आवश्यकता
पंजाब के हर शहर व कस्बे से
वंदे भारत 24
के लिए पत्रकारों की जरूरत है।
चाहवान सम्पर्क कर सकते है।
मोब. 97814-00247
97804-00247
E-mail : info@vandebharat24.com

जालंधर, सोमवार 17 फरवरी 2025

वंदे भारत 24

भारत के मन की बात

@vandebharat24 | vandebharat24 | @vandebharat24news | www.vandebharat24.com

फल बेचने वालों से 2 भाइयों का झगड़ा, हत्या करके भाग गए अमेरिका

अब डिपोर्ट हुए तो किया गिरफ्तार

जालंधर (हर्ष शर्मा) : 116 अवैध प्रवासियों को लेकर अमेरिकी सेना का विमान शनिवार देर रात करीब 11.38 बजे श्री गुरु रामदास इंटरनेशनल एयरपोर्ट पहुंचा। पहले 119 लोगों के आने की जानकारी थी, लेकिन तीन लोगों की तबीयत खराब होने के कारण उनकी वापसी अब देरी से होगी।

वहीं, अमेरिका से डिपोर्ट होकर लाए गए राजपुरा के दो चचेरे भाई संदीप और प्रदीप को पुलिस ने अमृतसर एयरपोर्ट पर ही गिरफ्तार कर लिया है।

उन दोनों को अमृतसर एयरपोर्ट से ही पटियाला पुलिस ने किया अरेस्ट किया है। दोनो युवकों को हत्या के एक मामले में अमृतसर एयरपोर्ट पर गिरफ्तार किया गया है।

पुलिस के अनुसार आरोपी संदीप सिंह उर्फ सनी और प्रदीप सिंह 2023 में दर्ज एक हत्या के मामले में वांछित थे। उनकी गिरफ्तारी की पुष्टि करते हुए वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक (एसएसपी) नानक सिंह ने बताया कि अमृतसर एयरपोर्ट से उन्हें गिरफ्तार किया गया।

संदीप और चार अन्य के खिलाफ जून 2023 में राजपुरा में मामला दर्ज किया गया था। जांच के दौरान संदीप के एक और सहयोगी प्रदीप का नाम भी एफआईआर में जोड़ा गया था। शनिवार को राजपुरा पुलिस स्टेशन के एसएचओ के नेतृत्व में एक टीम को अमृतसर एयरपोर्ट भेजा गया, जहां दोनों आरोपियों को गिरफ्तार किया गया। उधर, परिवार वालों का कहना है कि उनके बेटों को झूठे केस में फंसाया गया था। दोनों की गिरफ्तारी की वजह से परिवार के लोग उनसे नहीं मिल पाए। वहीं, रविवार दोपहर में पुलिस की तरफ से गिरफ्तार किए दोनों चचेरे भाइयों से मिलने पारिवार के लोग राजपुरा सिटी थाना पहुंचे, लेकिन उनके पारिवारिक सदस्यों को युवकों से मिलने नहीं दिया गया। राजपुरा कोर्ट में युवकों को पेश करने किया जाएगा। कोर्ट में पेश कर दोनों को पुलिस रिमांड पर लिया जाएगा।

2 साल पहले क्या हुआ था?

25 जून 2023 को पटियाला के राजपुरा सिटी थाने में दर्ज FIR के मुताबिक, शिकायतकर्ता हरमनजोत ने जानकारी दी थी कि दाना मंडी के करीब उनकी रेहड़ी लगती है। वहां 25 जून की रात 10.30 बजे हसमुख सिंह उनकी रेहड़ी पर आय हसमुख सिंह आकर किसी बात पर बहस करने लगा।

पास खड़े उनके रिश्तेदार और दोस्त उसे समझाने लगे, लेकिन हसमुख सिंह नहीं माना। उसने अपने दोस्तों संदीप सिंह उर्फ सनी और सुखदेव सिंह को बुला लिया। ये लोग स्विफ्ट कार और स्कॉर्पियो में कुछ अन्य लोगों को लेकर आए थे।

तलवारें लेकर आए युवक, हाथापाई की

शिकायतकर्ता ने बताया कि आरोपियों के हाथ में तलवारें थीं। इन तलवारों से आरोपियों ने शिकायतकर्ता हरमनजोत के भाई सचंदर सिंह और फूफा सरवन सिंह पर हमला कर दिया। हालांकि, उन्होंने उस समय तलवारें नहीं चलाई थीं, केवल हाथापाई की थी। इसके बाद सभी धमकी देकर वहां से चले गए थे। कह रहे थे कि कल देख लेंगे। लेकिन, घटना के कुछ देर बाद ही आरोपी वहां फिर से आ गए और तलवारों से सचंदर सिंह और सरवन सिंह पर हमला कर दिया। इसमें दोनों घायल हो गए। मौके पर मौजूद लोगों ने दोनों को अस्पताल पहुंचाया। वहां सरवन सिंह को डॉक्टरों ने मृत घोषित किया।

घर नहीं पहुंचे बच्चे, पुलिस ने रास्ते से ही पकड़ लिया- परिजन

इधर, दोनों आरोपियों के पारिवारिक सदस्य सतनाम सिंह ने जानकारी दी है कि आज सुबह ही सूचना मिली कि अमेरिका से डिपोर्ट होकर आए प्रदीप और संदीप घर नहीं पहुंचे हैं।

पूरा परिवार उनके घर आने का इंतजार कर रहा था। बाद में पता चला कि दोनों को पुलिस ने अरेस्ट कर लिया है।

एजेंट ने साफ रास्ते से भेजने की बात कही थी

सतनाम सिंह ने कहा है कि दोनों को झूठे केस में फंसाया गया है। दोनों को बाहर भेजने के लिए हमने 1.20 करोड़ रुपए खर्च किए थे। पैसे लेने से पहले एजेंट ने साफ रूट से भेजने की बात कही थी, लेकिन दोनों बच्चों को जंगल के रास्ते भेजा गया।

‘फ्लाइट में चढ़ने से पहले हमारी पगड़ी उतारी’, भारतीयों ने बताई अमेरिका में मिले अपमान की कहानी

जालंधर(अंशु कपूर) : अमेरिका से अवैध प्रवासियों का एक और जत्था भारत आ चुका है, कल 116 लोगों की वतन वापसी हुई है। लेकिन एक बार फिर उन सभी के हाथों पर हथकड़ी बंधी हुई थी, पिछली बार जब वह भारतीय अमेरिका से आए थे, तब भी हथकड़ी को लेकर ही विवाद था, लेकिन इस बार भी अमेरिका ने कोई रियायत नहीं दिखाई।

अमेरिका में पंजाबियों का अपमान?

इसके ऊपर अब तो पंजाब के एक मंत्री ने दावा कर दिया है की फ्लाइट में मौजूद कुछ लोगों की पगड़ी तक उतरवा दी गई थी। फ्लाइट पर सवार एक शख्स यशपाल सिंह ने इंडियन एक्सप्रेस से बात करते हुए कहा कि मैं 44 लाख रुपए खर्च कर अमरिका पहुंचा था, लेकिन जब हम एयरपोर्ट पर पहुंचे, हम में से किसी ने भी पगड़ी नहीं पहन रखी थी। उन लोगों ने हमारी पगड़ी फ्लाइट में चढ़ने से पहले ही उतरवा दी थी। जब हमारी फ्लाइट भारत लैंड हुई, तब एयरपोर्ट पर शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी ने हमें सिरोपा उपलब्ध करवाए थे। लेकिन वो इतने बड़े नहीं थे जिससे हमारे सारे केश धक सकें, ऐसे में हमने एक शख्स से टोपी लेकर अपने बाल छिपाए।

पंजाब के मंत्री का बड़ा दावा – इस बारे में कैबिनेट मिनिस्टर कुलदीप सिंह ने और विस्तार से बताया है। वे कहते हैं कि पहली फ्लाइट से भी जो भारतीय आए थे, उसमें भी कुछ के सिर पर पगड़ी नहीं बंधी हुई थी। हमने तब भी यह मुद्दा उठाया था और फिर उठाएंगे। लेकिन ज्यादा दुख की बात यह है कि इतना बोलने के बाद भी कुछ नहीं बदला है, अब तो लगता है तीसरी फ्लाइट भी ऐसे ही आएगी जिसमें युवा डरे हुए होंगे और उनके सिर पर पगड़ी नहीं होगी।

सिरोपा से सिर ढके गए – वैसे शिरोमणि गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी ने भी इस घटना पर नाराजगी व्यक्त की है। कमेटी ने कहा कि हम तो हमेशा से ही एक छोटा कैंप एयरपोर्ट पर रखते हैं, वहां पर मेहमानों के स्वागत के लिए सिरोपा होते हैं। हमने खुद 15 सिरोपा एयरपोर्ट पर उपलब्ध करवाए हैं। वैसे इस बार जब फ्लाइट अमृतसर पर लैंड की तो अवैध प्रवासियों के कई परिवार वाले भी एयरपोर्ट पर मौजूद थे। खुद सीएम भगवंत मान भी काफी देर तक वहां इंतजार करते रहे, लेकिन बाद में उनके आने से पहले वे निकल गए।

HAKIM TILAK RAJ KAPOOR
HOSPITAL PVT. LTD.
NEAR FOOTBALL CHOWK, JALANDHAR | Call/Whatsapp No. +91-95015-02525

आयुर्वेदिक एवं यूनानी दवाइयों तथा पंचकर्मा द्वारा
हर बीमारी के सफल इलाज के लिए मिलें।
Dr. Nuvneet Kapoor
B.A.M.S., M.D (H.T.R.K.)
Ph.: 0181-5092525
Website : www.hakimtilakraj.in

116 भारतीयों को लेकर अमृतसर में लैंड हुआ अमेरिकी विमान, इस बार भी लगी थी हथकड़ियां

जालंधर(हर्ष शर्मा): 116 अवैध प्रवासियों को लेकर अमेरिकी सेना का विमान शनिवार देर रात 11:38 बजे श्री गुरु रामदास इंटरनेशनल एयरपोर्ट पहुंचा। इनमें सबसे ज्यादा पंजाब के 67 लोग हैं, जबकि 33 लोग हरियाणा के रहने वाले हैं। इनके अलावा गुजरात के आठ, उत्तर प्रदेश के तीन, गोवा-राजस्थान व महाराष्ट्र के 2-2 और हिमाचल प्रदेश व जम्मू-कश्मीर के एक-एक शामिल हैं। अमेरिकी विमान में भारतीयों के साथ अमेरिकी सरकार के कुछ अधिकारी, क्रू मेंबर और अमेरिकी सेना के जवान भी थे। अमेरिका से लौटने के बाद दूसरे राज्यों के लोगों को उनके गृह राज्य भेजा गया है।

यरपोर्ट पर पहुंचने पर सभी भारतीयों को एक-एक कर निकाला गया। इसके बाद एयरपोर्ट पर मौजूद भारत सरकार के विभिन्न विभागों के अधिकारियों की देखरेख में उनके हवाले कर दिया गया। एयरपोर्ट के अंदर पहले सभी के दस्तावेजों की चेकिंग की गई। इसके साथ यह भी देखा गया कि किसी का कोई आपराधिक रिकॉर्ड है या नहीं। सारी औपचारिकताएं पूरी करने के बाद उनके परिजनों के हवाले कर दिया गया। पिछली बार की तरह इस बार भी अमेरिकी सेना के इस विमान को एविएशन क्लब की तरफ उतारा गया।

157 भारतीयों को लेकर आज भी आएगा एक और विमान

अमेरिका से 157 अवैध प्रवासियों को लेकर रविवार को एक और विमान अमृतसर पहुंचेगा। हालांकि, यह अभी यह स्पष्ट नहीं हो पाया है कि रविवार को आने वाला विमान कितने बजे लैंड करेगा।

करीब 35 घंटे की यात्रा कर विमान पहुंचा अमृतसर

अमेरिकी सेना के विमान ने भारतीय समयानुसार शुक्रवार सुबह करीब 11 बजे उड़ान भरी थी, जोकि 35 घंटे का सफर तय कर शनिवार रात 12 बजे अमृतसर पहुंचा। हालांकि, ऐसी सूचना है कि इस बार भी अमेरिका की ओर से सभी भारतीयों को हाथों में हथकड़ियां और पैरों में बेड़ियां डालकर ही लाया गया है।

मुख्यमंत्री ने कहा, सभी अपने हैं, उनका स्वागत किया जाएगा

भारतीयों के निर्वासित किए जाने पर मुख्यमंत्री भगवंत मान ने कहा कि सभी अपने लोग हैं। भले ही वह किसी भी तरीके से विदेशी धरती पर गए थे लेकिन उन सभी को पूरा मान-सम्मान दिया जाएगा। साथ ही जो युवा लौट रहे है, उनको उनकी काबलियत के मुताबिक काम भी दिया जाएगा ताकि वह अपने देश में ही रहकर रोजी रोटी कमा सकें।

गहने और जमीन बेची, 45 लाख खर्च कर बेटे को भेजा यूएस, डिपोर्ट होकर लौटा कपूरथला का साहिलप्रीत

अमेरिका से अवैध प्रवासियों को भारत भेजने का सिलसिला जारी है। शनिवार देर रात अमृतसर के श्री गुरु रामदास अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डा पर यूएस आर्मी का विमान अवैध तौर पर अमेरिका गए भारतीयों को लेकर पहुंचा है। यूएस से डिपोर्ट किए गए लोगों में सबसे ज्यादा पंजाब से 67, हरियाणा से 33, गुजरात से 8, यूपी से 3, महाराष्ट्र-राजस्थान से 2-2 और हिमाचल-जम्मू-कश्मीर से 1-1 कुल अवैध अप्रवासी भारतीय पहुंचे हैं।

अमेरिका सरकार की तरफ से निर्वासित किए गए भारतीयों में कपूरथला साहिलप्रीत सिंह भी है। जो कि सुल्तानपुर लोधी के गांव तरफ बहबल बहादुर का रहने वाला है। साहलप्रीत सिंह के परिवार ने बेटे के उज्ज्वल भविष्य का सपना देखते हुए उसे अमेरिका भेजा था। लेकिन वहां से उसे अन्य भारतीयों के साथ डिपोर्ट कर वापस भेजा गया है।

साहिलप्रीत के दादा गुरमीत सिंह ने बताया कि उहोंने आपने पोते को अमेरिका भेजने के लिए जेवर और कुछ जमीन बेचकर 40 से 45 लाख रुपये खर्च किए थे। यहां तक कि उन्होंने रिश्तेदारों से भी लाखों रुपये उधार लिए थे।

साहिलप्रीत सिंह की माता हरविंदर कौर ने भरे मन से बताया कि आज मेरे लाल की तरफ से संजोए हुए सपने टूट गए हैं। वह सिर पर कर्ज भी चढ़ गया है। करीब 20 दिन पहले उनकी साहिल से बात हुई थी। उसके बाद आज उन्हें पता चला है कि उनका बेटा डिपोर्ट होकर घर लौट रहा है। बेटे के डिपोर्ट किए जाने से परिवार बेहद भावुक हो गया। उन्होंने पंजाब सरकार से मदद की गुहार लगाई है और डिपोर्ट होने वाले युवाओं को नौकरी देने की भी मांग की है।

चिप्स, चॉकलेट और सेब... 18 दिन ऐसे बीते जैसे सामने खड़ी हो मौत, प्लॉट बेचकर अमेरिका जाने वाले दो भाइयों की कहानी

जालंधर (पवन कश्यप) : अमेरिका से भेजे गए दूसरे विमान में 119 भारतीयों में से गुरदासपुर के गांव खानोवाल के दो चचेरे भाई हरजोत सिंह और हरजीत सिंह भी डिपोर्ट होने के बाद अपने घर पहुंचे हैं।

जिससे परिवार में खुशी की लहर है। हरजीत सिंह व हरजोत सिंह की मां गुरप्रीत कौर और बलविंदर कौर ने अपने वापिस लौटने पर अपने बेटों का माथा चूमा।

अमेरिका से डिपोर्ट होकर आए हरजीत सिंह ने बताया कि 13 अक्टूबर 2024 को वह घर से अमेरिका के लिए निकले थे। उस समय एजेंट ने उन्हें यह बताया था कि वह कानूनी तौर पर अमेरिका भेंजेगे। वह दोनों गुवाना (साउथ अफ्रीका) पहुंचे। जहां पर वह एक महीने तक रहे।

वह अपने साथ तीन-तीन हजार यूएसए करंसी भी लेकर गए थे। उन्हें वहां पर एक डौंकर मिला, जिसने दोनों को पहुंचाने के लिए 700-700 डॉलर दिए थे। टैक्सी के माध्यम से उन्हें बहाजल से लीमा तक पहुंचाया। वह पनामा के जंगलों के माध्यम से अमेरिका पहुंचे।

बक्से में चार घंटा बंद रखने की धमकी

दोनों भाइयों ने अपना प्लॉट और दो एकड़ जमीन बेचकर प्रति व्यक्ति 45 लाख रुपये खर्च किए और अवैध तरीके से (डंकी मारकर) अमेरिका पहुंचे थे। डंकी के माध्यम से पनामा के जंगलों में उनके साथ काफी मारपीट हुई और डंकर उन्हें पिस्तौल दिखाकर धमकाते थे कि अगर वह नहीं चले तो उन्हें मार दिया जाएगा।

जहाज में भी उन्हें बेड़ियों से बांधकर लाया गया और अमेरिकन आर्मी वाले धमकाते थे कि अगर किसी ने कोई आवाज निकाली तो उन्हें एक बक्से में 4 घंटे के लिए बंद कर दिया जाएगा।

सब कुछ बेच कर जमा किए थे पैसे

जब वह अमेरिका बॉर्डर पर पहुंचे तो वहां उन्हें गिरफ्तार कर लिया गया था और आज उन्हें वापस घर भेज दिया गया है। उन्होंने बताया कि सब कुछ बेच कर पैसे इकट्ठे कर उन्होंने भेजा था। अब उनके पास कुछ नहीं बचा। वह सारी जिंदगी इस सदमे से उभर नहीं पाएंगे।

उन्होंने मांग किया कि पंजाब और केंद्र सरकार इन एजेंटों के खिलाफ सख्त कार्रवाई करे और इन एजेंटों से उन्हें पैसा दिलाया जाए ताकि वह आगे की अपनी जिंदगी गुजार सके। परिवार ने बताया कि दोनों भाई देर रात घर पहुंचे थे।

18 दिन तक बनाकर रखा गया बंदी

उन्होंने बताया कि पकड़े जाने के बाद एक कमरे में 50-50 व्यक्तियों को बंदी बनाकर रखा गया। जहां पर एक-एक चिप्स, सेब, चॉकलेट, कच्चे पक्के चावल देते रहे। 18 दिन तक उन्हें यह खाकर गुजारा करना पड़ा। उन्होंने युवाओं से अपील की है कि वह किसी गलत एजेंट के हत्थे न चढ़े।

उसकी सही तरीके से जांच पड़ताल करने के बाद ही अपना विदेश में वीजा लगवाएं। इसके साथ ही उन्होंने सरकार से मांग की कि गलत तरीके से भेजने वाले एजेंट के खिलाफ मामला दर्ज किया जाए।

आवश्यकता पंजाब के हर शहर व कस्बे से पत्रकारों की जरूरत है। चाहवान सम्पर्क कर सकते है। मोब. 97814-00247 97804-00247

हाथों में हथकड़ी, जंजीरों से जकड़े थे पैर..,
यूएस से डिपोर्ट दलजीत ने सुनाई दर्द भरी दास्तां

जालंधर(अंशु कपूर): अमेरिका से डिपोर्ट किए गए 116 भारतीयों को लेकर यूएस आर्मी का विमान शनिवार देर रात अमृतसर एयरपोर्ट पर लैंड हुआ। इसके बाद यूएस से लाए गए लोगों से पूछताछ कर उन्हें अपने-अपने घर भेजा गया।

अमेरिका से डिपोर्ट लोगों में होशियापुर का दलजीत सिंह भी शामिल है। दलजीत सिंह ने अमेरिकी सेना की तरफ से उनके साथ किए गए दुर्व्यवहार का खुलासा किया है। दलजीत ने बताया कि इस बार भी भारतीय लोगों को यूएस आर्मी के जहाज में अपराधियों की तरह लाया गया है। सभी लोगों के हाथों को हथकड़ियों और पैरों को बेड़ियों से बांधा गया था। वहीं पकड़े जाने के बाद उनके मोबाइल फोन भी सेना ने जब्त कर लिए थे। मोबाइल न होने की वजह से वह परिवार वालों से कई दिनों तक बात नहीं कर पाए।

हमारे हाथ और पैर जकड़े गए थे

होशियारपुर जिले के गांव कुराला कलां निवासी दलजीत सिंह ने कहा कि हमारे पैरों में बेड़ियां डाली गई थीं और हाथ भी हथकड़ियों से बांध दिए गए थे। दलजीत सिंह ने बताया कि वे अमेरिका में अवैध रूप से प्रवेश करने के लिए डंकी रूट से गए थे। उनकी पत्नी कमलप्रीत कौर ने आरोप लगाया कि उनके पति को एक ट्रैवल एजेंट ने धोखा दिया है।

एजेंट ने दलजीत को अमेरिका की सीधी उड़ान का वादा किया था, लेकिन बाद में उन्हें कई जगहों से होते हुए डंकी रूट के जरिये यूएस भेजा गया। रास्ते में उन्हें यातनाएं झेलनी पड़ी। जब वे अमेरिका के बॉर्डर पर पहुंचे तो वहां यूएस आर्मी ने उन्हें पकड़ लिया और अब डिपोर्ट कर वापस भारत भेज दिया गया है।

रात 11:35 बजे उतरा दूसरा विमान: शनिवार रात 11:35 बजे अमेरिकी सैन्य विमान सी-17 अमृतसर एयरपोर्ट पर उतरा, जिसमें 116 अवैध भारतीय प्रवासियों को प्रत्यर्पित कर भारत भेजा गया। यह डोनाल्ड ट्रंप प्रशासन की ओर से अवैध प्रवासियों के खिलाफ कार्रवाई के तहत दूसरा दल भेजा गया है।

डिपोर्ट किए गए लोगों को पुलिस सुरक्षा में भेजा घर

अमृतसर एयरपोर्ट पर लैंड किए गए यूएस विमान से उतरे सभी प्रवासिय लोगों की एयरपोर्ट पर ही कागजी कार्रवाई और पृष्ठभूमि जांच के बाद उन्हें पुलिस सुरक्षा के बीच घर भेजा गया। पंजाब के रहने वाले लोगों को रविवार सुबह 4:30 बजे पुलिस सुरक्षा में उनके घर लाया गया। हरियाणा सरकार ने भी अपने राज्य के प्रवासियों के लिए विशेष परिवहन व्यवस्था की।

157 और प्रवासियों के प्रत्यर्पण की तैयारी

सूत्रों के मुताबिक अमेरिका से एक और विमान भारतीय प्रवासियों को लेकर आ रहा है। यह तीसरा विमान भी अमृतसर एयरपोर्ट पर लैंड करेगा। रविवार रात को विमान अमृतसर पहुंच सकता है।

इस विमान में 157 भारतीयों को लाया जा रहा है। इनमें 65 लोग पंजाब से, 33 हरियाणा से, आठ गुजरात से, दो-दो उत्तर प्रदेश, गोवा, महाराष्ट्र, राजस्थान और एक-एक हिमाचल प्रदेश व जम्मू-कश्मीर से हैं। इनमें ज्यादातर प्रवासी 18 से 30 वर्ष की उम्र के हैं।

पांच फरवरी को आए लोगों ने भी सुनाई थी दर्द भरी दास्तां

इससे पहले 5 फरवरी को डिपोर्ट होकर लाए गए भारतीयों ने बताया था कि वे अपने परिवारों के लिए बेहतर जीवन की तलाश में अमेरिका गए थे, लेकिन ट्रैवल एजेंटों ने उन्हें धोखा दिया। उनके कई सपने चकनाचूर हो गए। उन्हें अमेरिका के बॉर्डर पर पकड़कर हथकड़ियों में भारत वापस भेज दिया गया।

कनाडा में सड़क हादसे में पंजाबी युवक की मौत, परिवार का था इकलौता बेटा

जालंधर (हर्ष शर्मा): कनाडा में एक पंजाबी युवक की सड़क हादसे में दर्दनाक मौत हो गई। मृतक की पहचान दीदारजीत सिंह के रूप में हुई है। जो अमृतसर के चविंडा कलां का रहने वाला था। जानकारी के अनुसार दीदारजीत दो साल पहले विदेश गया था।

परिवार का था इकलौता बेटा

जानकारी देते हुए मृतक के पिता ने बताया कि दीदारजीत उनका इकलौता बेटा था, जो करीब दो साल पहले कनाडा गया था। अपनी पढ़ाई पूरी करने के बाद उसे वर्क परमिट भी मिल गया था। लेकिन बीते दिन जब वह ब्रैम्पटन से काम पर जा रहे था तो उसकी कार विपरीत दिशा से आ रही एक ट्रॉली से टकरा गई।

मौके पर गई जान

इस हादसे में दीदारजीत सिंह की मौके पर ही मौत हो गई। परिवार ने सरकार और अन्य समाजसेवी संगठनों से उसके शव को पंजाब लाने के लिए मदद मांगी है ताकि वे अपने बेटे का अंतिम संस्कार कर सकें।

लुधियाना में लुटेरों ने पति-पत्नी पर किया हमला, पत्नी की मौत

गहने व नकदी लेकर हुए फरार

जालंधर (जसप्रीत सिंह): लुधियाना में एक बड़ी घटना सामने आई है, जहां पति-पत्नी पर हमलावरों ने जानलेवा हमला कर दिया। जानकारी के अनुसार घटना देर शाम डेहलों रोड बी-मेक्स के नजदीक हुई। जब दोनों पति-पत्नी डिनर करके घर वापस लौट रहे थे। इसी दौरान रास्ते में 5-6 बदमाशों ने हमला कर दिया, जिसमें व्यापारी की पत्नी की मौत हो गई।

रेस्टोरेंट से खाना खाकर घर लौट रहे थे पति-पत्नी

मृतक महिला की पहचान 32 साल की लिप्सी के रूप में हुई है, लिप्सी के दो बच्चे हैं। जानकारी के अनुसार दोनों पति-पत्नी मालेरकोटला रोड पर पोहिर स्थित एक रेस्टोरेंट से खाना खाकर घर लौट रहे थे। लेकिन रास्ते में कुछ लुटेरों ने उन पर हमला कर दिया, जिसमें अनोक मित्तल बेहोश हो गए।

धारदार हथियारों से किया हमला

इस दौरान बदमाशों ने महिला की भी पिटाई कर दी। हमलावरों ने महिला पर धारदार हथियारों से हमला कर दिया और कार, आभूषण, नकदी और मोबाइल फोन लेकर घटनास्थल से फरार हो गए।

खून से लथपथ महिला करीब एक घंटे तक दर्द से तड़पती रही, लेकिन किसी ने उसकी मदद नहीं की।

जांच में जुटी पुलिस

कुछ देर बाद एक ढाबा मालिक ने महिला की चीखें सुनीं और पुलिस को सूचना दी। पुलिस करीब डेढ़ घंटे बाद घटनास्थल पर पहुंची जिसके बाद महिला को तुरंत डीएमसी अस्पताल ले जाया गया लेकिन उसकी मौत हो गई। अनोक मित्तल एक बैटरी व्यापारी है। फिलहाल पुलिस इलाके में लगे सीसीटीवी खंगाल रही है। पुलिस का दावा है कि जल्द बदमाशों को दबोच लिया जाएगा।

आवश्यकता पंजाब के हर शहर व कस्बे से पत्रकारों की जरूरत है। चाहवान सम्पर्क कर सकते है। मोब. 97814-00247 97804-00247

बठिंडा में बाप ने बेटे को गोली से उड़ाया, ऐसा क्या हुआ कि पिता ने कर दी इकलौते बेटे की हत्या?

जालंधर (हर्ष शर्मा) : पंजाब के बठिंडा में एक पिता ने अपने इकलौते बेटे की गोली मारकर हत्या कर दी। घटना बठिंडा के गांव चक रुलदू सिंह वाला की है, जहां पिता ने रविवार को अपने बेटे अर्शप्रीत सिंह को गोली मार दी। आरोपी पिता सुखविंर सिंह ने बेटे पर 12 बोर की बंदूक से गोली दागी। मृतक अर्शप्रीत सिंह शादीशुदा था और बेटियों का पिता भी था।

घटना की जानकारी मिलने के बाद थाना संगत पुलिस ने आरोपी पिता को गिरफ्तार कर उसके खिलाफ हत्या का मामला दर्ज कर लिया है, जबकि उसकी लाइसेंसी बंदूक भी बरामद कर ली है। वहीं मृतक के शव को पोस्टमार्टम के लिए सिविल अस्पताल के शव गृह में रखा गया है।

मृतक अर्शप्रीत सिंह की पत्नी के अनुसार पिता-पुत्र में नहीं बनती थी। शनिवार रात्रि और रविवार सुबह भी दोनों के बीच किसी बात को लेकर झगड़ा हुआ था, जिसकी वजह से उसके पति अर्शप्रीत सिंह की हत्या हुई है।

थाना संगत के एसएचओ पारस चहल ने बताया कि रविवार सुबह पुलिस को सूचना मिली कि गांव चक रूलदू सिंह वाला निवासी सुखविंदर सिंह ने अपने पुत्र अर्शप्रीत सिंह (34) पर घर पर ही लाइसेंसी 12 बोर बंदूक से गोली चला दी और मौके से फरार हो गया। घायल अर्शप्रीत सिंह को उपचार के लिए शहर के एक निजी अस्पताल में भर्ती करवाया गया, जहां पर उसकी इलाज के दौरान मौत हो गई।

मृतक की पत्नी के अनुसार हत्या करने की वजह घरेलू झगड़ा है। अर्शप्रीत सिंह और सुखविंदर सिंह दोनों ही खेतीबाड़ी करते हैं। परिवार के पास करीब 22 एकड़ जमीन है, लेकिन दोनों बाप और बेटे की आपस में नहीं बनती थी। दोनों में छोटी-मोटी बात को लेकर झगड़ा होता रहता था। शनिवार रात भी दोनों के बीच किसी बात को लेकर झगड़ा हुआ था, जबकि रविवार सुबह जब अर्शप्रीत सिंह अपने पिता के साथ बात करने के लिए उनके घर गया, तो वहां पर भी दोनों के बीच झगड़ा हो गया। इसके बाद पिता ने अपनी 12 बोर की बंदूक से अर्शप्रीत सिंह को गोली मारकर उसकी हत्या कर दी। मृतक अर्शप्रीत सिंह परिवार को इकलौता बेटा था।

वह शादीशुदा था और उसकी दो बेटियां हैं। थाना संगत के एसएचओ पारस चहल ने बताया कि मृतक अर्शप्रीत सिंह की पत्नी हरपिंदर कौर के बयानों पर आरोपी पिता सुखविंदर सिंह के खिलाफ हत्या का मामला दर्ज कर उसे गिरफ्तार कर लिया गया है।

यमुना के लौटे अच्छे दिन, हाईटेक मशीनों के साथ सफाई शुरू

जालंधर (पंकज शर्मा) : दिल्ली में सत्ता परिवर्तन होते ही यमुना के अच्छे दिन आने लगे हैं। नदी की सफाई को लेकर कदम उठने शुरू हो गए हैं और उन्हीं कदमों के तहत सफाई की नई मुहिम के तहत आज रविवार से सरकारी पहल की शुरुआत हो गई।के उपराज्यपाल (LG) वीके सक्सेना ने दिल्ली सरकार के वरिष्ठ अधिकारियों को इस बात का निर्देश दिया है कि समय रहते यमुना नदी को साफ सुथरा किया जाए। इस निर्देश के बाद यमुना के पास हाईटेक मशीनें तैनात कर दी गई हैं। सबसे पहले, यमुना नदी में जमा कचरा, गाद और अन्य गंदगी को हटाया जाएगा। इसके साथ-साथ नजफगढ़ ड्रेन, सप्लीमेंट्री ड्रेन और अन्य बड़े नालों की सफाई भी शुरू की जाएगी। मौजूदा सीवेज ट्रीटमेंट प्लांट्स की क्षमता और कामकाज की रोज़ निगरानी होगी, ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि वे प्रभावी रूप से काम कर रहे हैं।

दिल्ली के उपराज्यपाल वीके सक्सेना के कार्यालय ने जानकारी देते हुए बताया कि यमुना नदी की सफाई का काम शुरू हो गया है। कचरा निकालने वाली मशीनों,खरपतवार काटने वाली मशीनों और एक ड्रेज यूटिलिटी क्राफ्ट ने आज नदी में सफाई अभियान शुरू कर दिया है। दिल्ली के उपराज्यपाल वीके सक्सेना ने कल मुख्य सचिव और ACS (I&FC) से मुलाकात की और उन्हें तुरंत काम शुरू करने के लिए कहा था। एलजी ऑफिस की तरफ से यमुना की सफाई के दो-तीन वीडियो भी शेयर किए गए हैं।

लंबा जाम, पुलिस मुलाजिम बने ह्यूमन चेन... महाकुंभ में उमड़ रहा श्रद्धालुओं का सैलाब

जालंधर(पवन कश्यप) : महाकुंभ में आस्था का सैलाब उमड़ा हुआ है। लाखों श्रद्धालु हर रोज संगम में स्नान कर रहे हैं। आज रविवार को छुट्टी वाले दिन तो भीड़ सारे रिकार्ड तोड़ रही है। भीड़ के कारण प्रयागराज जनपद में प्रवेश करने वाले सभी सीमाओं पर रविवार को भीषण जाम लग गया। दूसरे जनपद से आने वाले वाहनों को जिले की सीमा पर रोक देने के कारण नवाबगंज, हथिगहां, नैनी, अंदावा सहित कई स्थानों पर भीषण जाम लग गया है। इससे लोगों को काफी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है।

आज भीड़ इतनी ज्यादा है कि पुलिस मुलाजिम चेन बनाकर भीड़ के आगे चल रहे हैं। इससे भीड़ धीरे-धीरे आगे बढ़ रही है। भगदड़ जैसी स्थिति से बचने के लिए ये तरीका अपनाया जा रहा है। मेले के अब 10 दिन बचे हैं। ऐसे में परिवार के साथ बड़ी संख्या में लोग पहुंचे हैं। शहर में कई जगह जाम लगा है। श्रद्धालुओं के वाहन भी संगम से 10-12 किमी पहले बनाई गई पार्किंग में रोके जा रहे हैं। पार्किंग और स्टेशन से करीब 10 किमी तक पैदल ही संगम तक जाना पड़ रहा है। प्रशासन ने मेला क्षेत्र में वाहनों की एंट्री रोक दी। सभी तरह के पास भी रद्द कर दिए हैं। बावजूद इसके मेले में वीआईपी कल्चर नजर आ रहा है।

नई दिल्ली रेलवे हादसा: 18 की मौत का जिम्मेदार कौन? रेलवे का तंत्र हुआ फेल; भीड़ का अंदाजा नहीं लगा पाए अधिकारी

जालंधर (जसप्रीत सिंह) : नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पर शनिवार रात रेलवे अधिकारियों की लापरवाही से हुई भगदड़ में 18 लोगों में मौत हो गई। इस मामले में रेलवे की ओर से देर रात तक आधिकारिक तौर पर यह नहीं बताया जा सका है कि कितने लोग घायल हुए और कितने लोगों की जान गई। फिलहाल मामले की जांच के लिए उच्चस्तरीय जांच टीम का गठन किया गया है। वही दूसरी तरफ से घटनास्थल पर रेलवे बोर्ड के चेयरमैन सतीश कुमार, आरपीएफ के महानिदेशक समेत कई अधिकारी पहुंचे।

बताया जा रहा है कि मामले में न तो रेलवे अधिकारी भीड़ का अंदाजा लगा पाए और न ही आरपीएफ के अधिकारी। नई दिल्ली रेलवे स्टेशन संवेदनशील रेलवे स्टेशन में से एक है। यहां रोजाना पांच लाख से अधिक लोगों की आवाजाही होती है। ऐसे में यहां पर आरपीएफ की ओर से खुफिया इनपुट जुटाने के लिए विशेष कर्मी तैनात रहते हैं। इसके बावजूद उनकी ओर से भी भीड़ को लेकर कोई इनपुट नहीं दिया गया। साथ ही रेलवे के अधिकारी भी स्टेशन पर भीड़ की मॉनिटरिंग नहीं कर सके।

दिखावे का सीसीटीवी कैमरों से मॉनिटरिंग....

रेलवे स्टेशन पर सीसीटीवी कैमरों से 24 घंटे मॉनिटरिंग की जाती है। स्टेशन के हर प्लेटफार्म की लाइव डीआरएम अपने ऑफिस में देखते हैं। इसके बावजूद स्टेशन पर वह भीड़ को नहीं देख सके। वही दूसरी तरफ से रेलवे की ओर से लगातार जनरल टिकट दिए गए। इससे भी नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पर यात्रियों की भीड़ का होना समझा जा सकता है।

रेलवे की ओर से नहीं दी जा रही स्पष्ट जानकारी....

बताया जा रहा है कि प्रयागराज जाने वाली दो ट्रेनों को रद्द कर दिया गया। ऐसे में भीड़ प्लेटफॉर्म पर बढ़ गई। लेकिन रेलवे की तरफ से ट्रेन रद्द करने की बात से साफ इनकार किया जा रहा है। बल्कि कहा तो यह जा रहा है कि चार स्पेशल ट्रेन चलाई गई। घटना के बाद देर रात तक इस मामले में रेलवे की ओर से आधिकारिक तौर पर कोई जानकारी नहीं दी गई।

आवश्यकता पंजाब के हर शहर व कस्बे से पत्रकारों की जरूरत है। चाहवान सम्पर्क कर सकते है। मोब. 97814-00247 97804-00247

भीड़ रौंदती गई, मुश्किल से जिंदा बचे...

चश्मदीदों ने बताई स्टेशन की रूह कंपा देने वाली कहानी

जालंधर(अंशु कपूर) : दिल्ली रेलवे स्टेशन पर मची भगदड़ के बाद चश्मदीद भी सामने आए हैं। महाकुंभ के लिए निकला दिल्ली के संगम विहार का एक परिवार भी भगदड़ में फंस गया था। परिवार की एक महिला ने बताया कि वे लोग एक घंटे तक भीड़ में दबे रहे। ऐसा लगा कि दम घुट जाएगा, हम बच नहीं सकेंगे। शुक्र है कि किसी तरह जान बचा सके। एक अन्य चश्मदीद ने बताया कि हालात खराब थे। कई लोग गिर गए और दब गए। कुछ ट्रेन के आगे गिरे। एक यात्री ने कहा, मैं एक घंटे पहले से प्लेटफॉर्म पर खड़ा था, लेकिन ट्रेन में नहीं चढ़ पाया। इतनी भड़ी थी... टॉयलेट में, सीढ़ियों पर हर जगह लोग भरे हुए थे। मदद करने के लिए प्लेटफॉर्म पर कोई नहीं था।

प्लेटफॉर्म पर पैर रखने की भी जगह नहीं

वहीं एक और महिला यात्री ने बताया कि प्लेटफॉर्म पर पैर रखने की जगह भी नहीं थी। इस कारण ये था कि जिनके पास टिकट नहीं था वह भी ट्रेन में बैठे थे और जिनकी सीट रिजर्व थी वो बाहर खड़े थे। महिला के मुताबिक, एक पुलिसकर्मी ने कहा कि यहां से जान बचाकर निकल जाओ। धर्मेंद्र सिंह ने कहा, मैं प्रयागराज जा रहा था लेकिन कई ट्रेनें देरी से चल रही थीं या रद्द कर दी गई थीं। स्टेशन पर बहुत भीड़ थी। इस स्टेशन पर मैंने पहले इतनी भीड़ कभी नहीं देखी। मेरे सामने ही छह-सात महिलाओं को स्ट्रेचर पर ले जाया गया। प्रमोद चौरसिया ने कहा, मेरे पास पुरुषोत्तम एक्सप्रेस का स्लीपर क्लास का टिकट था। कन्फर्म टिकट वाले लोग भी ट्रेन में नहीं चढ़ पाए। मेरे एक दोस्त और एक महिला यात्री भीड़ में फंस गए। बहुत ज़्यादा धक्का-मुक्की हुई। हम अपने बच्चों के साथ बाहर इंतजार करके सुरक्षित रहने में कामयाब रहे।

एस्केलेटर के पास मची भगदड़ : सूत्रों के मुताबिक, जब प्लेटफॉर्म नंबर 14 पर प्रयागराज एक्सप्रेस खड़ी थी, उस दौरान प्लेटफॉर्म पर काफी लोग

इकट्ठा थे। स्वतंत्रता सेनानी एक्सप्रेस और भुवनेश्वर राजधानी भी लेट थीं। इसकी वजह से इन ट्रेनों के यात्री भी प्लेटफॉर्म नंबर 12, 13 और 14 पर पहुंच गए थे। जानकारी के मुताबिक रेलवे ने हर घंटे सीएमआई के हिसाब से 1500 जनरल टिकट बेचे गए, इसलिए भीड़ बेकाबू हो गई। प्लेटफॉर्म नंबर-14 और प्लेटफॉर्म नंबर 16 के पास एस्केलेटर के पास भगदड़ मच गई।

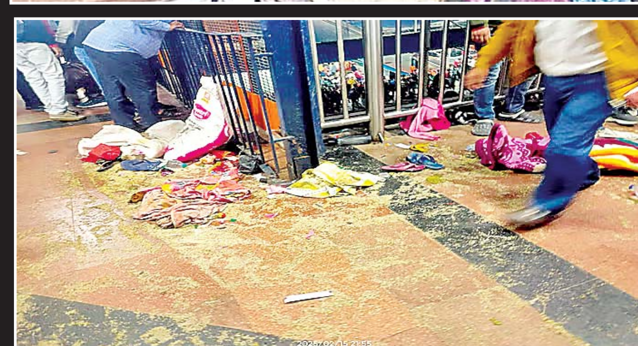
दिल्ली पुलिस के एक अधिकारी ने बताया कि नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पर हालत दोपहर तीन बजे से ही खराब होने शुरू हो गए थे। भीड़ में लोग आगे-पीछे ना ही जा रहे थे और न ही हिल पा रहे थे। ऐसे में ट्रेन छूटने का डर भी था। ये भी भगदड़ का दूसरा कारण था।

मौके पर मौजूद लोगों का कहना था कि भारी संख्या में लोग थे, मगर पुलिस और रेल प्रशासन की तरफ से भीड़ को संभालने के कोई इंतजाम नहीं थे। इक्का-दुक्का पुलिसकर्मी ही दिखाई दे रहे थे। ऐसे में लोग अपनी मनमर्जी चल रहे थे। लोगों का कहना है कि प्लेटफार्म पर पर्याप्त संख्या में पुलिसकर्मी होते तो शायद हादसा नहीं होता।

उधर, नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पर हुआ दर्दनाक हादसे को लेकर दिल्ली पुलिस व रेल प्रशासन आमने-सामने आ गया है। देर रात हादसे की वजह भी सामने आ गई। प्रयागराज जाने वाले दो ट्रेन पहले से लेट थीं। इन ट्रेनों के यात्री प्लेटफार्म नंबर-14 पर इंतजार कर रहे थे। तभी रेल प्रशासन ने प्रयागराज के लिए नई दिल्ली से जाने की घोषणा कर दी। ट्रेन का एलान होते ही यात्री प्लेटफार्म नंबर 14 से 16 की तरफ भागने लगे। इससे भगदड़ मच गई। ट्रेन तक पहले पहुंचने के चक्कर में लोग एक-दूसरे को रौंदते रहे। लोग सीढ़ियों, प्लेटफार्म पर पटरियों पर भी गिर गए। बताया जा रहा है कि कुछ लोगों के अंग भी कटे हैं।

नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पर भगदड़ से 18 की मौत

प्रयागराज की ट्रेन पकड़ने के लिए नई दिल्ली रेलवे स्टेशन पर यात्रियों की उमड़ी भारी भीड़ की वजह से भगदड़ मच गई। इससे 18 लोगों की मौत हो गई। शनिवार रात करीब दस बजे मची भगदड़ में 20 से अधिक लोगों के घायल होने की सूचना है, जिन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया है। शनिवार-रविवार की छुट्टी के चलते महाकुंभ में जाने के लिए हजारों श्रद्धालुओं की भीड़ पहुंचने से स्टेशन पर अफरा-तफरी मच गई। भीड़ को काबू करने के लिए पर्याप्त अमला न होने से हालात बेकाबू हो गए। भीड़ एक-दूसरे पर चढ़ने लगी। लोकनायक अस्पताल में आपातकालीन विभाग की प्रमुख डॉ. ऋतु सक्सेना ने 15 लोगों की मौत की पुष्टि की है। मृतकों में 11 महिलाएं और 3 बच्चे शामिल हैं। दो की मौत लेडी हार्डिंग अस्पताल में हुई। रेलवे ने हादसे की उच्चस्तरीय जांच के आदेश दिए हैं। एक की मौत देर रात और हुई है। एनडीआरएफ की टीम भी राहत के लिए स्टेशन पहुंच गई। रेल मंत्री अश्विनी वैष्णव ने हादसे पर दुख जताते हुए कहा कि पूरी टीम प्रभावितों की मदद में जुटी है। दमकल विभाग के निदेशक अतुल गर्ग ने बताया कि शनिवार रात 9:55 बजे प्लेटफॉर्म नंबर 14-15 पर भगदड़ की सूचना मिली थी। चार गाड़ियों समेत स्टाफ को मौके पर भेजा गया। उधर, रेलवे प्रशासन का कहना है कि प्लेटफॉर्म नंबर-14 पर प्रयागराज एक्सप्रेस खड़ी थी। वहां भारी भीड़ जुटी थी। स्वतंत्रता सेनानी एक्सप्रेस और भुवनेश्वर राजधानी एक्सप्रेस भी देरी से चल रही थी। उसके यात्री प्लेटफॉर्म नंबर 12-13 और 14 पर मौजूद थे। लोगों की भीड़ अधिक थी।



आवश्यकता
पंजाब के हर शहर व कस्बे से पत्रकारों की जरूरत है। चाहवान सम्पर्क कर सकते है।
मोब. 97814-00247
97804-00247

IPL 2025 का शेड्यूल हुआ जारी, 22 मार्च से होगा 18वें सीजन का आगाज; पहले मैच में कोलकाता से भिड़ेगी RCB

जालंधर (हर्ष शर्मा) : इंडियन प्रीमियर लीग के 18वें सीजन की अगले महीने मार्च में शुरुआत होगी। इससे पहले रविववार को बीसीसीआई ने IPL 2025 का शेड्यूल जारी कर दिया है। IPL 2025 के पहले मैच में पिछले सीजन की विजेता कोलकाता नाइटराइडर्स का सामना रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु से होगा।

18वें सीजन की शुरुआत 22 मार्च से होगी। वहीं फाइनल मैच 25 मई को कोलकाता में खेला जाएगा। 18वें सीजन में 13 मैदानों पर 74 मैच खेले जाएंगे। इस दौरान 12 डबल हेड मैच भी होंगे। दोपहर के मुकाबले 3:30 बजे और शाम के मैच 7:30 बजे शुरू होंगे।

23 मार्च को पहला डबल हेडर

12 डबल-हेडर में से पहला 23 मार्च, 2025 को होगा। हैदराबाद में दोपहर के खेल में सनराइजर्स हैदराबाद (SRH) का सामना राजस्थान रॉयल्स (RR) से होगा। इसके बाद शाम को दो पांच बार के आईपीएल चैंपियन चेन्नई सुपर किंग्स और मुंबई इंडियंस के बीच एमए चिदंबरम स्टेडियम, चेन्नई में एक जोरदार मुकाबला होगा।

3 टीमों के 2-2 होम वेन्यू

आईपीएल की दस में से तीन टीमें दो-दो स्थानों पर खेलेंगी। दिल्ली कैपिटल्स अपने घरेलू मैच विशाखापत्तनम और नई दिल्ली के अरुण जेटली स्टेडियम में खेलेगी।

आईपीएल 2025 के नॉकआउट मैच

-क्वालीफायर 1 - 20 मई, हैदराबाद
-एलिमिनेटर - 21 मई, हैदराबाद
-क्वालीफायर 2 - 23 मई, ईडन गार्डन्स
-फाइनल - 25 मई, ईडन गार्डन्स

राजस्थान रॉयल्स अपने दो घरेलू मैच गुवाहाटी में खेलेगी। इस दौरान राजस्थान KKR और CSK की मेजबानी करेगा।

राजस्थान की टीम बचे हुए घरेलू मैच जयपुर के सवाई मानसिंह स्टेडियम में खेलेगी।

पंजाब किंग्स अपने चार घरेलू मैच न्यू पीसीए स्टेडियम, न्यू चंडीगढ़ में खेलेगी।

इसके अलावा पंजाब धर्मशाला के हिमाचल प्रदेश क्रिकेट एसोसिएशन स्टेडियम में लखनऊ, दिल्ली और मुंबई के खिलाफ तीन घरेलू मैच खेलेगी।

कोलकाता में खेला जाएगा फाइनल

प्लेऑफ के मुकाबले हैदराबाद और कोलकाता में खेले जाएंगे। हैदराबाद 20 मई 2025 और 21 मई 2025 को क्वालीफायर 1 और एलिमिनेटर की मेजबानी करेगा।

कोलकाता 23 मई 2025 को क्वालीफायर 2 की मेजबानी करेगा। आईपीएल 2025 का फाइनल मुकाबला 25 मई, 2025 को ईडन गार्डन्स कोलकाता में खेला जाएगा।

आईपीएल 2025 का पूरा शेड्यूल

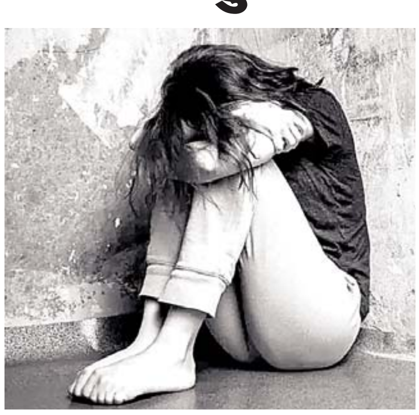
- कोलकाता नाइट राइडर्स बनाम रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु, शनिवार, 22 मार्च, शाम 7:30 बजे, कोलकाता
- सनराइजर्स हैदराबाद बनाम राजस्थान रॉयल्स, रविवार, 23 मार्च, दोपहर 3:30 बजे, हैदराबाद
- चेन्नई सुपर किंग्स बनाम मुंबई इंडियंस, रविवार, 23 मार्च, शाम 7:30 बजे, चेन्नई
- दिल्ली कैपिटल्स बनाम लखनऊ सुपर जाइंट्स, सोमवार, 24 मार्च, शाम 7:30 बजे, विशाखापत्तनम
- गुजरात टाइटंस बनाम पंजाब किंग्स, मंगलवार, 25 मार्च, शाम 7:30 बजे, अहमदाबाद
- राजस्थान रॉयल्स बनाम कोलकाता नाइट राइडर्स, बुधवार, 26 मार्च, शाम 7:30 बजे, गुवाहाटी
- सनराइजर्स हैदराबाद बनाम लखनऊ सुपर जायंट्स, गुरुवार, 27 मार्च, शाम 7:30 बजे, हैदराबाद
- चेन्नई सुपर किंग्स बनाम रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु, शुक्रवार, 28 मार्च, शाम 7:30 बजे, चेन्नई
- गुजरात टाइटंस बनाम मुंबई इंडियंस, शनिवार, 29 मार्च, शाम 7:30 बजे, अहमदाबाद
- दिल्ली कैपिटल्स बनाम सनराइजर्स हैदराबाद, रविवार, 30 मार्च, दोपहर 3:30 बजे, विशाखापत्तनम
- राजस्थान रॉयल्स बनाम चेन्नई सुपर किंग्स, रविवार, 30 मार्च, शाम 7:30 बजे, गुवाहाटी
- मुंबई इंडियंस बनाम कोलकाता नाइट राइडर्स, मंगलवार, 31 मार्च, शाम 7:30 बजे, मुंबई
- लखनऊ सुपर जाइंट्स बनाम पंजाब किंग्स, बुधवार, 01 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, लखनऊ
- रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु बनाम गुजरात टाइटंस, बुधवार, 02 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, बेंगलुरु
- कोलकाता नाइट राइडर्स बनाम सनराइजर्स हैदराबाद, गुरुवार, 03 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, कोलकाता
- लखनऊ सुपर जायंट्स बनाम मुंबई इंडियंस, शुक्रवार, 04 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, लखनऊ
- चेन्नई सुपर किंग्स बनाम दिल्ली कैपिटल्स, शनिवार, 05 अप्रैल, दोपहर 3:30 बजे, चेन्नई
- पंजाब किंग्स बनाम राजस्थान रॉयल्स, शनिवार, 06 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, न्यू चंडीगढ़
- कोलकाता नाइट राइडर्स बनाम लखनऊ सुपर जायंट्स, रविवार, 06 अप्रैल, दोपहर 3:30 बजे, कोलकाता
- सनराइजर्स हैदराबाद बनाम गुजरात टाइटंस, रविवार, 06 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, हैदराबाद
- मुंबई इंडियंस बनाम रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु, सोमवार, 07 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, मुंबई
- पंजाब किंग्स बनाम चेन्नई सुपर किंग्स, मंगलवार, 08 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, न्यू चंडीगढ़
- गुजरात टाइटंस बनाम राजस्थान रॉयल्स, बुधवार, 09 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, अहमदाबाद
- रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु बनाम दिल्ली कैपिटल्स, गुरुवार, 10 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, बेंगलुरु
- चेन्नई सुपर किंग्स बनाम कोलकाता नाइटराइडर्स, शुक्रवार, 11 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, चेन्नई
- मुंबई इंडियंस बनाम रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु, सोमवार, 07 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, मुंबई
- पंजाब किंग्स बनाम चेन्नई सुपर किंग्स, मंगलवार, 08 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, न्यू चंडीगढ़
- गुजरात टाइटंस बनाम राजस्थान रॉयल्स, बुधवार, 09 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, अहमदाबाद
- रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु बनाम दिल्ली कैपिटल्स, गुरुवार, 10 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, बेंगलुरु
- चेन्नई सुपर किंग्स बनाम कोलकाता नाइटराइडर्स, शुक्रवार, 11 अप्रैल, शाम 7:30 बजे, चेन्नई

आपकी बेटी तो प्रेग्नेंट है... 16 साल की नाबालिग के पेट में अचानक हुआ तेज दर्द, अस्पताल पहुंचे तो परिजनों के उड़ गए होश

जालंधर(अंशु कपूर) : साहनेवाल में एक लड़के ने पहले नाबालिगा से दोस्ती की और फिर उससे दुष्कर्म किया। इसके बाद वह किराए के कमरे पर उसे छोड़कर फरार हो गया। परिवार का आरोप है कि जब बेटी गर्भवती हुई तो उन्हें इस बात का पता लगा।

परिवार की शिकायत पर थाना साहनेवाल पुलिस ने मामला दर्ज करके तलाश शुरू कर दी है। आरोपित भी नाबालिक बताया जा रहा है। पुलिस ने पीड़िता के परिवार के बयान लेकर उसका सिविल अस्पताल से मेडिकल करवाकर जांच शुरू कर दी है।

कमरे में बुलाकर बनाता था शारीरिक संबंध - पीड़िता के पिता ने पुलिस को दिए बयान में बताया कि उसकी 16 वर्षीय बेटी की पड़ोस के कमरे में रहने वाले आरोपित से दोस्ती थी। आरोपित उसकी बेटी को अपने कमरे में बुलाकर शारीरिक संबंध बनाता था। इस बात से उस वक्त पर्दा उठा जब नाबालिगा के पेट में दर्द हुआ और जांच के दौरान वह पांच महीने की गर्भवती निकली। यह सुनकर परिवार घबरा गया।



पूछने पर नाबालिगा ने आरोपित की हैवानियत के बारे में उन्हें बताया। नाबालिगा के पिता ने पुलिस को यह भी बताया कि आरोपित ने करीब तीन पहले गर्भपात करने संबंधी उनकी बेटी को दवा खिलाई थी। जिसके बाद शिकायत पुलिस को दर्ज करवाई गई।

चौकी कंगनवाल के इंचार्ज एएसआई मेवा सिंह ने बताया कि आरोपित की उम्र करीब 17 साल है। वह अपनी मां के साथ किराए के कमरे में रहता था। जब पुलिस उसे गिरफ्तार करने उसके कमरे में पहुंची तो पता लगा कि वह मां के साथ पहले ही कमरा खाली करके फरार हो चुका है। मकान मालिक से उसकी पूरी डिटेल मांगी गई है। जल्द ही आरोपित को गिरफ्तार कर लिया जाएगा।

नाबालिगा से दुष्कर्म के दोषी को 10 साल की कैद और जुर्माना

वहीं, एक दूसरे खबर की बात करें तो मोगा में अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायाधीश बिशन सरूप की अदालत ने नाबालिगा से दुष्कर्म कर उसे गर्भवती करने वाले युवक को दस साल कैद और पचास हजार रुपये जुर्माने का फैसला सुनाया है। बयानों में पीड़िता ने बताया था कि वह अनपढ़ है और 11 महीने पहले शहर की रामगंज मंडी में कपड़े की दुकान पर काम करने के लिए रोजाना डरोली भाई गांव से बस में आती-जाती थी। इस दौरान बस में करण नामक युवक से जान पहचान हो गई। उसका ननिहाल डरोली भाई में होने व उसके भाई निखिल की गांव में ही होने के चलते वह अकसर आता-जाता रहता था। एक दिन करण ने उसे कहा कि हम कुछ खाते-पीते है। इस पर वह उसे होटल में ले गया और वहां शारीरिक संबंध बनाए और शादी करने की बात कही। जिसके बाद पीड़िता प्रेग्नेंट हो गई और उसे मृत बच्चा पैदा हुआ।

इस मामले में थाना सदर मोगा पुलिस ने चार अगस्त को करण के खिलाफ मामला दर्ज करने के उपरांत उसे गिरफ्तार कर लिया था।

शनिवार को अदालत ने साक्ष्यों को देखते हुए व सरकारी वकील की दलीलों से सहमत होते हुए करण को दस साल कैद तथा पचास हजार रुपये जुर्माने का फैसला सुनाया। जुर्माना न अदा करने पर एक साल की अतिरिक्त कैद काटनी होगी।

कम उम्र में ही शरीर का इंजन जाम कर देता है मोटापा, अच्छी सेहत के लिए रखें इन खास बातों का ख्याल

सबसे ज्यादा युवा जनसंख्या वाला देश भारत विश्व के लिए भविष्य की आशा और आर्थिकी का इंजन है, मगर तब क्या होगा जब यह इंजन अपने ही ईंधन को अच्छी तरह से जलाने में असमर्थ होकर जाम होने लगें?

द लैंसेट ग्लोबल हेल्थ-2023 की एक रिपोर्ट तो कुछ ऐसी ही आशंका जताती है। इसके अनुसार, भारत में पिछले दशक में मोटापे की दर में तेजी से बढ़ोतरी हुई है। अब लगभग 40 प्रतिशत वयस्क भारतीय मोटापे के साथ जी रहे हैं।

एक ऐसे देश में, जहां की समृद्ध परंपरा, सनातन धर्म और जीवनशैली में शरीर को 'मंदिर' और अन्न को 'ब्रह्म' की संज्ञा दी गई है, वहां स्वास्थ्य में यह विचलन निश्चित रूप से चिंताजनक है, क्योंकि यह डायबिटीज, हाई ब्लड प्रेशर और हार्ट डिजीज जैसे गंभीर जीवनशैली विकारों से जुड़ा हुआ है।

राष्ट्रव्यापी है चिंता

इसी संदर्भ में देहरादून, उत्तराखंड में राष्ट्रीय खेलों के उद्घाटन पर प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के भाषण का एक अंश युवाओं के बीच बहुचर्चित और इंटरनेट मीडिया पर प्रचलित हो रहा है। कई सेलेब्रिटीज, चिकित्सक, स्वास्थ्य एवं फिटनेस विशेषज्ञ, अभिनेताओं से लेकर पाडकास्टर तक इस मुद्दे पर एकमत होकर सामने आ रहे हैं। लगभग एक पखवाड़े पूर्व 'फिट इंडिया' के इस उद्बोधन में प्रधानमंत्री ने कहा था, 'हमारे देश में मोटापा तेजी से बढ़ रहा है। हर आयु वर्ग और यहां तक कि युवा भी इससे बुरी तरह प्रभावित हो रहे हैं।

यह चिंता का विषय है क्योंकि मोटापा मधुमेह, हृदय रोग आदि के जोखिम को बढ़ाता है। आज मैं देशवासियों से दो चीजों पर ध्यान केंद्रित करने के लिए कहना चाहता हूं। पहला, हर दिन कुछ समय निकालें और व्यायाम करें। चलने से लेकर कसरत करने तक, जो भी संभव हो करें। दूसरा, अपने आहार पर ध्यान केंद्रित करें। अपने भोजन में अस्वास्थ्यकर वसा और तेल को कम करें। हर महीने जो तेल हम उपयोग करते हैं, उसकी मात्रा 10 प्रतिशत कम करें। ऐसे छोटे कदम आपके स्वास्थ्य में बड़ा बदलाव ला सकते हैं।'

संपूर्ण स्वास्थ्य का सहज मार्ग

व्यक्तिगत स्वास्थ्य पर यह अभियान सामूहिक आंदोलन के शंखनाद जैसा है। वास्तव में आज कैशोर्य और युवावस्था से ही मोटापे को नियंत्रित करने की आवश्यकता है, नहीं तो यह सार्वजनिक स्वास्थ्य महामारी बन सकता है। यही नहीं, इससे जुड़ी बाडी शेमिंग इस आयुवर्ग में मानसिक अवसाद का भी बड़ा कारण बनती है। जबकि अगर आनुवांशिक, किसी व्याधिजन्य अथवा कुछ विशेष शारीरिक हार्मोनल परिस्थितियां न हों तो मोटापे पर नियंत्रण पाना अथवा इसे पनपने ही न देना व्यक्ति, परिवार और समाज की दृढ़ मानसिक स्थिति के अतिरिक्त किसी अन्य चीज का मोहताज नहीं है।

भारत में धर्म, आयुर्वेद और योग की समृद्ध परंपरा इस विषय पर मार्गदर्शन के लिए पर्याप्त है। सर्वाधिक सुंदर बात तो यह है कि संपूर्ण स्वास्थ्य के इस मार्ग पर पथप्रदर्शक के रूप में साक्षात् जगद्गुरु और योगेश्वर ज्ञानरूप में उपस्थित हैं। युवाओं के बीच सर्वाधिक लोकप्रिय और हार्वर्ड जैसे विदेशी विश्वविद्यालय में प्रबंधन ग्रंथ के रूप में समादृत श्रीमद्भगवद्गीता में अर्जुन के मोह का निवारण करते हुए भगवान श्रीकृष्ण केवल युद्ध करने और शस्त्र उठाने की बात नहीं करते, वे यह भी बताते हैं कि स्वस्थ और सुखी जीवन के लिए आहार-विहार कैसा होना चाहिए।

वे इसके 17वें अध्याय में केवल सात्विक, राजसी और तामसिक आहार की संपूर्ण व्याख्या नहीं करते, व्यक्ति पर इसके प्रभाव का वर्णन मात्र नहीं करते बल्कि पूर्व में ही छठे अध्याय के 17वें श्लोक में ही स्पष्ट कर देते हैं, 'जिसका आहार और विहार संतुलित है, जिसका आचरण अच्छा है, जिसका शयन, जागरण व ध्यान नियमित है, उसके जीवन के सभी दुख स्वत: ही समाप्त हो जाते हैं।' क्या यह ज्ञान केवल महाभारत की कुरुक्षेत्र रणभूमि के निमित्त था? कभी किसी मेट्रो स्टेशन के बाहर अथवा अपने शहर के चौक-चौराहों-बाजारों में श्रद्धाभाव से श्रीमद्भगवद्गीता का प्रचार-प्रसार करते इस्कान के युवा अनुयायियों के चमकते चेहरे और स्वस्थ-सुंदर शरीर देखिए तो आपको स्वत: ही इसका उत्तर प्राप्त हो जाएगा!

जैसा अन्न वैसा मन

समस्या का सिरा पकड़ में आ जाए तो समाधान उतना मुश्किल नहीं रह जाता। समय का संदेश स्पष्ट है कि स्वस्थ तन-मन के लिए जीवनशैली में परिवर्तन करना ही होगा। यह भी समझना होगा कि आपका शारीरिक-मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य कोई तीन अलग-अलग अवधारणाएं नहीं, एक ही चीज है जिसे भारतीय मनीषा में 'संपूर्ण स्वास्थ्य' के रूप में संबोधित किया गया है। लोकमानस में यह 'जैसा खाए अन्न,

वैसा बने मन' के सरल रूप में शताब्दियों से प्रचलित है।

यदि दैनिक आहार में तेल की कुछ बूंदें कम करके, नमक को नियंत्रित करके, अस्वास्थ्यकर जंकफूड को सीमित करके, कुछ योग-व्यायाम-कसरत-खेलकूद करके तन-मन-जीवन सुंदर बन सकता है, तो इसमें आलस्य और दो बार सोचना कैसा? इतिहास गवाह रहा है कि वक्त के साथ हर नई पीढ़ी पिछली पीढ़ी से कुछ अधिक समझदार साबित हुई है, तो क्यों न आशा करें कि आज के किशोर और युवा भी इस बात को सही सिद्ध कर दिखाएंगे।

ठोस कदम उठाने का वक्त

डिजिटल क्रांति के इस दौर में विभिन्न इंटरनेट मीडिया प्लेटफार्म्स के माध्यम से नई पीढ़ी का वैश्विक सभ्यता, आहार संस्कृति और फिटनेस के प्रति जितना एक्सपोजर है, उतना किसी पूर्ववर्ती पीढ़ी का नहीं रहा है। आज के युवा और किशोर भलीभांति जानते हैं कि शरीर और स्वास्थ्य के लिए सबसे अच्छा आहार और जीवनशैली क्या है, अब जरूरत है तो बस इस ज्ञान को अमल में लाने की और स्वयं ही नहीं, अपने साथियों-स्वजनों तक यह बात पहुंचाकर स्वस्थ भारत बनाने की। वे जानते हैं कि घर का बना ताजा भोजन और प्रकृति से मिले आहार के उपहार ही सर्वश्रेष्ठ हैं। औसत भारतीय थाली में नाममात्र के छौंक के साथ उबालकर पकाई गई दाल, भाप में पके चावल, कम तेल-नमक में बनी स्वादिष्ट मौसमी सब्जी-साग, सिंकी हुई रोटियां, सलाद-चटनी हो या आग में पकी लिट्टी और उबला-भुना मसला हुआ चोखा, नाश्ते में पोहा, दलिया, उपमा, इडली हो या कार्नफ्लेक्स और शाम अथवा देर रात की फूड क्रेविंग के लिए ताजे मौसमी फल, आज के युवाओं और किशोरों को हर बात का ज्ञान है।

इंटरनेट पर इंटरनेशनल एक्सपोजर की वजह से वे यह भी जानते हैं कि असली बर्गर का अर्थ तली हुई आलू की टिकिया, पास्ता का अर्थ ढेर सारा मेयोनीज-क्रीम या चाइनीज का अर्थ ढेर सारा तेल-मसाला-रंगीन सास नहीं होता है बल्कि इन विदेशी व्यंजनों के असली प्रारूप में खूब सारी कच्ची अथवा उबली सब्जियां भी शामिल होती हैं। वाकई यह पीढ़ी ज्ञान से भरी और संघर्ष से तपी हुई है।

इसने कम उम्र में वह सब देख-सीख लिया है जिसे जानने में पिछली पीढ़ियों की जिंदगी गुजर जाती थी। बस अब इसके लिए वक्त है संपूर्ण स्वास्थ्य की दिशा में ठोस कदम उठाने का, सही आहार-विहार-दिनचर्या से काया को कुंदन बनाने का। भारत के इस बलशाली भविष्य के लिए यह अवसर भी है और चुनौती भी कि इतिहास उसे किस रूप में याद रखेगा!

20 मिलीलीटर अर्थात चार छोटे चम्मच तेल की ही आवश्यकता होती है एक वयस्क को पूरे दिन के खाने में। जंक और प्रोसेस्ड फूड इसमें कई गुना वृद्धि कर देते हैं। बाजार में बिकने वाले खाने की बात करें तो जब आप तेल को अधिक गर्म, कई बार गर्म करते हैं तो इस प्रक्रिया से उत्पन्न होने वाले विषैले पदार्थ शरीर में बुरे कोलेस्ट्राल का स्तर बढ़ाते और रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचाते हैं।

मोटापे के साथ ही हृदय अवरोध, मधुमेह और लिवर-किडनी की समस्याओं को जन्म देता है शरीर में एकत्र हो रहा अतिरिक्त वसा। इसे पिघलाने के लिए नियमित तौर पर योग-व्यायाम को दिनचर्या का अंग बनाना चाहिए। 4 साथी हैं सही सेहत के। यह हैं घर का बना आहार, सात-आठ घंटे की पर्याप्त नींद, शारीरिक सक्रियता और प्रकृति से निकटता।

आप एक-दूसरे के लिए बने हैं या नहीं?

इमोशनल इंटीमेसी के 5 संकेतों से करें पता

फिजिकल अट्रैक्शन और प्यार किसी भी रिश्ते की शुरुआत के लिए जरूरी होते हैं, लेकिन असली मजबूती इमोशनल इंटीमेसी से आती है। जब दो लोग एक-दूसरे को पूरी तरह समझते हैं, बिना कहे भी एहसास कर सकते हैं कि सामने वाला क्या महसूस कर रहा है, तब ही रिश्ता लंबे समय तक टिकता है, लेकिन कैसे पता करें कि आपका रिश्ता सिर्फ एक फेज है या आप दोनों सच में एक-दूसरे के लिए बने हैं? आइए जानते हैं इमोशनल इंटीमेसी के 5 सबसे अहम संकेत (Signs Of Emotional Intimacy)।

1) बिना बोले भी समझ जाना

क्या आपको कभी ऐसा महसूस हुआ है कि आपका पार्टनर कुछ बोलता नहीं, लेकिन आप उसकी भावनाओं को समझ सकते हैं? अगर आप उनकी खुशी, दुख, चिंता या एक्साइटमेंट को बिना कहे महसूस कर सकते हैं, तो यह एक गहरा इमोशनल कनेक्शन दर्शाता है।

कैसे पहचानें?

- अगर वे किसी बात से परेशान हैं और आपने बिना पूछे ही महसूस कर लिया।
- अगर आपको लगता है कि शब्दों के बिना भी आप उनकी फीलिंग्स को समझ सकते हैं।
- जब आप दोनों के बीच एक चुप्पी भी कंफर्टेबल महसूस होती है।

3) किसी भी बात पर खुलकर बात कर सकते हैं

सिर्फ 'आई लव यू' कहना ही काफी नहीं होता, बल्कि किसी भी टॉपिक पर बिना झिझक डिस्कस कर पाना बहुत जरूरी है। इमोशनल इंटीमेसी वाले कपल्स किसी भी टॉपिक पर बात कर सकते हैं, चाहे वो अतीत हो, भविष्य हो, सेक्स लाइफ हो या कोई डर।

कैसे पहचानें?

- क्या आप उनसे अपने सबसे अजीब ख्याल या गहरे डर शेयर कर सकते हैं?
- क्या आप उनसे बिना डरे अपनी फीलिंग्स और जरूरतें बता सकते हैं?
- क्या वे आपकी राय को सम्मान देते हैं, भले ही उनसे अलग हो?
- ***अगर इन सभी सवालों का जवाब हां है, तो आपका रिश्ता मजबूत इमोशनल इंटीमेसी पर टिका है।***

एक-दूसरे के सबसे बड़े सपोर्ट सिस्टम होना

रिश्ते में इमोशनल इंटीमेसी तब नज़र आती है, जब आपका पार्टनर आपकी सबसे बड़ी ताकत बन जाता है। जब दुनिया आपको गिराने की कोशिश करे, तब वही इंसान आपको उठाने के लिए खड़ा हो-यही एक हेल्दी रिश्ते की निशानी होती है।

कैसे पहचानें?

- क्या आपका पार्टनर आपकी हर मुश्किल घड़ी में आपके साथ खड़ा होता है?
- क्या वे आपको हर हाल में सपोर्ट करते हैं, फिर चाहे दुनिया आपके खिलाफ हो?
- क्या वे आपकी ग्रोथ को सपोर्ट करते हैं, बिना इनसिक्योर हुए?
- ***अगर हां, तो यह रिश्ता सिर्फ प्यार पर नहीं, बल्कि गहरे इमोशनल कनेक्शन पर टिका हुआ है।***

5) छोटी-छोटी चीजों में खुशी मिलना

जब आपको किसी इंसान के साथ छोटी-छोटी चीज़ों में खुशी मिलने लगे- जैसे साथ बैठकर चाय पीना, बिना बोले बस एक-दूसरे को देखना, या फिर रोज़मर्रा की छोटी-छोटी बातें शेयर करना-तो समझ जाइए कि यह रिश्ता सिर्फ अट्रैक्शन या पैशन तक सीमित नहीं, बल्कि इमोशनल लेवल पर भी गहरा है।

कैसे पहचानें?

- क्या आप दोनों छोटी-छोटी चीज़ों में खुश हो जाते हैं?
- क्या साथ में टाइम बिताना किसी भी फैंसी डेट से ज्यादा स्पेशल लगता है?
- क्या आपकी खुशी एक-दूसरे पर निर्भर नहीं, बल्कि उनके साथ होने से बढ़ जाती है?
- ***अगर हां, तो यह बताता है कि आपका रिश्ता गहरा और सच्चा है।***

2) कमजोरियों को बिना डर के शेयर कर पाना

जब आप अपने सबसे गहरे डर, असुरक्षाएं और बीते हुए दर्द बिना किसी झिझक के अपने पार्टनर से शेयर कर सकते हैं, तो यह बताता है कि आपके बीच इमोशनल इंटीमेसी मजबूत है।

कैसे पहचानें?

- क्या आप उनसे अपने बचपन के ट्रॉमा या जिंदगी के बुरे अनुभव शेयर कर सकते हैं?
- क्या आप उनके सामने रो सकते हैं बिना यह सोचे कि वे आपको जज करेंगे?
- क्या वे आपकी कमजोरियों को समझते हैं और आपको बेहतर महसूस कराते हैं?
- ***अगर हां, तो यह संकेत है कि आप दोनों के बीच गहरा इमोशनल बॉन्ड है।***