विचार

किसी घटना या दुर्घटना के लिए भाग्य को दोष देना बंद करें। यदि भाग्य ही सब कुछ होता तो कर्म का कोई महत्व नहीं होता...

सब की खबर

साप्ताहिक

जनगाथा टाइम्स

■ वर्ष : 05 ■ सोमवार 23 जून से 29 जून 2025 ■ पृष्ठ : 08 ■ मोबाइल: 98140-07163 ■ email: jangathatimes@gmail.com ■ www.jangathatimes.com ■ PUNMUL/2017/75353

बच गई सैकड़ों की जान: चंडीगढ़ एयरपोर्ट पर इंडिगो फ्लाइट में तकनीकी खराबी, टेक ऑफ से पहले रोका, यात्री थे सवार

चंडीगढ़। अहमदाबाद विमान हादसे के बाद हवाई यात्रियों की सुरक्षा बड़ा सवाल बन गया है। एयर इंडिया की तरफ से कई उड़ानों को रद्द कर दिया गया है। वहीं अब चंडीगढ़ में सुरक्षा के लिहाज से इंडिगो की फ्लाइट को कैंसिल किया गया है। चंडीगढ़ स्थित शहीद भगत सिंह अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे से इंडिगो की फ्लाइट 6ई 146 को टेक ऑफ से पहले रद्द कर दिया गया। बताया जा रहा है कि यह फ्लाइट चंडीगढ़ से लखनऊ के लिए रवाना होने वाली थी। टेक ऑफ से पहले तकनीकी खराबी के चलते फ्लाइट को रोक दिया गया और इसे रद्द कर दिया गया। बताया जा रहा है कि उड़ान से पहले की जांच के दौरान पायलट ने फ्लाइट में किसी समस्या की पहचान की। एयरलाइन सूत्रों के अनुसार विमान में सैकड़ों यात्री सवार हो चुके थे। विमान के टैक्सी करने से पहले ही तकनीकी खामी पकड़ में आ गई। एहतियातन सभी यात्रियों को सुरक्षित विमान से उतार लिया गया। विमान ने उड़ान नहीं भरी और उसे रनवे पर ले जाने से पहले ही रोक दिया गया। इसके बाद यात्रियों को वैकल्पिक उड़ानों से भेजा गया और उन्हें विमान कंपनी की तरफ से टिकट का पूरी राशि भी लौटाई गई।

मोहाली में प्रॉपर्टी डीलर ने बेटे और पत्नी को मारी गोली, फिर खुद को उड़ाया, फॉर्च्यूनर में मिली लाशें

मोहाली/चंडीगढ़

बनूड़-तेपला राष्ट्रीय राजमार्ग से गांव चगेरा को जाने वाले खेतों की ओर जाने वाली सड़क पर एक फॉर्च्यूनर गाड़ी में तीन शव मिलने से इलाके में दहशत फैल गई। मृतकों की पहचान लंबी (जिला बठिंडा) के नजदीक गांव सिखवाला निवासी संदीप सिंह राजपाल उम्र 45 साल, उसकी पत्नी मनदीप कौर उम्र 42 साल और उनके बेटे अभय उम्र 15 साल के तौर पर हुई है। अभय मानसिक रूप से पूरी तरह स्वस्थ नहीं था। पुलिस द्वारा दी गई जानकारी के अनुसार यह परिवार बीते करीब आठ साल से मोहाली के एमआर सेक्टर-109 का निवासी था। उनकी पत्नी उनके साथ वाली सीट पर लेटी हुई थी और उनके बेटे का शव पिछली सीट पर पड़ा था। तीनों मृतकों के सिर पर गोलियों के निशान थे। घटना की सूचना खेतों में काम करने आए कुछ लोगों से मिली, जिन्होंने गाड़ी में शव देखकर बनूड़ पुलिस को फोन किया। जिसके बाद डीएसपी मनजीत सिंह, बनूड़ थाने के एसएचओ अर्शदीप शर्मा, जांच अधिकारी हरदेव सिंह, एएसआई जसविंदर पाल की टीम के साथ तुरंत मौके पर पहुंचे।

पुलिस ने बताया सुसाइड का मामला

फोरेंसिक एक्सपर्ट और एफएसएल टीम भी मौके पर पहुंची। जानकारी के अनुसार घटना करीब चार बजे की है। पुलिस ने रात करीब आठ बजे

सारी कार्रवाई पूरी करने के बाद परिवार के तीनों सदस्यों के शवों को नीलम अस्पताल के शवगृह में रखवा दिया। डीएसपी राजपुरा मनजीत सिंह और बनूड़ थाना प्रमुख अर्शदीप शर्मा ने बताया कि यह आत्महत्या का मामला है। उन्होंने बताया कि अभी कारणों का पता नहीं चल पाया है।

सोमवार को करवाया जाएगा पोस्टमार्टम

सोमवार को मृतक के परिजनों के आने के बाद पोस्टमार्टम करवाया जाएगा। मौके पर पहुंचे मृतक के रिश्तेदार अमरिंदर सिंह ने बताया कि संदीप सिंह और उसका परिवार खेतीबाड़ी परिवार से संबंध रखता है और वह प्रॉपर्टी का भी काम करता था। उन्होंने बताया कि करीब एक सप्ताह पहले ही उसकी उससे बात हुई थी। मृतक का एक भाई उसके गांव में रहता है, जबकि उसकी बहन विदेश में है। घटना का पता चलते ही बड़ी संख्या में पड़ोसी भी मौके पर पहुंच गए।

ईरान-इजरायल युद्ध में कूदा अमेरिका, ईरान के तीन प्रमुख परमाणु ठिकानों पर गिराए बंकर बस्टर बम

नई दिल्ली। ईरान और इजरायल के बीच जारी तनावपूर्ण जंग में अब अमेरिका की खुलकर एंट्री हो गई है। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने पुष्टि की है कि अमेरिकी वायुसेना ने ईरान के तीन प्रमुख परमाणु ठिकानों–फोर्डो (Fordow), नतांज (Natanz) और इस्फहान (Esfahan)–पर हवाई हमले किए हैं। राष्ट्रपति ट्रंप ने इसे ह्वएक बड़ा और सफल हवाई हमलाह्व बताया है। उन्होंने कहा कि अमेरिकी वायुसेना ने पूरी तैयारी के साथ बम गिराए, जिसमें फोर्डो को प्राथमिक निशाना बनाया गया। उन्होंने दावा किया कि अमेरिका की सैन्य शक्ति की यह कार्रवाई दुनिया के लिए एक मिसाल है और ह्वऐसी क्षमता किसी अन्य देश के पास नहीं है।ह्व राष्ट्रपति ट्रंप के मुताबिक, सभी लड़ाकू विमान सुरक्षित रूप से ईरानी हवाई क्षेत्र से बाहर निकल चुके हैं और अपने बेस की ओर लौट रहे हैं। उन्होंने इस ऑपरेशन को अमेरिका की सैन्य शक्ति की ह्वबड़ी उपलब्धिह्व करार दिया और अब शांति की अपील की है। बताया जा रहा है कि इस हमले में अमेरिका ने अपने अत्याधुनिक इ-2

बॉम्बर्स का इस्तेमाल किया। इन विमानों ने फोर्डो, नतांज और इस्फहान स्थित परमाणु संयंत्रों को निशाना बनाया। हमले के बाद अमेरिका ने मध्य एशिया (मिडिल ईस्ट) में स्थित अपने सभी एयरबेस को हाई अलर्ट पर रख दिया है। रात 10 बजे (लोकल टाइम) ट्रंप देश को संबोधित करेंगे, जबकि भारतीय समयानुसार यह संबोधन सुबह 7:30 बजे होगा। ज्ञात हो कि ईरान के परमाणु कार्यक्रम को लेकर इजरायल की चिंताओं पर विचार करते हुए ट्रंप ने दो सप्ताह पहले सैन्य कार्रवाई का संकेत दिया था। इसी के तहत गुआम स्थित अमेरिकी एयरबेस से इ-2 बॉम्बर्स को रवाना किया गया था। माना जा रहा है कि इन्हीं विमानों ने ईरान में कार्रवाई को अंजाम दिया।

ऑपरेशन सिंधु : ईरान से निकाले गए 290 भारतीय स्टूडेंट्स दिल्ली पहुंचे, अब तक 1100 से ज्यादा की हुई स्वदेश वापसी

नई दिल्ली। युद्धग्रस्त ईरान के मशहद शहर से भारतीय छात्रों को स्वदेश लाने के लिए चलाए जा रहे ह्वऑपरेशन सिंधुह्व के तहत महन एयर की दूसरी विशेष उड़ान (ह5071) शनिवार रात दिल्ली अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे पर सुरक्षित लैंड हुई। इस उड़ान में करीब 290 छात्र सवार थे, जिनमें अधिकांश छात्र जम्मू-कश्मीर से थे। विदेश मंत्रालय के अनुसार, यह फ्लाइट रात 11:30 बजे दिल्ली पहुंची। मंत्रालय के प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने बताया कि अब तक ऑपरेशन सिंधु के अंतर्गत 1,117 भारतीय नागरिकों को सुरक्षित भारत लाया जा चुका है। उन्होंने आगे बताया कि रविवार को ईरान से दो और विशेष उड़ानों के दिल्ली आने की योजना है, जिससे रेस्क्यू अभियान को और गति मिलेगी। इस सफलता पर

जम्मू-कश्मीर स्टूडेंट्स एसोसिएशन ने प्रतिक्रिया देते हुए कहा कि यह उन परिवारों के लिए भावुक क्षण है, जो अपने बच्चों की सुरक्षित वापसी का बेसब्री से इंतजार कर रहे थे। संगठन ने बताया कि छात्र पिछले कुछ दिनों से डरे हुए और मानसिक रूप से बेहद तनावग्रस्त थे। ऐसे माहौल में उनकी घर वापसी से परिजनों को गहरी राहत और सुकून मिला है। एसोसिएशन ने भारत सरकार, विदेश मंत्रालय और तेहरान स्थित भारतीय दूतावास को धन्यवाद देते हुए कहा कि उन्होंने समय पर और कुशल समन्वय के साथ इस अभियान को सफल बनाया। संगठन ने आगे अपील की कि ईरान के अन्य हिस्सों में फंसे छात्रों, विशेषकर कश्मीर के लगभग 700 छात्रों, को भी जल्द से जल्द सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाकर स्वदेश लाया जाए।

अहमदाबाद विमान हादसा : डीएनए टेस्ट से 247 पीड़ितों की हुई पहचान, 232 शव परिजनों को सौंपे गए

नई दिल्ली। यह दुर्घटना उस समय हुई जब लंदन के लिए रवाना हुआ विमान टेकऑफ के कुछ मिनट बाद ही अहमदाबाद के मेघाणीनगर स्थित एक हॉस्टल परिसर पर गिर गया। इस हादसे में कुल 270 लोगों की मौत हुई, जिसमें से 241 विमान यात्री थे और बाकी हॉस्टल में मौजूद छात्र और स्टाफ शामिल थे। हादसे में सिर्फ एक यात्री जीवित बच पाया, जिनका इलाज अभी जारी है। अहमदाबाद सिविल अस्पताल के मेडिकल सुपरिटेंडेंट डॉ. राकेश जोशी ने बताया कि मृतकों में 187 भारतीय, 52 ब्रिटिश, 7 पुर्तगाली और 1 कनाडाई नागरिक शामिल हैं। भारतीय

मृतकों में गुजरात, राजस्थान, महाराष्ट्र, दीव और नागालैंड के नागरिक शामिल हैं। डॉ. जोशी ने बताया कि आठ मामलों में परिजनों द्वारा दिए गए डीएनए सैंपल से मेल नहीं हुआ, इसलिए दूसरे नजदीकी रिश्तेदारों के सैंपल मंगवाए जा रहे हैं। उन्होंने कहा, ह्वहम प्राथमिकता से पिता, पुत्र या पुत्री का सैंपल लेते हैं, और अनुपलब्ध होने पर भाई-बहन का सैंपल उपयोग करते हैं।

स्वामी प्रकाशक एवं मुद्रक, राजेंद्र कुमार के द्वारा न्यू दशमेश प्रिंटसर्ज 178-179, रंजीत नगर, जालंधर, पंजा से छपवाकर जनगाथा कार्यालय शंकर नगर नजदीर रेलवे स्टेशन होशियारपुर से प्रकाशित किया। सम्पादक राजेंद्र कुमार

जीरो फिगर के लिए

दूध-घी से दूरी नहीं जरूरी

कॉलेज में या घर परिवार में किसी की स्लिम फिगर देकर अगर आप भी आहें भरती हैं तो यह खबर आपके लिए है। ऐसी श सियत को देखकर आपने भी जरूर सोचा होगा कि वह घी, मक्खन जैसी चीजों को हाथ भी नहीं लगाते होंगे।

दिल की बीमारी से भी बचाए

मगर एक नए वैज्ञानिक शोध में आपकी इस सोच को गलत बताया गया है। इसमें दावा किया गया है कि शरीर के लिए जरूरी फैट वजन घटाने में मददगार होती है। साथ ही फुल फैट दूध, घी, चीज और मक्खन खाने वालों में दिल की बीमारी या स्ट्रोक से मृत्यु की आशंका न के बराबर रहती है।

गुड फैट को न करें बाय-बाय

बरसों से हम यही मानते आए हैं कि फैट हमारे लिए अच्छी नहीं है, इसे खाने से मोटापा बढ़ता है। इसी सोच की वजह से हमने खाने में कम फैट वाला दूध, दही, आईसक्रीम और चीजें शामिल कर लीं। मगर ऐसा करने से क्या हमारी समस्या कम हुई? शायद नहीं, क्योंकि फैट से दूरी बनाने की कोशिश में हमने गुड फैट को भी बाय-बाय कर दिया। अमेरिकन जर्नल ऑफ क्लीनिकल न्यूट्रिशन में हाल ही में छपे शोध में कहा गया है कि फुल फैट वाला दूध, चीज, मक्खन और घी खाने वालों में दिल की बीमारियों से समय से पहले मौत होने का खतरा बढ़ता नहीं है।

केटो और ऐटकिंस डाइट में भी गुड फैट जरूरी

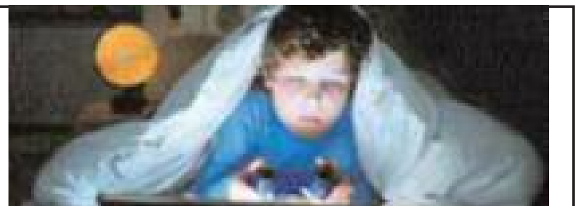
दुनियाभर के न्यूट्रिशन एक्सपर्ट अब अपने खानपान में गुड फैट को शामिल करने की सलाह देते हैं। वजन और पोषण के प्रति सतर्क लोगों के बीच केटो और ऐटकिंस डाइट के लोकप्रिय होने की भी यही वजह है। अमेरिका की यूनीवर्सिटी ऑफ टेक्सास में हुए अध्ययन में कहा गया है कि शोध के दौरान विशेषज्ञों को ऐसी कोई वजह नहीं मिली जो दूध उत्पादों से मिलने वाली फैट और दिल की बीमारियों के बीच संबंध बताती हो। इसके विपरीत विशेषज्ञों को ऐसे सबूत जरूर मिले, जो यह बताते हैं कि दूध उत्पादों में पाए जाने वाले कुछ फैट गंभीर स्ट्रोक से बचाने में मददगार होते हैं। प्रमुख शोधकर्ता और असिस्टेंट प्रोफैसर मार्सियो ओट्टो का कहना है कि दूध उत्पादों में पाए जाने वाले फैट से दिल की बीमारी होने का खतरा बढ़ता नहीं है।

किन चीजों से मिलती है गुड फैट

यह सब्जियों, नट्स, बीजों और मछली में काफी तादात में पाई जाती है। यह सैचुरेटेड फैट से अलग होती है क्योंकि कमरे के तापमान पर रखने पर यह पिघल जाती है। दुनियाभर के न्यूट्रिशन एक्सपर्ट गुड फैट को अपनी डाइट में शामिल करने की सलाह देते हैं। घी और एवाकाडो से मिलने वाली अच्छी क्वालिटी की फैट वजन घटाने में मददगार होती है।

क्या है अच्छी और बुरी फैट

अगर आपने ट्रांस फैट के बारे में सुना है, तो आपको यह भी जरूर मालूम होगा कि यह शरीर के लिए अच्छी नहीं है। यह फैट तले-भुने और जंक फूड में काफी मात्रा में होती है। ट्रांस फैट वाली चीजें खाने पर खून में खतरनाक एलडीएल कोलेस्ट्रॉल बढ़ता है। यह इनसुलिन के लिए रुकावट बनने के अलावा नसों में सूजन के लिए भी जि मेदार हो सकता है। इनसुलिन में रुकावट आने से टाइप 2 डायबिटीज का खतरा बढ़ जाता है।



बहुत ज्यादा वीडियो गेम खेलना भी एक बीमारी

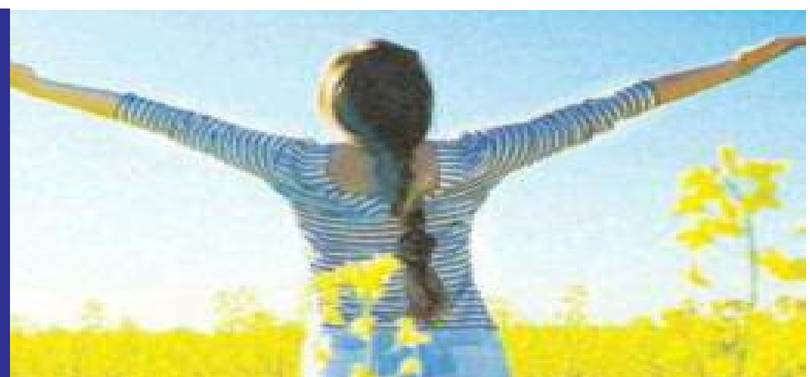
न्यू साइंटिस्ट की रिपोर्ट के मुताबिक गेमिंग डिसऑर्डर को बहुत जल्द मेंटल हेल्थ कंडिशन की कैटिगरी में वगीर्कृत किया जाएगा। डब्लूएचओ की डायग्नोस्टिक मैनुअल इंटरनेशनल क्लासिफिकेशन ऑफ डिजीज का 11वां एडिशन 27 साल पहले अपडेट हुआ था और अब 2018 में पब्लिश होने वाला है। डब्लूएचओ के इस मैनुअल में बहुत ज्यादा वीडियो गेम खेलने को गंभीर मानसिक बीमारी की कैटिगरी में रखने की बात कही जा रही है। डब्लूएचओ के डिपार्टमेंट ऑफ मेंटल हेल्थ ऐंड सब्सटेंस अब्यूज के व्लादिमिर पोज्नयाक बताते हैं कि बहुत ज्यादा वीडियो गेम खेलने को बीमारी के रूप में समझाना एक बेहद अहम मुद्दा है। पोज्नयाक कहते हैं, ज्यादातर लोग जो विडियो गेम खेलते हैं उन्हें बीमारी नहीं होती है, ठीक उसी तरह से जैसे ऐल्कॉहॉल पीने वाले सभी लोगों को बीमारी नहीं होती है। हालांकि कुछ मामलों में जरूरत से ज्यादा ऐल्कॉहॉल का सेवन करने या फिर जरूरत से ज्यादा वीडियो गेम खेलने का शरीर पर विपरित असर पड़ सकता है। अमेरिकन जर्नल ऑफ साइकायट्री में छपी इस स्टडी के नतीजे बताते हैं, इस सर्वे में यूके, यूएस, कनाडा और जर्मनी के 19 हजार महिलाओं और पुरुषों को शामिल किया गया था।

मिले हैं पुख्ता सबूत

ऑक्सफोर्ड की इस स्टडी के लीड ऑथर डॉ ऐन्ड्र्यू प्रिज्बिलिस्की कहते हैं, हमारी जानकारी के मुताबिक इंटरनेट गेमिंग डिसऑर्डर जो की एक नई संभावित समस्या है उसके पु ता सबूत मिले हैं। हालांकि कई लोग इस बात को लेकर बहस कर सकते हैं कि वीडियो गेम खेलने से मानसिक सेहत पर कोई असर पड़ता है या नहीं, लेकिन कुछ लोग वीडियो गेम खेलने में जितना समय बिताते हैं वह चौंकानेवाला है। जब अनुसंधानकर्ताओं ने गेम खेलने वालों से बात की तो पता चला कि 10 प्रतिशत लोग 12 से 24 घंटे का समय वीडियो गेम खेलने में बिताते हैं।

भारत में 74 प्रतिशत महिलाओं में है विटमिन डी की कमी

भारतीय महिलाओं की सेहत को लेकर एक बार फिर बहस छिड़ी है। इसकी वजह एक हालिया मेडिकल सर्वे है, जिसमें पाया गया है कि भारत में 74 प्रतिशत महिलाओं को विटमिन डी की कमी से रूबरू होना पड़ रहा है। इस मामले में उत्तर भारत की महिलाओं की स्थिति ज्यादा खराब है। विटमिन डी की कमी से महिलाओं को ऑस्टियोपोरोसिस, डायबीटीज, जोड़ों में दर्द और पैरों की सूजन जैसी दिक्कतों की चपेट में आने का खतरा बढ़ रहा है।



कमी की क्या है वजह

दिल्ली मेडिकल असोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष और सीनियर फिजिशन डॉ. अनिल बंसल कहते हैं कि भारतीय महिलाओं में विटमिन डी की कमी का एक प्रमुख कारण तो यह होता है कि देश में ज्यादातर महिलाएं साड़ी, सलवार-कुर्ता जैसे परिधान पहनती हैं। इसके कारण उनका शरीर विटमिन डी बनाने वाले प्रमुख स्रोत- सूरज की किरणों को पूरी तरह से समाहित नहीं कर पाता। अभी तक घरेलू महिलाओं में ही विटमिन डी की कमी पायी जाती थी। इसकी वजह यह कि कामकाज की वजह से महिलाएं घर के अंदर ज्यादा रहती हैं, इस वजह से वे सूरज की रोशनी से महरूम रहती हैं लेकिन अब कामकाजी महिलाओं में भी विटमिन डी की कमी देखा जा रही है क्योंकि कामकाजी महिलाएं भी ज्यादा समय तक ऑफिस में ही रहती हैं और सूरज की रोशनी से वंचित रहती हैं। अगर उनको बाहर जाना भी होता है तो वे टैनिंग से बचने के लिए चेहरे और शरीर के सभी अंगों को कपड़े से इस तरह ढक लेती हैं कि सूरज की रोशनी स्किन तक नहीं पहुंच पाती।

रिफाइंड तेलों का इस्तेमाल भी जि मेदार : इसके साथ ही मेनॉपॉज के बाद एस्ट्रोजन नाम के हॉर्मोन की कमी भी शरीर में विटमिन डी को जज्ब होने से रोकती है।

कुछ विशेषज्ञ यह भी मानते हैं कि देश में रिफाइंड तेलों का बढ़ता इस्तेमाल भी विटमिन डी की कमी का कारण बन रहा है। इसकी वजह यह है कि रिफाइंड तेलों में ट्रांस फैट होता है। इसके कारण शरीर में कलेस्ट्रॉल मॉलिक्यूल कम बनते हैं। यह शरीर में विटमिन डी के निर्माण में अहम भूमिका निभाते हैं।

सूरज की किरणों से दोस्ती करें

विशेषज्ञों का कहना है कि कुदरती तौर पर शरीर में विटमिन डी की कमी को रोकने का सबसे बढ़िया उपाय सूरज की रोशनी में रहना है। यदि सुबह या शाम के समय करीब एक घंटे तक सूरज की रोशनी में रहा जाए तो विटमिन डी की कमी से बचा जा सकता है। डॉ. बंसल कहते हैं कि अगर यह संभव न हो तो विटमिन डी सप्लिमेंट लिया जा सकता है। विटमिन डी अंडे के पीले हिस्से, मशरूम, थोड़ा बहुत हरी सब्जियों और कुछ खास मछलियों जैसे सैल्मन और ट्यूना में भी मिलता है।

पंजाब में एयरटेल का एआई आधारित स्पैम डिटेक्शन सिस्टम लॉन्च

जनगाथा न्यूज/लुधियाना
(हनीश कपूर लुधियानवी)

एडीजीपी साइबर क्राइम सुश्री वी. नीरजा ने पंजाब में एयरटेल के उन्नत एआई-संचालित स्पैम 2.0 डिटेक्शन सिस्टम का उद्घाटन किया। यह अत्याधुनिक प्रणाली आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और नेटवर्क-लेयर सुरक्षा की मदद से स्पैम कॉल, धोखाधड़ी वाले एसएमएस और खतरनाक लिंक को वास्तविक समय में पहचान कर ब्लॉक करती है। अब यह सिस्टम पंजाबी सहित 10 भारतीय भाषाओं में अलर्ट जारी कर उपयोगकर्ताओं को घरेलू और अंतर्राष्ट्रीय ऑनलाइन धोखाधड़ी से बचाने में मदद करेगा। यह पहल डिजिटल सुरक्षा की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम माना जा रहा है।

श्री दुर्गा माता मंदिर कपाहट में दो दिवसीय धार्मिक कार्यक्रम श्रद्धा और भक्ति से सम्पन्न

जनगाथा न्यूज/होशियारपुर
राकेश भार्गव

गांव कपाहट स्थित सुप्रसिद्ध श्री दुर्गा माता मंदिर में दो दिवसीय धार्मिक कार्यक्रम का आयोजन श्रद्धा और भक्ति भाव के साथ सम्पन्न हुआ। कार्यक्रम में माता रानी के जागरण, हवन यज्ञ व भंडारे का आयोजन किया गया। जागरण में विश्वविख्यात भजन गायक करनैल राणा ने 'मैया दा किन्नी दूर', 'तेरा चूड़ा भी लाल' जैसे भजनों से वातावरण को भक्तिमय बना दिया। हवन यज्ञ के उपरांत माता रानी का झंडा चढ़ाया गया और लंगर रूपी प्रसाद वितरित किया गया। आयोजन के सफल संचालन में प्रबंधक कमेटी के प्रेम शर्मा, विपिन ठाकुर, तरसेम सिंह, पृथ्वी पाल सिंह और प्रदीप ठाकुर का विशेष योगदान रहा। इस मौके पर सरपंच संजय सिंह सहित क्षेत्र के गणमान्य लोग और अनेक श्रद्धालु भी उपस्थित रहे।

गुमशुदा 4 वर्षीय बच्ची को 3 घंटे में खोजकर परिजनों को सौंपा

जनगाथा न्यूज/लुधियाना
(हनीश कपूर लुधियानवी)

कमिश्नरेट पुलिस लुधियाना ने तत्परता दिखाते हुए मात्र 3 घंटे में एक 4 वर्षीय गुमशुदा बच्ची को ढूंढ निकाला और सुरक्षित रूप से उसके परिवार को सौंप दिया। पुलिस की तेज कार्रवाई की परिजनों ने सराहना करते हुए लुधियाना पुलिस का आभार व्यक्त किया।

लूटपाट और चोरी के दो आरोपी गिरफ्तार

जनगाथा न्यूज/लुधियाना
हनीश कपूर
लुधियानवी/करण कपूर)

कमिश्नरेट पुलिस लुधियाना के अधीन चौकी मुंडियां कलां (थाना जमालपुर) की पुलिस ने लूटपाट और चोरी की वारदातों में शामिल दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने उनकी निशानदेही पर 8 मोबाइल फोन और 2 मोटरसाइकिल बरामद की हैं। आरोपी इलाके में कई घटनाओं को अंजाम दे चुके हैं और पुलिस उनसे गहन पूछताछ कर रही है।

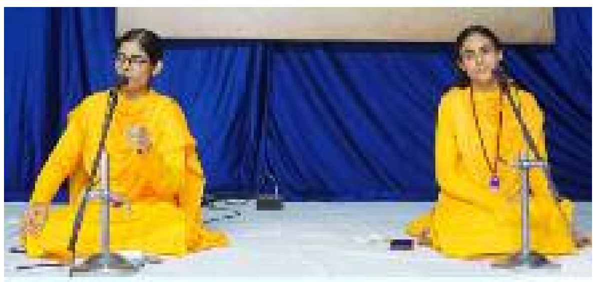
सरकारी सीनियर सेकेंडरी स्कूल बोहन में मनाया गया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

जनगाथा न्यूज/होशियारपुर
रविंदर

सरकारी सीनियर सेकेंडरी स्कूल बोहन में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को समर्पित एक विशेष समारोह आयोजित किया गया। हालांकि स्कूल में गर्मी की छुट्टियां चल रही हैं, फिर भी लगभग 40 विद्यार्थियों ने बड़े उत्साह के साथ समारोह में भाग लिया और विभिन्न योग अभ्यासों में भाग लिया। इस अवसर पर स्कूल की प्रिंसिपल

मलकीत कौर ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि शारीरिक और मानसिक तंदुरुस्ती के लिए योग बहुत जरूरी है। उन्होंने विद्यार्थियों को अपने दैनिक जीवन में योग को शामिल करने की सलाह दी। लेक्चरर प्रभजोत सिंह और लेक्चरर मुनीश मौदगिल ने मार्गदर्शक के रूप में समारोह में भाग लिया, जबकि पंजाबी अध्यापिका हरमेश कुमारी, कंप्यूटर फैकल्टी सीमा, अंग्रेजी अध्यापिका अमनप्रीत कौर, लाइब्रेरियन जसविंदर सिंह, कैंपस मैनेजर गुरमेल सिंह, चौकीदार सोनी और बलबीर कुमार ने भी अपनी उपस्थिति दर्ज कराई और विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन किया। योग दिवस कार्यक्रम विद्यार्थियों के लिए एक रोचक और प्रेरणादायक अनुभव रहा, जिसके माध्यम से उन्होंने स्वस्थ जीवन के महत्व को समझा।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान में योग शिविर का आयोजन, साध्वी रेणु भारती ने दिया आहार का संदेश



जनगाथा न्यूज/होशियारपुर
हैप्पी कलेर

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य पर दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान द्वारा स्थानीय आश्रम, गौतम नगर होशियारपुर में एक दिवसीय योग शिविर का आयोजन किया गया। इस शिविर में श्री आशुतोष महाराज जी की शिष्याएं साध्वी रेणु भारती और साध्वी रणे भारती ने योग अभ्यासियों को वृक्षासन, ताड़ासन, अर्धचंद्रासन जैसी योग क्रियाओं और विभिन्न प्राणायामों का अभ्यास करवाया। साध्वी रेणु भारती ने रजैसा अन्न वैसा मनर विषय पर बोलते हुए बताया कि हमारा भोजन केवल शरीर ही नहीं, बल्कि मन और विचारों को भी प्रभावित करता है। पौष्टिक, सात्विक और सुपाच्य भोजन से शरीर ऊर्जावान रहता है और मन शांत, एकाग्र व सकारात्मक होता है। वहीं असंतुलित और तामसिक भोजन मानसिक अस्थिरता, अवसाद और चिंता का कारण बन सकता है। उन्होंने कहा कि अध्ययनों से भी यह सिद्ध हुआ है कि अस्वास्थ्यकर खानपान का मानसिक स्वास्थ्य पर सीधा असर पड़ता है। इसलिए भोजन को केवल पेट भरने का साधन नहीं, बल्कि शरीर और मन के पोषण का स्रोत समझना चाहिए। शिविर के अंत में सभी प्रतिभागियों को संतुलित आहार के महत्व पर विस्तृत जानकारी दी गई और स्वस्थ जीवन शैली अपनाने का आह्वान किया गया।

भक्ति तीन प्रकार की होती है, गीता है भक्ति का खजाना : आचार्य चंद्र मोहन

जनगाथा न्यूज/होशियारपुर
रविंदर

योग साधना आश्रम मॉडल टाउन में साप्ताहिक सत्संग के दौरान मुख्य आचार्य चंद्र मोहन जी ने भक्तों को संबोधित करते हुए कहा कि भक्ति एक व्यापक और सार्वभौमिक तत्व है, जो प्रत्येक मानव के जीवन से जुड़ी हुई है। उन्होंने बताया कि भक्ति के तीन स्वरूप होते हैं झ माता-पिता की भक्ति, देश एवं धर्म की भक्ति और ईश्वर की भक्ति। उन्होंने उदाहरण देते हुए कहा कि श्रवण कुमार माता-पिता का भगत था, जिसका नाम आज भी श्रद्धा से लिया जाता है। आचार्य चंद्र मोहन जी ने समझाया कि भगवान की भक्ति सबसे महान होती है और इससे ही आत्मज्ञान प्राप्त होता है। उन्होंने कहा कि केवल पूजा और आरती करना ही भक्ति नहीं है, बल्कि शास्त्रों का स्वाध्याय, इंद्रियों पर संयम और एक ईष्ट में पूर्ण श्रद्धा आवश्यक है। श्रीमद्भगवत गीता को उन्होंने भक्ति का खजाना बताते हुए कहा कि उसमें ह्यभक्ति योग का पूरा एक अध्याय है, जिसमें 35 ऐसे गुण बताए गए हैं जो एक सच्चे भक्त की पहचान होते हैं। कार्यक्रम के अंत में हवन और आरती के पश्चात प्रसाद वितरित किया गया।

बाबा औगढ़ गर्ल्स कॉलेज जैजों में योग दिवस पर योग शिविर आयोजित

जनगाथा न्यूज/होशियारपुर
रविंदर

पूर्व सांसद व बाबा औगढ़ श्री फतेहनाथ चैरिटेबल ट्रस्ट जैजों के चेयरमैन अविनाश राय खन्ना के मार्गदर्शन में ट्रस्ट द्वारा संचालित बाबा औगढ़ गर्ल्स कॉलेज जैजों में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में योग शिविर का आयोजन किया गया। इस अवसर पर कॉलेज की प्रिंसिपल कर्मजीत कौर ने छात्राओं को योग क्रियाएं करवाईं और योग का महत्त्व समझाते हुए कहा कि योग हमारी प्राचीन संस्कृति की अमूल्य धरोहर है। नियमित योगाभ्यास से व्यक्ति न केवल

शारीरिक रूप से निरोग रहता है, बल्कि मानसिक रूप से भी सशक्त बनता है। उन्होंने छात्राओं से आह्वान किया कि वे योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाएं। शिविर में ट्रस्ट के ट्रस्टी अश्वनी खन्ना, ज्योति भूषण सूद, कॉलेज स्टाफ और छात्राएं उपस्थित रहीं।

20वां कंवरजीत सिंह कमल यादगारी क्रिकेट टूनार्मैंट 29 को: कुलदीप धामी

जनगाथा न्यूज/होशियारपुर रूपिंदर

20वां वार्षिक कंवरजीत सिंह कमल यादगारी एक दिवसीय ग्राम व वार्ड स्तर पर, एक खिलाड़ी बाहर से 29 जून दिन रविवार को खालसा सीनियर सैकेंडरी स्कूल की ग्राउंड मोहल्ला कीर्ती नगर होशियारपुर में खेला जाएगा। इस संबंधी जानकारी देते हुए शहीद भगत सिंह वैल्फेयर सोसायटी के अध्यक्ष एवं पूर्व राष्ट्रीय क्रिकेटर कुलदीप धामी ने बताया कि एक दिवसीय 20वां वार्षिक कंवरजीत सिंह कमल यादगारी क्रिकेट टूनार्मैंट में 16 टीमें भाग ले रही है। इस मौके धामी ने बताया कि विजेता टीम को 15,000

नकद व उपविजेता टीम को 7100 नकदी तथा ट्राफियों के साथ सम्मानित किया जाएगा। इस मौके पर मुनीष पाल, अशीश सोनू, उमेश गुप्ता, विशाल दड़ौच, शाम कुमार, मुनीष जोशी, सुशील पंडित, संजीव कुमार, रिंकू कुमार, अमनदीप सिंह, दीपक कुमार, नितिश कुमार, प्रदीप कुमार, दलजीत सिंह, सुमित कुमार, रवि यादव आदि उपस्थित थे।

बम से उड़ा दूंगा, यूके से दिल्ली आ रहे एअर इंडिया के विमान को धमकी; हुई इमर्जेंसी लैंडिंग

नई दिल्ली। यूके के बर्मिंघम से दिल्ली आ रहे एअर इंडिया के विमान को बम से उड़ाने की धमकी मिलने के बाद इसे आनन-फानन में सऊदी अरब के रियाद में लैंड करवाया गया है। जानकारी के मुताबिक एअर इंडिया की फ्लाइट अक्षा 14 को धमकी की सूचना मिलते ही विमान को रियाद की ओर मोड़ दिया गया। रियाद में विमान से सभी यात्रियों को सुरक्षित रूप से उतारा गया और सुरक्षा जांच पूरी की गई। यात्रियों को होटल में ठहरने की व्यवस्था की गई। एयर इंडिया के प्रवक्ता ने बयान जारी कर इस बात की जानकारी दी। एअर इंडिया ने कहा कि इस अप्रत्याशित व्यवधान के कारण यात्रियों को हुई असुविधा के लिए हमें खेद है। यात्रियों को उनके गंतव्य स्थानों तक पहुंचाने के लिए वैकल्पिक व्यवस्था की जा

रही है। एयर इंडिया से जुड़े सूत्रों के अनुसार फ्लाइट के टॉयलेट के पास एक कागज मिला था जिसमें बम की धमकी दी गई थी। ये फ्लाइट बोईंग ड्रीमलाइनर 787-8 थी। फ्लाइट को आज सुबह तकरीबन 11 बजे दिल्ली लैंड करना था। अहमदाबाद विमान हादसे के बाद से एअर इंडिया के विमानों की सुरक्षा और जांच बढ़ा दी गई है। इसके अलावा उसे लगातार बम की धमकियों का भी सामना करना पड़ा है। कुछ दिन पहले जयपुर एयरपोर्ट एअर इंडिया के विमानों को बम से उड़ाने की धमकी मिली थी। दरअसल, धमकी भरा ये मैसेज व्हॉट्सएप पर भेजा गया था। इससे कुछ दिन पहले भी ऐसा ही हुआ था। इससे पहले 13 जून को एयर इंडिया की फ्लाइट AI379 को बम की धमकी मिली थी।

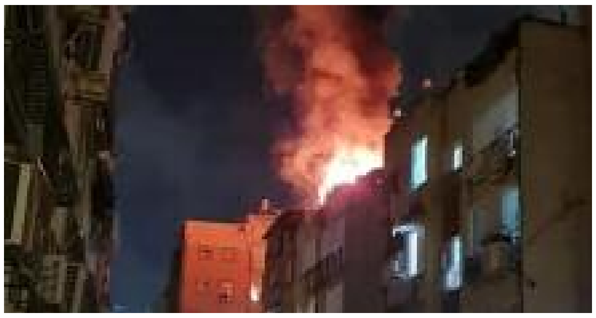
भारत को ईरान-इजराइल युद्ध से होगा बड़ा नुकसान, महंगी होगी ये चीजें

नई दिल्ली। ईरान ने अपने न्यूक्लियर फैसिलिटी पर अमेरिकी हमलों की कड़ी निंदा की है। ईरान ने इसे ह्यक्रूर सैन्य आक्रमण करार देते हुए अंतरराष्ट्रीय कानून और संयुक्त राष्ट्र चार्टर का घोर उल्लंघन बताया है। वहीं, विशेषज्ञों का मानना है कि यदि यह युद्ध और गहराया, तो इसका सबसे बड़ा प्रभाव भारत के पश्चिम एशिया के देशों से व्यापार पर पड़ेगा। इसमें ईरान, इराक, जॉर्डन, लेबनान, सीरिया और यमन जैसे देश शामिल हैं, जहां भारत का कुल निर्यात 8.6 अरब डॉलर और आयात 33.1 अरब डॉलर तक पहुंचता है। भारत ने वित्त वर्ष 2024-25 में ईरान को कुल 1.24 अरब डॉलर का निर्यात किया है, जिसमें बासमती चावल (753.2 मिलियन डॉलर), केले, सोयामील, चना और चाय जैसे कृषि उत्पाद प्रमुख रहे। इस दौरान भारत ने ईरान से 441.8 मिलियन डॉलर का आयात भी किया। इजराइल के साथ भारत का व्यापार 2.1 अरब डॉलर (निर्यात) और 1.6 अरब डॉलर (आयात) रहा। ऋक्ष्फक्क के अनुसार, ये दोनों देश पहले से ही अमेरिका के प्रतिबंधों के कारण वित्तीय दबाव में हैं। अब युद्ध के

चलते भुगतान प्रणाली और शिपिंग रिस्क बढ़ने से भारत का व्यापार और अधिक प्रभावित हो सकता है। सबसे बड़ी चिंता हॉर्मुज जलडमरूमध्य को लेकर है, जहां से भारत के 60-65% कच्चे तेल की आपूर्ति होती है। ईरान ने इस जलमार्ग को बंद करने की धमकी दी है। यह मार्ग इतना अहम है कि यह अकेले वैश्विक तेल व्यापार का लगभग 20 प्रतिशत संभालता है। यह जलडमरूमध्य ईरान और ओमान/संयुक्त अरब अमीरात के बीच स्थित है, और इसके जरिए सऊदी अरब, ईरान, इराक, कुवैत और कतर से तेल और एलएनजी का निर्यात होता है। भारत, जो 80% से अधिक ऊर्जा आवश्यकताओं के लिए आयात पर निर्भर है, अगर यहां आपूर्ति बाधित होती है तो देश में ईंधन महंगा होगा, मुद्रास्फीति बढ़ेगी, रुपये पर दबाव बनेगा और राजकोषीय संतुलन बिगड़ सकता है। भारत ईरान के साथ ऐतिहासिक और रणनीतिक रिश्ते रखता है। चाबहार पोर्ट, जो भारत को अफगानिस्तान और मध्य एशिया तक सीधी पहुंच देता है, भारत की नीति का अहम हिस्सा है। वहीं, भारत अमेरिका, इजराइल और खाड़ी देशों के साथ भी मजबूत संबंध रखता है। इन सभी के युद्ध में शामिल होने से भारत की कूटनीतिक स्थिति और जटिल हो गई है। FIEO के सीईओ ने कहा कि अभी दुनिया में दो युद्ध चल रहे हैं। इसकी वजह से यूरोपियन मार्केट में जो गैर-जरूरी लग्जरी गुड्स हैं, उनकी डिमांड तेजी से घटी है। इसकी वजह से भारत से एक्सपोर्ट होने वाले कार्पेट और दूसरे लग्जरी सामानों की मांग भी काफी कम हो गई है।

अमेरिकी एयर स्ट्राइक के बाद भड़का ईरान, इजरायल की राजधानी समेत 13 शहरों पर मिसाइलों की बारिश

नई दिल्ली। ईरान- इजरायल युद्ध ने अब खतरनाक मोड ले लिया है। ईरान में अमेरिकी एयर स्ट्राइक के बाद मिडिल ईस्ट में युद्ध के हालात बने हुए हैं। अमेरिका के हमले के बाद ईरान ने भी इजरायल की राजधानी तेल अवीव समेत 13 शहरों पर भारी बमबारी कर दी है। एजेंसी के अनुसार, इजरायली हमले में अब तक ईरान के 865 लोगों की मौत हो गई है और 3,396 से ज्यादा लोग घायल हैं। वहीं, अब ईरान ने तेल अवीव समेत इजरायल की



13 से ज्यादा जगहों को निशाना बनाया है। इजरायल के कई शहरों में तेज धमाकों की आवाज सुनी गई है। तेल अवीव जैसे प्रमुख शहरों में लगातार लोगों को अलर्ट भेजकर सुरक्षित जगहों पर पनाह लेने के लिए कहा जा रहा है और ब्लास्ट की आवाज सुनाई दे रही है। ईरान की एक बैलिस्टिक मिसाइल इजरायल के हाइफा शहर में गिरी, जहां एअर सायरन भी नहीं बजा। रिपोर्ट के अनुसार ईरान के इस हमले में कुल 11 लोग घायल हुए हैं।

ईरान पर अमेरिकी हमले को लेकर भारत समेत कई देशों के रिएक्शन आए सामने, जानिए किसने क्या दी नसीहत

नई दिल्ली। ईरान-इजराइल के बीच चल रहे युद्ध में अब अमेरिका की एंट्री हो गई है। अमेरिका ने ईरानी परमाणु संयंत्रों पर हमला किया है।इस हमले को लेकर भारत समेत दुनियाभर के देशों का रिएक्शन भी सामने आया है।

संवाद और कूटनीति से समस्याओं का हल निकाला जाना चाहिए: भारत

भारत ने इस हमले को लेकर कहा है कि संवाद और कूटनीति से समस्याओं का हल निकाला जाना चाहिए। भारत के वाणिज्य मंत्री पीयूष गोयल ने रविवार को संवाददाताओं के सवालों के जवाब में ये प्रतिक्रिया दी है।पीयूष गोयल ने कहा, हमारे प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की हमेशा यही सोच रही है कि युद्ध समस्याओं के हल का रास्ता नहीं है।संवाद और कूटनीति के रास्ते से ही इसका समाधान निकाला जाना चाहिए।

अमेरिका के हमलों ने बढ़ाया खतरा: संयुक्त राष्ट्र

संयुक्त राष्ट्र महासचिव एंटोनियो गुटेरेस ने कहा कि वह संयुक्त राज्य अमेरिका के हमलों से गंभीर रूप से चिंतित हैं।अब इस बात का खतरा बढ़ रहा है कि इस्त्राइल-ईरान संघर्ष तेजी से नियंत्रण से बाहर हो सकता है।इसके नागरिकों, क्षेत्र और दुनिया के लिए भयावह परिणाम होंगे।मैं सदस्य देशों से तनाव कम करने का आह्वान करता हूं। कोई सैन्य समाधान नहीं है। आगे बढ़ने का एकमात्र रास्ता कूटनीति है।

अमेरिकी हमले एक खतरनाक मोड़- चीन

चीन की सरकारी मीडिया ने कहा कि अमेरिकी हमले एक खतरनाक मोड़ हैं।2003 में इराक पर अमेरिकी आक्रमण का हवाला देते हुए सीजीटीएन के लेख में कहा गया है कि इतिहास ने बार-बार दिखाया है कि मध्य पूर्व में सैन्य हस्तक्षेप अक्सर अनपेक्षित परिणाम उत्पन्न करते हैं।इनमें लंबे समय तक संघर्ष और क्षेत्रीय अस्थिरता शामिल है।इसलिए जरूरी है कि बातचीत को प्राथमिकता देते हुए संतुलित, कूटनीतिक दृष्टिकोण अपनाया जाए।

जापान के प्रधानमंत्री करेंगे बैठक

जापान के एनएचके टेलीविजन के अनुसार जापान के प्रधानमंत्री शिगेरू इशिबा रविवार दोपहर को ईरानी परमाणु ठिकानों पर अमेरिकी हमले को लेकर प्रमुख मंत्रियों के साथ बैठक करेंगे।

अब शांति का समय आ गया है- ऑस्ट्रेलिया

ऑस्ट्रेलिया ने शुक्रवार को तेहरान में अपना दूतावास बंद कर दिया। कर्मचारियों को निकाल लिया, संघर्ष के कूटनीतिक अंत के लिए दबाव बनाया है। ऑस्ट्रेलिया के अधिकारी ने कहा कि ईरान का परमाणु और बैलिस्टिक मिसाइल कार्यक्रम अंतरराष्ट्रीय शांति और सुरक्षा के लिए खतरा है। हम अमेरिकी राष्ट्रपति के इस बयान पर गौर करते हैं कि अब शांति का समय आ गया है। क्षेत्र में सुरक्षा स्थिति अत्यधिक अस्थिर है।हम तनाव कम करने, संवाद और कूटनीति का आह्वान करते हैं।

इन गंभीर बीमारियों का दर्द सहन कर रहे सलमान खान, बोले- पसलियां टूट गईं

नई दिल्ली। बॉलीवुड के सुपरस्टार सलमान खान ने अपना दर्द बयान किया है। सलमान ने कहा कि वह कुछ बीमारियों से जूझ रहे हैं।हाल ही में सलमान खान नेटफ्लिक्स के शो द्य ग्रेट इंडियन कपिल शो के तीसरे सीजन में पहले गेस्ट बनकर पहुंचे। इस दौरान उन्होंने खूब मस्ती की।इसके अलावा एक्टर ने शादी और तलाक जैसी चीजों पर भी खुलकर बात की। यहीं उन्होंने बातों-बातों में पहली बार अपनी बीमारियों को लेकर भी खुलासा कर दिया। सुपरस्टार ने बताया कि वह ट्राइजेनिमल न्यूराल्जिया, ब्रेन एन्यूरिज्म और एवी मालफॉर्मेशन जैसी गंभीर

बीमारियों से जूझ रहे हैं। शों में जब होस्ट कपिल शर्मा ने सलमान से शादी के बारे में पूछा तो एक्टर ने कहा कि पैसा कमाना बहुत मुश्किल है और तलाक के बाद एक महिला आसानी से उसका आधा हिस्सा लेकर चली जाती है।उन्होंने बताया कि 59 साल की उम्र में, कई स्वास्थ्य समस्याओं के बावजूद वे आज भी काम कर रहे हैं और अगर पत्नी उनका आधा पैसा ले ले तो उनके पास दोबारा से इसे कमाने की हिम्मत नहीं है। सलमान ने कहा, द्यहम ये जो रोजाना हड्डियां तुड़वा रहे हैं, पसलियां टूट गई हैं, ट्राइजेमिनल न्यूराल्जिया के साथ काम कर रहे हैं, एन्यूरिज्म है ब्रेन में उसके इलाज का काम कर रहे हैं। एवी मालफॉर्मेशन है, उसका भी इलाज चल रहा है। ये सब मेरी जिंदगी में चल रहा है और जहां उनका मूड खराब हुआ पवो हमारा आधा लेकर चला गया। ये अगर उम्र छोटी होती तो ठीक था, फिर कमा सकते थे, अब वापस से।

अमेरिकी बमबारी अंतरराष्ट्रीय कानून का उल्लंघन, ईरान का स्पष्ट संदेश- नेशनल इंडस्ट्री के काम को नहीं रोकेंगे

नई दिल्ली। ईरान के द्यएटॉमिक एनर्जी ऑर्गेनाइजेशन ने कहा है कि उसकी न्यूक्लियर साइट्स पर हमले द्यअंतरराष्ट्रीय कानून का उल्लंघन है। हालांकि, ऑर्गेनाइजेशन ने यह स्पष्ट नहीं किया कि इन हमलों से कितना नुकसान हुआ है। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने दावा किया है कि अमेरिकी सेना ने ईरान के फोर्डो, एस्फाहान और नतांज परमाणु स्थलों पर हमले किए। यह हमला रविवार सुबह 4.30 बजे (भारतीय समय के अनुसार) हुआ। ईरान ने स्पष्ट किया है कि वह अपने द्यनेशनल इंडस्ट्री के काम को नहीं रोकेगा, जो देश के न्यूक्लियर डेवलपमेंट के लिए बेहद जरूरी है।तेहरान की एजेंसी ने कहा कि उसकी न्यूक्लियर साइट्स पर हमले अंतरराष्ट्रीय कानून का उल्लंघन करते हैं।ईरान की परमाणु एजेंसी ने बयान में कहा, ईरान का एटॉमिक एनर्जी ऑर्गेनाइजेशन ईरान को आश्वस्त करता है कि अपने दुश्मनों की साजिशों के बावजूद, अपने हजारों क्रांतिकारी और वैज्ञानिकों और विशेषज्ञों की कोशिशों से, वह इस नेशनल इंडस्ट्री

के डेवलपमेंट को नहीं रोकेगा। जो न्यूक्लियर कार्यक्रम में शहादत देने वालों का परिणाम है।ईरान पर एयर स्ट्राइक के बाद डोनाल्ड ट्रंप ने दावा किया था कि अमेरिकी सेना ने ईरान के फोर्डो, एस्फाहान और नतांज परमाणु स्थलों पर हमले किए हैं।ट्रंप ने सोशल प्लेटफॉर्म द्यट्रुथ पर लिखा, हमने ईरान में तीन न्यूक्लियर साइट्स–फोर्डो, नतांज और एस्फाहान, पर अपना बहुत सफल हमला पूरा कर लिया है। सभी प्लेन अब ईरान के एयर स्पेस से बाहर हैं। हमारे महान अमेरिकी योद्धाओं को बधाई।दुनिया में कोई और सेना नहीं, जो ऐसा कर सकती थी। अब शांति का समय है !द्यइसके साथ ही डोनाल्ड ट्रंप ने कहा है कि यह अमेरिका, इजरायल और दुनिया के लिए एक ऐतिहासिक मौका है। ईरान को यह संघर्ष खत्म करने के लिए सहमत होना चाहिए।इससे पहले, शुक्रवार को ट्रंप ने पत्रकारों से कहा कि उन्होंने ईरान को अपने न्यूक्लियर प्रोग्राम पर बातचीत के लिए ज्यादा से ज्यादा दो हफ्ते का समय दिया है। 13 जून को, इजरायल ने ईरान पर हवाई हमले शुरू किए थे, जिसमें कई बुनियादी ढांचे नष्ट हुए। इसके साथ ही दर्जनों ईरानी सैन्य कमांडरों और परमाणु वैज्ञानिकों की मौत हो गई।इसके जवाब में, ईरान ने इजरायल के कई स्थानों पर मिसाइल और ड्रोन हमले किए।

हम भी इंसान हैं, हमारे भी इमोशन हैं यामी गौतम

फिल्म बाला हो या आर्टिकल 370, ऐक्ट्रेस यामी गौतम को जब भी दमदार रोल मिला, उन्होंने अपनी ऐक्टिंग का जलवा दिखाया है। अब वह ओटीटी पर आ रही फिल्म धूमधाम में फिर एक धमाकेदार अंदाज में नजर आने वाली हैं। पेश है यामी से खास बातचीतः

आपकी फिल्म धूमधाम का केंद्र एक अरेंज्ड मैरिज है, जबकि आज बहुत से लोगों के मुताबिक, शादी खत्म होती संस्था है। आपकी इस बारे में क्या राय है?

मुझे शादी में यकीन नहीं होता तो मैं क्यों करती ! मेरा मानना है कि हम अपने इतिहास को देखें, तो इन सब चीजों के बहुत अहम मायने रहे हैं। हमारे बड़े-बुजुर्ग बहुत समझदार थे, जिन्होंने ये रिवाज बनाए। हम कई बार उन्हें पुरानी बातें कहकर नजरअंदाज कर देते हैं। कुछ बातें पुरानी हो सकती हैं, जिन्हें प्रोग्रेसिव नजरिए से देखना जरूरी थी, मगर सोसायटी को लेकर जो मूल चीजें हैं कि हमारा समाज कैसे बना? इसका उद्भव-विकास कैसे हुआ, ये रिवाज कैसे बने, इनके बहुत खूबसूरत मतलब हैं, अगर हम उनको सही मायनों में देखें। मुझे लगता है कि हमारी आज की पीढ़ी घबरा बहुत जल्दी जाती हैं, क्योंकि आज की डिजिटल दुनिया में सब अपने तक सीमित होते जा रहे हैं। सबके हाथ में फोन हैं, कोई पास में बैठा है, तब भी उस पर ध्यान नहीं देते हैं। इसलिए, मैं जान बूझकर खुद को इंटरनेट और सोशल मीडिया से जितना हो सके, डिटैच रखने की कोशिश करती हूं। सिर्फ प्रमोशन के वक्त वापस आती हूं। अगर प्रमोट नहीं कर रही होती हूं, तो लॉग आउट कर देती हूं क्योंकि यह एक आदत है, जिस पर हमें खुद काबू पाना होगा। बाकी, मैं तो शादी की संस्था में पूरी तरह यकीन करती हूं और मैं अगली पीढ़ी में भी यही सोच बढ़ाना चाहूंगी। मैं उम्मीद करूंगी कि समाज का बड़ा तबका इस तरह से ना सोचे।

फिल्म में आपका लड़कियों की आजादी के लेकर एक बड़ा प्रभावी मोनोलॉग है, जिसमें आप उनके घर में खुद अपने फैसले ना ले पाने से लेकर सड़कों तक पर आजादी से ना घूम पाने तक जैसे मुद्दें उठाती हैं। उनमें से किन मुद्दों से खुद रिलेट किया?

मुझे लगता है कि हर लड़की कभी ना कभी ऐसे हालात से गुजरी होगी, जब उसे असहज महसूस कराया गया होगा। ईव-टीजिंग जैसी चीजें मैंने खुद झेली हैं। खासकर वैलंटाइंस डे के दौरान तो कुछ ज्यादा ही होता था। सड़कों पर कुछ ज्यादा ही लाल स्वेटर और दिल दिखते थे, शेरो-शायरी बढ़ जाती थी। चंडीगढ़ में तब जाड़े का समय होता है तो अंधेरा जल्द हो जाता था और हमारे यहां सेट रूल था कि अंधेरा होने से पहले घर आना है। जब मैं बहुत छोटी थी, तबसे ऐसा था। मुझे याद है, मैं ट्यूशन जाया करती थी और ऐसे लड़कों के प्रति मेरा एक सपाट लुक होता था। कोई एक्सप्रेशन नहीं कि बिल्कुल रिएक्ट नहीं करना है। सिर्फ एक बार मैंने रिएक्ट किया था, जब किसी ने मेरा हाथ छूने की कोशिश की थी, तब मैंने उसके हाथ पर जोर से थप्पड़ मारा था। मैं रिक्शा पर थी, वो स्कूटर पर थे, फिर वो डरकर भाग गए, पर मेरा तरीका ये था कि जब बहुत ज्यादा कुछ हो तभी रिएक्ट करती थी, वरना इग्नोर करती थी।

वैसे, आपको औरतों से जुड़ी समाज की कौन सी रूढ़िवादी सोच या स्टीरियोटाइप परेशान करती है?

जब एक औरत, जो होममेकर होती है, उसे कहा जाता है कि आप क्या काम करती हैं, आप तो घर पर ही रहती हैं। बाहर तो हम काम करते हैं, यह सोच मुझे बहुत बुरी लगती है, क्योंकि वही तो असली काम है। वह महिला शायद और बहुत कुछ करने में सक्षम है पर वह ये कुबानी देती है क्योंकि उनको एक घर बनाना है। मकान नहीं, वे मकान से घर बनाती हैं, पर ज्यादातर ऐसा ही होता है कि ओह, आप तो हाउसवाइफ हैं। नहीं..., वो जो इतनी सारी जिंदगियां बन रही हैं, पति की, बच्चे की, सास-ससुर की, उन सबकी जरूरतों की जिम्मेदारी वह औरत उठाती हैं और बहुत दिल से उठाती है। मैंने अपनी मां को देखा है कि उन्होंने कितनी कुर्बानियां की हैं, पर कभी कुछ कहा नहीं, तो मुझे लगता है कि उन होममेकर्स को और ज्यादा महत्व मिलना चाहिए। मुझे हमेशा यह चीज परेशान करती थी कि अगर कोई लेडी वर्किंग ना हो तो क्या घर में उसकी इज्जत होगी। मैं अभी वर्किंग विमन की बात नहीं कर रही हूं, उनकी भी जिंदगी बहुत मुश्किल है। हम औरतें बहुत सारे रोल एक साथ निभाती हैं और उम्मीद की जाती है कि हम सबमें परफेक्ट हों, मगर हम भी इंसान हैं, हमारे भी इमोशन हैं, इसलिए मुझे लगता है कि औरतों की तरफ थोड़ा और संवेदनशील होने की जरूरत है।

क्या होममेकर्स को वह महत्व ना मिलना भी कहीं न कहीं एक वजह है कि आप मदरहुड के बाद भी लगातार काम में सक्रिय हैं?

नहीं, मैं इस तरह से नहीं सोचती। मैं सबको उसी इज्जत से देखती हूं। आप काम कर रही हैं, तो आपकी मेरे मन में बहुत इज्जत है, लेकिन अगर आपको लगता है कि मुझे घर पर रहकर एक अलग तरह से जिंदगी बितानी है या मेरी ज्यादा जरूरत घर पर है। मेरे लिए काम-घर के बीच बैलेंस बना पाना संभव नहीं है तो मैं घर की जिम्मेदारी संभालती हूं, तो मैं भी मैं आपकी और ज्यादा इज्जत करूंगी। मतलब, आपकी जो भी चॉइस है, मेरे लिए आप पूजनीय हैं।

साभार न.भ.ट से