











## **कष तक शहादत देंगे जवान**

तमाम चौकसी और सघन तलाशी अभियान के बावजूद कश्मीर घाटी में एक बार फिर दहशतगर्दों ने उत्पात मचाना शुरू कर दिया है। इन दिनों इन आतंकियों का अड्डा राजौरी इलाका बना हुआ है। शुक्रवार को राजौरी इलाके में ही सेना तलाशी अभियान में जुटी थी। तभी दहशतगर्दों ने अत्याधुनिक विस्फोटक से सेना की एक टुकड़ी को उड़ा दिया, जिसमें पांच सैनिक शहीद हो गए। ज्यादा दिन नहीं हुए जब पुछ में सेना के वाहन पर हमला किया गया था, उसमें भी पांच सैनिक शहीद हो गए थे। उसी घटना से जुड़े आतंकियों की तलाश में सेना की टुकड़ी ने राजौरी इलाके में सघन घेरावंदी की थी। बताया गया है कि इन दोनों घटनाओं में जिस तरह के आधुनिक हथियार और विस्फोटक इस्तेमाल किए गए, वे अपने देश से में नहीं बनते। जाहिर है आतंकवादियों को ऐसे हथियार व विस्फोटक सामग्री सीमा पर के देशों से ही आ रहे हैं। सरकार का यह दावा भी सही है कि वहां का विशेष दर्जा समाप्त किए जाने और सीमा पर लगातार चौकसी बढ़ाए जाने की वजह से दहशतगर्दों में काफी कमी आई है। इसके बावजूद कुछ समय के अंतराल पर ही ऐसी विस्फोटक वारदात को अंजाम दे दिया जाता है कि सारी चौकसी पर सवाल उठने लगते हैं। दहशतगर्दों से निपटने में कहीं न कहीं चूक जरूर हो रही है। लगता है दहशतगर्दों से निपटने के लिए जैसी तैयारी की गई है उसमें कहीं न कहीं जरूर चूक हो रही है। इसलिए इस दिशा में नए सिरे से रणनीति बनाने की जरूरत महसूस की जाने लगी है। माना कि सख्ती बढ़ने से दहशतगर्दों की गतिविधियों पर कुछ हद तक लगाम लगी है, लेकिन घाटी में उनकी मौजूदगी ही दहशतगर्दों के लिए काफी है। पिछले आठ-नौ वर्षों में वहां सुरक्षाबलों की बंपर तैनाती बढ़ाई गई है। सीमा पार से होने वाली घुसपैठ पर भी कड़ी चौकसी रखी जा रही है। सघन तलाशी अभियान के जरिए आतंकवादियों के ठिकानों को भी नेस्तनाबत करने में कोई कसर बाकी नहीं रखी जा रही है। फिर भी इस हकीकत से इंकार नहीं किया जा सकता है कि वे अपनी रणनीति लगातार बदल कर सुरक्षा एजेंसियों को चकमा देने में कामयाब हो रहे हैं। जाहिर है इससे सुरक्षाबलों पर मनोवैज्ञानिक दबाव भी बढ़ रहा है, जो अंतकी समूह चाहता है। काफी समय तक तो उन्होंने कशमारी पंडितों और बाहरी लोगों को निशाना बना कर दहशत फैलाने का काम किया था तो अब सेना और सुरक्षाबलों को निशाना बना कर मनोवैज्ञानिक दबाव बना रहे हैं। इससे तो यह भी शक होता है कि कहीं सेना की हर गतिविधि पर उनकी नजर तो नहीं है, क्योंकि वे मौका तादृ कर अपनी साजिशों को अंजाम देने में कामयाब दो रहे हैं। दूसरी

ओर खुफिया तंत्र उनकी निशानदेही में ही विफल साबित हो रहा है। ऐसे में सवाल लाजमी है कि इन आतंकवादियों को समर्थन और सहयोग कहां से मिल रहा है। जब घुसपैठ की दर में कमी आई है, हर हफ्ते दहशतगार्दों को मार गिराने में भी कोई चूक नहीं हो रही है, तो फिर सवाल खड़े हो रहे हैं ये दहशतगर्द कहां से पनप रहे हैं। दूसरी ओर आतंकी संगठन स्थानीय युवाओं को हथियार उठाने को आसानी से तैयार कर पाए रहे हैं। देखा जाए तो सड़क मार्ग के जरिए पाकिस्तान से होने वाली तिजारत बंद है, जिसके जरिए आतंकवादियों तक हथियार और विस्फोटक पहुंचाने का बड़ा माध्यम माना जाता था। आतंकियों को वित्तीय मदद पहुंचाने वालों की पहचान कर उन्हें भी बड़ी संख्या में सलाखों के पीछे डाला जा चुका है। बाहर से होने वाली हर लेन-देन पर कड़ी निगरानी रखी जा रही है। फिर भी आतंकवादियों तक बाहरी देशों में बने हथियार और दूसरे साजों-सामान कैसे पहुंच रहे हैं? अब समय आ गया है कि इस पर नए सिरे से विचार किया जाए। दहशतगर्दी खत्म करने के लिए सबसे जरूरी है कि स्थानीय लोगों का भरोसा हासिल किया जाए, क्योंकि वगैरे जनता के समर्थन के इनसे पार पाना मुश्किल ही है। केवल बंदूक के बल पर वहां के लोगों का मन बदलने की कोशिश कब तक सफल होगी कहा नहीं जा सकता। जब यह तथ्य उजागर हो चुका है कि पाकिस्तान की जमीन से ही इन संगठनों को हथियारों व विस्फोटक की ताकत मिल रही है, तो क्यों न एक बार उससे भी दो-दो हाथ कर लिया जाए।

## हल्दीघाटी का नायक महाराणा



सुनील कुमार महला

वीरशेषमणी, मेहाड़े के महान हिंदू शासक महाराणा प्रताप ऐसे शासक थे, जो मुगल शासक अकबर को लगातार प्रताप। महाराणा प्रताप गान के कुभ्यलगड़ यसिंह के घर 9 बजे दर्शकों हुआ था। इनके दर्शकों हाईट 7 फीट 5 प्रताप को बचपन से पुकारा जाता था। अन्धेरे वर्ष 29 जनवरी, अंडे में हुआ था। द्वारा थे, जो कभी नहीं झुके। मातृप्रेम, शौर्य और वीरीक कहलाते हैं। लिए उन्होंने सब वार लगा दिया समाज्यवादी नीति शा एक सशक्त प्रताप में प्रस्तुत हुआ में महाराणा सांगा प्रताप तक एक ता दिखाई दीती है। की वाणी में साक्षात् राजती थी - 'राणा नै अकबर धूज्यो के महाराणा प्रताप न दो तलवारें रखते निहथे पर वार यदि शत्रु निहथा तो वे उसे एक बगाबरी पर युद्ध काल में उन्होंने हान खाली करवा काल में खेती को के लिए 'विश्व-पुस्तक उन्होंने हल्दी घाटी के युद्ध प्रताप के पास सिर्फ़ थे और मुगल शासक अकबर के पास 85000 सैनिक थे, इसके बावजूद भी महाराणा प्रताप ने अकबर से हार नहीं मानी थी और स्वतंत्रता के लिए लगातार संघर्ष करते रहे थे। ऐसा माना जाता है कि हल्दीघाटी (18 जून 1576 ई.) के युद्ध में न तो अकबर जीत सका और न ही राणा हारे थे। यह युद्ध अनिण्यिक रहा था। महाराणा प्रताप का भाला 81 किलो वजन का था और उनकी छाती का कवच 72 किलो का था। महाराणा प्रताप के हथियारों को इतिहास के सबसे भारी युद्ध हथियारों में शामिल किया गया है। उनके भाला, कवच, ढाल और साथ में दो तलवारों का वजन मिलाकर 208 किलो था। कहते हैं कि अकबर ने महाराणा प्रताप को समझाने के लिए 6 शान्ति दूतों को भेजा था, जिससे युद्ध को शांतिपूर्ण तरीके से खत्म किया जा सके, लेकिन महाराणा प्रताप ने यह कहते हुए हर बार उनका प्रस्ताव ठुकरा दिया था कि राजपूत योद्धा यह कभी बदाशित नहीं कर सकता। प्रताप ने अपनी पत्नी और बच्चों के साथ जंगलों में भटकते हुए तृण-मूल व धास-पात की रोटियें मैं गुजर-बसर किया किंतु कभी भी धैर्य और संयम नहीं खोया। कहते हैं कि बादशाह अकबर के 30 वर्षों के लगातार प्रयास के बावजूद भी वह महाराणा प्रताप को बंदी नहीं बना सके थे। प्रताप के घोड़े का नाम चेतक था, जो बहुत ही वफादार और बहादुर था। जानकारी मिलती है कि जब युद्ध के दौरान मुगल सेना उनके पीछे पड़ गई थी तो चेतक ने महाराणा प्रताप को अपनी पीठ पर बैठाकर कई फीट (लगभग 26 फीट) लंबे नाले को पार किया था। आज भी चित्तौड़ की हल्दी घाटी में चेतक की समाधि बनी हुई है। यहाँ यह भी बता दूँ कि हल्दीघाटी के युद्ध में महाराणा प्रताप की तरफ से लड़ने वाले एकमात्र मुस्लिम सरदार हकीम खां सूरी थे।

स रखता हा जातिकावाद के मसले पर उसकी नीति दो टूक है। भारत कभी भी आतंकवाद का समर्थन नहीं करता है। अमेरिका, रूस और चीन जैसे तागतवर मुल्कों के साथ भी उसकी नीति साफ है। भारत बुद्धिमत्ता के सिद्धांत पर चलता है। वह जिओं और जीने दो में विश्वास रखता है। अरब देशों से भी भारत के बेहतर सम्बन्ध हैं। क्योंकि उसकी नीति स्पष्ट और साफ है। शंधाई हयोग संगठन की बैठक में पाकिस्तान के विदेश मंत्री बिलावल भुट्टो को भारत-पाकिस्तान संबंधों को लेकर कुछ खास हासिल नहीं हो पाया। भारत आतंकवाद के मसले पर पाकिस्तान को कटधरे में खड़ा कर दिया। विदेशमंत्री जयशंकर प्रसाद ने जिस तरह पाकिस्तान को लताड़ा वह काबिलेगैर है। भारत शंधाई सहयोग संगठन के देशों को यह समझाने में कामयाब रहा कि

डॉ. सुरेंद्र कुमार मिश्र

3-

आप रहने ही दी नहीं हो पाएगा। उन्हें के जमाने में लो देने के लिए उन्होंने बनाना जरूरी है। केवल वाट्सपर एडमिन बने रहने से सिर्फ़ धांस वाले ऐसा करते रहोगे तो समझो हो। गुजर जाएगा और आप गुबार में ही टुकड़ों में यहाँ-वहाँ से बोटरें रहती होता। यह फैकू ज्ञान है। असली ज्यादा कीमती। असली ज्ञान की तरफ़ संदर्भों, इंटरनेट से सिद्ध हो जाएगा। फैकू ज्ञान को जलेबीदार उलझा सिद्ध करना पड़ता है। समझे वह और मेरे जैसे अनेक बंधु ताजमहल कुतुब मीनार, जामा मस्जिद, देखकर लौट भी आये और अब वालों सहित सब को अपना ज्ञान रखते रहे हैं और आप यहाँ व्यंग्य जैसी लिख रहे हैं। आपने कल देखा न खोजी लोग ज्ञानवापी पहुँचे कि न की सहस्रधारा चहूँ और बहु

# विपक्षी कैसे करेंगे मोदी से मुकाबला



निरंकार सिंह

**निरंकार सिंह**

सरकार गवानी पड़ती है। लेकिन यह तभी संभव हुआ जब भ्रष्टाचार के खिलाफ अभियान चलाने वाले नेता या समाज सेवी की छवि साफ-सुधरी हो। जयप्रकाश नारायण के आंदोलन में भी भ्रष्टाचार मुख्य मुद्दा बना था तब इंदिरा गांधी की सरकार पर भ्रष्टाचार के कई आरोप लगे थे और 1977 में उन्हें भारी हार का सामना करना पड़ा था। राजीव

भ्रष्टाचार, महंगाई और बेरोजगारी हमारे देश के हर आम चुनाव में मुद्दे बनाए जाते हैं। जब भी भ्रष्टाचार मुख्य मुद्दा बनता है तो सत्तारूढ़ दल को अपनी

2024 के चुनाव की तैयारी कर रहे तमाम विपक्षी दल भ्रष्टाचार के खिलाफ नहीं बल्कि भ्रष्टाचार की जाँचों को रोकने के पक्ष में खड़े दिखाई देते हैं। यहां मामला बिल्कुल उल्टा है। केंद्र सरकार ने भ्रष्टाचारियों और देश का धन लूटने वालों के खिलाफ अभियान चला रखा है। इसके बाद भी 14 विपक्षी दल सुप्रीम कोर्ट के समक्ष यह शिकायत लेकर पहुंच गए कि सीबीआई और ईडी का दुरुपयोग किया जा रहा है। उन्हें वहां से खाली हाथ लौटना पड़ा। विपक्षी दल यह भूल गए कि जनता भ्रष्टाचार के खिलाफ रहती है। महंगाई और बेरोजगारी भी लगभग हर चुनाव में मुद्दा बनता है, लेकिन यह कोई खास असर नहीं दिखा पाता। दुनिया की कोई भी सरकार सबको रोजगार नहीं दे सकती है।

गांधी की सरकार के खिलाफ भी विश्वनाथ प्रताप सिंह ने बोफोर्स तोपें के सौदे में भ्रष्टाचार को मुद्दा बनाया था और राजीव गांधी को सत्ता से बेदखल कर दिया था। सबसे ताजा उदाहरण दिल्ली कांग्रेस और दिल्ली की शीला दीक्षित सरकार के खिलाफ भ्रष्टाचार को मुद्दा बनाकर अन्ना हजारे का आंदोलन हुआ और शीला दीक्षित की सरकार चली गई। इस आंदोलन के गर्भ से पैदा हुए अरविंद केजरीवाल ने शीला दीक्षित और कांग्रेस तथा उसके सहयोगी दल के नेताओं पर भ्रष्टाचार को ही अपने मुख्य चुनाव का प्रमुख मुद्दा बनाया था तब वह राजनीति में नये-नये थे। उस समय उन पर भ्रष्टाचार कोई आरोप नहीं था और उन्हें अन्ना का आणीवाद प्राप्त था। कुल मिलाकर यह देखा गया है कि जब-जब चुनाव में मुख्य मुद्दा भ्रष्टाचार विरोधी अभियान बना है तब-तब भ्रष्टाचार का बचाव करने वालों की हार हुई है। फिर क्या विपक्षी राज्य सरकारों ने बेरोजगारी और महंगाई को अपने राज्य में खत्म कर दिया है? चुनाव में मुद्दा भ्रष्टाचार, कानून व्यवस्था, पानी, बिजली, सड़क ही रहता है। इसलिए विपक्षी दल भाजपा हटाओ या मोदी हराओ का नारा लगाने के स्थान पर यह बताएं कि देश के लिए उनका साझा ऐंडेंडा क्या है? क्या वह भ्रष्टाचार की जाँच के खिलाफ हैं। बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने उप मुख्यमंत्री तेजस्वी यादव के साथ जिस तरह ममता बनर्जी एवं अखिलेश यादव से भेंट की और विपक्षी एकता पर जोर दिया, उससे यह लगता है कि विपक्षी दलों को एकजुट करने की पहल तेज हो रही है। इसके पहले नीतीश कुमार दिल्ली आकर गुहल गांधी और अरविंद केजरीवाल से भी मुलाकात कर चुके हैं। वह केवल विपक्षी एकता की धुरी बनते हुए ही नहीं दिख रहे, बल्कि यह भी

आभास करा रहे हैं कि उनकी पहल विपक्षी दलों को एक मंच पर ला सकती है। यह भविष्य बताएगा कि ऐसा हो आएगा या नहीं, लेकिन इसमें संदेह नहीं किए फिलहाल विपक्षी एकता राजनीतिक वर्चा का केंद्र बन रही है। यह कोई नई बात नहीं है। जब भी विभिन्न दलों के नेता भाजपा के खिलाफ एकजुट होने की बात करते हुए मेल-मिलाप करते हैं तो वे चर्चा में आने के साथ ही मीडिया में भी स्थान बना लेते हैं, लेकिन फिर बात आगे बढ़ती नहीं दिखती। कहना कठिन है कि इस बार क्या होगा। यदि विपक्षी दल वास्तव में भाजपा के विरुद्ध कोई डोस विकल्प खड़ा करना चाहते हैं तो सबसे पहले उन्हें यह स्पष्ट करना होगा कि उनकी एकजुटता का उद्देश्य क्या है? यह प्रश्न इसलिए, क्योंकि भाजपा दट्टाओं एक नये की शक्ति तो ले सकता है, लेकिन वह जनता को आकर्षित नहीं कर सकता। जनता को आकर्षित करनका है ऐसा कोई एजेंडा, जो यह खांकित करता हो कि विपक्षी दल आपस में मिलकर देश को क्या दिशा देना चाहते हैं और वे यह काम कैसे करेंगे? इसलिए विपक्षी दल भाजपा दट्टाओं या मोदी हराओं का नारा लगाने के स्थान पर यह बताएं कि देश के लिए उनका साझा एजेंडा क्या है? इसके अलावा उन्हें इस प्रश्न का भी हल खोजना चाहिए कि प्रधानमंत्री पद का वेहरा कौन होगा? ऐसा लगता है कि विपक्ष का जो भी नेता विपक्षी एकता की पहल करता है, वह प्रधानमंत्री पद के लिए स्वयं की दावेदारी आगे बढ़ाता है। बात केवल इतनी ही नहीं है। कई विपक्षी दल ऐसे हैं, जो या तो कांग्रेस को सीमित भूमिका में देखना चाहते हैं या फिर उसके बिना विपक्ष को एकजुट करने की कोशिश करते हुए दिखते हैं। जो भी ऐसी कोशिश करते हैं, वे इसलिए सफल नहीं हो सकते, क्योंकि तमाम कमज़ोरी के बाद भी कांग्रेस एक राष्ट्रीय दल है और उसके बिना विपक्षी दलों की एकता ठोस आकार नहीं ले सकती। इसी तरह इस प्रश्न को टालने से भी बात बनने वाली नहीं है कि विपक्ष की ओर से प्रधानमंत्री पद की दावेदारी का फैसला चुनाव नतीजों के बाद होगा। बीते नौ साल में पॉच से ज्यादा महत्वपूर्ण चुनाव देश में हो चुके हैं। विपक्ष एकजुट क्यों नहीं हो सका। यहाँ आप यदि कीजिए चन्द्रबाबू नायडू को, जो कभी राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन के संयोजक हुआ करते थे। वह 2018 में जब भाजपा से अलग हुए, तब उन्होंने साल 2019 के चुनाव से पहले यह कोशिश की थी कि तमाम विपक्षी दलों को एकजुट किया जा सके, ताकि भाजपा का हराया जाए। भाजपा के खिलाफ विपक्ष को एकजुट करने का यह पहला गंभीर प्रयास था, पर चन्द्रबाबू नायडू आज अपने राज्य की राजनीति में भी कहाँ है।

विपक्षी एकता के लिए केसीआर भी सक्रिय हुए थे। कोलकाता गये थे और उन्होंने ममता बनर्जी के साथ मिलकर कोशिश की थी कि गैर-भाजपा, गैर-कांग्रेस पार्टीयों का तीसरा मोर्चा बनाया जाए। उसके बाद ममता बनर्जी भी कर्नाटक गई थीं और उन्होंने भी वहाँ कोशिश की थी कि विपक्ष एकजुट हो जाए, पर वह कोशिश भी आगे नहीं बढ़ी। आज सबसे बड़ा सवाल है कि जो विपक्षी गठबंधन बनेगा, उसमें कांग्रेस किस स्थिति में रहेगी? क्षेत्रीय नेता अपने-अपने राज्य में कांग्रेस के लिए कितनी सीटें छोड़ देंगे? राष्ट्रीय स्तर पर किसी भी पार्टी को अपने द्वारा एक विकल्प के रूप में दिखाने के लिए साढ़े चार सौ से पाँच सौ उम्मीदवार खड़े करने पड़ते हैं। विपक्ष ने अभी तक ऐसा कौन सा फार्मूला सामने नहीं रखा, जिस पर जनता भरोसा करे? अभी विपक्ष सिर्फ इच्छा जता रहा है। पुराने मकान को ढहा कर नये मकान के निर्माण का इरादा है, पर इस निर्माण के लिए कहाँ से जरूरी सामग्रियां आयेंगी, यह जानने के लिए इंतजार करना होगा। जो लोग विपक्ष को एकजुट देखना चाहते हैं, उनके मन में भी यह सवाल आ रहा होगा कि आखिर विपक्ष एकजुट होने के लिए 2024 का इंतजार क्यों कर रहा है? दूसरी बात यह है कि आज विपक्ष के सामने ऐसा कोई सर्वमान्य नेता नहीं है, जिसे मोदी के सामने खड़ा किया जा सके।

क्षेत्रीय दल के नेताओं का उनके प्रदेश को छोड़कर अन्य प्रदेशों में उनका कोई जनाधार नहीं है। फिर उनकी छवि भी ऐसी नहीं है जो वह मोदी से मुकाबला कर सकें। बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने अपनी छवि सुशासन बाबू के रूप में बनाई थी, किन्तु बार-बार इधर से उधर जाकर समझौता करने के कारण उनकी छवि भी धूमिल हो गई है। बच्ची-खुच्ची छवि बिहार के एक जिलाधिकारी की हत्या के मामले में जेल में बंद आनंद मोहन सहित कई अपराधियों को कानून बदलकर समय से पहले छोड़ने के कारण ध्वस्त हो गई है। कांग्रेस पार्टी के भी बड़े-बड़े नेता पार्टी को छोड़कर अलग हो गये हैं। श्रीमती सोनिया गांधी और राहुल गांधी भी नेशनल हेराल्ड के एक मामले में जमानत पर हैं। फिर राहुल गांधी की भी अब कोई धीरे गंभीर नेता की छवि नहीं रह गई है। ऐसे में कोई बेदाग चेहरा नहीं हो अखिल भारतीय स्तर पर 2024 के चुनाव में मोदी का मुकाबला कर सके।

# जनाब भुट्टो ! पालते हो आतंक, हमें सिखाते हो अमन ?

भारत और पाकिस्तान के रिश्तों के मध्य जमी बर्फ फ़िलहाल पिघलती नहीं दिखती है। गोवा में सम्पन्न हुए शंघाई सहयोग संगठन के बैठक से कम से यही संदेश निकलता है। पाकिस्तान आतंकवाद के मसले पर दोगली नीति का पोषक है। पाकिस्तान यह अच्छी तरह जानता है कि भारत से सीधी लड़ाई में वह कभी भी जीत नहीं हासिल कर सकता है। वैश्विक मंच पर भी भारत बेहद मजबूती से खड़ा दिखता है। दुनिया में भारत की साख मजबूत है। भारत की वैश्विक कूटनीति अलग है। वह अपनी बात को दुनिया के सामने बड़ी साफगोई से रखता है। आतंकवाद के मसले पर उसकी नीति दो टूक है। भारत कभी भी आतंकवाद का समर्थन नहीं करता है। अमेरिका, रूस और चीन जैसे तागतवर मुल्कों के साथ भी उसकी नीति साफ है। भारत बुद्ध के सिद्धांत पर चलता है। वह जिओं और जीने दो में विश्वास रखता है। अरब देशों से भी भारत के बेहतर सम्बन्ध हैं। क्योंकि उसकी नीति स्पष्ट और साफ है। शंघाई हयोग संगठन की बैठक में पाकिस्तान के विदेश मंत्री बिलावल भुट्टो को भारत-पाकिस्तान संबंधों को लेकर कुछ खास हासिल नहीं हो पाया। भारत आतंकवाद के मसले पर पाकिस्तान को कठघरे में खड़ा कर दिया। विदेशमंत्री जयशंकर प्रसाद ने जिस तरह पाकिस्तान को लताड़ा वह काविलेगौर है। भारत शंघाई सहयोग संगठन के देशों को यह समझाने में कामयाब रहा कि

दोनों मुल्कों मिल चाहिए। यह दु के लिए पाकिस्तान कूटनीति है। 2 पहले ऐसे नेता का दौरा किया के भारत दौरे व बढ़े हैं। पाकिस्तान भारत धारा 37 वापसी करे, ते नहीं है। क्योंकि का आंतरिक किसी दूसरे क नहीं करगा। त परस्त आतंकी है उस लिहाज बातचीत क नहीं है।

सम्बन्ध सुध दूर की कौड़ी चाहकर भी भा नहीं सुधार स पाकिस्तान में स्वतंत्र नहीं हो सकता का नियंत्रण रह में सरकारें निवारनी बनती हैं नीति करती है सेना कि भारत के सुधरें। पाकिस्तान आतंकियों को भारत भेजती आतंकवाद परिदिखाने के लिए अंसू बहाता है जम्मू -कश्मीर करना चाहता पाकिस्तान व चाहेगा। यहाँ अमन चाहता बहुत कुछ खो पाकिस्तान पर राजनेता कश्मीर

लकर बात करनी निया को दिखाने हस्तान की छब्बी 2016 के बाद भुट्टो हैं जिन्होंने भारत है। हलांकि भुट्टो ने लेकर भी लाग नान चाहता है कि 20 की कश्मीर में लेकिन यह संभव क कश्मीर भारत मामला है। वह इसी हस्तक्षेप मंजूर दूसरी तरफ पाक घटनाएं चरम पर से पाकिस्तान से रना मुम्किन आरने की बात तो है। पाकिस्तान भर के साथ रिश्ते कता है। क्योंकि चुनी सरकारें नी हैं उस पर सेना ताता है। पाकिस्तान रफ दिखवे की तो सेना तैयार खुद नहीं चाहती साथ सम्बन्ध तान की आर्मी खुद ट्रेनिंग देकर है। पाकिस्तान और दुनिया को सिर्फ घड़ियाली है। भारत सरकार 2016 में अब चुनाव भी है जबकि भी ऐसा नहीं आम कश्मीरी है क्योंकि वह चुका है लेकिन रस्त वहाँ के ओर में कभी भी शांति नहीं चाहते हैं। कश्मीर शांत हो गया तो उनकी वहाँ कोई सुनने वाला नहीं रहेगा। धारा 370 की आड़ में राजनेताओं ने खूब लूटा है। भारत के विदेश मंत्री ने पाकिस्तान से साफ कर दिया कि आप खुद को आतंक का शिकार कहते हैं और आतंक फैलाने वालों के साथ बैठते हैं, ऐसा नहीं हो सकता। भारत पड़ोसियों से हमेशा शांति चाहता है। अगर ऐसा न होता तो शंघाई सहयोग संगठन की बैठक में पाकिस्तान को आमंत्रित ही न करता लेकिन भारत की कूटनीति बहुत मजबूत है। विदेशी मेहमानों के सामने पाकिस्तान की आतंक परस्ती नीति की भारतीय विदेश मंत्री ने बखिया उधेड़ दी। भारत हमेशा शांति का समर्थक रहा। साल 2015 में प्रधानमंत्री अचानक लाहौर पहुंच गए थे। जब भारत के प्रधानमंत्री अटल बिहारी बाजपेई रहे तो परवेज मुशर्रफ का जोरदार स्वागत हुआ। समझौता एक्सप्रेस भी चली लेकिन संबंध सुधरने के नाम पर भारत को पठानकोट जैसे दर्द मिले। फिलहाल पाकिस्तान के संदर्भ में जयशंकर प्रसाद की तरफ से की गयी यह टिप्पणी अहम है कि भुट्टो और पाकिस्तान आतंक की इंडस्ट्री के प्रवक्ता हैं, आतंक को बढ़ावा देने और सही ठहराने वाले हैं। फिलहाल पाकिस्तान से आतंक के मसले पर उम्मीद करना बेमानी है क्योंकि हाथी के दांत दिखाने और खाने के अलग हैं।

## **پاکستان مें ہندوؤں کا جائز کنવرجن پیغام !**



मनोज कुमार अग्रवाल

पाकिस्तान में अल्प संख्यक हिन्दुओं पर अत्याचार और जबरन धर्म परिवर्तन का सिलसिला जारी है हाल ही में को सामूहिक रूप द्वारा बनाया पाकिस्तान में हिन्दू साथ दरिंदगी और वर्जन आम है। ५ ह्यूमन राइट्स नुताबिक हर साल जार लड़कियों का बदलवा दिया जाता ज्यादातर लड़कियां ग्रीष्म हिंदू समुदाय से अलावा सिख और गुरुनिटी की भी काफी का शिकार बनती रहती है जिसमें छल्ले साल पांच को सिंध के बिना तंतु गुलाम अली से यों -11 साल की साल की हिना पहरण किया गया। यहीने में कोई 16 पाकिस्तान के सिंध चुकी है, जिसमें दू लड़कियों का जबरन मुस्लिम से कर उनका धर्म गया। इसी साल युक्त राष्ट्र ने भी अल्पसंख्यकों के जुर्म को लेकर एक थीं संयुक्त राष्ट्र के ने पाकिस्तान में किडनैपिंग, धर्म व्यवस्था से जुड़ी विवाह आदि का आयोजित किया, उसके मुन्तजिर कारी तैमूर राजपूत ने कहा- कुल 10 परिवारों को इस्लाम में शामिल किया गया है। वो मर्जी से मुस्लिम बनने को राजी हुए। हमने कोई दबाव नहीं डाला। इस मौके पर कई स्थानीय लोग मौजूद थे एक्सप्रेस ट्रिव्यून की रिपोर्ट के मुताबिक धर्मांतरण पाकिस्तान के मारपुरखास में 10 परिवारों के 50 हिन्दुओं को मुसलमान बनाया गया है। इनमें 1 साल की बच्ची भी शामिल है। इस मौके पर मजहबी मामलों के मंत्री मोहम्मद ताल्हाज़ महमूद के बेटे मोहम्मद शर्मारज खान भी मौजूद रहे। वो खुद भी सांसद हैं हिन्दुओं का सामूहिक धर्मांतरण कराने के लिए एक स्पेशल सेरेमनी ऑर्गेनाइज़ की गई। जिन लोगों का मजहब बदलवाया गया है, उन्हें चार महीने तक एक जगह रखा गया, इसे आम बोलचाल में इस्लामी ट्रीनिंग सेंटर कह सकते हैं। वास्तविकता यह है कि हिन्दू समाज के गरीब लोगों को बाकायदा टार्गेट कर इस तरह के हालात पैदा कर कनवर्जन के लिए मजबूर कर दिया जाता है। करीब एक साल पहले सर्वाधिक हिन्दू जनसंख्या वाले सिंध प्रांत के हरूनाबाद जिले के मिट्टी कस्बे में 3700 और जैकबाबाद जिले के सघर कस्बे के 5700 लोगों का सामूहिक धर्म परिवर्तन करवा कर वहाँ के मंदिरों में ताले डाल दिए गए। यदि पाकिस्तान में यहीं हालात रहे तो आगामी एक दशक में वहाँ हिन्दुओं का नामोनिशान मिट जाएगा। सन 2021 में वहाँ बीस हजार हिन्दुओं का धर्मपरिवर्तन घटा सकता है।

# आपसे नहीं हो पाएगा

आप रहने ही दीजिए। आपसे  
नहीं हो पाएगा। भैया जी आप  
के जमाने में लोगों को ज्ञान  
देने के लिए उन्हें अज्ञान  
बनाना जरूरी है। केवल वाट्सप मुप बनाकर  
एडमिन बने रहने से सिर्फ धांस छील पाओगे  
ऐसा करते रहेगे तो समझो हो गया, कारवां  
गुजर जाएगा और आप गुबार में ही फसें रहेगे।  
ट्रूकड़ों में यहाँ-वहाँ से बटोरने से कुछ नहीं होता। यह फेंकू ज्ञान है। असली ज्ञान से ४  
ज्यादा कीमती। असली ज्ञान की तथ्यता स्रोतों से  
संदर्भों, इंटरनेट से सिद्ध हो जायेंगे। लेकिन  
फेंकू ज्ञान को जलेबीदार उलझाऊ बातों से  
सिद्ध करना पड़ता है। समझे बरखुरदार। और  
और मेरे जैसे अनेक बंधु ताजमहल, ज्ञानवापी  
कुतुब मीनार, जामा मस्जिद, लाल किला  
देखकर लौट भी आये और अब खुदाई कर  
वालों सहित सब को आपना ज्ञान रोजाना परापर  
रहे हैं और आप यहीं व्यंग्य जैसी बेकार चीज़ियां  
लिख रहे हैं। आपने कल देखा नहीं कि ऊधम  
खोजी लोग ज्ञानवापी पहुँचे कि नहीं इधर ज्ञान  
की सहस्रधारा चाहँ आर बह निकलीं थीं।

बिअंग भैया जैसे व्यंग्यकार के भीतर से का कीड़ा निकालने की कसम खाए फेंने कहा- हम वॉट्सऐप्पियों ने ही बताया ज्ञानवापी के तहखाने में शिवलिंग दैदीपंक की तरह चमक रहा है। एक से बढ़कर छवियाँ ब्रॉप करके धड़ल्ले से पोस्ट कर सामने वाले की गैलरिया चुटकियों में फुटाले। वह सुसुरा इसी मैं उलझा रहेगा तस्वीरें देखें या गैलरी सफ करे। किस जगह पर कोई दूसरा कुछ बनाएगा तो खो होगा ही। आगे तजोमहल का भी यही हाल वाला है। सारा इतिहास हम अपने व्हाट्सएप्प धरकर चलते हैं। ज्ञानवापी से शिवलिंग ली गयी पहली तस्वीर को खोजियों को करने, देखने और जारी करने के पहले ही व्हाट्सएपवीरों ने उसे सोशल मीडिया में वायर कर दिया था। सारी दुनिया जैसा करती है आप भी किया करो बिअंग भाई। जानते हाथी के दाँत दिखाने के कुछ और तथा के कुछ और होते हैं। भीड़ तंत्र का हिस्से भीड़ तंत्र का। गधा भी अपने को कभी गध बोलता, वह चप रहने के बजाय मौका ॥

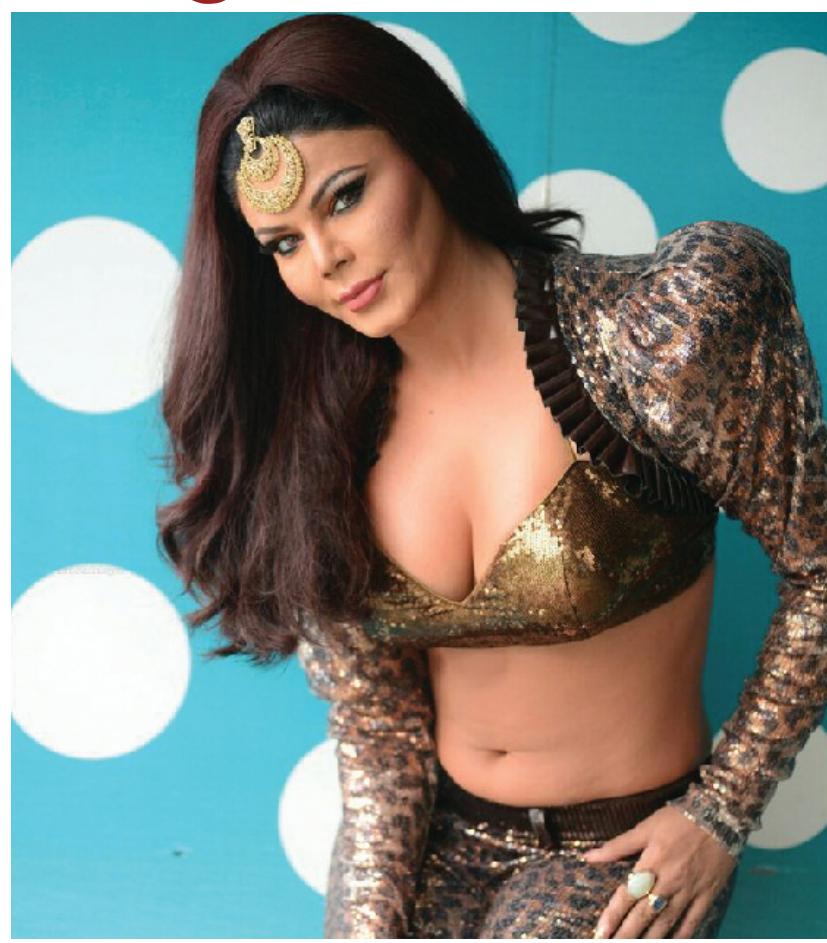
यंग्य  
कूराम  
ा कि  
मान  
एक  
डाले।  
न कर  
ा कि  
नबीन  
होने  
प में  
ा की  
प्राप्त  
ो हम  
यरल  
वैसा  
नहीं,  
खाने  
बनो  
नहीं  
मिलते

ही अपने को घोड़ा साबित करने पर तुल जाता है चाहे उसका ढेंचू-ढेंचू पसंद किया जाये या न किया जाए। फेंकूराम ने कहा तुम मूरख के मूरख रहोगे। तुम्हारे काले अक्षर भैस बराबर नहीं सारी दुनिया की कालिख बराबर है। तुम हमेशा अपनी मुर्गी की ढेंड टांग पर अटक जाते हो। किसी चीज़ को समझने का प्रयास नहीं करते। अरे थाई जी, कुछ समझ में आये न आये, तो भी इस देश की पितृ भाषा अंग्रेजी में बोला करिये - यस, करेक्ट, सब समझ गया, आई कनो, आई कनो ऑल वैरी वेल। बिंगंग भैया आपको कहीं भी 'नो' याने 'नहीं' तो भूल के भी नहीं बोलता है। 'नो' के स्थान पर 'कनो' चलेगा, दौड़ेगा।

जानते हैं न, आजकल सोशल मीडिया में सब कुछ दौड़ रहा है। सारी दुनिया दौड़ रही है, आप भी उस मैराथान दौड़ की भोड़ में शामिल हो जाइए। आप ये जताइए कि आप को सब आता है। बिंगंग भैया इससे आगे नहीं सुन सकते थे। उन्होंने हाथ जोड़े और फेंकूराम की सुबह को शाम और शाम को सुबह बौलने का बादा कर वहाँ नौ दो ग्यारह हो गए।



## 2 बार धोखा खाने के बाद फिर दुल्हन बनेंगी राखी?



नए 'शहजादे' संग इठलाती दिखी ड्रामा वचीन

44 साल की हो चुकी बॉलीवुड की 'ड्रामा गल' राखी सावंत के न्यूयर अब भी कम नहीं हुई हैं। पहले पति का साथ छूटने, दूसरे को जल भिजवाने के बाद राखी को अब 'सपनों का शहजादा' मिला है। ऐसा दुर्वाई पहुंची राखी सावंत का दाव है। राखी एक्स हसपैड रिटेल और आदिल दुर्गानी को भूल फिर से प्यार की पैंगे बढ़ा रही हैं। बॉलीवुड की आइटम गल ने अपनी शहजादे को दीवार फैस को एक वीडियो के जैसे जेल में जाएगा।

**लुंई की जगह इम बाट दुर्वाई में निला शहजादा**

राखी सावंत इन दिनों दुर्वाई में हैं। उनका एक वीडियो सोशल मीडिया पर जमकर वायरल हो रहा है। इस वीडियो क्लिप में राखी दुर्वाई की शहजादा सड़कों पर अपने शहजादे के साथ घूमते दिखा रही हैं। बाट दें तो करते हैं। एक फैस जमकर प्रतिक्रिया दे रहे हैं। एक फैस ने कहा कि राखी को 'नया बकानी' मिल गया है। एक यूजर ने कमेट किया, 'लगता है अब यह भी आदिल के जैसे जेल में जाएगा।'

**राखी सावंत का फिल्मी सफर**

राखी सावंत ने साल 1997 में फिल्म 'अमिनचक' से बॉलीवुड डेब्यू किया था। इसके बाद 'जोरु का गुलाम', 'ये रसत हैं प्यार के' और 'जिस देश में गंगा रहता है' में उनका डांस आइटम काफी हिट रहा। 2005 में 'परदेसिया' एल्म में उन पर फिल्मिया गया गाना 'परदेसिया ये सच है पिया' ब्लॉकबस्टर रहा। राखी ने छोटे पांवे पर 'विंग बॉस', 'नच बल्लै' और 'राखी का स्वयंवर' जैसे शोज में हिस्सा लिया। सोशल मीडिया पर वायरल वीडियो में राखी एक शेष संग मस्ती करती हुई नजर आ रही हैं।

## अनन्या के सामने ही लोगों ने उड़ाया उनका मजाक, पृष्ठा- बाल्टी है या पर्स?

बॉलीवुड सेलेब्स पार्टीज, इवेंट और ऑर्वर्ड शो में अपनी प्रिंजेस को खास और बिल्कुल अलग तरह से प्रिंजेट करते हैं। उनके आउटफिट और फैशन सेस की तारीफ होती हैं। वीरी गत मंगलवार में एक मोर्ट स्टाइलिंग अवॉइस इवेंट हुआ। इस इवेंट में कई सितारों ने शिरकत की और उन्होंने इवेंट में अपना बेहतरीन लुक प्रेजेंट किया। जात्याकी कपूर, अनन्या पांडे, श्रिया सरन, रितेश देशमुख और जेनेलिया देशमुख समेत कई अन्य सेलेब्स भी इसमें शामिल हुए। लेकिन सबसे ज्यादा ध्यान अनन्या पांडे ने खींचा। वह इवेंट में सबसे खूबसूरत तो दिख ही रही थीं, लेकिन

अनन्या पांडे अपने लुक और खूबसूरती से ज्यादा अपने पर्स की बजह से चर्चा में रहीं। इवेंट से अनन्या का एक वीडियो सामने आया है। वीडियो में देखा जा सकता है कि उन्होंने गुलाबी रंग का एक आउटफिट पहना हुआ है। इसके साथ ही उन्होंने एक गोल्डन कलर का पर्स लिया हुआ है। इस पर्स को लेकर न सिफे पैपराजी ने उनका मजाक उड़ाया। अनन्या भी मुश्किले हुई हैं। लेकिन उनका ध्यान

दरअसल, अनन्या पांडे का पर्स बाल्टीनुमा है। अनन्या के हाथ में ऐसा पर्स देख खूब पैपराजी ने मजे लेते हुए एक्स्ट्रेस से पृष्ठा बाल्टी लग रही है। पर्स है या बाल्टी? वीडियो में सुना जा सकता है कि बाकी पैपराजी के भी हंसने की आवाज आ रही है। अनन्या भी मुश्किले हुई हैं। लेकिन उनका ध्यान

है और 'बाल्टी' बोलते हुए आगे निकल जाती हैं। अनन्या आगे बढ़ जाती हैं हंसी पर ही रहती है।

इतना ही नहीं, सोशल मीडिया पर अनन्या पांडे का वह वीडियो आते ही नेटिंजस भी मजे लेने लगे। एक यूजर ने लिया, "ये सब तो ठीक है, लेकिन उम्मीद रखा क्या होगा?" एक अन्य यूजर ने लिया, "दाल तड़के की बाल्टी जाते समय भर के लेके जान।" एक यूजर ने तो पर्स की तुलना उनके स्ट्रागल से की। यूजर ने लिया, "इस पर्स का साइज तो उनके स्ट्रागल के जितना है।"

**अनन्या पांडे की फिल्में**

अनन्या पांडे का यह वीडियो तेजी से सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। बात को अनन्या के वर्कफ्रेंट की, तो वह आयुष्मान खुजाहा के साथ 'झूम गर्ल 2' में दिखाया दीर्घी आखिरी बार वह विजय देवरकोड़ा के साथ किया 'लाइगर' में नजर आई थी।

## राम्या कृष्णन सातथ इंडस्ट्री की जानी मानी अभिनेत्री

फिल्म डायरेक्टर केएस रविकुमार के साथ अपने कथित संबंधों को लेकर राम्या खूब सुर्खियों में रहीं

राम्या कृष्णन सातथ इंडस्ट्री की जानी मानी अभिनेत्री जिन्होंने कई हिंदी फिल्मों में भी काम किया है। अपने दमदार अभिनय के दम पर उन्होंने दुनियाभर में अपनी जबरदस्त पहचान बनाने में सफल रही हैं। लोग आज भी उन्होंने फिल्म 'दुर्वाला' के लिए जानते हैं। आज हम राम्या से 'जुड़ी' एक बात आपको बताने जा रहे हैं, जिसे जान आप हैरान रह जाएंगे।

दिग्गज अभिनेत्री राम्या कृष्णन पिछले 3 दशक से लगातार फिल्मों में सक्रिय हैं। इस दौरान उन्होंने लगातार फिल्म 'प्रेमिनिंग', 'बाहुबली: द विपरिनिंग', 'बाहुबली: द द्वाहुबली' और 'सुपर डीलक्स' जैसी फिल्मों से तो वह दुनियाभर में अपनी पहचान बनाने में सफल रही हैं।

इस दौरान राम्या ने 3 नंदी पुरस्कार, 1 तमिलनाडु राज्य फिल्म पुरस्कार (स्पेशल प्राइड) और 4 फिल्मफेयर पुरस्कार अपने नाम किया। अपने करिअर में इन सभी ऊँचाइयों को हासिल करने के बावजूद, राम्या लगातार बड़े बजट की फिल्मों साइन करती रहती हैं, हालांकि वह अपने रील लाइफ के साथ-साथ अपने रियल लाइफ के बीच-बीच से खबरों को खूब देखती है। वहीं, इन खबरों का प्रभाव भी रविकुमार की बयेस-बासा घर पर भी दिखते लगे।

रियोर्ट्स की माने तो इन सारी चीजों से रविकुमार परेशान हो गए थे, तो उन्होंने राम्या से अलग होने का फैसला लिया और उनसे सारे रिश्ते खत्म करना चाहते थे। रियोर्ट्स में ये भी दाव किया गया था कि वह एक्ट्रेस ने अबॉर्शन के लिए 75 लाख रुपए मांगे थे। कहा जाता है कि उस समय दोनों में सो कोई भी उस बच्चे के लिए तैयार नहीं था। इसके बाद एक्ट्रेस ने अबॉर्शन का फैसला किया था, राम्या पर लगे इस आरोप के बाद उनके जिंदगी में भाचाल आ गया था। हालांकि, बाद में राम्या और रविकुमार दोनों ने उन्हें रिलेशनशिप, प्रेमेंसी और अबॉर्शन से जुड़ी सरीखे खबरों को गलत बताया था। बाद में, राम्या ने तेलुगू फिल्ममेकर कृष्णा वामसी से 12 जून, 2003 में शादी कर ली थी।

अब तक 260 से अधिक फिल्मों में काम किया



अपने दमदार अभिनय से दर्शकों को काफी हैरान किया

## विजय देवरकोड़ा पर कमेंट करना अनसुधा को पड़ा भारी, ट्रोल्स ने कह दिया 'आंटी'



### अदा शर्मा की फिल्म का जलवा कायम महज 3 दिन में कमाए 35 करोड़

डायरेक्टर सुधीपो सेन की विवादित फिल्म द केरल स्टोरी अपनी कहानी को लेकर एक हाई डिट्रिंग फिल्म है, जो अभी विवादी से तो जो आंटी की बात है। जहाँ 'कुर्सी' का पोस्टर देखकर विजय के सभी फैंस बेहद खुश थे, लेकिन अनसुधा को उसमें कुछ ऐसा दिखा कि वह अपने आपको कमेंट करने से रोक नहीं पाए। हालांकि, अनसुधा को विजय पर कमेंट करना भारी पारी की बात नहीं आई। इसके बाद फैसला भारी पारी की बात नहीं आई। इसके बाद फैसले ने उन्हें आंटी तक कहकर ट्रोल करना शुरू कर दिया है।

बुरी तरह से ट्रोल होने के बाद, अनसुधा ने एक और ट्रोल किया, जिसमें उन्होंने कहा कि विजय देवरकोड़ा के फैसले ने इस पर अपनी प्रतिक्रिया देनी शुरू कर दी। 'लाइगर' के फैसले ने कहा कि विजय देवरकोड़ा के बाद एक्ट्रेस ने अबॉर्शन को लिया है। अब इस बार, अभिनेत्री ने विजय के नाम के आगे 'द' के प्रयोग पर दिपाणी की, जो अभिनेता के फैसले के बिल्कुल भारी पारी पारी दिखा रही है। इसके बाद फैसले ने उन्हें आंटी को अभिनेता के फैसले के बिल्कुल भारी पारी पारी की बात नहीं आई। इसके बाद फैसले ने उन्हें आंटी तक कहकर ट्रोल करना शुरू कर दिया है।

बुरी तरह से ट्रोल होने के बाद, अनसुधा ने एक और ट्रोल किया, जिसमें उन्होंने कहा कि सितारों को अपने फैसले को सोशल मीडिया पर लाइन क्रॉस नहीं करने देना चाहिए। उन्होंने लिया, 'मूझे नहीं पत कि इन सभी सितारों को अपने प्रशंसकों के नाम पर किसी भी गलत काम पर स्टैंड लेने के लिए क्या रोकता है। महान शक्ति के साथ बड़ी जिम्मेदारी आती है। मेरी दी गई शक्ति में मैं जिम्मेदार हो रही हूं।'

**करीना से फैसले बोले-आपकी उम्र जरा भी नहीं बढ़ी**

प्रिंटेड कुर्टी-पैंट में स्पॉट हुई बेबो, हाथ हिलाकर पैपराजी को ग्रीट किया



हाल ही में करीना कपूर को स्पॉट किया गया। इससे जुड़ी वीडियो सोशल मीडिया पर भी समाजे आया है। वीडियो में करीना फैन पर बात करती हुई दिख रही है। जैसे हुए उनकी नजर पैपराजी की तरफ गई, करीना ने हाथ हिलाकर पैपराजी की ग्रीट किया।





हैदराबाद, 8 मई (एजेंसियां)। गर्मी के दिनों में घर से बाहर निकलते ही तेज प्यास लगती है। इस प्यास को बुझने के लिए हम कभी ठेले पर मिलने वाले गन्ने का रस पीते हैं, तो कभी जूस, तो कभी नींबू सोडा। इन सबमें एक चीज़ कॉमन होती है—बफ़। इस मौसम में घर पर भी बफ़ डालकर पानी पीना और दूध वाली चाय की जगह आइस टी और कॉल्ड कॉफ़ी नींबू-मैरेल है। आज समझते हैं कि बफ़ का सहेल पर यात्रा असर पड़ता है। सर्दी-जुकाम के साथ यह हमें किस तरह नुकसान पहुंचाता है। क्या घर की फ्रिज़ में जमा बफ़ भी हेल्थ के लिए हानिकारक है। एक्सपर्ट के अनुसार बफ़ का पानी पीने से बचना चाहिए। आपके पानी होमेया कोम्प्रेस के तापमान के हिसाब से ही पीना चाहिए। इसका मूलबन ज्यादा ठंडा पानी पीना सही न ही ज्यादा गर्म। जब हम तेज़ धूप से आकर सोधे बफ़ वाला पानी पीते हैं, तब यह पानी शरीर के टेम्परेचर से मेल नहीं खाता। इससे शरीर का टेम्परेचर बिगड़ जाता है। जिससे हम बीमार पड़ने लगते हैं। यह हमारे पाचनतंत्र को बिगड़ा देता है। बफ़ डालकर कछु खाने-पीने से होने वाली बीमारियों की वजह डिटेल में समझते हैं।

**हेपेटाइटिस :** बफ़ अगर साफ पानी से नहीं ज्यादा गया है, पानी गंदा है तो उससे हेपेटाइटिस ए और ई वायरस होने का रिकॉर्ड रहता है। कई बार घर की फ्रिज़ में भी महीनों बफ़ जमकर पड़ता है। वहाँ भी गंदगी होती है जो हमें बीमार करती है। जॉन्सन्स होने के पीछे भी यही कारण है।

**माइक्रो:** यह दूसरों के मुकाबले माइक्रोन वालों को ज्यादा तकलीफ़ दे सकता है। जब आप ठंडा पानी पीते हैं तो यह आपके

नाक और रेस्पिरेटरी ट्रैक्ट को ब्लॉक कर देता है। जो माइक्रोन के दर्द को बढ़ा देता है।

गले में खराश : बफ़ वाला पानी पीने से नाक में रेस्पिरेटरी म्यूकोसा बनता है, जो रेस्पिरेटरी ट्रैक्ट को एक प्रोट्रिक्ट लेपर होती है। जब यह लेपर जम जाती है तो रेस्पिरेटरी यानी सांस लेने में समस्या होती है। रेस्पिरेटरी ट्रैक्ट कई संक्रमणों की चपेट में आ जाता है, जिससे गले में खराश होती है।

बफ़ का पानी खाने की भी समस्या पीने की सलाह भोड़कली नहीं दी जा सकती। यह हर बक्त नुकसानदायक है।

**बॉडी हाइटेंट नहीं रहती :** बफ़ का पानी ठीक तरह से बॉडी को हाइटेंट नहीं कर पाता है। कभी भी खाने के तुरंत बाद बफ़ वाला पानी पीने से बचना चाहिए। यह शरीर को नुकसान पहुंचाता है।

**न्यूट्रिंट्स का नुकसान :** आपत्तौर से बॉडी टेम्परेचर 37 डिग्री तक होता है। जब आप बफ़ का पानी पीते हैं तो शरीर को टेम्परेचर में मैटेन करने के लिए बहुत सारी एनर्जी खर्च करनी पड़ती है। जो एनर्जी डालजेन या न्यूट्रिंट्स को ऑब्जर्व करने के लिए इस्टेमेल होती है। वह बफ़ का पानी पीने से लग जाती है। इसके बाद वजह से शरीर में न्यूट्रिंट्स की कमी हो जाती है।

**मोटापा :** हर बक्त बफ़ वाला पानी पीने से शरीर में मौजूद फैट आसानी से बर्न नहीं हो पाता है। इसकी वजह यह है कि ठंडा पानी फैट को सख्त बना देता है। जिसकी वजह से वजन कम करने में परेशनी होती है।

**ज्यादा पानी पी लिया हो :** यह आपकी कम होती है प्यास : पानी जब बहुत यास पर कंटोल लगा देता है। इससे ठंडा होता है तो थोड़े से पानी से ही आपके शरीर में पानी की मात्रा भी कम होती है। डॉक्टर की मानें तो हमें हमेशा

परेशनी होती है।

**कम होती है प्यास :** पानी जब बहुत यास पर कंटोल लगा देता है। इससे ठंडा होता है तो थोड़े से पानी से ही आपके शरीर में पानी की मात्रा भी कम होती है। डॉक्टर की मानें तो हमें हमेशा

परेशनी होती है।

**ज्यादा पानी पी लिया हो :** यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**टाइनस :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**गले में खटाई :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**प्रोट्रिंट्स :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्यादा पानी पी लिया हो।

**माइक्रोन :** यह आपकी ज्यादा पानी पी लिया हो। यह आपकी

ज्य





## अग्रवाल समाज दुनिया का सबसे बड़ा समाज : दयानंद अग्रवाल



हैदराबाद, 8 मई (स्वतंत्र वार्ता)। अग्रवाल समाज तेलंगाना के बैंकेट हॉल के उद्घाटन अवसर पर पैराडाइज में आयोजित कार्यक्रम में अग्रवाल समाज के बैंकेट हॉल की नाम परिक्रमा का उद्घाटन मुख्य अंतिथि दयानंद अग्रवाल द्वारा किया गया। अग्रवाल समाज तेलंगाना का सबसे बड़ा समाज है जो सेवा के कार्य में हमेशा तप्पे रहता है। अग्रवाल समाज का केंटे ऐसा बंदा कुमार अग्रवाल ने बैंकेट हॉल में हमेशा तप्पे रहता है। अग्रवाल समाज का केंटे ऐसा बंदा कुमार अग्रवाल ने बैंकेट हॉल का निर्माण शहर के चारों कोने में स्थापित करने के साथ-साथ शमशाबाद में विशाल कनेक्शन हॉल का निर्माण कराया जिसके उपर शमशाबाद में जीभीन तय कर ली गई है। इसके अंतिरिक्ष समाज के लिए 200 बंद वाले अस्पताल का निर्माण कराया जाना तथा शमशाबाद के नाम पर विश्वविद्यालय का निर्माण कराया जाएगा। अग्रवाल समाज के बैंकेट हॉल की नाम परिक्रमा के मुख्य अंतिथि दयानंद अग्रवाल, द्रष्ट बोर्ड का उद्घाटन अग्रवाल समाज टीम द्रष्ट के सलाहकार करोड़ीमल अग्रवाल, बैंकेट हॉल का उद्घाटन परमार्शदाता राम गोयल, कान्फ्रेंस हॉल का उद्घाटन परमार्शदाता डॉ. मोहन

## पाकिस्तान ने दो दिन में ही गंवाया ओडीआई नंबर-1 पोजीशन

न्यूजीलैंड पांचवां वनडे 47 रन से जीता, पाक का सीरीज पर 4-1 से क्षत्ता



खेल डेस्क, 8 मई (एजेंसियां)। न्यूजीलैंड ने पाकिस्तान को पांच मैचों की वनडे सीरीज के पांचवें उन्होंने नीं ओवर फेंके, इस दौरान 34 रन देकर तीन अहम विकेट भी हारा दिया है। ये सीरीज पाकिस्तान ने 4-1 से अपने नाम की। कराची में टाँस जीतकर पहले बैटिंग करने प्रदर्शन के लिए प्लॉयर ऑफ द मैच दुना गया। वहीं प्लॉयर ऑफ द सीरीज का खिताब फूर्हर जमान को दिया गया। उन्होंने इस सीरीज में 363 रन बनाए।

जवाब में पाकिस्तान 46.1 ओवर में 252 रन पर ही सिमटी

पाकिस्तान की टीम

टैक	टीम	पॉइंट्स
1	ऑस्ट्रेलिया	113
2	भारत	113
3	पाकिस्तान	112
4	इंग्लैंड	111
5	न्यूजीलैंड	108

पांचवें वनडे मुकाबले की बात करें टाँस जीतकर पहले बैल्टिंगों करते हुए न्यूजीलैंड की टीम कराची में टाँस जीतकर पहले बैटिंग करने उन्होंने न्यूजीलैंड की टीम ने 49.3 ओवर में 299 रन पर ऑलआउट हो गई। जवाब में पाकिस्तान 46.1 ओवर में 252 रन पर ही सिमट गई। न्यूजीलैंड की ओवर से बिल यंग ने 87, टॉम लाथम ने 59 और माक चैपेन ने 43 रन की पारी खेली। पाकिस्तान के लिए शाहीन

पारी नहीं खेल सके और मात्र एक रन बना कर आउट हो गए। न्यूजीलैंड की ओवर से हेनरी शिप्पो और रचन रवींद्र ने तीन-तीन जवाब एडम मिले, मैट हेनरी और ईशा सोढी ने एक-एक विकेट लिए।

ओडीआई रैंकिंग में तीसरे स्थान पर पूर्व चाहिए गया है।

ऑस्ट्रेलिया ने 113 रेटिंग के साथ पहले स्थान पर फिर से कब्जा कर लिया है। दूसरे स्थान पर टीम इंडिया मोजूद है। पाकिस्तान तीसरे पायदान पर 112 रेटिंग के साथ आखिरी तीन टीम में आक्रामक 2023 को किंवित इतिहास में पहली बार पाकिस्तान टीम ODI रैंकिंग में नंबर-1 बनी थी।

भारतीय मुकेबाज दीपक भोरिंगा ने रविवार को टम्डार प्रदर्शन करते हुए योग्यों ओलंपिक 1 का ताज छोन गया।

के कांस्य पदक विजेता काजखस्तान के साकेन बिहासिनीव को हराकर विश्व चौथीनशिप के प्री-क्वार्टर फाइनल में जगह बनाई। दीपक के रजत पदक विजेता में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय

मुकेबाज

दीपक

भोरिंगा

प्रदर्शन

के लिए

स्थानकंद

8 मई (एजेंसियां)

तीसरे स्थान पर ही नंबर-1 बनी थी।

पाकिस्तान के कांस्य पदक विजेता काजखस्तान के साकेन बिहासिनीव को हराकर विश्व चौथीनशिप के प्री-क्वार्टर फाइनल में जगह बनाई। दीपक के रजत पदक विजेता में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय

मुकेबाज

दीपक

भोरिंगा

प्रदर्शन

करते हुए

योग्यों

ओलंपिक

में उतरेंगे।

हुसामुद्दीन बी क्वार्टर फाइनल में पहुंचे

भारतीय मुकेबाज ने 2021 विश्व चौथीनशिप साकेन को 5-2 से शिक्षित देकर अगले दौर में जगह बनाई। दीपक ने मुकाबले में धीमी शुरुआत की ओर उन्हें अपनी लय पकड़ने में थोड़ा समय लगा। इसका फॉयला साकेन ने उठाया और उन पुछ पांच जड़े। इसके बाद दीपक तीसरे राउंड में अपनी लय पकड़ने में थोड़ा समय लगा। दीपक अगले मैच में चीन के झांग जिमाओ के खिलाफ रिंग में उतरेंगे।

हुसामुद्दीन बी क्वार्टर फाइनल में दो बार के राउंडमैल खेलों के पदक विजेता मोहम्मद हुसामुद्दीन (57 एपीवर्स) ने रूस के एडुआर्ड साविन को 5-0 से प्री-क्वार्टर करके क्वार्टर फाइनल में अपनी जगह पकड़की की। उनका अगले मैच में चीन के झांग जिमाओ के खिलाफ रिंग में उतरेंगे।

और लोगों ने भी अपने स्टार खिलाड़ी की ओर वापसी पर उनका जमकर स्वागत किया। इसे देखकर केविन पीटरसन को एक सुझाव आया।

उन्होंने दिल्ली कैपिटल्स के मैनेजर्सेट से मांग की और डेविड बैकहम, मेसी और रोनाल्डो का भी जिक्र किया। उन्होंने द्वारा आखिरी तीन टीम में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय मुकेबाज दीपक भोरिंगा ने रविवार को टम्डार प्रदर्शन करते हुए योग्यों ओलंपिक 1 का ताज छोन गया।

और उन्होंने आखिरी तीन

मैच जीत लिया।

उन्होंने दिल्ली कैपिटल्स के मैनेजर्सेट से मांग की और डेविड बैकहम, मेसी और रोनाल्डो का भी जिक्र किया। उन्होंने द्वारा आखिरी तीन टीम में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

दीपक के रजत पदक विजेता काजखस्तान के साकेन बिहासिनीव को हराकर विश्व चौथीनशिप के प्री-क्वार्टर फाइनल में जगह बनाई। दीपक के रजत पदक विजेता में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय मुकेबाज दीपक भोरिंगा ने रविवार को टम्डार प्रदर्शन करते हुए योग्यों ओलंपिक 1 का ताज छोन गया।

और उन्होंने आखिरी तीन

मैच जीत लिया।

उन्होंने दिल्ली कैपिटल्स के मैनेजर्सेट से मांग की और डेविड बैकहम, मेसी और रोनाल्डो का भी जिक्र किया। उन्होंने द्वारा आखिरी तीन टीम में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय मुकेबाज दीपक भोरिंगा ने रविवार को टम्डार प्रदर्शन करते हुए योग्यों ओलंपिक 1 का ताज छोन गया।

और उन्होंने आखिरी तीन

मैच जीत लिया।

उन्होंने दिल्ली कैपिटल्स के मैनेजर्सेट से मांग की और डेविड बैकहम, मेसी और रोनाल्डो का भी जिक्र किया। उन्होंने द्वारा आखिरी तीन टीम में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय मुकेबाज दीपक भोरिंगा ने रविवार को टम्डार प्रदर्शन करते हुए योग्यों ओलंपिक 1 का ताज छोन गया।

और उन्होंने आखिरी तीन

मैच जीत लिया।

उन्होंने दिल्ली कैपिटल्स के मैनेजर्सेट से मांग की और डेविड बैकहम, मेसी और रोनाल्डो का भी जिक्र किया। उन्होंने द्वारा आखिरी तीन टीम में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय मुकेबाज दीपक भोरिंगा ने रविवार को टम्डार प्रदर्शन करते हुए योग्यों ओलंपिक 1 का ताज छोन गया।

और उन्होंने आखिरी तीन

मैच जीत लिया।

उन्होंने दिल्ली कैपिटल्स के मैनेजर्सेट से मांग की और डेविड बैकहम, मेसी और रोनाल्डो का भी जिक्र किया। उन्होंने द्वारा आखिरी तीन टीम में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय मुकेबाज दीपक भोरिंगा ने रविवार को टम्डार प्रदर्शन करते हुए योग्यों ओलंपिक 1 का ताज छोन गया।

और उन्होंने आखिरी तीन

मैच जीत लिया।

उन्होंने दिल्ली कैपिटल्स के मैनेजर्सेट से मांग की और डेविड बैकहम, मेसी और रोनाल्डो का भी जिक्र किया। उन्होंने द्वारा आखिरी तीन टीम में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय मुकेबाज दीपक भोरिंगा ने रविवार को टम्डार प्रदर्शन करते हुए योग्यों ओलंपिक 1 का ताज छोन गया।

और उन्होंने आखिरी तीन

मैच जीत लिया।

उन्होंने दिल्ली कैपिटल्स के मैनेजर्सेट से मांग की और डेविड बैकहम, मेसी और रोनाल्डो का भी जिक्र किया। उन्होंने द्वारा आखिरी तीन टीम में आक्रामक अंदाज अपनाते हुए मैच जीत लिया।

भारतीय मुकेबाज दीपक भोरिंगा ने रविवार को टम्डार प्रद

