सच कहने की ताकत

साप्ताहिक समाचार पत्र

जालंधर ब्रीज

www.jalandharbreeze.com • JALANDHAR BREEZE • WEEKLY • YEAR-2 • 14 JULY TO 20 JULY 2021 • VOLUME-50 • PAGE-4 • RATE-3.00/- • RNI NO.: PUNHIN/2019/77863

सुविचार

आप जो करते हैं उसका असर पूरी दुनिया पर होता है
और
जो पूरी दुनिया करती है उसका असर आप पर होता है...

मास्क जरूरी,
नहीं कोई मजबूरी

Lic No : 933/ALC-4/LA/FN:1184
INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE
ISO CERTIFIED 2015 COMPANY
INNOVATIVE TECHNO INSTITUTE
CONSULTING DESIGN TRAINING
✓ STUDY ✓ WORK ✓ SETTLE IN ABROAD
Low Filing Charges &
*Pay Money after the visa
•IELTS •STUDY ABROAD
CANADA AUSTRALIA USA U.K SINGAPORE EUROPE
E-mail : ankush@innovativetechin.com • hr@innovativetechin.com • Website : www.innovativetechin.com • FB/Innovativetechin • Contact : 9988115054 • 9317776663
REGIONAL OFFICE : S.C.O No. 10 Gopal Nagar, Near Batra Palace, Jal. HEAD OFFICE : S.C.O No. 21-22, Kuldip Lal Complex, Highway Plaza GT Road, Adjoining Lovely Professional University. Phagwara.
*T&C apply

मोदी सरकार ने केंद्रीय कर्मचारियों को दिया बड़ा तोहफा

महंगाई भत्ता किया 28 फ़ीसदी

• नई दिल्ली.ब्यूरो

केंद्र सरकार के कर्मचारियों व पेंशनधारियों के लिए राहत की ख़बर आई है। महंगाई भत्ते की बढ़ोत्तरी पर लगी रोक हटाने का फ़ैसला किया गया है। महंगाई भत्ते की दर अब 17 फ़ीसदी से बढ़कर 28 फ़ीसदी हो गई है।

फ़ैसले के बाद अब सरकारी कर्मचारियों को मिलने वाली महंगाई भत्ते की दर वर्तमान के 17 फ़ीसदी से बढ़कर 28 फ़ीसदी हो गई है। इसका मतलब ये हुआ कि कर्मचारियों को 1 जनवरी 2020 से अबतक 17 फ़ीसदी की दर से महंगाई भत्ता मिल रहा था। फ़ैसले के मुताबिक़ नई दर इसी महीने से लागू हो जाएगी जिसका फ़ायदा जुलाई की तनख़्वाह में मिलेगी। मोदी सरकार के इस फ़ैसले का फ़ायदा केंद्र सरकार के क़रीब 48 लाख कर्मचारियों और 65 लाख पेंशनधारियों को होगा। पिछले साल कोरोना महामारी की शुरुआत के बाद महंगाई भत्ते की बढ़ोत्तरी पर रोक लगा दी गई थी। ये रोक 30 जून 2021 तक लगाई गई थी। केंद्रीय कर्मचारियों के महंगाई भत्ते की हर छह महीने पर समीक्षा की जाती है। लेकिन सरकार के फ़ैसले के चलते 1 जनवरी 2020, 1 जुलाई 2020 और 1 जनवरी 2021 से लागू होने वाली महंगाई भत्ते की तीन नई किस्तों पर रोक लगा दी गई थी। अब मोदी सरकार ने इस बढ़ोत्तरी पर लगी रोक हटा ली है। सरकार के इस फ़ैसले से सरकारी ख़ज़ाने पर 34400 करोड़ रुपए का अतिरिक्त बोझ पड़ेगा।

खेत कामगारों व भूमि रहित काश्तकारों का 590 करोड़ का कर्ज़ माफ करने का ऐलान

• चंडीगढ़.ब्यूरो

मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिंदर सिंह ने खेत कामगारों व भूमि रहित काश्तकारों के लिए कृषि ऋण स्कीम के अंतर्गत 590 करोड़ रुपए का उधार पर लिया हुआ ऋण माफ करने का ऐलान किया है जिससे मुख्यमंत्री द्वारा अपनी सरकार के एक और प्रमुख वादे को पूरा किये जाने का रास्ता साफ हो गया। मंगलवार को हुई उच्च-स्तरीय मीटिंग के बाद एक सरकारी प्रवक्ता ने बताया कि 20 अगस्त को राज्य स्तरीय समारोह दौरान यह चैक जारी किये जाएंगे। मुख्यमंत्री ने कहा कि पंजाब सरकार द्वारा प्राथमिक सहकारी सभाओं के 2,85,325 सदस्यों का 590 करोड़ रुपए का ऋण माफ किया जायेगा जिससे हर मैंबर को 20,000 की राहत मुहैया होगी। उन्होंने वित्त और सहकारिता विभागों को इस फ़ैसले को ज़मीनी स्तर पर कारगर ढंग से अमल में लाने के लिए प्रक्रिया को अमलीजामा पहनाने के आदेश दिए हैं।

पंजाब सरकार ने पंजाब कृषि सहकारी सभाएं-2019 के अंतर्गत खेत कामगारों और भूमि रहित काश्तकार सदस्यों के लिए ऋण राहत स्कीम बनायी थी जिसके घेरे में राज्य में पंजाब कृषि सहकारी सभाओं के माध्यम से ज़िला केंद्रीय सहकारी बैंकों द्वारा सहकारी सभाओं के सदस्यों को दिए गए कन्सम्शन लोन शामिल होंगे।

कैप्टन ने यह ऐलान मुख्यमंत्री के प्रमुख प्रोग्राम 'ऋण राहत स्कीम' के अधीन किसानों के ऋण माफ करने के बाद किया गया है। पंजाब कांग्रेस द्वारा साल 2017 में ऋण माफी का चुनावी वादा किया गया था जिसके अंतर्गत इस स्कीम अधीन अब तक 5.64 लाख किसानों का 4624 करोड़ रुपए का ऋण माफ किया गया है।

'बरगाड़ी बेअदबी मामले में डेरा प्रमुख समेत किसी को भी क्लीन चिट नहीं'

चंडीगढ़. श्री गुरु ग्रंथ साहिब के पवित्र सरूपों की बेअदबी सम्बन्धी मामलों की जांच सही दिशा की ओर बढ़ रही है, इस बात पर ज़ोर देते हुये स्पैशल इनवैस्टीगेशन टीम (एसआईटी) के प्रमुख एसपीएस परमार ने सोशल मीडिया के गलत प्रचार को नकारते हुये डेरा प्रमुख गुरमीत राम रहीम या किसी अन्य व्यक्ति को क्लीन चिट दिये जाने से इंकार किया है।

मीडिया में विभिन्न समूहों /व्यक्तियों की टिप्पणियों पर प्रतिक्रिया देते हुये एस.आई.टी. प्रमुख ने कहा कि कोई भी कानून से ऊपर नहीं है और यदि चल रही जांच के दौरान किसी भी समय किसी भी व्यक्ति के विरुद्ध सबूत मिलते हैं तो ऐसे व्यक्तियों के विरुद्ध कानून अनुसार बनती कार्यवाही की जायेगी। परमार ने बताया कि बरगाड़ी और बुर्ज जवाहर सिंह वाला से सम्बन्धित तीन मामलों की जांच अभी भी चल रही है। थाना बाजाखाना में दर्ज एफआईआर अनुसार, यह स्पष्ट तौर पर दर्शाया गया है कि यदि बेअदबी सम्बन्धी मामलों के लिए चल रही जांच के दौरान किसी के विरुद्ध कोई सबूत सामने आता है तो उसे गिरफ़्तार किया जायेगा और उसके विरुद्ध पूरक चालान पेश किये जाएंगे।

गुरनाम सिंह चढ़ूनी पर बड़ी कार्रवाई, संयुक्त किसान मोर्चा ने किया निलंबित

चंडीगढ़. भारतीय किसान यूनियन के हरियाणा प्रदेश अध्यक्ष गुरनाम सिंह चढ़ूनी पर बड़ी कार्रवाई की गई है। उन्हें संयुक्त किसान मोर्चा से सात दिन के लिए निलंबित कर दिया गया है। दरअसल, गुरनाम सिंह चढ़ूनी मिशन पंजाब को लेकर लगातार बयानबाजी कर रहे थे। इसी आधार पर उन पर कार्रवाई की गई है। इसके अलावा संयुक्त किसान मोर्चा ने उत्तर प्रदेश और उत्तराखंड में महापंचायत की

तारीखों का भी एलान किया है। सबसे बड़ी महापंचायत मुजफ्फरनगर में होगी।

गौरतलब है कि पिछले दिनों किसान नेता गुरनाम चढ़ूनी के मुख्यमंत्री मनोहर लाल को पाकिस्तानी कहने के बयान पर हरियाणा के गृह मंत्री अनिल विज ने भी तीखी प्रतिक्रिया दी थी। अनिल विज ने किसान आंदोलन की आड़ में हिंसा करने वालों पर निशाना साधा था और कहा था कि महात्मा गांधी के देश में हिंसक आंदोलन नहीं चल सकते। किसान आंदोलन के नेता पूरी तरह फेल हो चुके हैं।

मेहनत व समर्पण सफलता की है कुंजी : भुल्लर

जालंधर. पुलिस कमिश्नर गुरप्रीत सिंह भुल्लर ने आज चल रही पुलिस भर्ती रैली के इच्छुक युवा पीढी को इस सुनहरी अवसर को प्राप्त करने के लिए स्वंय को पूरी तरह समर्पित करने की अपील की। पुलिस लाईन, जालंधर में युवाओं के साथ बातचीत करते हुए पुलिस कमिश्नर ने कहा कि एकाग्रता, सख़्त मेहनत और समर्पण सफलता की कुंजी है और उन्हें पूरे जोश और उत्साह के साथ अपने लक्ष्य का पीछा करना चाहिए। भुल्लर ने सुझाव

दिया कि इच्छुक उम्मीदवारों को अपना पूरा ध्यान अकादमिक और शारीरिक प्रशिक्षण पर केंद्रित करना चाहिए, जो कि पुलिस लाईन में कमिश्नरेट पुलिस की तरफ से दी जा रही है। उन्होनें इस अवसर पर अर्जुन की मिसाल भी दी, जिसने अपने निशाने को दृढ़ता और एकाग्रता के साथ प्राप्त किया। उन्होनें इच्छुक उम्मीदवारों को भी पुलिस भर्ती रैली में इसी तरह का जोश और जुनून दिखाने की बात की।

पुलिस कमिश्नर ने कहा कि पुलिस कमिश्नरेट की तरफ से उम्मीदवारों को शारीरिक के इलावा अकादमिक प्रशिक्षण प्रदान करने के लिए प्रसिद्ध कोचिंग संस्थानों के साथ परीक्षा की तैयारी को भी यकीनी बनाया गया है।

पुडा विभाग : सरकार को सिर्फ पैसा जमा करवाओ और सुविधाओं के नाम पर ठेंगा पाओ

• जालंधर ब्रीज.विशेष रिपोर्टर

पंजाब में अगर आप कोई भी प्लाट खरीदते हैं, चाहे वह वैध कालोनी हो या अवैध कालोनी हो हालात दोनों के एक जैसे हैं। परंतु कीमतों में भारी अंतर है। जो लोग वैध कालोनियों में प्लाट खरीदने की समर्था नहीं रखते वे अवैध कालोनियों की ओर आकर्षित हो जाते हैं। क्योंकि सरकार सस्ती दुकान, प्लाट देने में पूरी तरह विफल साबित हुई है। वहीं बेरोजगार व्यक्ति के पास उन अवैध कालोनियों में दुकान अथवा प्लाट खरीदने के अलावा कोई और रास्ता नहीं बचता और पंजाब में कांग्रेस की सरकार वैध और अवैध कॉलोनियों को लेकर पिछले 4 साल से ज्यादा समय बीत जाने के बाद भी चर्चा में बनी हुई है।

जहां लोगों को अपने प्लाट या बिल्डिग का पैसा जमा करवाने के बाद भी प्रशासन द्वारा कोई भी सुविधा नहीं दी गई है जिसमें मुख्य रूप से सड़क, पानी और लाइट न मिल पाना गंभीर मुद्दे बताए गए हैं। वहीं दूसरी ओर पुडा द्वारा काटी गई वैध मार्किट अर्बन एस्टेट फेज 2 के लोग भी सरकार को लाखों रुपए सरकारी फीस जमा करवाने के बाद भी मूलभूत सुविधाओं से वंचित हैं।

जिक्रयोग्य है कि जालंधर मॉडल टाउन और ज्योति चौंक जैसे एरिया में पार्किंग में जगह न मिल पाने के कारण वाहन खड़े करने के लिए वाहन चालकों को हमेशा दिकक्तों का सामना करना पड़ता है। वहीं दूसरी तरफ वाहनों के गलत पार्किंग के कारण ट्रैफिक विभाग के कर्मचारी चालान काटते और गाड़ी टो करते हुए देखे जाते हैं। लोगों ने बताया कि जालंधर डेवलपमेंट अथॉरिटी (जेडीए) द्वारा प्लाट होल्डर्स से अर्बन एस्टेट फेज 2 मार्किट में कमर्शियल जगह के करोड़ों रुपए वसूलने के बावजूद विभाग द्वारा न तो मार्किट के अंदर जाने के लिए टूटी हुई सड़कों को रिपेयर किया गया है। वहीं मार्किट के अंदर जगह-जगह सीवेरज के ढक्कन खुले पड़े हैं। अब तो स्थिति यह है कि खाली पड़े प्लाटों में जगह-जगह नशेड़ियों ने नशा करने के लिए जगह बना ली है और नशेड़ी अक्सर यहां पर छुप-छुप कर नशा करते देखे जा सकते हैं। गौरतलब है कि जालंधर शहर के अंदर कोई उचित प्लानिंग न होने से पार्किंग एक मुख्य समस्या बनी हुई है।

लोग अगर ऐसे भीड़-भाड़ वाले बाजार में खरीदारी के लिए आते हैं तो उन्हें अपने वाहनों को पार्किंग के लिए भटकना पड़ता है और मजबूरी में सड़क किनारे जहां जगह मिलता है वहीं अपने वाहनों को पार्क कर देते हैं। ऐसे में गलत पार्किंग के लिए टैफिक पुलिस या तो चालान काटते हैं अथवा गाड़ी को टो करके ले जाते हैं। गौर करने वाली बात यह है कि जालंधर में चंडीगढ़ के सेक्टर -17 की तर्ज़ पर अर्बन एस्टेट फेज 2 में जेडीए द्वारा लोगों को प्लाट दिए गए हैं और पार्किंग की सुविधा होने के कारण लोगों द्वारा उक्त प्लाट ख़रीदे गए थे। क्यों नहीं विभाग इस जगह को व्यवस्थित कर लोगों को वैध मार्किट में करोड़ों रुपए देने के बावजूद मूलभूत सुविधाएं दे पा रहा है।

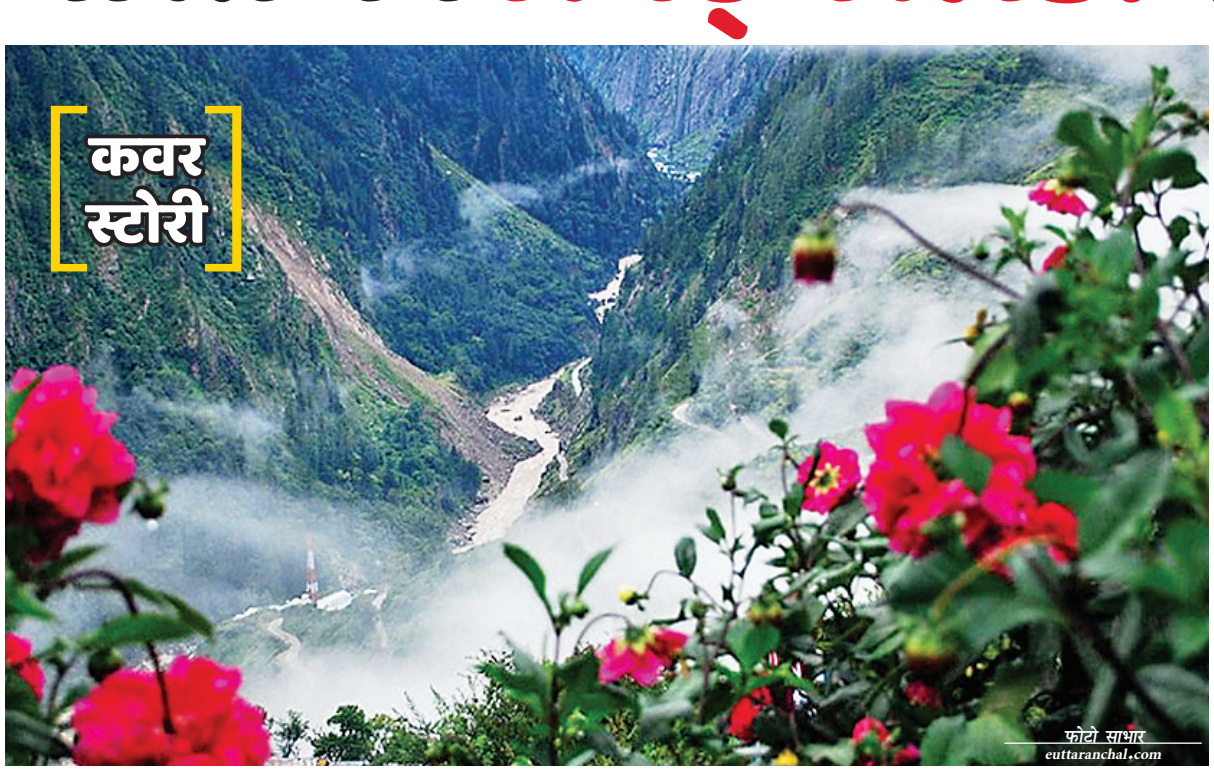
यह इस बात का प्रमाण है कि कालोनी वैध हो या अवैध सरकार को सिर्फ पैसा जमा करवाओ और सुविधाओं के नाम पर सिर्फ ठेंगा पाओ।

वैध कालोनी, अर्बन एस्टेट फेस-2 में टूटी-फूटी पार्किंग

अवैध कालोनी, चहेडू हाइवे प्लाजा टूटी-फूटी सड़कें

• कालोनी वैध हो या अवैध सरकार दोनों में सुविधाएं देने में फेल, हालात एक जैसे।

भारत का स्विट्जरलैंड! हैं उत्तरकाशी की ये जगहें



इन दिनों हर कोई बाहर घूमने जाने की प्लानिंग कर रहा है। कोरोना काल में आप वही जगह जाना पसंद करेंगे जहां भीड़भाड़ कम हो और आप परिवार के साथ क्वालिटी टाइम बिता सकें। ऐसे में आप हिमालय की तराई में बसें एक खूबसूरत और आकर्षित गांव हर्षिल जा सकते हैं। अगर आपको पहाड़ों पर समय बिताना पसंद है तो यह जगह आपके लिए किसी जन्नत से कम नहीं है। यहां की फिजोओं में अलग तरह का दिवानापन है। तो चलिए जानते है हर्षिल के बारे में...

कहां है हर्षिल ?

उत्तराखण्ड के गढ़वाल के उत्तरकाशी जिलें में स्थित हर्षिल बेहद ही खूबसूरत जगह है। यहां से गंगोत्री 21 किलोमीटर दूर है, जो कि हिन्दुए का प्रमुख स्थलों में से एक है। यहां से गंगोत्री का रास्ता बेहद ही खूबसूरत है।

कब और कैसे जाएं

हर्षिल जाने के लिए अप्रैल से जून का महीना या फिर सितंबर से नवंबर का महीना आच्छा है। यहां जाने के लिए आप ऋषिकेश से उत्तरकाशी और फिर वहां से हर्शिल और गंगोत्री की तरफ। उत्तरकाशी से लोकल गाड़िया आराम से मिल जाती हैं।

खासियत

हर्षिल में आपको निर्झर झरने, हिमाच्छादित पर्वत, कई किलोमीटर तक फैले देवदार और चिनार के घने जंगल और उसकी नीचे बहती भगीरथी की अविराल धारा देखने को मिलेगी। यहां आपको वो किताबों में बना पहाड़, पानी और आसमान के सुंदर रंग हकीकत में देखने को मिलेंगे। यहां के सेब भी खूब मशहूर है। जिनका अलग ही स्वाद होता है।

घूमने की जगह

यूं तो ये एक छोटा सा गांव है लेकिन इसके आसपास में घूमने की बहुत सी जगह हैं। आप यहां गंगोत्री राष्ट्रीय उद्यान जा सकते हैं। ये हर्षिल से 30 किमी की दूरी पर है। इस जगह को अल्पाइन के पाड़ों, संकरी घाटियों की वजह से जाना जाता है। हर्षिल से 21 किलोमीटर दूर गंगोत्री धाम है। चारों धामों में से एक गंगोत्री धाम पर गंगा जी का एक मंदिर भी है। इसके अलावा भी हर्षिल में घूमने लायक खूब जगह हैं। जैसे मुखवास ग्राम, सत्तल याना सात झीलों का समूह, गंगनानी और धराली गंगोत्री।

कैसे पहुंचे?

बाय एयर : निकटतम हवाई अड्डा देहरादून में जॉली ग्रांट एयरपोर्ट है, जो उत्तरकाशी मुख्यालय से लगभग 200 किमी दूर है। देहरादून हवाई अड्डे से उत्तरकाशी तक टैक्सी तथा बस सेवाएँ उपलब्ध हैं।

ट्रेन द्वारा : ऋषिकेश, हरिद्वार और देहरादून सभी जगह रेलवे स्टेशन हैं। उत्तरकाशी से निकटतम रेलवे स्टेशन ऋषिकेश (लगभग 100 किमी) है। ऋषिकेश से उत्तरकाशी बस/टैक्सी से पहुंचा जा सकता है।

सड़क के द्वारा : राज्य परिवहन की बसें उत्तरकाशी और ऋषिकेश (200 किमी) के बीच नियमित रूप से चलते हैं। स्थानीय परिवहन संघ और राज्य परिवहन की बसें तथा टैक्सी उत्तरकाशी और ऋषिकेश (200 किमी), हरिद्वार (250 किमी), देहरादून (200 किलोमीटर)के बीच नियमित रूप से चलते हैं। हर्षिल घाटी जिला मुख्यालय,उत्तरकाशी से 100 किमी है ।

सोने से पहले की यह तैयारी बनाएगी आपको जवां

दिन भर की थकान के बाद जब आप सोने जाती हैं तो कभी सोचती हैं कि क्या आपके साथ साथ आपकी त्वचा और आपके बाल भी सोने के लिये तैयार हैं?

दिन भर की थकान के बाद जब आप सोने जाती हैं तो कभी सोचती हैं कि क्या आपके साथ साथ आपकी त्वचा और आपके बाल भी सोने के लिये तैयार हैं। नहीं आप ऐसा बिल्कुल नहीं सोचती। लेकिन क्या आप जानती हैं कि सोने से पूर्व बालों की और त्वचा को भी सोने के लिए तैयार करना आवश्यक है। आइये जानते हैं बालों और त्वचा को सोने से पहले कैसे ठीक रखें।

सोने से पहले बालों की तैयारी

सबसे पहले तो गंदे बाल लेकर न सोयें। यदि आप ऐसा करती हैं तो आप रोमछिद्रों को बंद कर रही हैं।

दूसरी बात गीले बालों के साथ न सोयें। यदि आप आड़े तिरछे बालों के साथ उठना नहीं चाहती हैं तो जरूरी है कि जब आप सोती हैं उस समय आपके बाल लगभग सूखे होने चाहिए।

उलझे हुए बाल लेकर न सोयें।

अपने बालों को ऊपर पोनी में बांधें जिससे सिर की त्वचा सांस ले सके। बहुत कसकर न बांधें अन्यथा सिर के आगे के बाल पतले होने लगते हैं। बालों को ढीला बांधें, विशेष रूप से जब आपके बाल लम्बे हों, अन्यथा सोते समय आपके बाल झटके से

खिंच सकते हैं।

सामने की ओर से बालों को ऊपर की ओर उठाते हुए मध्य तक लायें। धीरे धीरे कंघी करें तथा उनका जूडा बनायें। यह बालों की प्राकृतिक दिशा की विपरीत दिशा में काम करने जैसा होता है। जब आप सुबह उठेंगे तो आपके बाल भरे हुए (घने) दिखेंगे जैसे आपने इन्हें ब्लो ड्राय किया हो।

चेहरा

क्लींजिंग, मौस्चराइजिंग और धूप से संरक्षण ये तीन चीजे आपकी त्वचा के लिए बहुत ही लाभकारी हैं।

सोने से पहले क्लींजिंग लोशन का उपयोग करके पूरा मेकअप साफ करें।

एक अच्छे फेस वाश से चेहरे को धोएं। त्वचा के प्रकार की परवाह किये बिना एंटी औक्सीडेंट युक्त मौस्चराइजर का उपयोग करें।

आप अपनी त्वचा के लिए कम से कम इतना तो कर ही सकती हैं तथा यह सब आपको 20 वर्ष की आयु के बाद ही प्रारंभ कर देना चाहिए।

नीम फेस पैक से बनाए स्किन को साफ और बेदाग

घर पर बने नीम मास्क को चेहरे पर लगाकर दमकती स्किन पायी जा सकती है। नीम में बहुत ही उपयोगी प्रापर्टीज जो है आपके लिए बहुत ही फायदेमंद...

आप यह जानते हैं कि नीम आपकी त्वचा के लिए कितना असरदार है तो चलिए हर्बल नीम मास्क के बारे में जानते हैं। मास्क अच्छी तरह काम करे इसके लिए जरूरी है कि पहले बेसिक त्वचा के रख रखाव के नियम का पालन किया जाये।

चेहरे को दिन में दो बार क्लिन्जर से साफ करें, मेकअप के साथ कभी न सोएं। अपनी त्वचा को बार बार न छुएं और चाहे कितने भी व्यस्त हों सनस्क्रीन लगाना कभी न भूलें। यहां पर आसान तरीके दिए गए हैं जिससे घर पर बने नीम मास्क को चेहरे पर लगाकर आकर्षक त्वचा पायी जा सकती है।

नीम और गुलाबजल

इस मास्क में एंटी बैक्टीरियल गुण होते हैं जिससे चेहरे पर पड़े दाग धब्बे मिट जाते हैं।

कैसे काम करता है

मुट्ठी भर नीम के पत्तों को लेकर पाउडर बना लें। इस पाउडर में गुलाबजल मिलाकर पेस्ट बना लें। अब इसे चेहरे और गर्दन पर लगा लें। 15 मिनट बाद धो लें।

नीम, बेसन और दही

इस मास्क से कील मुहांसे कम होते हैं, दाग धब्बे मिटते हैं और चेहरे पर चमक आती है।

कैसे काम करता है

एक बड़े चम्मच बेसन में एक छोटा चम्मच नीम का पाउडर दही की मदद से मिला कर पेस्ट बना लें। चेहरे को धोने के बाद यह मास्क लगा लें। इसे 15 मिनट तक रहने दें और उसके बाद धो लें। इस मास्क को हफ्ते में दो बार लगाएं और असरदार परिणाम पाएं।

नीम, चन्दन और दूध

इस मास्क से चहरे पर निखार आता है, यह चेहरे को साफ करता है जिससे त्वचा साफ और कोमल हो जाती है।

कैसे काम करता है

एक छोटे चम्मच चन्दन पाउडर में आधा चम्मच नीम पाउडर, दूध के साथ मिलाकर पेस्ट बना लें। अब इसे चेहरे और गर्दन पर लगा लें। आधे घंटे बाद चेहरे को पानी से धो कर स्क्रब कर लें।

नीम और शहद

इस घर पर बने मास्क से थकी हुई त्वचा में जान आती है और चेहरे पर तेल को बनने से रोकता है।

कैसे काम करता है

कुछ नीम के पत्तों को निचोड़कर पेस्ट बना लें और इसमें एक बड़ा चम्मच शहद मिला दें। अच्छे से चला लें और चेहरे और गर्दन पर लगा लें। आधे घंटे बाद धो लें।
नीम और पपीता

इस मास्क में मौजूद एंटी बैक्टीरियल क्षमता चेहरे पर से धूल हटाती है और चेहरे पर चमक लाती है।

कैसे काम करता है

एक पके हुए पपीते को निचोड़कर उसका पल्प निकाल लें और इसमें एक छोटा चमच नीम का पाउडर मिला लें। इन्हें अच्छी तरह मिला लें। अब चेहरे और गर्दन पर अच्छी तरह लगा लें। आधे घंटे तक रहने दें और उसके बाद धो लें।

नीम और टमाटर

इस मास्क में बीटा कैरोटीन और लयकोपीन होता है जो त्वचा को फ्री रेडिकल से बचाता है, त्वचा को कोमल बनाता है और टेन से मुक्ति दिलाता है।

कैसे काम करता है

टमाटर को निचोड़कर उसका पल्प निकाल लें और इसमें नीम पाउडर मिला लें। इसे चहरे पर लगा लें। चेहरे पर इस मास्क को 15 मिनट तक लगा रहने दें और उसके बाद धो लें।

नीम, तुलसी और शहद

इस हर्बल मास्क से चेहरे की धूल हटती है, कील मुहांसे बनांने वाले बैक्टीरिया मरते हैं और त्वचा स्वस्थ रहती है।

कैसे काम करता है

मुट्ठी भर तुलसी और नीम के पत्तों को सूखने के लिए रख दें। सूख जाने के बाद इसका पाउडर बना लें। इस पाउडर में एक बड़ा चम्मच शहद मिला लें। इस पेस्ट को चेहरे और गर्दन पर अच्छी तरह लगा लें। इसे सूखने दें। गोल गोल स्क्रब करें और धो लें।

नीम,दही और हल्दी

इस मास्क में जिसमें चेहरे पर ज़्यादा तेल न बनने देने की क्षमता है, इसमें लैक्टिक एसिड और हल्दी भी है जिससे चेहरे पर पड़े दाग धब्बे मिट जाएंगे और चेहरा मुलायम रहेगा।

कैसे काम करता है

एक छोटे चम्मच नीम पाउडर में एक बड़ा चम्मच दही और चुटकी भर हल्दी मिला लें। इसे चेहरे पर लगा लें। इसे सूखने दें और उसके बाद धो लें।

मखाने खाएंगे तो होगा कई समस्याओं का समाधान

मखानों में आयरन, विटामिन, कैल्शियम, एंटी वायरल, एंटी ऑक्सीडेंट जैसे गुण मौजूद होते हैं, जो कि शरीर को कई फायदे पहुंचाते हैं। इसे खाने से शरीर को कई तरह की बीमारियों से लड़ने में मदद मिलती है। इसी बीच आज हम आपको मखानों से मिलने वाले फायदो के बारे में बताएंगे।

मखानों को कमल के फूलों के बीज से तैयार किया जाता है। यह ड्राई फ्रूट्स के रूप में तैयार किया जाता है। यह खाने में भी स्वादिष्ट होता हैं। इसमें काफी पोष्टिक गुण मौजूद होते हैं।

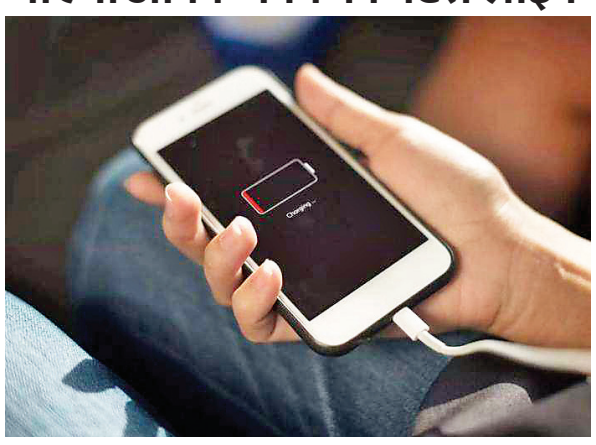
मखानों में आयरन, विटामिन, कैल्शियम, एंटी वायरल, एंटी ऑक्सीडेंट जैसे गुण मौजूद होते हैं, जो कि शरीर को कई फायदे पहुंचाते हैं। इसे खाने से शरीर को कई तरह की बीमारियों से लड़ने में मदद मिलती है। इसी बीच आज हम आपको मखानों से मिलने वाले फायदो के बारे में बताएंगे। जानें मखाने खाने के फायदे दिल यह शरीर के को कम करने में मदद करता है। जिस कारण ब्लड प्रेशर कंट्रोल में रहता है और दिल हेल्दी रहता है। ऐसे में दिल से जुड़ी बीमारियां होने का खतरा कम रहता है।

स्किन इसमें एंटी एजिंग के गुण पाए जाते हैं। जिस कारण इसके सेवन से बढ़ती उम्र के प्रभाव को कम करने में मदद मिलती है। इसके साथ ही दाग-धब्बे, पिंपल्स की दिक्कतें भी दूर होती हैं। वजन इसमें कैलोरी बहुत ही कम मात्रा में होती है। जिस वजह से इसे खाने से लंबे समय तक पेट भरा रहता है। इसके साथ ही इसे खाने से बाहर

की तली भुनी चीजें खाने का मन नहीं करता है। ऐसे में यह शरीर में जमी चर्बी को कम कर वजन कंट्रोल करता है। डायबिटीज डायबिटीज के रोगी को मखानें अपनी डाइट में जरूर शामिल करनी चाहिए। यह ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल करता है। स्ट्रेस दूर रहता है इसके लिए आप 1 गिलास गुनगुने दूध के साथ मखानों का सेवन करें। इससे आपका स्ट्रेस भी कम होगा और आपको नींद भी काफी अच्छी आएगी।

यूटीलिटी न्यूज

फोन चार्ज करते-करते हो गए हैं परेशान? तुरंत कर लें ये सेटिंग, बढ़ जाएगी आपके फोन की बैटरी लाइफ



नई दिल्ली. समय बदल रहा है और साथ ही साथ स्मार्टफोन टेक्नोलॉजी काफी ज्यादा एडवांस होती जा रही है। स्मार्टफोन निर्माता कंपनियां फोन के साथ-साथ उनकी बैटरी पर भी काम कर रही हैं। जैसे-जैसे फोन स्मार्ट हुए हैं तो अधिक फीचर्स होने की वजह से बैटरी की खपत भी बढ़ गई है। ऐसे में बैटरी को मजबूत करना और उसकी लाइफ को बढ़ाना काफी ज्यादा जरूरी हो गया है।

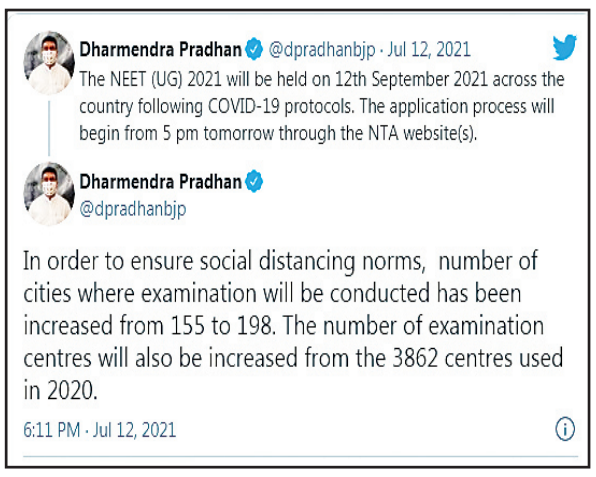
हम आपको उन टिप्स के बारे में बता रहे हैं जिससे आप एंड्रॉइड डिवाइस की बैटरी का ज्यादा इस्तेमाल कर सकते हैं। आप अपने स्मार्टफोन की बैटरी लाइफ बढ़ाने और चार्जिंग को लंबे समय तक चलाने के लिए इन तरीकों का पालन कर सकते हैं। वैसे तो आपके फोन की बैटरी लाइफ आपके स्मार्टफोन के टाइप पर निर्भर करती है। इसके लिए आप अपने स्मार्टफोन मैन्युफैक्चरर हेल्प साइट पर जाकर अपने स्मार्टफोन लिए मदद पा सकते हैं।

किन सेटिंग्स का करें चयन : ऐसी सेटिंग्स का चयन करें जिसमें बैटरी की खपत कम हो। इसके लिए आप अपनी डिवाइस के हिसाब से चयन कर सकते हैं। अपनी स्क्रीन को जल्द से जल्द बंद होने देना चाहिए। स्क्रीन की ब्राइटनेस को कम कर दें। ब्राइटनेस को ऑटोमैटिकली बदलने के लिए सेट कर सकते हैं। कीबोर्ड के साउंड या वाइब्रेशन बंद करना चाहिए। जो ऐप्स ज्यादा बैटरी का इस्तेमाल करती हैं तो उन पर प्रतिबंध होना चाहिए। एडेप्टिव बैटरी या बैटरी ऑप्टिमाइजेशन को टर्न ऑन करें। अनयूज्ड अकाउंट को डिलीट कर दें। इन सेटिंग्स को बदलने के लिए अपने स्मार्टफोन मैन्युफैक्चरर की हेल्प साइट पर जाएं।

हमेशा बैटरी का ख्याल रखने के लिए नियमित बातों का पालन करें

- हमेशा अपने स्मार्टफोन के साथ आने वाले पावर एडेप्टर का ही इस्तेमाल करना चाहिए।
- हमेशा बैटरी को कूल रखना चाहिए यानी कि हीट नहीं होने देना चाहिए।
- बैटरी को जरूरत से ज्यादा या कम चार्ज नहीं करना चाहिए।
- बैटरी को लंबे समय तक कैसे चलाएं:
- बैटरी सेवर और लो पावर मोड को चालू रखिए।
- उन चीजों को करने से बचें जिससे स्क्रीन ऑन रहती है।
- फोन को लगातार इंटरनेट से कनेक्ट न रखें।
- बहुत ज्यादा जानकारी संसाधित करने वाली चीजों से बचें।
- कनेक्टिविटी और लोकेशन को लिमिटेड रखें।
- बैटरी परेशानियों को दूर करें:
- अपने स्मार्टफोन को रिस्टार्ट (रिबूट) करें।
- एंड्रॉयड अपडेट्स के लिए चेक करें।
- ऐप अपडेट्स को चेक करें।
- फैक्टरी सेटिंग्स को रीसेट करें।

NEET 2021 : आ गई नीट 2021 की डेट, 12 सितंबर को होगी परीक्षा, जानें कब से करें अप्लाई



नई दिल्ली. मेडिकल यूजी प्रवेश परीक्षा नीट 2021 (NEET 2021) की तारीख की घोषणा कर दी गई है। एग्जाम की डेट बदल दी गई है। अब नीट का आयोजन 12 सितंबर 2021 को किया जाएगा। पहले यह परीक्षा 01 अगस्त 2021 को होनी थी। केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान ने ट्वीट कर इस बारे में जानकारी दी है।

शिक्षा मंत्री ने बताया है कि कोविड-19 गाइडलाइंस का पालन करते हुए परीक्षा केंद्रों की संख्या बढ़ा दी गई है। पहले नीट यूजी एग्जाम 2021 का आयोजन देश के 155 शहरों में होने वाला था। अब देशभर के 198 शहरों में में नीट की परीक्षा होगी। 2020 में 3862 केंद्रों पर परीक्षा संचालित की गई थी। इस बार इससे ज्यादा परीक्षा केंद्र बनाये जाएंगे।

कब से करें आवेदन

धर्मेंद्र प्रधान ने बताया है कि नीट 2021 के लिए आवेदन की प्रक्रिया मंगलवार, 13 जुलाई 2021 से शुरू होगी। नेशनल टेस्टिंग एजेंसी की वेबसाइट nta.ac.in या एनटीए नीट की वेबसाइट ntaneet.nic.in पर शाम 5 बजे ऑनलाइन एप्लीकेशन फॉर्म का लिंक जारी किया जाएगा। आप दोनों में से किसी भी वेबसाइट के जरिए ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं।

कोरोना से बचने के लिए क्या इंतजाम

कोरोना संक्रमण से बचाव के साथ परीक्षा कराने के लिए एनटीए पूरी तैयारी कर रहा है। शिक्षा मंत्री ने बताया है कि एग्जाम सेंटर पर सभी स्टूडेंट्स को फेस मास्क दिये जाएंगे। नीट परीक्षा में एंट्री और एग्जाम के बाद एग्जिट के लिए अलग-अलग टाइम स्लॉट होंगे, ताकि एक बार में भीड़ इकट्ठा न हो। एग्जाम हॉल और कैंपस के सैनिटाइजेशन और परीक्षा के दौरान सोशल डिस्टेंसिंग का पालन सुनिश्चित किया जाएगा।

लाखों स्टूडेंट्स को नीट 2021 की तारीख की घोषणा का इंतजार था। नीट एग्जाम को लेकर स्टूडेंट्स लंबे समय से डीटेल जारी करने की मांग कर रहे थे। पहले भी एक बार परीक्षा की तारीख (01 अगस्त) तो बताई गई थी, लेकिन एप्लीकेशन फॉर्म को लेकर कोई जानकारी नहीं दी गई थी।

मैक्लोडगंज में बादल फटने के बाद दिखा 'जल त्रासदी' का रौद्र रूप

प्राकृतिक आपदा : धर्मशाला के मैक्लोडगंज में बादल फटने के कारण हुए तबाही के मंजर।

कांगड़ा. हिमाचल प्रदेश के धर्मशाला जिले में सोमवार को बादल फटने की एक घटना के बाद जल त्रासदी जैसी स्थिति बन गई। प्रसिद्ध पर्यटन स्थल मैक्लोडगंज के भागसूनाग प्रपात के पास बादल फटा तो यहां के एक नाले में तेजी से पानी का जलस्तर बढ़ गया। कुछ ही देर में नाले का पानी किसी नदी की तरह यहां की पार्किंग में बहने लगा और कई वाहन इसमें बह गए। बाढ़ जैसी स्थितियों को देखते हुए धर्मशाला के प्रशासन ने यहां पर अलर्ट जारी कर रखा है।

मिली जानकारी के अनुसार, बादल फटने की घटना सोमवार को हुई थी जिसके बाद यहां भारी बारिश शुरू हो गई। भागसूनाग जल प्रपात के पास हुई इस बारिश में एक नाले का जलस्तर अचानक बढ़ गया और पानी सड़क पर तेज रफ्तार से बहने लगा। इस दौरान यहां की पार्किंग में खड़ी कई गाड़ियां अचानक बह गईं। वहीं कई इमारतों को भी इस जल बहाव में भारी नुकसान हुआ। बारिश के कारण धर्मशाला के पास बहने वाली मांझी नदी का जलस्तर भी बढ़ गया है।

प्रशासन मुस्तैद, सीएम कार्यालय भी कर रहा निगरानी : सूत्रों का कहना है कि मैक्लोडगंज में हुई इस घटना के बाद प्रशासन के तमाम अफसर मौके पर पहुंच गए हैं। इसके अलावा राहत टीमों को सतर्क कर दिया गया है। हिमाचल प्रदेश के मुख्यमंत्री कार्यालय ने भी प्रशासन को लगातार स्थितियों की निगरानी करने की हिदायत दी है।

बड़ी संख्या में हिमाचल पहुंच रहे हैं लोग : हिमाचल प्रदेश में बीते कुछ दिनों में बड़ी संख्या में लोग घूमने के लिए आ रहे हैं। प्रदेश के मनाली, मैक्लोडगंज, शिमला, केलॉन्ग, सिस्सू, रोहतांग आदि हिस्सों में हजारों पर्यटक वीकेंड पर घूमने के लिए पहुंच रहे हैं। इन स्थितियों में हिमाचल में अचानक बिगड़ा मौसम लोगों के लिए आफत की स्थिति बन गया है। हालांकि पूरी घटना में अब तक किसी के हताहत होने की सूचना नहीं मिली है।

कनाडा में रिकॉर्ड तोड़ गर्मी ने बरपाया कहर, समुद्र तटों पर गर्म पानी में जिंदा उबले करोड़ों जीव

वैंकूवर. कनाडा और अमेरिका में इन दिनों भीषण गर्मी कोहराम मचाए हुए है। कनाडा में हीट डोम बनने के कारण वातावरण की गर्मी लौटकर धरती पर वापस आ रही है। ब्रिटिश कोलंबिया में तो समुद्र तटों पर रहने वाले मसल्स, क्लैम और अन्य समुद्री जीव तो गर्म पानी में जिंदा ही उबल गए। समुद्र तटों के किनारे इन जीवों की बड़े बड़े ढेर सड़ते हुए दिखाई दे रहे हैं। जिसकी दुर्गंध के कारण आसपास रहने वाले लोग भी बेहाल हैं।

प्रोफेसर ने गर्मी का समुद्र पर प्रभाव बताया : सीएनएन की रिपोर्ट के अनुसार, ब्रिटिश कोलंबिया विश्वविद्यालय में जूलॉजी विभाग के एक प्रोफेसर क्रिस्टोफर हार्ले ने रविवार को बैंकूवर के किट्सिलानो बीच पर अनगिनत मृत मसल्स के खोल को सड़ते हुए पाया। हॉर्ले चट्टानी तटों की पारिस्थितिकी पर जलवायु परिवर्तन के प्रभावों का अध्ययन कर रहे हैं। उन्होंने बताया कि वे 26-28 जून को क्षेत्र में रिकॉर्ड गर्मी का सबसे ज्यादा असर समुद्री जीवों पर पड़ा है।

समुद्र तटों पर मरे हुए जीवों के लगे ढेर : उन्होंने बताया कि समुद्र तट पर पहुंचने से पहले ही मुझे इन मरे हुए जीवों

की गंध आनी शुरू हो गई थी। जब मैं वहां पहुंचा तो मरे हुए जीवों की संख्या को देखकर दंग रह गया। कई समुद्री जीव खुले तो कोई अपने खोल में पड़े सड़ रहे थे। इनकी तादाद पिछले दिन के मुकाबले काफी ज्यादा थी। अगले दिन हॉर्ले अपने एक छात्र के साथ वैंकूवर के लाइटहाउस पार्क में गए।

100 डिग्री तापमान पर जिंदा नहीं रहते ये जीव : प्रोफेसर हॉर्ले इस पार्क में पिछले 12 साल से आ रहे हैं। लेकिन, जो तबाही उन्होंने इस बार देखी वैसे पहले न कभी सुनने को मिली थी और न ही देखने को। उस बीच पर भी मरे हुए सीप, मसल्स क्लैम के ढेर लगे हुए थे। उन्होंने बताया कि मसल्स खुद को चट्टानों और अन्य सतहों से जोड़ते हैं और कम ज्वार के दौरान हवा और धूप के संपर्क में आने के आदी होते हैं। लेकिन, वे आम तौर पर बहुत लंबे समय तक 100 डिग्री फारेनहाइट से अधिक तापमान पर जीवित नहीं रह सकते हैं।

डेथ वैली में भी तापमान का रिकॉर्ड टूटने के कगार पर : अमेरिका की डेथ वैली भी अपने नाम पर खरी उतरती दिख रही है। कैलिफोर्निया की इस रेगिस्तानी घाटी में तापमान अपने सभी रेकॉर्ड ध्वस्त करने की ओर तेजी से बढ़ रहा है। गत दिनों यहां पारा 130 डिग्री फॉरेनहाइट यानी 54.4 डिग्री सेल्सियस के पार पहुंच गया। यह अब तक के सबसे ज्यादा तापमान के रेकॉर्ड से भी सिर्फ 4 डिग्री पीछे है। इससे पहले 9 जून 1913 में यहां तापमान 134 डिग्री फॉरेनहाइट था। यह धरती में कहीं भी रहा अब तक का सबसे ज्यादा तापमान है। चिंता की बात यह है कि पश्चिमी तट पर हीटवेव का खतरा अभी टला नहीं है और आने वाले दिनों में इस रिकॉर्ड के टूटने की आशंका गहराने लगी है।

जेब खर्च निकालने के लिए चाहिए पैसा तो घर बैठे इस तरह करें कमाई

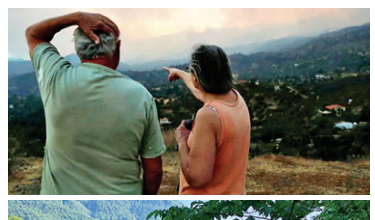
नई दिल्ली. रिलायंस जियो ने कुछ साल पहले अपनी शानदार ऐप JioPOS को लॉन्च किया था। इस ऐप को कंपनी ने अपने ग्राहकों को प्रीपेड रिचार्ज करके कुछ पैसा कमाने के लिए पेश किया था। अगर आप भी इस ऐप के जरिए पैसा कमाना चाहते हैं तो हम आपको इस ऐप के बार में बता रहे हैं। जी हां, इस ऐप को गूगल प्ले स्टोर से डाउनलोड किया जा सकता है। इस ऐप के जरिए आप जियो पार्टनर बन सकते हैं और दूसरों की रिचार्ज में मदद करके 4.16 प्रतिशत कमीशन पा सकते हैं। यह जियो की एक कम्यूनिटी रिचार्ज ऐप है जो कि यूजर्स को फायदा पहुंचाती है। JioPOS ऐप MyJio ऐप से काफी अलग है। आप MyJio ऐप से दूसरों का रिचार्ज कर सकते हैं, लेकिन आपको इसमें कमीशन नहीं मिलता है। यहां हम आपको बता रहे हैं कि JioPOS ऐप कैसे काम करती है।

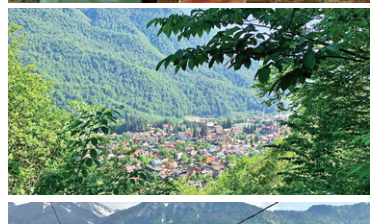
ऐप के जरिए कैसे कमाएं पैसा : सबसे पहले तो आपको इस ऐप पर जियो पार्टनर के तहत रजिस्टर करने की जरूरत होती है। उसके बाद आप दूसरे के फोन नंबर को रिचार्ज कर सकते हैं। इसकी प्रक्रिया काफी आसान है और आपको इसके लिए किसी प्रकार के दस्तावेजों की हार्ड कॉपी या फिजिकल वेरिफिकेशन की जरूरत नहीं होती है।

- कोई भी आसानी से ऐप पर लॉगइन कर सकता है और नंबर को रिचार्ज करना शुरू कर सकता है।
- आपको Jio पार्टनर के तौर पर साइन अप करने के लिए एक एक्टिवेटेड Jio नंबर की जरूरत होगी।
- आप किसी दूसरे का नंबर रिचार्ज करेंगे तो इसकी एवज में आपको कमीशन के तौर पर 4.16 प्रतिशत की पेशकश होगी।
- इसमें एक पासबुक दी जाती है जिसमें आप अपनी कमाई देख सकते हैं। पासबुक के अंदर बीते 20 दिनों की ट्रांजेक्शन देख सकते हैं।
- जब एक बार रजिस्ट्रेशन हो जाएगा तो उसके बाद ऐप आपको वॉलेट में पैसे जोड़ने के लिए कहेगी।
- इसके लिए आप 500 रुपये, 1,000 रुपये और 2,000 रुपये तक जोड़ सकते हैं।
- ऐप से आप जितने भी नंबर पर रिचार्ज करेंगे तो आपको द्वारा खर्च किए जाने वाले प्रति 100 रुपये पर 4.16 रुपये का लाभ मिलेगा। ऐप प्रीपेड ग्राहकों के लिए बेहतरीन रिचार्ज ऑप्शन दिखाएगी। वहीं, अगर आप कुछ गलती कर देते हैं तो इस दौरान आपकी मदद के लिए कुछ सवालों के जवाब भी यहां उपलब्ध कराया गया है।

इटली के इस शहर में बसने के लिए मिलेंगे 24.76 लाख रुपये

शर्त है 40 साल से कम होनी चाहिए उम्र





इटली. दुनियाभार के कई शहरों में लगातार बढ़ती जनसंख्या की वजह से जीवनयापन काफी महंगा हो गया है और लोगों को रहने के लिए हजारों रुपये खर्च करने पड़ते हैं। हालांकि इस बीच इटली के कुछ गांव ऐसे भी हैं तो अपने यहां बसने के लिए लोगों को लाखों रुपये दे रहे हैं।

इटली का कलैब्रिया क्षेत्र लोगों को यहां बसने के लिए 28 हजार यूरो यानी करीब 24.76 लाख रुपये देगा। हालांकि बसने वाले लोगों को इनकी कुछ शर्तें माननी होंगी।

एक रिपोर्ट के अनुसार, इटली के कलैब्रिया क्षेत्र में बसने के लिए उम्र सीमा तय की गई है और इसके लिए आवेदन करने वालों की उम्र 40 साल से कम होनी चाहिए।

जनसंख्या की समस्या से जूझ रहे कलैब्रिया क्षेत्र में अर्थव्यवस्था को बढ़ावा देने के लिए नया व्यवसाय शुरू करना होगा। जो लोग यहां शिफ्ट होना चाहते हैं, उन्हें अपने सफल आवेदन के 90 दिनों के भीतर ऐसा करना होगा।

क्यों दिया जा रहा है ये ऑफर

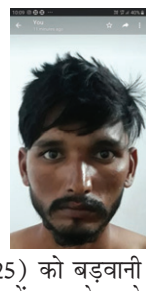
इटली का कलैब्रिया क्षेत्र जनसंख्या की कमी से जूझ रहा है और फिलहाल इस क्षेत्र के 75 प्रतिशत से अधिक कस्बों में वर्तमान में 5000 से कम लोग ही रहते हैं। पिछले कुछ सालों में, जनसंख्या की समस्या का सामना कर रहे इटली के कई शहरों ने औने-पौने दामों पर घरों की पेशकश की है। इस साल इटली के बेसिलिकाटा क्षेत्र के लॉरेनजाना शहर में 1 यूरो में घर बिक रहा था।

एक रिपोर्ट के अनुसार, इस ऑफर के लिए आवेदन प्रक्रिया कुछ हफ्ते में कलैब्रिया क्षेत्र की वेबसाइट पर शुरू की जा सकती है। इसके अलावा अधिक जानकारी के लिए भी आधिकारिक वेबसाइट पर चेक कर सकते हैं।

पंजाब पुलिस द्वारा ग़ैर-कानूनी हथियारों के एक और मॉड्यूल का पर्दाफाश

पिछले 8 महीनों के दौरान बेनकाब किया मध्यप्रदेश आधारित ऐसा चौथा मॉड्यूल

• चंडीगढ़/अमृतसर.ब्यूरो



मध्य प्रदेश से गैरकानूनी हथियारों की तस्करी के नैटवर्क को तोड़ने के लिए अपनी मुहिम को जारी रखते हुए पंजाब पुलिस ने आज मध्य प्रदेश आधारित दो व्यक्तियों की गिरफ्तारी के साथ गैरकानूनी हथियारों के निर्माण और राज्य में इन हथियारों की सप्लाई में शामिल एक और अंतर-राज्यीय मॉड्यूल का पर्दाफाश किया है।

डायरैक्टर जनरल ऑफ पुलिस (डीजीपी) दिनकर गुप्ता ने बताया कि अंतरराज्यीय कार्रवाई के दौरान स्टेट काउंटर इंटेलिजेंस, अमृतसर की टीम ने मध्य प्रदेश के बड़वानी ज़िले के गाँव जमली गायत्री धाम के रहने वाले जीवन (19) और बड़वानी (मध्य प्रदेश) के गाँव उमरती के

विजय ठाकुर (25) को बड़वानी ज़िले के गाँव सेंधवा क्षेत्र से गिरफ्तार किया है और उनके पास से मैगज़ीनों समेत 39 पिस्तौलें (.32 बोर) बरामद की गई हैं।

ज़िक्रयोग्य है कि यह सफलता कपूरथला पुलिस द्वारा बड़वानी, मध्य प्रदेश से मुख्य सप्लायर की गिरफ्तारी के साथ एक ग़ैर-कानूनी हथियारों के सप्लाई नैटवर्क का पर्दाफाश किये जाने के चार दिनों बाद हासिल हुई है। बताने योग्य है कि पंजाब पुलिस द्वारा पिछले 8महीनों में बेनकाब किया गया यह मध्य प्रदेश का ऐसा चौथा मॉड्यूल है। इससे पहले अमृतसर ग्रामीण पुलिस ने हथियारों की तस्करी में शामिल व्यक्तियों, जो पंजाब में गैंगस्टरों, अपराधियों और कट्टरपंथियों को हथियार सप्लाई कर रहे थे, की गिरफ्तारी के साथ मध्य प्रदेश में एक ग़ैर कानूनी स्मॉल आर्म्ज़ मैनुफ़ेक्चरिंग यूनिट समेत ऐसे दो मॉड्यूलों का पर्दाफाश किया था।

यह चिंता ज़ाहिर करते हुए कि मध्य प्रदेश के ज़िला खड़गोन, बड़वानी और बुरहानपुर के क्षेत्र बेहतर गुणवत्ता के .30 बोर और .32 बोर हथियारों के निर्माण और देश भर में गैंगस्टरों और अपराधियों को इनकी सप्लाई के लिए एक बड़े बेस के तौर पर उभर रहे हैं, डी.जी.पी. ने कहा कि मध्य प्रदेश में ग़ैर कानूनी हथियार बनाने वाली इकाईयों का पर्दाफाश करने के अलावा, पंजाब पुलिस की अलग अलग इकाईयों ने इससे पहले राज्य में मध्य प्रदेश के बने हुए ग़ैर कानूनी हथियारों की बड़ी खेप बरामद की थीं। प्राप्त जानकारी के अनुसार पंजाब पुलिस द्वारा सितम्बर, 2020 से अब तक मध्य प्रदेश के बने हुए तकरीबन 122 ग़ैर कानूनी हथियार बरामद किये गए हैं। इस सम्बन्धी जानकारी देते हुए डीजीपी दिनकर गुप्ता ने बताया कि काउंटर इंटेलिजेंस अमृतसर ने 12 जून 2021 को तरन तारन वासी हीरा सिंह और हरमनदीप सिंह नामी दो व्यक्तियों को गिरफ्तार किया था और उनसे तीन देसी पिस्तौल और गोली सिक्का बरामद किया गया था और उनकी पूछताछ के दौरान यह खुलासा हुआ था कि उन्होंने यह हथियार मध्य प्रदेश से ख़रीदे थे।

डीजीपी दिनकर गुप्ता ने बताया कि प्राप्त जानकारी के आधार पर समूचे मॉड्यूल का पर्दाफाश करने के लिए इंस्पेक्टर इन्द्रदीप सिंह के नेतृत्व में एक विशेष टीम को मध्य प्रदेश भेजा गया। उन्होंने बताया कि प्राथमिक पड़ताल से यह पता चला कि यह हथियार पंजाब के अलग-अलग आपराधिक गिरोहों और अन्य देश विरोधी तत्वों को सप्लाई किये जाने थे। बताने योग्य है कि इस सम्बन्धी आर्म्स एक्ट की धारा 25 के अंतर्गत पुलिस थाना स्टेट स्पैशल ऑपरेशन सैल, अमृतसर में एफ.आई.आर. नंबर 15 तारीख़ 12.06.2021 पहले ही दर्ज है।

जून में विजीलैंस ने 9 कर्मचारियों व 1 प्राईवेट व्यक्ति को किया काबू

चंडीगढ़. पंजाब विजीलैंस ब्यूरो की तरफ से भ्रष्टाचार के विरुद्ध जारी मुहिम दौरान जून महीने में अलग-अलग तरह के रिश्वतखोरी के 8 मामलों में 9 सरकारी कर्मचारियों और 1 प्राईवेट व्यक्ति को रिश्वत लेते हुए रंगे हाथों काबू किया गया जिसमें पुलिस के 3 मुलाज़म और राजस्व विभाग के 2 कर्मचारी शामिल हैं।

चीफ़ डायरैक्टर-कम-डी.जी.पी. विजीलैंस ब्यूरो पंजाब बी.के. उप्पल ने कहा कि ब्यूरो ने इस अरसे दौरान सरकारी कर्मचारियों और अन्यों के दरमियान हर क्षेत्र में भ्रष्टाचार के ख़ात्मे के लिए ठोस कोशिशें की हैं। ब्यूरो ने पिछले महीने अलग-अलग अदालतों में विजीलैंस की तरफ से दर्ज 12 मुकदमों में चालान दाख़िल किये गए। इस दौरान भ्रष्टाचार के मामलों की पूरी गहराई के साथ जांच के लिए 6 विजीलैंस जांच भी दर्ज की गई। इसी अरसे दौरान की विजीलैंस जांच के आधार पर 4 नये मुकदमे भी दर्ज किये गए हैं।

भोगपुर सहकारी चीनी मिल में लगेगा बायो सीएनजी प्रोजैक्ट

• सहकारिता मंत्री सुखजिन्दर सिंह रंधावा बुधवार को चण्डीगढ़ में भोगपुर चीनी मिल में लगने वाले बायो सीएनजी प्रोजैक्ट के काम का पत्र सम्बन्धित कंपनी के प्रतिनिधियों को सौंपते हुए।

चंडीगढ़. राज्य की सहकारी चीनी मीलों को आत्मनिर्भर बनाने और ऊर्जा के नवीकरणीय स्त्रोतों को बढ़ावा देने के लिए पेराई के उपरांत बचते गन्ने के अवशेष प्रैस मड से ग्रीन एनर्जी की पैदावार के लिए निजी सार्वजनिक हिस्सेदारी (पी.पी.पी.) के अंतर्गत सहकारी चीनी मीलों को बायो सी.एन.जी. प्रोजेक्ट स्थापित किये जा रहे हैं। यह बात सहकारिता मंत्री सुखजिन्दर सिंह रंधावा ने आज यहां चंडीगढ़ स्थित मार्कफैड दफ़्तर में भोगपुर सहकारी चीनी मिल में गन्ने के प्रैस मड से ऐसा प्रोजेक्ट लगाने हेतु लेटर ऑफ अवार्ड जारी करने के समय कही। रंधावा ने बताया कि को-जनरेशन, बायो उत्पादन के अलावा अतिरिक्त कमाई वाले प्रोजेक्टों की लड़ी में राज्य में लगने वाला यह दूसरा प्रोजेक्ट होगा। इससे पहले बटाला सहकारी चीनी मिल में यह प्रोजेक्ट लगाया जा रहा है। मैसर्ज आई.एस.डी. इन्फ्रास्ट्रक्चर एल.एल.पी., दिल्ली द्वारा भोगपुर में 30 करोड़ की लागत से लगाए जा रहे इस प्रोजेक्ट के लगने से चीनी मिल को सालाना कम-से-कम 75 लाख रुपए की कमाई होगी जिसमें मिल की क्षमता में वृद्धि के अनुपात अनुसार विस्तार होता रहेगा।

बेटियों को किस चक्की का आटा खिलाते हो...पीएम मोदी ने पहलवान विनेश फोगाट के पिता से पूछा

नई दिल्ली. प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने तोक्यो ओलिंपिक जा रहे भारतीय खिलाड़ियों से कहा कि उन्हें अपेक्षाओं के बोझ तले दबना नहीं है बल्कि पूरा फोकस अपना शत प्रतिशत देने पर लगाना है। पीएम ने कहा कि पूरे देश की शुभकामनाएं उनके साथ हैं।

ऑनलाइन बातचीत में ये खिलाड़ी थे मौजूद : तोक्यो ओलिंपिक खेलने जा रहे भारतीय खिलाड़ियों पीवी सिंधु (बैडमिंटन) ,सानिया मिर्जा (टेनिस), एम सी मैरी कोम (मुक्केबाजी) , सौरभ चौधरी और इलावेनिल वालरेविन (निशानेबाजी), दुती चंद (एथलेटिक्स), मनप्रीत सिंह (हॉकी), विनेश फोगाट (कुश्ती), साजन प्रकाश (तैराकी), दीपिका कुमारी और प्रवीण जाधव (तीरंदाजी), आशीष कुमार (मुक्केबाजी), मनिका बत्रा और अचंता शरत कमल (टेबल टेनिस) से प्रधानमंत्री ने बात की।

खिलाड़ियों के माता-पिता भी थे मौजूद : इस बातचीत में खेल मंत्री अनुराग ठाकुर, खेल राज्य मंत्री निसिथ प्रमाणिक, पूर्व खेलमंत्री किरेन रिजिजू, आईओए अध्यक्ष नरिंदर बत्रा के अलावा खिलाड़ियों के माता पिता भी मौजूद थे। मोदी ने कई खिलाड़ियों के माता पिता से भी बात की। एक दिहाड़ी मजदूर के बेटे तीरंदाज प्रवीण कुमार से बातचीत में उन्होंने कहा, 'जमीनी स्तर पर प्रतिभाओं का चयन सही हो तो देश की प्रतिभा क्या नहीं कर सकती, यह हमारे खिलाड़ियों ने दिखाया है।'

आशीष कुमार को दिया तेंदुलकर का उदाहरण : ओलिंपिक से ठीक पहले अपने पिता को खोने वाले मुक्केबाज आशीष कुमार को चैंपियन क्रिकेटर सचिन तेंदुलकर का उदाहरण देते हुए उन्होंने कहा, 'तेंदुलकर भी एक समय बहुत महत्वपूर्ण टूर्नामेंट खेल रहे थे जब उनके पिता का निधन हो गया, उन्होंने अपने खेल के माध्यम से पिता को श्रृद्धांजलि दी। आपने भी वैसा ही उदाहरण प्रस्तुत किया है। एक खिलाड़ी के तौर पर आप विजेता हैं ही, साथ ही एक व्यक्ति के तौर पर भी आपने विषमताओं पर विजय प्राप्त की है।'

तीरंदाज दीपिका कुमारी को दी बधाई : दुनिया की नंबर एक तीरंदाज और हाल ही में पेरिस में विश्व कप में स्वर्ण पदक जीतने वाली दीपिका कुमारी से मोदी ने पूछा कि वह अपेक्षाओं के दबाव और अपने प्रदर्शन के बीच संतुलन कैसे बनाती है, इस पर दीपिका ने कहा कि वह पूरा फोकस प्रदर्शन पर रखती है।

पीएम मोदी से पूछा कौन सी चक्की का आटा खिलाते हो : कुश्ती में पदक उम्मीद विनेश फोगाट से पूछा कि परिवार की ख्याति के कारण अपेक्षाओं का बोझ होगा, उससे कैसे निबटती हैं। इस पर विनेश ने कहा, 'उम्मीदें जरूरी है जो अच्छे प्रदर्शन के लिए प्रेरित करती हैं, उन्होंने कहा, 'अपेक्षाओं का दबाव नहीं है। अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करेंगे। खिलाड़ियों को मानसिक रूप से मजबूत रहना होता है। परिवार की भूमिका अहम रहती है और हमेशा परिवार का साथ मिला।' महिला पहलवान विनेश फोगाट के पिता महावीर फोगाट से पीएम मोदी ने पूछा कि अपनी बेटियों को किस चक्की का आटा खिलाते हो।

हॉकी कप्तान मनप्रीत का बढ़ाया मनोबल : भारतीय हॉकी टीम के कप्तान मनप्रीत सिंह से बातचीत में उन्होंने कहा कि भारत ने हॉकी में ओलिंपिक में सबसे ज्यादा पदक जीते हैं और इस समय उन्हें मेजर ध्यानचंद, केडी सिंह बाबू और मोहम्मद शाहिद जैसे महान खिलाड़ियों की याद आ रही है, उन्होंने उम्मीद जताई कि भारतीय टीम सफलता के उस सिलसिले को आगे बढाएगी।

राष्ट्रीय मानवाधिकार संगठन के पंजाब प्रधान बने मनोज पुंज

जालंधर. राष्ट्रीय मानवाधिकार संगठन पंजाब का जालंधर के श्री मनोज पुंज को अध्यक्ष बनाया गया है। सरोज सिंघल ने आज उन्हें सम्मानित किया। वह नार्दर्न इंडिया फिल्म एसोसिएशन के अध्यक्ष और भारतीय ट्रेड यूनियन पंजाब कैशियर हैं। इस दौरान सरोज सिंघल ने विश्वास जताया कि वह संगठन का विस्तार करते हुए हमेशा संगठन की बेहतरी और राष्ट्रीय मानवाधिकार संगठन के लिए काम करती रहेंगी। इस अवसर पर मनोज पुंज ने कहा कि वह राष्ट्रीय अध्यक्ष सरोज सिंघल और महासचिव राजेश भांटी को धन्यवाद करते हैं और आश्वासन दिया कि वह समाज में आम आदमी के मानवाधिकारों के लिए लड़ेंगे।

पंजाब में बिजली की कोई कमी नहीं

• चंडीगढ़.ब्यूरो

पंजाब के उद्योग और वाणिज्य मंत्री श्री सुंदर शाम अरोड़ा ने पंजाब में उद्योगों के लिए बिजली की कमी सम्बन्धी विरोधी पार्टी नेताओं के बयानों को हास्यप्रद और बेवजह बताते हुये कहा है कि पंजाब में उद्योग के लिए सजग माहौल है और बिजली की कोई कमी नहीं है।

उद्योग मंत्री ने कहा कि पंजाब की औद्योगिक और व्यापार नीति देश भर में से सबसे बेहतर है और पिछले चार सालों के समय दौरान अब तक लगभग 91 हज़ार करोड़ रुपए का निवेश राज्य में हो चुका है। उन्होंने कहा कि पंजाब उद्योगपतियों के लिए मनपसंद स्थान है और पिछले चार सालों के दौरान निवेश के 2900 प्रस्तावों में से 51 प्रतिशत ने अपना औद्योगिक कारोबार शुरू कर दिया है, जिनमें 20 विदेशी फर्में भी शामिल हैं। पंजाब के मुख्यमंत्री कैप्टन अमरिन्दर सिंह की दूरअन्देशी के कारण उद्योगों के लिए 'राइट टू बिज़नस एक्ट ' और 'सिंगल विंडो प्रणाली ' लागू की है, जिससे उद्योगों के मामलों को निर्धारित समय के अंदर -अंदर एक ही छत के नीचे पूरा किया जाता है। इस फ़ैसले से जहाँ उद्योगपतियों की परेशानी ख़त्म हुई है, वहीं समय की बचत भी हुई है।

अरोड़ा ने बताया कि पंजाब सरकार की तरफ से उद्योगों को बहुत ही जायज़ रेट पर 5 रुपए प्रति यूनिट बिजली दी जा रही है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार उद्योगों को 24 घंटे बिजली मुहैया करवा रही है और सरकार की तरफ से साल 2018 से 2021 तक 3669 करोड़ रुपए की सब्सिडी उद्योगों के लिए दी जा चुकी है।

SPORTS PLANET स्पोर्ट्स प्लेनेट

डब्ल्यूटीसी के दूसरे एडिशन में पॉइंट्स सिस्टम में बड़ा बदलाव, आईसीसी ने किया ऐलान

दुबई. अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद ने वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप के दूसरे एडिशन के लिए पॉइंट्स सिस्टम का ऐलान कर दिया है। अगले महीने इंग्लैंड और भारत के बीच टेस्ट सीरीज से चैंपियनशिप का आगाज होगा।

टीमों को जीत के लिए 12 अंक मिलेंगे वहीं मैच ड्रॉ होने पर चार अंक मिलेंगे और टाई होने पर छह अंक दिए जाएंगे। इससे पहले पिछले एडिशन में टीमों को सीरीज के आधार पर अंक दिए जाते थे। इसमें हर सीरीज जीत के 120 अंक होते थे और उसी के आधार पर मैचों के अंकों को बांटा जाता था।

आईसीसी के चीफ ऐग्जिक्यूटिव अधिकारी जैफ एलारिडिस ने कहा कि ये बदलाव पॉइंट्स सिस्टम को आसान बनाने के लिए किए गए हैं। आईसीसी का मानना है कि उसने पिछले संस्करण से सीख लेते हुए ये बदलाव किए हैं।

उन्होंने कहा, 'हमें पुराने पॉइंट सिस्टम को लेकर कुछ फीडबैक मिले थे कि इसे थोड़ा आसान करने की जरूरत है। क्रिकेट कमिटी ने इस बात पर विचार किया कि हर मैच के लिए एक पॉइंट सिस्टम होना चाहिए। इससे यह भी सुनिश्चित होगा कि WTC सीरीज का हर मैच हर टीम के लिए समान होगा। वहीं पुराने सिस्टम में सीरीज में दो से पांच मैच होते थे।'

उन्होंने आगे कहा, 'कोरोना वायरस महामारी के कारण कई सीरीज पूरी नहीं हो पाईं। इस वजह से हमें पॉइंट्स सिस्टम में बदलाव करना पड़ा। हमने उपलब्ध पॉइंट्स सिस्टम का औसत निकाला। इससे हमें फाइनलिस्ट तय करने में मदद मिली। इस तरह हम चैंपियनशिप को तय समय में पूरा करने में सफल रहे।'

इनमें भारत-इंग्लैंड सीरीज के अलावा इस साल ऑस्ट्रेलिया और इंग्लैंड के बीच होने वाली एशेज सीरीज शामिल है। ऑस्ट्रेलिया के अगले साल के भारत दौरे में चार टेस्ट मैच खेले जाएंगे। यह नए चक्र में चार मैचों की एकमात्र सीरीज होगी।

आईसीसी वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप के दूसरे एडिशन में भी पहले की ही तरह नौ टीमें छह सीरीज खेलेंगी। इसमें तीन होम और तीन अवे के स्तर पर खेली जाएंगी। इसकी कट-ऑफ तारीख 31 मार्च 2023 होगी।

बिग बैश लीग में फिर लौटा यह जोरदार नियम, दिसंबर से 11वें सीजन का आगाज

सिडनी. कोरोना महामारी के चलते ऑस्ट्रेलियाई क्रिकेट लीग बिग बैश ने अपने पिछले सीजन में कलस्टर कारवेन फॉर्मेट का इस्तेमाल किया था। बिग बैश के आने वाले सीजन में ऐसा नहीं देखने को मिलेगा क्योंकि बिग बैश वापस अपने पुराने होम-अवे फॉर्मेट पर लौट आएगा।

14 स्टेडियम में होंगे मुकाबले | लीग कोरोना के मामलों को लेकर बिलकुल बारीकी से नजर रखेगी। इस आने वाले सीजन में एक टीम अपने घर में सात मैच खेलेगी और बाकी के सात मैच दूसरे टीम के होम ग्राउंड पर खेलेंगी। टोटल 14 स्टेडियम में यह बिग बैश लीग के मैच खेले जाएंगे जो कि 7 राज्यों और क्षेत्रों में स्थित है।

दिसंबर में होगा बिग बैश का नया सीजन| बिग बैश लीग का 11 सीजन 5 दिसम्बर से शुरू हो जाएगा। जोकि लगभग डेढ़ महीना तक चलेगा है। इस सीजन का फाइनल मुकाबला 28 जनवरी 2022 को खेला जाएगा। इस सीजन का पहले एलिमिनेटर मुकाबला 21 जनवरी को होगा। उसके बाद लगातार तीन दिन तक क्वालीफायर और नॉकआउट मुकाबले खेले जाएंगे। इस लीग का चैलेंजर मुकाबला बुधवार यानि 26 जनवरी की रात को खेला जाएगा। फाइनल 28 जनवरी को रखा गया है।

क्रिकेट देखने में आएगा मजा | बिग बैश लीग के साथ-साथ क्रिकेट के दीवानों का दुगना मजा आजाएगा क्योंकि बिग बैश लीग के साथ-साथ एशेज सीरीज भी शुरू हो जाएगी। एशेज सीरीज देखने में हम सभी को बेहद मजा आता है। फिर इस बात से कोई फर्क नहीं पड़ता कि हम कौन से देश में रहते है और हमारी फेवरेट कौन सी टीम है।

हर बाधा को पार कर टेलर की बेटी निशा पूरा करने जा रही हैं अपना ओलिंपिक ड्रीम्स

बेंगलुरु. जब वह बड़ी हो रही थी तो निशा वारसी के सपने बहुत बड़े नहीं थे। उसकी खेल में हमेशा से दिलचस्पी थी। लेकिन वह ऐसा खेल चुनना चाहती थी जिसका असर उसके माता-पिता के सपनों पर न पड़े। उसका परिवार ज्यादा खर्च नहीं उठा सकता था और खेल के जरिए मिलने वाली नौकरी का हमेशा मददगार होती। ऐसे में निशा ने हॉकी चुनी। अब बात सीधा 2021 की, निशा तोक्यो ओलिंपिक के लिए जा रही हैं। उनका सपना साथी खिलाड़ियों के हाथ थामे पोडियम पर खड़ा होने का है। उनका सपना अपने देश और माता-पिता को गौरवांतवित करने का है। पिछले सप्ताह ही 26 वर्ष पूरे करने वाली यह डिफेंडर जल्द ही अपना पहला ओलिंपिक खेलेंगी। निशा कॉमनवेल्थ गेम्स में गोल्ड मेडल जीतने वाली टीम का हिस्सा रहीं प्रीतम रानी सिवाच की सोनीपत स्थित अकादमी से हैं। उन्होंने यहां तक पहुंचने के लिए कई निजी लड़ाइयां भी लड़ी हैं। उच्च स्तर पर खिलाड़ियों को होने वाले आत्म-संदेह- जो कइयों के साथ होता है- के अलावा भी उनके सामने कई परेशानियां आईं। उन सब को पार उन्होंने यहां तक का सफर तय किया। उनके पिता सोहराब अहमद, एक दर्जी थे। लेकिन साल 2015 में उन्हें लकवा मार गया और उन्हें काम छोड़ना पड़ा। उनकी मां महरून एक फोम बनाने वाली कंपनी में काम किया करती लेकिन निशा को रेलवे में नौकरी मिलने के बाद उन्होंने काम छोड़ दिया। कई सामाजिक बाधाएं भी थीं। लेकिन कोच सिवाच ने निशा का साथ दिया। उन्होंने उनके माता-पिता को समझाया। उन्हें निशा को अपने सपने पूरा करने देने के लिए मनाया। हालांकि यह रुकावट कुछ ही समय के लिए थी। निशा ने कहा, 'जिंदगी आसान नहीं थी। मैं खेल को लेकर काफी जुनूनी थी लेकिन हमारा गुजारा बड़ी मुश्किल से हो रहा था। मेरे माता-पिता मेरे खेल करियर में निवेश नहीं कर सकते थे। मैंने हॉकी इसलिए चुनी क्योंकि हमें उपकरणों पर ज्यादा खर्च नहीं करना पड़े।'

लघुकथा

भोलेपन वाली संतुष्टि

लेखिका
पुष्पा

आज से ग्यारह साल पहले की बात है। मेरी बेटी की शादी थी और घर में ब्रह्मभोज रखा हुआ था। उस दिन खाने में बाकी व्यंजनों के साथ राजमाह की सब्जी भी बनी थी क्योंकि मेरे बच्चों को यह सब्जी बहुत ही ज़यादा पसंद थी। मैंने उस दिन अपने हाथों से अपनी बेटी को बहुत भावुक होकर खाना खिलाया कि अब तो इसकी विदाई हो रही है। परन्तु हमारी किस्मत इतनी खराब थी शादी वाले दिन ही मेरी बेटी सड़क दुर्घटना में हमेशा के लिए खो गयी । मैं और मेरा बेटा इस दुर्घटना में बच गये। बहुत सी ऐसी चीजें मैंने इस लिए छोड़ दी कि जब मेरी बेटी ही नहीं खा सकी तो मैं कैसे खा सकती हूँ? मेरा बेटा भी बहुत साल ऐसी कई चीजों से वंचित रहा। आज वह शादीशुदा है और बहुत प्रतिष्ठित पद पर कार्यरत है। आज मन में आया कि उस के लिए राजमाह की सब्जी बना दूँ ,पर मेरे दिमाग में ग्यारह साल पहले वाली सारी कहानी घूमती रही। रात को जब मैंने और उसकी पत्नी ने खाना परोसा तो उस ने ऐसे उँगलियाँ चाट-चाट के खाना खाया मानो वह ग्यारह साल से भूखा हो। मैं उसे खाना खाते हुए निहारे जा रही थी और उस के चेहरे को पढ़ कर उस की मासूमियत और भोलेपन वाली संतुष्टि को महसूस कर रही थी। दुनिया में किसी को दौलत से संतुष्टि मिलती है किसी को शोहरत से पर मेरे मासूम बेटे को ग्यारह साल बाद सिर्फ माँ के हाथ से पकी राजमाह की सब्जी खा कर ही संतुष्टि मिल गई।उसकी इस संतुष्टि और भोलेपन के आगे माँ की ममता आँसुओं में बह गई।

Printed, Published & Owner by ATUL SHARMA & Printed at SARANGLE PRINTERS, BASTI GUZAN JALANDHAR (PUNJAB) and Published from ATUL SHARMA, NN453 GOPAL NAGAR JALANDHAR (PUNJAB)
Editor : ATUL SHARMA*
*Responsible for selection of News under the PRB ACT. PUNHIN/2019/77863, All Rights Reserved. Reproduction in whole or in Part without permission is prohibited. All disputes shall be settled at Jalandhar jurisdiction only.