

झाँसी

बुधवार, 2 सितम्बर 2026

वर्ष 19 अंक 86

पृष्ठ 8 मूल्य ₹ 3.00

[www.epaperjantaunion.com](http://www.epaperjantaunion.com)

जान से ज्यादा प्यारी चीज को झाँसी जीआरपी...- 3

नव नियुक्त ऑगनबाड़ी सहायिका को नियुक्ति...- 8

## सारसंक्षेप

केंद्रीय मंत्री चिराग पासवान को मिली जान से मारने की धमकी, डाक से भेजी गई विड्डी

**नई दिल्ली (जीएनएस)।** खबरों के मुताबिक, मंगलवार को फूड प्रोसेसिंग इंडस्ट्रीज के केंद्रीय मंत्री और लोक जनशक्ति पार्टी (राम विलास) के अध्यक्ष चिराग पासवान को डाक से आए एक पत्र के जरिए जान से मारने की धमकी मिली। पत्र में चेतावनी दी गई थी कि उन्हें जल्द ही कट्टर आतंकवादी मार डालेंगे। रिपोर्ट्स के अनुसार, मंत्री के ऑफिस ने केंद्रीय गृह सचिव गोविंद मोहन को औपचारिक रूप से पत्र लिखकर गृह मंत्रालय को इस धमकी के बारे में जानकारी दी है और उचित कार्रवाई की मांग की है। खबरों के मुताबिक, यह विड्डी मंत्री के ऑफिस को मिल गई है और ज़रूरी सुरक्षा इंतजामों और जांच के लिए इसकी जानकारी गृह मंत्रालय को दे दी गई है। विड्डी भेजने वाले या उसके स्रोत के बारे में फिलहाल कोई और जानकारी नहीं मिल पाई है। उन्हें डाक से जो पत्र मिला, उसे भेजने वाले के बारे में जानकारी, उसे कहाँ से पोस्ट किया गया था और क्या इस धमकी का संबंध किसी ज्ञात व्यक्ति या संगठन से है - इन बातों का अभी तक खुलासा नहीं किया गया है। सुरक्षा एजेंसियों द्वारा पत्र की सामग्री और उपलब्ध अन्य सबूतों की जाँच करके धमकी की विश्वसनीयता और उसके स्रोत का पता लगाने की उम्मीद है। यह पहली बार नहीं है जब पासवान को ऐसी धमकी मिली है। इससे पहले जुलाई 2025 में, जब उनकी पार्टी ने बिहार विधानसभा चुनाव लड़ने का फैसला किया था, तो उन्हें सोशल मीडिया के जरिए जान से मारने की धमकी मिली थी।
**इमरान खान और बुशरा बीबी को इस्लामाबाद हाई कोर्ट से बड़ी राहत, अकेले कैद में रखने पर लगाई रोक**

**इस्लामाबाद (जीएनएस)।** पाकिस्तान के पूर्व प्रधानमंत्री इमरान खान और उनकी पत्नी बुशरा बीबी के लिए राहत की बात है कि इस्लामाबाद हाई कोर्ट ने मंगलवार को जेल अधिकारियों को निर्देश दिया कि वह सुनिश्चित किया जाए कि उनमें से किसी को भी अकेले कैद में न रखा जाए। डॉन की एक रिपोर्ट के अनुसार, आईएससी के जस्टिस खादिम हुसैन सूमरो ने फैसला सुनाया और उनकी कथित एकजुटता को चुनौती देने वाली याचिकाओं को सुनवाई के योग्य घोषित किया। इससे पहले, जस्टिस सूमरो ने 6 अगस्त को खान की बहन अलीमा खानम और बीबी की बेटी मुबशरा खावर मानेका की अलग-अलग याचिकाओं पर फैसला सुरक्षित रख लिया था। **कनाडा उपचुनावों में पीएम मार्क कार्नी की पार्टी ने जीती तीनों सीटें, संसद में 173 पर पहुंचा आंकड़ा**

**कनाडा (जीएनएस)।** कनाडा में प्रधानमंत्री मार्क कार्नी की लिबरल पार्टी ने सोमवार को हुए तीन विशेष उपचुनावों में शानदार जीत दर्ज की। इन नतीजों से संकेत मिला कि अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के दबाव के सामने कनाडा के हितों के लिए मजबूती से खड़े होने को लेकर मतदाताओं ने कार्नी का समर्थन किया है। कनाडा की राष्ट्रीय समाचार एजेंसी 'द कैनेडियन प्रेस' ने क्यूबेक के चिकोमी-ले फ्योर्ड, टोरंटो के बीचेज-ईस्ट यॉर्क और ब्रिटिश कोलंबिया के नॉर्थ वैक्वर-कैपिलानो में लिबरल उम्मीदवारों की जीत का अनुमान जताया।

# जानता यूनियन



अधिकतम : 34° से.  
न्यूनतम : 27° से.

[jantaunion@gmail.com](mailto:jantaunion@gmail.com)



## शंघाई सहयोग संगठन : बिश्केक घोषणापत्र और पीएम मोदी का रणनीतिक मंच, आतंकवाद पर कड़ा प्रहार



**बिश्केक (जीएनएस)।** किर्गिस्तान के बिश्केक में हुए 26वें शंघाई सहयोग संगठन (एससीओ) शिखर सम्मेलन में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की भागीदारी 13 अहम नतीजों के साथ संपन्न हुई। इनमें ऐतिहासिक बिश्केक घोषणापत्र को अपनाना, चार एमओयू और 20 से

ज्यादा फैसले शामिल हैं। साथ ही, एससीओ की आधिकारिक भाषा के तौर पर अंग्रेजी को अपनाने और सुरक्षा खतरों से निपटने के लिए एक नया यूनिवर्सल सेंटर स्थापित करने पर भी सहमति बनी। विदेश मंत्रालय के अनुसार, ये नतीजे भारत को क्षेत्रीय

सुरक्षा, विकास और कनेक्टिविटी पर अपना पक्ष रखने के लिए एक रणनीतिक मंच देते हैं और साथ ही मध्य एशिया और व्यापक यूरेशियाई क्षेत्र में भारत की भागीदारी को मजबूत करते हैं। एक अहम संस्थागत कदम के तौर पर, नेताओं ने 7 जून, 2002 के शंघाई सहयोग संगठन (एससीओ) के चार्टर में संशोधन और नई बातें जोड़ने वाले प्रोटोकॉल को मंजूरी दी। विदेश मंत्रालय ने कहा कि इससे भारत को एससीओ के बदलते संस्थागत ढांचे को आकार देने में सक्रिय रूप से भाग लेने का मौका मिलता है, यह पक्का करता है कि संगठन के भविष्य के कामकाज में भारत के हितों का सही ढंग से ध्यान रखा जाए, और स्पष्ट ढांचे में अंग्रेजी को औपचारिक रूप से शामिल करने में मदद मिलती है। क्षेत्रीय स्तर पर

आतंकवाद और सुरक्षा के मुद्दों पर, सदस्य देशों ने एससीओ सदस्य देशों की सुरक्षा के लिए चुनौतियों और खतरों से निपटने वाले यूनिवर्सल सेंटर के नियमों को मंजूरी दी। यह फैसला आतंकवाद, चरमपंथ, संगठित अपराध और अन्य अंतरराष्ट्रीय खतरों के खिलाफ आपसी सहयोग को बढ़ाता है और साथ ही सुरक्षा संबंधी जानकारी के आदान-प्रदान को मजबूत करता है। कानून लागू करने, ड्रग तस्करी और संगठित अपराध से निपटने के लिए, शिखर सम्मेलन में चार अलग-अलग नतीजों को अंतिम रूप दिया गया। नेताओं ने एससीओ एंटी-नारकोटिक्स सेंटर की कार्यकारी समिति के नियमों को मंजूरी दी, जिससे सीमा-पार नशीली दवाओं की तस्करी और नाकों-टेररिज्म के खिलाफ भारत की कोशिशों

को समर्थन मिला और विभिन्न एजेंसियों के बीच तालमेल आसान हुआ। इस समिट में 2030 तक सिंथेटिक ड्रग्स और उनके प्रीकर्सर्स (कच्चे माल) के फैलाव को रोकने के उपायों में तालमेल बिठाने के लिए स्पष्ट सदस्य देशों के प्रोग्राम को भी अपनाया गया। इसका मकसद सिंथेटिक ड्रग्स के गलत इस्तेमाल को रोकना और कानून लागू करने वाली एजेंसियों के बीच कामकाज में तालमेल को बेहतर बनाना था। इसके अलावा, सरकारों ने 11 जून, 2010 के अपराध से निपटने में सहयोग के समझौते में बदलाव और नई बातें जोड़ने के लिए एक प्रोटोकॉल पर भी हस्ताक्षर किए, जिससे संगठित और सीमा-पार अपराधों के खिलाफ कानून लागू करने वाली एजेंसियों के बीच तालमेल और मजबूत हुआ।

## शहबाज़ शरीफ़ ने उठाया सिंधु जल संधि मुद्दा, हाँग कोर्ट के फैसले पर भारत का सख्त कदम

**इस्लामाबाद (जीएनएस)।** पाकिस्तान के प्रधानमंत्री शहबाज़ शरीफ़ ने मंगलवार को शंघाई सहयोग संगठन (स्पह) शिखर सम्मेलन में सिंधु जल संधि (ट्रुटिबुन्ध) का मुद्दा उठाया। उन्होंने पानी को इस क्षेत्र की जीवन रेखा बताया और कहा कि इसका इस्तेमाल कभी भी राजनीतिक फ़ायदे के लिए हथियार के तौर पर नहीं किया जाना चाहिए। स्पह के राष्ट्रध्यक्षों की परिषद को संबोधित करते हुए, शरीफ़ ने पानी को क्षेत्र की जीवन-धारा बताया और कहा कि यह लाखों लोगों का जीवन चलाता है, खेती में मदद करता है और आने वाली पीढ़ियों के भविष्य के लिए बहुत ज़रूरी है। शरीफ़ ने कहा, पानी का इस्तेमाल हथियार के तौर पर नहीं होने दिया जाएगा। उन्होंने तर्क दिया कि साझा जल संसाधनों को दबाव बनाने या राजनीतिक फ़ायदा उठाने का जरिया नहीं बनाया जाना चाहिए। उन्होंने कहा हमारे साझा जल संसाधनों को नियंत्रित करने वाली संधियाँ गंभीर और बाध्यकारी अंतरराष्ट्रीय प्रतिबद्धताएँ हैं। ये राजनीतिक सुविधा के मामले नहीं हैं जिन्हें अपनी मर्जी से दरकिनार किया जा सके। इनका अक्षरशः और भावना के अनुरूप, बिना किसी शर्त के पालन किया जाना चाहिए।

## केशव मौर्य बोले, सपा ने अपराधियों को पाला, योगी सरकार में अब हो रहा न्याय



**लखनऊ (जीएनएस)।** उत्तर प्रदेश के डिप्टी सीएम केशव प्रसाद मौर्य ने हरियाणवी सिंगर अंकित बालियान की हत्या के संदिग्धों के साथ हाल ही में हुए पुलिस एनकाउंटर का बचाव किया और इस पुलिस कार्रवाई पर सवाल उठाने के लिए समाजवादी पार्टी की आलोचना की। पत्रकारों से बात करते हुए मौर्य ने कानून-व्यवस्था के मामले में विपक्षी पार्टी के रिकॉर्ड की आलोचना की और उनके कार्यकाल के दौरान अपराधिक तत्वों से जुड़ी पिछली घटनाओं का जिक्र किया। मौर्य ने कहा कि समाजवादी पार्टी खुद कई

मुद्दों को लेकर सवालों के घेरे में है। जब समाजवादी पार्टी सत्ता में थी, तो वह अपराधियों को बचाती थी। अपराधियों को बचाने की इसी नीति के कारण ऐसी घटनाएँ हुईं जिनमें दिन-दहाड़े विधायकों तक की हत्या कर दी गई; उदाहरण के लिए, मेरे अपने शहर प्रयागराज में, तत्कालीन बीएसपी विधायक राजू पाल को दिन-दहाड़े हत्या कर दी गई थी। उन्होंने आगे समाजवादी पार्टी के पूर्व सदस्यों अतीक अहमद और अशरफ का नाम ऐसे मामले के दोषियों के तौर पर लिया। मौर्य ने कहा कि भले ही वे आज जिंदा नहीं हैं, लेकिन अपराधियों को पकड़ना पुलिस की जिम्मेदारी है। उन्होंने जोर देकर कहा कि अगर सदिग्ध गिरफ्तारी का विरोध करते हैं तो अधिकारियों पर हमला करते हैं, तो पुलिस को कार्रवाई करनी चाहिए। उन्होंने कहा कि अगर कोई अपराधी गिरफ्तारी का विरोध करता है या पकड़ने की कोशिश के दौरान पुलिस पर हमला करता है, तो पुलिस जवाबी कार्रवाई करती है।

## आराम से खा-पी रहें हैं अन्ना हजारे, डॉक्टर बोले- हालत अमी स्थिर, मुँबई में इलाज जारी

**मुंबई (जीएनएस)।** एंक्टिविस्ट अन्ना हजारे बॉम्बे हॉस्पिटल में भर्ती हैं और उनकी हालत स्थिर है। वायरल बुखार और किडनी की समस्याओं से एक महीने तक जूझने के बाद, यहाँ उनकी आगे की जाँच-पड़ताल की जा रही है। हजारे का इलाज कर रहे कंसल्टेंट फ़िज़िशियन और संत्रामक रोगों के विशेषज्ञ डॉ. गौतम भंसाली ने बताया कि उन्हें पहले रालेण सिद्धि के पास शिरूर के एक अस्पताल में भर्ती कराया गया था, लेकिन संक्रमण बढ़ने और किडनी पर असर पड़ने के बाद उन्हें मुंबई शिफ्ट कर दिया गया। डॉ. भंसाली ने कहा कि अन्ना हजारे साहब को कल रात बॉम्बे हॉस्पिटल में भर्ती कराया गया। वे यहाँ मेरी देखरेख में हैं। इससे पहले उन्हें रालेण सिद्धि के पास शिरूर के एक अस्पताल में भर्ती कराया गया था, जहाँ उनका बहुत अच्छा इलाज चल रहा था। हालाँकि, आगे की जाँच-पड़ताल करने और यह पक्का करने के लिए कि भविष्य में कोई दिक्कत न हो, हमने उन्हें कल रात बॉम्बे हॉस्पिटल में भर्ती कराया।

## शिक्षा मंत्री के इस्तीफे से ज्यादा छात्रों का भविष्य ज़रूरी: र्सोनम वांगचुक ने बताया क्यों बदली अपनी स्ट्रेटजी



**नई दिल्ली (जीएनएस)।** एंक्टिविस्ट सोनम वांगचुक ने बताया है कि सरकार के साथ बातचीत के दौरान उन्होंने केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे की अपनी मांग को नम्र कर दिया और विरोध कर रहे छात्रों को कानूनी उत्पीड़न से बचाने की शर्त को अपनी भूख हड़ताल खत्म करने के लिए बिना किसी समझौते वाली शर्त बना लिया। ऋद्ध पोंक्कास्ट पर प्रचुर गुस्सा से बात करते हुए वांगचुक ने कहा कि 22

जुलाई तक प्रधान का इस्तीफा उनकी पहली प्राथमिकता नहीं रह गया था, क्योंकि उन्हें हिंसा के दूसरे शहरों में फैलने की चिंता होने लगी थी। सोनम वांगचुक ने कहा 22 तारीख तक मुझे इस्तीफा पहली प्राथमिकता नहीं लगा। उन्होंने यह भी कहा कि इस्तीफे की लगातार मांग से जो नुकसान हो रहा था, उस पर भी वह सोच रहे थे। उन्होंने कहा कि उन्होंने लगा था कि प्रधान का इस्तीफा बाद में भी हो सकता है और दूसरे लोग भी इसकी मांग कर रहे थे। वांगचुक ने कहा इसलिए मुझे लगा कि यह इस्तीफा शायद हो जाएगा, क्योंकि उन्हें यह बहुत पहले ही कर देना चाहिए था। पोंक्कास्ट पर प्रचुर गुस्सा से बात करते हुए वांगचुक ने कहा कि 22

## इजरायल-ग्रीस की बड़ी डील, बौखलाया पाकिस्तान पहुंचा तुर्किए



**तुर्किए (जीएनएस)।** एक तरफ इजराइल और ग्रीस के बीच करीब 3 अरब यूरोप की सबसे बड़ी डिफेंस डील हुई जिसके तहत ग्रीस को इजराइल का मजबूत एयर डिफेंस सिस्टम मिलने वाला है। दूसरी तरफ पाकिस्तान टर्की और सऊदी अरब ने अपने नए रक्षा गठजोड़ को आगे बढ़ाते हुए पाकिस्तान को आगले 3 साल के लिए इसकी कमान सौंप दी है। यानी एक तरफ इजराइल अपनी तकनीक के दम पर ग्रीस को मजबूत कर रहा है तो दूसरी तरफ टर्की, पाकिस्तान और सऊदी अरब एक साथ आकर अपना सुरक्षा कवच तैयार कर रहे हैं। इजराइल और ग्रीस ने करीब 3 अरब यूरो यानी लगभग 3.5 अरब डॉलर की एक बड़ी रक्षा डील पर हस्ताक्षर किए। इस डील के तहत इजराइल ग्रीस के लिए एक पूरा मल्टी लेयर्ड एयर डिफेंस सिस्टम तैयार करेगा। यानी सिर्फ एक मिसाइल सिस्टम नहीं बल्कि आसमान से आने वाले अलग-अलग तरह के खतरों से निपटने के लिए कई स्तरों पर काम करने वाला सुरक्षा कवच। इजराइल के रक्षा मंत्रालय ने इसे ग्रीस के साथ उसकी अब तक की सबसे बड़ी डिफेंस एक्सपोर्ट डील बताया है और अपने इतिहास की भी सबसे बड़ी रक्षा डील्ल में शामिल किया है।

## नेपाल बाढ़ संकट : जल प्रलय के बाद 1003 शव बरामद, 583 विदेशियों समेत 4000 लोग अब भी मिसिंग



इलाकों तक पहुंचने की कोशिशों को मुश्किल बना दिया है। सुरक्षा बलों द्वारा प्रभावित आठ जिलों से और शव बरामद किए गई हैं कि मरने वालों की संख्या बढ़कर 1,003 हो गई है। चितवन में सबसे ज्यादा 321 लोगों की मौत हुई है, और इसके बाद नवलपरासी

ईस्ट में 216 मौतें हुई हैं। 583 विदेशी नागरिकों समेत लगभग 4,000 लोग अभी भी लापता हैं, जिससे यह आशंका बढ़ गई है कि मरने वालों की संख्या और बढ़ सकती है। अब तक लगभग 12,000 लोगों को बचाया जा चुका है। नेपाल सरकार ने

### राजस्थान हाईकोर्ट जज मामले पर जजों की लड़ाई सीजेआई को नहीं भाई

## सूर्यकान्त के कड़े रुख ने बार और बैंच को सख्त संदेश दे दिया है



**जयपुर (जीएनएस)।** राजस्थान हाईकोर्ट में कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश के प्रशासनिक अधिकारों और केस लिस्टिंग को लेकर उठे गंभीर विवाद के बीच भारत के मुख्य न्यायाधीश सूर्यकांत की अध्यक्षता वाले सुप्रीम कोर्ट कॉलेजियम की कार्रवाई ने न्यायिक व्यवस्था में एक स्पष्ट और महत्वपूर्ण संदेश दिया है। कॉलेजियम ने छत्तीसगढ़ हाईकोर्ट के न्यायाधीश न्यायमूर्ति संजय के. अग्रवाल को राजस्थान हाईकोर्ट का अगला मुख्य न्यायाधीश नियुक्त करने की सिफारिश की है। यह निर्णय ऐसे

समय आया है, जब कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश न्यायमूर्ति संजीव प्रकाश शर्मा के विरुद्ध प्रशासनिक शक्तियों के कथित दुरुपयोग, चयनात्मक केस लिस्टिंग और पक्षपात जैसे गंभीर आरोपों को लेकर न्यायपालिका और अधिवक्ता समुदाय में व्यापक असंतोष सामने आया था दरअसल, सुप्रीम कोर्ट के न्यायाधीश न्यायमूर्ति संदीप मेहता ने अगस्त में मुख्य न्यायाधीश सूर्यकांत को लिखे तीन पत्रों में न्यायमूर्ति शर्मा के कार्यप्रणाली पर गंभीर सवाल उठाए थे। न्यायमूर्ति मेहता ने कथित फेवरिटीज्म, कुप्रशासन, कदाचार, भाई-भतीजावाद और प्रशासनिक अनियमितताओं का उल्लेख करते

हुए आरोप लगाया था कि मास्टर ऑफ रोस्टर की शक्तियों का उपयोग करते हुए कुछ मामलों को चयनात्मक ढंग से अपनी पीठ के समक्ष स्थानांतरित किया गया। उन्होंने विशेष रूप से प्रभावशाली और संपन्न वादियों से जुड़े मामलों की केस लिस्टिंग को लेकर भी चिंता व्यक्त की थी। न्यायमूर्ति मेहता ने कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश को राजस्थान से स्थानांतरित करने और किसी अन्य हाईकोर्ट से नियमित मुख्य न्यायाधीश नियुक्त करने की मांग की थी। उन्होंने यह भी कहा था कि राजस्थान हाईकोर्ट के कई न्यायाधीशों ने कथित तौर पर कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश के व्यवहार को लेकर अपनी चिंता

और पीड़ा व्यक्त की है। इसी पृष्ठभूमि में मुख्य न्यायाधीश सूर्यकांत का रुख विशेष महत्व रखता है। जब न्यायमूर्ति मेहता के पत्र सार्वजनिक हुए, तब छद्म ने स्पष्ट किया था कि इन आरोपों पर कॉलेजियम संस्थागत तंत्र के माध्यम से विचार करेगा। अब राजस्थान हाईकोर्ट के लिए नियमित मुख्य न्यायाधीश की सिफारिश को उसी संस्थागत प्रतिक्रिया के संदर्भ में देखा जा रहा है। यह कार्रवाई इस बात का संकेत देती है कि गंभीर संस्थागत प्रश्नों को केवल सार्वजनिक विवाद के भरोंसे नहीं छोड़ा गया, बल्कि संवैधानिक प्रक्रिया के भीतर समाधान की दिशा में कदम बढ़ाया गया।





## मिस टीन इंटरनेशनल बनीं क्यूबा की जोआना उरांगा

जयपुर, (एजेंसियां)। क्यूबा की जोआना उरांगा ने जयपुर में आयोजित प्रतिष्ठित सौंदर्य प्रतियोगिता 'मिस टीन इंटरनेशनल 2026' का खिताब अपने नाम किया है। जोआना ने इस अंतरराष्ट्रीय मंच पर क्यूबा की संस्कृति, मूल्यों और नेतृत्व क्षमता का प्रतिनिधित्व किया और अपने शानदार प्रदर्शन से जकों को प्रभावित कर ताज अपने नाम किया। जीत के बाद, जोआना उरांगा ने मीडिया से बातचीत की, जिसमें उन्होंने बताया कि इस कॉम्पिटिशन के लिए वे पिछले साल से तैयारी कर रही थीं। उन्होंने कहा कि मैं इस प्रतियोगिता के लिए पिछले 3 साल से ज्यादा समय से तैयारी कर रही थी और साथ कहा, 'मेरी मेहनत रंग लाई क्योंकि यह मेरे सपने में से एक था और यह सच हो पाया।'

उन्होंने आगे कहा कि मैं उन सभी लोगों को धन्यवाद कहना चाहती हूँ, जिन्होंने मुझे सपोर्ट दिया। हमेशा सपने देखते रहना

## पिता-बेटे के रिश्ते की अनकही कहानी लेकर आ रहे अंशुमान झा और रघुबीर यादव

मुंबई, (एजेंसियां)। अंशुमान झा और रघुबीर यादव जल्द ही एक ऐसी कहानी लेकर सिनेमाघरों में पहुंचने वाले हैं, जो आम रिश्ते की उन भावनाओं को पर्दे पर उतारेगी, जिन्हें अक्सर परिवारों में खुलकर कहा नहीं जाता। पिता और बेटे के बीच प्यार होता है, लेकिन उसी प्यार के साथ उम्मीदें, नाराजगी, मतभेद और एक-दूसरे को समझने की कोशिश भी चलती रहती है। निर्देशक हरीश व्यास की आने वाली फिल्म ओम का हरि इन रिश्तों के अनकहे हिस्से की कहानी सामने रखेगी। फिल्ममेकर्स ने अब इसकी रिलीज डेट से भी पट्टा हटा दिया है।

हरीश व्यास के निर्देशन में बनी ओम का हरि 18 सितम्बर 2026 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। फिल्म में अंशुमान झा और रघुबीर यादव मुख्य भूमिका में हैं। इनके अलावा सोनी रावदान, समता सुदीक्षा और आयशा कपूर भी अहम किरदार निभाती नजर आएंगी। फिल्म में इमोशन के साथ-साथ कॉमेडी भी देखने को मिलेगी। फिल्म का सबसे खास पहलू पिता-बेटे का रिश्ता है। कहानी में पिता और बेटे के रिश्ते में अक्सर एक पीढ़ी की सोच दूसरी पीढ़ी की सोच से टकराती है। एक तरफ पिता की अपनी उम्मीदें होती हैं, तो दूसरी तरफ बेटा अपनी जिंदगी की अपने तरीके से जीना चाहता है। इसी वजह से कई बार दोनों के बीच बहस और रौंद पैदा होती है। लेकिन इन सबके पीछे एक-दूसरे के लिए प्यार बना रहता है। फिल्म के लेकर निर्देशक हरीश व्यास ने कहा कि मेरी तीनों फिल्में में प्यार एक अहम हिस्सा रहा है। मैंने हर बार प्यार का अलग रूप दिखाने की कोशिश की है। मेरी पहली फिल्म अंशुजी में कहते हैं पति-पत्नी के रिश्ते पर आधारित थी। इस फ़िल्म के जरिए हमने यह बात सामने रखी थी कि शादी को कई साल बीत जाने के बाद भी एक-दूसरे से प्यार का इश्क़ार करना जरूरी है।

## हममें से किसी एक की जीत का असर बहुत बड़ा होता है : कनिका ढिल्लों

मुंबई, (एजेंसियां)। लेखक-निर्माता कनिका ढिल्लों ने फिल्म उद्योग में महिलाओं के एक-दूसरे का साथ देने और उनकी सफलता का जश्न मगाने की जरूरत पर जोर देते हुए कहा है कि एक महिला की जीत से कई अन्य महिलाओं के लिए अवसरों के दरवाजे खुलते हैं। कनिका ने कथा पिक्चर्स और डब्ल्यूआईएफ़ इंडिया की ओर से आयोजित 'वोमैन चिलिंग्स सिनेमा टुगेदर' पैनाल चर्चा में अभिनेत्री तापसी पन्नू और अमिका बिजेटा प्रोड्यूसर गुनीत मोंगा कपूर के साथ महिला नेतृत्व, महिला-केंद्रित सिनेमा और उद्योग में महिलाओं के लिए मजबूत रचनात्मक नेटवर्क की जरूरत पर चर्चा की।

उन्होंने कहा कि जब लोग मुझसे पूछते हैं कि इतनी कॉम्प्लेक्स, स्टूडिंग और रेपर महिला कहाँ से आती है, तो मैं कहती हूँ कि वह मेरे आसपास ही हैं। एक सामान्य

महिला सिर्फ़ एक डायमेंशन वाली नहीं होती और न ही उसे किसी मदद की जरूरत है। हम बहुत सक्षम हैं। इस इंटरव्यू में एक महिला प्रोफेशनल के तौर पर आपको दूसरी महिलाओं के प्रति ज्यादा दयालु होना पड़ूँ है। बहुत से लोग उन्हें नीचे खींचना चाहते हैं, इसलिए आपको उन्हें सेलिब्रेट करना चाहिए।

कनिका ने कहा कि हममें से किसी एक की जीत का महत्व जितना आप सोच सकते हैं, उससे कहीं ज्यादा बड़ा है। जब आपकी जीतती हैं, तो हममें से कई लोगों के लिए दरवाजे खुलते हैं। जब तापसी को फिल्म अच्छा कर रही होती है और वह 'गंधादी' जैसी फिल्म बना रही हैं, तो दरवाजे खुल रहे हैं। हम एक-दूसरे के कंधों पर चढ़कर आगे बढ़ रहे हैं। उन्होंने कहा कि जब आप किसी को किसी महिला को नीचा दिखाते हुए चुनते हैं, तो आपको उसके लिए खड़ा होना चाहिए।

## तकनीक समस्या नहीं, बिना उद्देश्य इस्तेमाल है खतरनाक



- परिवार के साथ समय बिताना, किताब पढ़ना डिजिटल संतुलन बनाने में मददगार
- बुर-बुर आने वाले पुल नोटिफिकेशन भी अटकते हैं हमारा ध्यान

डिजिटल किए जाते हैं कि युजर ज्यादा से ज्यादा समय तक उससे जुड़ा रहे। इंफॉर्मिटी स्क्रीन इसका एक बड़ा उदाहरण है। इसमें कंटेंट खास ही नहीं होता और हम लगातार नीचे स्क्रॉल करते रहते हैं। इसी तरह ऑटोप्ले अगला वीडियो खुद शुरू कर देता है, जबकि कई बार हमारा उसे देखने का कोई इरादा

# राष्ट्रीय पोषण सप्ताह : स्वस्थ शरीर के लिए संतुलित आहार जरूरी

नई दिल्ली, (एजेंसियां)। अच्छी सेहत की शुरुआत हमारी थाली से होती है। हम रोज क्या खाते हैं, कितनी मात्रा में खाते हैं और हमारे भोजन में पोषक तत्वों का कितना संतुलन है। इसका सीधा असर शरीर की ऊर्जा, रोग प्रतिरोधक क्षमता, विकास और लंबे समय तक स्वस्थ रहने पर पड़ता है। यही वजह है कि हर साल 1 से 7 सितम्बर तक राष्ट्रीय पोषण सप्ताह मनाया जाता है। इस दौरान लोगों को संतुलित आहार, पोषण और स्वस्थ खानपान की आदतों के प्रति जागरूक किया जाता है।

भारत में राष्ट्रीय पोषण सप्ताह की शुरुआत 1982 में की गई थी। इसका मकसद लोगों को यह समझाना था कि खाना केवल पेट भरने का नाम नहीं है। शरीर को स्वस्थ रखने के लिए भोजन में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन, खनिज, फाइबर और पर्याप्त पानी का

भोजन में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन, खनिज, फाइबर और पर्याप्त पानी का सही संतुलन होना जरूरी

सही संतुलन होना जरूरी है। अक्सर हम मान लेते हैं कि घर का बना खाना अपने आप संतुलित और पौष्टिक होता है। लेकिन ऐसा हमेशा नहीं होता। अगर किसी भोजन में रोटी या चावल की मात्रा ज्यादा है और दाल, सब्जी, दही या अन्य प्रोटीन स्रोत बहुत कम हैं, तो पेट तो भर सकता है, लेकिन शरीर की सभी पोषण संबंधी जरूरतें पूरी नहीं होंगी। इसीलिए संतुलित थाली में अलग-अलग खाद्य को शामिल करना जरूरी है। अनाज के साथ दाल या कोई अन्य प्रोटीन स्रोत, हरी सब्जियां, मौसमी फल और दूध या दही जैसे खाद्य पदार्थ



भोजन को ज्यादा पौष्टिक बना सकते हैं। हालांकि एक अच्छी और संतुलित थाली के लिए बहुत महंगी चीजों को जरूरत नहीं है। हमारे घरों में आसानी से

मिलने वाले खाद्य पदार्थों से ही पौष्टिक भोजन तैयार किया जा सकता है।

अनाज : रोटी, चावल, दलिया, पोहा, उन्मा, ओट्स या बाजरा, ज्वार और रागी जैसे मोटे अनाज भोजन का हिस्सा हो सकते हैं।

सब्जियां : भोजन में हरी पत्तेदार और दूसरी रंग-बिरंगी सब्जियों को शामिल करना चाहिए। अलग-अलग रंग की सब्जियां कई तरह के विटामिन, खनिज और अन्य पोषक तत्व उपलब्ध कराती हैं।

फल : मौसमी फल रोज का डाइट का हिस्सा बनाए जा सकते हैं। फल खाने को प्राथमिकता दें और मोटे पेय या

न्यूनता चीनी वाले नुस्ते का जगह पूरा फल लेना बेहतर विकल्प हो सकता है।

दूध और दूध उत्पाद : दूध, दही और अन्य डेयरी उत्पाद कैल्शियम और प्रोटीन जैसे पोषक तत्वों के स्रोत हो सकते हैं।

वर्षों, आज की व्यस्त जिंदगी में चिप्स, बिस्किट, इंस्टेंट नुडल्स, मिठाइयां, मोटे पेय और दूसरे पैकेज्ड स्नैक्स आसानी से हमारी डाइट का हिस्सा बन जाते हैं। कभी-कभार इनका सेवन अलग बात है, लेकिन इन्हें रोजमर्रा के भोजन का विकल्प बना लेना ठीक नहीं है। खासकर बच्चों और युवाओं में स्क्रीन टाइम के साथ स्नेकिंग की आदत बढ़ रही है। टीवी या मोबाइल देखते हुए, बिना ध्यान दिए न्यूनता खाना भी हमारी कुल कैलोरी बढ़ा सकता है। इसलिए खाने के समय भोजन पर ध्यान देना और पैकेट से सीधे खाने के बजाय उचित मात्रा निकालकर खाने की आदत डालें।

## योग में विशेष है ‘महामुद्रा’ का महत्व

नई दिल्ली, (एजेंसियां)। भारतीय परंपरा में योगसन, प्राणायाम और मुद्राओं का विशेष महत्व दिया गया है। यह शरीर की शारीरिक स्वस्थ रखने के साथ-साथ मन को एकाग्र, शांत और संतुलित बनाने में मदद करता है। योग की विभिन्न मुद्राओं में महामुद्रा भी अपना विशेष स्थान रखता है। यह शरीर को स्वस्थ रखता है और तंत्रिका तंत्र को संतुलित व ऊर्जावान बनाता है।

महामुद्रा इत योग की एक बेहद महत्वपूर्ण और प्राचीन अभ्यास तकनीक है, जिसे महान मुद्रा भी कहा जाता है। महामुद्रा में महा शब्द की उत्पत्ति संस्कृत से हुई है, जिसका अर्थ हावभाव, मुद्रा, या मानसिक स्थिति बताया गया है। इसलिए, इस मुद्रा को महान संकेत या महान मुद्रा के नाम से भी जाना जाता है। योग ग्रंथों में महामुद्रा की अमृत का सोचान कहा गया है, जिसका अर्थ है कि यह अभ्यास शरीर



शरीर ही नहीं मन को भी रखता है स्वस्थ

के विपरीत तत्वों को निकालकर नई ऊर्जा से भर देता है। आयुष मंत्रालय और योगिक परंपराओं के अनुसार, महामुद्रा एक उन्नत हठयोग अभ्यास है, जो मार्शलिंग शैली, शारीरिक ऊर्जा को संतुलन और आध्यात्मिक विकास के लिए अत्यंत प्रभावशाली है। यह ज्ञात कम करने और रक्त परिसंचरण में

सुधार में सहायक मानी जाती है। यह इडा, पिंगला और सुषुम्ना नाड़ियों के सामंजस्य का प्रतिनिधित्व करता है, जो आध्यात्मिक जागृति की ओर ले जाता है। इस आसन को करने से पाचन तंत्र से जुड़े सभी अंगों पर दबाव पड़ता है, जिससे वे ज्यादा सक्रिय और स्वस्थ होते हैं। साथ ही, यह मेटाबोलिज्म यानी चयापचय क्रिया को तेज करता है, जिससे खाना अच्छे से पचता है और शरीर में ऊर्जा बनी रहती है।

## दीपक डोबरियाल का ‘पप्पी जी’ का किरदार लोग आज भी भूले नहीं

मुंबई, (एजेंसियां)। बॉलीवुड अभिनेता दीपक डोबरियाल मंगलवार को अपना 51वां जन्मदिन मनाएंगे। उनका जन्म 1 सितम्बर 1975 को उत्तराखंड के पौड़ी गढ़वाल जिले में हुआ था। फिल्म 'तनु वेदस मनु' में 'पप्पी जी' के उनके किरदार की लोग आज भी भूले नहीं होंगे। इस फिल्म में अपने डायलॉग से उन्होंने सबको खूब गुनीत जीतती हैं, तो हममें से कई लोगों के लिए दरवाजे खुलते हैं। जब तापसी को फिल्म अच्छा कर रही होती है और वह 'गंधादी' जैसी फिल्म बना रही हैं, तो दरवाजे खुल रहे हैं। हम एक-दूसरे के कंधों पर चढ़कर आगे बढ़ रहे हैं। उन्होंने कहा कि जब आप किसी को किसी महिला को नीचा दिखाते हुए चुनते हैं, तो आपको उसके लिए खड़ा होना चाहिए।



खासी नौकरी करने लगे थे। दीपक की उस नौकरी नौकरी के लिहाज से निकलती जा रही थी। बॉलीवुड में उनकी शुरुआत काफी संघर्षपूर्ण रही। उन्होंने थिएटर में भी काम किया है। कई नाटकों में उन्होंने बेहतरीन पेरफॉर्मन्स की हैं। उन्होंने अपने करियर की शुरुआत वर्ष 1994 में प्रसिद्ध थिएटर कलाकर अरविंद गोडू के

साथ की थी। अरविंद के साथ उन्होंने तुगलक, अंधा युग, फखरल सल्लूशिम, डिजायर अंडर द एल्क्स जैसे कई नाटकों में अभिनय किया है।

परिवार की ओर से दीपक को अक्सर जाना माता जाता था। लोग उनको कहने लगे थे कि दादी बड़ाकर बैजू बावरा बना फिरत है। वर्ष 2003 में दीपक मुंबई पहुंचे। उनको फिल्म मकबूल में काम मिला। इस फिल्म में दीपक ने धारा का रोल अदा किया था। इसके बाद उन्होंने चरम और ब्यू अम्बेला जैसी फिल्मों में अमरदार किरदार निभाने का मौका मिला। वर्ष 2006 में उन्होंने ओमकारा फिल्म में एडन तिवारी का किरदार निभाया था। इस फिल्म से वे पहली बार लोगों की नजर में आए थे।

## घर का खाना खाने के बाद भी बढ़ सकता है कोलेस्ट्रॉल

नई दिल्ली, (एजेंसियां)। कोलेस्ट्रॉल का नाम सुनते ही ज्यादातर लोगों के दिमाग में सबसे पहले बाहर का खाना, बर्गर, पिज्जा, समोसा और ज्यादा तेल वाली चीजें आती हैं। यही वजह है कि बहुत से लोग मानते हैं कि अगर वे घर का खाना खा रहे हैं तो उनका कोलेस्ट्रॉल कभी नहीं बढ़ सकता। लेकिन ऐसा जरूरी नहीं है। घर का बना खाना सेहत के लिए अच्छा हो सकता है, लेकिन खाने के साथ-साथ हमारी रोज की आदतों भी शरीर पर असर डालती हैं। कई बार अच्छी डाइट लेने के बाद भी रिपोर्ट में कोलेस्ट्रॉल ज्यादा आ सकता है। इसकी वजह ज्यादा वजन, कम चलना-फिरना या खाने में कुछ चीजों की ज्यादा मात्रा हो सकती है।

कोलेस्ट्रॉल शरीर के लिए पूरी तरह खराब नहीं होता। हमारे शरीर को इसकी थोड़ी मात्रा की जरूरत होती है। यह शरीर के कई जरूरी कार्यों में मदद करता है। परेशानी तब शुरू होती है जब खून में बैड कोलेस्ट्रॉल (एलडीएल) की मात्रा जरूरत से ज्यादा हो जाती है। लंबे समय तक ऐसा रहने पर खून की नसों में धीरे-धीरे चर्बी जैसी परत जमा होती है। इससे आगे चलकर दिल की बीमारी और स्ट्रोक का खतरा बढ़ सकता है।

कुछ लोगों में कोलेस्ट्रॉल बढ़ने की वजह उनकी जीवनशैली से ज्यादा उनके जीवन हो सकते हैं। अगर परिवार में कम उम्र में हार्ट अटैक, स्ट्रोक या बहुत ज्यादा कोलेस्ट्रॉल की समस्या रही है, तो इसे हल्के में नहीं लेना चाहिए। कुछ आनुवंशिक स्थितियों में शरीर एलडीएल को खून से हटाने में ठीक से काम नहीं करता और क्योंकि की डाइट अच्छी होने के बावजूद कोलेस्ट्रॉल बढ़ता बढ़ा रह सकता है। ऐसी स्थिति में डॉक्टर से सलाह लेना जरूरी है। घर का खाना पौष्टिक होता है, लेकिन उसमें इस्तेमाल होने वाली चीजों की मात्रा भी मायने रखती है। घी, मक्खन, मलाई और कुछ दूसरे पशु-आधारित खाद्य पदार्थों में सैचुरेटेड फैट ज्यादा होता है। इनका जबरन से ज्यादा सेवन एलडीएल को बढ़ा सकता है। इसलिए खाना बनाने समय कुल फैट और उसकी गुणवत्ता दोनों पर ध्यान देना चाहिए।



- जैदा, सफ़ेद ब्रेड, बिस्किट या दूसरे पैकेट वाले खाने की मात्रा में कटौत करें
- खून में बैड कोलेस्ट्रॉल की मात्रा ज्यादा होने से दिल की बीमारी व स्ट्रोक का खतरा

पूरी, पकौड़े, कचौड़ी या दूसरे डीप-फ्राइड व्यंजन अगर कभी-कभार खाए जाएं तो बात अलग है, लेकिन इन्हें रोज के भोजन का हिस्सा बनाता वजन और हृदय स्वास्थ्य के लिए खतरनाक है। अगर इसके साथ आप दिनभर कम चलते-फिरते हैं, तो वजन बढ़ने की संभावना भी बढ़ सकती है। इसलिए खाना घर का है या बाहर का, इसके साथ यह भी देखना जरूरी है कि उसे किस तरह बनाया गया है और कितनी मात्रा में खाया जा रहा है। कोलेस्ट्रॉल को ठीक रखने के लिए खिर्न तेल कम करना जरूरी नहीं है। खाने में फल, सब्जियां, साबुत अनाज, ओट्स, जौ, बीन्स और दाल जैसी चीजें भी होनी चाहिए। इनमें फाइबर पाया जाता है, जो बैड कोलेस्ट्रॉल को कम करने में मदद करता है। अगर आपको रोज की थाली में सब्जियां और फल बहुत कम हैं और मैदा, सफ़ेद ब्रेड, बिस्किट या दूसरे पैकेट वाले खाने की मात्रा ज्यादा है, तो डाइट संतुलित नहीं मानी जाती। आपका खाना घर का है लेकिन अगर दिन का ज्यादातर समय बेंचे हुए गुजरता है तो सिरफ़ डाइट पर निर्भर रहना पसंद नहीं है। निर्वर्धित शारीरिक गतिविधि वजन को नियंत्रित रखने और हृदय को स्वस्थ रखने में मदद करती है। तेज चलते से चलना, साइकिल चलाना या अपनी क्षमता के अनुसार दूसरी गतिविधियां रोज की दिनचर्या में शामिल की जा सकती हैं।





**मऊरानीपुर (झासी)**  
 टोडीफतेहपुर में आयोजित भव्य बॉलीबॉल प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। जिसके मुख्य अतिथि भारतीय जनता पार्टी के जिलाध्यक्ष प्रदीप पटेल रहे। जिनके कर कमलों से फीता काटकर प्रतियोगिता का शुभारम्भ किया गया। इस अवसर पर प्रदीप पटेल ने कहा कि खेल युवाओं में अनुशासन, ऊर्जा और टीम भावना का संचार करता है। इस मौके पर जिला महामंत्री डॉ. अमल राज, जिला उपाध्यक्ष चन्द्रजीत सिंह गुर्जर, जिला मंत्री हाकिम सिंह चौहान, जिला मंत्री अखिलेश यादव, मण्डल अध्यक्ष संजय गुप्ता, कार्यकर्ता संयोजक व नगर पंचायत अध्यक्ष राजेन्द्र प्रसाद कुशवाहा, अरविन समेल, कालीचरण कुशवाहा, केन अहिंरवार, पार्षद राजकुमार दुबे, गुलाम मोहम्मद, नबी नब्खा खान, मयंक गुप्ता, सुनील राजपूत आदि उपस्थित रहे।

ग्रामों की बारिश से लोगों के दयनीय दशा को देखा गया। व किसानों के जहाँ अभी तक खेत मुस्कुरा रहे थे वही पानी में डेर गये कारण कि जिस पर हर व्यक्ति का है वही अगर दुखी होगा निश्चित ही लोगों को मुश्किलों का सामना करना पड़ेगा। वही बारिश से किसानों के चेहरों पर गम छा गया कि जो वर्ष भर की खेती की फसल थी वह सब पानी में डेर हो गयी। अब तो किसानों का सामने पेशानी के अलावा कोई भी उपचार नहीं बचा है। उसी सामने मुश्किलें ही मुश्किलें छा गई हैं। किसानों को कई वर्ष से जगह से पेशानी का सामना करना पड़ रहा है। कहीं सूखा से पेशानी को झेलना पड़ता है, तो कहीं तराई से। किसानों के लिये खेती कर एक मुश्किल भरा कार्य हो गया है। नगर में मूसला धार बारिश होने लगे हैं। पेशानी पेशानी

