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

जालंधर, सोमवार 17 मार्च 2025

वंदे भारत 24

भारत के मन की बात

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

जालंधर में हैंड ग्रेनेड से हमला

पाकिस्तानी डॉन ने ली हमले की जिम्मेदारी

जालंधर (हर्ष शर्मा) : जालंधर के रायपुर रसूलपुर में एक व्यक्ति के घर पर हैंड ग्रेनेड से हमला किया गया है। बताया जा रहा है कि मुस्लिमों के खिलाफ टिप्पणी करने के कारण यह हमला किया गया है। इस हमले को 5 युवकों ने अंजाम दिया है। इस हमले के पीछे पाकिस्तानी डॉन शहजाद भट्टी का हाथ है।

पाकिस्तानी डॉन ने दोबारा हमले की दी धमकी : जालंधर में इस हमले के बाद पाकिस्तानी डॉन शहजाद भट्टी ने सोशल मीडिया पर वीडियो भी शेयर की है। जिसमें वह दावा कर रहा है कि जालंधर में जो ग्रेनेड हमला हुआ है, वह उसने करवाया है। उसने यह हमला इसलिए करवाया है कि इस्लाम के खिलाफ गलत बयान दिया था। अगर वह इस हमले में बच गया तो हम दोबारा हमला करेंगे।

कार्रवाई नहीं हुई तो तबाही मचा दूंगा

अगर इन पर कोई कार्रवाई नहीं होती तो मैं इतनी तबाही करूंगा कि इन सभी की सात नसलें याद रखेंगी कि किसी से दुश्मनी मोल ली थी। अभी मैं शायद आपको खबरें न पता चलें, मगर मैं वीडियो दिखाऊंगा इसका।

मुझे किसी के फेम की जरूरत नहीं है। अगर दोबारा ऐसा कोई मेरे धर्म के बारे में बोलेगा तो फिर मैं ऐसा करूंगा और मुझे कोई रोक नहीं सकता। इसलिए उन्हें समय रहते गिरफ्तार कर लिया जाए। जो भी ऐसा करेगा, उसके साथ ऐसा ही होगा। इस्लाम के खिलाफ ऐसा बोलने वाला कोई एक व्यक्ति नहीं था, अन्य कई और व्यक्ति भी हैं। सब का हिसाब किताब हमारे पास है। मैं किसी को छोड़ूंगा नहीं। जिन्होंने गलती है, उसकी सजा उन्हें मिलकर रहेगी। तुम लोगों ने इस्लाम को ऐसे ही समझा हुआ है, मगर ऐसा नहीं होगा। जिसने मेरा जो करना है, आ जाए कर ले।

खून-खराबा नहीं चाहते तो पुलिस उन्हें गिरफ्तार करे

वीडियो में भट्टी ने कहा कि इस हमले में बाबा सिद्दीकी मर्डर के मास्टरमाइंड जीशान उर्फ पुरेवाल और खालिस्तानी आतंकी हैप्पी पासिया ने इस काम में उसकी मदद की है। इस हमले के लिए एक दो नहीं बल्कि 5 व्यक्ति शामिल थे। उसने आगे कहा कि अगर खून खराबा नहीं चाहते तो पुलिस उन्हें गिरफ्तार करे, वर्ना ऐसी ही कार्रवाई होती रहेगी।

'जो करेगा जाति की बात, उसके मारूंगा कस के लात', जानिए आखिर केंद्रीय मंत्री गडकरी ने क्यों कही ये बात

जालंधर (अंशु कपूर) : जातिगत भेदभाव को लेकर केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी ने एक बार फिर जातिगत भेदभाव को लेकर टिप्पणी की है। उन्होंने कहा कि मैं जाति के आधार पर भेदभाव नहीं करता हूं। चाहे मुझे फिर वोट मिले या न मिले। दरअसल, केंद्रीय मंत्री नागपुर में सेंट्रल इंडिया ग्रुप ऑफ

इंस्टीट्यूशंस के दीक्षांत समारोह में शामिल हुए। उन्होंने कहा, किसी व्यक्ति का मूल्य जाति, धर्म, भाषा या लिंग के बजाय उसके गुणों से निर्धारित होना चाहिए। किसी व्यक्ति को उसकी जाति, संप्रदाय, धर्म, भाषा या लिंग से नहीं, बल्कि उसके गुणों से जाना जाता है। इसलिए हम जाति, संप्रदाय, धर्म, भाषा या लिंग के आधार पर किसी के साथ भेदभाव नहीं करेंगे।

गडकरी ने याद किया कि कैसे कई लोग अपनी जातिगत पहचान के आधार पर उनसे संपर्क करते थे, लेकिन वह अपने सिद्धांतों पर अडिग रहे। उन्होंने कहा मैं राजनीति में हूं और यहां यह सब चलता रहता है, लेकिन मैं इससे इनकार करता हूं भले ही इससे मुझे वोट मिले या न मिले। मैं अपने हिसाब से चलता हूं।

गड़करी ने कहा कि बहुत से लोग जाति के आधार पर मुझसे मिलने आते हैं। मैंने उन सबसे 50,000 लोगों में कह दिया कि जो करेगा जाति की बात, उसके कस के मारूंगा लात।

होली पर दो समुदायों की भिड़ंत में ताबड़तोड़ कार्रवाई, 35 पर FIR व 5 गिरफ्तार; 4 जवान समेत 11 लोग घायल

जालंधर (हर्ष शर्मा) : चीमा चौक के पास स्थित बिहारी कॉलोनी में होली के दिन नमाज के दौरान साउंड सिस्टम बजाने को लेकर दो समुदायों के बीच टकराव हो गया। देखते ही देखते मियां मार्केट में दोनों समुदाय के लोगों ने एक-दूसरे पर जमकर पत्थर और बोतलें बरसाईं। इस दौरान चार पुलिस कर्मियों समेत 11 लोग घायल हो गए। थाना मोती नगर पुलिस ने 35 लोगों के खिलाफ केस दर्ज कर पांच को गिरफ्तार कर लिया है। माहौल तनावपूर्ण होने के कारण शनिवार को मौके पर एडीसीपी-4 प्रभजोत सिंह समेत बड़ी संख्या में पुलिस बल के साथ तैनात थे। प्रत्यक्षदर्शियों ने बताया कि पहले दोनों समुदाय के लोग दोपहर में आमने-सामने हुए थे, लेकिन पुलिस ने मौके पर पहुंच उन्हें शांत करवा दिया था।

इसके बाद शाम को दोबारा भिड़ंत हो गई। एडीसीपी-4 प्रभजोत सिंह ने कहा कि सीसीटीवी फुटेज खंगाली जा रही है, जो भी माहौल खराब करने की कोशिश करेगा उसके खिलाफ एक्शन लिया जाएगा।

दुकान बंद कर भागे लोग : बिहारी कॉलोनी में हुए विवाद के बाद माहौल खराब हो गया कि लोग अपनी जान बचाकर घरों की ओर भागने लगे। कुछ ही मिनट में दुकानदार

दुकानें बंद कर निकल गए। लोगों ने खुद को घरों के अंदर बंद कर लिया। सूचना के बाद कई थानों की पुलिस और उच्च अधिकारी मौके पर पहुंचे और कार्रवाई करते हुए माहौल खराब करने वालों को हिरासत में लेना शुरू कर दिया।

पहले दूसरे पक्ष ने किया पथराव : मुस्लिम पक्ष का आरोप है कि मस्जिद में नमाज अदा की जा रही थी। उन्होंने नमाज वाली जगह पर रस्सी भी बांध रखी थी ताकि लोग होली का त्योहार भी मनाते रहें और उनकी नमाज भी शांति से अदा हो सके। शाम को कुछ लोगों ने वहां ईंट-पत्थर और बोतलें बरसानी शुरू कर दी। पत्थर मस्जिद की खिड़की पर लगने के कारण शीशा टूट गया, जिससे उनकी भावनाएं आहत हुईं। वह शरारती लोगों को ऐसा करने से रोकते रहे, लेकिन किसी ने उनकी एक न सुनी।

इन्हें किया गया नामजद : थाना मोती नगर पुलिस ने विनोद, अजीत, गगन, अशोक, कृष्णा, किशन, संदीप, पप्पू, मनोज, विधार्थी, जतिंदर, धरमिंदर, मुन्ना, बिरजू, कन्हैया, बाबू, मदन लाल, अमरजीत, लक्ष्मण, सरवण के अलावा 10 से 15 अज्ञात पर केस दर्ज किया है। यह मामला पुलिस मुलाजिम साहिब कुमार के बयान पर दर्ज हुआ है।

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

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

वंदे भारत 24
भारत के मन की बात

जालंधर, सोमवार 17 मार्च 2025

War on Drug में पंजाब पुलिस की बड़ी कामयाबी, अमृतसर में दो हवाला ऑपरेटर गिरफ्तार, लाखों पैसे विदेशी करेंसी समेत लैपटॉप किये जब्त

जालंधर (हर्ष शर्मा) : पंजाब सरकार के द्वारा चल रहा अभियान War on Drug के तहत एक और बड़ी कामयाबी हासिल हुई है। पंजाब पुलिस ने बड़ी कार्रवाई करते हुए, अमृतसर ग्रामीण क्षेत्र में दो हवाला ऑपरेटरों को गिरफ्तार किया है।

बता दें की दोनों आरोपी नशीले पदार्थों की तस्करी करते थे और अवैध वित्तीय लेनदेन में भी शामिल थे। आरोपियों का पता 561 ग्राम हेरोइन की जब्ती के बाद चला, जिसमें आरोपियों के हवाला नेटवर्क से जुड़े होने का खुलासा हुआ।

आरोपियों की पहचान के बाद की छापेमारी : आरोपियों की पहचान सुखजीत सिंह और रणबीर सिंह के रूप में हुई है। दोनों आरोपियों को गिरफ्तार करने के बाद पुलिस ने उनके ठिकानों पर छापेमारी की, जहां से भारी मात्रा में पैसे और बाकी के सबूत बरामद हुए। जिसमें पुलिस ने 17,60,000 रुपए, 4,000 अमेरिकी डॉलर और एक लैपटॉप जब्त किया, जिसमें लेनदेन से जुड़ी महत्वपूर्ण जानकारी फीड है।

पुलिस को हवाले की पहले से थी भनक : DGP गौरव यादव ने जानकारी देते हुए बताया कि, पुलिस को पहले से पता था कि अमृतसर और उसके आसपास के इलाकों में नशे की तस्करी के लिए हवाला के जरिए धन का लेन-देन किया जा रहा है।

जब पुलिस ने 561 ग्राम हेरोइन जब्त की, तो जांच के दौरान सामने आया कि सुखजीत सिंह और रणबीर सिंह न केवल नशा तस्करों को वित्तीय सहायता प्रदान कर रहे थे, बल्कि हवाला के जरिए इन लेनदेन को छुपाने का प्रयास भी कर रहे थे।

पंजाब में चल रही नशा मुक्ति अभियान

पंजाब सरकार के अभियान के तहत सारे पुलिस लगातार मेहनत कर रहे है। पुलिस लगातार ड्रग तस्करों, उनके वित्तीय सहायकों और सहयोगियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई कर रही है। अधिकारियों का कहना है कि राज्य में ड्रग के कारोबार को पूरी तरह खत्म करने के लिए इन अपराधियों को जड़ से उखार कर फेकना बहुत जरूरी हैं। पुलिस ने स्पष्ट कहा है कि नशे करने वाले और नशा तस्करों पर सख्त कारवाई की जाएगी।

माता वैष्णो देवी के भक्तों ने तोड़े रिकोर्ड, एक साल में 171 करोड़ से ज्यादा रुपये किये दान

जालंधर (अंशु कपूर) : वैष्णो देवी मंदिर पूरे भारत में बहुत प्रसिद्ध है। हर साल लाखों तीर्थयात्री माता के दर्शन के लिए आते है और चढ़ावा भी चढ़ाते हैं। श्राइन बोर्ड के अनुसार मंदिर में तीर्थयात्रियों के दान में पिछले 5 सालों में काफी वृद्धि हुई है। उन्होंने बताया कि वित्तीय वर्ष 2024-25 (जनवरी तक) में दान की राशि 171.90 करोड़ रुपये तक पहुंच गई है, जो कि वित्तीय वर्ष 2020-21 के मुकाबले काफी ज्यादा है।

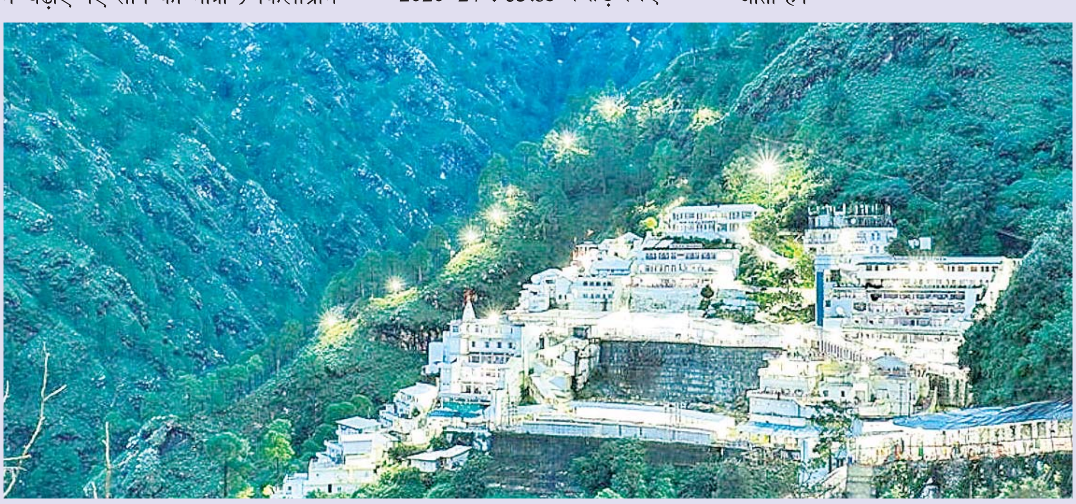
वही अगर बात करे चढ़ावे कि तो इसमें भी काफी बढ़ोतरी देखने को मिली हैं। मंदिर में चढ़ाए गए सोने की मात्रा 9 किलोग्राम से बढ़कर 27.7 किलोग्राम हो गई है, जबकि चांदी का चढ़ावा 753 किलोग्राम से बढ़कर 3,424 किलोग्राम तक पहुंच गया है।

श्राइन बोर्ड ने दी रिपोर्ट

जानकारी के अनुसार जम्मू के RTI कार्यकर्ता रमन शर्मा ने एक याचिका दायर करके इसकी रिपोर्ट मांगी थी। जिसके जवाब में श्राइन बोर्ड ने ये रिपोर्ट दी है। मंदिर बोर्ड ने बताया कि दान की राशि वित्तीय वर्ष के अनुसार इस प्रकार है:

- 2020-21 : 63.85 करोड़ रुपए
- 2021-22 : 166.68 करोड़ रुपए
- 2022-23 : 223.12 करोड़ रुपए
- 2023-24 : 231.50 करोड़ रुपए
- 2024-25 (जनवरी तक) : 171.90 करोड़ रुपए

ये आंकड़े बताते हैं कि माता वैष्णो देवी के भक्तों की आस्था और श्रद्धा में लगातार वृद्धि हो रही है। आपको बता दें कि जम्मू में स्थित यह प्रसिद्ध हिंदू तीर्थस्थल भारत के सबसे अमीर मंदिरों में से एक है। यह देवी दुर्गा को समर्पित 108 शक्तिपीठों में से एक है, जिन्हें वैष्णो देवी के रूप में पूजा जाता है।



ठंड में उत्तराखंड में बढ़ा सियासी पारा, मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने दिया इस्तीफा, रो कर बयां किया दर्द

जालंधर(पवन कश्यप) : उत्तराखंड में जहां मौसम में बदलाव के साथ ठंडक बढ़ गई तो वहीं, राज्य की राजनीति में सियासी पारा भी बढ़ गया है। राज्य के कैबिनेट मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने अपने पद से इस्तीफा दे दिया है। प्रेमचंद अग्रवाल ने प्रेस कान्फ्रेंस बुलाकर अपने इस्तीफे का ऐलान किया है। इस्तीफे के बाद अग्रवाल भावुक नजर आए। उन्होंने कहा कि आज उस शख्स को टारगेट किया जा रहा है जिसने उत्तराखंड के लिए योगदान दिया। राज्य के लिए हुए आंदोलन में लाठियां खाईं। उन्होंने कहा- मेरे जैसे एक आंदोलनकारी की बात को जिस प्रकार से तोड़ मरोड़कर पेश किया गया।

इसको लेकर पूरे प्रदेश में जिस प्रकार माहौल बनाया गया। इसको लेकर मुझे बड़ा दुख है। मैं बेहद आहत हूं। इसके साथ ही प्रेमचंद अग्रवाल रो पड़े। उन्होंने आगे कहा कि प्रदेश को आगे बढ़ाने में मुझसे जो योगदान बन पड़ेगा देने को तैयार हूं।

बता दें कि हाल में विधानसभा में बजट सत्र के दौरान कांग्रेस विधायक मदन बिष्ट की उन्हें लेकर की गई टिप्पणी पर संसदीय कार्य मंत्री प्रेम चंद अग्रवाल आक्रोशित हो गए थे। उन्होंने कहा था कि क्या हमने इसी दिन के लिए आंदोलन कर उत्तराखंड मांगा था कि पहाड़ी और देसी को लेकर टिप्पणियां की जाएं। क्या उत्तराखंड केवल पहाड़ के लोगों के लिए ही बना है क्या? इस दौरान उनके मुंह से एक अपशब्द भी निकल गया था। मंत्री के इसी बयान को लेकर सूबे का सियासी तापमान बढ़ गया था। कांग्रेस और कुछ अन्य संगठनों ने उनको कैबिनेट से बाहर निकाले जाने की मांग करते हुए पूरे प्रदेश में जगह जगह प्रदर्शन किए थे।

पंजाब के सेहत मंत्री पहुंचे जालंधर के सिविल अस्पताल, डीसी और पुलिस कमिश्नर के साथ की कई मुद्दों पर चर्चा

जालंधर (अंशु कपूर) : पंजाब के सेहत मंत्री डॉक्टर बलबीर सिंह आज जालंधर पहुंचे है। वे खास सिविल अस्पताल मे दौरा करने और अस्पताल की रिपोर्ट लेने पहुंचे है। इस दौरान जालंधर के डीसी हिमांशु अग्रवाल और पुलिस कमिश्नर धनप्रीत कौर भी मौके पर मौजूद रहे। मंत्री ने अधिकारियों से नशा तस्करों को लेकर भी चर्चा की।

अस्पताल में हो रहे मुफ्त इलाज

इस दौरान उन्होंने कहा कि पंजाब में हमारी सरकार के आने पर लोगों को कई फायदे हुए है। आज 90 प्रतिशत से ज्यादा लोगों के घर बिजली का बिल नहीं आता। साथ ही कई मोहल्ला क्लिनिक खोले गए हैं। जहां लोग अपना मुफ्त इलाज करवा रहे है। सिविल अस्पताल में लोगों को मुफ्त में दवाएं दी जा रही हैं। मैं खुद जाकर इसकी रिपोर्ट ले रहा हूं कि कौन सी दवा मौजूद है और कौन सी नहीं। जो दवाएं मौजूद नहीं होती, उन्हें जल्द से जल्द सेंटर पर मुहैया करवाया जाता है।

इस वजह से पहुंचे जालंधर

डॉक्टर बलबीर सिंह ने बताया कि जालंधर आने का मेरा मकसद यही है कि नशे के खिलाफ आगे की स्थिति पर चर्चा की जा सके। उन्होंने कहा कि जालंधर हमारा नशा छुड़ाओ केंद्र का सबसे बड़ा सेंटर है। हमारी कोशिश है कि जो नशा करने के आदी हैं और नशे के लिए किसी वारदात को अंजाम देते हैं, उन्हें नशा छुड़ाओ केंद्र में भर्ती करवाया जा सके।

हम ऐसे लोगों को भी मिलेंगे जो नशे के आदी होने के बाद उसे छोड़ चुके हैं। जिससे उनके जरिए लोगों को बताया जा सके कि कैसी स्थिति में उन्होंने नशा छोड़ा।

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

पंजाब में नशा तस्करी की टूटी चेन, पाकिस्तान हुआ बेचैन; अब स्मगलिंग के लिए नहीं मिल रहे लोग

जालंधर (हर्ष शर्मा) : सीमा पार से पाकिस्तानी खुफिया एजेंसी आइएसआई सुरक्षा एजेंसियों का ध्यान भटकाने के लिए बेरोजगार युवाओं व वीकर सेक्शन का इस्तेमाल कर धमाके करवा रही है। पंजाब के सीमावर्ती जिलों में लगातार नशा तस्करों पर कार्रवाई हो रही है इसका सीधा नुकसान पाकिस्तान को हो रहा है। पाकिस्तान की खुफिया एजेंसी आइएसआई इस कार्रवाई से पूरी तरह बौखला चुकी है क्योंकि सीमा पार से हो रहे नशे के व्यापार को बढ़ाने के लिए अब पंजाब में लोग नहीं मिल रहे।

ऐसे में इसी बौखलाहट में आइएसआई पंजाब का माहौल बिगाड़ने के लिए बेरोजगार युवाओं को छोटे मोटे धमाकों व अन्य आतंकी गतिविधियों में शामिल करवा दहशत पैदा करना चाह रही है। ताकि एजेंसियों का ध्यान भटके व नशे का कारोबार फिर से बढ़ सके।

युवाओं को इन चीजों का लालच रहे हैं आतंकी : खुफिया एजेंसी आइएसआई के इशारे पर विदेशों में बैठे आतंकी पंजाब में नशेड़ी युवकों को विदेश में सेंटल करने, पैसे व नशे का लालच दे रहे है। युवा इस लालच में आकर के बदले में आतंकवादियों के हथियारों और विस्फोटक पदार्थों को हैंडलरों तक पहुंचाने व धमाकों को अंजाम देने का काम कर रहे है।

बीते साल से अब तक आतंकी गतिविधियों में शामिल होने के लिए कई युवकों को गिरफ्तार किया गया है, उनमें अधिकांश नशेड़ी, बेरोजगार थे और उन्हें हैंडलर्स ने अपने काम के बदले पैसे देने या विदेश में नौकरी दिलाने का वादा किया था। विदेशों में बैठे हैंडलर अमृतसर, तरनतारन, फिरोजपुर समेत कई जिलों के बार्डर क्षेत्र में स्थानीय युवाओं को अपने साथ जोड़ रहे हैं। पंजाब पुलिस ने हाल ही में एक गिरोह के दो लोगों को पकड़ा था। पूछताछ में उन्होंने इस नेटवर्क का खुलासा किया।

एकाएक बढ़ गया है तस्करी का सिलसिला : पंजाब पुलिस के एक वरिष्ठ अधिकारी ने बताया कि यह सिलसिला पिछले तीन-चार साल से चल रहा है। लेकिन अब एकाएक बहुत बढ़ गया है। उन्होंने बताया कि 2022 में पठानकोट ग्रेनेड विस्फोट में एसबीएस नगर पुलिस की ओर पहचाने गए 6 संदिग्धों में पाकिस्तान स्थित अंतरराष्ट्रीय युवा सिख महासंघ (आईवाईएसएफ) के प्रमुख लखबीर सिंह रोडे भी शामिल था। वह इस घटना का मास्टरमाइंड था। इस मामले में गिरफ्तार किए गए चार अन्य गरीब परिवारों से आते हैं। इन संदिग्धों से पूछताछ के दौरान पता चला कि गुरदासपुर के खरल गांव के 30 वर्षीय गुरविंदर सिंह को दुबई में नौकरी देने का झांसा दिया गया था।

गरीब युवकों को बनाया जाता है निशाना : इसी तरह सीआईए थाने के मामले में लुधियाना के कुलदीप कुमार उर्फ सनी के अलावा माड्यूल के बाकी सदस्य सामान्य युवक थे, जिन्हें पिछले साल 7 नवंबर को एसबीएस नगर में ग्रेनेड हमले को अंजाम देने के लिए तैयार किया गया था।

जांच में पाया गया कि सनी ने व्यक्तिगत संबंधों या दूर की दोस्ती का इस्तेमाल करके स्थानीय युवाओं को फुसलाया और उनकी भूमिका के अनुसार, पैसे आवंटित किए थे। जांच में सामने आया था कि ये सब खालिस्तान के बारे में ज्यादा नहीं जानते थे। सनी को 15 हजार से 1 लाख रुपये तक देने का लालच दिया गया था।

ज्यादातर युवा नशेड़ी और बेरोजगार : एक 19 वर्षीय रमन कुमार नशे का आदी था, उसे आतंकी माड्यूल में शामिल होने के लिए मात्र 12 हजार रुपये ही दिए गए थे।

कांउटर इंटेलिजेंस के अधिकारियों के मुताबिक, अब तक की जांच में यह सामने आया है कि ज्यादातर युवा नशेड़ी व बेरोजगार है।

हालांकि, युवा इस तरह के मामलों में न फंसे इसको लेकर पंजाब पुलिस की ओर से हर जिलों व सीमावर्ती जिलों में जागरूकता अभियान भी चलाया जा रहा है।

कनाडा में पंजाबी नौजवान की हार्ट अटैक से मौत, घर में छाई खामोशी

जालंधर(अंशु कपूर) : कनाडा में पंजाबी नौजवान की हार्ट अटैक से मौत हो गई है। मृतक की पहचान 29 साल के कमलदीप सिंह के रूप में हुई जो बठिंडा के भगता भाई का रहने वाला था। बेटे की मौत का पता चलते ही परिवार का रो-रो कर बुरा हाल हो गया है। परिवार ने सोचा भी नहीं था जिस बेटे को वह इतने प्यार के साथ विदेश भेज रहे हैं, उसकी एक दिन ऐसी खबर सुनने को मिलेगी।

मृतक के पिता सुखमंदर सिंह ने बताया कि साल 2018 में उसके बेटे की शादी हुई थी। शादी के बाद वह अपनी पत्नी जसप्रीत कौर के साथ कनाडा चला गया था। तब से वह वहीं रह रहा था। पर बीते दिन उसके बेटे और बहू सोने के लिए कमरे में चले गए। पर जब सुबह हुई तो कमलदीप उठा ही नहीं। उन्होंने आगे बताया कि मौत की वजह हार्ट अटैक बताई जा रही है। हमारी पंजाब और केंद्र सरकार से अपील है कि वह हमारे बेटे का पार्थिव शरीर वापिस ले आएं, ताकि हम उसका रीति-रिवाजों के साथ अंतिम संस्कार कर सकें।

जालंधर में फाटक के बीच फंस गई ईनोवा, सामने से आती ट्रेन देख चालक के छूटे पसीने, जानें फिर क्या हुआ

जालंधर (हर्ष शर्मा) : जालंधर में रेलवे फाटक के बीच इनोवा कार फंस गई। जिसके बाद थोड़ी ही देर में दूसरी तरफ से ट्रेन आ रही थी। ट्रेन को आता देख इनोवा कार में बैठे चालक के पसीने छूट गए। पर गनीमत रही कि ट्रेन कार से काफी ज्यादा दूरी पर थी। वर्ना कोई बड़ा हादसा हो सकता था। घटना की वीडियो भी सामने आई है।

करतारपुर-कपूरथला रास्ते में हुई घटना : दरअसल करतारपुर से कपूरथला की तरफ जाते रास्ते पर यह फाटक था। फाटक बंद होने वाला था पर इनोवा कार चालक तेजी से गाड़ी निकालना चाहता था। पर जैसे ही उसने पहला फाटक क्रॉस किया तो दोनों तरफ से फाटक बंद गए। जिसके बाद कार चालक को अपनी गाड़ी साइड पर लगानी पड़ी।

दूसरे ट्रैक पर आई ट्रेन : गनीमत रही कि इस दौरान ट्रेन दूसरी ट्रैक पर आई। अगर ट्रेन पहले ट्रैक पर आ जाती तो गाड़ी को नुकसान पहुंच सकता था। वहीं कार सवार व्यक्तियों की जान भी मुश्किल में पड़ सकती थी। पर ट्रेन दूसरे ट्रैक पर आने के बाद कार चालक ने राहत की सांस ली। जिसके बाद फाटक खुला और वह कार लेकर चले गए।

जालंधर में ग्रेनेड हमले को लेकर SSP का बयान आया सामने, कहा- पंजाब का माहौल खराब करने की कोशिश की जा रही

जालंधर(पवन कश्यप) : जालंधर में ग्रेनेड हमले के बाद अब इस मामले पर SSP गुरमीत सिंह का बयान सामने आया है। उन्होंने बताया कि हमें सूचना मिली थी कि यूट्यूबर रॉजर संधू के घर पर यह घटना हुई। जांच के दौरान एक ग्रेनेड जैसी एक संदिग्ध चीज मिली है। जिसे बम स्कवॉड ने अपने कब्जे में ले लिया है।

पंजाब का माहौल खराब करने की कोशिश : SSP गुरमीत सिंह ने आगे बताया कि पंजाब सरकार के नशे के खिलाफ चलाई जा रही मुहिम को नुकसान पहुंचाने के लिए यह किया जा रहा है। विदेश में बैठी ताकतें पंजाब का माहौल खराब करने की कोशिश कर रही हैं। पर हम उनके प्लान को कामयाब नहीं होने देंगे। जो वीडियो भी सामने आई है उसकी भी जांच कर रहे हैं। जो वीडियो जारी हुआ है, उसमें दिखाई जा रही जगह रॉजर के घर के बाहर की ही है। फिलहाल मामले की जांच की जा रही है।

रॉजर संधू बोले- मुझे कुछ नहीं पता : वहीं इस हमले को लेकर यूट्यूबर रॉजर संधू ने कहा कि मैं अपने घर पर सो रहा था। मुझे कुछ नहीं पता। पुलिस मामले की जांच कर रही है। मेरे लिए तो क्या पता अमरूद ही फेंका गया हो। इस पर मैं कोई और बात नहीं करना चाहता। सुबह 10 बजे मुझे घटना का पता चला तो मैंने पंजाब पुलिस को सूचना दी। इसके बाद जांच अधिकारी पहुंच गए थे।

पाकिस्तानी डॉन ने दोबारा हमले की दी धमकी

जालंधर में इस हमले के बाद पाकिस्तानी डॉन शहजाद भट्टी ने सोशल मीडिया पर वीडियो भी शेयर की है। जिसमें वह दावा कर रहा है कि जालंधर में जो ग्रेनेड हमला हुआ है, वह उसने करवाया है। उसने यह हमला इसलिए करवाया है कि इस्लाम के खिलाफ गलत बयान दिया था। अगर वह इस हमले में बच गया तो हम दोबारा हमला करेंगे।

खून-खराबा नहीं चाहते तो पुलिस उन्हें गिरफ्तार करे

वीडियो में भट्टी ने कहा कि इस हमले में बाबा सिद्दीकी मर्डर के मास्टरमाइंड जीशान उर्फ पुरेवाल और खालिस्तानी आतंकी हैप्पी पासिया ने इस काम में उसकी मदद की है। इस हमले के लिए एक दो नहीं बल्कि 5 व्यक्ति शामिल थे। उसने आगे कहा कि अगर खून खराबा नहीं चाहते तो पुलिस उन्हें गिरफ्तार करे, वर्ना ऐसी ही कार्रवाई होती रहेगी।

कार्रवाई नहीं हुई तो तबाही मचा दूंगा

अगर इन पर कोई कार्रवाई नहीं होती तो मैं इतनी तबाही करूंगा कि इन सभी की सात नसलें याद रखेंगी कि किसी से दुश्मनी मोल ली थी। अभी मैं शायद आपको खबरें न पता चलें, मगर मैं वीडियो दिखाऊंगा इसका। मुझे किसी के फेम की जरूरत नहीं है। अगर दोबारा ऐसा कोई मेरे धर्म के बारे में बोलेगा तो फिर मैं ऐसा करूंगा और मुझे कोई रोक नहीं सकता। इसलिए उन्हें समय रहते गिरफ्तार कर लिया जाए। जो भी ऐसा करेगा, उसके साथ ऐसा ही होगा। इस्लाम के खिलाफ ऐसा बोलने वाला कोई एक व्यक्ति नहीं था, अन्य कई और व्यक्ति भी हैं। सब का हिसाब किताब हमारे पास है। मैं किसी को छोड़ूंगा नहीं। जिन्होंने गलती है, उसकी सजा उन्हें मिलकर रहेगी। तुम लोगों ने इस्लाम को ऐसे ही समझा हुआ है, मगर ऐसा नहीं होगा। जिसने मेरा जो करना है, आ जाए कर ले।

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

पिस्तौल रिकवरी के लिए लेकर गए गैंगस्टर ने पुलिस पर चलाई गोलियां, जवाबी कार्रवाई में आरोपी ढेर

जालंधर (हर्ष शर्मा) : कत्ल केस में हिमाचल प्रदेश के सोलन से गिरफ्तार कर लाए गए एक गैंगस्टर ने मौका पाकर भागने की कोशिश की और पुलिस पर गोलियां चला दी। जिसके जवाब में पुलिस की ओर से भी फायरिंग की गई। इस दौरान पुलिस की गोली लगने से गैंगस्टर जख्मी हो गया और अस्पताल ले जाने पर उसकी मौत हो गई। मृतक आरोपी का नाम बिशंबरजीत सिंह है और बटाला जिले का रहने वाला था। हालांकि, इस फायरिंग के दौरान एक पुलिस कर्मी भी जख्मी हुआ है। जिसका अस्पताल में इलाज चल रहा है।

डीआईजी बार्डर रेंज सतिंदर सिंह ने बताया कि नौ मार्च की शाम को मेहता के गांव चुघे के पास दो बाइक पर सवार छह गैंगस्टरों ने जग्गू गैंग के सदस्य रविंदर सिंह की गोलियां मारकर हत्या कर दी थी। क्योंकि रविंदर सिंह ने जग्गू के

इशारे पर राणा कंदोवालिया की हत्या में अहम भूमिका निभाई थी। इसकी भनक जब विदेश बैठे गैंगस्टर डोनी बल और मन घनशामपुरिया को लगी तो उन्होंने अपने करिंदे भेज कर रविंदर सिंह की हत्या करवा दी।

इस कत्ल के बाद पुलिस टीमें लगातार हत्यारों का पता लगाने में जुटी थी। इसके बाद पुलिस ने कार्रवाई करते हुए मेहता चौक इलाके से प्रदीप सिंह और दानिश को गिरफ्तार किया था। दोनों ने गैंगस्टरों के ठहरने और खाने का इंतजाम किया था। दोनों की पूछताछ के बाद पुलिस को पता चला कि उक्त वारदात को अंजाम बटाला जिला के गांव रगड़ नंगल निवासी बिशंबरजीत सिंह, शरणजीत सिंह और विक्रमजीत सिंह ने अंजाम दिया है। लगातार आरोपियों को पकड़ने के लिए अलग-अलग जगहों पर छापामारी की जा रही थी। इसी दौरान पता चला कि आरोपी हिमाचल प्रदेश के सोलन जिले में छिप कर बैठे हैं।

इस तहत टीम तैयार कर भेजी गई और बिशंबरजीत और शरणजीत को गिरफ्तार कर लिया। जबकि तीसरा आरोपी विक्रमजीत सिंह मौके से फरार हो गया। पकड़े गए आरोपियों से पूछताछ दौरान पता चला कि कि इन लोगों ने वारदात में प्रयोग की गई पिस्तौल ब्यास इलाके में छुपाई है।

इसी के तहत पुलिस टीम पिस्तौल रिकवर करने करने के लिए आरोपी बिशंबर को साथ लेकर गई। पुलिस टीम ने बिशंबरजीत को झाड़ियों से पिस्तौल निकालने के लिए कहा। मगर आरोपी ने मौका पाकर पिस्तौल निकाली और पुलिस पर फायरिंग कर एक पुलिसकर्मी को जख्मी कर दिया। जवाबी कार्रवाई में पुलिस ने भी गोली चलाई तो बिशंबर जख्मी हो गया।

इसके बाद पुलिसकर्मी और आरोपी गैंगस्टर को अस्पताल ले जाया गया। लेकिन वहां पर गैंगस्टर को पुलिस ने मृतक घोषित कर दिया।

फिर चंडीगढ़ आएंगे किसानः एसकेएम ने किया बड़ा एलान, पंजाब विधानसभा घेरने के लिए कूच करेगा संयुक्त किसान मोर्चा

जालंधर (पवन कश्यप) : संयुक्त किसान मोर्चा (एसकेएम) की तरफ से एक बार फिर से पंजाब हरियाणा की राजधानी चंडीगढ़ कूच का एलान किया गया है। इस बार एसकेएम की तरफ से पंजाब विधानसभा घेरने की तैयारी की जा रही है। किसानों ने 26 मार्च को पंजाब विधानसभा की तरफ कूच का एलान किया है। सेक्टर-34 ग्राउंड में किसान एकत्रित होंगे और विधानसभा की तरफ कूच करेंगे।

इससे पहले पांच मार्च को एसकेएम की तरफ से चंडीगढ़ कूच की कोशिश की जा चुकी है। हालांकि चंडीगढ़ की सभी सीमाएं पुलिस ने सील कर दी थी, जिस वजह से किसान चंडीगढ़ में घुस नहीं पाए थे। वहीं, किसानों ने सीएम मान को मांगों को लेकर खुली बहस की चुनौती दी थी, लेकिन सीएम मान के बैठक में न पहुंचने पर मोर्चे ने उनकी आलोचना की और कहा कि मान अपनी जिम्मेदारी से भाग रहे हैं।

किसानों के साथ बैठक छोड़कर चले गए थे सीएम मान

एसकेएम नेता उगराहां ने कहा था कि मुख्यमंत्री भगवंत ने हमसे 5 मार्च के विरोध प्रदर्शन की हमारी योजना के बारे में पूछा, जिस पर हमने जवाब दिया कि चर्चा लंबित है और उसके बाद हम विरोध प्रदर्शन की अपनी योजना पर फैसला लेंगे। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री नाराज हो गए और बैठक से चले गए।

हालांकि, बाद में मुख्यमंत्री मान ने कहा कि उनके दरवाजे किसानों के साथ बातचीत के लिए हमेशा खुले हैं, लेकिन आंदोलन के नाम पर जनता को असुविधा और परेशान करने से बचना चाहिए। मुख्यमंत्री ने कहा कि सरकार समाज के विभिन्न वर्गों से संबंधित मुद्दों को बातचीत के माध्यम से हल करने के लिए हमेशा तैयार है, ताकि रेलवे या सड़क अवरोधों के माध्यम से आम आदमी को परेशानी से बचाया जा सके।

अमृतपाल के साथियों पर पुलिस की बड़ी कार्रवाई, राष्ट्रीय सुरक्षा कानून हटाकर लाए जाएंगे पंजाब

जालंधर (पवन कश्यप) : पंजाब पुलिस अजनाला थाना हमले के मामले में बड़ी कार्रवाई की तैयारी में है। वारिस पंजाब दे संगठन के प्रमुख अमृतपाल सिंह के उन साथियों पर पुलिस का शिकंजा कसने वाला है, जिन्हें पिछले साल कड़े राष्ट्रीय सुरक्षा कानून के तहत असम की डिब्रूगढ़ जेल में भेजा गया था।

सूत्रों के अनुसार, कल से सभी बंदियों को असम से पंजाब लाया जाएगा और उन पर आगे की कानूनी प्रक्रिया पंजाब में ही पूरी की जाएगी। अमृतपाल सिंह के नेतृत्व में 200-250 हथियारबंद समर्थकों ने अजनाला पुलिस स्टेशन पर हमला कर दिया था। उनका उद्देश्य अपने एक साथी को पुलिस हिरासत से छुड़ाना था। इस हमले के बाद, पुलिस ने अमृतपाल और उसके कई साथियों के खिलाफ गंभीर धाराओं में मामले दर्ज किए थे।

पठानकोट में प्राइवेट अस्पताल का कारनामाः जिंदा मरीज को बताया मरा हुआ, रुपये कम पड़ने पर बंद किया इलाज, हंगामा

जालंधर(अंशु कपूर) : पठानकोट के एक निजी अस्पताल का कारनामा जान हर कोई हैरान है। अस्पताल में भर्ती एक मरीज को डॉक्टर ने मरा हुआ बताया और परिवार को डेडबॉडी सौंपने तक की बात कह दी। लेकिन असल में मरीज जिंदा है और उसका इलाज चल रहा है।

घटना पठानकोट के प्राइवेट हॉस्पिटल राज अस्पताल की है। इस घटना के बाद से राज अस्पताल एक बार फिर सूर्खियों में आ गया है। रविवार को अस्पताल में भर्ती मरीज के परिवार वालों ने अस्पताल प्रबंधन के खिलाफ रोष जताया। वहीं, मरीज के परिजनों ने डॉक्टर पर बदतमीजी करने और रुपये न मिलने पर उपचार बंद करने जैसे कई गंभीर आरोप लगाए हैं।

मरीज के परिवार ने अस्पताल के बाहर नारेबाजी करते हुए पुलिस को कार्रवाई संबंधी शिकायत भी दी है।

पीड़ित परिवार का कहना है कि पिछले सप्ताह उनके मरीज का मामून डिफेंस रोड पर एक्सीडेंट होने पर वे पहले मरीज को सिविल अस्पताल पठानकोट लेकर गए। जहां से उन्हें राज अस्पताल रेफर कर दिया गया। राज अस्पताल में मरीज को लेकर जब आए तो वहां पर डॉक्टरों ने मरीज के बचने का 10 प्रतिशत चांस बताया।

इसके बाद मरीज का अस्पताल में उपचार शुरू कर दिया गया। अस्पताल में मरीज के उपचार का एक दिन खर्च करीब 32 हजार रुपये उनसे वसूला जा रहा था। परिवार वालों ने कहा कि जब भी पैसे कम पड़ते तो डॉक्टर उपचार बंद कर देते और उन्हें मरीज से मिलने भी नहीं दिया जाता।

रविवार को जब वे मरीज से मिलने के लिए गए तो अस्पताल के डॉ. अनिल गर्ग की तरफ से उनके साथ बदतमीजी की गई और उन्हें मरीज के मरा होने और डेडबॉडी सौंपने की बात कही, जबकि मरीज जिंदा है।

परिवार के सदस्यों ने कहा कि उक्त अस्पताल के डॉक्टर खिलाफ उन्होंने पुलिस को शिकायत दर्ज करवा कार्रवाई की मांग की है।

वहीं, मौके पर पहुंचे पुलिस अधिकारी विजय कुमार ने कहा कि अस्पताल के बाहर रोष जताने वाले लोगों को शांत करवाया गया है और उनका मरीज अभी जिंदा है। अस्पताल में उनके मरीज का उपचार चल रहा है।

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

अमृतसर पहुंचे केजरीवाल: गोल्डन टेंपल में टेका माथा

बोले- पंजाब में नशा और भ्रष्टाचार सबसे बड़ी समस्या

जालंधर (पवन कश्यप) दिल्ली के पूर्व मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल और पत्नी सुनीता केजरीवाल की 10 दिन की विपश्यना खत्म हो गई है। इसके बाद वे होशियारपुर के महिलांवाली गांव के पास आनंदगढ़ में धम्म-धज विपश्यना योग केंद्र से अमृतसर में विधायक व पूर्व मंत्री डॉ. इंद्रबीर सिंह निज्जर के घर पहुंचे। दोपहर में अरविंद केजरीवाल पत्नी के साथ अमृतसर के गोल्डन टेंपल में माथा टेकने पहुंचे। इसके बाद उन्होंने मीडिया से बात भी की। केजरीवाल ने पंजाब में आम आदमी पार्टी के तीन साल पूरा होने पर हरिमंदिर साहिब में माथा टेका। इस दौरान उनके साथ पंजाब के मुख्यमंत्री भगवंत मान भी मौजूद रहे।

मीडिया के साथ बातचीत के दौरान आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने कहा आज पंजाब की सबसे बड़ी समस्या नशा और भ्रष्टाचार है। हम नशे और भ्रष्टाचार के खिलाफ युद्ध छेड़ेंगे। यह न्याय की लड़ाई है। गुरु महाराज से आशीर्वाद लेने आए हैं कि हम गरीबों की इसी तरह सेवा करते रहें। उन्होंने कहा कि भगवंत मान अपने 5 साल बतौर मुख्यमंत्री पूरे करेंगे और अगले 5 साल भी पूरे करेंगे।

मुख्यमंत्री भगवंत मान ने कहा कि आज हमारी सरकार को तीन साल पूरे हो गए हैं। आज से तीन साल पहले मैंने कसम खाई कि पंजाब को रंगला पंजाब बनाएंगे। उसी मकसद से सरकार प्लानिंग के साथ काम कर रही है। नशे के खिलाफ युद्ध चल रहा है। युवाओं को नौकरी दी जा रही है। भ्रष्टाचार के खिलाफ भी मुहिम चलाई जा रही है। गुरु घर में आज हम फिर से आशीर्वाद लेने आए हैं।

वहीं, सोमवार को सीएम मान के साथ अरविंद केजरीवाल लुधियाना भी जाएंगे। वह वह एक रैली करेंगे। दिल्ली विधानसभा चुनाव हारने के बाद यह उनका पहला पंजाब दौरा है। उनके दौरे पर भाजपा नेता मनजिंदर सिंह सिरसा और कांग्रेस नेता प्रताप सिंह बाजवा ने सवाल उठाए हैं। उन्होंने इसे पंजाब में हस्तक्षेप बताया है।

शराब पीते रहे और कत्ल करते रहे कातिल, 'खाकी' भी कुछ न कर सकी; बागपत में ट्रिपल मर्डर की पूरी कहानी

जालंधर(अंशु कपूर) : उत्तर प्रदेश के बागपत जिले के छपरौली के रठौड़ा गांव में होली के दिन तीन हत्याओं में शामिल आरोपी शराब पीते रहे और हत्याएं करते रहे। पहले अमित उपाध्याय की हत्या की गई और फिर हेड कांस्टेबल की मां बिमलेश पर हमला किया गया।

दोनों घटनाओं में शामिल आरोपी नलकूप पर मिल गए और फिर मनीष उर्फ मोनू की हत्या की गई। हालांकि अमित की हत्या के बाद गांव में पुलिसबल तैनात कर दिया गया था, लेकिन इसके बाद भी घटनाएं नहीं रूकीं। रठौड़ा में परिक्रमा के दौरान अमित उपाध्याय और सागर के बीच जब विवाद हुआ तो बताया जा रहा है कि उस समय सागर शराब के नशे में था। उसने अपने दो भाई वंश और अक्षय को बुलाकर ही विवाद में अमित उपाध्याय की हत्या कर दी। इसके दो घंटे बाद रठौड़ा में ही दूसरा झगड़ा हुआ। यूपी पुलिस की हेड कांस्टेबल प्रिया के घर के बाहर मनीष उर्फ मोनू उर्फ कटड़ा दोस्तों नितिन व परविंद्र के साथ खड़ा होकर गाली-गलौज व हंगामा कर रहा था तो वह भी पूरी तरह से नशे में था।

हेड कांस्टेबल प्रिया के मां-बाप पर रॉड से हमला : वहां आए हेड कांस्टेबल प्रिया के पिता रामफल ने हंगामा करने से मना किया तो वह चला गया। थोड़ी देर बाद ही मनीष ज्यादा नशे की हालत में अपने साथ नितिन और परविंद्र को लेकर पहुंचा और रामफल के साथ उसकी पत्नी बिमलेश पर लोहे की रॉड से हमला किया। बिमलेश की मौत हो गई, जबकि रामफल की हालत गंभीर बनी हुई है।

हत्या के बाद नलकूप पर जाकर छिपे : अमित उपाध्याय की हत्या के बाद सागर, वंश और अक्षय बाइक पर बैठकर दो किलोमीटर दूर जंगल में अपने नलकूप पर पहुंचे, जो दिनभर अपने नलकूप पर ही छिपकर शराब पीते रहे। जबकि वंश गांव में चला गया था। घटना के बाद कई लोग नलकूप पर उनसे मिलने भी गए।

गांव में पुलिसबल तैनात रहा, फिर भी हो गई हत्या : रठौड़ा में हुई हत्या की तीन घटनाओं में छपरौली पुलिस की कार्यप्रणाली पर भी सवाल उठ रहा है। बताया कि अमित उपाध्याय की हत्या के बाद गांव में पुलिसबल तैनात कर दिया गया, लेकिन पुलिस घटनाएं नहीं रोक सकी। भारी पुलिसबल तैनात होने के बाद रामफल के घर में घुसकर हमला कर दिया गया। इसके बाद रात में जंगल में मनीष उर्फ मोनू की हत्या कर दी गई।

तीन घरों की दुल्हेंडी पर लगा ग्रहण

रठौड़ा में होली के दिन हुई हत्या की तीन घटनाओं ने उनके घरों पर होली पर्व पर विराम लगा दिया, इससे ग्रामीण भी सकते में है। ग्रामीणों ने बताया कि होली पर्व के दिन हुई हत्याओं के बाद उनके परिवार वाले शायद ही कभी होली पर्व मनाएंगे।

कई साल जेल में बंद रहा मनीष

मलकपुर गांव में हुई हत्या के मुकदमे में मनीष उर्फ मोनू को पुलिस ने गिरफ्तार कर जेल भेज दिया। बताया कि हत्या के मुकदमे में मनीष आठ-नौ साल जेल में बंद रहा, जो एक साल पहले ही बाहर आया था। होली के दिन शराब पीने के बाद ही तीनों हत्या की घटनाएं हुई है। क्योंकि सभी घटनाओं में आरोपी शराब के नशे में बताए गए है। गिरफ्तार किए गए हत्यारोपियों ने पूछताछ में शराब पीने की बात कही है।- विजय कुमार तोमर, सीओ बड़ौत

रठौड़ा में हेड कांस्टेबल की मां सहित तीन की हत्या : उत्तर प्रदेश के बागपत जिले के छपरौली के रठौड़ा गांव में होली पर हुए विवादों में एक के बाद एक तीन लोगों की हत्या कर दी गई। पहले गांव निवासी युवक अमित उपाध्याय (35) की गोली मारकर हत्या कर दी गई। दो घंटे बाद यूपी पुलिस की हेड कांस्टेबल प्रिया की माता बिमलेश और पिता पर हमला किया गया। इसमें बिमलेश की दिल्ली के अस्पताल में मौत हो गई। इस हमले में आरोपी मनीष उर्फ मोनू (35) का भी दो गोली शव शनिवार सुबह खेत में पड़ा मिला। रठौड़ा के ललित उपाध्याय ने बताया कि उसका भाई अमित पानीपत में नौकरी करता था। वह होली पर परिवार के साथ गांव आया था। शुक्रवार सुबह गांव की परिक्रमा शुरू होने से पहले अमित का गांव के ही सागर से झगड़ा हो गया। गांव के लोगों ने बीच-बचाव करा दिया। ललित ने बताया कि दोपहर दो बजे सागर, अपने भाई अक्षय और वंश के साथ उनके घर पहुंचा और गोलियां चलानी शुरू कर दीं। अक्षय ने अमित की गोली मारकर हत्या कर दी। हमलावरों ने उसके भाई गुलबीर की पिटाई करते हुए गली में दौड़ाया और जान से मारने की धमकी देते हुए भाग गए। इसमें अक्षय, सागर और वंश पर मुकदमा दर्ज किया गया।

बिमलेश की अस्पताल में मौत

इसके दो घंटे बाद रठौड़ा में ही दूसरा झगड़ा हुआ। यूपी पुलिस की हेड कांस्टेबल प्रिया के घर के बाहर मनीष उर्फ मोनू उर्फ कटड़ा दोस्तों नितिन व परविंद्र के साथ खड़ा होकर गाली-गलौज कर रहा था। प्रिया की मां बिमलेश और पिता रामफल ने टोका तो आरोपियों ने दोनों पर लोहे की रॉड से हमला कर दिया। बिमलेश की शनिवार को दिल्ली के अस्पताल में उपचार के दौरान मौत हो गई। रामफल का दिल्ली जीटीबी में उपचार चल रहा है। इस घटना में मनीष उर्फ मोनू, नितिन व परविंद्र के खिलाफ मुकदमा दर्ज कराया गया।

अमित और मनीष की हत्या में शामिल आरोपी भाई सागर और अक्षय गिरफ्तार : बिमलेश की हत्या में आरोपी मनीष उर्फ मोनू का दो गोली लगा शव शनिवार सुबह गांव में मलखी के खेत में मिला। मनीष के पिता जितेंद्र ने कहा कि मनीष को शुक्रवार शाम गांव के ही सागर, अक्षय, बादल, नितिन, प्रवेंद्र के साथ खेतों की तरफ जाते हुए देखा गया था। आरोप है कि सभी ने मिलकर मनीष की शुक्रवार रात हत्या कर दी। पुलिस ने पांचों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर लिया। पुलिस ने अमित और मनीष की हत्या में शामिल आरोपी भाइयों सागर व अक्षय को गिरफ्तार कर लिया।

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

'होली हराम है?' मोहम्मद शमी की बेटी ने खेली होली

भड़के मौलाना, बोले- शरीयत का मजाक न बनाएं, यह गुनाह है

जालंधर (हर्ष शर्मा) : ऑल इंडिया मुस्लिम जमात के अध्यक्ष मौलाना शहाबुद्दीन रजवी ने क्रिकेटर मोहम्मद शमी की बेटी के होली खेलने पर सख्त एतराज जताते हुए इसे अवैध और शरीयत के खिलाफ बताया है। उन्होंने कहा कि वह छोटी बच्ची है। अगर वह बिना समझे होली खेलती है तो यह कोई अपराध नहीं है। अगर वह समझदार है और फिर भी होली खेलती है तो इसे शरीयत के खिलाफ माना जाएगा।

रमजान में रोजा न रख शमी ने किया पाप : उन्होंने शमी पर तंज करते हुए कहा कि पहले तो मोहम्मद शमी ने रमजान में रोजा न रखकर पाप किया और अब उनकी बेटी होली खेल रही है। रजवी ने कहा कि उन्होंने पहले भी शमी को इस्लाम के सिद्धांतों का पालन करने की सलाह दी थी। इसके बावजूद उनकी बेटी का होली मनाते हुए वीडियो जारी किया गया।

होली मनाना गुनाह : रजवी ने कहा कि मैंने शमी और उनके परिवार के सदस्यों से अपील की है जो शरीयत में नहीं है, उसे अपने बच्चों को न करने दें। होली हिंदुओं के लिए बहुत बड़ा त्योहार है लेकिन मुसलमानों को होली मनाने से बचना चाहिए। अगर कोई शरीयत को जानने के बाद भी होली मनाता है तो यह गुनाह है।

चैंपियंस ट्रॉफी जीतने पर टीम इंडिया को बधाई : उन्होंने आईसीसी चैंपियंस ट्रॉफी में हाल ही में मिली जीत के लिए भारतीय क्रिकेट टीम को भी बधाई दी। उन्होंने कहा कि मैं टीम इंडिया के कप्तान, सभी खिलाड़ियों और मोहम्मद शमी को उनकी सफलता के लिए तहे दिल से बधाई देता हूं।

शमी पर पहले भी बोला था हमला

बता दें कि इस महीने की शुरुआत में रजवी ने कहा था कि शमी ने इस्लामी पवित्र महीने रमजान के दौरान उपवास न रखकर पाप किया है। रजवी ने शमी को यह भी निर्देश दिया कि वह अपने परिवार के सदस्यों से शरीयत का अनादर न करने का आग्रह करें।

शरीयत का पालन करना मुसलमानों की जिम्मेदारी

6 मार्च को आईसीसी चैंपियंस ट्रॉफी में ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ मैच के दौरान शमी को बोतल से पानी पीते हुए देखे जाने के बाद मौलवी ने कहा था कि शरीयत की नजर में वह अपराधी हैं। उसे ऐसा बिल्कुल नहीं करना चाहिए था। रजवी ने कहा था, शरीयत के नियमों का पालन करना सभी मुसलमानों की जिम्मेदारी है। इस्लाम में रोजा रखना अनिवार्य है। अगर कोई व्यक्ति जानबूझकर रोजा नहीं रखता है तो इस्लामी कानून के अनुसार उसे पापी माना जाता है।

शमी को निभानी चाहिए जिम्मेदारी

उन्होंने कहा कि क्रिकेट खेलना बुरा नहीं है, लेकिन मोहम्मद शमी को अपनी धार्मिक जिम्मेदारियां निभानी चाहिए। मैं शमी को शरिया के नियमों का पालन करने और अपने धर्म के प्रति जिम्मेदार होने की सलाह देता हूं।

मैं भी दोस्तों का दोस्त, सब जानते हैं, दोस्ती ता उम्र निभाता हूं :?अनिल विज

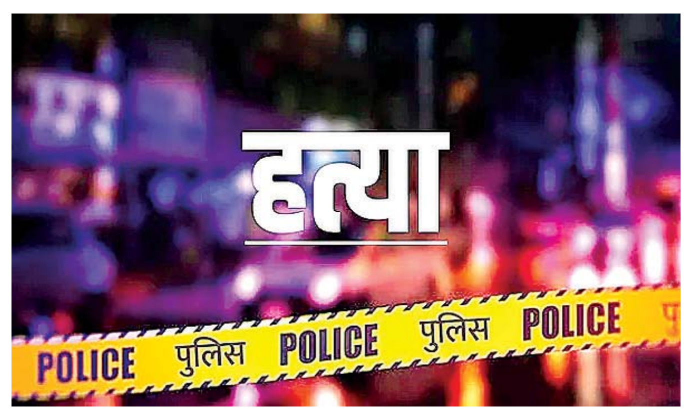
जालंधर(अंशु कपूर) : अनिल विज व मनोहर लाल खट्टर की मुलाकात के बाद में जहां एक ओर केंद्रीय मंत्री और पूर्व सीएम मनोहरलाल ने एक्स पर (ट्विीट) लिखा-ये दोस्ती हम नहीं तोड़ेंगे, वहीं इसके जवाब में अनिल विज ने भी कहा- मैं भी दोस्तों का दोस्त, सब जानते हैं, दोस्ती ता उम्र निभाता हूं..। एक्स पर पोस्ट यह दोनों ट्वीट राजनीतिक चर्चा का कारण बने हुए हैं। दो दिग्गज जब दोस्ती को आधार बना इस तरह के सार्वजनिक संदेश दें तो चर्चाएं पैदा होना स्वाभाविक ही है। केंद्रीय मंत्री व हरियाणा के पूर्व मुख्यमंत्री मनोहरलाल होली के खास मौके पर हरियाणा भाजपा के दिग्गज नेता और ऊर्जा, श्रम व परिवहन मंत्री अनिल विज से मिलने पहुंचे थे। दोनों नेताओं की लंबी गुफ्तगू चली साथ ही लंबी मुलाकात में विस्तार से चर्चा के बाद चल रहीं चर्चाओं पर भी विराम लग गया है।

शुक्रवार को होली के दिन केंद्रीय मंत्री और पूर्व सीएम मनोहरलाल पार्टी कार्यालय अंबाला छावनी पहुंचे। जहां पर होली मिलन कार्यक्रम रखा गया था। छावनी के अलावा केंद्रीय मंत्री अंबाला शहर भी गए और पार्टी पदाधिकारियों, नेताओं से मुलाकात की। अनिल विज से मुलाकात के बाद में मनोहरलाल ने ट्विीट किया-जिसमें उन्होंने बहुत ही कम शब्दों में शोले फिल्म के गीत की लाइन-ये दोस्ती हम नहीं तोड़ेंगे लिखा है। इसके लंबे और गहरे अर्थ हैं। एक घंटे से ज्यादा की मुलाकात और वार्ता के दौरान इशारों ही इशारों में सब कुछ समझा गए केंद्रीय मंत्री। उधर, वरिष्ठ नेता और मंत्री अनिल विज ने भी तमाम सियासी मुद्दों पर खुलकर अपनी बात रखी निकाय, चुनाव, विधानसभा चुनावों व उसके पहले सभी बातों पर खुलकर अपनी बात रखी। विज ने भी ट्विीट का जवाब ट्विीट से दिया और लिखा-मैं भी दोस्तों का दोस्त हूं, सब जानते हैं, सब जानते हैं दोस्ती ता उम्र निभाता हूं। कुल मिलाकर दोनों नेताओं की मुलाकात के कईं तरह के अर्थ निकाले जा रहे हैं। यहां पर उल्लेखनीय है कि गत दिनों मंत्री अनिल विज द्वारा नाराजगी जाहिर करते हुए अफसरों की मनमानी, अफसरों के तबादले उनके कहने के बाद भी नहीं होने, कुछ लोगों द्वारा चुनाव में उनकी खिलाफत करने के बावजूद पार्टी हाईकमान द्वारा उन पर कार्रवाई नहीं करने को लेकर आपत्ति की थी। इसके अलावा मुख्यमंत्री द्वारा एक्शन नहीं लिए जाने और व्यस्त कार्यक्रमों को लेकर बातों ही बातों में उडऩखटोले में उडऩे को लेकर बयान दिया था। दूसरी ओर उन्होंने पार्टी प्रदेशाध्यक्ष मोहनलाल बडौली और लोक गायक राकी मित्तल पर कसौली में महिला द्वारा कथित केस दर्ज कराए जाने के बाद मामले में क्लीन चिट मिलने तक पार्टी हित में बडौली के इस्तीफे की मांग कर दी थी।

जिसके बाद में बयानबाजी किए जाने का हवाला देते हुए भारतीय जनता पार्टी प्रदेशाध्यक्ष मोहनलाल बडौली ने लिखित में नोटिस जारी करते हुए स्पष्टीकरण मांगा था। कारण बताओ नोटिस का जवाब भी मंत्री और वरिष्ठ नेता अनिल विज ने दे दिया है।

प्रेमी के साथ मिलकर पति को उतारा मौत के घाट, दोनों आरोपी गिरफ्तार

जालंधर (हर्ष शर्मा) : साई दा लाहड़ में प्रवासी मजदूर वेद प्रकाश (43) की हत्या का सनसनीखेज मामला सामने आया है। पुलिस के अनुसार, उसकी पत्नी राजमाला और उसके प्रेमी त्रिलोक कुमार ने मिलकर इस वारदात को अंजाम दिया।



वेद प्रकाश, जो शराब का आदी था, वीरवार रात नशे की हालत में घर लौटा था। इसी दौरान पत्नी राजमाला ने गला दबाकर उसकी हत्या कर दी और फिर चेहरे व गले पर तेजधार हथियार से वार किए।

हत्या की जांच के दौरान पुलिस को पत्नी की गतिविधियां संदिग्ध लगीं। सीसीटीवी फुटेज और कॉल डिटेल खंगालने पर राजमाला और त्रिलोक कुमार की बातचीत की रिकॉर्डिंग मिली, जिसमें दोनों हत्या की साजिश रचते पाए गए। इन ठोस सबूतों के आधार पर पुलिस ने दोनों को हिरासत में लिया। पूछताछ में दोनों ने अपना जुर्म कबूल कर लिया।

पुलिस ने गिरफ्तार किए गए दोनों आरोपियों को अदालत में पेश किया, जहां उन्हें 5 दिन की रिमांड पर भेज दिया गया है। उत्तर प्रदेश के बदायूं का निवासी वेद प्रकाश वर्षों से अपने परिवार के साथ साई दा लाहड़ में किराये के मकान में रह रहा था। उसके परिवार में पत्नी, एक बेटी और एक बेटा हैं। पुलिस मामले की गहन जांच कर रही है और अन्य संभावित साक्ष्यों को खंगाल रही है।

पूर्व विधायक बंबर ठाकुर गोलीकांड मामले में 3 आरोपी गिरफ्तार

जालंधर(हर्ष शर्मा) : बिलासपुर में पूर्व विधायक पर हुए गोलीकांड में पुलिस ने हिरासत में लिए 5 आरोपियों में से 3 को गिरफ्तार किया है। जिनकी पहचान रितेश, मंजीत नड्डा और रोहित राणा के रूप में हुई है। मंजीत नड्डा और रोहित राणा पर रेकी करवाने का आरोप है। ये आरोपी हरियाणा के रोहतक के रिटौली गांव के बताए जा रहे हैं। इन्हीं ने पूर्व विधायक बंबर ठाकुर पर गोलियां चलाई थी। पुलिस की टीमें इन शूटरों की ढूंढने में जुटी हैं। दोनों पहलवान बताए जा रहे हैं। वहीं, हमलावरों की सीसीटीवी फुटेज भी मिली है। जिसमें वे आते और जाते दिखाई दे रहे हैं। बता दें कि कांग्रेस के पूर्व विधायक बंबर ठाकुर पर होली के दिन शुक्रवार को उनकी पत्नी के सरकारी आवास पर चार हमलावरों ने दिनदहाड़े गोलियां बरसाईं। 22 से 24 राउंड फायर हुए। इसमें एक गोली बंबर और दो गोलियां उनकी सुरक्षा में तैनात पीएसओ को लगीं। बंबर की बायीं टांग में गोली लगी, जिसके बाद उन्हें इंदिरा गांधी मेडिकल कॉलेज (आईजीएमसी) और पीएसओ को एम्स बिलासपुर में भर्ती किया।

पुलिस ने एक बोलेरो गाड़ी को मंडी जिले के चक्कर से बरामद किया है। बताया जा रहा है कि वहीं से एक पिस्तौल बरामद हुआ है। गाड़ी चालक समेत पांच लोगों को हिरासत में लेकर पूछताछ की जा रही है।

घर पर बनाएं साल भर चलने वाला मशरूम का अचार, स्वाद ऐसा कि बोरिंग खाने को भी बना देगा सुपर टेस्टी

सोचिए, गरमागरम पराठे हों और साथ में रखी हो अचार की एक चटपटी डलिया! अब एक कौर तोड़कर उसमें थोड़ा अचार लगाइए और जैसे ही पहला निवाला मुंह में जाए, स्वाद का ऐसा धमाका होगा कि आप उंगलियां चाटते रह जाएंगे!

ऐसे में, क्या हो अगर यह मजेदार अचार कुछ हटकर हो? आम, नींबू और मिर्च के अचार तो बहुत खाए होंगे, लेकिन क्या आपने कभी मशरूम का खट्टा-तीखा और मजेदार अचार ट्राई किया है? अगर नहीं, तो यह रेसिपी आपके लिए ही है। यह खास मशरूम अचार (Homemade Mushroom Pickle) ना सिर्फ सुपर टेस्टी होता है, बल्कि इसे सालभर तक आराम से स्टोर किया जा सकता है।

इसकी खास बात यह है कि इसका स्वाद समय के साथ और भी निखरता जाता है, जिससे यह हर खाने के साथ लाजवाब लगता है। तो चलिए, आज हम आपको बताते हैं मशरूम का एकदम अनोखा और टेस्टी अचार बनाने की सीक्रेट रेसिपी जिसे खाकर आपके घरवाले भी वाह-वाह कर उठेंगे।

मशरूम का अचार बनाने के लिए सामग्री

- 250 ग्राम ताजा मशरूम
- 1/2 कप सरसों का तेल
- 1 टीस्पून हल्दी पाउडर
- 1 टेबलस्पून लाल मिर्च पाउडर
- 1 टीस्पून धनिया पाउडर
- 1 टीस्पून सौंफ (दरदरी कुटी हुई)
- 1 टीस्पून मेथी दाना (दरदरा कुटा हुआ)
- 1 टीस्पून राई (पीसी हुई)
- 1 टीस्पून जीरा
- 1 टीस्पून अजवाइन
- 1 टीस्पून नमक (स्वादानुसार)
- 2 टेबलस्पून सिरका (अचार को लंबे समय तक टिकाने के लिए)
- 1 टेबलस्पून नींबू का रस
- 5-6 लहसुन की कलियां (बारीक कटी हुई)
- 1 इंच अदरक (बारीक कटा हुआ)

मशरूम का अचार बनाने की विधि

स्टेप 1 : मशरूम को सही तरीके से साफ करें

सबसे पहले मशरूम को गुनगुने पानी में हल्का सा नमक डालकर धो लें।
फिर एक साफ कपड़े से सुखा लें ताकि इनमें नमी न रहे।
बड़े टुकड़ों में काट लें, जिससे अचार में इनका सही टेक्सचर बना रहे।

स्टेप 2 : मशरूम को हल्का पकाएं

एक पैन में 1 टेबलस्पून तेल डालें और उसमें कटे हुए मशरूम को हल्का भून लें, जब तक इनका पानी पूरी तरह से सूख न जाए।
ध्यान रखें कि मशरूम ज्यादा नर्म न हो जाएं, बस हल्का सा भुनना है।
अब इन्हें एक प्लेट में निकालकर ठंडा कर लें।

स्टेप 3 : अचार का मसाला तैयार करें

उसी पैन में बाकी बचा हुआ सरसों का तेल डालें और उसे अच्छे से गरम कर लें, जब तक कि वह हल्का धुंआ देने न लगे।
अब आंच धीमी करें और इसमें मेथी दाना, जीरा, अजवाइन और सौंफ डालकर कुछ सेकंड तक भूनें।
इसके बाद इसमें लहसुन और अदरक डालें और हल्का सुनहरा होने तक भूनें।
अब इसमें हल्दी, लाल मिर्च पाउडर, धनिया पाउडर और राई पाउडर डालें और धीमी आंच पर भूनें।

स्टेप 4 : मशरूम और मसालों को मिलाएं

जब मसाले अच्छी तरह भुन जाएं, तब इसमें भुने हुए मशरूम डालें और धीरे-धीरे मसालों में अच्छी तरह मिलाएं।
इसके बाद इसमें नमक, सिरका और नींबू का रस डालें और अच्छी तरह मिलाएं।
गैस बंद कर दें और अचार को पूरी तरह ठंडा होने दें।

स्टेप 5 : अचार को स्टोर करें

अचार को एक एयरटाइट कांच के जार में भरें और इसे 2-3 दिन धूप में रखें ताकि मसाले पूरी तरह से अंदर तक बैठ जाएं।
इसके बाद आप इसे किसी ठंडी और सूखी जगह पर स्टोर कर सकते हैं।
मशरूम के अचार को सालभर तक फ्रेश रखने के टिप्स
हमेशा कांच के जार में ही रखें, प्लास्टिक के कंटेनर में नहीं।
अचार निकालते समय सूखा और साफ चम्मच ही इस्तेमाल करें।
हर 2-3 हफ्ते में जार को धूप में रख दें, जिससे अचार ज्यादा दिनों तक टिकेगा।
अगर अचार में तेल कम लगे, तो हल्का सा और गरम करके डाल सकते हैं।

बोरिंग खाने को बनाएगा सुपर टेस्टी

यह मसालेदार, खट्टा-तीखा मशरूम का अचार सादी दाल-चावल, रोटी, पराठे या पूरी के साथ जबरदस्त लगता है! अगर आप अलग-अलग फ्लेवर वाले अचार खाना पसंद करते हैं, तो यह आपके किचन में जरूर होना चाहिए।

क्या अक्सर दूध और चाय उबलकर पैन से बाहर निकल जाती है तो अपनाएं ये ट्रिक्स

अक्सर घरों में दूध या चाय उबालते समय बर्तन से बाहर गिर जाती है, जिससे गैस गंदी हो जाती है और सफाई में काफी परेशानी होती है। ये समस्या हर किसी के साथ होती है, खासकर जब हम किसी और काम में व्यस्त हो जाते हैं और दूध या चाय को ध्यान से नहीं देखते। तेज आंच और झाग बनने के कारण दूध या चाय जल्दी उबलकर गिर जाती है।

यदि आप भी इसी दिक्कत से परेशान हैं तो कुछ आसान ट्रिक्स अपनाकर आप इस समस्या से बच सकते हैं और बिना किसी चिंता के दूध और चाय उबाल सकते हैं। आइए जानते हैं कुछ असरदार और कारगर उपाय।

बर्तन के किनारे घी या मक्खन लगाएं : ये एक ऐसा तरीका है, जिसको अपनाने के बाद आप जब भी चाय या दूध उबालेंगे तो वो पैन से बाहर नहीं निकलेगी। इसके लिए जब भी आप दूध या चाय उबालने जाएं, तो बर्तन के ऊपरी किनारों पर हल्का सा घी या मक्खन लगा दें। इससे दूध जब उबलता है, तो झाग ऊपर उठने के बावजूद बर्तन से बाहर नहीं गिरता।

पैन के ऊपर चम्मच रखें

जब भी चाय या दूध उबाल रहे हैं तो पैन के ऊपर एक लकड़ी का चम्मच या करछी रख दें। यह झाग को ऊपर उठने से रोकता है और दूध या चाय बाहर नहीं गिरती। अगर ये करछी या चम्मच लकड़ी की होगी, तो ज्यादा लाभकारी रहेगा, क्योंकि लकड़ी की करछी दूध के तापमान को नियंत्रित करती है और उबाल को संतुलित रखती है।

धीमी आंच पर उबालें : तेज आंच पर दूध और चाय जल्दी उबलती है और झाग बनने की प्रक्रिया तेज हो जाती है। इसे रोकने के लिए, हमेशा दूध या चाय को धीमी आंच पर उबालें। मीडियम या लो फ्लेम पर उबालने से दूध या चाय धीरे-धीरे गर्म होगी और झाग बनने की प्रक्रिया नियंत्रित रहेगी। बीच-बीच में दूध या चाय को हिलाते रहें ताकि यह जले नहीं और सही तरीके से उबले।

बर्तन में स्टील का चम्मच डालें

जब भी दूध या चाय उबालें, तो उसमें एक छोटा स्टील का चम्मच डाल दें। ये गर्मी को समान रूप से बांटने में मदद करता है और उबाल को नियंत्रित करता है। स्टील का चम्मच झाग को बनने से भी रोकता है, जिससे दूध या चाय बर्तन से बाहर नहीं गिरती।

बड़े बर्तन का इस्तेमाल करें

अगर आपको ज्यादा मात्रा में दूध या चाय उबालनी हो, तो हमेशा बड़े बर्तन का उपयोग करें।

छोटे बर्तन में झाग जल्दी भर जाता है और दूध या चाय बाहर गिरने लगती है। बड़े बर्तन में अधिक जगह होती है, जिससे उबालते समय झाग आसानी से फैलता है और गिरने की संभावना कम हो जाती है।

क्या सचमुच आंसू बहाना है कमजोरी की निशानी या फिर इन्हें माना जाता है मजबूत दिल का संकेत ?

जब भी कोई रोता है, तो लोग अक्सर कहते हैं – इतना कमजोर मत बनो ! या फिर मजबूत बनो, आंसू मत बहाओ ! लेकिन क्या सच में रोना कमजोरी की निशानी है? अगर ऐसा होता, तो प्रकृति हमें यह खूबसूरत तोहफा ही क्यों देती?

दिलचस्प बात यह है कि आंसू सिर्फ दुख या दर्द की पहचान नहीं होते, बल्कि ये खुशी, प्रेम, अपनापन और गहरे जुड़ाव का प्रतीक भी होते हैं। फिर भी, समाज में आंसू बहाने को कमजोरी समझा जाता है।

पर क्या रोना वाकई इंसान को कमजोर बना देता है? या फिर यह उसकी भावनात्मक गहराई और मानसिक ताकत का संकेत है? आइए, इस विषय पर गहराई से बात करते हैं और जानते हैं कि रोना कमजोरी है या फिर अंदरूनी मजबूती की पहचान।

आंसू बहाने का विज्ञान

क्या आप जानते हैं कि जब हम रोते हैं, तो हमारा शरीर एक खास तरह का केमिकल रिलीज़ करता है, जिससे तनाव कम होता है? वैज्ञानिकों का कहना है कि रोना सिर्फ एक भावनात्मक प्रतिक्रिया नहीं है, बल्कि यह मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद भी है।

हमारे आंसू तीन तरह के होते हैं

- बेसल टियर्स : ये हमारी आंखों को नमी और सुरक्षा देने के लिए हर समय मौजूद रहते हैं।
- रिफ्लेक्स टियर्स : ये तब निकलते हैं जब धूल या प्याज काटने जैसी चीजें आंखों में जलन पैदा करती हैं।
- इमोशनल टियर्स : ये भावनाओं के कारण निकलते हैं और तनाव से राहत देने वाले हार्मोन को रिलीज़ करने में मदद करते हैं।
- इमोशनल टियर्स का सीधा संबंध हमारी भावनाओं और दिमाग की केमिस्ट्री से होता है। यही कारण है कि जब हम रोते हैं, तो हमें हल्का और सुकून महसूस होता है।

क्या रोना सच में कमजोरी है?

समाज में अक्सर यह धारणा बनी रहती है कि रोना कमजोरी का प्रतीक है, खासकर पुरुषों के लिए। मर्द को दर्द नहीं होता जैसे जुमले बचपन से ही हमें सिखाए जाते हैं, जिससे यह सोच विकसित हो जाती है कि रोना केवल कमजोर लोगों की निशानी है। लेकिन अगर ऐसा होता, तो क्या इतिहास के महान और ताकतवर व्यक्तित्वों ने कभी आंसू नहीं बहाए होते?

महात्मा गांधी, मार्टिन लूथर किंग जूनियर, नेल्सन मंडेला – ये सभी ऐसे नेता थे जिन्होंने दुनिया को बदला, और वे भी अपनी भावनाओं को व्यक्त करने से नहीं डरते थे। वास्तव में, जो लोग रोने से डरते हैं, वे अक्सर अपने इमोशंस को दबाते हैं, जिससे मानसिक तनाव और अन्य स्वास्थ्य समस्याएं बढ़ सकती हैं।

मजबूत दिल वालों की पहचान

वास्तव में, रोने की हिम्मत सिर्फ उन्हीं में होती है जो अपनी भावनाओं को स्वीकार करना जानते हैं। जो लोग रोते हैं, वे अपनी भावनाओं को बेहतर तरीके से समझते हैं और दूसरों के दर्द को भी महसूस कर सकते हैं। ऐसे लोग ज्यादा दयालु, संवेदनशील और मानसिक रूप से मजबूत होते हैं।

कई साइकोलॉजिस्ट मानते हैं कि रोने वाले लोग अपनी जिंदगी को ज्यादा गहराई से जीते हैं। वे दर्द को सहने के बजाय उसे व्यक्त करके हल्का महसूस करते हैं, जिससे उनका मानसिक स्वास्थ्य बेहतर रहता है।

रोना और मेंटल हेल्थ का कनेक्शन

आजकल मेंटल हेल्थ को लेकर जागरूकता बढ़ रही है, और इसमें रोने की भूमिका को भी जरूरी माना जाता है। जो लोग खुलकर रोते हैं, वे डिप्रेशन और एंग्जायटी जैसी मानसिक समस्याओं से जल्दी उबर सकते हैं।

एक रिसर्च के मुताबिक, जो लोग अपनी भावनाओं को दबाकर रखते हैं, उनमें हाई ब्लड प्रेशर, स्ट्रेस और अन्य मानसिक बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। वहीं, जो लोग समय-समय पर रो लेते हैं, वे अपनी भावनाओं को बेहतर तरीके से मैनेज कर पाते हैं और मानसिक रूप से अधिक संतुलित रहते हैं।

आंसू कमजोरी नहीं...

अब जब अगली बार आपकी आंखों में आंसू आएं, तो उन्हें रोकने की कोशिश न करें। बल्कि उन्हें बहने दें, क्योंकि ये सिर्फ आपकी भावनाओं की अभिव्यक्ति नहीं, बल्कि आपके मजबूत दिल की निशानी हैं।

एक सच्चा मजबूत इंसान वही होता है, जो अपनी भावनाओं को दबाने के बजाय उन्हें स्वीकार करता है और खुलकर जीता है।

सर्दी खत्म होने के बाद भी नहीं जा रही सिर पर जमा रूसी तो ये नुस्खे आजमाकर देख लें

सर्दियों में रूसी की समस्या आम होती है, लेकिन अगर मौसम बदलने के बाद भी सिर पर जमी रूसी बनी हुई है, तो यह परेशानी का कारण बन सकती है।

दरअसल, बदलते मौसम में भी लोग रूसी की समस्या से परेशान रहते हैं। रूसी से बाल कमजोर होकर झड़ने लगते हैं और सिर में खुजली भी होने लगती है। अगर आप इस समस्या से छुटकारा पाना चाहते हैं, तो इन घरेलू नुस्खों को आजमा सकते हैं। यहां हम इसको लेकर कुछ आसान नुस्खे बताने जा रहे हैं, जिनके इस्तेमाल से आपको अवश्य राहत मिलेगी।

नींबू और नारियल तेल

नींबू में मौजूद साइट्रिक एसिड रूसी को खत्म करने में मदद करता है, वहीं नारियल तेल बालों को पोषण देता है। इसके इस्तेमाल के लिए 2 चम्मच नारियल तेल में 1 चम्मच नींबू का रस मिलाएं। हल्के हाथों से सिर की मालिश करें और 30 मिनट बाद शैंपू कर लें। हफ्ते में दो बार इसे इस्तेमाल करें।

एलोवेरा जेल

एलोवेरा में एंटीफंगल और एंटीबैक्टीरियल गुण होते हैं, जो रूसी को जड़ से खत्म करने में मदद करते हैं। ताजा एलोवेरा जेल निकालकर सिर की त्वचा पर लगाएं। 20-30 मिनट बाद हल्के शैंपू से धो लें। हफ्ते में तीन बार इसे आजमाएं।

दही और मेथी का पेस्ट

दही में लैक्टिक एसिड होता है, जो स्कैल्प को साफ करता है, जबकि मेथी रूसी हटाने में मदद करती है। इसके इस्तेमाल के लिए रातभर भिगोई हुई मेथी को पीसकर दही में मिलाएं। इस पेस्ट को स्कैल्प पर लगाएं और 40 मिनट बाद धो लें। हफ्ते में दो बार इसका इस्तेमाल करें।

सेब का सिरका

सेब का सिरका स्कैल्प का पीएच बैलेंस बनाए रखता है और रूसी को दूर करता है। सेब के सिरके और पानी को बराबर मात्रा में मिलाएं। शैंपू करने के बाद इस मिश्रण से बालों को धोएं। हफ्ते में दो बार इसे ट्राई करें।

नारियल तेल और कपूर

कपूर एंटीफंगल होता है, जो स्कैल्प में जमा फंगस को हटाने में कारगर है। इसके इस्तेमाल के लिए 2 चम्मच नारियल तेल में 1 चुटकी कपूर मिलाएं। सिर की हल्के हाथों से मालिश करें और रातभर छोड़ दें। सुबह हल्के शैंपू से बाल धो लें।