

सुरत गुजरात से प्रकाशित, मुंबई, उत्तरप्रदेश, बिहार, राजस्थान, मध्यप्रदेश, उत्तरांचल, उत्तराखंड, दिल्ली, हरियाणा में प्रकाशित

सुरत-गुजरात, संस्करण शुक्रवार 26 दिसंबर 2025 वर्ष-8, अंक-299 पृष्ठ-08 मूल्य-01 रुपये

Website : www.krantisamay.com & epaper.krantisamay.com  www.facebook.com/krantisamay1  www.twitter.com/krantisamay1

कंबोडिया में हिंदू देवता की मूर्ति तोड़े जाने पर जमकर भड़का भारत

- कहा-ऐसे अपमानजनक कृत्य से श्रद्धालुओं की भावनाएं आहत होती हैं



नई दिल्ली (एजेंसी)। भारत ने थाईलैंड और कंबोडिया के बीच चल रहे सैन्य संघर्ष के दौरान एक हिंदू देवता की मूर्ति तोड़े जाने पर गहरी चिंता जताई है। विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने बुधवार को कहा कि ऐसे अपमानजनक कृत्य से दुनियाभर के श्रद्धालुओं की भावनाएं आहत होती हैं। भारत ने दोनों देशों से सीमा विवाद को बातचीत और कूटनीति से

सुलझाने का आग्रह किया है। प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने बताया कि उन्होंने हाल ही में थाईलैंड और कंबोडिया की सीमा विवाद वाले इलाके में एक हिंदू देवता की नई मूर्ति को तोड़े जाने की खबरें देखी हैं। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि हिंदू और बौद्ध देवताओं की पूजा पूरे क्षेत्र में लोग बड़ी श्रद्धा से करते हैं। यह हमारी साझा सांस्कृतिक विरासत का हिस्सा है।

एक करोड़ का ईनामी नक्सली गणेश उड़के ढेर

- सुरक्षा बलों ने 5 साथियों का भी किया एनकाउंटर
- ओड़िशा के कंधमाल जिले में मिली बड़ी सफलता



कंधमाल (एजेंसी)। ओड़िशा के कंधमाल जिले में सुरक्षाबलों को नक्सल विरोधी अभियान के तहत एक बड़ी कामयाबी हाथ लगी है। जंगलों में चलाए गए विशेष अभियान के दौरान सुरक्षाबलों ने शीर्ष नक्सली नेता गणेश उड़के समेत कुल चार नक्सलियों को मार गिराया है। गणेश उड़के नक्सली संगठन की केंद्रीय कमेटी का सदस्य बताया जा रहा है और लंबे समय से सुरक्षा एजेंसियों के लिए सबसे बड़ी चुनौती बना हुआ था। पुलिस अधिकारियों के अनुसार, गणेश उड़के ओड़िशा में नक्सली गतिविधियों का मुख्य संचालक था और उस पर सरकार की ओर से 1.1 करोड़ रुपये का इनाम घोषित किया गया था। उसकी मौजूदगी की सूचना मिलने के

बाद सुरक्षाबलों ने इलाके में व्यापक सर्च ऑपरेशन शुरू किया। यह अभियान घने जंगलों वाले क्षेत्र में चलाया गया, जहां नक्सलियों के छिपे होने की आशंका थी। अधिकारियों ने बताया कि जैसे ही सुरक्षाबलों की टीम सदिग्ध इलाके में पहुंची, वहां मौजूद नक्सलियों ने अचानक गोलीबारी शुरू कर दी। इसके बाद सुरक्षाबलों ने मोर्चा संभालते हुए जवाबी कार्रवाई की। दोनों ओर से कुछ देर तक फायरिंग होती रही, जिसके बाद मुठभेड़ में 6 नक्सली मारे गए। मारे गए नक्सलियों में गणेश उड़के के अलावा 5 अन्य शामिल हैं, जिनमें दो महिलाएं भी बताई जा रही हैं। फिलहाल बाकी नक्सलियों की पहचान की प्रक्रिया जारी है।

● 3500 किमी रेंज, 2 टन परमाणु बम ले जाने में सक्षम है के-4 मिसाइल

भारत ने पनडुब्बी से किया परीक्षण

चिंता खापतनम (एजेंसी)। भारत ने मंगलवार को बंगाल की खाड़ी में अपनी परमाणु संचालित पनडुब्बी आईएनएस अरिघात से 3500 किलोमीटर रेंज वाली इंटरमीडिएट-रेंज बैलिस्टिक मिसाइल के-4 का परीक्षण किया। यह परीक्षण विशाखापतनम तट के पास किया गया। रक्षा मंत्रालय की ओर से इस परीक्षण पर कोई आधिकारिक बयान नहीं जारी किया गया है, लेकिन सूत्रों ने पुष्टि की है कि यह ठोस ईंधन वाली के-4 मिसाइल थी, जो दो टन परमाणु पेलोड ले जाने में सक्षम है। यह मिसाइल भारत की परमाणु हथियार त्रयी के समुद्री हिस्से को मजबूत करने में



महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। विश्लेषण किया जाएगा, ताकि यह तय हो सके कि क्या सभी निर्धारित तकनीकी पैरामीटर और

● यह मिसाइल भारत की परमाणु हथियार पहुंचाने के समुद्री हिस्से को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी

पनडुब्बी से लॉन्च होने वाली मिसाइलों को पूर्ण ऑपरेशनल स्टेटस हासिल करने के लिए कई परीक्षणों की जरूरत पड़ती है। दो स्ट्रेज वाली के-4 मिसाइल के पहले कई परीक्षण वर्षों से समुद्र के भीतर सबमर्सिबल पॉन्टून प्लेटफॉर्म से किए जाते रहे हैं। हालांकि नवंबर 2024 में इसे पहली बार आईएनएस अरिघात से दागा गया था।

आईएनएस अरिघात भारत की दूसरी परमाणु संचालित पनडुब्बी है, जो परमाणु हथियारों

वाली बैलिस्टिक मिसाइलों (नौसेना की भाषा में एसएसबीएन) ले जाने में सक्षम है। इसे पिछले साल 29 अगस्त को कमीशन किया गया था। यह 6,000 टन वजन की पनडुब्बी त्रि-सेवा रणनीतिक बल कमांड द्वारा संचालित की जाती है। इसकी पूर्ववर्ती पनडुब्बी अरिहंत, जो 2018 में पूरी तरह ऑपरेशनल हुई, केवल 750 किलोमीटर रेंज वाली के-15 मिसाइलें ले जा सकती है। भारत अब गोपनीय रूप से चल रहे 90,000 करोड़ रुपये से अधिक के एडवांस्ड टेक्नोलॉजी वेसल कार्यक्रम के तहत तीसरी अरिहंत को 2026 की पहली तिमाही में और चौथी को 2027-28 में कमीशन करेगा।

● लखनऊ में मोदी ने किया राष्ट्र प्रेरणा स्थल का इनांजेशन

पीएम बोले-हमने 370 की दीवार गिराई अब कश्मीर में भारत का कानून है लागू

लखनऊ (एजेंसी)। पीएम मोदी ने लखनऊ में राष्ट्र प्रेरणा स्थल का इनांजेशन कर दिया है। उन्होंने जनसंघ के संस्थापक डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी, पं. दीनदयाल उपाध्याय और अटल बिहारी वाजपेयी की मूर्तियों का अनावरण करते हुए पुष्पांजलि अर्पित की। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह और सीएम योगी आदित्यनाथ भी पीएम के साथ हैं। इससे पहले रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कहा-आज महंगाई दर 1 प्रतिशत से नीचे है। भारत की विकास दर 8 प्रतिशत से आगे है। आज पूरी दुनिया कान खोलकर सुनती है कि भारत क्या



बोल रहा है। आज ये हैसियत भारत की दुनिया में बनी है। रक्षा मंत्री ने पूर्व पीएम अटल बिहारी वाजपेयी की पाकिस्तान यात्रा की कहानी सुनाई। कहा- एक महिला पत्रकार ने शादी का प्रस्ताव रखा

पीएम मोदी ने कहा- ऑपरेशन सिंदूर में जिस ब्रह्मोस मिसाइल का जलवा देखा, वो अब लखनऊ में बन रही- पीएम मोदी ने कहा- साथियों स्वतंत्र भारत के पहले उद्योग मंत्री के रूप में डॉ. मुखर्जी ने आर्थिक निर्भरता की नींव रखी थी। पहली औद्योगिक नीति रखी थी। भारत में उद्योगीकरण की बुनियाद रखी थी। यूपी में देखिए एक जनपद एक उत्पाद का अभियान चल रहा है। छोटी इकाइयों का सामर्थ्य बढ़ रहा है। यूपी में बहुत बड़ा डिफेंस कॉरिडोर बना रहा है।

3 नई एयरलाइंस को केंद्र सरकार की हरी झंडी

● शंख एयर, अलहिंद एयर और प्लाई एक्सप्रेस को मिला एनओसी

नई दिल्ली (एजेंसी)। सरकार ने एविएशन सेक्टर में कॉम्पैटिशन बढ़ाने और बड़ी एयरलाइनों पर निर्भरता कम करने के लिए तीन नई एयरलाइंस को नो ऑब्जेक्शन सर्टिफिकेट जारी किया है। इन एयरलाइंस के नाम शंख एयर, अलहिंद एयर और प्लाई एक्सप्रेस हैं। यह फैसला ऐसे समय लिया गया है, जब हाल ही में इंडिया के ऑपरेशन से जुड़ी दिक्कतें सामने आई थीं। इसके बाद सरकार को लगा कि भारतीय एविएशन सेक्टर में ज्यादा कंपनियों और विकल्पों की जरूरत है। नागरिक उड्डयन मंत्री



राम मोहन नायडू ने कहा कि सरकार का लक्ष्य भारतीय आसमान में ज्यादा एयरलाइंस को बढ़ावा देना है। सरकार का मानना है कि नई एयरलाइंस के आने से यात्रियों को बेहतर सेवा और ज्यादा विकल्प मिलेंगे। एनओसी मिलने का मतलब है कि सरकार ने अनुमति दे दी है।

भारत से रिश्ते खराब करने की कोशिश कर रहा है अमेरिका

● पेंटागन की रिपोर्ट पर भड़का चीन, यूएस पर लगाए गंभीर आरोप



चीन, भारत और चीन के बीच विवादित सीमा क्षेत्रों में तनाव कम होने की स्थिति का फायदा उठाकर भारत और अमेरिका के बढ़ते रणनीतिक संबंधों में दरार डालने की कोशिश कर सकता है। पेंटागन की रिपोर्ट में संकेत दिया गया है कि चीन, भारत-अमेरिका की बढ़ती नजदीकी को लेकर चिंतित है और सीमा पर तनाव घटाने को

चीन, भारत और चीन के बीच विवादित सीमा क्षेत्रों में तनाव कम होने की स्थिति का फायदा उठाकर भारत और अमेरिका के बढ़ते रणनीतिक संबंधों में दरार डालने की कोशिश कर सकता है। पेंटागन की रिपोर्ट में संकेत दिया गया है कि चीन, भारत-अमेरिका की बढ़ती नजदीकी को लेकर चिंतित है और सीमा पर तनाव घटाने को

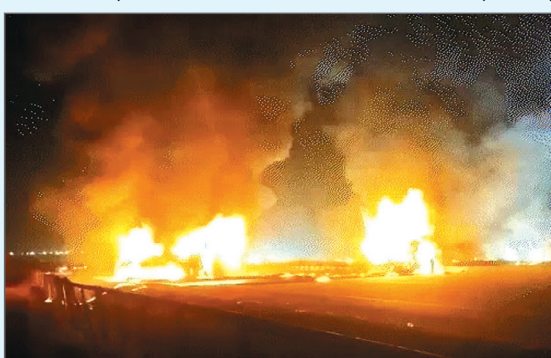
एक रणनीतिक कदम के रूप में इस्तेमाल कर सकता है। हालांकि, चीन ने इस आकलन को सिरे से खारिज कर दिया है और कहा है कि अमेरिका की रिपोर्ट उसके रक्षा दृष्टिकोण को गलत तरीके से प्रस्तुत करती है। आपको बता दें कि पेंटागन की रिपोर्ट में कहा गया है कि चीन की दीर्घकालिक रणनीति का मूल लक्ष्य वर्ष 2049 तक चीनी राष्ट्र का महान पुनरुत्थान हासिल करना है।

कर्नाटक में बस में लगी आग, 10 की मौत

● चित्रदुर्ग के हिरियूर में लॉरी से टक्कर के बाद हादसा ● 30 से ज्यादा यात्री सवार थे

चित्रदुर्ग (एजेंसी)। कर्नाटक के चित्रदुर्ग में बुधवार देर रात स्लीपर बस में टक्कर के बाद आग लग गई। हादसे में बस में सवार 10 से ज्यादा लोग जिंदा जल गए। हालांकि कुछ मीडिया रिपोर्ट्स में यह आंकड़ा 12 और 17 बताया जा रहा है। हादसा एनएच-48 पर हिरियूर तालुक में हुआ। बस बेंगलुरु से गोकर्ण जा रही थी। रिपोर्ट्स के मुताबिक बस में 30 से ज्यादा यात्री थे।

प्रत्यक्षदर्शियों ने बताया कि रात 2.30 बजे तेज रफ्तार लॉरी डिवाइडर तोड़कर दूसरी तरफ से जा रही प्राइवेट कंपनी की सीबर्ड ट्रान्सपोर्ट की बस से टकरा गई। बस में तुरंत आग लग गई। उस समय यात्री सो रहे थे। इस कारण उन्हें खुद को बचाने का मौका नहीं मिला। पुलिस का



से संपर्क करने की कोशिश की जा रही है। जले हुए शवों की पहचान के लिए डीएनए टेस्ट करवाया जाएगा। ईस्ट जोन के इस्पेक्टर जनरल ऑफ पुलिस

रविकांत गौड़ा ने बताया कि बस के ड्राइवर और क्लीनर बच गए हैं, जबकि ट्रक के ड्राइवर-क्लीनर की मौत हो गई है। कई

मोदी ने भी हादसे पर दुख जताया है। वहीं, मृतकों के परिजन को 2-2 लाख और घायलों को 50-50 हजार रुपए देने का ऐलान किया है। हादसे का शिकार हुई बस के ड्राइवर ने पुलिस को बताया है कि उसने सामने से आ रहे ओवरस्पीड ट्रक को देखकर अपनी गाड़ी को कंट्रोल करने की कोशिश की, लेकिन नाकाम रहा। हादसे के एक चश्मदीद ने बताया कि वे एक स्कूल बस में बेंगलुरु से दांडेली के लिए निकले थे। उसी समय यह हादसा हुआ। लॉरी अचानक सड़क पार से आई और स्लीपर बस से टकरा गई। स्कूली बच्चों वाली बस के ड्राइवर ने पीछे से बस को टक्कर मारी, दूसरी तरफ मुड़ा और सड़क से नीचे उतर गया।

यात्रियों ने बस से कुदकर जान बचाई। घायल यात्रियों को तुमकुरु जिले में शिरा के एक अस्पताल में भर्ती कराया गया है। दो यात्री गंभीर हैं। पीएम

राजनीतिक दलों को इलेक्टोरल ट्रस्ट से 3,811 करोड़ का चंदा

● भाजपा को 2024-25 में सबसे ज्यादा 3,112 करोड़; कांग्रेस को सिर्फ 299 करोड़ मिले

नई दिल्ली (एजेंसी)। इलेक्टोरल बॉन्ड पर सुप्रीम कोर्ट के बैन के बाद पहले वित्तीय वर्ष 2024-25 में राजनीतिक दलों को नौ इलेक्टोरल ट्रस्ट के जरिए 3,811 करोड़ का चंदा मिला है। इसमें से 3,112 करोड़ केंद्र में सत्तारूढ़ भारतीय जनता पार्टी को मिले। यह कुल फंड का करीब 82 फीसदी है। यह जानकारी इलेक्टोरल ट्रस्ट्स की ओर से चुनाव आयोग को सौंपी गई रिपोर्ट्स से सामने आई है। चुनाव आयोग की वेबसाइट पर अपलोड इन रिपोर्ट्स के मुताबिक, बाकी सभी दलों को मिलाकर करीब 400 करोड़ (10 फीसदी) फंड मिला। इसमें कांग्रेस को 299 करोड़ मिले, जो कुल चंदे का 8

फीसदी से भी कम है। इलेक्टोरल ट्रस्ट एक रजिस्टर्ड संस्था होती है, जो कॉर्पोरेट कंपनियां और



व्यक्तियों से चंदा लेकर राजनीतिक पार्टियों तक पहुंचाती है। ट्रस्ट को चंदे की पूरी जानकारी चुनाव आयोग को देनी होती है।

इससे चंदे का रिकॉर्ड बना रहता है और पता चलता है कि किस पार्टी को कितना दान मिला। 20

इलेक्टोरल बॉन्ड 6 साल में बंद हुए, ट्रस्ट 12 साल से चंदा जुटा रहे- 2018 में शुरू हुए इलेक्टोरल बॉन्ड को सुप्रीम कोर्ट ने फरवरी 2024 में पारदर्शिता के अभाव के चलते अवैध बताकर बंद कर दिया था। इसके बाद राजनीतिक फंडिंग में बड़ा बदलाव आया और इलेक्टोरल ट्रस्ट राजनीतिक दलों के लिए डोनेशन का मुख्य जरिया बन गए हैं। इलेक्टोरल ट्रस्ट स्कीम 2013 से देश में लागू है। ट्रस्ट अभी कंपनी एक्ट 2013, आयकर कानून की धारा 13बी, इलेक्टोरल ट्रस्ट स्कीम 2013 और चुनाव आयोग की गाइडलाइन के तहत नियंत्रित होते हैं।

सर्दियों में छोटे बच्चों को कैसे नहलाएं? ठंड से बचाकर ऐसे करें सही देखभाल



सर्दियों में छोटे बच्चों को नहलाना चुनौती भरा हो सकता है। दरअसल, ठंड के कारण उन्हें जल्दी सर्दी-जुकाम हो जाता है। ऐसे में सही तरीकों और कुछ आसान उपायों की मदद से आप बच्चे को सुरक्षित तरीके से नहला सकते हैं।

सर्दियों के मौसम में बच्चों की देखभाल करना काफी चुनौतीपूर्ण होता है। खासकर जब बच्चों के नहाने की बात हो तो और भी परेशानी होने लगती है। दरअसल, इस मौसम में ठंडी हवा और कम तापमान के कारण ठंडा पानी उन्हें नुकसान पहुंचा सकता है। ऐसे में सबसे जरूरी है कि छोटे बच्चों को नहलाते समय कुछ खास तरह की सावधानियां बरती जाएं, जिससे वे ठंड से सुरक्षित रहें और उनकी स्किन भी हेल्दी बनी रहे।

बच्चों को नहलाते समय किन बातों का रखें ध्यान?

गुनगुने पानी से करवाएं स्नान

सर्दी के मौसम में बच्चों को नहलाने के लिए हमेशा गुनगुने पानी का उपयोग करें। हालांकि, बच्चों को नहलाते समय इस बात का ध्यान रखें कि पानी अधिक गर्म न हो। इसके लिए पानी को पहले अपने हाथों से चेक कर लें। बच्चों को दोपहर में नहलाना बेहतर होता है। दोपहर में हल्की धूप निकलती है, जिससे उन्हें ठंड नहीं लगती।

नहलाने के बाद तुरंत अच्छी तरह पोंछें

छोटे बच्चों का शरीर ठंड बहुत जल्दी पकड़ता है। ऐसे में बच्चों को नहलाने के तुरंत बाद तौलिए से उन्हें अच्छी तरह सुखा लें। इस दौरान उनके शरीर के हर हिस्से से पानी पूरी तरह हटा दें। नहलाने के तुरंत बाद बच्चों को गर्म और मुलायम कपड़े पहनाएं, ताकि उनके शरीर में ठंडी हवा न लगे।

हल्के गुनगुने तेल से करें मालिश

सर्दी के मौसम में स्नान के बाद बच्चों को हल्की मालिश करना बेहद फायदेमंद होता है। नहलाने के बाद बच्चे के शरीर पर हल्के गर्म तेल से नरम हाथों से मसाज कर सकते हैं। इससे शरीर में गर्माहट बढ़ती है और उनकी त्वचा भी मॉइस्चर रहती है।

ज्यादा देर तक कपड़े न उतारें

सर्दियों में बच्चों को नहलाते समय इस बात का ध्यान रखें कि उनके कपड़े अधिक समय तक न उतरे रहें। बच्चों को नहलाते समय कमरे को हल्का गर्म रखें, जिससे उन्हें सर्दी नहीं लगेगी।

हर रोज न नहलाएं

सर्दी के मौसम में बच्चों को हर रोज नहलाना जरूरी नहीं होता है। अगर बहुत अधिक ठंड हो तो बच्चों को नहलाने से बचें। इस दौरान मुलायम स्पंज से उनके बॉडी को सही से पोंछ सकते हैं। अगर बच्चों को नहला रहे हों, तो गर्म पानी और तौलिया पहले से ही तैयार रखें।

कमजोरी दूर करने के लिए बच्चों को क्या खिलाएं?

कमजोर बच्चे को वजन बढ़ाने और ताकत के लिए संतुलित और पौष्टिक आहार दें, जिसमें दूध, दही, पनीर, दालें (मूंग, चना), सोयाबीन, मूंगफली, अंडे, केले, आलू, और घी शामिल हों; साथ ही बादाम, अखरोट, काजू जैसे सूखे मेवे और मखाना भी दें, क्योंकि ये कैलोरी, प्रोटीन, कैल्शियम, विटामिन और मिनरल्स से भरपूर होते हैं जो शारीरिक और मानसिक विकास के लिए जरूरी हैं।

आहार में शामिल करें :

डेयरी उत्पाद : फुल फैट दूध, दही, पनीर, छाछ, लस्सी दें, या दूध में केला और मेवे मिलाकर शेक बनाकर दें।

अनाज और दालें : साबुत अनाज (दलिया, रोटी), दालें (मूंग, मटकी, चना), सोयाबीन, और क्विनोआ दें।

मेवे और बीज : बादाम, अखरोट, काजू, किशमिश, मखाना और पोस्ता दाना दें, सूखे मेवों का पेस्ट बनाकर दें।

फल और सब्जियां : केला, आलू, और आंवला (विटामिन सी के लिए) शामिल करें।

अन्य ऊर्जावान चीजें : अंडे (प्रोटीन और ब्रेन डेवलपमेंट के लिए), घी (ऊर्जा और फैट के लिए), और च्यवनप्राश (रोग प्रतिरोधक क्षमता के लिए) दें।

कुछ अतिरिक्त सुझाव :

छोटे-छोटे आहार : बच्चे को एक बार में ज्यादा खिलाने के बजाय, थोड़ी-थोड़ी मात्रा में बार-बार पौष्टिक आहार दें।

पानी की जगह जूस/छाछ : खाने के साथ पानी की बजाय दूध, छाछ, या फलों का जूस दें।

आकर्षक भोजन : बच्चों को स्वादिष्ट और रंगीन खाना दें ताकि वे खाने के लिए उत्साहित हों।

घी का प्रयोग : परांठे या दाल में घी डालकर दें, यह एनर्जी का अच्छा स्रोत है।



स्वस्थ रहने के लिए हरड़ का प्रयोग नियमित करना चाहिए। शास्त्र में इसकी सात जातियां बतायी गयी है। विजया, रोहिणी, पूतना, अमृता, अभया, जीवंती और चैतकी। व्यावहारिक दृष्टिकोण से तीन प्रकार की होती है। छोटी हरें, पीली हरें और बड़ी हरें। यह तीनों एक ही वृक्ष के फल है।

स्वस्थ रहने के लिए हरड़ का प्रयोग नियमित करना चाहिए। शास्त्र में इसकी सात जातियां बतायी गयी है। विजया, रोहिणी, पूतना, अमृता, अभया, जीवंती और चैतकी। व्यावहारिक दृष्टिकोण से तीन प्रकार की होती है। छोटी हरें, पीली हरें और बड़ी हरें। यह तीनों एक ही वृक्ष के फल है। यह कॉम्ब्रेटेसी परिवार का पौधा है। इसका उपयोगी भाग फल है।

इसका वृक्ष विशाल लगभग 80-100 फीट ऊंचा होता है। फूल छोटा, सफेद या पीले रंग का होता है। फल एक से डेढ़ इंच लंबा अंडाकार, पृष्ठ भाग पर पांच रेखाओं से युक्त, कच्चा में हरा, पकने पर धूसर पीला रंग का हो जाता है। प्रत्येक फल में एक बीज होता है। पके हुए फलों का संग्रहण अप्रैल-मई माह में करना चाहिए।

यह कफ वात व पित्त जनित रोगों में उपयोगी है। पाचन शक्ति बढ़ती है। खांसी, सांस, कुष्ठ, बवासीर, पुराना ज्वर, मलेरिया, गैस, अपच, प्यास, त्वचा रोग, पेशाब की जलन, आंखों के रोग, दस्त, पीलिया आदि में लाभदायक है।

सर्दियों में रोजाना तिल खाने से मिलेंगे अद्भुत फायदे



अक्सर हम छोटी-छोटी प्राकृतिक चीजों की अहमियत को कम आंकते हैं। इनमें से एक है तिल, जो खाने के स्वाद को बढ़ाने के साथ-साथ सेहत के लिए भी बेहद फायदेमंद माना जाता है। यह आयुर्वेद और विज्ञान दोनों के मुताबिक शरीर के लिए कई तरह से लाभकारी है। यह शरीर को ऊर्जा देने का काम करता है, साथ ही बीमारियों से बचाव और शरीर को मजबूत बनाने में भी मददगार है। आयुर्वेद के अनुसार, तिल की तासीर गर्म होती है। सर्दियों में इसका सेवन करने से शरीर गर्म रहता है और ठंड से होने वाली बीमारियों से बचाव होता है। तिल के नियमित सेवन से शरीर में गर्मी बनी रहती है, जिससे थकान और कमजोरी कम होती है। आयुर्वेद में इसे ‘सर्वदोष हारा’ भी कहा गया है, क्योंकि यह वात और कफ दोनों को संतुलित करता है, जो शरीर में ठंडक, जोड़ों में दर्द और कब्ज



हरड़ का उपयोग हर मौसम में फायदेमंद

खट्टेपन से वात रोगों को दूर करती है। चटपटेपन से पित्त रोग और कसैलेपन से कफ का नाश करती है। इसका सेवन बरसात में संधा नमक के साथ, जोड़ों में मिश्री के साथ, हेमंट ऋतु में सोंठ के



साथ, बसंत ऋतु में शहद के साथ, गर्मी में गुड़ के साथ करना चाहिए।

खाना खाने से पहले इसे लेने से भूख बढ़ती है। बाद में खाने से खाना आसानी से पचता है।

छोटी हरें का चूर्ण लगभग चार से छह ग्राम रात में भोजन करने के एक से दो घंटे बाद पानी के साथ प्रयोग करने से कब्ज की समस्या दूर होती है।

इसका चूर्ण गुड़ व गिलोथ के काढ़े

के साथ प्रयोग करने से गठिया में आराम मिलता है।

इसे तंबाकू की तरह चिलम में रखकर पीने से सांस की समस्या दूर होती है।

मुख व गले के रोगों में इसका काढ़ा बना कर कुल्ला किया जाता है।

इसका चूर्ण दो ग्राम गुड़ के साथ खाना चाहिए। छोटी हरें को सुपारी की तरह छोटा-छोटा टुकड़ा कर लें और दिन में खाना खाने के बाद लगभग एक टुकड़े को मुंह में डाल कर अच्छी तरह से चबाना चाहिए। इसके नियमित प्रयोग से रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है।

गुड़ और चना शरीर को ऊर्जा देने के प्राकृतिक स्रोत

हेल्थ एक्सपर्ट्स को माने तो चना और गुड़ को अपनी डाइट में शामिल करना सेहत के लिए बेहद फायदेमंद साबित हो सकता है। विशेषज्ञों का



कहना है कि इन दोनों में आयरन, कैल्शियम और मिनरल्स भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं, जो शरीर को ऊर्जा देने के साथ-साथ पाचन तंत्र को भी मजबूत बनाते हैं।

गुड़ और चना शरीर को ऊर्जा देने का प्राकृतिक स्रोत हैं। अगर आप दिनभर थकान और सुस्ती महसूस करते हैं, तो इनका नियमित सेवन आपको ऊर्जावान बनाए रख सकता है। इनमें मौजूद कैल्शियम, मिनरल्स और आयरन शरीर को आवश्यक पोषण देते हैं और कमजोरी को दूर करते हैं। इसके अलावा, पाचन तंत्र की समस्या जैसे कब्ज से राहत पाने के लिए भी यह एक कारगर उपाय है। विशेषज्ञ बताते हैं कि बाहर के अस्वस्थ भोजन या अनियमित दिनचर्या के कारण कई बार पेट की समस्याएं बढ़ जाती हैं। ऐसे में चना और गुड़ पेट साफ करने और पाचन क्रिया को दुरुस्त करने में सहायक होते हैं। गुड़ ब्लड को साफ करने का काम करता है, जबकि चना शरीर से हानिकारक टॉक्सिन्स को बाहर निकालने में मदद करता है। इसके अलावा, जो लोग अपने वजन को नियंत्रित करना चाहते हैं, उनके लिए भी यह फायदेमंद है। चने में भरपूर मात्रा में फाइबर मौजूद होता है, जो भूख को नियंत्रित करके वजन घटाने में मदद करता है। साथ ही, यह हड्डियों को मजबूत करने का भी काम करता है, जिससे सर्दियों में जोड़ों के दर्द जैसी समस्याओं से बचाव होता है।

कमजोर इम्युनिटी वाले लोग अक्सर बीमार पड़ते हैं। चना और गुड़ का सेवन इम्युनिटी को मजबूत करता है और शरीर को संक्रमण से बचाने में सहायक होता है। विशेषज्ञों का कहना है कि इनका नियमित सेवन करने से शरीर को संपूर्ण पोषण मिलता है और कई स्वास्थ्य समस्याओं से बचाव संभव होता है। इसलिए, सेहतमंद जीवन के लिए चना और गुड़ को अपनी डाइट का हिस्सा बनाना एक बेहतरीन विकल्प हो सकता है। बदलती जीवनशैली और अनियमित खानपान के कारण हम अक्सर जरूरी पोषक तत्वों की कमी का शिकार हो जाते हैं, जिससे कई तरह की स्वास्थ्य समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं।



नमक का सेवन करते हैं। शोधकर्ताओं का कहना है कि नमक में मौजूद सोडियम इंसुलिन प्रतिरोध पर सीधा असर डालता है। इस वजह से हाई ब्लड प्रेशर और वजन बढ़ने जैसी समस्याएं पैदा होती हैं। ज्यादा मात्रा में नमक का सेवन वयस्कों में लेटेन्ट ऑटोइम्यून डायबीटीज का खतरा बढ़ा देता है।

रिसर्च के मुताबिक सोडियम के प्रभाव से लेटेन्ट ऑटोइम्यून डायबीटीज का खतरा हर दिन प्रति ग्राम सोडियम पर 73 प्रतिशत तक बढ़ जाता है। नमक में मौजूद सोडियम इसका प्रमुख कारण है। इसलिए अपने खाने में नमक कम डालें। नमक का ज्यादा मात्रा में सेवन आपके रक्त संचरण और ब्लड प्रेशर को बिगाड़ सकता है। इसके अलावा नमक के ज्यादा सेवन से दिल की बीमारी का खतरा भी बढ़ जाता है।

ज्यादा नमक से बीपी ही नहीं डायबीटीज का भी खतरा

नमक हमारी सेहत के लिए कितना जरूरी है, इससे कोई अनजान नहीं है। यह शरीर में कई तरह की महत्वपूर्ण आवश्यकताओं की पूर्ति करता है। लेकिन ज्यादा नमक खाने से ब्लड प्रेशर की समस्या होती है यह तो हम सब जानते हैं। हाल ही में हुए एक शोध में पता चला है कि ज्यादा नमक खाने से डायबीटीज होने का खतरा भी बढ़ जाता है। प्रत्येक 2.5 ग्राम अतिरिक्त नमक के सेवन से टाइप 2 डायबीटीज का खतरा 43 प्रतिशत तक बढ़ जाता है। रिसर्च में बताया गया है कि जो लोग हर दिन तकरीबन 7.3 ग्राम



नमक का सेवन करते हैं, इनमें उन लोगों के मुकाबले डायबीटीज का खतरा ज्यादा होता है जो लोग हर दिन 6 ग्राम तक

संक्षिप्त समाचार

अमेरिका के डेलावेयर में फायरिंग, पुलिसकर्मी और संदिग्ध की मौत

वाशिंगटन, एजेंसी। अमेरिका के डेलावेयर में गोलीबारी में एक पुलिसकर्मी और एक संदिग्ध की मौत हो गई। अधिकारियों ने बताया कि मंगलवार को विलमिंगटन के पास एक मोटर वाहन एजेंसी में हुई गोलीबारी में संदिग्ध बंदूकधारी के साथ डेलावेयर राज्य का एक पुलिस अधिकारी की भी मौत हो गई। राज्य पुलिस ने सोशल मीडिया पर कहा कि दोपहर 3 बजे से पहले ही खतरा टल गया था और वे अन्य चोटों का अकलन करना जारी रखे हुए हैं। बयान में कहा, 'राज्य और स्थानीय कानून प्रवर्तन एजेंसियां मौके पर मौजूद हैं और राहत कार्यों का समन्वय कर रही हैं।'

पाकिस्तान के खैबर पख्तूनख्वा में हुए हमले में 5 पुलिसकर्मी मारे गए

इस्लामाबाद, एजेंसी। पाकिस्तान के अशांत खैबर पख्तूनख्वा प्रांत में मंगलवार को अज्ञात सशस्त्र हमलावरों ने एक पुलिस वैन पर गोलीबारी की, जिसमें पांच पुलिसकर्मी मारे गए। यह घटना करक जिले में उस समय घटी जब पुलिस अधिकारी नियमित गश्त पर थे। जिला पुलिस अधिकारी (डीपीओ) सऊद खान ने बताया कि वैन में सवार सभी पांच पुलिसकर्मी हमले में मारे गए हैं। पुलिस की भारी टुकड़ी मौके पर पहुंची, इलाके को घेर लिया और सबूत जुटाना शुरू कर दिया। हमलावरों को पकड़ने के लिए तलाशी अभियान शुरू किया गया। करक जिले की पुलिस और आतंकवाद विरोधी विभाग (सीटीडी) की टीमों ने भी हथिया में शामिल लोगों को पकड़ने के लिए एक संयुक्त अभियान शुरू किया। पहाड़ी इलाके में पीछा करने के दौरान टीमों का आतंकवादियों से सामना हुआ, जिसके परिणामस्वरूप भीषण गोलीबारी हुई, जिसमें आठ आतंकवादी मारे गए। मारे गए आतंकवादियों के शवों को पोस्टमार्टम के लिए अस्पताल ले जाया गया है, जबकि उनकी पहचान सुनिश्चित करने के प्रयास जारी हैं। मुख्यमंत्री सोहेल अफरीदी ने हमले की कड़ी निंदा करते हुए इस घटना को 'बेहद दुर्भाग्यपूर्ण' और 'निंदनीय' बताया।

पोलैंड की कोयला खदान में विस्फोट, दो मजदूरों की मौत

वॉरसॉ, एजेंसी। पोलैंड में मियोवेक कोयला खदान में भूमिगत विस्फोट के कारण दो मजदूरों की मौत हो गई। खदान संचालक कंपनी जेएसएडब्ल्यू के अनुसार, सोमवार शाम 5 बजे खदान में अचानक मीथेन गैस और चट्टानों का तेज उभरा हुआ। उस समय 10 मजदूर काम कर रहे थे। घटना के बाद आठ मजदूर बाहर निकल आए, जबकि दो फंस गए। करीब सात घंटे बाद दोनों को बाहर लाया जा सका, लेकिन बॉटररों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया।

उत्तरी कैलिफोर्निया में अचानक आई बाढ़ से एक की मौत

सैक्रामेंटो , एजेंसी। उत्तरी कैलिफोर्निया में भारी बारिश और बाढ़ से जनजीवन अस्त- व्यस्त हो गया। सड़कों पर पानी भर गया, कई जगहों पर लोगों को वाहनों और घरों से रसकूय करना पड़ा। इस दौरान एक व्यक्ति की मौत हो गई। रेडिंग शहर में एक वाहन चालक की मौत हो गई। मेयर माइक लिटाउ के मुताबिक, व्यक्ति ने 911 पर कॉल किया था, जब उसकी कार पानी से भरने लगी। पुलिस अधिकारी पानी में तैरकर मौके पर पहुंचे और शीशा तोड़कर व्यक्ति को बाहर निकाला, लेकिन सीपीआर के बावजूद उसकी जान नहीं बच सकी।

ब्रिटेन में 56 यौन अपराधों का आरोपी किया गया गिरफ्तार

लंदन, एजेंसी। ब्रिटेन में फिलिप यंग (49) नामक शख्स पर अपनी पूर्व पत्नी जोआन यंग (48) को 13 वर्षों तक नशा देकर दुष्कर्म करने सहित 56 यौन अपराधों के आरोप लगाए गए हैं। पुलिस के अनुसार, आरोपी को न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया है। फिलिंग पर दुष्कर्म, यौन उत्पीड़न के लिए नशीला पदार्थ देने, वॉयजरिज्म, बच्चों से जुड़ी अश्लील तस्वीरें रखने और आपत्तिजनक सामग्री के कब्जे जैसे गंभीर मामले आरोप हैं। यह घटनाएं 2010 से 2023 के बीच की बताई जा रही हैं।

अमेरिका में नर्सिंग होम में धमाका, इमारत का हिस्सा ढहा ; कई लोग घायल

फिलाडेल्फिया, एजेंसी। अमेरिका के पेंसिल्वेनिया राज्य में फिलाडेल्फिया के पास ब्रिस्टल हेल्थ एंड रिहैब सेंटर नाम के नर्सिंग होम में मंगलवार दोपहर जोरदार धमाका हो गया। धमाके से इमारत का एक हिस्सा ढह गया और कई लोग घायल हो गए। अधिकारियों के मुताबिक, कुछ लोगों के अंदर फंस होने की भी आशंका है। धमाका स्थानीय समय के मुताबिक, दोपहर करीब 2:17 बजे हुआ। इससे पहले नर्सिंग होम में गैस की गंध की शिकायत मिली थी, जिसके बाद गैस कंपनी की टीम जांच के लिए पहुंची थी। इसी दौरान अचानक विस्फोट हो गया। घटनास्थल से काला धुआं उठता देखा गया।

पाकिस्तानी सांसद का मुनीर पर हमला, कहा- भारत के ऑपरेशन सिंदूर पर कैसे कर सकते हैं आपति?

इस्लामाबाद, एजेंसी। पाकिस्तान की सियासत में एक अहम बयान सामने आया है। जमीयत उलेमा-ए-इस्लाम (फजल) के प्रमुख और वरिष्ठ पाकिस्तानी सांसद मौलाना फजलुर रहमान ने पाकिस्तान की सैन्य नीति को कठघरे में खड़ा करते हुए भारत के ‘ऑपरेशन सिंदूर’ का हवाला दिया है। उन्होंने सवाल उठाया कि जब पाकिस्तान अफगानिस्तान के भीतर सैन्य कार्रवाई को जायज ठहराता है, तो फिर भारत द्वारा पाकिस्तान की जमीन पर आतंकियों के ठिकानों पर किए गए हमलों पर आपत्ति किस आधार पर की जा सकती है।

काराची के लियारी इलाके में आयोजित ‘मजलिस-ए-इत्तेहाद-ए-उम्मत’ सम्मेलन को संबोधित करते हुए मौलाना फजलुर रहमान ने पाकिस्तान सेना प्रमुख आसिम मुनीर के नेतृत्व वाली सैन्य कार्रवाइयों की कड़ी आलोचना की।

बांग्लादेश में निष्पक्ष चुनाव पर अमेरिकी सांसदों की चेतावनी

वाशिंगटन, एजेंसी। अमेरिका के कुछ प्रभावशाली सांसदों ने बांग्लादेश की अंतरिम सरकार को चेतावनी दी है कि अगर फरवरी में होने वाले चुनावों से पहले राजनीतिक दलों की भागीदारी पर रोक लगाई गई, तो स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनाव कराना संभव नहीं होगा। इन सांसदों ने बांग्लादेश की अंतरिम सरकार के मुख्य सलाहकार मोहम्मद यूनुस को एक पत्र लिखा है। इस पत्र में उन्होंने कहा कि सरकार को सभी राजनीतिक दलों से संवाद कर लोकतांत्रिक संस्थाओं में लोगों का भरोसा दोबारा कायम करना चाहिए। यह पत्र अमेरिकी सांसद ग्रेगरी डब्ल्यू. मीक्स, बिल हुडगेंग और सिडनी कैमलैगर-डोव ने लिखा, जबकि जूली जॉनसन और थॉमस आर. सुओजी ने भी इस पर हस्ताक्षर किए। मंगलवार को यूनुस को लिखे पत्र में सांसदों ने लिखा, 'हम बांग्लादेश में राष्ट्रीय संकट के समय अगले साल फरवरी में होने वाले चुनावों से पहले एक अंतरिम सरकार का नेतृत्व करने के लिए अपेक्ष आगे आने की इच्छा का स्वागत करते हैं। ये बहुत जरूरी है कि अंतरिम सरकार सभी राजनीतिक दलों के साथ मिलकर स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनावों के लिए माहौल बनाए, जिससे लोग शांतिपूर्ण तरीके से मतदान के जरिए अपनी राय रख सकें। साथ ही ऐसे सुधार हों जो राज्य संस्थानों की निष्पक्षता और



ईमानदारी में विश्वास बहाल करें।'

उन्होंने चिंता जताई कि अगर सरकार राजनीतिक दलों की गतिविधियां निलंबित करती है या फिर विवादित अंतरराष्ट्रीय अपराध न्यायाधिकरण को दोबारा शुरू करती है, तो चुनाव प्रक्रिया पर लोगों का भरोसा और कमजोर हो सकता है।

अमेरिकी सांसदों ने यह भी याद दिलाया कि अमेरिकी विदेश विभाग और अंतरराष्ट्रीय पर्यवेक्षकों ने बांग्लादेश के 2018 और 2024 के आम चुनावों को पूरी तरह स्वतंत्र और निष्पक्ष नहीं माना था। उनका कहना है कि आने वाले चुनाव की निश्चयसंनियता इस बात पर निर्भर करेगी कि अंतरिम सरकार पहले की

उन नीतियों से कितना अलग रास्ता अपनाती है, जिनकी अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर आलोचना हुई थी।

संयुक्त राष्ट्र मानवाधिकार कार्यालय की एक रिपोर्ट का हवाला देते हुए सांसदों ने बताया कि 2024 में जुलाई और अगस्त के प्रदर्शनों के दौरान सुरक्षा बलों की कार्रवाई में लगभग 1,400 लोगों की मौत हुई थी। उन्होंने कहा कि इन घटनाओं के लिए जवाबदेही तय करना जरूरी है, ताकि बदले की राजनीति का सिलसिला खत्म हो सके। सांसदों की सबसे बड़ी चिंता किसी राजनीतिक दल की गतिविधियों को पूरी तरह निलंबित करने के फैसले को लेकर थी।

उन्होंने कहा कि संगठन बनाने की

उस्मान हादी के भाई का मोहम्मद यूनुस पर गंभीर आरोप, कहा- ‘चुनाव रद्द कराने के लिए तुमने उसे मारा’

ढाका, एजेंसी। बांग्लादेश के चर्चित छात्र नेता और इंकिलाब मंचो के संयोजक शरीफ उस्मान हादी की हत्या के बाद देश की राजनीति में भूचाल आ गया है। मृतक के भाई ओमर हादी ने मोहम्मद यूनुस के नेतृत्व वाली अंतरिम सरकार पर बेहद गंभीर आरोप लगाते हुए कहा है कि उनके भाई की हत्या आगामी राष्ट्रीय चुनावों को पटरी से उतारने के लिए कराई गई। ओमर हादी का दावा है कि सत्ता में बैठे लोगों के एक गुट ने जानबूझकर इस हत्या को अंजाम दिया, ताकि चुनावी माहौल को अस्थिर किया जा सके और राजनीतिक फायदा उठाया जा सके। ‘आपने उसे मरवाया’, सरकार पर सीधा हमला : ढाका के शाहबाग इलाके में राष्ट्रीय संग्रहालय के सामने आयोजित शहीदी शपथ कार्यक्रम में बोलते हुए ओमर हादी ने सरकार पर तीखा हमला बोला।



बांग्लादेशी अखबार द डेली स्टार के अनुसार, उन्होंने कहा यह आप ही हैं जिन्होंने उस्मान हादी को मरवाया और अब उसी मुद्दे को लेकर चुनाव बिगाड़ने की कोशिश कर रहे हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार के भीतर मौजूद एक ख़ास गुट ने साजिश रचकर इस हत्या को अंजाम दिया। बता दें कि उस्मान हादी आगामी 12 फरवरी को होने वाले आम चुनाव में उम्मीदवार थे। ओमर हादी का यह भी आरोप है कि उनके भाई की हत्या इसलिए की गई,

नहीं दिखा पाई है। अगर उस्मान हादी को न्याय नहीं मिला, तो आपको भी एक दिन बांग्लादेश छोड़ने पर मजबूर होना पड़ेगा।

मस्जिद से निकलते समय मारी गई गोली : गौरतलब है कि 32 वर्षीय शरीफ उस्मान हादी पर ढाका में एक मस्जिद से बाहर निकलते समय गोली चलाई गई थी। गंभीर रूप से घायल हादी को इलाज के लिए सिंगापुर ले जाया गया, जहां 19 दिसंबर को इलाज के दौरान उनकी मौत हो गई। उनकी हत्या ने पूरे देश को झकझोर दिया और राजधानी ढाका समेत कई इलाकों में तनाव की स्थिति बन गई। उस्मान हादी उन प्रमुख छात्र नेताओं में शामिल थे, जिन्होंने 2024 में हुए जन आंदोलन का नेतृत्व किया था। इसी आंदोलन के बाद तत्कालीन प्रधानमंत्री शेख हसीना को अगस्त 2024 में पद छोड़कर भारत भागना पड़ा था।

लीबिया के आर्मी चीफ की प्लेन क्रैश में मौत:7 और लोग भी मारे गए, तुर्किए में उड़ान भरने के 30 मिनट बाद हादसा



अंकारा, एजेंसी। लीबियाई की सेना के चीफ ऑफ जनरल स्टाफ लेफ्टिनेंट जनरल मोहम्मद अल-हद्दाद की मंगलवार रात तुर्किये में प्लेन क्रैश में मौत हो गई। प्लेन में 8 लोग सवार थे, सभी की मौके पर ही मौत हो गई। तुर्किये के गृह मंत्री अली येरेलिकाया ने बताया कि फाफनक-50 विमान का मलबा अंकारा के पास हायमाना इलाके में मिला है। विमान में टेकऑफ के 30 मिनट बाद ही तकनीकी खराबी आ गई थी, जिसके चलते यह हादसा हुआ। यह लीबियाई मिलिट्री डेलिगेशन अंकारा में तुर्किये के साथ रक्षा सहयोग बढ़ाने को लेकर हाई लेवल बातचीत के लिए आया था और वापस लीबिया लौट रहा था। हादसे में मरने वालों में लीबिया के थल सेना प्रमुख जनरल अल-फत्तुरी प्रैविल, ब्रिगेडियर जनरल महमूद अल-कतावी, चीफ ऑफ स्टाफ के सलाहकार मोहम्मद अल-असावी दियाब, सैन्य फोटोग्राफर मोहम्मद ओमर अहमद महजूब और 3 क़र्मचेंबर शामिल हैं।

तुर्किये के गृह मंत्री अली यरलीकाया के मुताबिक, विमान लोकेल समय के मुताबिक रात करीब 8 बजे अंकारा के एसनेबोगा एयरपोर्ट से उड़ा था और कुछ दूर बाद संपर्क टूट गया। प्लेन ने हायमाना इलाके के पास आपकत लैंडिंग का संकेत भेजा था, लेकिन इसके बाद कोई संपर्क नहीं हो सका। स्थानीय टीवी चैनलों पर जारी सीसीटीवी फुटेज में रात के आसमान में तेज रोशनी और विस्फोट जैसा दृश्य दिखा। विमान का मलबा अंकारा से करीब 70 किलोमीटर दक्षिण हायमाना जिले के एक गांव के पास मिला। हादसे के बाद अंकारा एयरपोर्ट को अस्थायी रूप से बंद कर दिया गया और कई उड़ानों को दूसरे एयरपोर्ट पर भेजा गया। तुर्किये के न्याय मंत्रालय ने हादसे की जांच के लिए चार अधिकारियों की नियुक्ति की है। वहीं, लीबिया सरकार ने भी जांच में सहयोग के लिए अपनी टीम अंकारा भेजने का फैसला किया है। हायमाना के एक स्थानीय निवासी बुरहान चिचेक ने बताया कि उन्होंने जोरदार धमाके की आवाज सुनी। उन्होंने कहा- ऐसा लगा जैसे कोई बम फटा हो। तुर्किये की मीडिया में भी ऐसी तस्वीरें दिखाई गईं, जिनमें हादसे के समय आसमान में तेज रोशनी नजर आई।

मास्टरमाइंड प्रतीक और दुबई के 'बिग ब्रदर' का खतरनाक जाल

20 लोगों की भीड़ ने पाइप-लाठी से युवक पर किया हमला

सूरत में 'पैकर्स एंड मूवर्स' की आड़ में हवाला कारोबार 200 करोड़ का नकदी को क्रिप्टो में बदलकर दुबई भेजा जाता

क्रांति समय

www.krantisamay.com
www.guj.krantisamay.com
www.epaper.krantisamay.com
www.rti.krantisamay.com

सूरत के डिंडोली इलाके में 'कृष्णा पैकर्स एंड मूवर्स' के नाम से चल रही दुकान असल में सामान ढोने का नहीं, बल्कि काले धन की हेराफेरी का बड़ा अड्डा बन चुकी थी। ग्रीन वैली बिल्डिंग के पहले माले पर करीब दो वर्षों से सक्रिय इस 200 करोड़ रुपये के हवाला रैकेट का खुलासा होते ही



जैसी क्रिप्टोकॉरेंसी में बदलकर हवाला के माध्यम से विदेश भेजा था। हॉंडा सिटी कार और 7 मोबाइल समेत सामान जब छापेमारी के दौरान पुलिस ने 10.19 लाख रुपये का माल जब्त किया, जिसमें 7 मोबाइल फोन, 2 कंप्यूटर, 7 डेबिट कार्ड और एक हॉंडा सिटी कार शामिल है। आरोपी तकनीक का इस्तेमाल कर फर्जी इलेक्ट्रॉनिक दस्तावेज और यूजर आईडी बनाकर पुलिस को गुमराह करते थे।

20-25 हजार में गरीबों के बैंक खाते किराये पर लेता था प्रतीक

प्रतीक वसावा की कार्यप्रणाली बेहद अलग और खतरनाक थी। वह सूरत और आसपास के ग्रामीण इलाकों के आर्थिक रूप से कमजोर लोगों के बैंक खाते मात्र 20 से 25 हजार रुपये में किराये पर लेता था। इन 'म्यूल अकाउंट्स' में जब करोड़ों रुपये जमा होते, तो रकम पहले सेविंग अकाउंट में ट्रांसफर होती और फिर प्रतीक खुद सारी रकम नकद निकाल लेता था। यह प्रक्रिया इतनी तेज होती कि साइबर क्राइम टीम के अलर्ट होने से पहले ही पैसा सिस्टम से बाहर निकल जाता।

SOG भी चौंक गई। मुख्य सूत्रधार प्रतीक वसावा ने कानून की आंखों में धूल झाँकने के लिए कारोबार का ऐसा मुछौटा ओढ़ रखा था, जिसके पीछे वह देश की वित्तीय व्यवस्था को भारी नुकसान पहुंचा रहा था। दुबई में बैठे 'बिग ब्रदर' नाम का रहस्यमय शख्स इस पूरे नेटवर्क का असली कंट्रोलर था। वह मुख्य आरोपी प्रतीक वसावा को APK फाइल भेजकर सूरत में किराये पर लिए गए बैंक खातों का सीधा एक्सेस हासिल कर लेता था। तकनीक के इस दुरुपयोग के जरिए वह गेमिंग और शेयर बाजार के नाम पर उगे गए लोगों के करोड़ों रुपये सीधे उन खातों में जमा करवाता था, जिन्हें प्रतीक वसावा मैनेज

करता था।

रीढ़ का अपराधी है प्रतीक वसावा यह रैकेट किसी साधारण अपराधी का नहीं, बल्कि शांति अपराधी प्रतीक वसावा का काम है। साइबर फ्रॉड के एक मामले में 90 दिन जेल में रहने के बावजूद बाहर आते ही उसने फिर वही रास्ता अपनाया। उसके खिलाफ दर्ज 6 मामले उसकी आपराधिक मानसिकता को उजागर करते हैं। जेल से सुधरने के बजाय उसने हवाला कारोबार को और बड़ा व डिजिटल बनाने की साजिश रची। सूरत के कई कारोबारियों के नाम खुलने की आशंका फिलहाल SOG के डीसीपी राजदीपसिंह नकुम और उनकी टीम प्रतीक वसावा के सभी संपर्कों और

दोस्त की पत्नी को ब्लैकमेल करने का भी आरोप

प्रतीक वसावा की नैतिकता कितनी गिर चुकी थी, इसका सबूत यह है कि उसके खिलाफ दर्ज मामलों में अपने ही दोस्त की पत्नी को ब्लैकमेल करने जैसा गंभीर अपराध भी शामिल है। जिसने अपने दोस्त के परिवार को नहीं छोड़ा, उसने सैकड़ों लोगों के किराये के बैंक खातों का इस्तेमाल कर देश को करोड़ों का चूना लगाया। 'बड़े सिरों' की पड़ताल कर रही है। पुलिस को शक है कि सूरत के कुछ प्रभावशाली लोगों ने वित्तीय लेनदेन और पुलिस से बचने में उसे संरक्षण दिया। आने वाले दिनों में इस हवाला रैकेट में और बड़े खुलासे होने की संभावना है, जिनमें सूरत के कई व्यापारियों के नाम सामने आ सकते हैं।

दुबई और चीन तक फैले तार, टेलीग्राम से मिलते थे निर्देश पिछले दो वर्षों से सक्रिय यह गैंग पैकर्स एंड मूवर्स के कारोबार की आड़ में दुबई और चीन तक फैले नेटवर्क के साथ

सलिम नकदी के बदले खरीदता था क्रिप्टोकॉरेंसी

जांच में बड़ा मोड़ तब आया जब पता चला कि इस नकदी को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर कैसे भेजा जाता था। प्रतीक वसावा लिम्बायत के सलीम उर्फ समीर से संपर्क करता था। सलीम करोड़ों की नकदी के बदले स्छन्न क्रिप्टोकॉरेंसी खरीदकर देता था। यह डिजिटल कॅरेंसी प्रतीक सीधे दुबई में बैठे 'बिग ब्रदर' के वॉलेट में ट्रांसफर कर देता था। इस तरह भारतीय मुद्रा हवाला के जरिए क्रिप्टो में बदलकर दुबई पहुंचाई जाती थी।

उगी कर रही थी। पुलिस ने मौके से प्रतीक वसावा, दीपक पांडे, रूपेश हांडगे और भूषण पाटील को गिरफ्तार किया है। ये सभी दुबई में बैठे 'बिग ब्रदर' के इशारे पर भारत में नेटवर्क चला रहे थे।

14 बैंक खाते, देशभर के 71 साइबर फ्रॉड मामलों से जुड़े गैंग की मोडस ऑपरेंडी बेहद संगठित थी। आर्थिक रूप से कमजोर लोगों के नाम पर बैंक खाते खुलवाकर, मामूली रकम के बदले उनकी चेकबुक, एटीएम कार्ड और सिम कार्ड अपने कब्जे में ले लिए जाते थे। जांच में खुलासा हुआ कि जब्त किए गए 14 बैंक खाते देशभर के 71 साइबर फ्रॉड मामलों से जुड़े हैं। यह गिरोह टेलीग्राम के जरिए चीनी गैंग से निर्देश लेकर फ्रॉड की रकम को USDT

जेल से छूटकर दोबारा इस धंधे में लगा शांतिर अपराधी प्रतीक वसावा पूरे लोकल ऑपरेशन को संभाल रहा था। फिलहाल सूरत पुलिस ने दुबई के मुख्य सूत्रधार समेत कुल 9 आरोपियों को वॉन्टेड घोषित किया है, जिनमें गणेश उर्फ प्रेम, राज श्रीवास्तव और सलीम आरटीओ जैसे नाम शामिल हैं। SOG के डीसीपी राजदीपसिंह नकुम के मार्गदर्शन में पुलिस यह भी जांच कर रही है कि इस घोटाले में स्थानीय स्तर पर और कौन-कौन से बड़े लोग शामिल थे और उन्हें किसका संरक्षण मिला था। आने वाले समय में अंतरराष्ट्रीय साइबर माफिया के खिलाफ और कड़ी कार्रवाई के संकेत मिल रहे हैं।

सूरत में मां-बेटे ने मौत की छलांग 14 वीं मंज़िल से लगाई

बेटे की मौके पर ही मौत, मां की अस्पताल में इलाज के दौरान मौत

क्रांति समय

www.krantisamay.com
www.guj.krantisamay.com
www.epaper.krantisamay.com
www.rti.krantisamay.com

सूरत के अलथाण इलाके में स्थित एक आवासीय इमारत में दिल दहला देने वाली और सनसनीखेज घटना सामने आई है। एक मां ने अपने मासूम बेटे के साथ इमारत की 14वीं मंज़िल से नीचे कूदकर आत्महत्या का प्रयास किया। ऊंचाई से गिरने के कारण गंभीर चोटें लगने से मासूम बेटे की मौके पर ही दर्दनाक मौत हो गई, जबकि मां गंभीर रूप से घायल हो गई। उन्हें तुरंत इलाज के लिए सूरत सिविल अस्पताल ले जाया गया, जहां इलाज के दौरान मां की भी मौत हो गई। पुलिस फिलहाल इस आत्महत्या के पीछे के कारणों की जांच कर रही है। अब तक मां-बेटे की पहचान नहीं हो सकी है। मां-बेटा नीचे खड़ी कार पर गिरे महिला ने अपने करीब पांच साल के बेटे के साथ 14वीं मंज़िल से छलांग लगाई, जिससे वे नीचे पार्क की गई काले रंग की एक कार पर जा गिरे। महिला कार के पिछले हिस्से पर गिरी, जिससे



कार का शीशा पूरी तरह टूट गया और पिछला हिस्सा दब गया। कार के पास ही महिला लहलुहान हालत में पड़ी मिली। इस दर्दनाक घटना में कार को भी भारी नुकसान पहुंचा, जिससे आसपास मौजूद लोगों में अफरा-तफरी मच गई। बेटे की मौके पर ही मौत हो गई अलथाण थाना प्रभारी भावेश रबारी ने बताया कि आज सुबह करीब 10:30 बजे भटार चौकी क्षेत्र में आने वाले सुमन अमृत आवास में करीब 30 वर्ष की एक महिला अपने बच्चे के साथ 14वीं मंज़िल से कूद गई। इस घटना में बेटे की मौके पर ही मौत हो गई, जबकि मां को गंभीर हालत में इलाज के लिए सिविल अस्पताल ले जाया गया, जहां बाद में उनकी भी मौत हो गई। बच्चे की उम्र लगभग 5 वर्ष

आवास में रहने वाले लोग भी मृतकों को नहीं पहचानते

प्राथमिक जांच में सामने आया है कि महिला इस आवास की निवासी

नहीं थी। वह कौन है, कहाँ से आई और यह घटना कैसे हुई—इन सभी बिंदुओं पर जांच की जा रही है। प्राथमिक रूप से मामला आत्महत्या का प्रतीत हो रहा है, हालांकि पुलिस श्रृंखला फुटेज और अन्य तकनीकी साक्ष्यों के आधार पर गहराई से जांच कर रही है। बच्चे की उम्र करीब 5 साल बताई जा रही है। आवास के लोग भी महिला को नहीं पहचानते घटना में पांच साल के मासूम बच्चे की मौके पर ही मौत हो गई थी, जबकि मां की बाद में अस्पताल में मौत हुई। अब तक महिला की पहचान नहीं हो सकी है। पुलिस के अनुसार, आवास में रहने वाले लोग भी महिला को नहीं पहचानते। आशंका है कि वे हाल ही में वहां रहने आई हों या फिर आत्महत्या के इरादे से बाहर से इस इमारत में आई हों। पुलिस पूरे मामले की गंभीरता से जांच कर रही है।

ऑडिटोरियम और बायो-डायवर्सिटी पार्क अब 'अटलजी' के नाम से पहचाने जाएंगे

क्रांति समय

www.krantisamay.com
www.guj.krantisamay.com
www.epaper.krantisamay.com
www.rti.krantisamay.com

सूरत महानगरपालिका द्वारा पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी की 100वीं जयंती के अवसर पर ऐतिहासिक किले में एक कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर



केंद्रीय जल शक्ति मंत्री सी.आर. पाटिल विशेष रूप से उपस्थित रहे और अटलजी के जीवन तथा राष्ट्र निर्माण में उनके योगदान को याद करते हुए भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की। अब कतारगाम ऑडिटोरियम और बायो-डायवर्सिटी पार्क 'अटलजी' के नाम से जाने जाएंगे। सी.आर. पाटिल ने कहा कि नरसिंह राव ने अटलजी पर भरोसा करके देश को नेतृत्व सौंपा था। कतारगाम ऑडिटोरियम और

बायो-डायवर्सिटी पार्क का नाम बदला गया इस कार्यक्रम में सूरत के मेयर दक्षेश मावाणी और स्टैंडिंग कमेटी के चेयरमैन राजन पटेल की उपस्थिति में अटलजी की जीवन-यात्रा का विस्तृत विवरण प्रस्तुत किया गया। इस अवसर पर सी.आर. पाटिल ने सूरत महानगरपालिका के महत्वपूर्ण निर्णयों का स्वागत किया। सूरत पालिका द्वारा

कतारगाम ऑडिटोरियम और शहर के बायो-डायवर्सिटी पार्क को 'अटल बिहारी वाजपेयी' का नाम देने की घोषणा की गई। पाटिल ने कहा कि ऐसे महान पुरुषों के नाम इमारतों और स्थलों से जोड़ने से आने वाली पीढ़ियों को निरंतर प्रेरणा मिलती रहेगी। अटलजी अपने कार्यों, स्वभाव और वाणी के कारण हमेशा लोगों के मन में अमर रहेंगे।

खटोदरा में सड़कों पर 'बांग्लादेश मुर्दाबाद' के बैनरों के साथ उग्र प्रदर्शन

बांग्लादेश में हिंदुओं पर अत्याचार और हत्या के विरोध में रोष

क्रांति समय

www.krantisamay.com
www.guj.krantisamay.com
www.epaper.krantisamay.com
www.rti.krantisamay.com

बांग्लादेश में मौजूदा अराजकता और हिंसा की लपटें अब भारत तक पहुंचती दिखाई दे रही हैं। खास तौर पर बांग्लादेश में हिंदू समुदाय के दीपु चंद्रदास की नृशंस हत्या की खबरें तेजी से फैलने के बाद पूरे देश में तीखी प्रतिक्रियाएं देखने को मिली हैं। डायमंड सिटी सूरत में भी इस घटना को लेकर लोगों में भारी आक्रोश है। शहर के विभिन्न इलाकों में लोगों ने सड़कों पर उतरकर और बैनर प्रदर्शित कर अपना विरोध दर्ज कराया है।

सूरत की सड़कों पर 'बांग्लादेश मुर्दाबाद' के नारे सूरत के कई इलाकों में 'बांग्लादेश मुर्दाबाद' लिखे बैनर और पोस्टर लगाए गए हैं। इन बैनरों के जरिए नागरिकों ने अपना गुस्सा और नाराजगी जाहिर की है। खासकर युवाओं में इस घटना को लेकर जबरदस्त रोष देखने को मिल रहा है। स्थानीय निवासियों और हिंदू समर्थक संगठनों ने एकजुट होकर दीपु चंद्रदास की हत्या की कड़ी निंदा की है और मांग की है कि इस तरह के अत्याचार अब बर्दाश्त नहीं किए जाएंगे।



हमलावरों के बीच पहले किसी सामान्य बात पर या हाथ लग जाने से कहासुनी हुई थी। इस मामूली घटना में दोनों पक्षों के बीच गाली-गलौज भी हुई

पुलिस ने दोनों पक्षों की शिकायत दर्ज कर कानूनी कार्रवाई शुरू कर दी है। पुलिस का डर नहीं, दिनदहाड़े हथियारों के साथ हमला दिनदहाड़े हुई इस घटना के बाद शिवांजलि सोसायटी और आसपास के इलाके के कामगारों में दहशत का माहौल है। असामाजिक तत्वों द्वारा खुलेआम हथियारों के साथ हमला किए जाने से सचिन GIDC क्षेत्र में कानून-व्यवस्था पर गंभीर सवाल खड़े हो गए



है, उसके खिलाफ यह आवाज उठाई जा रही है। बांग्लादेश हो या पाकिस्तान, ऐसे देशों में जिस तरह हिंदुओं पर अत्याचार हो रहे हैं, उसके विरोध में ही हम ये पोस्टर लगाकर प्रदर्शन कर रहे हैं। हम चाहते हैं कि हर हिंदू सुरक्षित रहे। प्रधानमंत्री मोदी से कड़े कदम उठाने की मांग पुरुषोत्तम शर्मा नाम के एक अन्य नागरिक ने भारत सरकार और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से न्याय की मांग की। उन्होंने कहा कि मैं प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी से आग्रह करता हूँ कि बांग्लादेश सरकार से इस मामले में जवाब मांगा

हिंदुओं पर ऐसे अत्याचार करने की हिम्मत न हो। युवाओं और हिंदू संगठनों में बढ़ते आक्रोश को देखते हुए सूरत में पुलिस बंदोबस्त भी सतर्क कर दिया गया है। प्रदर्शनकारियों की मुख्य मांग है कि भारत सरकार इस मुद्दे को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर उठाए और बांग्लादेश में रहने वाले अल्पसंख्यक हिंदुओं की सुरक्षा सुनिश्चित करे। सोशल मीडिया पर भी दीपु चंद्रदास की हत्या के विरोध में कई अभियान शुरू किए गए हैं, जो सूरत के नागरिकों के आक्रोश को दर्शाते हैं।