आंतरिक दरारों और नरत्तीय संघर्ष से जूझ रहा अस्थिर देश लंबे समय तक एकजुट नहीं रह सकता।

हादसों से सबक क्यों नहीं लेता समाज?

जाति जनगणना कराने की घोषणा के बाद अन्य अनेक मांगों के साथ आरक्षण की सीमा बढ़ाने की जरूरत जताए जाने के बीच सुप्रीम कोर्ट की यह टिप्पणी ध्यान देने योग्य है कि आरक्षण व्यवस्था रेल के डिब्बे जैसी हो गई है। जो लोग रेल के डिब्बे में बैठ जाते हैं, वे नहीं चाहते कि उसमें अन्य लोग प्रवेश करें।

हालांकि सुप्रीम कोर्ट ने यह टिप्पणी महाराष्ट्र निकाय चुनाव में अन्य पिछड़ा वर्ग यानी ओबीसी के आरक्षण से जुड़े मामले की सुनवाई करते हुए की, लेकिन उसने ऐसा कहकर आरक्षण की मौजूदा व्यवस्था की विसंगतियों को तो रेखांकित कर ही दिया। जैसे यह सही है कि आरक्षण सामाजिक, आर्थिक एवं शैक्षणिक रूप से पिछड़ गए वर्गों के उत्थान का एक उपाय है, वैसे ही यह भी कि उसकी व्यवस्था खामियों से ग्रस्त है। इसके चलते आरक्षित वर्गों की अपेक्षाकृत कुछ समर्थ जातियां आरक्षण का अधिकतम लाभ उठाने में समर्थ हैं। यह स्थिति एससी-एसटी आरक्षण में भी देखने को मिलती है और ओबीसी आरक्षण में भी। इसका एक कारण यह भी है कि सामाजिक न्याय की बातें करने वाले राजनीतिक दलों के नेता जब सत्ता में आए तो उन्होंने अपनी जाति वालों पर विशेष कृपापूर्वक रखी।

आरक्षण की व्यवस्था ऐसी होनी



चाहिए, जिससे आरक्षित वर्गों की जो भी जातियां सामाजिक, आर्थिक एवं शैक्षणिक रूप से सबसे पीछे रह गई हैं, उन्हें उसका लाभ सबसे अधिक भी मिले और पहले भी। दावे चाहे जो किए जाएं, अभी ऐसा नहीं है और इसका प्रमाण यह है कि ओबीसी समुदाय की कई जातियां प्रायः खुद को एससी या एसटी घोषित करने की मांग करती रहती हैं। उन्हें लगता है कि ओबीसी वर्ग में रहते हुए उन्हें आरक्षण का लाभ लेना कठिन है। आरक्षण व्यवस्था कैसे रेल के डिब्बे सरीखी हो गई है, इसका संकेत तब मिला था, जब सुप्रीम कोर्ट ने एससी-एसटी आरक्षण में उपवर्गीकरण को उचित ठहराया था। इस फैसले का विरोध उन नेताओं ने सबसे अधिक किया था, जो स्वयं को सामाजिक न्याय का सिपाही कहते नहीं थके।

वे आरक्षण में उपवर्गीकरण का

विरोध इसीलिए कर रहे थे, ताकि प्रगति की दौड़ में सबसे पीछे रह गए लोग प्राथमिकता के आधार पर अपने हिस्से का लाभ न उठा सकें और उनका वोट बैंक एकजुट रहे। इसकी भी अनदेखी न की जाए कि जब कभी ओबीसी आरक्षण में उपवर्गीकरण की पहल की गई तो उसका भी विरोध हुआ और शायद इसी कारण इसी उद्देश्य के लिए गठित रोहिणी आयोग की रिपोर्ट अभी तक सामने नहीं आ सकी।

जो भी हो, समय की मांग है कि जाति जनगणना कराने के साथ ही एससी-एसटी एवं ओबीसी आरक्षण की विसंगतियों को दूर किया जाए, ताकि पात्र लोगों को आरक्षण का लाभ मिलना सुनिश्चित हो सके। इससे ही सामाजिक न्याय के उद्देश्य की सही तरह पूर्ति हो सकेगी।

21 हफ्ते पहले ही हो गई थी युद्ध की भविष्यवाणी

भारत ने आखिरकार पाकिस्तान से पहलगाम हमले का बदला ले लिया है, पाकिस्तान के आतंकी ठिकानों

जरा हट के

पर भारत ने अटैक कर कई आतंकियों को मार गिराया है. इस अटैक के बाद जहां पाकिस्तान में हाहाकार मचा हुआ है वहीं भारत में इसे लेकर लोगों में उत्साह देखने को मिल रहा है. पहलगाम आतंकी हमलों का ये बदला लोगों को पसंद आ

रहा है. पाकिस्तान के घर में घुसकर उसके द्वारा पाले जा रहे आतंकियों को मार गिराने की खुशी हर भारतीयों के चेहरे पर देखी जा रही है.

आज सुबह जब ज्यादातर लोग सोकर उठे तो पाकिस्तान के ऊपर हुए अटैक की खबरों से रुबरू हुए. जब सारा देश सोया हुआ था तब भारत ने पाकिस्तान के ऊपर अटैक कर उसके कई आतंकियों को मार गिराया. आपके लिए भले ही ये हमला अचानक किया गया लगे लेकिन आपको बता दें कि इस



युद्ध की भविष्यवाणी इक्कीस हफ्ते पहले ही हो गई थी. इसका एक वीडियो सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है. इसमें गुरुजी ने इक्कीस हफ्ते पहले ही बता दिया था कि मई के महीने में युद्ध होने के पूरे आसार हैं.

रणवीर अल्लाहबादिया के

एक पॉडकास्ट का क्लिप सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है. इसमें एक गुरुजी ने ग्रहों की स्थिति के हिसाब से युद्ध की भविष्यवाणी की थी. उन्होंने बताया था कि मई 2025 में ग्रहों का वैसा ही योग बन रहा है जैसा महाभारत काल में था. ऐसे में ये तो साफ हो गया था कि दुनिया में युद्ध होगा. भविष्यवाणी के मुताबिक ही भारत ने पहलगाम हमले का बदला लेते हुए पाकिस्तान पर हमला कर दिया.

जब इस पॉडकास्ट का

वीडियो समाने आया था तब लोगों ने इसे मजाक में लिया था. कमेंट में कई लोगों ने इसे हलक में लिया था. उन्होंने कमेंट में इसपर यकीन नहीं किया था. कमेंट ने लिखा था कि वो मई के महीने में वापस इस वीडियो पर आएंगे और गालियां देंगे. कई ने इसे झूठी बात बताया था. लेकिन आखिरकार ये भविष्यवाणी सही साबित हुई. वीडियो में इसकी टाइमलाइन 30 मई बताई गई थी लेकिन उससे पहले ही भारत ने पाकिस्तान पर अटैक कर दिया.

चुकंदर का रायत

गर्मियों में शरीर को ठंडा और हाइड्रेट रखना बेहद जरूरी होता है. इस मौसम में दही से बने डिशेज न सिर्फ स्वादिष्ट होते हैं, बल्कि शरीर को ठंडक भी प्रदान करते हैं. ऐसे ही एक हेल्दी और स्वादिष्ट विकल्प के रूप में आप चुकंदर का रायता भी ट्राई कर सकते हैं. यह एक पौष्टिक, रंगीन और ठंडक देने वाला डिश है, जो पाचन को भी दुरुस्त रखता है. आइए जानते हैं चुकंदर का रायता कैसे बनाएं और इसके क्या-क्या फायदे हैं.

- हरा धनिया - सजावट के लिए
- पुदीना - 1 टीस्पून बारीक कटा हुआ

बनाने की विधि

सबसे पहले चुकंदर को धोकर उबाल लें. ठंडा होने पर उसका छिलका उतारकर कद्दकस कर लें. अब एक बर्तन में ठंडी दही को



अच्छी तरह फेंट लें ताकि वह स्मूद हो जाए. अब दही में कद्दकस किया हुआ चुकंदर मिलाएं और अच्छे से मिक्स करें. इसके बाद इसमें भुना जीरा पाउडर, काली मिर्च और नमक मिलाएं. ऊपर से बारीक कटा हरा धनिया और पुदीना डालकर सजाएं. रायते को फ्रिज में थोड़ा



ठंडा करके सर्व करें.

चुकंदर का रायता खाने के फायदे

चुकंदर और दही दोनों ही ठंडक देने वाले तत्व हैं. गर्मियों में इनका सेवन शरीर को अंदर से ठंडा रखने में मदद करता है, जिससे लू और हीट स्ट्रोके से बचाव होता है.

चुकंदर आयरन से भरपूर होता है, जो हीमोग्लोबिन को बढ़ाने में सहायक होता है. यह एनीमिया से बचाव के लिए एक अच्छा विकल्प है.

दही में मौजूद प्रोबायोटिक्स पेट की सेहत को सुधाराते हैं और चुकंदर में फाइबर होता है, जो कब्ज को समस्या को दूर करता है.

सुबह उठकर पी लें भीगे हुए अंजीर का पानी

■ सेहत को मिलेंगे 7 कमाल के फायदे

अंजीर एक पौष्टिक फल है जिसे सुखे और ताजे दोनों रूपों में खाया जा सकता है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि सुखे अंजीर का पानी में भिगोकर उसका पानी पीने से आपको सेहत को क्या फायदे मिल सकते हैं?

रोज सुबह खाली पेट अंजीर का पानी पीना सेहत के लिए बेहद फायदेमंद होता है। यह पाचन तंत्र को दुरुस्त करने से लेकर इम्युनिटी बढ़ाने तक, कई तरह से शरीर को लाभ पहुंचाता है। आइए जानते हैं रोज सुबह अंजीर का पानी पीने के फायदे।

■ पाचन तंत्र को मजबूत बनाता है

अंजीर में भरपूर मात्रा में फाइबर पाया जाता है, जो पाचन

क्रिया को सुधारने में मदद करता है। अंजीर का पानी पीने से कब्ज, गैस और एसिडिटी जैसी समस्याओं से राहत मिलती है। यह आंतों की सफाई करके मल त्याग को आसान बनाता है।

■ वजन घटाने में सहायक

अगर आप वजन कम करना चाहते हैं, तो अंजीर का पानी एक अच्छा विकल्प हो सकता है। इसमें मौजूद फाइबर पेट को लंबे समय तक भरा हुआ महसूस कराता है, जिससे बार-बार भूख नहीं लगती और कैलोरी इन्टेक कम होता है।

■ हड्डियों को मजबूत बनाए

अंजीर में कैल्शियम, मैग्नीशियम और फॉस्फोरस जैसे महत्वपूर्ण मिनरल्स होते हैं, जो हड्डियों को मजबूत बनाने में मदद



करते हैं। नियमित रूप से अंजीर का पानी पीने से ऑस्टियोपोरोसिस और जोड़ों के दर्द जैसी समस्याओं से बचाव होता है।

■ दिल के स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद

अंजीर में पोटैशियम की अच्छी मात्रा होती है, जो ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में मदद करता है। साथ ही, इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करके दिल की बीमारियों के खतरे को कम करते हैं।

■ डायबिटीज कंट्रोल करने में मददगार

अंजीर का ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है, जिससे यह ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल करने में मदद करता है। अंजीर का पानी पीने से इंसुलिन सेंसिटिविटी में सुधार होता है, जो डायबिटीज के मरीजों के लिए फायदेमंद है।

■ इम्यून पावर बढ़ाए

अंजीर में विटामिन-सी, एंटीऑक्सीडेंट्स और मिनरल्स होते हैं, जो इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाते हैं। नियमित रूप से अंजीर का पानी पीने से सर्दी-जुकाम और अन्य इन्फेक्शन्स से

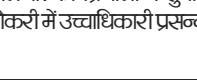
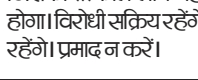
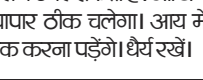
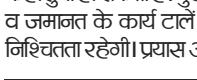
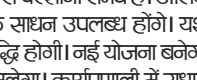
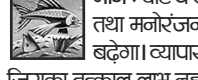
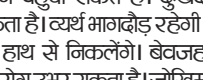
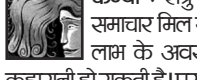
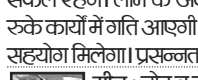
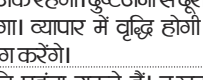
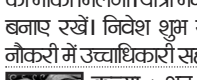
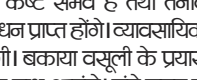
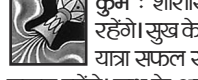
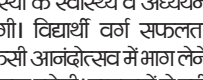
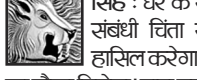
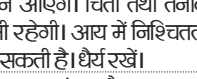
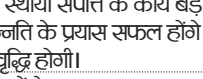
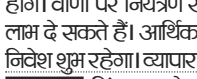
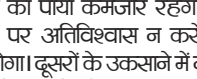
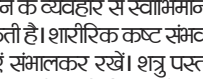
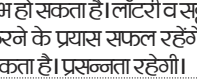
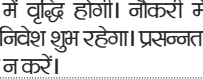
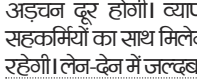
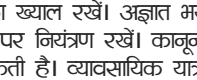
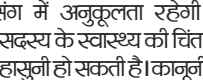
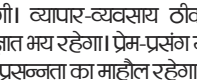
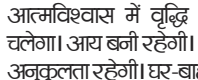
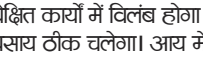
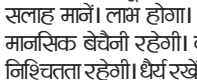
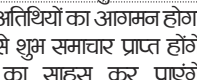
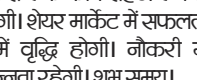
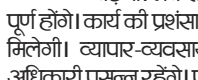
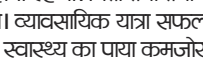
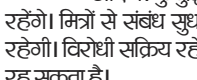
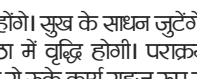
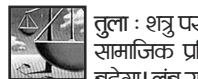
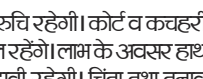
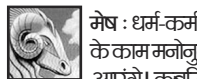
■ कैसे बनाएं अंजीर का पानी?

- 2-3 सुखे अंजीर को रातभर एक गिलास पानी में भिगोकर रखें।
- सुबह खाली पेट अंजीर को मसलकर पानी में मिलाएं और इस पानी को पी लें।
- भीगे हुए अंजीर को भी खा सकते हैं। यह सेहत के लिए अच्छा होता है।

■ स्किन और बालों के लिए लाभदायक

अंजीर का पानी विटामिन-ए और विटामिन-ई से भरपूर होता है, जो स्किन को ग्लोइंग बनाता है और एक्जेमा को कम करता है। साथ ही, यह बालों को मजबूत बनाकर झड़ने से रोकता है।

आज का राशिफल



बगल से आती है तेज बदनू

खराब स्मेल से छुटकारा दिलाएंगे ये उपाय

कुछ लोगों को पसीना बहुत आता है, लेकिन बावजूद इसके बदनू बिल्कुल भी पता नहीं चलती है, लेकिन कुछ लोग ऐसे भी होते हैं, जिनके बगल (कांख) से इतनी स्मेल आती है कि आसपास के लोगों का उसके पास रुकना मुहाल हो जाता है. कई बार कुछ लोग अपनी हाइजीन का भी ख्याल नहीं रखते हैं, जिससे शरीर भयंकर तरीके से स्मेल करता है. पसीना इतना आता है कि पूरा शर्ट, टीशर्ट भीगे जाता है. आप भी अपने बॉडी ऑडोर से परेशान हैं तो आप इन बातों को भी ध्यान में रखें...

बगलों से बदबू आए तो क्या करें?

- यदि आपको बहुत ज्यादा पसीना आता है तो हर दिन स्नान जरूर करें. संभव है तो सुबह-शाम दोनों समय कपड़े बदलें और स्नान कर लें. पसीने से लथपथ शर्ट, टीशर्ट को दोबारा न पहनें वरना स्मेल आती ही रहेगी. गंदे कपड़े को धो लिया करें.
- बगल से बदबू आती है तो आलू का रस दिलाएगा इस समस्या से राहत. इसके लिए आलू को धोकर अच्छे से धो लें. इसके रस को निकाल कर अलग रख दें. कटौन की मदद से कांख में लगाएं. इसे थोड़ी देर ऐसे ही सुखने दें. अब पानी से धो लें. आप आलू के पतले टुकड़ों को भी बगलों में धिस सकते हैं.
- आपके घर एलोवेरा का पौधा है तो आप इसे भी अंडरआर्म में लगा सकते हैं. इस जेल को आप रात में लगाकर सो जाएं और सुबह स्नान करके ऑफिस जाएं. काफी हद तक शरीर से



आने वाली बदबू कम हो जाएगी.

■ यदि आप चाहते हैं कि आपके बगलों से पसीने के कारण बदबू ना आए तो आप नायलॉन तेल का इस्तेमाल कर सकते हैं. आप आर्म्पिट शॉम दोनों समय कपड़े बदलें और स्नान कर लें. इस तेल में एंटी-बैक्टीरियल गुण होते हैं, जो दुर्गंध पैदा करने वाले बैक्टीरिया का सफाया करते हैं.- आप गर्मियों के दिनों में बगलों के बाल को शेव भी करके रख सकते हैं, इससे भी काफी पसीना होता है. पसीना में बदबू पैदा करने वाले बैक्टीरिया होते हैं. हर दिन स्नान करें. पानी में डेटॉल की कुछ बूंदें डाल सकते हैं. पसीने वाले गंदे कपड़े दूसरे दिन भी ना पहनें.
- बेकिंग सोडा में थोड़ा सा नींबू का रस मिलाकर लगा सकते हैं. इससे भी बदबू दूर होती है. बेकिंग सोडा + चम्मच लें और 1 चम्मच नींबू का रस मिलाकर इस पेस्ट को लगाएं, 15 मिनट के लिए ऐसे ही रहने दें. फिर स्नान कर लें.

तेज में दी गई समस्त जानकारियां और सूचनाएं सामान्य मान्यताओं पर आधारित हैं. 'उत्कास विकास' इनकी पुष्टि नहीं करता है. इन पर अमल करने से पहले संबंधित विशेषज्ञ से संपर्क करें.

हर जिद्दी दाग पर भारी पड़ेगा आलू

■ जानिए इससे घर की कोन-सी 6 चीजों को चमका सकते हैं

बच्चे हों या बड़े, आलू हर किसी का फेवरिट होता है. हर किचन में यह हमेशा मौजूद रहता है. यह बेहद काम की सब्जी है. इससे ना केवल सेहत दुर्लभ रहती है बल्कि घर भी चमक जाता है. अगर कच्चे आलू और उसके छिलकों से घर की सफाई की जाए तो हर चीज नई जैसी दिखने लगती है. इससे हर तरह का दाग गायब हो जाता है.

बर्तन से दाग और जंग को निकाले

कच्चे आलू में ऐसे कई नेचुरल एसिड होते हैं जो चीजों को साफ करने में मदद करते हैं. अगर किसी बर्तन में खाना जल गया हो तो उसके निशान को मिटाना बहुत बड़ा टास्क होता है. घंटों घिसने के बाद भी बर्तन साफ नहीं हो पाता. ऐसे में कच्चे आलू को बीच में से काटें. इस पर समक या बेकिंग सोडा लगाएं और बर्तन को रग

खबरें गांव की...

शादी के दिन प्रेमी के साथ भागी थी प्रेमिका, 2 दिन बाद दोनों ने पेड़ से लटककर दी जान

बाराबंकी. अब बाराबंकी में एक प्रेमी युगल ने पेड़ से लटककर जान दे दी। युवती शादी के दिन अपने प्रेमी संग भाग गई थी। ये घटना जिले के मसौली क्षेत्र का है। पुलिस सूत्रों ने बताया कि क्षेत्र के लालपुर गांव का है। जहां मंगलवार सुबह अलग-अलग बिरादरी के प्रेमी युगल 28 साल के भानु और 22 साल की शिल्पा के शव बाग में एक ही फंदे में लटके मिले। पुलिस के अनुसार पांच मई को शिल्पा की शादी थी लेकिन बारात आने से पहले वह लापता हो गई थी। ऐसे में परिजनों ने उसकी चचेरी बहन से दूल्हे का विवाह कर दिया था।

शादीशुदा महिला को असलहा दिखाकर किया रेप

प्रतापगढ़. यूपी के प्रतापगढ़ के पट्टी क्षेत्र के जाल्हेपुर गांव में एक हैरान कर देने वाली घटना हुई है। यहां एक विवाहिता ने गांव के ही एक व्यक्ति पर असलहे के दम पर दुष्कर्म का आरोप लगाया है। पीड़िता ने वीडियो क्लिप के जरिए लगातार ब्लैकमेल करने का भी आरोप लगाया है। तहरीर पर पुलिस ने दोनों पक्षों को थाने पर बुलाया। दुष्कर्म का आरोप लगाने वाली विवाहिता थाने के गेट पर पहुंची तो आरोपी की पत्नी ने उसके साथ मारपीट करनी शुरू कर दी। महिला की तहरीर पर पुलिस आरोपी को हिरासत में ले लिया है। वहीं आरोपी की पत्नी का कहना कि आरोप लगाने वाली महिला झूठ बोल रही है। महिला उसके पति को ब्लैकमेल कर पैसे वसूल रही थी। जब पति ने रुपए देने से मना किया तो उस पर दुष्कर्म का झूठा आरोप लगा दिया।

जालौन में बुंदेलखंड एक्सप्रेसवे पर भीषण सड़क हादसा, एक ही परिवार के 5 सदस्यों की मौत

जालौन. यूपी जालौन जिले में बुंदेलखंड एक्सप्रेसवे पर बुधवार को भीषण सड़क हादसा हो गया है। यहां एक कार और ट्रक की टक्कर हो गई। टक्कर जबरदस्त थी जिससे कार पूरी तरह से क्षतिग्रस्त हो गई। सड़क हादसे में एक ही परिवार के पांच सदस्यों की मौत हो गई और दो अन्य गंभीर रूप से घायल हो गए। पुलिस ने बताया कि दुर्घटना गिरथान गांव के पास तड़के करीब पांच बजे हुई जब बहराइच जिले के मोतीपुर निवासी बृजेश (42) कार से अपने परिवार के साथ झांसी की ओर जा रहे थे। उसने बताया कि गिरथान गांव के पास चालक वाहन से नियंत्रण खो बैठा और कार डिवाइडर को तोड़ते हुए सामने से आ रहे एक ट्रक से जा टकराई। पुलिस ने बताया कि टक्कर इतनी भीषण थी कि कार पूरी तरह क्षतिग्रस्त हो गई और इस घटना में बृजेश, उनकी पत्नी प्रीति (40), बेटे आशुतोष (13), रिश्तेदार संगीता (33) तथा बृजेश की तीन माह की बेटी की मौके पर ही मौत हो गई। उसने बताया कि मानवी और नंदा नामक दो अन्य यात्री गंभीर रूप से घायल हो गए और उन्हें उई के मेडिकल कॉलेज में भर्ती कराया गया है।

संसद से पहलगाम तक; 6 आतंकी हमलों का एक साथ लिया बदला

नई दिल्ली. भारत ने पहलगाम आतंकी हमले का बदला ले लिया है। ऑपरेशन सिंदूर के तहत भारतीय सेना ने पाकिस्तान और पीओके में नौ आतंकी ठिकानों पर मिसाइलों से हमले करके 90 से ज्यादा आतंकीयों को ढेर कर दिया। पाकिस्तान पिछले कई दशकों से भारत में आतंकवाद फैलाता रहा है, जिसमें अब तक बड़ी संख्या में निदोष लोगों की जान गई है। सरकार ने बुधवार को ऑपरेशन सिंदूर के बाद एक वीडियो दिखाया, जिसके जरिए बताया गया कि इस कार्रवाई के जरिए संसद हमले से लेकर पहलगाम तक छह हमलों का बदला लिया गया है।



विदेश सचिव विक्रम मिसरी ने प्रेस कॉन्फ्रेंस को संबोधित करते हुए वीडियो दिखाया, जिसमें 2001 में हुए संसद हमले, 2002 में अक्षरधाम मंदिर हमला, 2008 में हुआ मुंबई हमला, 2016 का उरी

हमला, 2019 का पुलवामा हमला और 2025 में हुए पहलगाम आतंकी हमले की क्लिप थी। पिछले एक दशक में पाकिस्तान की ओर से हुए आतंकी हमलों में साढ़े तीन सौ से ज्यादा नागरिकों की

हालांकि, भारत इससे पहले भी पाकिस्तान के आतंकवाद के खिलाफ कार्रवाई करता रहा है। उरी हमले के बाद 29 सितंबर 2016 को, भारतीय सेना की टीमों ने पीओके में घुसकर बड़ी संख्या में आतंकीयों को मार गिराया था। इसके बाद पुलवामा में हुए आतंकी हमले के बाद भी पीओके में भारतीय वायुसेना के जहाजों ने बमबारी करते हुए वहां चल रहे आतंकी संगठनों के ट्रेनिंग कैंप को ध्वस्त कर दिए थे। इसके बाद पाक ने नापाक हस्तक करते हुए पिछले महीने 22 अप्रैल को पहलगाम में लश्कर ए तैयबा के मुखौटा संगठन टीआरएफ ने आतंकीयों ने हमला किया, जिसमें 26 निदोष भारतीयों की जान चली गई।

जान चली गई, जबकि 800 से अधिक लोग घायल हुए। 600 से ज्यादा जवान भी शहीद हुए। वहीं, 1400 के करीब भारतीय सुरक्षाबल के जवान पाकिस्तान की ओर से हुए आतंकी हमलों में घायल हुए हैं। वीडियो में इतनी जानकारी देने के

बाद बताया गया कि अब और नहीं। फिर स्क्रीन पर 'ऑपरेशन सिंदूर' लिखकर सामने आया। इससे साफ है कि भारत ने पिछले दो-ढाई दशक में हुए छह आतंकी हमलों का बदला एक साथ ही ऑपरेशन सिंदूर के जरिए से ले लिया।

ऑपरेशन सिंदूर के बाद उत्तराखंड में हाई अलर्ट

इंटरनेशनल बॉर्डर पर चेकिंग-सुरक्षा भी बढ़ाई

देहरादून. पाकिस्तान पर भारत के ऑपरेशन सिंदूर के तहत हमले के बाद उत्तराखंड में हाई अलर्ट जारी कर दिया गया है। पुलिस की ओर से सघन चेकिंग अभियान चलाया जा रहा है। उत्तराखंड के इंटरनेशनल बॉर्डर पर सुरक्षा बढ़ा दी गई है। पुलिस की ओर से संदिग्धों की पहचान कर उनसे पूछाछ की जा रही है।

पुलिस की ओर से संवेदनशील और अति संवेदनशील इलाकों में सत्यापन अभियान भी चलाया जा रहा है। पाकिस्तान में भारतीय सेना द्वारा आतंकीयों के खिलाफ लिए ऑपरेशन सिंदूर के तहत जोरदार ऐक्शन के बाद देहरादून पुलिस हाई

अलर्ट पर आ गई है। बुधवार सुबह से ही पुलिस की ओर से जिले के शहरी और देहाती इलाकों में संदिग्धों की तलाश के लिए सघन चेकिंग अभियान चलाया जा रहा है।

पुलिस की अलग-अलग टीमों द्वारा अर्धसैनिक बलों के साथ बाहरी व्यक्तियों के सत्यापन किया जा रहा है। पुलिस की ओर से

संदिग्धों को कोतवाली लाकर पूछताछ की जारी है। सत्यापन अभियान के दौरान संदिग्धों के जरूरी सरकारी कामजातों की भी गंभीरता से जांच की जा रही है। देहरादून एसएसपी अजय सिंह ने बताया कि चेकिंग अभियान चलाया जा रहा है। संदिग्धों के सत्यापन के साथ ही सुरक्षा भी बढ़ा दी गई है।

पुलिस और अर्द्धसैनिक बल की ज्वाइंट टीम की चेकिंग पाकिस्तान पर हमले के बाद देहरादून पुलिस और अर्द्धसैनिक बल की ज्वाइंट टीम की ओर से सघन चेकिंग अभियान चलाया जा रहा है। बुधवार सुबह से ज्वाइंट टीम की ओर से चेकिंग चलाई जा रही है। शहरी इलाकों में भी चेकिंग अभियान चलाया गया है।

दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ जेमिमा रोड्रिग्स ने रचा इतिहास



वनडे में भारत के लिए जड़ा तीसरा सबसे तेज शतक

श्रीलंका में चल रही महिला त्रिकोणीय श्रृंखला में भारत की जेमिमा रोड्रिग्स ने दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ तुफानी शतक जड़ा है। सीरीज के पांचवें मैच में बुधवार को उन्होंने 89 गेंदों में शतक जड़ा जो भारत की किसी भी महिला बल्लेबाज का तीसरा सबसे तेज शतक है। जेमिमा रोड्रिग्स की 101 गेंदों में 123 रन की पारी का बदौलत भारतीय टीम ने निर्धारित 50 ओवर में 9 विकेट पर 337 रन का स्कोर खड़ा किया।

रोड्रिग्स ने अपनी पारी में 15 चौके जड़े और एक छक्का लगाया। दीप्ति शर्मा ने 93 और उनकी पारी किसी भी भारतीय महिला क्रिकेटर की तरफ से दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ दूसरी सबसे तेज शतक है। इतना ही नहीं, यह भारत की किसी भी महिला क्रिकेटर की तरफ से वनडे इंटरनेशनल में तीसरा सबसे तेज शतक भी है।

ही नहीं, यह भारत की किसी भी महिला क्रिकेटर की तरफ से वनडे इंटरनेशनल में तीसरा सबसे तेज शतक भी है। महिला क्रिकेट की बात करें तो वनडे में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ भारत की तरफ से सबसे बड़ी पारी का रिकॉर्ड स्मृति मंधाना के नाम है। उन्होंने 2018 में किंबरली में 136 रन की पारी खेली थी। भारत की तरफ से महिला क्रिकेट में सबसे तेज शतक का रिकॉर्ड भी मंधाना के नाम है। उन्होंने इसी साल आयरलैंड के खिलाफ 70 गेंद में शतक पूरा किया था। दूसरा सबसे तेज शतक हरमनप्रीत कौर का है जिन्होंने 2024 में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ 87 गेंद में सेंचुरी जड़ी थी। अब जेमिमा रोड्रिग्स ने 89 गेंद में शतक जड़ा जो भारत की किसी भी महिला बल्लेबाज का तीसरा सबसे तेज शतक है। रिकॉर्ड बना दिया है।

रोड्रिग्स ने अपनी पारी में 15 चौके जड़े और एक छक्का लगाया। दीप्ति शर्मा ने 93 और उनकी पारी किसी भी भारतीय महिला क्रिकेटर की तरफ से दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ दूसरी सबसे तेज शतक है। इतना ही नहीं, यह भारत की किसी भी महिला क्रिकेटर की तरफ से वनडे इंटरनेशनल में तीसरा सबसे तेज शतक भी है।

...तो भारत का अगला वार 10 गुना ज्यादा मजबूत हो

रिटायर्ड जनरल केजेएस ढिल्लों

पहलगाम हमले में 26 निदोष लोगों को बर्बरता से मौत के घाट उतारने वाले आतंकीयों को भारत ने घर में घुस कर जवाब दे दिया है। मंगलवार देर रात भारतीय सेना ने ऑपरेशन सिंदूर लॉन्च कर आतंकीयों की नींद उड़ा दी। भारत ने पाकिस्तान और POK में आतंकीयों के कई ठिकानों को नेस्तनाबूत कर दिया है और दर्जनों आतंकीयों को जहन्नम पहुंचा दिया है। वहीं पाकिस्तान अब भी आतंकीयों को शह देने की बात कबूलने की बजाय एक बार फिर धर्मकियों पर उतर आया है। इस बीच सैन्य रणनीति के विशेषज्ञ

लेफ्टिनेंट जनरल केजेएस ढिल्लों (सेवानिवृत्त) ने कहा है कि पाकिस्तान आगे अगर कोई भी गलती करता है तो भारत का अगला वार 10 गुना ज्यादा मजबूत होगा चाहिए। बता दें कि केजेएस ढिल्लों श्रीनगर स्थित 15 कोर के पूर्व कमांडर रह चुके हैं। उन्होंने फरवरी 2019 में पुलवामा हमले में शामिल आतंकवादियों के खिलाफ ऑपरेशन का नेतृत्व किया था। ढिल्लों को कश्मीर में आतंकवाद से निपटने का सालों का अनुभव भी है। एएनआई के साथ एक इंटरव्यू में सवाल का जवाब देते हुए रिटायर्ड लेफ्टिनेंट जनरल ने कहा, "आतंकीयों के खिलाफ किसी भी एक्शन को, सोच समझ



कर, पूरी तैयारी और सटीकता के साथ अंजाम दिया जाएगा। भारत सरकार और भारतीय सेना ऐसे ही काम करती हैं। और अगर पाकिस्तान भारत पर कोई भी जवाबी कार्रवाई करता है तो अगला वार 10 गुना ज्यादा मजबूत होना चाहिए।

कहा कि भारत ने कायराना हमला किया। उन्होंने फिर यह दावा कि 22 अप्रैल को पहलगाम में हुए हमले से पाकिस्तान का कोई लेना-देना नहीं है।

उन्होंने कहा कि इस हमले के जवाब में पाकिस्तान ने कार्रवाई की, जिसमें 5 भारतीय लड़ाकू विमानों को मार गिराया गया। इनमें 3 राफेल हैं। इससे यह साबित होता है कि पाकिस्तान दुश्मन के विमानों को समर्थन में गिराने के लिए पूरी तरह तैयार है।

उन्होंने कहा कि भारत के एक्शन में पाकिस्तान को फतह हासिल हुई है। उन्होंने बताया कि पाकिस्तान की तीनों सेनाएं कई



दिनों से तैयारी में लगी थीं, जिसकी वजह से वो भारत के विमानों को गिरा सकीं।

शहबाज बोले- भारत ने युद्ध के लिए उकसाया

इससे पहले शहबाज शरीफ नेशनल सिक्वोरिटी काउंसिल

जनरल ढिल्लों यह भी कहते हैं कि पूरी दुनिया में कहीं भी कोई आतंकी हमला होता है तो उसके तार पाकिस्तान से जुड़े होते हैं। उन्होंने इस बात पर जोर दिया है कि पाकिस्तान जैसे गैरजिम्मेदार देश के पास किसी भी हाल ही परमाणु हथियार नहीं होने चाहिए। केजेएस ढिल्लों ने कहा, "पाकिस्तान के एक मंत्री शेख रशीद ने यह बयान दिया था कि उनके पास ढाई सौ ग्राम के न्यूक्लियर बम हैं। पाव भर के परमाणु बम। उसने यह भी कहा था कि हम न्यूक्लियर बम को ऐसी जगह गिराएंगे जहां सिर्फ हिंदू मंरेगे और मुसलमान नहीं। अगर यह उनकी बुद्धि का स्तर है तो फिर उनसे बात ना करना ही उचित होगा।"

पाकिस्तान अखबार डॉन की रिपोर्ट के मुताबिक नेशनल सिक्वोरिटी काउंसिल की मीटिंग खत्म होने पर पाक पीएम के कार्यालय ने आधिकारिक बयान जारी कर कहा है कि हमारे पास अपने चुने हुए समय, स्थान और तरीके से जवाब देने का अधिकार

9 आतंकी ठिकानों पर किया गया हमला

- पीओके में मुजफ्फराबाद स्थित लश्कर के सवाई नाला ट्रेनिंग सेंटर को सबसे पहले निशान बनाया गया। सोनमर्ग, गुलमर्ग और पहलगाम हमले के आतंकीयों ने यहीं ट्रेनिंग ली थी।
- मुजफ्फराबाद का सैयदान बिलाल कैप। यहां हथियार, विस्फोटक और जंगल सर्वाइवल की ट्रेनिंग दी जाती थी।
- कोटली का लश्कर का गुरपुर कैप। पृष्ठ में 2023 में श्रद्धालुओं पर हमला करने वाले आतंकी यहीं ट्रेड हुए थे।
- भिम्बर का बरनाला कैप। यहां हथियार चलाया सिखाया जाता है।
- कोटली का अब्बास कैप। यह एलओसी से 13 किमी दूर है। यहां फिदायीन तैयार होते हैं।
- सियालकोट का सरजल कैप। मार्च 2025 में पुलिस जवानों



- की हत्या के आतंकवादियों को यहीं ट्रेन किया गया था।
- सियालकोट का हिजबुल महमूदा जाया कैप। पठानकोट हमला यहीं प्लान किया गया।
- मुरीदके का मरकज तैयबा कैप। अजमल कसाब और डेविड कोलमैन हेडली यहीं ट्रेन हुए थे।
- मरिजद सुभान अल्लाह बहावलपुर जेश का हेडक्वार्टर था। यहां रिक्रूटमेंट, ट्रेनिंग दी जाती थी। बड़े अफसर यहां आते थे।

हम पीछे हटने को तैयार हैं

ऑपरेशन सिंदूर से कांप उठा पाकिस्तान

भारत के ऑपरेशन सिंदूर के तहत पाकिस्तान और पीओके में 9 आतंकी ठिकानों पर सटीक मिसाइल हमलों के बाद अब पाकिस्तान बैकफुट पर नजर आ रहा है। बुधवार को पाकिस्तान के रक्षा मंत्री ख्वाजा आसिफ ने ब्कूमर्ग से बातचीत में कहा कि अगर भारत हालात को और न बढ़ाए तो पाकिस्तान भी इस तनाव को रूखसत करने को तैयार है। ख्वाजा आसिफ ने कहा, रहमने पिछले दो हफ्तों से लगातार कहा है कि हम भारत के



खिलाफ कभी कोई हमला शुरू नहीं करेंगे। लेकिन अगर हम पर हमला हुआ, तो जवाब देंगे। अगर भारत पीछे हटता है, तो हम भी यह तनाव खत्म कर देंगे। हालांकि, जब उनसे भारत-पाक वार्ता की संभावना पर पूछा गया तो उन्होंने कहा कि उन्हें ऐसी किसी बातचीत की जानकारी नहीं है।

खाक में मिला मसूद अजहर का खानदान

आतंकी बोला- हमले में बच जाने का है मुझे गम

पहलगाम आतंकी हमले का बदला लेने के लिए भारत ने पाकिस्तान और पाक अधिकृत कश्मीर में मौजूद आतंकवाद के बड़े अड्डों पर मंगलवार रात मिसाइलों की बारिश कर दी। ऑपरेशन सिंदूर के तहत भारत ने जिन 9 ठिकानों को निशान बनाया, उसमें खूंखार आतंकी संगठन जैश-ए-मोहम्मद का बहावलपुर स्थित मुख्यालय सुभान अल्लाह मरिजद भी शामिल है। वर्ष 1999 के कंधार हाईजैक के बाद छुड़ाए गए जैश-ए-मोहम्मद के मुखिया मसूद अजहर के परिवार के 10 लोग भी इस हमले में मारे गए हैं।



जहिर किया है। मसूद बोला- यह सिर्फ गम का वक्त नहीं

मसूद अजहर की ओर से जारी एक बयान में बताया है कि हमले में उसकी बड़ी बहन और जीजा समेत 10 परिवारवालों और 4 करीबियों की मौत हो गई है। निहत्थे और निदोष लोगों पर कायराना तरीके से आतंकी हमलों को अंजाम दिलाने वाले मसूद अजहर ने अपने जख्मों को अलग रंग देने की कोशिश की और अपनी जान बच जाने पर गम

खास मेहमानों की तरह बुला लिया। परिवार का कौन-कौन मारा गया?

अजहर ने कहा, 'हमले में मारे गए लोगों में मेरी बड़ी बहन, उनके पति, भांजे और उसकी पत्नी, एक अन्य भांजी और परिवार के पांच बच्चे शामिल हैं।' उसने आगे बताया कि इसके अलावा हमले में उसके एक करीबी सहयोगी, उसकी मां और दो अन्य सहयोगी भी मारे गए हैं।

'हम सरकार और सेना के साथ, हर कदम का समर्थन'

ऑपरेशन सिंदूर पर बोले मल्लिकार्जुन खरगे और राहुल

भारतीय सशस्त्र सेना ने 'ऑपरेशन सिंदूर' के तहत बीती रात पाकिस्तान और पाक अधिकृत कश्मीर (PoK) में एयरस्ट्राइक कर नौ आतंकी ठिकानों को ध्वस्त कर पहलगाम हमले का बदला ले लिया है। इस सैन्य कार्रवाई पर मुख्य विपक्षी पार्टी कांग्रेस की तरफ से पहली आधिकारिक प्रतिक्रिया आई है। पार्टी नेताओं के साथ मीटिंग करने के बाद कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने कहा कि उनकी पार्टी सरकार और सेना के



साथ है और उनके हर कदम का समर्थन करती है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस सरकार की हर कार्रवाई का समर्थन करती है।

खरगे ने कहा, "पाकिस्तान और पीओके में आतंकी शिबिरों के खिलाफ साहसी और निर्णायक कार्रवाई के लिए हमें अपने सशस्त्र बलों पर गर्व है। भारतीय सेना पर हमें गर्व है। कांग्रेस पार्टी देश के वीर जवानों के साथ है।"

है। शहबाज ने ये भी कहा कि हमने भारत के राफेल विमानों की कस्युनिकेशन लॉक कर दी और वो वापस चले गए। भारत के 80 जहाजों ने पाकिस्तान के 6 शहरों पर हमला किया। इनमें POK के 2 इलाके भी थे। पाकिस्तान के जहाजों ने भारत के 5 जहाजों को मार गिराया, जिनमें 3 राफेल हैं। वो श्रीनगर और बटिंडा में जाकर गिरें।

NSC ने भारत पर जानबूझकर रिहायशी इलाकों को निशाना बनाने का आरोप लगाते हुए इसे अंतरराष्ट्रीय कानून का उल्लंघन बताया है। NSC ने कहा है कि क्षेत्र में तनाव बढ़ने की पूरी जिम्मेदारी भारत पर ही है। बयान में कहा गया है कि पाकिस्तान अपने नागरिकों का नुकसान और अखंडता का उल्लंघन कभी बर्दाश्त नहीं करेगा।

ऑपरेशन सिंदूर में 100 से ज्यादा आतंकी मारे गए

इंडियन एयरफोर्स ने मंगलवार

संक्षेप...

बिजली उपभोक्ताओं के लिए 10 मई को लोक अदालत

कल्याण. बिजली बिलों से संबंधित विवादों और बिजली चोरी के लंबित मामलों में समझौते के माध्यम से निपटाने का अवसर है, महावितरण ने संबंधित उपभोक्ताओं से शनिवार 10 मई को तालुका न्यायालय स्तर पर आयोजित लोक अदालत में भाग लेने और अपने-अपने मामलों को सौहार्दपूर्ण ढंग से हल करने की अपील की है, कल्याण मंडल क्षेत्राधिकार के अंतर्गत प्रत्येक तालुका अदालत में 10 मई को सुबह 11 बजे से दोपहर 2 बजे तक राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन किया गया है।

कांजुरमार्ग मेट्रो कारशेड का भूमि विवाद सुलझा

मुंबई. कांजुरमार्ग मेट्रो कार शेड को लेकर केंद्र सरकार और महाराष्ट्र सरकार के बीच चल रहा भूमि विवाद का मामला खत्म हो गया है। दरअसल केंद्र सरकार ने बांबे हाई कोर्ट में दायर की गई अपनी याचिका को वापस ले लिया है। जमीन के स्वामित्व को लेकर केंद्र सरकार और राज्य सरकार के बीच पिछले कुछ वर्षों से कानूनी विवाद चल रहा था। मेट्रो लाइन 6 के कार शेड के लिए हस्तांतरित की गई कांजुरमार्ग की 15 हेक्टेयर भूमि को लेकर केंद्र और राज्य सरकार के बीच पिछले कुछ वर्षों से कानूनी विवाद चल रहा था।

केंद्र सरकार ने सोमवार को हाई



कोर्ट को सूचित किया कि वह कार शेड के लिए भूमि आवंटन के निर्णय के खिलाफ दायर की गई अपनी याचिका वापस ले रही है। हालांकि इस भूमि को लेकर निजी डेवलपर और सरकार के बीच

विवाद जारी है। इसलिए अदालत कार शेड स्थल की यथास्थिति बनाए रखने के अंतरिम आदेश पर गुरुवार को फैसला सुनाएगी। मुख्य न्यायाधीश आलोक अराधे और न्यायमूर्ति मकरंद

कार्णिक की पीठ के समक्ष मामले की सुनवाई हुई। केंद्र सरकार की ओर से अतिरिक्त सॉलिसिटर जनरल अनिल सिंह ने अदालत को बताया कि वह अपनी याचिका वापस ले रहे हैं। केंद्र सरकार की याचिका वापस होने के बाद भूमि के स्वामित्व को लेकर केंद्र और राज्य सरकार के बीच विवाद सुलझ गया है। निजी डेवलपर महेश गरोडिया ने भी इस भूमि पर स्वामित्व का दावा किया था।

कांजुरमार्ग में नमक के खेतों की जमीन को 'स्वामी समर्थ नगर - विक्रोली मेट्रो 6' लाइन के कार शेड के लिए एएमएमआरडीए को स्थानांतरित कर दिया गया था। कोर्ट ने केंद्र सरकार की याचिका को संज्ञान में लेते हुए स्थल को यथावत रखने और भूमि की प्रकृति में कोई परिवर्तन न करने का अंतरिम आदेश जारी किया था। राज्य सरकार की ओर से स्पष्ट किया गया था कि वह केंद्र सरकार की याचिका पर जवाब दाखिल करेगी। इसके बाद राज्य सरकार ने अदालत से केंद्र सरकार से संपर्क करने और मामले का सौहार्दपूर्ण समाधान निकालने का अनुरोध किया था।

ठाणे जिला परिषद को मिला राज्य में पहला स्थान



■ **कार्यालय मूल्यांकन अभियान में सम्मानित**
■ **मुख्यमंत्री फडणवीस व उपमुख्यमंत्री शिंदे के हाथों प्रमाण पत्र दिया गया**

ठाणे. महाराष्ट्र सरकार और भारतीय गुणवत्ता परिषद (क्यूसीआई) द्वारा संयुक्त रूप से कार्यान्वित कार्यालय मूल्यांकन 100 दिवसीय कार्यवाई कार्यक्रम के अंतर्गत जिला परिषद ठाणे ने पूरे राज्य में प्रथम स्थान प्राप्त कर शानदार सफलता मिली है। आज इस उल्लेखनीय उपलब्धि पर 7 मई को मुंबई के मंत्रालय स्थित कैबिनेट हॉल में मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस और उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे के हाथों आयोजित समारोह में मुख्य कार्यकारी अधिकारी रोहन घुगे को प्रशंसा पत्र देकर सम्मानित किया गया इस अभियान के अंतर्गत कार्यालय प्रक्रियाओं, दक्षता, पारदर्शिता, नागरिकों के साथ

संवाद और समय पर सेवा वितरण जैसे विभिन्न कारकों का मूल्यांकन किया गया। ठाणे जिला परिषद 92.00 अंकों के साथ राज्य में शीर्ष पर रही। इस अवसर पर ग्राम विकास मंत्री जयकुमार गोरे, परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक, विपणन मंत्री जयकुमार रावल, शिक्षा मंत्री दादा भुसे, अपर मुख्य सचिव एकनाथ दावले, प्रभारी मुख्य सचिव राजेश कुमार सहित अन्य मंत्रिमंडल सदस्य उपस्थित थे। यह सफलता जिला परिषद ठाणे के प्रत्येक अधिकारी और कर्मचारी को जाता है। 100 दिन की कार्ययोजना में हमने प्रशासन को गतिशील, पारदर्शी और जनोन्मुखी बनाने के लिए एकजुट प्रयास किया। यह सफलता प्रेरणादायक है, और हम भविष्य में भी गुणवत्ता बनाए रखने के लिए प्रतिबद्ध हैं।

पहले महिने में ही ठाणे मनपा ने की 95 करोड़ की टैक्स वसूली

ठाणे. ठाणे मनपा के लिए नया वित्तीय वर्ष शानदार शुरुआत लेकर आया है। संपत्ति कर विभाग ने अप्रैल महीने में रिकॉर्ड 95 करोड़ रुपये की वसूली कर मनपा के खजाने को भर दिया है। यह आंकड़ा पिछले साल की समान अवधि से 12 करोड़ रुपये अधिक है, जिससे मनपा प्रशासन में उत्साह का माहौल है। खास बात यह रही कि ठाणेकरों ने इस बार डिजिटल माध्यम को ज्यादा महत्व दिया है और 75 करोड़ रुपये का भुगतान ऑनलाइन किया, जबकि 20 करोड़ रुपये का कर भुगतान ऑफलाइन हुआ।

बता दें कि संपत्ति कर विभाग ने इस साल वसूली में तेजी लाने के लिए एक अप्रैल से ही बिल वितरण शुरू कर दिया था। पहले ही दिन करीब 1,570 करदाताओं ने 1



करोड़ 80 लाख रुपये की रकम जमा कर अपनी जिम्मेदारी निभाई। महीने भर में नागरिकों की सकरात्मक प्रतिक्रिया जारी रही और मनपा के खाते में 95 करोड़ रुपये आ गए। गौरतलब है कि पिछले साल इसी अवधि में 83 करोड़ 20 लाख रुपये की वसूली हुई थी। ठाणे मनपा ने वित्तीय वर्ष 2025-26 के लिए 819 करोड़ 71 लाख रुपये का लक्ष्य निर्धारित

किया है। ऐसे में अप्रैल में मिली सफलता को विभाग बड़ी उपलब्धि मान रहा है। प्रशासन का दावा है कि इस साल वसूली में करीब 25 फीसदी की बढ़ोतरी दर्ज की गई है। घोड़बंदर क्षेत्र हमेशा की तरह इस बार भी वसूली में सबसे आगे रहा। यहां अप्रैल महीने में 25 करोड़ 3 लाख रुपये की वसूली हुई, जो पिछले साल के मुकाबले दोगुनी है। वहीं मजीवाड़ा-मानपाड़ा वार्ड समिति ने सबसे अधिक 36 करोड़ 1 लाख रुपये का कर संग्रह कर रिकॉर्ड बनाया, जबकि वांगले पूर्व समिति 2 करोड़ 67 लाख रुपये की वसूली के साथ सबसे पीछे रही। मनपा प्रशासन ने इस रफ्तार को बरकरार रखने के लिए अपने अधिकारियों और कर्मचारियों को सतत अभियान चलाने के निर्देश दिए हैं।

दो कांस्टेबल गिरफ्तार, सेवा से बर्खास्त

■ **हिस्ट्रीशीटर को बेचा मोबाइल यूजर का डेटा**

ठाणे. ठाणे जिले में पुलिस ने अपने विभाग के दो कांस्टेबलों को सेवा से बर्खास्त कर दिया है। उन्हें फोन उपयोगकर्ताओं के कॉल डिटेल रिकॉर्ड (CDR) सहित गोपनीय मोबाइल डेटा चोरी करने और एक हिस्ट्रीशीटर को बेचने के आरोप में गिरफ्तार किया गया है। ठाणे पुलिस आयुक्तालय ने इस मामले को लेकर एक विज्ञापित जारी की है, जिसमें कहा गया है कि एक खुफिया रिपोर्ट ने साइबर पुलिस स्टेशन से जुड़े दो कांस्टेबलों की अवैध गतिविधियों को प्रकाश में लाया, जिनकी पहचान आकाश सोपान सुर्वे (36) और हर्षद लक्ष्मण परब (31) के रूप में हुई है।

दोनों ने अवैध रूप से मोबाइल फोन उपयोगकर्ताओं के संवेदनशील सीडीआर, सब्सक्राइबर डिटेल रिकॉर्ड

(एसडीआर) और लोकेशन डेटा हासिल किया और इस जानकारी को आदतन अपराधी मोहम्मद सोहेल शब्बीर राजपूत (28) को बेच दिया। दोनों लोक सेवकों की इस करतूत और विश्वासघात पर कड़ा रुख अपनते हुए, ठाणे पुलिस आयुक्त आशुतोष डुंबरे ने दोनों कांस्टेबलों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई का आदेश दिया। आदेश के अनुसार, सुर्वे और परब को 3 मई को पुलिस सेवा से बर्खास्त कर

दिया गया। उन दोनों की बर्खास्तगी के बाद, इस संबंध में 5 मई को साइबर पुलिस स्टेशन में एक प्राथमिकी दर्ज की गई, जिसमें आरोपियों के खिलाफ भारतीय न्याय संहिता (BNS) की धारा 303 (2) (चोरी), 314 (संपत्ति का बेईमानी से दुरुपयोग) और 316 (5) (अपराधिक विश्वासघात) के साथ-साथ सूचना प्रौद्योगिकी (IT) अधिनियम की संबंधित धाराओं को शामिल किया गया है।

गटर का निर्माण कार्य घटिया होने का आरोप

■ **ठेकेदार के निर्माण कार्य की हो जांच**
■ **श्रीरंग नगर से श्रद्धा अपार्टमेंट तक चल रहा है निर्माण**



भिंवंडी. कमला होटल के पीछे स्थित रहिवासी एरिया श्रीरंग नगर से श्रद्धा अपार्टमेंट तक चल रहे बड़े नाले के निर्माण कार्य में ठेकेदार द्वारा मनमानी तरीके से घटिया निर्माण अंजाम देने का गंभीर आरोप स्थानीय सामाजिक कार्यकर्ता व श्रद्धा सोसायटी चेयरमैन टाकुर श्रीराज सिंह ने मनपा आयुक्त अनमोल सागर को भेजे लिखित ज्ञापन द्वारा किया है। गौरतलब हो कि, भिवंडी मनपा आयुक्त अनमोल सागर को दिए

लिखित ज्ञापन में श्रीराज सिंह ने बताया है कि मनपा वाई समिति क्रमांक 3 अंतर्गत कमला होटल के पीछे श्रीरंग नगर से श्रद्धा अपार्टमेंट की गटर 2 माह पूर्व तोड़ दी गयी है, जिसका निर्माण कार्य 10 दिन पूर्व प्रारंभ किया गया है, उक्त गटर बड़ी होने के कारण इसमें पानी भी काफी



मात्रा में रहता है, आरोप है कि, गटर निर्माण नियोजित तरीके से नहीं होने से दुर्घि फैल रही है, जिससे हमारी सोसायटी में बड़े पैमाने पर बीमारी फैलने की संभावना से इंकार नहीं किया जा सकता है। ठेकेदार को बार-बार समझाया कि उक्त पानी को हमारी सोसायटी के अगले

हिस्से में छोड़ दिया जाए, लेकिन वे कुछ भी करने और जनहित समस्या निदान के लिए तैयार नहीं हैं। गटर निर्माण का जो काम चल रहा है वह बहुत धीमी गति से चल रहा है। अभी एक माह के भीतर मानसून सीजन आना है, जिससे परेशानी और बढ़ेगी। गटर निर्माण कार्य में भारी भ्रष्टाचार हो रहा है, घटिया निर्माण की वजह से गटर का काम दिन में नहीं बल्कि रात में किया जाता है, ऐसा प्रतीत होता है कि गटर का कार्य निम्न गुणवत्ता और घटिया है, शिकायत कर्ता श्रीराज सिंह ने आयुक्त से मांग किया है कि जनहित मामले को गंभीरता को ध्यान में रखते हुए वास्तविक कार्य का निरीक्षण कर कार्य को बेहतर गुणवत्ता से करने तथा परेशानी को दूर करने हेतु उचित कार्यवाही करें।

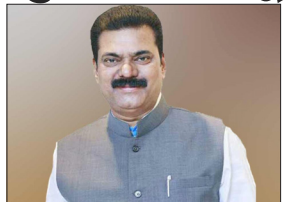
महेश गायकवाड़ समर्थकों ने की चौकीदार की पिटाई

कल्याण. शिवसेना नेता एवं पूर्व नगरसेवक महेश गायकवाड़ का विवादों से पीछा नहीं छूट रहा है। ताजा मामला एक स्कूल है, जिसमें गायकवाड़ खुद ट्रस्टी हैं। इसी स्कूल प्रबंधन ने गायकवाड़ पर धमकी देने का आरोप लगाया है, जबकि गायकवाड़ समर्थकों ने स्कूल के चौकीदार की जमकर पिटाई कर दी। वहीं दूसरी तरफ महेश गायकवाड़ ने स्कूल में महिला ट्रस्टी और उसके प्रेमी के साथ चल रहे कुकृत्य का पूरा सीसीटीवी और वीडियो पुलिस प्रशासन और चैरिटी कमिश्नर को उपलब्ध कराने का दावा किया है। अंबे देवना गृहत्वपूर्ण होगा कि पुलिस इस मामले में क्या कार्रवाई करती है।

आतंकवादियों को जहन्नुम भेज कर PM मोदी ने चुकाई 'सिंदूर' की कीमत

■ **पूर्व केंद्रीय राज्यमंत्री कपिल पाटील की प्रतिक्रिया**

भिंवंडी. पहलगाम में निर्दोष पर्यटकों की निर्मम हत्या की आज सूची श्रद्धांजली मिल गई, पंतप्रधान नरेंद्र मोदी ने 'सिंदूर' की कीमत पाकिस्तान पर हमला कर चुकाई है। उक्त प्रतिक्रिया पूर्व केंद्रीय राज्यमंत्री कपिल पाटील ने व्यक्त करते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी सेना के जवानों के वीर कौशल की प्रशंसा की, उन्होंने देश की सेना के वीर जवानों का अभिनंदन किया, पूर्व केंद्रीय मंत्री पाटिल ने कहा कि



पहलगाम में पर्यटकों पर हुआ निर्मम हमला 140 करोड़ देशवासियों की आस्था व अस्मिता पर प्रहार था, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने जम्मू-काश्मीर के अशांत वातावरण को परिवर्तित करने के लिए कई अहम कदम उठाए, मोदी के कुशल नेतृत्व में भारत देश प्रगति पथ पर निरंतर आगे बढ़ रहा है, आतंकवादियों द्वारा

कश्मीर में वर्षों से की जा रही निर्मम हत्या का बदला सेना जरूर लेगी, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भारतीय सेना को खुली छूट देकर आतंकवाद की जड़ को समूल नष्ट किए जाने के निर्देश भारतीय सेना को दिए हैं जिसका सभी देशवासियों को फरक है, प्रधानमंत्री मोदी आतंकवाद की जड़ पाकिस्तान को कराार सबक सिखाएंगे, आपरेशन सिंदूर तो एक झंकी है अभी पिकचर बाकी है, प्रधानमंत्री मोदी के साथ समूचा देश एवं विपक्ष कंधे से कंधा मिलाकर आतंकवाद के सफाए के लिए एकजुट होकर खड़ा है जो स्वागतयोग्य है।

एसएसटी महाविद्यालय के विद्यार्थियों की बारहवीं की परीक्षा में शानदार सफलता

उल्हासनगर. अपनी गौरवपूर्ण सफलता की परंपरा को कायम रखते हुए, इस वर्ष भी उल्हासनगर स्थित एसएसटी महाविद्यालय के विद्यार्थियों ने बारहवीं की बोर्ड परीक्षा में शानदार सफलता हासिल की है। इस वर्ष महाविद्यालय का विज्ञान शाखा का परिणाम 94.44%, वाणिज्य शाखा का 88.94% और कला शाखा का परिणाम 76.47% रहा।

वाणिज्य शाखा में अर्जुन गुप्ता ने 87.33% अंक प्राप्त कर प्रथम स्थान, सृष्टि त्रिपाठी ने 84.67% अंक प्राप्त कर द्वितीय स्थान और आलक्या इलोनी ने 83% अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान प्राप्त किया। वहीं विज्ञान शाखा में रोहन पवार ने 79.83% अंक लेकर प्रथम स्थान,



अर्जुन गुप्ता (कामर्स)
(87.33%)



रोहन पवार (साइंस)
(79.83%)



धनश्री तरे (आर्ट्स)
(71.83%)

अभिषेक मुदलियार ने 76.33% अंक लेकर द्वितीय स्थान और शुभम साहू ने 71.50% अंक लेकर तृतीय स्थान प्राप्त किया। कला शाखा में धनश्री तरे ने 71.83% अंक लेकर प्रथम, वर्षा घोरपडे ने 62.83% अंक लेकर द्वितीय और शुभांगी रौराडे ने 61.83% अंक प्राप्त कर तृतीय स्थान प्राप्त किया।

सभी सफल विद्यार्थियों को महाविद्यालय का प्रबंधन, संस्थापक प्राचार्य डॉ. पुर स्व न 1, आ ई क्यू ए सी समन्वयक डॉ. खुशबू पुरस्वानी, कनिष्ठ महाविद्यालय के उपप्राचार्य प्रो. देविदास जळकोटे, सभी प्राध्यापक, शिक्षण और शिक्षकेतर कर्मचारी तथा विद्यार्थियों ने शुभकामनाएं बढ़ाई हैं। बारहवीं के बाद करियर के विभिन्न रास्तों के संदर्भ में महाविद्यालय की ओर से विद्यार्थियों को मार्गदर्शन भी प्रदान किया जा रहा है।

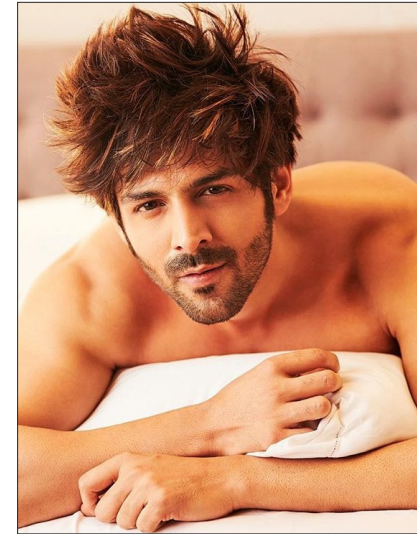
एक सप्ताह के लिए ठाणे-बेलापुर मार्ग बंद

नवी मुंबई. आइकिया के निकट ठाणे-बेलापुर मार्ग पर सड़क कंक्र्रीटिंग कार्य के मद्देनजर, नवी मुंबई यातायात विभाग ने राजमार्ग के एक हिस्से पर एक सप्ताह के लिए पूर्ण रूप से यातायात बंद करने की घोषणा की है। नवी मुंबई मनपा द्वारा किया जाने वाला यह कार्य बुधवार रात 9 बजे से 14 मई की मध्यरात्रि तक चलेगा। तुरंत यातायात प्रभाग के वरिष्ठ पुलिस निरीक्षक द्वारा दी गयी जानकारी के अनुसार, यातायात की भीड़ भाड़ से बचने और जनता को होने वाली असुविधा को कम करने के लिए उपाय किए जा रहे हैं। पुलिस उपायुक्त (यातायात) तिरुपति काठडे ने गृह विभाग की अधिसूचना के अनुसार यातायात प्रतिबंध लगाते हुए एक आधिकारिक अधिसूचना जारी की है।

दोस्ताना-2 से निकाले गए कार्तिक आर्यन

■ **करण जौहर से मतभेद होने पर रुक गई थी फिल्म**
■ **विक्रांत मैसी कर सकते हैं रिप्लेस**

धर्मा प्रोडक्शंस की दोस्ताना 2 से कार्तिक आर्यन बाहर हो चुके हैं। एक रिपोर्ट के अनुसार, 2021 में कार्तिक आर्यन और करण जौहर के बीच हुए मतभेद से बंद हुई फिल्म दोस्ताना 2 एक बार फिर बनने की तैयारी में है, लेकिन कार्तिक अब फिल्म का हिस्सा नहीं हैं। रिपोर्ट के अनुसार, कार्तिक आर्यन ने अब धर्मा की फिल्म नागजिला में काम करना शुरू कर



दिया है, लेकिन वो दोस्ताना से

निकाल दिए गए हैं। अब फिल्म उनकी जगह एक्टर विक्रांत मैसी का नाम सामने आ रहा है। वहीं लक्ष्य अब भी फिल्म का हिस्सा हैं। एक सूत्र के मुताबिक, 'जब फिल्म को फिर से शुरू करने की बात हुई, तो लक्ष्य को बनाए रखना तय था। दोस्ताना जैसी फिल्म में दो मेल एक्टर्स की

विक्रांत इस रोल में बिल्कुल फिट बैठते हैं।' बताया जा रहा है कि विक्रांत डॉन 3 में भी नजर आ सकते हैं। फिलहाल इसको लेकर धर्मा प्रोडक्शन की ओर से कोई आधिकारिक ऐलान नहीं हुआ है।

फिल्म की घोषणा साल 2019 में हुई थी

गौरतलब है कि फिल्म की घोषणा साल 2019 में हुई थी। उस समय फिल्म में कार्तिक आर्यन, जान्हवी कपूर और लक्ष्य को लिया गया था। शूटिंग शुरू भी हो गई थी, लेकिन 21 दिन बाद कार्तिक और करण जौहर के बीच मतभेद हो गए। धर्मा ने इसे क्रिएटिव डिफरेंस बताया और फिल्म बंद कर दी गई।

उल्हास
NEWS
FOLLOW US
@ulhasvikas ulhasvikas@gmail.com
Google Play

उल्हास
NEWS
GET IT ON ULHAS VIKAS
Google Play
Subscribe to our **ULHAS VIKAS**
YouTube Channel
Subscribe

Late Shri. ASHOK U. BODHA
18-03-1945 to 19-12-2017

सुमंड, ठाणे, नवी मुंबई, पनवेल, रायगड, उल्हासनगर, कल्याण एवं अंबानाथ का लोकप्रिय हिंदी दैनिक

सब पे नजर, सबकी खबर Since 1985

www.ulhasvikas.com
epaper.ulhasvikas.com
Chief Editor **Hero Ashok Bodha**
L.L.B., BMM, MA (PS)