



## इलाहाबाद-फूलपुर के 25 प्रत्याशी नहीं बचा सके जमानत

दोनों सीटों पर चुनाव लड़ रहे बसपा कैंडिडेट की भी जमानत जब्त

प्रयागराज | इलाहाबाद और फूलपुर संसदीय सीट पर चुनाव लड़ रहे 25 प्रत्याशियों की जमानत जब्त हो गई। इन दोनों सीटों पर चुनाव लड़ रहे बसपा प्रत्याशी भी शामिल हैं। दरअसल, किसी भी सीट पर कुल पड़े वैध वोटों का छठवां हिस्सा नहीं पाने वाले



प्रत्याशी की जमानत जब्त हो जाती है। जो नामांकन के समय जमा की गई राशि बास्पा नहीं होती है।

आइए, जानते हैं किस प्रत्याशी की जमानत जब्त हुई।

इलाहाबाद सीट:

रमेश पटेल, बसपा, 49144 मत।

गोपाल स्वरूप जोशी, निर्दल, 4248 मत।

अंजीत कुमार पटेल, प्रगतिशील समाज पार्टी, 2642 मत।

हेमराज सिंह, पीपुल्स पार्टी, 2355 मत।

गीता रानी शर्मा, निर्दल, 2197 मत।

हंसराज को, अपना दल कमेरावादी, 2141 मत।

राजेंद्र प्रसाद प्रजापति, भागीदारी पार्टी 1847 मत।

अवनीश कुमार, निर्दल, 1835 मत।

अनुज स्वरूप शुक्ला, निर्दल, 1616 मत।

शिव प्रसाद विजयकर्मा, सम्प्रक पार्टी, 1326 मत।

सर्वजीत सिंह, कमेरा समाज पार्टी, 1177 मत।

राजेंद्र प्रसाद पटेल, राष्ट्रीय समाज दल, 1025 मत।

फूलपुर सीट पर नहीं बची इनकी जमानत

जगन्नाथ पाल, बसपा, 82586 मत।

महिंस पटेल, अमनपा दल कमेरावादी, 4162 मत।

जिलाजीत भारतीय, बहुजन अवाम पार्टी, 3299 मत।

सुनील कुमार प्रजापति, भागीदारी पार्टी, 3047 मत।

योगेश कुशवाहा, प्रगतिशील समाज पार्टी, 2771 मत।

अखिलेश त्रिपाठी, निर्दल, 2298 मत।

नानीस अहमद, निर्दल, 2147 मत।

डॉ. नीरज, निर्दल, 1710 मत।

संजीव कुमार मिश्र, युवा विकास पार्टी, 1679 मत।

मुसाहिर अहमद सिंहकी, पीपुल्स पार्टी, 1506 मत।

संगीता यादव, सुभासपा 1291 मत।

लालाराम सरोज, प्रबुद्धवादी बहुजन मोर्चा, 1052 मत।

प्रमोद भाई पटेल, सरदार पटेल सिद्धांत पार्टी, 948 मत।

## ओवैसी-पल्लवी के प्रत्याशियों को नोटा से कम वोट

23 प्रत्याशियों को नोटा से कम वोट,

15412 वोटरों को नहीं पसंद आया कोई

प्रयागराज | प्रयागराज (इलाहाबाद) में इस लोकसभा चुनाव में अजब-जब्त बातें और रिकॉर्ड भी सामने आए हैं। सबसे अहम तो प्रयागराज में इस बार मुस्लिम मतदाताओं ने एआईएमआईएम (एडप्ट) के राष्ट्रीय अध्यक्ष असदुद्दीन ओवैसी



की बातों को जरा भी महत्व नहीं दिया। हालात ये हैं कि इलाहाबाद और फूलपुर सीट पर ओवैसी के गठबंधन च्वड़ के प्रत्याशियों को नोटा से भी कम वोट मिले हैं। इलाहाबाद सीट पर 11 प्रत्याशी ऐसे रहे जो नोटा से कम वोट पाए। जबकि फूलपुर सीट पर 23 प्रत्याशियों को नोटा से भी कम वोट मिले।

आइए अब आपको बताते हैं नोटा की चोट

इलाहाबाद और फूलपुर संसदीय सीट पर कुल 23 प्रत्याशी, ऐसे रहे जो नोटा से हार गए। इनमें इलाहाबाद के 11 और फूलपुर के 12 प्रत्याशियों पर नोटा की चोट पड़ी। दोनों सीटों पर कुल मिलाकर 15412 वोटरों ने नोटा का बटन दबाया। इलाहाबाद सीट पर कुल 14 प्रत्याशी थे। पहले नंबर पर गठबंधन प्रत्याशी उज्ज्वल रमण सिंह, दूसरे नंबर पर रहे भाजपा प्रत्याशी नीरज त्रिपाठी और तीसरे नंबर पर बहुजन समाज पार्टी प्रत्याशी रमेश कुमार पटेल रहे। जबकि अच्युत 11 प्रत्याशी नोटा से हार गए। इनमें अपना दल (कमेरावादी) के प्रत्याशी हंसराज कोल भी शामिल हैं। इस सीट पर कुल 9952 वोटरों ने नोटा का बटन दबाया।

फूलपुर सीट पर भी नोटा भारी पड़ा

फूलपुर सीट पर कुल 15 प्रत्याशी चुनावी मैदान में रहे। इनमें से भाजपा प्रत्याशी प्रवीण पटेल, गठबंधन प्रत्याशी अमरनाथ मौर्य और बहुजन समाज पार्टी प्रत्याशी जगन्नाथ पाल के अलावा अच्युत 12 प्रत्याशियों ने नोटा से भी कम वोट हासिल किए। अपना दल (कमेरावादी) की प्रत्याशी महिमा पटेल को नोटा से कम वोट मिले। इस सीट पर नोटा का विकल्प चुनने वाले वोटरों की संख्या 5460 रही।

## फूलपुर में आसान नहीं थी भाजपा की जीत

2014 में 3 लाख और 2019 में 1.71 लाख के अंतर से जीती थी भाजपा,

इस बार महज 4332 का अंतर



प्रयागराज | प्रयागराज की फूलपुर लोकसभा सीट पर प्रवीण पटेल ने एक बार फिर कमल खिलाया है लेकिन भाजपा के लिए यह जीत इतनी आसान नहीं थी। इसका अंदाजा इस बार के अंतर से जीत मिली है।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

जिस फूलपुर सीट पर वोट थी, जहां शाम 7 बजे तक उत्तर-चाढ़ाव पंडित जवाहर लाल नेहरू की सीट मानी जाती रही है, वहां अब लोकसभा चुनाव मौर्य से जीत मिली। प्रवीण पटेल का अंतर 4332 ज्यादा वोट था।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

लगातार पटेल ही चुना जा रहा है। इसी तरह 2019 में 1.71 लाख के मार्जिन से भाजपा की जीत होती रही। 2024 के चुनाव में भी प्रवीण पटेल को जहां कुल 4,52600 वोट मिले, जबकि सपा प्रत्याशी अमरनाथ सिंह मौर्य को 4,48268 वोटों से ही संतोष प्रदान किया गया।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

लगातार पटेल ही चुना जा रहा है। इसी तरह 2009 में 3 लाख के मार्जिन से भाजपा की जीत होती रही। 2018 के चुनाव में भी प्रवीण पटेल को जहां कुल 4,52600 वोट मिले, जबकि सपा प्रत्याशी अमरनाथ सिंह मौर्य को 4,48268 वोटों से ही संतोष प्रदान किया गया।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

लगातार पटेल ही चुना जा रहा है। इसी तरह 2009 में 3 लाख के मार्जिन से भाजपा की जीत होती रही। 2018 के चुनाव में भी प्रवीण पटेल को जहां कुल 4,52600 वोट मिले, जबकि सपा प्रत्याशी अमरनाथ सिंह मौर्य को 4,48268 वोटों से ही संतोष प्रदान किया गया।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

लगातार पटेल ही चुना जा रहा है। इसी तरह 2009 में 3 लाख के मार्जिन से भाजपा की जीत होती रही। 2018 के चुनाव में भी प्रवीण पटेल को जहां कुल 4,52600 वोट मिले, जबकि सपा प्रत्याशी अमरनाथ सिंह मौर्य को 4,48268 वोटों से ही संतोष प्रदान किया गया।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

लगातार पटेल ही चुना जा रहा है। इसी तरह 2009 में 3 लाख के मार्जिन से भाजपा की जीत होती रही। 2018 के चुनाव में भी प्रवीण पटेल को जहां कुल 4,52600 वोट मिले, जबकि सपा प्रत्याशी अमरनाथ सिंह मौर्य को 4,48268 वोटों से ही संतोष प्रदान किया गया।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

लगातार पटेल ही चुना जा रहा है। इसी तरह 2009 में 3 लाख के मार्जिन से भाजपा की जीत होती रही। 2018 के चुनाव में भी प्रवीण पटेल को जहां कुल 4,52600 वोट मिले, जबकि सपा प्रत्याशी अमरनाथ सिंह मौर्य को 4,48268 वोटों से ही संतोष प्रदान किया गया।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

लगातार पटेल ही चुना जा रहा है। इसी तरह 2009 में 3 लाख के मार्जिन से भाजपा की जीत होती रही। 2018 के चुनाव में भी प्रवीण पटेल को जहां कुल 4,52600 वोट मिले, जबकि सपा प्रत्याशी अमरनाथ सिंह मौर्य को 4,48268 वोटों से ही संतोष प्रदान किया गया।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

लगातार पटेल ही चुना जा रहा है। इसी तरह 2009 में 3 लाख के मार्जिन से भाजपा की जीत होती रही। 2018 के चुनाव में भी प्रवीण पटेल को जहां कुल 4,52600 वोट मिले, जबकि सपा प्रत्याशी अमरनाथ सिंह मौर्य को 4,48268 वोटों से ही संतोष प्रदान किया गया।

विकास नहीं जातीय समीकरण भी जीत की वजह

लगातार पटेल ही चुना जा रहा है। इसी तरह 2009



# सम्पादकीय.....

# मनोहारी मानसून

भले ही विज्ञान और इंजीनियरिंग की तरक्की से देश—दुनिया ने सिंचाई के तमाम संसाधन जुटा लिए हों, मगर मानसून का इंतजार किसान ही नहीं, हर भारतीय को बेसब्री से रहता है। कृषक के लिये मानसून जहाँ दान व अन्य फसलों के लिये प्राणधारा का काम करता है, वहीं आम आदमी को गर्मी की तपिश से मुक्त करता है। इस बार जैसे—जैसे पारा आसमान की तरफ चढ़ता रहा, लोगों को मानसून का इंतजार तीव्र होता गया। अब जबकि मानसून ने केरल व पूर्वोत्तर के कुछ राज्यों को भिगो दिया है तो शेष देश भी उत्साहित है कि देर—सवेर मानसून उनके दरवाजे तक भी दस्तक दे जाएगा। वैसे हाल में आये चक्रवाती तूफान की वजह से भी कुछ पश्चिम बंगाल व पूर्वोत्तर के राज्यों में बारिश हुई है और बाढ़ जैसा मंजर भी पैदा हुआ। बहरहाल तपते उत्तर भारत को तो अब मानसूनी फुहारों का बेसब्री से इंतजार है। मानसून के बादल धीर—धीरे मध्य भारत व उत्तर की ओर बढ़ते जाएंगे। यह सुखद है कि हाल के वर्षों में मौसम विभाग की भविष्यवाणियां कमोबेश सच साबित होने लगी हैं। कहा गया था कि इस साल मानसून निर्णायित समय से पहले आ जाएगा, वैसा हुआ भी है। मानसून ने समय से पहले केरल में दस्तक देकर जन—जन को प्रफुल्लित कर दिया है। उम्मीद है कि जून के अंत तक मानसून उत्तर भारत को भिगोने लगेगा। ऐस वक्त में जब पारा नित नये रिकॉर्ड बनाता रहा है और लू से मरने वालों की संख्या बढ़ती रही है, मानसून की सूचना निश्चित रूप से राहतकारी कही जाएगी। यह निर्विवाद सत्य है कि मानसून के पास हमारी तमाम समस्याओं के समाधान हैं। खासकर धान का कटोरा कहे जाने वाले राज्यों के लिये तो यह जीवनदायिनी है। मानसूनी बारिश से जहाँ जाएँ जो जारी हो जाएँगी वैसे वहाँ जारी हो जाएँगी।

राजेंद्र शम

चुनाव प्रचार के  
माखिर तक आते—आते  
गो यह सिलसिला  
वैपक्षी सरकार आ गयी  
गो पानी के नल की  
गोंटी ले जाएंगे, घर की  
बाभी छीन लेंगे, बिजर्ली  
पापस कठवा देंगे, आदि  
एक पहुँच गयी।

हैरानी की बात नहीं है कि एकिजट पोल के बाद, शेयर बाजार ने भी नरेंद्र मोदी के तीसरी बार प्रधानमंत्री बनने के पक्ष में, दोनों हाथों से मतदान किया है। आखिरी चरण के मतदान की शाम ही, एकिजट पोलों ने करीब एक राय से मोदी का पुनः राज्याभिषेक कर दिया था। और उसके तीन दिन बाद, छुट्टी के बाद शेयर बाजार एक जबर्दस्त धमाके के साथ खुला। लेकिन, एकिजट पोलों में मोदी को लगभग चार सौ पार करा दिए जाने पर शेयर बाजार खुशी से उछल नहीं पड़ा होता, तो ही हैरानी की बात होती। आखिरकार, मोदी राज ने अपने दस साल में शेयर बाजार को खुश करने में अपनी ओर से तो कोई कसर छोड़ी नहीं है। उसने एक ओर तो शेयर बाजार के असली खिलाड़ियों यानी कारपोरेटों के हाथ मजबूत करने के लिए, नोटबंदी तथा जीएसटी के हमलों के जरिए, छोटे या अनौपचारिक क्षेत्र को कमजोर करने तथा उसकी कीमत पर औपचारिक क्षेत्र को मजबूत करने का काम किया है। और दूसरी ओर कॉरपोरेट करों में कमी कर के सीधे—सीधे कारपोरेटों की तिजोरियां भरने का काम किया है। और यह सब मोदी राज में दरबारी पूँजीवाद के फलने-फूलने के लिए आम तौर पर खुला तथा सुरक्षित मैदान मुहेह्या कराए जाने के ऊपर से है। वास्तव में पिछले दस साल में मोदी राज और कारपोरेट पूँजी का जैसा अटूट और आक्रामक गठजोड़ देखने को मिला है, उसका और भी सघन प्रदर्शन इस बार के लोकसभा चुनाव के लंबे प्रचार अभियान के दौरान हो रहा था। यह कोई संयोग ही नहीं था कि विपक्षी गठबंधन द्वारा अपने प्रचार के दौरान, जिसमें कांग्रेस तथा कमयुनिस्ट पार्टियों समेत विपक्षी गठबंधन के चुनाव घोषणापत्र भी शामिल थे, मोदी राज में असमानता में पहले कभी कोई मुकाबले ज्यादा तेजी से बढ़ातेरी होने के सवाल उठाए गए थे और विपक्ष द्वारा दस वर्षों में कारपोरेटों के 16 लाख करोड़ रुपए से ज्यादा के ऋण माफ किए जाने, जबकि आम किसानों के ऋण माफ करने से इंकाली ही कर दिए जाने के भी सवाल उठाए गए थे, जिन सब के जवाब, मोदी के नेतृत्व में भाजपा ने, ध्यान बंटाने की तिकड़में का सहारा लेते हुए भी, बड़े हमलावर अंदाज में देने की कोशिश की थी। असमानता में बढ़ातेरी के सवाल का सीधे जवाब देने या खंडन ही करने

के बजाय, मोदी की भाजपा ने इस तरह के सारे सवालों को ही संपत्ति पर हमला बना देने की कोशिश की। इसके लिए, कांग्रेस के घोषणापत्र में जातिगत जनगणना के पूरक के रूप में आर्थिक स्थिति का सर्वे कराने की जो बात कही गयी थी, उसे पूरी तरह से सिर के बल खड़ा करते हुए, आम लोगों की संपत्ति पर हमले में ही तब्दील कर दिया गया। और वैचारिक सुविधा के लिए इसे वामपंथ के साथ जोड़ते हुए, कांग्रेस के घोषणापत्र को एक ओर मुस्लिम लीग और दूसरी ओर अर्बन नक्सल के विचारों से संचालित करार दे दिया गया। साधारण लोगों की संपत्ति पर विपक्ष के हमले का सरासर ऊटपटांग हौवा खड़ा करते हुए और इस थीम को लगातार आगे बढ़ाते हुए, खुद प्रधानमंत्री मोदी ने गरीबों की आर्थिक स्थिति के सर्वे को, जाहिर है कि सोची—समझी तोड़—मरोड़ में मंगलसूत्र पर हमले, घर के सोने तथा जमा—जथा की जांच व जब्ती, दो घर हों तो एक घर की और घर में चार कमरे हों तो दो कमरों की जब्ती, तक पहुंचा दिया। चुनाव प्रचार के आखिर तक आते-आते तो यह सिलसिला विपक्षी सरकार आ गयी तो पानी के नल की टोटी ले जाएंगे, घर की चामी छीन लेंगे, बिजली वापस करता देंगे, आदि तक पहुंचा गयी। इस सब का मकसद, अपने कारपोरेट तथा धन्नासेठ चाहने वालों को इसकी याद दिलाना भी था कि उनकी सबसे बड़ी हितैषी, मोदी की भाजपा ही है लेकिन, कारपोरेटों के स्वार्थों की रक्षा का भरोसा, सिर्फ कारपोरेटों के स्वार्थों की रक्षा करने के भरोसे से नहीं दिलाया जा सकता था उसके लिए तो, मोदी राज जिसका कारपोरेट—सांप्रदायिक गठजोड़ का प्रतिनिधित्व करता है, उसके दूसरे जोड़ीदार का भी खेल के मैदान में उत्तरना जरूरी था आखिरकार, आम जनता को तो उसी के जरिए अभित किया जाना था। इसलिए, एकस रे करा के छीन लेंगे, झपट लेंगे के साथ मुसलमानों को बाट देंगे का झूट जोड़ दिया गया। इस तरह, इस चुनाव का मोदी की भाजपा के प्रचार का असली हथियार तैयार हो गया, जिसे कम से कम पहले चक्र के मतदान के बाद से लगाकर, आखिरी चरण तक और वास्तव में इस प्रचार अभियान के प्रधानमंत्री के पंजाब के आखिरी भाषण तक, लगातार इस्तेमाल किया जाता रहा था। बेशक, इस लंबे चुनाव अभियान के दौरान इस हथियार में जरूरत के मुताबिक थोड़ी—बहुत तब्दीलियाँ भी की गयीं। मिसाल के तौर पर एक तब्दीली तो यही की गर्या

कि इसकी शुरूआत में नाम लेकर मुसलमानों को बाट देंगे का आरोप लगाने के बाद, प्रधानमंत्री मोदी ने संभवतर चुनाव आयोग को अति से अधिक शर्मिंदा नहीं करने के विचार से, अपने मुंह से मुसलमान शब्द तो बोलना बंद कर दिया, लेकिन जेहादी, वोट जेहादी, जेहादी वोट बैंक, तुष्टीकरण वाला वोट बैंक आदि, तरह-तरह के शब्दों का प्रयोग कर, अपने श्रोताओं के लिए इसमें किसी संदेह की गुंजाइश भी नहीं छोड़ी की उनका आशय, हिंदुओं से छीनकर मुसलमानों को दिए जाने से है। हां! आदिवासी बहुल इलाकों में इस हमले का विस्तार कर, ईसाइयों को भी इस दायरे में समेट लिया गया। इन तकनीकी तब्दीलियों से भिन्न, जो खासतौर पर जनप्रतिनिधित्व कानून के उल्लंघन से तकनीकी तरीके से बचने की कोशिश में की गयी थीं, एक बड़ी तब्दीली यह की गयी कि चूंकि आम तौर पर संपत्ति छीनकर मुसलमानों में बाट दिए जाने का प्रचार, गरीबों के विशाल हिस्से के बीच, जिनके पास खोने के लिए संपत्ति के नाम पर कुछ खास था ही नहीं, खास उत्तेजना पैदा नहीं कर पा रहा था, इसे जल्द ही आरक्षण का अधिकार छीनकर बाट देंगे कर दिया गया।

# आगे और कठिन लड़ाई है।

# प्रकृति और पर्यावरण का सबसे बड़ा शत्रु स्वयं मानव

## सजाव ठाकुर

जपन पकास का ग्रामक  
न्नति में मनुष्य ने जितने भी  
विश्वार और विकास के कार्य  
ए हैं सब के सब प्रकृति एवं  
पर्यावरण के विरोध में ही रहे। प्लास्टिक तथा पॉलीथिन  
आविष्कार मानव तथा जीव  
जंतुओं के लिए बेहद खतरनाक  
मानित हुआ है। पॉलीथिन ने  
मानव तथा जीव जंतुओं को  
बसे ज्यादा क्षति पहुँचाई है  
जो अत्यंत ज्वलनशील होने  
साथ—साथ नष्ट ना होने  
ला पदार्थ है जो मनुष्य के  
जन पकाने हेतु जंगल से  
कड़ी काटकर धूंआ पैदा करने  
का काम भी मनुष्य ने ही किया  
। इसी क्रम में सबसे बड़ा  
कसान पर्यावरण को  
द्योगिकरण की नीति ने किया  
बड़े बड़े उद्योगों से निकलने  
ले वैश्विक स्तर पर प्रदूषित  
यु अपशिष्ट पदार्थों के साथ  
दियें तथा समुद्र में विषेले  
पशिष्ट को छोड़ने से शुद्ध  
ल विषेला होकर जीव जंतुओं  
नष्ट करते आ रहा है।  
सके पश्चात प्राकृतिक रूप से  
बाढ़, ज्वालामुखी ने प्रकृति  
या पर्यावरण को नष्ट करने  
का काम बखूबी किया है, पर  
नव जाति ने अपने आराम  
या सुविधा के लिए स्कूटर,  
टरसाइकिल, कार और  
रेवहन के लिए ट्रक और  
जल एवं कोयले से चलने

वालों लाकामाटर न प्रकृति तथा पर्यावरण को को नष्ट करने में कोई कसर नहीं छोड़ी है। इसके अलावा घरों कार्यालयों और कारखानों में लगाए जाने वाले वातानुकूलित यंत्रों से निकलने वाले वायु प्रदूषण के कारण ग्लोबल वार्मिंग बहुत तेजी से बढ़ते जा रही है जो मानव जाति के लिए खुद नुकसानदेह है, किंतु मानव ही पर्यावरण का सबसे बड़ा दुश्मन बन चुका है। शुद्ध वायु, जल मनुष्य तथा पृथ्वी पर निवास कर रहे जीव जंतुओं तथा हमारी वनों से आच्छादित प्यारी धरती के लिए अत्यंत आवश्यक है। पर्यावरण की असुरक्षा से धरती असुरक्षित न दिया, असुरक्षित और धरती, जलवायु की असुरक्षा होने से जीव जंतु और मानव जाति का जीवन भी असुरक्षित हो जाएगा, हमें इन परिस्थितियों में पर्यावरण की सुरक्षा को प्राथमिक सुरक्षा मानकर इसकी हर संभव शुद्धता एवं परिष्करण पर सबसे ज्यादा ध्यान देना होगा। पर्यावरण से आशय श्परश यानी मतलब चारों तरफ, और वरण का मतलब ढका हुआ माना गया है। पर्यावरण विदों के अनुसार पर्यावरण का मतलब उस अवस्था से है जो किसी जंतु, प्रकृति और मनुष्य को चारों ओर से ढक कर उसे अप्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती है। हम सदैव पर्यावरण को प्रकृति से जोड़कर ही देखते हैं। इसीलिए मानव जीव जंतु

उल्कापात आद प्राकृतक से उत्पन्न वायु प्रदूषण से निम्न में रखकर उसका संरक्षण का प्रयास करना चाहिए। मानवांचित्र क्रियाकलाप भी इस तथा वातावरण और पर्यावरण लिए खतरा बनते जा रहे हैं। जिस तरह वनों की अंधाधुंधि हो रही है मोटर वाहनों द्वारा बेतरतीब प्रयोग लकड़ी का तथा अन्य पदार्थों के जल और उत्पन्न हुआ बेतहाशा कारोबार का निकलता धूंआ, तापमान गृह, खनन तथा रासायनिक पदार्थों के साथ आतिशार्जनक वायु प्रदूषण में बेतहाशा वृद्धि गई है। जिससे पर्यावरण असुरक्षित हो गया, इसके असर से पर्यावरण की सुरक्षा तथा विविध कारोबारों के साथ खिलवाड़ के कारण तिक तापमान भी अत्यधिक बढ़ गया है, फल स्वरूप जल परिवर्तन की विभीषिका विश्व बुरी तरह से झेल रहे हैं। पेट्रोल की जगह गैस पफ्फू उपयोग कर वातावरण को कानप्राप्ति का प्रयास किया जाना चाहिए। वातावरण में उपरिथित अवैध गैसीय पदार्थों के कारण अत्यधिक त्वचा रोग तथा फेफड़ों की विश्वासी दायरा से होने वाले दमा रोग में बड़ी हुई है। विगत वर्षों में कोविड-19 के संक्रमण में पर्यावरण प्रदूषक के कारण लोगों को फेफड़ों से संबंधित स्वच्छ ऑक्सीजन नहीं प्राप्त होता। इससे लाखों लोग मृत्यु को घुटा हुए, यह एक पर्यावरण असर का सबसे बड़ा उदाहरण है।

वाता वर्त्रण उन्हें बीमारी के लिए जाना जाता है। और कोविड-19 के संक्रमण के दौरान यहां पर सबसे ज्यादा मौतें पर्यावरण प्रदूषण के कारण भी हुई है। प्रदूषित वातावरण के कारण बच्चों तथा बुजुर्गों की जिंदगी को सबसे ज्यादा वैज्ञानिकों ने खतरा माना है और इससे निजात पाने के लिए शुद्ध वातावरण की आवश्यकता पर जोर दिया है। पर्यावरण को सुरक्षित ना रख पाने की दो प्रमुख वजह प्राकृतिक तथा मानव निर्मित प्रदूषण ही हैं। यह तो तय है कि प्रकृति पर मानव का कोई नियंत्रण नहीं है अतः प्राकृतिक प्रदूषण को रोक पाना मानव जाति के लिए थोड़ा कठिन एवं कष्ट साध्य कार्य सोने के अलावा थोड़ा असंभव भी प्रतीत होता है, किंतु मानव जाति द्वारा फैलाए गए प्रदूषण को रोकने के प्रयास में हमें हर संभव मदद करने की आवश्यकता होगी। और यह तो सर्वविदित तथ्य है कि यदि हमें पर्यावरण प्रदूषण को पृथ्वी तथा प्रकृति से हटाना एवं मानव जीवन को सुरक्षित रखना है तो शासकीय प्रयासों के अलावा हर व्यक्ति को वैशिक स्तर पर पर्यावरण को सुरक्षित रखने पर जोर देना होगा अन्यथा ओजोन परत के क्षरण के कारण मानव तथा जीव जंतु तथा प्रकृति के प्रति संकट गहराता जाएगा एवं हम पर्यावरण प्रदूषण के सामने हाथ पर हाथ धरे रह जाएंगे।

## **नयी सरकार को अधिक निवेश और रोजगार सृजन पर ध्यान केंद्रित करना होगा**

अंजन रॉय

सत्तारुढ पार्टी भाजपा के लिए जीडीपी के नये आंकड़े का इससे बेहतर समय और क्या हो सकता है। संसदीय मतदान के अंतिम चरण के समाप्त होने के साथ ही, 2023–24 के लिए जीडीपी के 8.2 प्रतिशत के आंकड़े आये जो भारतीय अर्थव्यवस्था की भारी वृद्धि दर को दर्शाते हैं। यदि भाजपा के नेतृत्व वाली एनडीए चुनावों में जीतती है, जो सबसे संभावित घटना है, तो वित्तीय बाजार में उछल की भविष्यवाणी की जा सकती है। लेकिन ऐसी गुलाबी तस्वीर के पीछे क्या रहस्य है, विशेषकर तब जब बाकी दुनिया बहुत अच्छा प्रदर्शन नहीं कर रही है। चीन एक तरफ गिर रहा है और गंभीर वित्तीय संकट की संभावनाओं से धिरा हुआ है। अमेरिका निश्चित रूप से पूरी तरह स्वस्थ है और ब्याज दरों में वृद्धि के दौर के बावजूद मंदी की सभी भविष्यवाणियों को झुठला रहा है। हालांकि, अमेरिका में नीतिगत ब्याज दरें बहुत अधिक बनी हुई हैं। भारतीय अर्थव्यवस्था के लिए विकास के ट्रिगर्स के बारे में जानकारी प्राप्त करने के लिए, समग्र निवेश में परिवर्तन की गतिशीलता, अंतिम उपभोग मांग का रुझान, निर्यात प्रदर्शन और विदेशों से धन के प्रवाह को देखना महत्वपूर्ण है। भारतीय अर्थव्यवस्था में निजी अंतिम खपत एक प्रमुख कारक है, जो सकल घरेलू उत्पाद के व्यय पक्ष का लगभग 60 प्रतिशत है। यह मूल रूप से अर्थव्यवस्था की गति निर्धारित करती है। वास्तव में, कुछ साल पहले कुछ प्रमुख अर्थशास्त्रियों ने बताया था कि भारत की वृद्धि निजी उपभोग के रुझानों पर बहुत अधिक निर्भर थी और यह एक अस्थिर मॉडल था, जिसे शेकल इंजन की सवारी के रूप में वर्णित किया गया था। अर्थव्यवस्था के परिवर्तन हैं। ये रुझान कुछ सुखद गतिशीलता दिखाते हैं जो अर्थव्यवस्था को संभावित दलदल से बाहर निकालते हैं। विकास की वर्तमान लहर निवेश द्वारा संचालित है, विशेष रूप से सार्वजनिक निवेश द्वारा। सार्वजनिक निवेश, जो मुख्य रूप से बुनियादी ढांचे के निर्माण और सामाजिक पूँजी में सरकार के नेतृत्व में निवेश है, अर्थव्यवस्था को आगे बढ़ा रहा है। सार्वजनिक निवेश सकल घरेलू उत्पाद के 29 लाख करोड़ रुपये के पहुंच गया है जो एक स्वस्थ प्रवृत्ति है। यह कई कारकों से संभव हो सका है, जिसमें राजस्व संग्रह में मजबूत वृद्धि और वास्तव में अंतिम राजस्व संग्रह बजट अनुमानों से अधिक है। जीएसटी की आमद लगातार महीने दर महीने 1 लाख करोड़ रुपये को पार कर गयी है। इसने सार्वजनिक वित्त को एक आरामदायक क्षेत्र में सक्षम बनाया है। व्यय में वृद्धि के बावजूद राजकोषीय घाटा 5.6 लाख पर बना रहा। सरकारी वित्त को एक सहयोगी रिजर्व बैंक द्वारा और मदद मिली है। केंद्रीय बैंक ने केंद्र सरकार को अभूतपूर्व उच्च लाभांश हस्तांतरित किया है। केंद्रीय बैंक ने केंद्र सरकार को 2.11 लाख करोड़ रुपये हस्तांतरित किए हैं। इसके अतिरिक्त, सार्वजनिक क्षेत्र के बैंकों द्वारा अर्जित बड़े अधिशेषों ने भी केंद्र सरकार की व्यय योजनाओं को आगे बढ़ाया हो सकता है, किर भी विवेकपूर्ण राजकोषीय घाटा मापदंडों के भीतर रह सकता है। अगले द्वितीय की बात करें तो, नवीनतम आंकड़े संकेत देते हैं कि घरेलू खपत मजबूत बनी हुई है। कुछ उच्च आवृत्ति वाले आंकड़े ऑटो बिक्री, आवास ऋण, ईंधन खपत जैसे कुछ क्षेत्रों में वृद्धि की तीव्र गति का संकेत देते हैं। ये मुख्य रूप से शहरी क्षेत्र में हैं।

ग्रामीण क्षेत्र में इस वर्ष सामान्य मानसून के पूर्वानुमान के बावजूद मांग कुछ हद तक कम बनी हुई है। तीसरा, निर्यात में वृद्धि हो रही है, हालांकि यह धीमी गति से हो रही है। पिछली तिमाही नकारात्मक से व्यापारिक निर्यात सकारात्मक क्षेत्र में आ गया आयात भी बढ़ रहा है, जो मजबूत घेरेलू मांग का संकेत देता सेवा निर्यात निश्चित रूप से उछाल पर है, हालांकि नये एवं उत्पादों के उभरने के साथ कुछ अनिश्चितताएं उभरी हैं। निर्माताओं, अर्थात् आखीआई और नॉर्थब्लॉक के लिए, सौम्य मुद्रासंरक्षण की स्थिति के कारण स्थिति और भी आरामदायक है। अप्रैल 2024 में सीपीआईमुद्रासंरक्षणिति 4.8ल्ट थी, जो मार्च 2024 में 4.9ल्ट से बढ़ गया। जनवरी 2024 से इसमें गिरावट का रुख है। नीचे की दिक्कत दबाव मुख्य रूप से पेट्रोलियम से संबंधित कमेडिटी समूहों जैसे एन, बिजली और परिवहन और संचार सेवाओं से उत्पन्न होता अनुकूल समग्र पृथक्भूमि को देखते हुए, अगली सरकार को बुनियादी ढाँचे के निर्माण कार्यक्रमों को जारी रखने के लिए अपने उत्सुक संसाधनों का उपयोग करके अर्थव्यवस्था की गति को बनाये रखने पर जोर दिया जाना चाहिए। यदि ये ट्रिगर बनाये रखे जाते हैं, यह समय के साथ बड़े निजी क्षेत्र के निवेशों में फैल जायेगा। निवेश तब आते हैं जब उनकी क्षमता का उपयोग बढ़ रहा है; बढ़ती प्रवृत्ति दिखा रहा है। व्यापार विश्वास सर्वेक्षणों और 3 संकेतकों से संकेत मिलते हैं कि बड़े निजी निवेश के लिए भाववाले सकारात्मक हो रही हैं। निजी क्षेत्र के निवेश में कुछ महत्वपूर्ण वृद्धि की उम्मीद की जा सकती है। वास्तव में, भारतीय निजी निवेश साथ-साथ कुछ बड़ी निजी क्षेत्र की कंपनियां भारत में प्रवेश कर रही हैं।



टेलीविजन स्टार रिड्डिमा पंडित ने हाल ही में क्रिकेटर शुभमन गिल के साथ चल रही शादी की अफवाहों पर खुलकर बात की। पंडित ने इन खबरों को 'बैकफूफी भरा' बताया और कहा कि वह गिल को व्यक्तिगत रूप से जानती

## कार्तिक आर्यन का वेट-लिफ्टेड पुल-अप्स करते वीडियो वायरल

बॉलीवुड एक्टर कार्तिक आर्यन इन दिनों अपनी अपकमिंग फिल्म चंदू चौपियन को लेकर सुर्खियों में हैं। इस फिल्म के लिए उन्होंने गजब का बॉडी ट्रांसफॉर्मेशन किया है। उनकी फिटनेस को देख हर कोई हैरान है। इस बीच एक्टर ने जिम में वर्कआउट करते हुए अपना एक वीडियो शेयर किया। एक्टर ने वर्कआउट के दौरान 'वेट-लिफ्टेड पुल-अप्स' करते हुए अपनी टोन्ड बॉडी को फ्लॉन्ट किया। वीडियो में वह अपनी कमर पर 15 किलो वेट प्लेट बांधकर पुल-अप्स करते नजर आ रहे हैं। एक्टर ने वीडियो शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा, वेट लिफ्टेड पुशअप्स के बाद वेट लिफ्टेड पुलअप्स... अब आपकी बारी। बता दें कि फिल्म चंदू चौपियन में कार्तिक भारत के पहले पैरालंपिक स्वर्ण पदक विजेता मुरलीकांत पेटकर की भूमिका निभा रहे हैं। यह बायोग्राफिकल स्पोर्ट्स ड्रामा 14 जून को रिलीज होने वाली है। इसे साजिद नाडियाडवाला और कबीर खान ने साथ मिलकर प्रोड्यूस किया है। कार्तिक ने 2011 में प्यार का पंचनामा से अपने करियर की शुरुआत की और ब्लॉकबस्टर सोनू के टीटू की स्वीटी से सुर्खियां बटोरीं। वर्कफॉर्ट की बात करें तो उनकी अपकमिंग प्रोजेक्ट्स लिस्ट में भूल भुलैया 3 शामिल है।



इसमें उनके साथ तृप्ति डिमरी हैं। यह भूल भुलैया फ्रेंचाइजी की तीसरी फिल्म है। 2007 में रिलीज हुई पहली फिल्म में अक्षय कुमार, विद्या बालन, शाइनी आहूजा और अमीषा

पटेल नजर आए थे। वहीं फ्रैंचाइजी की दूसरी फिल्म 2022 में रिलीज हुई और इसमें कार्तिक आर्यन, तब्बू और कियारा आडवाणी ने काम किया।

**शुभमन गिल के साथ  
शादी की अफवाहों पर  
अभिनेत्री रिद्धि मा पड़ित  
ने तोड़ी चुप्पी, कहा-  
उन्हें जानती तक नहीं**

6

पंडित ने इन खबरों को 'बेवकूफी भरा' बताया और कहा कि वह गिल को व्यक्तिगत रूप से जानती तक नहीं है। ईटाइम्स से बात करते हुए पंडित ने कहा, मुझे लगता है कि यह कुछ लोगों की कल्पना है! कोई व्यक्ति कोई कहानी बनाता है और फिर वह सोशल मीडिया पर वायरल हो जाती है। मैं शुभमन गिल को व्यक्तिगत रूप से जानती तक नहीं हूं। यह हास्यारपद है।

तक नहीं हैं। ईटाइम्स से बात करते हुए पंडित ने कहा, मुझे लगता है कि यह कुछ लोगों की कल्पना है! कोई व्यक्ति कोई कहानी बनाता है और फिर वह सोशल मीडिया पर वायरल हो जाती है। मैं शुभमन गिल को व्यक्तिगत रूप से जानती तक नहीं हूं। यह हास्यास्पद है। मुझे सुबह से बधाइ संदेश मिल रहे हैं और मैं इस अफवाह को नकारते—नकारते थक गई हूं। आखिरकार मैंने इसे अपने सोशल मीडिया हैंडल पर पोस्ट करने का फैसला किया।" अब डिलीट हो चुके वीडियो में रिद्धिमा कहती हुई सुनाई दे रही हैं, जैसे पत्रकारों के बहुत सारे कॉल्स के साथ उठी और ऐसा कर्भ नहीं हुआ। उनमें से बहुत से लोग मेरी आने वाली शादी के बारे में जानना चाहते हैं, लेकिन किससे? नहीं, ऐसा नहीं हो रहा है। अपना प्यारा दिन बिताओ। कुछ होगा तो मैं बत दूँगी सामने से (अगर ऐसा कभी हुआ तो मैं खुद इसकी घोषणा करूँगी)। अभी कुछ नहीं हो रहा है। अलविदा पंडित को टीवी सीरीज़ बहु हमारी रजनी कांत में मुख्य भूमिका निभाने के लिए जाना जाता है। वह खतरों के खिलाड़ी और बिंग बॉस ओटीटी जैसे रियलिटी शो में भी नज़र आ चुकी हैं।

A professional headshot of actress Gia Coppola. She is a young woman with dark, curly hair, smiling warmly at the camera. She is wearing a black, button-down shirt. The background is blurred, showing what appears to be a studio or backstage area.

न्यूयॉर्क इंडियन फिल्म फेरिटवल में  
मिसेज के लिए सान्या मल्होत्रा को  
मिला बेस्ट एक्ट्रेस का अवॉर्ड

न्यूयॉर्क इंडियन फिल्म फे स्टिवल 2024  
(एनवाईआईएफएफ) में सान्ध्या मल्होत्रा स्टारर फिल्म शमिसेजश का प्रीमियर हुआ। इसमें उन्हें फिल्म के लिए बेस्ट एकट्रेस का अवॉर्ड मिला। आरती कदव द्वारा निर्देशित मिसेज मलयालम फिल्म द ग्रेट इंडियन किचन की हिंदी रीमेक है, जो बॉक्स ऑफिस पर सुपरहिट साबित हुई थी। इसमें निमिशा सजयन ने अहम किरदार निभाया था। मिसेज में सान्ध्या मल्होत्रा ने ऋचा नाम की महिला का किरदार निभाया है, जो रसोई और घर की जिम्मेदारियों के बीच खुद को तलाशती हैं। फिल्म में निशांत दहिया और कंवलजीत सिंह सहित कई शानदार कलाकार हैं। जियो स्टूडियोज ने सोशल मीडिया के ऑफिशियल हैंडल पर इस खबर की पुष्टि की और कहा, न्यूयॉर्क इंडियन फिल्म फे स्टिवल में मोर्स्ट टैलेंटेड एकट्रेस सान्ध्या मल्होत्रा को फिल्म मिसेज के लिए बेस्ट एकट्रेस का अवॉर्ड मिलने पर बधाई। इससे पहले फे स्टिवल में फिल्म की स्क्रीनिंग को लेकर खुशी जाहिर करते हुए सान्ध्या ने कहा था, मेरे लिए यह गर्व की बात है कि मिसेज को एनवाईआईएफएफ की क्लोजिंग फिल्म के तौर पर चुना गया। घरेलू जिम्मेदारियों के बीच अपनी पहचान को तलाशती ऋचा का किरदार निभाना मेरे लिए बहुत सम्मान की बात है। यह हर भारतीय महिला के संघर्ष को दिखाता है। इस कहानी में जान फूँकने की हमारी कोशिश कामयाब रही और मैं इसे दुनिया के सामने पेश करने के लिए बेसब्री से इंतजार कर रही हूं। मिसेज के अलावा, सान्ध्या मल्होत्रा के पास कई प्रोजेक्ट्स हैं। वह जल्द ही वरुण धवन स्टारर फिल्म बेबी जॉन में नजर आएंगी, साथ ही वरुण धवन और जाह्वी कपूर की सनी संस्कारी की तुलसी कुमारी, मणिरत्नम की अपकमिंग तमिल एक्शन ड्रामा श्टग लाइफश और अनुराग कश्यप निर्देशित अनटाइटल फिल्म में दिखाई देंगी।



ग्लैमरस अवतार को छोड़ माफिया  
बनी सनी लियोनी, नई फिल्म का  
फर्स्ट लुक किया शेयर

A portrait of a middle-aged man with a well-groomed grey beard and mustache. He is wearing a white fedora hat with a dark band and a white double-breasted blazer over a black turtleneck. He is looking directly at the camera with a neutral expression. The background is slightly blurred, showing some foliage and trees.

रिलीज से पहले धमकियों को लेकर अन्नू कपूर ने डायरेक्टर और प्रोड्यूसर के साथ महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे से मुलाकात की और सुरक्षा की मांग की। मीडिया से बात करते हुए एकटर अन्नू कपूर ने कहा, हमारे बारह के संदर्भ में हम माननीय मुख्यमंत्री जी से मिले। फिल्म के निर्देशक कमल चंद्रा, प्रोड्यूसर रघुवीर गुप्ता, वीरेंद्र भगत, संजय नागपाल और फिल्म के तमाम कलाकारों को, जिनमें मैं भी शामिल हूं... जान से मारने की धमकी मिल रही है, सिर काटने की धमकी मिल रही है। उन्होंने आगे कहा, 7 जून शुक्रवार को हमारे बारह देशभर में और 15 अन्य देशों में रिलीज होने वाली है और हमने मुख्यमंत्री से सुरक्षा प्रदान करने का अनुरोध किया है। माननीय मुख्यमंत्री ने भरोसा दिलाया है और अपने शासन तंत्र को निर्देश दिया है कि हमारे शहरों बारहश यूनिट को, फिल्म को, सभी कलाकारों को सुरक्षा प्रदान करें। उन्होंने आगे कहा, माननीय मुख्यमंत्री ने सुरक्षा का पूरा आश्वासन दिया है। संवैधानिक तरीके से फिल्म को रिलीज किया जाएगा, इसे सेंसर बोर्ड ने भी पास किया है। मुझे लगता है कि दोषी लोगों के खिलाफ सरकार कार्रवाई भी करेगी। वहीं निर्देशक कमल चंद्रा ने कहा, मेरे पास काफी अज्ञात नंबरों से कॉल और मैसेज आ रहे हैं। मैंने कॉल उठाना बंद कर दिया है। यह एक गंभीर फिल्म है,

हमारे 12 को लेकर  
मिल रही धमकियां,  
अन्न कपूर ने सीएम  
शिंदे से मांगी सुरक्षा

हमने किसी कम्युनिटी को टारगेट नहीं किया है। यह सिफ़र एक परिवार की कहानी है। मेरी आप सबसे अपील है कि इसको किसी कम्युनिटी से न जोड़े। हमने किसी को भी ठेस्ट पहुंचाने का काम नहीं किया है। पहले फिल्म देखें और उसके बाद ही फैसला लें। कृपया किताब के पन्ने से पूर्ण फिल्म का आकलन न करें। कमल चंद्रा के डायरेक्शन में बनी फिल्म में अनू कपूर के अलावा पार्थ समथान, अशिवर्नी कालसेकर और पारितोष तिवारी लीड रोल में हैं। इसके निर्माण राधिका जी फिल्म और न्यूट्रेक मीडिया एंटरटेनमेंट द्वारा किया गया है।

## तकिया लेकर सोने की आदत कर रही है आपको बीमार, जानें कैसे

लंबे समय तक एसी में रहने से हो सकती हैं कई स्वास्थ्य समस्याएं, जानिए क्या कहते हैं एक्सपर्ट

मई-जून के महीने में गर्भी अपना प्रचंड रूप दिखा रही है। चिलचिलाती धूप और लू ने लोगों को परेशान कर रखा। जिसके कारण लोगों का घर से बाहर निकलना मुश्किल हो गया है। ऐसे में तेज गर्भी से राहत पाने के लिए लोग अधिकतर समय कूलर या एसी के सामने बिताते हैं। इन दिनों एसी का चलन काफी ज्यादा बढ़ गया है। घर हो या ऑफिस हर जगह एसी लगी होती है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि लगातार एसी की हवा खाना आपके स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचा रही है। साथ ही एसी की हवा से बाहर निकलने पर भी बुरा असर पड़ता है। दरअसल, एसी की ठंडी हवा में रहने के बाद जब आप गर्म वातावरण में बाहर जाते हैं, तो अचानक तापमान में बदलाव होता है। जो आपकी सेहत पर बुरा असर पड़ता है।

जानिए क्या कहते हैं हेल्थ एक्सपर्ट

हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक जब आप एसी के ठंडे वातावरण से बाहर निकलते हैं। तो तापमान में अचानक से होने वाला बदलाव आपकी सेहत पर महत्वपूर्ण प्रभाव डाल सकता है। जब आपका शरीर ठंडे वातावरण से गर्भी में जाता है, तो उसे गर्भी का झटका लगता है। अचानक से हुए इस तापमान के बदलाव की वजह से कई शारीरिक प्रतिक्रियाएं शुरू हो सकती हैं।

दिल की सेहत के लिए नुकसानदेह

एसी का ठंडा वातावरण सबसे पहले आपका हार्ट फंक्शन प्रभावित होता है। गर्भी की वजह से ठंडे वातावरण में सिकुड़ी हुई रक्त वाहिकाएं यानी ब्लड वेसल्स काफी तेजी से फैलने लगती हैं। जिसके कारण ब्लड प्रेशर में तेजी से कमी आती है। इसकी वजह से आपको चक्कर या बेहोशी भी आ सकती है। खासकर दिल की बीमारी का शिकायत लोगों यह बदला वातावरण काफी परेशान कर सकता है।

ब्रोकाइटिस या अस्थमा के पेशेंट

ठंडे तापमान के बाद अचानक से गर्भी तापमान में आने से ब्रोकाइटिस या अस्थमा जैसी रेस्पिरेटरी संबंधी बीमारियां पकड़ सकती हैं। जब शरीर अधिक पसीना बहाकर खुद को ठंडा रखने की कोशिश करता है। वहीं गर्भी की वजह से डिहाइड्रेशन भी हो सकता है। ऐसे में शरीर में पानी और इलेक्ट्रोलाइट्स की कमी के कारण थकावट, सिरदर्द और मांसपेशियों में एंथन हो सकती है।

हीटस्ट्रोक

जब आप अचानक से ठंडे तापमान से निकलकर गर्म तापमान में जाने से शरीर इसको कंट्रोल करने में असमर्थ होता है और हीटस्ट्रोक का कारण बनती है। इसकी वजह तेज दिल की धड़कन और यहां तक छद्मविहार बेहोशी जैसे लक्षण देखने को मिल सकते हैं। जब शरीर की इस तापमान को कंट्रोल करने की क्षमता विफल हो जाती है, तो शरीर के तापमान में तेजी से बढ़ती है। जिसके कारण हीट स्ट्रोक होता है। जो एक गंभीर और घातक बीमारी है।



बार-बार होने वाले गर्भपात के पीछे कई कारण होते हैं, जैसे आनुवांशिक कारक, पर्यावरणीय कारक, संक्रमण, हार्मोन विकार आदि। अमातौर पर गर्भपात गर्भावधि के 20 सप्ताह से पहले होता है, लेकिन कुछ मामलों में यह पहले 12 सप्ताह में भी हो सकता है। लगभग 50 प्रतिशत महिलाओं की बार-बार गर्भपात के लिए स्टीक जांच और उपचार हो जाता है, लेकिन शेष 50 प्रतिशत मामलों में कारण अस्पष्ट रह जाते हैं या उनकी समस्या का कोई स्पष्ट कारण नजर नहीं आता।

ऐतिव्यक पलोर है बड़ी समस्या  
इस विधि का एक बहुत ही महत्वपूर्ण कारण हो सकता है। ऐतिव्यक पलोर की मांसपेशियों की कमजोरी जिसे स्वास्थ्य कर्मियों द्वारा भी अक्सर नजरअंदाज कर दिया जाता है।

## लाखों श्रद्धालु पहुंचे चारधाम की यात्रा पर, भीड़ कम होने का नाम नहीं ले रही

चारधाम यात्रा को शुरू हुए 24 दिन हो गए हैं। हालांकि, धार्मों में दर्शन करने के लिए श्रद्धालुओं की भीड़ कम नहीं हो रही है। रिपोर्ट के अनुसार अब तक चारधामों और हेमकुड़ साहिब के 15-67 लाख श्रद्धालु दर्शन कर चुके हैं। गोरतलब है कि यात्रा की शुरुआती 10 दिन में जहां दर्शन करने वालों की संख्या 5.69 लाख से अधिक थी। वहीं 14 दिन में 9.97 लाख से ज्यादा ने दर्शन किए हैं। बता दें, 10 मई और हेमकुड़ साहिब की यात्रा 25 मई से शुरू हुई। मगर, चारधाम यात्रा के शुरुआती 10 दिन में केवल धार्मिक व दर्शनार्थी गंगोत्री व यमुनोत्री धाम में 5.9 लाख अधिक श्रद्धालुओं ने दर्शन किए।

धंटों तक जाम लग रहा है: धार्मों में दर्शन के लिए भीड़ बढ़ने और यात्रा मार्गों पर धंटों जाम लगाने से सरकार व प्रशासन को काफी मशक्कत करनी पड़ी। भीड़ नियंत्रित करने के लिए सरकार ने ऑफलाइन पंजीकरण पर भी रोक लगाई थी। वहीं, 1 जून से फिर से आफलाइन पंजीकरण खोल दिए गए। यात्रा मार्गों में अब जाम की पहली जैसी स्थिति नहीं है।



आपके चेहरे की त्वचा के सम्पर्क में आते हैं, जिससे त्वचा सम्बन्धी समस्याएँ होने लगती हैं।

बिना तकिये लगाए सोने से होते हैं यह फायदे

कमर दर्द में होता है आराम

आपकी रीढ़ की हड्डी धीरे-धीरे टेढ़ी होनी शुरू हो जाती है। जी हां, तकिया लगाकर सोने से रीढ़ की हड्डी के नैचुरल पोश्चर में गडबड़ी होनी शुरू हो जाती है और कमर दर्द शुरू हो जाता है। इसलिए बिना तकिए के सोने से आपकी गर्दन और रीढ़ की हड्डी सही पोजीशन में होती है और दर्द नहीं होता है।

नहीं होता सिरदर्द

जब भी आप रात के वक्त तकिया लगाकर सोते हैं तो सिर में खून की आपूर्ति सही तरीके से नहीं हो पाती है, जिसकी वजह से ऑक्सीजन भी सही से नसों तक नहीं पहुंच पाती है। यही वजह है कि आप अगले दिन सुबह उठने के बाद सिर में हल्का-हल्का दर्द महसूस करते हैं। जब आप बगैर तकिए के सोते हैं तो सिर में खून की आपूर्ति सही तरीके से होती है और सिरदर्द की समस्या नहीं होती।

तानाव से छुटकारा

बहुत से लोग नींद न पूरी होने की वजह से अगले दिन चिड़ियां फाइन लाइंस जल्दी दिख सकती हैं जो कि बुढ़ापे की निशानियां मानी जाती हैं। इसी तरह स्क्रिन इफेक्शन का खतरा भी बढ़ता है।

तानाव से छुटकारा

बहुत से लोग नींद न पूरी होने की वजह से अगले दिन चिड़ियां फाइन लाइंस जल्दी आने लगती हैं। यदि आप आपका तकिया आपको आराम नहीं दे पा रहा है तो अगले दिन जो नींद का मजा ले पाते हैं।

कम होती है ज्ञानियाँ

इससे उसका दायঁ या बायঁ गाल दब जाता है। यह तरीका आपके चेहरे पर धंटों तक दबाव बनाए रखता है जिससे रक्त संचार प्रभावित होता है और चेहरे की समस्याएँ उभरती हैं। सबसे बड़ी समस्या चेहरे पर ज्ञानियाँ जल्दी आने लगती हैं। यदि आप आपका तकिया आपको आराम नहीं पड़ने लगे तो आप तकिये के बिना सोना शुरू करें।

## बार-बार मिसकैरेज की हो सकती है ये वजह, 50 प्रतिशत महिलाओं को नहीं है इसकी जानकारी

लेना चाहिए। 'पैलिव्यक पलोर' की मांसपेशियों की कमजोरी का उपयुक्त इलाज और उसके बाद गर्भपात की समस्या का समाधान किया जा सकता है।

डॉक्टर से जरूर लें सलाह

एक्सपर्ट की मानें तो प्रेनैंसी के दोसरा पैलिव्यक पलोर में बदलाव शुरू हो जाता है। इस बदलाव की वजह से पेलिव्यक पलोर के 25 प्रतिशत तक कमजोर होने की संभावना हो जाती है। इसलिए, डिलीवरी के बाद थोड़ी-थोड़ी एक्सरसाइज जरूर करनी चाहिए। हेल्थ एक्सपर्ट के अनुसार जिन महिलाओं को ऐसा लगता है कि उनकी पैलिव्यक पलोर कमजोर है और इसकी वजह से उन्हें समस्याएँ हो रही हैं, तो इसका इलाज

—कुछ मामलों में इलाज बिना सर्जरी के होता है, लेकिन ज्यादातर मामलों में इस समस्या का इलाज सिर्फ सर्जरी ही है।

—बिना सर्जरी के इलाज में पैलिव्यक पलोर की मांसपेशियों की मजबूती के लिए एक्सरसाइज कराई जाती है।

—अगर पेशाब की थैली या मलाशय नीचे आता है तो पैलिव्यक पलोर रिपेयर किया जाता है।

—अगर बच्चेदानी और वजाइना बिल्कुल नीचे आ गई हो तो बच्चेदानी निकालनी पड़ती है।

—योग को अपनी दिनचर्यों का हिस्सा बनाकर भी पैलिव्यक मसल्स काफी बेहतर हो सकती है।

—कई बार कीगल्स एक्सरसाइज से इस समस्या का समाधान हो जाता है।





