

सोनाली सुसाइड कांड में आईजी ने एसआई को किया निलंबित

बोकारो आईजी पहुंचे रामगढ़, मामले की जांच के बाद की कार्रवाई

● सौरभ सिंह सुसाइड मामले की इववायरी का भी किया जाएगा अवलोकन

AGENCY RAMGARH : रामगढ़ थाना क्षेत्र के रांची रोड ईंदिरा कॉलोनी में सुसाइड करने वाली युवती सोनाली सिंह के मामले में पुलिस ने पहली कार्रवाई की है। बोकारो आईजी क्रांति कुमार गड़िदेशी शुक्रवार को रामगढ़ पहुंचे और इस पूरे मामले की जांच की। सबसे पहले उन्होंने सब इंस्पेक्टर ओंकार पाल को निलंबित कर दिया है। उन्होंने बताया कि पूरे मामले की निष्पक्ष जांच होगी। इससे पहले भी सौरभ सिंह के सुसाइड मामले में किस तरह की जांच हुई है, उसका भी पूरा अवलोकन किया जाएगा।



सोनाली की फाइल फोटो

पिता का दावा- शिक्षित और समझदार थी बेटी
सोनाली के पिता विमल सिंह ने बताया कि उनकी बेटी शिक्षित और समझदार थी। वह बीएसई जियोलॉजी ऑनर्स के बाद बीएड कर चुकी थी और सेंट एस स्कूल रामगढ़ में साइंस की टीचर थी। उन्होंने बताया कि उनके मुहल्ले का युवक सौरभ सिंह उसे लंबे समय से ब्लैकमेल कर रहा था। उसकी शिकायत महिला थाना में की गई थी, लेकिन केवल दोनों से बॉन्ड भरवाकर मामले को बंद कर दिया गया।

सुसाइड नोट पर भी पुलिस कर रही गंभीरता से विचार

बोकारो आईजी क्रांति कुमार गड़िदेशी ने बताया कि सोनाली ने उस वक्त आत्महत्या की जब उसके घर में कोई नहीं था। बुधवार की शाम उसके माता-पिता बाजार गए थे। इसी दौरान उसने पंखे से लटक कर अपनी जान दे दी। उसके कमरे से एक सुसाइड नोट भी मिला है जिस पर पुलिस गंभीरता पूर्वक विचार कर रही है।

भाभी को धमकाने वाला देवर हथियार और गोली के साथ धराया

GARHWA : गढ़वा जिले की रमना थाने की पुलिस ने कृष्णा राम नामक युवक को अवैध देशी कट्टा और दो जिंदा गोली के साथ गिरफ्तार किया है। गुरुवार को रमना थाने के बिवाटीकर गांव की ममता देवी पति सुरेंद्र राम ने पुलिस को फोन कर सूचना दी कि कृष्णा राम उसे गाली गलौज कर रहा है और देशी कट्टा दिखाकर जान से मारने की धमकी दे रहा है। रमना थाना प्रभारी आकाश कुमार ने पुलिस बल के साथ बिवाटीकर गये। इस बीच एक युवक पुलिस को देखकर भागने लगा, जिसे सशस्त्र बल ने पकड़ लिया। पकड़े गये युवक की पहचान कृष्णा राम के रूप में हुई। तलाशी के दौरान उसके पास से एक देशी कट्टा के साथ दो जिंदा गोली को जब्त किया गया। नगर उंटारी के एसडीपीओ सत्येन्द्र नारायण सिंह ने शुक्रवार को बताया कि कृष्णा राम आवेदक ममता देवी का देवर है। कृष्णा राम को न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया है। प्रेसवार्ता में एसडीपीओ के साथ रमना थाना के थाना प्रभारी आकाश कुमार, सअनि मनोज कुमार मंडल मौजूद थे।



BRIEF NEWS

विधायक के प्रयास से दो ग्रामीणों को मिली नई जिंदगी



KHUNTI : तोरपा के विधायक सुदीप गुड़िया के प्रयास ओर एनडीआर टीम के साहस से रनिया थाना क्षेत्र के कोटगिर गांव के दो लोगों को नई जिंदगी मिली। समय रहते यदि विधायक ओर एनडीआरएफ की टीम सक्रिय नहीं होती तो दो लोगों का कोयल नदी की तेज धार में बहना तय था। हुआ यूं कि कोटगिर गांव के बिरसा लोहरा और बिरसा आईद बुधवार की सुबह लगभग नौ बजे मछली मारने कोयल नदी गये थे, लेकिन भारी बारिश के कारण नदी में बाढ़ आ गई और दोनों व्यक्ति नदी के तेज धार में फंस गये। पानी कम होने की आशा में दोनों नदी के बीच एक चट्टान पर बैठे रहे, लेकिन पानी का बहाव घटने के वजाय बढ़ता ही रहा। जब इसकी सूचना गांव वालों के माध्यम से विधायक सुदीप गुड़िया को मिली, तो उन्होंने तुरंत एनडीआरएफ की टीम को मामले की जानकारी दी और घटनास्थल पर पहुंचने का निर्देश दिया। विधायक भारी बारिश के बावजूद पीड़ित परिवारों से मिले और उन्हें ढाढ़स बंधाया। जैसे ही गुरुवार को एनडीआरएफ की टीम घटनास्थल पर पहुंची, लोगों में उम्मीद की किरण जग उठी।

जन वितरण प्रणाली की दुकानों पर कसेगा शिकंजा, गड़बड़ी पर रहेगी उड़नदस्ते की नजर

PHOTON NEWS HAZARIBAG : जिले में जन वितरण प्रणाली (पीडीएस) की दुकानों में खाद्यान्न वितरण में गड़बड़ी की आशंकाओं को देखते हुए हजारीबाग के उपायुक्त शशि प्रकाश सिंह ने एक बड़ा कदम उठाया है।

उन्होंने वितरण व्यवस्था की जांच के लिए एक विशेष उड़नदस्ता दल का गठन किया है। यह दल जिले की सभी जन वितरण प्रणाली की दुकानों की नियमित रूप से जांच करेगा। उपायुक्त के निर्देशानुसार गठित इस उड़नदस्ता दल में जिले के वरिष्ठ पदाधिकारी, प्रखंड विकास पदाधिकारी, अंचल अधिकारी और अन्य संबंधित अधिकारी शामिल होंगे। इस टीम को पीडीएस दुकानों की स्थिति, वहां मौजूद ई-पांश मशीन, वजन मशीन, रखरखाव



अनियमितता पाए जाने पर होगी सख्त कार्रवाई
उपायुक्त ने स्पष्ट निर्देश दिए हैं कि यदि जांच के दौरान किसी भी प्रकार की अनियमितता पाई जाती है, तो संबंधित दुकानदार, गृहस्थ अथवा जिम्मेदार अधिकारी के खिलाफ कानूनी कार्रवाई की जाएगी। उपायुक्त शशि प्रकाश सिंह की इस पहल का उद्देश्य राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा योजना के तहत सभी पात्र लाभार्थियों को मानकों के अनुरूप नियमित रूप से राशन उपलब्ध कराना सुनिश्चित करना है।

किए जा रहे रजिस्टर, खाद्यान्न का स्टॉक और वितरण प्रक्रिया जैसे महत्वपूर्ण पहलुओं का निरीक्षण करने की जिम्मेदारी सौंपी गई है। जांच दल न केवल दुकानों का निरीक्षण करेगा, बल्कि राशन लेने वाले लाभार्थियों से भी

बातचीत कर उनकी समस्याओं को सुनेगा। इससे वितरण प्रक्रिया में आ रही दिक्कतों और अनियमितताओं की जानकारी मिल सकेगी। यह विशेष टीम राज्य खाद्य निगम के गोदामों का भी निरीक्षण करेगी।

उप विकास आयुक्त रवि जैन ने संभाला पदभार



KODERMA : समाहरणालय स्थित कार्यालय कक्ष में शुक्रवार को नव पदस्थापित उप विकास आयुक्त रवि जैन ने अपने पद का कार्यभार ग्रहण किया। उन्हें यह पदभार उपायुक्त सह उप विकास आयुक्त ऋतुराज द्वारा औपचारिक रूप से सौंपा गया। इस अवसर पर उपायुक्त ने श्री जैन को उनके नवीन दायित्वों के निर्वहन हेतु शुभकामनाएं देते हुए आशा व्यक्त की कि वे कर्तव्यनिष्ठा, समर्पण और दक्षता के साथ जिले के समग्र विकास को नई दिशा प्रदान करेंगे। पदभार ग्रहण समारोह के दौरान अनुमंडल पदाधिकारी रिया सिंह, अपर समाहर्ता पूनम कुजूर, जिला परिवहन पदाधिकारी विजय कुमार सोनी, जिला आपूर्ति पदाधिकारी अविनाश पुण्ड्र सहित अन्य दरीय पदाधिकारी, विभिन्न विभागों के अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित रहे।

किसान से लाखों की ठगी करने वाले दो साइबर ठगों को पुलिस ने किया गिरफ्तार

PHOTON NEWS LATEHAR : लातेहार पुलिस को साइबर अपराध के खिलाफ एक बड़ी सफलता मिली है। पुलिस ने देवघर जिले के मोहनपुर थाना क्षेत्र में छापेमारी कर दो ऐसे साइबर अपराधियों को गिरफ्तार किया है जिन्होंने एक किसान को ट्रैक्टर दिलाने के नाम पर लाखों रुपये उग लिए थे। गिरफ्तार किए गए अपराधियों की पहचान कांग्रेस कुमार और सनाउल अंसारी के रूप में हुई है, दोनों ही मोहनपुर के रहने वाले हैं।

शुक्रवार को प्रेस वार्ता में मुख्यालय डीएसपी संजीव मिश्रा ने इस मामले की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि लातेहार के एक किसान, इंद्र मुनि उरांव ने साइबर थाने में शिकायत दर्ज कराई थी कि कुछ लोगों ने उन्हें सूखा राहत के तहत ट्रैक्टर दिलाने का झांसा देकर



मामले की जानकारी देते डीएसपी संजीव मिश्रा

ऑनलाइन माध्यम से 2 लाख 37 हजार रुपये ले लिए। पैसे लेने के बाद से ही उन ठगों ने अपना फोन उठाना बंद कर दिया और किसान को कोई जवाब नहीं दिया। साइबर थाने में इस संबंध में प्राथमिकी दर्ज कर मामले की जांच शुरू की गई। जांच के दौरान पुलिस को पता चला कि जिस मोबाइल नंबर से किसान को फोन किया गया था, उसका लोकेशन देवघर के मोहनपुर के एक गांव में मिल रहा



राज्यपाल से की आदिवासी भूमि के अवैध हस्तांतरण पर रोक लगाने की मांग

GHATSILA : भारतीय जनता पार्टी अनुसूचित जनजाति मोर्चा के प्रदेश उपाध्यक्ष लखन माई ने शुक्रवार को झारखंड राजभवन में महामहिम राज्यपाल से मुलाकात कर ज्ञापन सौंपा। लखन माई ने बताया कि छोटानागपुर काश्तकारी अधिनियम (सीएनटी एक्ट), 1908 का ओर उल्लंघन कर राज्य में आदिवासी भूमि के अवैध हस्तांतरण की घटनाएं बढ़ती जा रही है। उन्होंने राज्यपाल से आग्रह किया कि इस पर तत्काल रोक लगाई जाए। साथ ही उन्होंने यह भी मांग की कि अनुसूचित जनजाति और अन्य पारंपरिक वन निवासी अधिनियम, 2006 के तहत भूमि पट्टा वितरण में हो रही देरी को दूर किया जाए। पंथा अधिनियम, 1996 को उसकी मूल भावना के अनुरूप पूर्ण रूप से लागू किया जाए। ग्राम सभाओं को सशक्त किया जाए। लखन माई ने यह भी बताया कि उन्होंने

महामहिम राज्यपाल को ज्ञापन सौंपकर कीताडीह में स्थित आदिवासी जाहेर स्थान (धार्मिक स्थल) को उजाड़ने के पूर्वी सिंहभूम प्रशासन के प्रयासों पर भी आपत्ति जताई और इसके संरक्षण हेतु हस्तक्षेप की मांग की। उन्होंने बताया दी कि मौजा कीताडीह, प्रखंड व अंचल घाटशिला, जिला पूर्वी सिंहभूम में वन विभाग खाता संख्या 314, प्लॉट संख्या 1318/1754, 1320, 1319, 1321, 1318/1755 तथा झारखंड सरकार खाता संख्या 315 पर स्थित भूमि को लेकर घाटशिला वन क्षेत्र (प्रदेशिक), जम्शेदपुर वन प्रमंडल द्वारा पार्क निर्माण के नाम पर सिंदो-कान्हू दिशोम जाहेर स्थान को उजाड़ने का प्रयास किया जा रहा है, जिसे रोकने की मांग की गई है। इसके साथ ही सिंदो-कान्हू हुलगरिया डाही (फुटबॉल मैदान) को नष्ट होने से बचाने और वीर सिंदो-कान्हू की मूर्ति को सतिग्रस्त किए जाने के प्रयासों को भी तत्काल रोकें जाने का आग्रह ज्ञापन में किया गया। इस दौरान पर भाजपा अनुसूचित जनजाति मोर्चा पूर्वी सिंहभूम के जिलाध्यक्ष भक्तु माई, जिला महामंत्री चंद्र मोहन माई एवं समाजसेवी विक्रम किस्कू उपस्थित थे।

जागरूकता अभियान नशे के अवैध उत्पादन, भंडारण और तस्करी की कड़ी निगरानी के निर्देश

हजारीबाग में मादक पदार्थों के खिलाफ निर्णायक जंग, डीसी ने की सभी विभागों के साथ बैठक

PHOTON NEWS HAZARIBAG : जिले में मादक पदार्थों के बढ़ते चलन को लेकर प्रशासन सख्त हो गया है। उपायुक्त शशि प्रकाश सिंह ने शुक्रवार को समाहरणालय सभागार में मादक द्रव्य से संबंधित जिला स्तरीय समिति और मादक पदार्थों के विरुद्ध जागरूकता अभियान के कार्यान्वयन को लेकर एक महत्वपूर्ण बैठक की अध्यक्षता की। इस बैठक में उपायुक्त ने मादक पदार्थों के खिलाफ विभिन्न विभागों द्वारा किए जा रहे कार्यों की गहन समीक्षा की। बैठक में सभी संबंधित विभागों के उच्चाधिकारियों ने हिस्सा लिया और अभियान की प्रगति पर विस्तृत चर्चा की। उपायुक्त शशि प्रकाश सिंह ने संभावित अधिकारियों को स्पष्ट निर्देश दिए कि मादक द्रव्यों के अवैध उत्पादन, भंडारण, तस्करी

खिलाड़ियों को मिली नशे के दुष्प्रभावों की जानकारी

मादक पदार्थ विरोधी जागरूकता सेमिनार का खिलाड़ियों के लिए किया गया आयोजन

HAZARIBAG : जिला खेल विभाग, हजारीबाग की ओर से मादक पदार्थों के विरुद्ध जनजागरूकता अभियान के अंतर्गत गुरुवार को कर्जन स्टेडियम में एक विशेष सेमिनार का आयोजन किया गया। इसमें विभिन्न खेल विधाओं से जुड़े लगभग 80 खिलाड़ियों ने सक्रिय हिस्सा लिया और नशे के खिलाफ लड़ाई में अपनी भूमिका को समझने का प्रयास किया। सेमिनार के दौरान विशेषज्ञों एवं प्रशिक्षकों द्वारा खिलाड़ियों को मादक पदार्थों के सेवन से स्वास्थ्य



सेमिनार में मौजूद बच्चे

पर पड़ने वाले गंभीर दुष्प्रभाव, मानसिक और शारीरिक क्षमताओं में गिरावट तथा खेल करियर पर पड़ने वाले प्रतिकूल प्रभावों के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी गई। उन्हें बताया गया कि नशा न

● फोटोन न्यूज

केवल व्यक्ति को शारीरिक रूप से कमजोर बनाता है, बल्कि उसका आत्मबल और प्रतिस्पर्धात्मक ऊर्जा भी क्षीण कर देता है। कार्यक्रम में जिला खेल पदाधिकारी (डीएसओ) ने कहा,

खिलाड़ी समाज में अनुकरणीय आदर्श होते हैं। यदि वे स्वयं नशे से दूर रहें और दूसरों को भी जागरूक करें, तो यह अभियान जन-जन तक पहुंच सकता है। उन्होंने खिलाड़ियों से आग्रह किया कि वे अपने आस-पास के युवाओं को भी नशे के दुष्प्रभावों से अवगत कराएं और एक नशा मुक्त, स्वस्थ और सशक्त समाज के निर्माण में सहयोग करें। इस जागरूकता अभियान से खिलाड़ियों में नशा विरोधी संदेश को लेकर उत्साह देखने को मिला।

क्षेत्रों में विशेष निगरानी दल गठित करने और नियमित रूप से

छापेमारी अभियान चलाने पर भी जोर दिया गया। उपायुक्त ने शिक्षा विभाग को निर्देशित किया कि शैक्षणिक संस्थाओं में विद्यार्थियों को नशा उन्मूलन के प्रति जागरूक करने के लिए विशेष कार्यक्रम आयोजित किए जाएं। उन्होंने वाद-विवाद, पोस्टर प्रतियोगिता, निबंध लेखन, संगोष्ठी और प्राचार्य स्तरीय मार्गदर्शन सत्रों के माध्यम से छात्रों को नकारात्मक आदर्शों से दूर रहने के लिए प्रेरित करने का आह्वान किया। स्वास्थ्य विभाग को निर्देश दिया गया कि नशा पीड़ित व्यक्तियों की पहचान की जाए और उन्हें उचित उपचार, परामर्श और पुनर्वास सेवाएं उपलब्ध कराई जाएं। मनोपरामर्श केंद्रों को मजबूत करने, आवश्यक विशेषज्ञों की नियुक्ति करने और सुविधाओं को बेहतर बनाने पर भी जोर दिया गया। समाज कल्याण विभाग को

समाज के विभिन्न वर्गों, खासकर महिला समूहों, युवाओं और स्वयंसेवी संस्थाओं को इस अभियान में सक्रिय रूप से जोड़ने का निर्देश दिया गया। आंगनबाड़ी केंद्रों में नशा मुक्ति से संबंधित गोष्ठियां आयोजित करने पर भी सहमति बनी। जनसंपर्क विभाग को इस अभियान के महत्व को देखते हुए जागरूकता फैलाने के लिए विभिन्न माध्यमों का उपयोग करने का निर्देश दिया गया। नुकड़ नाटक, एलर्इडी वैन, रैली, पोस्टर-बैनर, ऑडियो-विजुअल प्रचार सामग्री और डिजिटल मीडिया के माध्यम से व्यापक जन-जागरूकता अभियान चलाने की योजना बनाई गई। उपायुक्त ने विश्वविद्यालय, महाविद्यालयों, कॉलेज सेंट्रों और माइनिंग क्षेत्रों के आसपास नशा मुक्ति से संबंधित पोस्टर-बैनर लगवाने के भी निर्देश दिए।

राजमवल ने आयोजित बंगाल स्थापना दिवस समारोह में राज्यपाल सतीश कुमार गंगवार व अन्य

● फोटोन व्यूज

का भी आदर करना चाहिए। इस दिशा में हमारे प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की ओर से आरंभ किया गया 'एक भारत, श्रेष्ठ भारत' एक दूरदर्शी पहल है, जिसका उद्देश्य भारत के विभिन्न राज्यों के बीच एकता, सांस्कृतिक आदान-प्रदान और आपसी समझ को सुदृढ़ बनाना है। उन्होंने कहा कि झारखंड और बंगाल, ये दो राज्य न केवल भौगोलिक रूप से जुड़े हैं, बल्कि सांस्कृतिक, सामाजिक और भावनात्मक रूप से भी एक-दूसरे के अत्यंत निकट। झारखंड में रह रहे बंगाली समुदाय ने राज्य की सामाजिक, सांस्कृतिक और आर्थिक प्रगति में जो योगदान दिया है, वह अत्यंत सराहनीय है। राज्यपाल ने कहा कि बंगाल की भूमि सृजन, विचार और सांस्कृतिक चेतना की भूमि रही है। इस राज्य ने राष्ट्रीय निर्माण में ऐतिहासिक योगदान दिया है।

चेतना पर अमिट छाप छोड़ी। इस भूमि ने रवींद्रनाथ टैगोर, शरतचंद्र, बंकिमचंद्र जैसे साहित्य के स्तंभ दिए, जिनकी लेखनी ने विश्व स्तर पर भारतीय अस्मिता को पहचान दिलाई। उन्होंने कहा कि बंगाल ने समाज सुधार और स्वतंत्रता संग्राम के क्षेत्र में भी देश को नई दिशा दी। राजा राम मोहन राय ने सामाजिक कुरीतियों के विरुद्ध बिगुल फूँका, वहीं नेताजी सुभाष चंद्र बोस ने आजादी के आंदोलन को अद्भुत साहस और दृढ़ संकल्प के साथ नई गति दी।

मैदान, रांची में होगी यह जानकारी ऑल इंडिया मुस्लिम पर्सनल लॉ बोर्ड झारखंड के सदस्य सह तहफुज अवकाफ कायेंस रांची के संयोजक डाक्टर मजीद आलम ने एक प्रेस विज्ञप्ति जारी करते हुए दी है। उन्होंने कहा कि वक्फ कानून के विरोध में ऑल इंडिया मुस्लिम पर्सनल लॉ बोर्ड देश भर में विरोध प्रदर्शन कर रहा है। इसी कड़ी में ऑल इंडिया मुस्लिम पर्सनल लॉ बोर्ड झारखंड के बैनर तले रांची में सभा की जाएगी। सभा में बोर्ड के महासचिव मौलाना फजलुरेहीम

मुजददीदी, प्रवक्ता डॉ कासिम रसूल इलियास, राज्यसभा सांसद मनोज झा, केशना के सांसद चौधरी इकरा हसन, राज्यसभा सदस्य इमरान प्रतापगढ़ी, रामपुर सांसद माला मोहिबुल नदवी, संवार के सांसद जियाउर्रहमान बर्क, सहारनपुर के सांसद इमरान मसूद, कटिहार के सांसद तारक अनवर, झारखंड सरकार के अल्पसंख्यक कल्याण मंत्री हर्षीजुल हसन, स्वास्थ्य मंत्री डॉ. इरफान अंसारी, राज्यसभा सांसद सरफराज, महुआ मारजी शामिल होंगी।

यह पुस्तक झारखंड राज्य गठन, झारखंड आंदोलन, झारखंड की संस्कृति, संपदा, वनझरपार्यावरण के संरक्षण और औद्योगिक विकास का समाज पर असर सहित राज्य की वर्तमान राजनीतिक हालात पर केन्द्रित है। पुस्तक में झारखंड के निर्माण से लेकर अब तक की यात्रा का जिक्र किया गया है। इस अवसर पर मंत्री ने बलमुचू को बधाई और शुभकामनाएँ दीं। मंत्री शिल्पी ने कहा कि झारखंड के हर वर्ग के लिए यह पुस्तक लाभप्रद साबित होगा।

बैल की वैज्ञानिक खेती

बेल हमारे देश में उगाये जाने वाला एक पोरणिक वृक्ष है। कम सिंचित भूमि में भी इसे आसानी से उगाया जा सकता है भगवान शिव की आराधाना में बैल पत्र एवं फल का विशेष स्थान है। बेल फल के पंचांग (जड़, छाल, पत्ते, शाख एवं फल) औषधि रूप में मानव जीवन के लिये उपयोगी एवं उदर रोगों में बहुतायत से किया जाता है। राजस्थान में इसकी खेती सभी जिलों में की जा सकती है।

जलवायु

बेल एक उपरोक्त जलवायु का पौधा हैं, फिर भी इसे तथा जलवायु में भी सफलतापूर्वक उगाया जा सकता है। इसकी खेती समुद्र तल से 1200 मीटर ऊँचाई तक और 7-46 डिग्री सेंटीग्रेड तापमान तक की जा सकती है। फूल एवं फल के विकास के समय पर्याप्त वर्षा व नमी का होना आवश्यक है। इसके लिए शुष्क एवं गर्म वातावरण उपयुक्त होता है

भूमि

बेल की खेती सभी प्रकार की भूमि में की जा सकती है, परन्तु उपयुक्त जल निकास युक्त बलुई दोमट भूमि, इसकी खेती के लिये अधिक उपयुक्त हैं, भूमि की पी.एच. मान 6-8 तक अधिक उपयुक्त रहता है पड़ती एवं शुष्क भूमि में लगाने के लिए यह एक उपयुक्त पौधा है।

किस्में

सिवान, देवरिया, बड़वा, कागजी इटावा, चकिया, मिर्जापुरी,

पंत सिवानी, पंत अर्पणा पंत उर्वशी और पंत सुजाता नेल की उपयुक्त किस्में हैं।

प्रवर्धन

बेल के पौधों का प्रवर्धन लैंगिक एवं वानस्पतिक दोनों

तुरन्त बाद 15-20 सेमी. की ऊंची एवं 13-10 मी. की बैड में 1-2 सेमी. की गहराई 15-20 सेमी. की ऊँची एवं 1 मी. की बैड में 1-2 सेमी. की गहराई पर फवरी - मार्च एवं जून- जुलाई के महीने में की जाती है। जब पौधे एक वर्ष के हो जाएँ अथवा तना पेंसिल की मोटाई के आकार का हो जाए तो कलिकायन करने के योग्य हो जाते हैं। जुलाई- अगस्त या फवरी माह कलिकायन के लिए उपयुक्त समय है। बेल में पंच कलिकायन विधि सर्वोत्तम रहती है।

पौधा रोपण

कलिकायन किये हुये पौधों के रोपण का सर्वोत्तम समय जुलाई- अगस्त है। इसके लिए जून माह में 1 3 1 3 1 मीटर के गड्ढे 8-10 मीटर की दूरी पर खोदें। इन गड्ढों को 20-30 दिनों तक खुला छोड़ कर 10-15 किलोग्राम गोबर की सड़ी



खाद तथा क्लोरोपायरीफॉस 4 प्रतिशत चूर्णत प्रति गड्ढा मिलाकर भर दें।

शिखर रोपण विधि

पुराने बीजू पौधों को कलमी पौधों में बदलने के लिये छोटी कलम बांधना चाहिये। इसके लिये पेड़ की मोटी शाखाओं को जमीन से उचित ऊँचाई (2.5-3.0 मी.) पर मार्च में शिखर से काट कर कटे हिस्से को गोली मिट्टी और टाट से ढंक देते हैं। जब इन कटे हुए भागों में नई शाखाएं निकल कर कलम बांधने योग्य हो जाएँ तो उन पर जुलाई में कलिकायन कर दें तथा कलिकाओं को अच्छे तरह पुराव उपरान्त पुरानी शाखाओं को ऊपर से काट दें। इस प्रकार से पौधों में तीसरे वर्ष से उपज प्राप्त होने लगती है।

खाद एवं उर्वरक

एक वर्ष के पौधे को 10 किग्रा. गोबर खाद, 100 ग्राम यूरिया, 150 ग्राम सुपर फास्फेट एवं 100 ग्राम म्प्रेट ऑफ पोटाश दें। यह मात्र इसी दर से 8 वर्ष तक बढ़ाते रहें। पौधों में उर्वरकों का उपयोग मार्च-अप्रैल में तथा गोबर खाद का प्रयोग

जुलाई माह में करें।

सिंचाई:- बेल के नये स्थापित बगीचों में गर्मी से सात दिन के अन्तराल पर व शीतकाल में 15 दिन के अन्तराल पर सिंचाई करें। गर्मियों में बेल का पौधा अपनी पत्तियां गिरा कर सुषुप्तावस्था में चला जाता है। सिंचाई की सुविधा होने पर मई - जून के महीने में नई पत्तियां आने के बाद 20-30 दिनों के अन्तराल पर दो सिंचाई करें।

निराई - गुड़ाई

बेल के थालों में खाद एवं उर्वरक के प्रयोग के समय हल्की गुड़ाई करें।

पौधों की कटाई - छांटी

पौधों की साफ सुथरी प्ररोह विधि से करना उत्तम होता है। सथाई का कार्य शुरू के 4-5 वर्षों में ही करें। मुख्य तने को 75 सेमी. तक अकेला रखें। तत्पश्चात 4-6 शाखायें चारों दिशाओं में बढ़ने दें। सूखी तथा कीड़ों एवं बीमारियों से ग्रसित टहनियों को समय-समय पर निकालते रहें।

अन्त फसलें

शुरू के वर्षों में नये पौधों के बीच खाली जगह का प्रयोग अन्तः फसल लगा कर करें। इसके लिए दलहनी फसलें- मटर, ग्वार, लोबिया, मूंग, उड़द एवं सब्जियाँ- बैंगन, टमाटर, पालक, धनिया, मिर्च व लहसुन आदि को उगाया जा सकता है।

फसलों की तुड़ाई व उपज

फसल अप्रैल- मई माह मे तोड़ने योग्य हो जाते हैं जब फलों का रंग गहरे हरे रंग में बदल कर पीला हरा होने लगे तब फलों की तुड़ाई 2 सेमी. डण्डल के साथ करें।

कलमें पौधों में 3-4 वर्षों में फलत प्रारम्भ हो जाती है, जबकि बीजू पेड़ों में फलत 7-8 वर्ष में होती है।

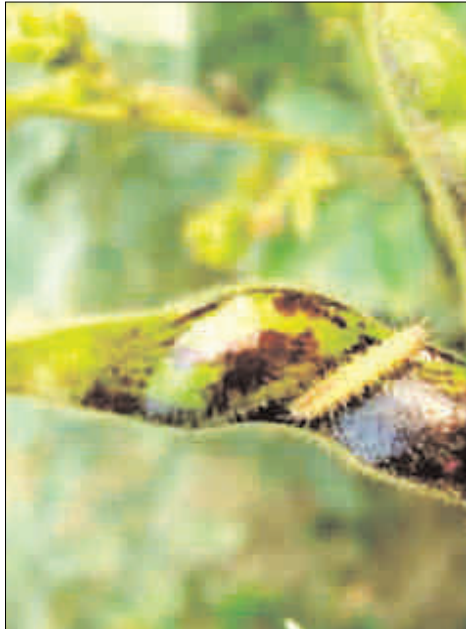
पूर्ण विकसित वृक्ष (10-15 वर्ष) की उन्नत प्रजाति के पौधे से 200-400 बड़े फल एवं बीजू पौधों से प्रति पेड़ 100-200 छोटे फल प्राप्त होते हैं।

मउउरण

बेल के फलों को शीत संग्रहण में 90 डिग्री सेल्सियस तापमान पर 3 माह तक सुरक्षित रख सकते हैं।



शाकीय फसलों में प्रमुख प्राकृतिक शत्रुओं को पहचानें



कोटसीनेलीडस

शाकीय फसल के खेतों में सोनपंखी भृंग प्रचलित रूप से पाये जाते हैं। सोनपंखी भृंग चेपों, सफेद मक्खी, स्केल कीटों,

अण्डों, निम्फों और वयस्कों से अपना भोजन प्राप्त करते हैं विशेष रूप से ये बड़ी मात्रा में चेंपा से भोजन प्राप्त करते हैं। लावां, वयस्कों की अपेक्षा अधिक दक्ष परभक्षी होते हैं विशेष रूप से चौथा इन्स्टार लावां अन्य इन्स्टारों की अपेक्षा अधिक खाऊ भक्षक होते हैं। वे दिखने में बहुत उग्र होते हैं जिससे अक्सर लोगों को यह भ्रम होता है कि वे बहुत नुकसान पहुँचा सकते हैं जो कि सत्य नहीं है। सोनपंखी भृंग में नर भक्षण भी पाया जाता है। सी. सैटरमपंकटाटा: वयस्क आधे मटर के आकार का होता है। पीले से लाल भ्रूण होता है और इसके

काले रंग के होते हैं। प्यूपा हल्के भूरे रंग का होता है जिस पर काले बिन्दु लगे होते हैं। और ये पिछले सिरे की पत्तियों पर लगे हुए होते हैं। अण्डा 1-2 मि.मी. लम्बा और पीले रंग का होता है। मोनोकार्बोनाइलस सेक्समाकुलेटस: काले धब्बों वाला सोनमुखी भृंग है। अवतानित आधार पर लम्बा और संकरा काला बैण्ड

छोटे और संकरे अनुदैर्घ्य संकीर्णन या लाइन द्वारा अनुप्रस्थ अण्डाकार काले विन्मोय स्थल से जुड़ा होता है।

ग्रीन लेस विग्स

क्राइसोपा चेंपा, कटुकी, फुदका, सफेद मक्खी, थ्रिप्स, बॉलवर्म और अन्य अनेक छोटे कीटों से अपना भोजन प्राप्त

हरे या कभी-कभी भूरे होते हैं। इनकी सुनहरी आंखें होती हैं और नाजुक नेटदार पंख होते हैं।

लावां, जो कि बहुत अधिक सक्रिय होते हैं, धूसर या भूरे रंग के होते हैं तथा ऐलीगेटर प्रकार के होते हैं। इनकी पूरी तरह

मि.मी. से 6-8 मि.मी. तक बढ़ते हैं। जो कि कुछ ही दिनों में धूसर रंग के हो जाते हैं। युवा लावां निर्जलीकरण के संवेदनशील होते हैं। उन्हें नमी के स्रोत की आवश्यकता होती है।

प्रेडग मेटिस

प्रेडग मेटिस परभक्षी होते हैं और वे जीवित कीटों का शिकार करते हैं। वे अपने शिकार का पास आने के लिए इंतजार करते हैं और फिर तेजी से उनको पकड़ लेते हैं। मेटिस अपने शिकार पर आक्रमण करने के लिए आगे की दो टांगों का इस्तेमाल करते हैं। वे रात के समय सक्रिय होते हैं। वयस्क प्रेडग मेटिस लंबाई में 1 से.मी. से लेकर अनेक इंचों तक अलग-अलग आकार के होते हैं। वे अपने आस-पास के वातावरण में घुल जाते हैं और उनकी नजर बहुत तेज होती है। इनमें प्रायः लैंगिक नर भक्षण भी देखा गया है।

ड्रेगन फलाई

अन्य नुकसानदायक छोटे कीटों जैसे मधुमक्खियों, तितलियों और मक्खियों को खाते हैं। उनके लावां जलचर होते हैं। वे अपने शिकार को स्पाइकों से भरी हुई टांगों से कसकर पकड़े रखती हैं। वे अपने शिकार को अपने फैलाये जा सकने वाले जबड़ों का प्रयोग करते हुए पकड़ती हैं। वयस्क ड्रेगन फ्लाई की जीवन अवधि केवल कुछ ही महीने है। इसका अधिकांश जीवन जल सतह के नीचे लावां की स्थिति में ही बीत जाता है। मादा ड्रेगन फ्लाई प्रायः पानी में तैरने वाले या जलमग्न पौधों पर या उसके आस-पास अंडे देती हैं। बड़ी ड्रेगन फ्लाई की लावां



स्थिति पांच वर्षों तक चल सकती है।

डैमसल फ्लाई

वे जलीय वनस्पति और नहरों और तालाबों के नीचे पैदा होती हैं। वे जलीय कीटों और अन्य संधिपादों को खाती हैं। डैमसल फ्लाई वयस्क अपना शिकार पकड़ने के लिए अपनी टांगों को इस्तेमाल करती हैं जो कि बालों से ढकी होती हैं। वे

हुर खा जाता है। वयस्क सामान्यतया पानी के नजदीक पाए जाते हैं। डैमसल फ्लाई के लंबे पतले शरीर होते हैं और वे प्रायः हरे, नीले, लाल, पीले, काले या भूरे चमकदार रंगों के होते हैं।

ट्राइकोग्रामा प्रजाति

ट्राइकोग्रामा बहुत ही छोटे बर् होते हैं। वे बेधकों के परजीवी होते हैं। परजीवी अण्ड काड़ों को पौधे की पत्तियों के निचले किनारे की तरफस्टैपल किया जा सकता है जिससे कि परजीवी उभर सकें और परपोशी अण्डों पर आक्रमण कर सकें। प्रत्येक मादा लगभग 100 अण्डों का परजीवन करती है। छोटा जीवन चक्र होने के कारण बरों की जनसंख्या तेजी से बढ़ती है ट्राइकोग्रामा 75 प्रतिशत आद्रता के साथ 23-25 डिग्री सेंटीग्रेड के तापमान पर सक्रिय होता है। प्राकृतिक शत्रुओं की रक्षा करने वाली और उन्हें प्रोत्साहित करने वाली तथा नाशीजीवों पर उनके प्रभाव को बढ़ाने वाली फसल पद्धतियों का प्रयोग करते हुए परजीवियों का संरक्षण महत्वपूर्ण है। ट्राइकोग्रामा वाणिज्यिक सप्लायरों के पास आसानी से उपलब्ध है।

न्यूक्लिलयर पॉलीहिड्रोसिस वायरस

एनपीवी एक विशिष्ट प्रकार का रोग है। पौधों पर शाम के समय किसी भी स्प्रेडर/स्ट्रकर या डिजेंट पाउडर के 0.5 प्रतिशत और 0.1 प्रतिशत जैगरी घोल जैसे सहोशधों संयोजकों के साथ 250 एल ई/हेक्टर की दर से विषाणु घोल का छिड़काव किया जाता है। यह तम्बाकू की इल्ली और सभी शाकीय फसलों पर फल बेधकों के विरुद्ध बहुत अधिक प्रभावकारी है।

एनपीवी से संक्रमित हो जाते हैं। संक्रमित लावां आलसी हो जाता है और भोजन करना बंद कर देता है। बाद में संक्रमित लावां काला हो जाता है। यह पर्ण समूह पर टंगा हुआ देखा जाता



है। न्यूक्लिलयर पॉलीहाइड्रोसिस वायरस में अनेक पॉलीहेड्रिल समावेशी कार्याएं होती हैं जिनमें कि छड़ की प्रकार के विषाणु कण होते हैं। यह शहद की मक्खियों, मछली, स्तनधारियों और कीटों के प्राकृतिक शत्रुओं के लिए सुरक्षित है और इन्हें ठण्डे स्थान पर संग्रहित किया जा सकता है।

परभक्षी बर्: पीले बर् अनेक कीटों को अपना शिकार बनाते हैं जिन्हें कि नाशीजीव माना जाता है। वे मधुमक्खियों का भी शिकार करते हैं लेकिन मधुमक्खियों से अलग इन बरों की कॉलोनियां प्रत्येक सदी के मौसम के प्रारम्भ होने पर ही मर जाती हैं। प्रत्येक सामाजिक बर् कॉलोनी में एक रानी और

रानियां भी होती हैं। कॉलोनी का आकार और संरचना भिन्न-भिन्न होती है और यह कुछ दर्जन से लेकर हजारों तक हो सकती है। मनुष्य को इनके द्वारा काटे जाने का पता उसको होने वाली एलर्जी से चलता है।

कोटेशिया

कोटेशिया इलियों जैसे तम्बाकू की इल्ली और चने की इल्ली का परजीवी है। कोटेशिया प्रजाति के वयस्क छोटे, गहरे रंग के बर् होते हैं और छोटी मक्खियों से मिलते-जुलते होते हैं। उनके दो जोड़ी पंख होते हैं, पिछे के पंख आगे के पंखों से छोटे होते हैं। एन्टीना 1.5 मि.मी. लंबे और ऊपर की तरफगोलाई लिए हुए होते हैं (मुड़े हुए नहीं होते)। मादा का पेट संकरा होता हुआ बाहर की ओर मुड़ा होता है जिसे कि ऑविपॉजटर कहते हैं जिसे वह अंडे देती है। प्यूपा परपोषी लावां या पौधे की पत्तियों से जुड़े पीले, रेशमी कोकून के अनियमित द्रव्य के रूप में होते हैं।

बेल के प्रमुख कीट एवं व्याधियों तथा

उनका प्रबन्धन

अल्टरनेरिया लीफस्पॉट:- पत्तियों पर गहरे भूरे रंग के अनियमित आकार के धब्बे दिखाई देते हैं।

प्रबन्धन

कापर आक्सीक्लोराइड के 0.2 प्रतिशत के घोल का छिड़काव करें।

केंकर

इस रोग से प्रभावित भागों पर जलशोषित धब्बे बन जाते हैं जो कि बढ़कर भूरे हो जाते हैं। रोगग्रस्त पत्तियों पर छिद्र बन जाते हैं।

प्रबन्धन

स्ट्रेथसाइक्लीन 100-200 पी.पी.एम. का छिड़काव करें।

फलों का फटना

बोरोन व नमी की कमी की वजह से फल फटने लगते हैं अथवा पकने से पूर्व उनमें दरार पड़ने लगती है।

प्रबन्धन

बोरेक्स 0.4 प्रतिशत का छिड़काव करें व नियमित सिंचाई करें।



मकड़ी

मकड़ियां व्यापक रूप से होती हैं और वे अनेक कीटों से अपना भोजन प्राप्त करते हुए उत्कृष्ट परभक्षी होती हैं। मकड़ी की कुछ प्रजातियां अपने शिकार को पकड़ने के लिए जालों का प्रयोग करती हैं जबकि अन्य प्रजातियां अपना शिकार लुक-छिपकर करती हैं। कुछ मकड़ियां चींटियों को भी खाती हैं। वृत्ताकार जालों को बुनने वाली ये मकड़ियां अपने शिकार को पकड़ने के लिए अपने जालों का जल्दी-जल्दी फिर से निर्माण करती हैं, उनका पुनः चक्रण करते हुए अर्थात् इस प्रक्रिया में पुराने जाल को खाते हुए।

सिर्फिड मक्खी

सिर्फिड मक्खी की अनेक प्रजातियां चेंपा और साथ ही मिली बग, सफेद मक्खियों, लैपिडोटैरीन लावां और लाभप्रद कीटों के परभक्षी होती हैं। वयस्क सामान्यतया चमकदार रंग के, मधुमक्खियों और बरों से मिलते-जुलते होते हैं। सिर्फिड लावां दिखने में और आदतों में भिन्न-भिन्न होते हैं। वे या तो अविकल्पी या विकल्पी परभक्षी होते हैं। लावें कुछ-कुछ लोट प्रकार के होते हैं और सिर की तरफसे शुंडाकार होते हैं। प्यूपा परपोषी लावां या पौधे की पत्तियों से जुड़े पीले, रेशमी कोकून के अनियमित द्रव्य के रूप में होते हैं।

एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य: योग से वैश्विक संतुलन की ओर



योगेश कुमार गोयल

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के लिए 21 जून का ही दिन निर्धारित किए जाने की भी खास वजह रही। दरअसल यह दिन उत्तरी गोलार्ध का पूरे कैलेंडर वर्ष का सबसे लंबा दिन होता है। इस दिन की तिथि को ग्रीष्म संक्रांति के साथ मेल खाने के लिए बनाया गया था, जो उत्तरी गोलार्ध में वर्ष का सबसे लंबा दिन होता है और प्रकाश और स्वास्थ्य का प्रतीक है।

यों ग: मेड इन इंडिया, मेड फॉर द वर्ल्ड दुनिया भर के 170 से भी ज्यादा देश प्रतिवर्ष 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाते हैं और योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाने का संकल्प लेते हैं। संयुक्त राष्ट्र महासभा के 69वें सत्र में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा रखे गए प्रस्ताव के जवाब में 11 दिसंबर 2014 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की स्थापना की थी और वैश्विक स्तर पर पहला अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून 2015 को मनाया गया था। इस वर्ष पूरी दुनिया 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग' थीम के साथ 11वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मना रही है। इस वर्ष भारत में 'योग संगम 2025' के तहत आंध्र प्रदेश के विशाखापत्तनम में भव्य आयोजन हो रहा है, जिसमें प्रधानमंत्री मोदी के साथ-साथ आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री और हजारों संगठनों के प्रतिनिधि भाग लेंगे। अनुमान है कि इस आयोजन में 5 लाख से अधिक लोग एक साथ योगाभ्यास करेंगे, जो अपने आप में एक नया रिकॉर्ड होगा।

प्रतिवर्ष यह दिवस मनाने का उद्देश्य योग को एक ऐसे आंदोलन के रूप में बढ़ावा देना है, जो व्यक्ति की तन्यकता को उन्नत करता है और समाज के प्रत्येक व्यक्ति के लिए कल्याण को बढ़ावा देता है। वैसे तो योग को विश्व स्तर पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के सतत प्रयासों के चलते वर्ष 2015 में अपनाया गया था किंतु भारत में योग का इतिहास सदियों पुराना है। माना जाता रहा है कि पृथ्वी पर सभ्यता की शुरुआत से ही योग किया जा रहा है लेकिन साक्ष्यों की बात करें तो योग करीब पांच हजार वर्ष पुरानी भारतीय परंपरा है। करीब 2700 ईसा पूर्व वैदिक काल में और उसके बाद पतंजलि काल तक योग की मौजूदगी के ऐतिहासिक प्रमाण मिलते हैं। महर्षि पतंजलि ने अभ्यास तथा वैराग्य द्वारा मन की वृत्तियों पर नियंत्रण करने को ही योग बताया था। हिंदू धर्म शास्त्रों में भी योग का व्यापक उल्लेख मिलता है। विष्णु पुराण में कहा गया है कि जीवात्मा तथा परमात्मा का



पूर्णतया मिलन ही अद्वैतानुभूति योग कहलाता है। इसी प्रकार भगवद्गीता बोध में वर्णित है कि दुःख-सुख, पाप-पुण्य, शत्रु-मित्र, शीत-उष्ण आदि द्वंदों से अतीतय मुक्त होकर सर्वत्र समभाव से व्यवहार करना ही योग है। भारत में योग को निरोगी रहने की करीब पांच हजार वर्ष पुरानी मानसिक, शारीरिक और आध्यात्मिक पद्धति के रूप में मान्यता प्राप्त है, जो भारतीयों की जीवनचर्या का अहम हिस्सा है। सही मायनों में योग भारत के पास प्रकृति प्रदत्त इसी अमूल्य धरोहर है, जिसका भारत सदियों से शारीरिक और मानसिक लाभ उठाता रहा है, लेकिन कालांतर में इस दुर्लभ धरोहर की अनदेखी की ही नतीजा है कि लोग तरह-तरह की बीमारियों के मकड़जाल में जकड़ते गए। वैसे तो स्वामी विवेकानंद ने भी अपने शिकागो सम्मेलन के भाषण में सम्पूर्ण विश्व को योग का संदेश दिया था लेकिन कुछ वर्षों पूर्व योग गुरु स्वामी रामदेव द्वारा योग विद्या को घर-घर तक

पहुंचाने के बाद ही इसका व्यापक प्रचार-प्रसार संभव हो सका और आमजन योग की ओर आकर्षित होते गए। देखते ही देखते कई देशों में लोगों ने इसे अपनाया शुरू किया। साल 2023 में ही लगभग 190 देशों में योग दिवस के तहत 25 करोड़ से अधिक लोगों ने भाग लिया था। आज की भागदौड़ भरी जीवनशैली में योग का महत्व कई गुना बढ़ गया है। योग ने केवल कई गंभीर बीमारियों से छुटकारा दिलाने में मददगार साबित होता है बल्कि मानसिक तनाव को खत्म कर आत्मिक शांति भी प्रदान करता है। दरअसल यह एक ऐसी साधना, ऐसी दवा है, जो बिना किसी लागत के शारीरिक एवं मानसिक बीमारियों का इलाज करने में सक्षम है। यह मस्तिष्क की सक्रियता बढ़ाकर दिनभर शरीर को ऊर्जावान बनाए रखता है। यही कारण है कि अब युवा एरोबिक्स व जिम छोड़कर योग अपनाने लगे हैं। माना गया है कि योग तथा प्राणायाम से

जीवनभर दवाओं से भी ठीक न होने मधुमेह रोग का भी इलाज संभव है। यह वजन घटाने में भी सहायक माना गया है। योग की इन्हीं महत्ताओं को देखते हुए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 27 सितम्बर 2014 को संयुक्त राष्ट्र महासभा से आह्वान किया था कि दुनियाभर में प्रतिवर्ष योग दिवस मनाया जाए ताकि प्रकृति प्रदत्त भारत की इस अमूल्य पद्धति का लाभ पूरी दुनिया उठा सके। यह भारत के बेहद गर्व भरी उपलब्धि रही कि संयुक्त राष्ट्र महासभा में प्रधानमंत्री के इस प्रस्ताव के महज तीन माह के भीतर 177 देशों ने अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाए जाने के प्रस्ताव पर स्वीकृति की मोहर लगा दी, जिसके उपरान्त संयुक्त राष्ट्र महासभा द्वारा 11 दिसम्बर 2014 को घोषणा कर दी गई कि प्रतिवर्ष 21 जून का दिन दुनियाभर में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाया जाएगा।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के लिए 21 जून का ही दिन निर्धारित किए जाने की भी खास वजह रही। दरअसल यह दिन उत्तरी गोलार्ध का पूरे कैलेंडर वर्ष का सबसे लंबा दिन होता है। इस दिन की तिथि को ग्रीष्म संक्रांति के साथ मेल खाने के लिए बनाया गया था, जो उत्तरी गोलार्ध में वर्ष का सबसे लंबा दिन होता है और प्रकाश और स्वास्थ्य का प्रतीक है। भारतीय संस्कृति के नजरिये से देखें तो ग्रीष्म संक्रांति के बाद सूर्य दक्षिणायन हो जाता है तथा यह समय आध्यात्मिक सिद्धियां प्राप्त करने में लाभकारी माना गया है। आधुनिक चिकित्सा विज्ञान भी योग के महत्व को स्वीकारने लगा है। इसलिए स्वस्थ जीवन जीने के लिए जरूरी है कि योग को अपनी दिनचर्या का अटूट हिस्सा बनाया जाए। योग केवल एक व्यायाम नहीं है बल्कि यह शरीर और मन के साथ-साथ स्वयं को सशक्त बनाने का एक बेहतरीन तरीका है। यह भारत की उस धरोहर का पुनर्जागरण है, जिसे आज पूरा विश्व अपनाकर अपने तन, मन और आत्मा को संतुलन में ला रहा है। (लेखक 35 वर्षों से पत्रकारिता में निरन्तर सक्रिय वरिष्ठ पत्रकार हैं)

इजराईल - ईरान युद्ध में भारत निभा सकता है अहम भूमिका

संपादकीय

खामेनेई की खरी-खरी

ईरान के सर्वोच्च नेता अयातुल्ला अली खामेनेई ने अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप को जो खरी-खरी सुनाई है, ट्रंप उसी के हकदार थे। एक तो ट्रंप इस्त्राइल और ईरान के संघर्ष में जबरदस्ती अपनी नाक घुसा रहे हैं दूसरे वह इस्त्राइल के पक्ष में ऊटपटांग बयान देकर ईरान को धमका और चिढ़ा रहे हैं। किसी भी संप्रभु राष्ट्र का नेता ऐसे हालात में वही करेगा जो खामेनेई ने किया है। उन्होंने आत्मसमर्पण करने की ट्रंप की नसीहत को खारिज कर दिया और उल्टे चेतावनी दे डाली कि संघर्ष में अमेरिका की किसी भी कूद-फांद से उसे ही अपूरणीय क्षति होगी। हालांकि इस्त्राइल अमेरिका की मदद के बल पर ही सीनाजोर बना हुआ है। ट्रंप ने एक ही दिन पहले ईरान से बिना शर्त आत्मसमर्पण करने को कहा था। इससे भी बढ़कर उन्होंने कहा था कि खामेनेई को मारने की फिलहाल कोई योजना नहीं है। ये सब कौन बर्दाश्त करता। तकनीकी रूप से ईरान कितना ही कमजोर हो, लेकिन इस्त्राइल की बेजा हरकतों का मुकाबला तो वह कर ही रहा है। इसी कारण से नेतन्याहू बिलबिला रहे हैं और चाहते हैं कि अमेरिका इस युद्ध में कूद जाए। ट्रंप हैं कि रोज बयान बदलकर ही ईरान को झुका लेना चाहते हैं। ईरान को धमकाने के लिए अमेरिका ने इस क्षेत्र में कुछ और युद्धक विमान भेजे हैं। खामेनेई ने ट्रंप के धमकी भरे और बेतुके बयानों को खारिज करते हुए कहा इस तरह की धमकियां समझदारी नहीं है। सीधे अमेरिकियों को सदंश देते हुए खामेनेई ने चेताया कि अमेरिका की किसी भी सैन्य भागीदारी से क्षेत्र में पूर्ण युद्ध छिड़ जाएगा और उसे ही अपूरणीय क्षति होगी। लगता है इस मामले में अलग थलग पड़े ईरान के पक्ष में अरब देशों में एकजुटता की सुगबुगाहट होने लगी है। इसी कड़ी में इराक ने क्षेत्रीय चुनौतियों से निपटने के लिए इस्त्राबुल में होने वाले इस्लामिक सहयोग संगठन सम्मेलन के दौरान अरब देशों के विदेश मंत्रियों की आपातकालीन बैठक बुलाने का आह्वान किया है। प्रस्तावित बैठक का उद्देश्य तेजी से बदल रहे घटनाक्रमों के मद्देनजर अरब देशों की स्थिति में समन्वय करना और साझा जिम्मेदारी की भावना के साथ मौजूदा चुनौतियों से निपटना है। हालांकि अमेरिका की चालबाजियों को देखते हुए अरब और इस्लामिक देशों की एकजुटता बहुत दूर की कौड़ी है। युद्ध के छठे दिन ईरान और इस्त्राइल के बीच महत्वपूर्ण संस्थाओं पर हमले का सिलसिला जारी है।



प्रहलाद सबनानी

रूस - यूक्रेन एवं इजराईल - हम्मस के बीच युद्ध अभी समाप्त भी नहीं हुआ है और तीसरे मोर्चे इजराईल - ईरान के बीच भी युद्ध प्रारम्भ हो गया है। हालांकि इस बीच भारत - पाकिस्तान के बीच भी युद्ध छिड़ गया था परंतु भारत की बड़े भाई की भूमिका के चलते इस युद्ध को शीघ्रता से समाप्त करने में सफलता मिल गई थी। दो देशों के बीच युद्ध में किसी एक देश का फायदा नहीं होकर बल्कि दोनों ही देशों का नुकसान ही होता है। परंतु, आवेश में आकर कई बार दो बड़े देश भी आपस में टकरा जाते हैं एवं इन दोनों देशों के पक्ष एवं विपक्ष में कुछ देश खड़े हो जाते हैं जिससे कुछ इस प्रकार की परिस्थितियां निर्मित हो जाती हैं कि विश्व युद्ध छिड़ जाते हैं। वर्ष 1914 से वर्ष 1918 के बीच प्रथम विश्व युद्ध एवं वर्ष 1939 से वर्ष 1945 के बीच द्वितीय विश्व युद्ध इसके उदाहरण हैं। इजराईल - ईरान के बीच हाल ही में प्रारम्भ हुए युद्ध में अमेरिका की कूदने की तैयारी करता हुआ दिखाई दे रहा है। अगर ऐसा होता है तो बहुत सम्भव है कि ईरान की सहायता के लिए रूस एवं चीन भी इस युद्ध में कूद पड़ें एवं यह युद्ध तृतीय विश्व युद्ध का स्वरूप ले ले। ऐसा कहा जा रहा है कि इजराईल एवं अमेरिका ईरान में सत्ता परिवर्तन करवाना चाह रहे हैं ताकि ईरान में उनके हितों को साधने वाली सरकार स्थापित हो सके। वैश्विक स्तर पर आज परिस्थितियां बहुत सहज रूप से नहीं चल रही है। विभिन्न देशों के बीच विश्वास की कमी हो गई है जिसके चलते छोटे छोटे मुद्दों को तूल दी जाकर आपस में खटास पैदा करने के प्रयास हो रहे हैं। कुछ देश, दो देशों के बीच, इन मुद्दों को हवा देते हुए भी दिखाई दे रहे हैं। जैसे आतंकवाद के मुद्दे को ही ले, यदि ये देश आतंकवाद से स्वयं ग्रसित हैं तो इनके लिए आतंकवाद बुराई की जड़ है और यदि कोई अन्य देश आतंकवाद को लम्बे समय से झेल रहा

है तो इन देशों के लिए आतंकवाद कोई बहुत बड़ा मुद्दा नहीं है। बल्कि, आतंकवाद को बढ़ावा देने वाले देशों को प्रोत्साहन दिया जाता हुआ दिखाई दे रहा है। चौधरी बन रहे कुछ देश अपनी विस्तरवादी नीतियों के चलते कई देशों में अपने हित साधने वाली सरकारों की स्थापना करना चाह रहे हैं एवं इन देशों में इस प्रकार की परिस्थितियां निर्मित करने के प्रयास कर रहे हैं ताकि ये देश आपस में लड़ाई प्रारम्भ करें। रूस एवं यूक्रेन के बीच युद्ध इसका जीता जागता उदाहरण है। साथ ही, कुछ देशों की कथनी और करनी में पाए जाने वाले फर्क के चलते भी वैश्विक स्तर पर परिस्थितियां बिगड़ रही हैं। चौधरी बन रहे देशों को तो उदाहरण पेश करते हुए अपनी कथनी एवं करनी में फर्क को समाप्त करना ही होगा। अन्यथा, वैश्विक स्तर पर परिस्थितियां भयावह स्तर तक पहुंच सकती हैं।

चूँकि इजराईल भी आतंकवाद से पीड़ित देश है एवं पुराने धर्म जोरोस्ट्रीयन (हम्मस एवं हूथी आदि संगठनों) से युद्ध करता रहता है। इस्लाम के अनुयायी यहुदियों के कट्टर दुश्मन हैं, इसके चलते भी इजराईल के नागरिकों का आतंकवाद को लम्बे समय से झेलना पड़ रहा है।

ईरान के बारे में तो कहा जा रहा है कि ईरान स्थित लगभग 60 प्रतिशत मस्जिदों में इबादत के लिए कोई भी व्यक्ति पहुंच ही नहीं रहा है क्योंकि ईरान में एवं ईरान द्वारा पड़ोसी देशों में फैलाए गए आतंकवाद से ईरान के मूल नागरिक अत्यधिक परेशान हैं। महिलाओं पर आतंकवादियों द्वारा किए जा रहे अत्याचारों से स्थानीय नागरिक बहुत दुखी हैं। अतः अब वे अपने पुराने धर्म जोरोस्ट्रीयन को अपनाने के लिए आगे बढ़ रहे हैं। जोरोस्ट्रीयन, ईरान का मूल धर्म हैं एवं यह अब ईरान के कुछ (बहुत कम) क्षेत्रों में सिमट कर रह गया है। भारत में भी जोरोस्ट्रीयन धर्म को मानने वाले पारसी समुदाय के कुछ नागरिक शांतिपूर्वक रह रहे हैं एवं भारत के आर्थिक विकास में अपना भरपूर योगदान दे रहे हैं।

वैश्विक स्तर पर निर्मित हो रही उक्त वर्णित परिस्थितियों के बीच भारत की विशेष भूमिका रह सकती है क्योंकि भारत के इजराईल एवं ईरान दोनों ही

देशों के साथ आर्थिक रिश्ते बहुत मजबूत हैं। भारत, ईरान से भारी मात्रा में कच्चा तेल खरीदता रहा है एवं भारत ने ईरान में चाबहार बंदरगाह के निर्माण में भारी आर्थिक एवं तकनीकी सहायता प्रदान की है। चाबहार बंदरगाह का संचालन भी ईरान की सरकार के साथ भारतीय इंजीनियरों द्वारा ही किया जा रहा है। भारत और ईरान के बीच प्रतिवर्ष 200 करोड़ अमेरिकी डॉलर से अधिक की राशि का विदेशी व्यापार होता है। दूसरी ओर, इजराईल भारत का रणनीतिक साझेदार है। भारत इजराईल से भारी मात्रा में सुरक्षा उपकरण भी खरीदता है। भारत और इजराईल के बीच प्रतिवर्ष 650 करोड़ अमेरिकी डॉलर से अधिक की राशि का विदेशी व्यापार होता है, इसमें भारत द्वारा इजराईल से आयात किये जाने वाले सुरक्षा उपकरणों की राशि शामिल नहीं है। कुल मिलाकर, भारत के इजराईल एवं ईरान, दोनों देशों के साथ बहुत पुराने व्यापारिक एवं सांस्कृतिक रिश्ते हैं। भारतीय सनातन हिंदू संस्कृति में ह्रस्वसुधैव कुटुम्बकमह्द; ह्रस्वजन हिताय सर्वजन सुखायह्द एवं ह्रस्वर्ष भवतु सुखिनःह्द की भावना पर विश्वास किया जाता है। अतः भारतीय नागरिक सामान्यतः शांत स्वभाव के होते हैं एवं पूरे विश्व में ही भ्रातृत्व के भाव का संचार करते हैं। आज 4 करोड़ से अधिक भारतीय मूल के नागरिक विभिन्न देशों के आर्थिक विकास में अपना भरपूर योगदान दे रहे हैं। इन देशों में होने वाले अपराधों में भारतीय मूल के नागरिकों की सलियतता लगभग नहीं के बराबर पाई गई है। इसी कारण के चलते आज वियतनाम, जापान, इजराईल, आस्ट्रेलिया एवं सिंगापुर जैसे कई देश भारतीय मूल के नागरिकों को अपने देश में कार्य करने एवं बसाने में सहायता करते हुए दिखाई दे रहे हैं। खाड़ी के देश यथा ओमान, बहरीन, सऊदी अरब, यूनाइटेड अरब एमीरात आदि में भी लाखों की संख्या में भारतीय मूल के नागरिक निवास कर रहे हैं एवं शांतिप्रिय जीवन व्यतीत कर रहे हैं। कुल मिलाकर, विभिन्न देशों में निवासरत भारतीय मूल के नागरिकों का रिकार्ड बहुत ही सतोषजनक पाया जाता है, क्योंकि, भारतीयों की मूल प्रकृति ही सनातन हिंदू संस्कारों के अनुरूप पाई जाती है एवं वे किसी भी प्रकार के कर्म में धर्म को जोड़कर ही इसे सम्पन्न करने का प्रयास करते हैं। और, धर्म के



अनुरूप किये गए किसी भी कार्य से किसी का अहित ही नहीं सकता। उक्त वर्णित परिप्रेक्ष्य में वैश्विक स्तर पर जब चौधरी बन रहे देशों द्वारा अन्य देशों के साथ न्याय नहीं किया जाता हुआ दिखाई दे रहा है तो ऐसे में भारत को आगे आकर युद्ध में झींका जा रहे देशों के नागरिकों की मदद करनी चाहिए। भारत की तो वैसे भी नीति ही ह्रस्वसुधैव कुटुम्बकमह्द की है। यदि पूरे विश्व में भाईचारा फैलाना है तो सनातन हिंदू संस्कृति के अनुपालन से ही यह सब सम्भव हो सकता है। उक्त परिस्थितियों के बीच सनातन हिंदू संस्कृति की स्वीकार्यता विभिन्न देशों के नागरिकों की बीच तेजी से बढ़ भी रही है क्योंकि कई देश अब आतंकवाद से बहुत अधिक परेशान हो चुके हैं। अतः अब वे किसी तीसरे रास्ते की तलाश में हैं। इन विपरीत परिस्थितियों के बीच उनके पास अब विकल्प केवल सनातन हिंदू संस्कृति के संस्कारों को अपनाने का ही बचता है, जिसके प्रति वे लालायित भी हैं। और फिर, आतंकवाद से यदि छुटकारा पाना है तो इससे लड़ते हुए छुटकारा पाने में तो कुछ देशों को कई प्रकार के बलिदान देने पड़ सकते हैं और यदि सनातन हिंदू संस्कृति के संस्कारों को स्वीकार कर लिया जाता है तो कई देशों के नागरिकों को इस बलिदान से बचाया जा सकता है। अतः विश्व के देशों में सनातन हिंदू संस्कृति के संस्कारों को तेजी से वहां के स्थानीय नागरिकों के बीच किस प्रकार फैलाया जा सकता है, इस विषय पर विश्व में शांति स्थापित करने के उद्देश्य से अब गहन चिंतन एवं मनन करने की आवश्यकता है।

मुद्दा : एमएसएमई की बढ़ती चुनौतियां

सूक्ति
हम प्रयास के लिए उत्तरदायी हैं, न कि परिणाम के लिए। - गीता बुद्धि से विचारकर किए गए कर्म ही सफल होते हैं। - महाभारत
चिंतन-मनन

खुद में करो भगवान के दर्शन

यज्ञ ज्ञात्वा न पुनर्मोहमेवं यास्यसि पाण्डव।
येन भूतान्यशेषाणि हृक्षस्यात्मन्यन्यो मयि॥
अर्थात: हे पांडव! जिस ज्ञान को जानकर फिर तुम मोह में नहीं पड़ोगे, उस ज्ञान से तुम यह जान सकोगे कि जो कुछ भी है वह उसी परमात्मा की वजह से ही है। गुरु, शिष्य को ज्ञान नहीं देता, बल्कि शिष्य की श्रद्धा गुरु से ज्ञान लेती है। उस ज्ञान से साधक का नजरिया बदलने लगता है। उसमें काम, प्रोध, लोभ, मोह जैसी बुराइयां कमजोर पड़ने लगती हैं। ज्ञान बढ़ता जाता है और अज्ञान खत्म होता जाता है। धीरे-धीरे शिष्य की सभी बुराइयां खत्म होने लगती हैं। ऐसा इसलिए होता है, क्योंकि ज्ञान की अग्नि मन में पड़े संस्कारों के बीज भी जला डालती है और मोह आदि विकार भस्म हो जाते हैं। इसलिए आत्मज्ञान हो जाने के बाद इंसान को मोह परेशान नहीं करता, क्योंकि यह मोह ही था, जिसके कारण अर्जुन कौरव सेना से युद्ध नहीं कर रहे थे।
आगे भगवान कहते हैं कि इस आत्मज्ञान को पाकर पहले तुम अपने में सभी पुराने कर्मों को देखोगे और फिर उनको मुझ में देखोगे। यानी ज्ञान हो जाने के बाद साधक को पहले भगवान अपने भीतर दिखता है, फिर वही भगवान सब जगह दिखाई पड़ने लगता है। वरना हम मूर्ति में तो भगवान को देख लेते हैं, लेकिन अपने भीतर नहीं देख पाते, जबकि प्रक्रिया इससे उलट है। पहले अपने में भगवान का दर्शन करो, फिर सब में उसी को ही देखो।

इन दिनों भारत के सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यमों (एमएसएमई) से संबंधित विभिन्न रिपोर्टों में कहा जा रहा है कि भारत में एमएसएमई की चुनौतियों के बीच मौके भी उभरकर दिखाई दे रहे हैं। हाल ही में वाणिज्य और उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने कहा कि सरकार एमएसएमई की चुनौतियों को दूर करने की डगर पर रणनीतिपूर्वक आगे बढ़ रही है। सरकार एमएसएमई से निर्यात बढ़ाने के लिए एक नई स्कैम लाने पर विचार कर रही है। खासतौर से अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप से टैरिफ की चुनौती के बीच भारतीय अर्थव्यवस्था की रीढ़ कहे जाने वाले एमएसएमई की अमेरिकी बाजार पर निर्भर अधिकांश निर्यातक इकाइयां अमेरिकी खरीदारों द्वारा छूट की नई मांग और अनुबंधों पर नये सिरि से बातचीत के अलावा भुगतान में देरी जैसी चुनौतियों के मद्देनजर एमएसएमई के बचाव के लिए सरकार का रणनीतिक सहयोग जरूरी माना जा रहा हैं। हाल ही में प्रकाशित सिडबी की रिपोर्ट के मुताबिक अभी एमएसएमई के लिए सरल कर्ज की प्राप्ति एक

बड़ी चुनौती बनी हुई है। एमएसएमई की क्रेडिट मांग व पूर्ति में 30 लाख करोड़ होपये का अंतर है। मांग के मुताबिक लोन मिलने पर एमएसएमई के तहत 5 करोड नये रोजगार के अवसर निर्मित होंगे। नीति आयोग की रिपोर्ट में कहा गया है कि छोटे उद्योगों को जरूरत के मुताबिक क्रेडिट, तकनीकी कौशल तथा विकास एवं अनुसंधान के क्षेत्र में मदद मिल जाए तो एमएसएमई रोजगार और आर्थिक विकास का बड़ा साधन बन सकते हैं। इस परिप्रेक्ष्य में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने दिल्ली के विज्ञान भवन में राष्ट्रीय सिविल सेवा दिवस पर अपने संबोधन में कहा कि इस समय नये व्यापार युग के बदलाव के दौर में भारत के एमएसएमई के पास चुनौतियों के बीच दुनिया में आगे बढ़ने के ऐतिहासिक अवसर भी हैं और ये उद्योग वैश्विक आपूर्ति श्रृंखला में प्रतिस्पर्धी बन सकते हैं। गौरतलब है कि एमएसएमई मंत्रालय के उद्यम पोर्टल पर इस साल मार्च तक पंजीकृत 6.2 करोड़ एमएसएमई 25.95 करोड़ लोगों को रोजगार देते हैं। देश के सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) में एमएसएमई का योगदान करीब 30 फीसद है। एमएसएमई से वर्ष 2024-25 में करीब 12.39 लाख करोड़ रुपये का निर्यात किया गया है। देश से निर्यात किए गए कुल उत्पादों में से करीब 46 फीसद उत्पाद एमएसएमई क्षेत्र से हैं। ऐसे में भारत ने हाल ही इंग्लैंड के साथ थ्रेड एग्रीमेंट (एफटीए) किया है और अमेरिका के अलावा अन्य कई प्रमुख देशों के साथ भी द्विपक्षीय व्यापार समझौतों के पूर्ण होने पर एमएसएमई की भूमिका महत्वपूर्ण होगी। अतएव नये अवसरों का लाभ उठाने के लिए एमएसएमई को प्रोत्साहन देकर मजबूत बनाना जरूरी

है। इसमें कोई दो मत नहीं है कि टैरिफ वार से एमएसएमई क्षेत्र को जो झटका लग रहा है, उस झटके से एमएसएमई के उबारने के लिए जहां एक ओर सरकार के द्वारा एमएसएमई के समक्ष दिखाई दे रही चुनौतियों के समाधान के लिए रणनीति बनाकर निर्यातकों को सहारा देना होगा, वहीं एमएसएमई क्षेत्र के उद्यमियों और निर्यातकों को भी नई चुनौतियों के मद्देनजर तैयार होना होगा। निश्चित रूप से निर्यातकों को सहारा देने के सरकार के ये कदम सराहनीय हैं, लेकिन ट्रंप के टैरिफ तुफान का मुकाबला करने और निकट भविष्य में निर्मित होने वाले उभरते अवसरों को मुझी में लेने के मद्देनजर एमएसएमई को हरसंभव उपाय से मजबूत बनाना होगा। नये सिरि से एमएसएमई की क्षमताओं को उन्नत करने, संचालन को सुव्यवस्थित करने तथा किसी भी निर्यात झटके का लाभ दिव जाने के प्रयासों में तेजी लाना होगी। इससे भारत की एमएसएमई उतार-चढ़ाव भरे सफर को आगे बढ़ा सकेगी।
इसमें कोई दो मत नहीं हैं कि बड़ी संख्या में युवा पीढ़ी के लोग अब नौकरी की बजाय खुद का उद्योग-व्यवसाय शुरू करने की सोच रहे हैं। ऐसे में एमएसएमई उनके लिए महत्वपूर्ण विकल्प है। जरूरी है कि देश के कोने-कोने में, प्रदेशों और जिला स्तर पर एमएसएमई कानकलेव आयोजित किए जाएं और ऐसे मंच पर एमएसएमई से जुड़े कारोबारी, उद्योग विशेषज्ञ और नीति बनाने वाले लोग एकत्रित होकर एमएसएमई के नये दौर के लिए नई पीढ़ी का जन जागरण करें। नई पीढ़ी को एमएसएमई के उत्पादों और



सेवाओं से परिचित कराएं। नये ग्राहकों से मिलाने और एमएसएमई को आगे बढ़ाने के नये तरीके सिखाएं। उम्मीद करें कि एमएसएमई की बहुआयामी उपयोगिता के मद्देनजर सरकार एमएसएमई के समक्ष दिखाई देने वाली चुनौतियों के समाधान के लिए तत्परता के साथ रणनीतिपूर्वक आगे बढ़ेगी। उम्मीद करें कि देश में एमएसएमई से संबद्ध उद्यमी और निर्यातक अधिकतम प्रयासों से कम लागत पर अधिकतम उत्पादन करते हुए देश के छोटे उद्योग-कारोबार को तेजी से आगे बढ़ाएंगे। वर्ष 2028 तक देश को दुनिया की तीसरी बड़ी अर्थव्यवस्था और 2047 तक विकसित देश बनाने में एमएसएमई की भूमिका अहम होगी।

CA explains how Rs 80,000 per month income can beat Rs 2 lakh

New Delhi. A chartered accountant and financial advisor has said that managing money isn't solely about earnings, but rather about aligning finances with personal goals. Abhishek Walia, a Chartered Accountant and Founder of Zactor Tech, uses a case study from his practice to illustrate this point. "Managing money isn't about how much you earn," he writes. "It's about how well you align your money with your goals."

One example Walia shared involved a young professional earning Rs 90,000 monthly. "A few months ago, a young professional came to us," Walia recounts. "She earned Rs 90,000 a month. No side hustle. No major investments. But she had zero debt, a six-month emergency fund, and SIPs set up for her MBA dream three years down the line." Her financial strategy, though simple, was effective. This approach allowed her to focus on her long-term goals without the stress of immediate financial instability.

In contrast, Walia describes another client earning 2.5 lakh per month who faced financial instability. "She was always broke at month-end. No emergency fund. No investments. Just lifestyle upgrades, FOMO spending, and no clear direction." This highlights the importance of having a financial plan, regardless of income level. The lack of a structured approach led to a cycle of financial distress, despite a higher income. The takeaway, according to Walia, is that wealth depends on mindset more than income. "People confuse a bigger paycheck with financial success. But wealth is what you keep, not what you earn," he notes. "Without a plan, even 2 lakh a month can vanish by the 25th." This serves as a cautionary tale that underscores the necessity of financial literacy and planning. Walia identifies the issue as one of clarity, stating, "It's a clarity issue," he says. "The 90K earner knew her 'why'. The 2.5 lakh earner didn't." The statement underscores the need for clarity in financial planning. Understanding one's financial priorities can make a significant difference in achieving long-term stability.

Sivasubramanian Ramann Takes Charge As PFRDA Chairperson: Finance Ministry

New Delhi. Sivasubramanian Ramann on Friday assumed charge as the Chairperson of the Pension Fund Regulatory and Development Authority (PFRDA), according to a Finance Ministry statement. He has been appointed for a tenure of five years, with effect from the date of assumption of charge of the post or till he attains the age of 65 years, or until further orders, whichever is the earliest, the statement read. Ramann served as an officer of the Indian Audit and Accounts Service (IA&AS) from the 1991 batch. Prior to joining PFRDA, he served as the Deputy Comptroller and Auditor General and Chief Technology Officer in the Office of the Comptroller and Auditor General of India. According to the ministry, he has previously held several leadership positions, including Chairman and Managing Director of the Small Industries Development Bank of India (SIDBI), Managing Director and Chief Executive Officer of National E-Governance Services Ltd. (NeSL), and Principal Accountant General of the State of Jharkhand. For period 2006 to 2013, he also served as Chief General Manager (CGM) and then as Executive Director at the Securities and Exchange Board of India (SEBI). Ramann holds a Bachelor's degree in Economics and an MBA from the University of Delhi. He also has multiple professional and academic qualifications.

"With his vast experience in public finance, technology, and financial regulation, Ramann will guide PFRDA in its objective to strengthen India's pension system and promote retirement security for all citizens," said the ministry. Meanwhile, the National Pension System (NPS) has emerged as a cornerstone of India's pension sector with an accumulated corpus of Rs 14.4 lakh crore and 8.4 crore subscribers under NPS and the Atal Pension Yojana (APY), said PFRDA chairman Deepak Mohanty during an event in April.

Amazon India to invest over Rs 2,000 cr in 2025

New Delhi. Amazon India will invest over Rs 2,000 crore (\$233 million) this year to enhance its pan-India operations network. On Thursday, the company announced that the investment will be used to expand and upgrade operations infrastructure, improve associate safety and well-being programs, and develop new tools and technology for its fulfillment network. Amazon plans to leverage these investments to launch new sites and upgrade existing facilities across its fulfilment, sortation and delivery network. This investment will enhance processing capacity, improve fulfillment speed, and increase efficiency across the company's operations network that will help Amazon serve customers across India faster and more reliably, the ecommerce giant said in a release.

Apart from this, the company will continue to invest and expand initiatives aimed at improving the health and financial well-being of employees and associates across the operations network. This includes expanding programs like 'Ashray' – to provide dedicated rest points for delivery associates, even those not delivering for Amazon – offering seating, water, charging stations, and washroom facilities; 'Samridhi' - a financial well-being program focused on financial education and personal finance support for associates and drivers; 'Pratidhi' program supporting children of associates with scholarship; and 'Sushruta' to address the healthcare needs of truck drivers, the company added in the release. Recently, Amazon launched a nation-wide initiative to offer free health check-ups to over 80,000 delivery associates and partners through medical camps by the end of 2025.

Nifty crosses 25,000, Sensex rises 710 points; all sectors see gains

The indices opened on a positive note today, rebounding from Thursday's decline and signaling a cautious recovery.

CHENNAI. Stock markets are trading strong in the mid-morning session on Friday, with the Sensex up by 710 points and the Nifty reclaiming the 25,000 level. Both the BSE Midcap and Smallcap indices have gained around 0.5%. The uptick is being driven by continued buying from foreign institutional investors (FIIs) and domestic institutional investors (DIIs), though overall

momentum remains subdued amid ongoing Middle East tensions. Top gainers on the Nifty include M&M, Jio Financial, Bharti Airtel, Power Grid Corp, and Shriram Finance. Meanwhile, Bajaj Auto, Hero MotoCorp, Bajaj Finance, Wipro, and Tech Mahindra are among the top losers. All sectoral indices are in the green, with metals, PSU banks, real estate, and telecom stocks rising between 1% and 2%.

Institutional Flows & Sector Trends: FIIs continued their buying streak for a third straight session on June 19, with net inflows of ₹934 crore. DIIs were also net buyers, adding ₹605 crore, lending support to the market. Financials led intraday gains (+0.5% to 0.8%), especially power-financing firms and state-owned banks, buoyed by the RBI's easing of infrastructure funding norms, effective October. Defensive sectors like FMCG, pharma, and IT remain in favor amid prevailing uncertainty. Market



Expectations and Analyst Forecasts: The Nifty is encountering resistance near the 25,000 mark, struggling to hold above it, with sell-offs seen at each attempt. A Reuters poll of analysts projects the Nifty to reach 26,500 by end-2025 and 28,450 by end-2026, though a short-term correction is likely given elevated valuations. Axis Securities expects a bull-case target of 27,600 by March 2026. Markets remain in a consolidation phase—volatile, geopolitically sensitive, and characterized by a “sell-on-rise” sentiment. Investor expect choppy trading, with sentiment closely tied to

global and geopolitical developments. However, the medium-term outlook remains positive, underpinned by robust earnings, supportive policies, and sustained capital inflows. Key indicators to monitor include crude prices, rupee movement, FII activity, and RBI signals. Tensions in the Middle East—particularly Israeli strikes on Iranian nuclear sites and retaliatory actions by Iran—have heightened risk aversion, pushing up oil prices (\$77–77.5/barrel), pressuring the Indian rupee, and dampening equity sentiment. The rupee has slipped to a three-month low, trading in the ₹86.7–₹86.9/\$ band, weighed down by rising oil prices and geopolitical risk. Economists and oil sector analysts caution that persistent crude price increases could widen India's current account deficit—each \$10 rise in oil prices may add approximately 0.4% to GDP pressure.

Planning to retire at 40 Here's what it really takes

The idea of retiring at 40 sounds almost rebellious. Stop working just when most people are hitting their career peak, and live the rest of your life on your own terms. No bosses, no Monday blues, no waiting for the weekend. But can you do it?

New Delhi. For many working professionals, retiring at 60 feels like a finish line etched in stone. But in recent years, a new goal has quietly gained popularity, retiring at 40. The idea sounds almost rebellious. Stop working just when most people are hitting their career peak, and live the rest of your life on your own terms. No bosses, no Monday blues, no waiting for the weekend. But behind this new aspiration, lies a tough question: Can you really afford to stop earning at 40 and still live comfortably for the rest of your life?

IS IT POSSIBLE TO RETIRE AT 40? Abhishek Kumar, a Sebi-registered investment adviser and founder of SahajMoney, says it is possible but highly challenging. “It depends a lot on how much of your income you save and how your investments grow over time,” he says. According to him, someone who is 28 years old and aiming to retire by 40 would need to save around 79 times their current annual expenses, after adjusting for inflation. At age 40,

that number may be around 35 times. Nehal Mota, Co-Founder and CEO of Finnovate, agrees. “Yes, it is possible — but only with high discipline and intentional planning. The focus should not just be on earning more, but on



saving more,” he says. He believes even those earning a middle-class salary can do it if they consistently save over 50% of their income and invest wisely.

HOW MUCH DO YOU NEED TO SAVE EVERY MONTH? Let's take the example of someone earning Rs 1 lakh per month. Abhishek Kumar explains that a 40-year-old with Rs 50,000 in monthly expenses would

need to save Rs 18,080 per month just to retire by 60. “But if the goal is to retire at 40, the monthly savings will need to be 60–70% of income or even more,” he adds. Nehal Mota offers a similar view. “If someone earning Rs 83,000 a month wants to retire by 40, they should save Rs 40,000 to Rs 45,000 each month and invest through SIPs in mutual funds targeting 10–12% annual returns,” he says. Over time, this could help build a corpus of Rs 2–3 crore by 40, which may generate a passive income of Rs 1–2 lakh per month depending on how the money is invested after retirement.

WHAT IS FIRE AND IS IT RELEVANT FOR INDIANS? FIRE, or Financial Independence Retire Early, is a lifestyle movement that encourages people to save and invest aggressively with the goal of retiring decades earlier than usual. While it originated in the West, it is slowly catching on in India too.

Digital Payments award for City Union Bank

Chennai. City Union Bank (CUB) has been conferred the Digital Payments Award, instituted by the Department of Financial Services, for its exemplary contributions to the promotion of digital payments. Dr. N. Kamakodi, Managing Director and Chief Executive Officer of City Union Bank, received the award from Union Finance Minister Nirmala Sitharaman on Wednesday, June 18. The award ceremony was held at the Plenary Hall, Vigyan Bhawan, in New Delhi. CUB secured second position among private sector banks for its overall digital payments performance during FY 2024–25. The Department of Financial Services, Ministry of Finance, organised the Digital Payments Awards to recognise innovative and outstanding initiatives by banks and



fintech companies in advancing digital payments. CUB was selected as one of the winners based on its significant efforts and impact in this domain. Founded in 1904 and headquartered in Kumbakonam, Tamil Nadu, City Union Bank is one of the oldest private sector banks in India. Celebrating 120 years of service, the bank currently operates 880 branches

and around 1,767 ATMs across the country. It has consistently delivered profitability and dividends to its shareholders. As of March 31, 2025, the bank recorded a total business of ₹1,16,592 crore and a net profit of ₹1,124 crore for the financial year 2024–25. According to the bank, it has always been a pioneer in adopting advanced technology solutions to meet the evolving needs of its diverse customer base. Recent innovations include tap, pay & go payments through keychains and fitness watches, voice-based authentication for mobile banking login, a multilingual voice chatbot in regional languages, voice-based UPI 123Pay, end-to-end digital loan processing, and the Nap ID fraud filter layer.

Is lifestyle inflation fuelling debt among India's middle class

Lifestyle inflation is no longer a silent threat. It is reshaping how India's middle class earns, spends and saves. It fuels debt, shrinks buffers and puts long-term financial goals at risk.

New Delhi. The paycheque is bigger, but the wallet feels thinner. Across urban India, many salaried professionals are earning more than they did five years ago, yet they're still anxious at the end of each month, juggling EMIs, credit card bills, and shrinking savings. The culprit isn't just stagnant salaries or rising costs. It's what personal finance experts call lifestyle inflation—the quiet, creeping habit of spending more as you earn more. Lifestyle inflation refers to the tendency to increase spending in line with income growth. A salary hike often triggers upgrades: a bigger house, a newer car, fancier gadgets, or more frequent eating out. But these expenses can quickly outpace actual earning power if not kept in check.

“It’s a major concern,” says Abhishek Kumar, SEBI-registered investment advisor and founder of SahajMoney. “Even professionals earning substantial salaries are left with limited disposable income. As their income grows, so do their expenses, often faster than the income itself.” Over time, this pattern erodes financial flexibility. A higher salary that once promised upward mobility ends up funding short-term gratification and long-term liabilities.

ASALARY HIKE, FOLLOWED BY AN EMI With every job switch or annual raise, many professionals slide into bigger EMIs and costlier routines. But when those income jumps are modest, the math doesn't hold. “High earners are increasingly falling into what I call the ‘new middle class.’ They earn well but feel stretched every month,” says Kumar. Buy Now, Pay Later (BNPL) schemes, no-cost EMIs, and credit card offers make it easier than ever to overspend. “These products change behaviour. They make expensive purchases seem affordable by breaking them into smaller chunks, but the



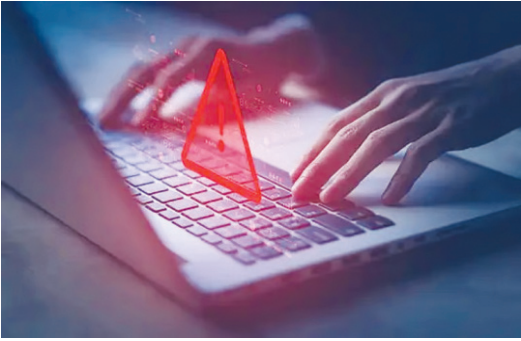
cumulative burden strains monthly budgets,” he adds. Debt often creeps in gradually until repayments consume a third or more of someone’s income.

THE WARNING SIGNS The red flags of lifestyle overextension often go unnoticed. “Living paycheck to paycheck despite a good salary, relying on credit for groceries or bills, dipping into savings for everyday needs—these are all warning signs,” Kumar says. Frequent use of short-term loans, missing credit card due dates, and falling credit scores are also markers that someone is living beyond their means. These patterns are no longer rare. Personal loan growth among salaried urban professionals is at a record

high, and delinquencies in BNPL accounts have been rising steadily.

CHASING SOCIAL MEDIA TRENDS The psychological triggers behind lifestyle inflation are just as strong as the financial ones. “FOMO is real,” Kumar notes. “Social media creates the impression that everyone else is doing better. That pressure pushes people to upgrade faster than they can afford.” A curated life on Instagram or an aspirational reel can influence everything from vacation plans to restaurant bills. But these comparisons often come at a financial cost.

COMPROMISED SAVINGS Perhaps the most damaging effect of lifestyle inflation is what it crowds out: long-term savings. “When people spend more on lifestyle, they invest less for the future. And those early years are critical for building wealth,” Kumar says. Missing out on compounding in your 20s or early 30s can delay financial goals by years. A few indulgences now might mean postponing retirement or taking on more risk later.



When questioned, local panchayat officials played the blame game. Praveen Kanchi, PDO of Binjawadgi Gram Panchayat, claimed that the Panchayat Raj Department handled the construction and requested a list of labourers from them. Even officials from the taluk panchayat and engineers of the Panchayat Raj Department admitted to oversight due to work pressure but promised a thorough inquiry.

NEWS BOX

China sends scores of planes across central line in Taiwan Strait

TAIPEI. China sent 74 warplanes toward Taiwan between late Thursday and early Friday, 61 of which crossed the central line in the Taiwan Strait that unofficially divides the sides, an unusually large number as tensions remained heightened in the region.It wasn’t clear why so many planes were scrambled between late Thursday and early Friday, as tabulated by Taiwan’s Defense Ministry. The planes were sent in two separate tranches, it added.

China considers Taiwan its own territory and uses such deployments to advertise its threat to encircle and possibly invade the self-governing island. China also hopes to intimidate Taiwan’s population of 23 million and wear down its equipment and the morale of its armed forces.On Thursday, Taiwan’s Ministry of Foreign Affairs “confirmed and welcomed” the transit of the British Royal Navy’s off-shore patrol craft HMS Spey through the Taiwan Strait a day earlier. The ship’s transit, the ministry said, “once again (reaffirmed the Strait’s) status as international waters.”“Such transits by the U.K. and other like-minded countries are encouraged to safeguard peace and stability in the Taiwan Strait, and to promote a free and open Indo-Pacific,” the Foreign Ministry said.Britain’s representative office in Taipei said in a statement that the Spey had conducted a navigation of the Taiwan Strait in accordance with international law and rights provided under the United Nations Convention on the Law of the Sea.Wherever the Royal Navy operates, it does so in full compliance with international law and exercises its right to Freedom of Navigation and overflight,” the statement added.China responded angrily, saying the Eastern Theater Command of the People’s Liberation Army “organized troops to monitor and guard the entire process and effectively responded and dealt with it.”

How Israel Is Targetting Key Iranian Nuclear Scientists

Atlanta.At least 14 nuclear scientists are believed to be among those killed in Israel’s Operation Rising Lion, launched on June 13, 2025, ostensibly to destroy or degrade Iran’s nuclear program and military capabilities.Deliberately targeting scientists in this way aims to disrupt Iran’s knowledge base and continuity in nuclear expertise. Among those assassinated were Mohammad Mehdi Tehrani, a theoretical physicist and head of Iran’s Islamic Azad University, and Fereydoun Abbasi-Davani, a nuclear engineer who led Iran’s Atomic Energy Organization.

Collectively, these experts in physics and engineering were potential successors to Mohsen Fakhrizadeh, widely regarded as the architect of the Iranian nuclear program, who was assassinated in a November 2020 attack many blame on Israel.As two political scientists writing a book about state targeting of scientists as a counterproliferation tool, we understand well that nuclear scientists have been targeted since the nuclear age began. We have gathered data on nearly 100 instances of what we call “scientist targeting” from 1944 through 2025.The most recent assassination campaign against Iranian scientists is different from many of the earlier episodes in a few key ways. Israel’s recent attack targeted multiple nuclear experts and took place simultaneously with military force to destroy Iran’s nuclear facilities, air defenses and energy infrastructure. Also, unlike previous covert operations, Israel immediately claimed responsibility for the assassinations.But our research indicates that targeting scientists may not be effective for counterproliferation. While removing individual expertise may delay nuclear acquisition, targeting alone is unlikely to destroy a program outright and could even increase a country’s desire for nuclear weapons. Further, targeting scientists may trigger blowback given concerns regarding legality and morality.

Which Countries Use Nuclear Power Without Developing Nuclear Weapons

world. Nuclear power and nuclear weapons might be rooted in the same technology, but not all nations pursue both. Many have nuclear energy programmes but have opted out of the weapon race. These nations exemplify how atomic technology can be used peacefully, even amid geopolitical tensions.

Here’s a closer look at some of the countries that use nuclear power but have not developed nuclear weapons.

Japan

Japan, the only nation to suffer wartime atomic bombings (Hiroshima and Nagasaki, 1945), adopted a non-nuclear stance, guided by its ‘Three Non-Nuclear Principles — no possession, production or hosting of nuclear weapons. The country upholds the peaceful use of nuclear energy to address its energy security needs.

South Korea

South Korea dropped its nuclear weapons plans in the 1970s under US pressure and reaffirmed its commitment with the 1992 Denuclearization Declaration. Today, while nearly 29% of South Korea’s electricity comes from nuclear power, it remains committed to peaceful use.

Germany

Germany does not possess nuclear weapons but participates in NATO’s nuclear sharing arrangement by hosting US nuclear arms on its soil. While it once relied on nuclear power, the country has undergone a major energy shift. On April 15, 2023, Germany permanently shut down its last three nuclear power plants, marking a complete exit from nuclear energy.

Australia

Australia holds the world’s largest known uranium reserves — nearly a third of the global total — and has mined the resource since 1954. Yet it operates no nuclear power plants and has not developed nuclear weapons.

What is 'bunker buster' The US bomb that could reshape Israel-Iran conflict

Measuring 6.6m in length and equipped with a hardened steel casing and specialised delayed-fuse system, the 30,000-pound GBU-57 is capable of penetrating up to 200ft through rock or concrete before exploding.

world. As Israel’s confrontation with Iran escalates, the American-made GBU-57 ‘bunker buster’ bomb has drawn renewed attention as the only weapon capable of striking Iran’s deeply buried nuclear sites, raising questions over whether US President Donald Trump will authorise its use as he mulls over military intervention.While Israel has already

targeted multiple nuclear-related sites and struck key military positions, Fordo — Iran’s heavily fortified underground uranium enrichment plant — remains untouched.Its depth and construction make it nearly impossible to destroy without outside help, raising questions about whether the United States might intervene more directly by deploying its bunker-busting bomb.

What is the ‘bunker buster’?

The “bunker buster” broadly refers to bombs designed to penetrate deep underground before detonating.In this case, it specifically refers to the GBU-57A/B Massive Ordnance Penetrator, a 30,000-pound (13,600 kg) precision-guided bomb designed to destroy deeply buried bunkers and tunnels, according to the USAir Force.

Measuring 6.6 metres in length and equipped with a hardened steel casing and specialised delayed-fuse system, the GBU-57 is



capable of penetrating up to 200 feet (61 meters) through rock or concrete before exploding — much deeper than standard munitions.“It’s not going to immediately explode under that much shock and pressure,” said Masao Dahlgren, a missile defense fellow at the Center for Strategic and International Studies (CSIS). “These weapons need to be designed with thick, hardened casings to punch through layers of rock.”The US began designing the bomb in the early 2000s, and Boeing was awarded an order for 20 units in 2009.

How is the bomb deployed?

The only aircraft capable of deploying the GBU-57 is the US B-2 Spirit stealth bomber, produced by Northrop Grumman. While theoretically any aircraft with sufficient capacity could deliver it, only the B-2 has been configured and tested for the task. With a range of 7,000 miles (11,000 km) without refueling — and over 11,500 miles (18,500 km) with aerial refueling — the B-2 can reach targets worldwide.The B-2 can carry two GBU-57 bombs, and according to Former US Army Lt. Gen. and RAND researcher Mark Schwartz, multiple strikes would likely be required. “They’re not going to just be one and done,” he said.Earlier in May, B-2 bombers were spotted at Diego Garcia, a strategic UK-US military base in the Indian Ocean, though they had reportedly left the area by mid-June, according to AFP analysis of satellite imagery.

Paris makes clean water bet for River Seine bathers

Parisians and tourists will be able to dive into the river from July 5, weather permitting, according to authorities.

Paris (France). A year on from athletes competing in the River Seine during the 2024 Paris Summer Olympics, French authorities guarantee the water will be safe for the public to swim in this summer.Parisians and tourists will be able to dive into the river from July 5, weather permitting, according to authorities.The public will be able to access three bathing sites at bras Marie in the heart of the historic centre, the Grenelle district in the west of Paris, as well as Bercy in the east.

Last year, water treatment stations, holding tanks and connections to the Parisian boat sanitation system were installed.“For the Games, we cleaned



up three quarters of the Seine. And the water was 100 percent ready for bathing on dry days,” said Marc Guillaume, the prefect for the Ile-de-France region that includes Paris.According to Guillaume, the top state-appointed official for the region, the new bathing zones will be popular.

This year, the weather is predicted to be drier than the record rainfall during the Games, which had led to the cancellation of six of the eleven competitions held the river.“It was an extraordinary moment (in 2024), but swimming during the Games was not an end in itself,” Paris Mayor Anne

Hidalgo had told reporters in May.

"Making the Seine swimmable is first and foremost a response to the objective of adapting to climate change, but also of quality of life," she added.

Last year, Hidalgo dove into the Seine in front of journalists from around the world before the Games began.

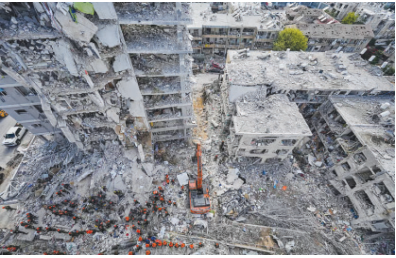
The historic swim signalled the end of years of efforts to clean the Seine and the river which flows into it, the Marne.

Work had started in the 1990s, with an initial investment of more than nine billion euros (10.4 billion dollars) from the greater Paris sanitation authorities.

Following initial efforts, the "bathing plan" leading up to the 2024 Paris Games was launched in 2016. The French state and local authorities had invested another 1.4 billion euros (1.6 billion dollars).The plan was focused on preventing the city's waste waters from flowing into the Seine.The mid-19th century Parisian sewage system often overflows on rainy days, causing rain and waste waters to pour into the river.

Israel and Iran launch strikes a week into their war as new diplomatic effort takes shape

TEL AVIV. Israel and Iran exchanged strikes a week into their war Friday as President Donald Trump weighed US military involvement and new diplomatic efforts appeared to be underway.Trump has been weighing whether to attack Iran by striking its well-defended Fordo uranium enrichment facility, which is buried under a mountain and widely considered to be out of reach of all but America’s “bunker-buster” bombs.He said he’ll decide within two weeks whether the US military will get directly involved in the war given the “substantial chance” for renewed negotiations over Tehran’s nuclear program.Iran’s Foreign Minister Abbas Araghchi appeared headed to Geneva for meetings with the European Union’s top diplomat and counterparts from the United Kingdom, France and Germany.A plane with his usual call sign took off from the Turkish city of Van, near the Iranian border, flight-tracking data from



FlightRadar24 showed. Iran typically acknowledges his departure hours afterward.Britain’s foreign secretary said he met at the White House with US Secretary of State Marco Rubio and envoy Steve Witkoff to discuss the potential for a deal that could cool the conflict.Israel said it conducted airstrikes into Friday morning in Iran with more than 60 aircraft hitting what it said were industrial sites to manufacture missiles. It did not elaborate on the locations. It also said it hit the headquarters of Iran’s Organization of Defensive Innovation and Research, known by its acronym in

Farsi, SPND.The US in the past has linked that agency to alleged Iranian research and testing tied to the possible development of nuclear explosive devices.Israeli airstrikes reached into the city of Rasht on the Caspian Sea early Friday, Iranian media reported. The Israeli military had warned the public to flee the area around Rasht’s Industrial City, southwest of the city’s downtown. But with Iran’s internet shut off to the outside world, it’s unclear just how many people could see the message.

In Israel, a paramedic service said missiles struck a residential area in southern Israel causing damage to buildings, including one six-story building. They have provided medical treatment to five people with minor injuries such as bruises, smoke inhalation, and anxiety, it said.

This comes a day after at least 80 patients and medical workers were wounded in a strike on the Soroka Medical Center in the southern city of Beersheba.

In 2015, more than 1 million migrants and refugees arrived in Europe — the majority by sea, landing in Lesbos, where the north shore is just 10 kilometers (6 miles) from Turkey.The influx of men, women and children fleeing war and poverty sparked a humanitarian crisis that shook the European Union to its core. A decade later, the fallout still reverberates on the island and beyond.For many, Greece was a place of transit. They continued on to northern and western Europe. Many who applied for asylum were granted international protection; thousands became European citizens.Countless more were rejected, languishing for years in migrant camps or living in the streets. Some returned to their home countries. Others were kicked out of the European Union.For Namjoyan, Lesbos is a welcoming place — many islanders share a refugee ancestry, and it helps that she speaks their language. But migration policy in Greece, like much of Europe, has shifted toward deterrence in the decade since the crisis.

Far fewer people are arriving illegally. Officials and politicians have maintained that strong borders are needed. Critics say enforcement has gone too far and violates fundamental EU rights and values.“Migration is now at the top of the political agenda, which it didn’t use to be before 2015,” said Camille Le Coz Director of the Migration Policy Institute Europe, noting changing EU alliances.



Israel wants him dead. Can Iran’s supreme leader survive his greatest crisis yet

Ayatollah Khamenei faces a stark choice: escalate against Israel and risk severe damage, or pursue diplomacy to avoid US involvement, possibly at the cost of Iran’s nuclear ambitions.

world. Iran’s supreme leader, Ayatollah Ali Khamenei, who crushed internal threats repeatedly during more than three decades in power, now faces his greatest challenge yet.His archenemy, Israel, has secured free rein over Iran’s skies and is decimating the country’s military leadership and nuclear program with its punishing air campaign. It is also threatening his life: Israeli Defense Minister Israel Katz said Khamenei “cannot continue to exist.”The 86-year-old leader faces a choice. He could escalate Iran’s retaliation against Israel and risk even heavier damage from Israeli bombardment. Or he could seek a

diplomatic solution that keeps the US out of the conflict, and risk having to give up the nuclear program he has put at the center of Iranian policy for years.In a video address on Wednesday, he sounded defiant, vowing “the Iranian nation is not one to surrender” and warning that if the US steps in, it will bring “irreparable damage to them.”When he rose to power in 1989, Khamenei had to overcome deep doubts about his authority as he succeeded the leader of the Islamic Revolution, Ayatollah Ruhollah Khomeini. A low-level cleric at the time, Khamenei didn’t have his predecessor’s religious credentials. With his thick glasses and plodding style, he didn’t have his fiery charisma either.But Khamenei has ruled three times longer than the late Khomeini and has shaped Iran’s Islamic Republic perhaps even more dramatically. He entrenched the system of rule by the “mullahs,” or Shiite Muslim clerics. That secured his place in the eyes of hardliners as the unquestionable authority — below only that of God.At the same time, Khamenei



built the paramilitary Revolutionary Guard into the dominant force in Iran’s military and internal politics. The Guard boasts Iran’s most elite military and oversees its ballistic missile program.Its international arm, the Quds Force, pieced together the “Axis of Resistance,” the collection of pro-Iranian proxies stretching from Yemen to Lebanon that for years gave Iran considerable power across the region.Khamenei also gave the Guard a free hand to build a network of businesses allowing it to dominate Iran’s economy. In return, the Guard became his loyal shock force.He fended off domestic

challengesThe first major threat to Khamenei’s grip was the reform movement that swept into a parliament majority and the presidency soon after he became supreme leader. The movement advocated for giving greater power to elected officials – something Khamenei’s hardline supporters feared would lead to dismantling the Islamic Republic system.

Khamenei stymied the reformists by rallying the clerical establishment. Unelected bodies run by the mullahs succeeded in shutting down major reforms and barring reform candidates from running in elections.

The Revolutionary Guard and Iran’s other security agencies crushed waves of protests that followed the failure of the reform movement. Huge nationwide protests erupted in 2009 over allegations of vote-rigging.Under the weight of sanctions, economic protests broke out in 2017 and 2019. More nationwide protests broke out in 2022 over the death of Mahsa Amini after police detained her for not wearing her mandatory headscarf properly.



NEWS BOX

Life has come full circle: Karun Nair ready for Test comeback in England series

New Delhi. Karun Nair is set to experience a full-circle moment as he prepares to return to Test cricket after eight long years, with a likely appearance in the upcoming series against England. After making his debut in 2016, following which he made his mark with a whopping 300 in Chennai, Nair was unable to get an extended run in the side, with his last Test being played against Australia at Dharamsala in 2017. Having delivered consistent performances on the domestic circuit, and with the recent retirements of Test stalwarts Rohit Sharma and Virat Kohli, Nair has climbed the pecking order and now looks poised to feature in the playing XI. In an interview with the Board of Control for Cricket in India (BCCI), Nair spoke about his determination to make a comeback. He admitted to being desperate to return to the national side and said he had done everything within his power to turn that ambition into reality. "My first thought when I woke up was that I wanted to play Test cricket. I want to play for India again. That's probably what kept me going and kept me hungry. The driving force go to training every day, go to



practise every day. I had a goal of wanting to play Test cricket again, and I was always looking at playing test cricket, and every day, every morning, I used to wake up thinking, what I should do to achieve that goal," Nair shared.

SENSE OF BELONGING IN THE INDIAN TEAM

Named in India's squad for the Test tour of England, the 32-year-old expressed his joy and relief at earning a recall. He said he now feels confident about belonging at the highest level and is thrilled to be back in the Indian dressing room. "Feeling honoured to wear this jersey and honoured to be representing my country. When I saw everyone for the first time, that's when I felt that I was finally in the team. Till then, it was like a wait for me to kind of start feeling like I'd made it again. It's been a few years," he commented. He mentioned how it was a full-circle moment in his career, considering that he was part of the squad for the 2018 tour but did not get a game. Now he makes his return to where he left and is looking to enjoy his time in whites.

OTD: Rahul Dravid, Virat Kohli and Sourav Ganguly make Test debuts for India

New Delhi. June 20 holds a special place in Indian cricket history, marking the Test debuts of three players who would go on to become giants of the game — Sourav Ganguly, Rahul Dravid and Virat Kohli. Though they started in different years and under varying circumstances, each of them left a lasting impact on Indian cricket. In 1996, India were on tour in England and arrived at Lord's for the second Test of the series. With the team undergoing changes, Ganguly and Dravid were handed their Test caps. What followed became the stuff of legend. Ganguly, batting at No. 3, scored a majestic 131 on debut, announcing himself in style at the Home of Cricket. His cover drives and confidence under pressure stood out instantly. At the other end, Dravid, who came in at No. 7, compiled a solid 95 before falling just short of a debut century. While Ganguly's innings was more flamboyant, Dravid's knock was marked by grit and classical technique — qualities that would define his career. That Test marked the start of two outstanding journeys, with both players becoming the backbone of India's middle order for years to come. Fifteen years later, on the same date in 2011, a young Virat Kohli made his Test debut against the West Indies at Sabina Park in Kingston. Fresh off India's



World Cup triumph earlier that year, expectations were high. However, Kohli endured a difficult start, scoring 4 and 15 in his two innings. The challenge of red-ball cricket proved a steep learning curve. Despite that modest beginning, Kohli quickly adapted to the demands of the format. He went on to become one of India's most prolific Test batsmen and a successful captain, leading the side to memorable victories both at home and abroad. Kohli retired as India's most successful Test captain. The former skipper amassed an impressive 9,230 runs from 123 Tests at an average of 46.85, including 30 centuries and 31 half-centuries. He made his Test debut in 2011 against the West Indies and played his final match earlier this year against Australia at the Sydney Cricket Ground.

Sai Sudharsan or Abhimanyu Easwaran: Ex-cricketers back experience over potential

- Fenerbahce demand investigation of the Turkish disciplinary authority
- Jose Mourinho was allegedly targetted by the Turkish FA
- Mourinho has been critical of the Turkish referees in the league

Noida. India's vice-captain Rishabh Pant has already clarified the batting order for himself and captain Shubman Gill. However, one major question remains: who will occupy the crucial No. 3 spot? Over the years, stalwarts like Cheteshwar Pujara and Rahul Dravid have defined what it means to bat at No. 3- anchoring the innings, facing a bulk of deliveries, blunting the new ball, and laying the foundation for the middle order to flourish. In the current squad, the contenders for that role appear to be the experienced Abhimanyu Easwaran and the in-form youngster Sai Sudharsan. The 23-year-old Sudharsan, a stylish left-hander from Tamil Nadu, is coming off a stellar IPL season,



where he won the orange cap (most runs) while Easwaran has remained on the fringes- often away from the domestic scene due to regular stints with India A and periodic call-ups to the senior side. Several former cricketers believe it's time India backed experience over promise and handed Easwaran a long-awaited opportunity. Among them is former India batter Mohammed Kaif, who voiced his support on X (formerly Twitter), stating that Easwaran's consistent run in first-class cricket deserves recognition at the highest level. Kaif also expressed disappointment over the



exclusion of Sarfaraz Khan, despite his impressive performances in practice matches. He urged the selectors not to repeat the same mistake with Easwaran, emphasising the importance of rewarding sustained domestic excellence.

Abhimanyu Easwaran deserves to be in the playing XI before Sai Sudarshan. Easwaran's 27 first-class hundreds, almost 8k FC runs, need to be respected.

By dropping Sarfraz, someone who scored runs for India A in England, the selectors made a mistake. They shouldn't repeat it by keeping Easwaran out of the Leeds Test,"

CPL 2025: Trinbago Knight Riders appoint Dwayne Bravo as new head coach

- Dwayne Bravo named head coach of TKR for Caribbean Premier League 2025
- Bravo played 107 CPL matches and helped TKR win four titles
- Phil Simmons leaves TKR to coach Bangladesh men's national team



New Delhi. Trinbago Knight Riders (TKR) have appointed Dwayne Bravo as their head coach for the 2025 edition of the Caribbean Premier League (CPL), ushering in a new era for the most successful franchise in tournament history. Bravo replaces Phil Simmons, who has taken up the role of head coach of the Bangladesh men's national

team. A CPL stalwart, Bravo's association with the tournament stretches back to its inception in 2013. He played 107 matches across 11 seasons, finishing with 129 wickets at an economy rate of 8.74. Nine of those seasons were spent with TKR, a franchise he helped to four titles, and a fifth with St Kitts and Nevis Patriots in 2021—his lone season away, which also saw him lead

the side to their maiden crown. "It's an honour to be given the opportunity to be head coach of TKR, a team that's very close to my heart," Bravo said in a post on social media. "I would like to personally thank Coach Phil Simmons for his time and commitment over the last few years, and now I look forward to this new challenge for me and my staff." This appointment continues Bravo's growing coaching portfolio. Last year, he was named head coach of the Abu Dhabi Knight Riders in the ILT20, another team owned by the Knight Riders group. He also served as a mentor for the Kolkata Knight Riders in the 2025 IPL and had stints as a bowling consultant with Chennai Super Kings in 2023 and 2024, following his retirement from playing in the IPL in 2022.

Women's Asian Cup qualifiers moved to Qatar amid Israel-Iran war



KUALA LUMPUR. Women's Asian Cup qualifiers originally starting next week in Jordan have been moved to Qatar because of the "ongoing situation" in the Middle East, football officials said Friday. Tensions have escalated in the region after Israel and Iran intensified air strikes against each other, with the conflict risking the involvement of

the United States. The Asian Football Confederation (AFC) said that matches in qualifying Group A scheduled June 23-July 5 in the Jordanian capital Amman have been moved to Qatar and will now take place July 7-19. "More details on the venue and match timings will be confirmed in due course," the AFC said in a statement. Jordan,

- The Football Association of Singapore (FAS) said separately that the move was due to the "ongoing situation in the region and logistical concerns raised by" the participating teams.

Singapore, Iran, Lebanon and Bhutan are in Group A qualifying for the Women's Asian Cup in Australia in March 2026. The Football Association of Singapore (FAS) said separately that the move was due to the "ongoing situation in the region and logistical concerns raised by" the participating teams. There are eight qualifying groups with the winner of each booking a spot at the 2026 showpiece.

Hosts Australia, South Korea, Japan and holders China are already sure of their places.

Kaif highlighted. Meanwhile, former cricketer-turned-coach WV Raman offered a different perspective. Instead of batting at No. 3, he believes the Bengal veteran should be slotted at the very top of the order. Like Kaif, Raman expressed frustration over Easwaran's limited opportunities and feels that the current situation presents the ideal chance for him to finally make his mark in Test cricket. "Let's not forget that Easwaran has been getting runs much higher than him over a long period. We have had Easwaran as a part of the squad. We are not playing him. And that is again creating a lot of dilemmas when the next selection comes up. We will have to try and reward him fully in the sense that there is no point picking him in the squad," Raman said in an interview with the Times of India. "There is a vacant slot at the top of the order. And here you have, on the other hand, you have a player who has been opening right through his life, who has got runs almost every season. And then you pick him in the squad. When there is an opening slot which is vacant, you don't use him. I think we need to first answer that particular bit," he added.

No Karun Nair: Ajinkya Rahane's big call in India playing XI for England Test

Ajinkya Rahane, the experienced middle-order batter who has been out of favour for quite some time, offered an interesting take on what India's playing XI should look like for the first Test against England at Headingley, starting Friday, June 20. Notably, Rahane left out in-form domestic star Karun Nair and instead picked Dhruv Jurel in his XI. Speaking on his YouTube channel, Rahane shared his thoughts based on his international experience. Rishabh Pant, India's newly appointed vice-captain, had already confirmed during the pre-match press conference that skipper Shubman Gill would bat at number four, with Pant himself following at number five. That leaves a question mark over the number three and number six spots. Given Karun Nair's stron domestic season and his recent double-hundred during the practice match, many expected him to feature in one of those middle-order positions. Nair has been through the grind since being dropped from the side in 2018, consistently performing in both first-class and List A cricket. He scored 863 runs in the recent Ranji Trophy season and followed it up with 779 runs in the Vijay Hazare Trophy.



RAHANE BACKS SUDHARSAN TO BAT AT NO:3

Rahane believes that the young and swashbuckling talent, Sai Sudharsan, deserves a chance at the number three spot. He backed Sudharsan's inclusion based on his Indian Premier League season and his recent domestic performances as well.

"I think so. Yes, he has been in very good form in T20 cricket as well as red-ball cricket. Whatever domestic matches he has played, he's done really well for his side and his technique looks really composed and calm whenever he is batting at the crease, so I think he should be given a chance to bat at number three. All eyes will be on the screen as the Shubman Gill era officially begins. Fans and experts alike will be eager to see how the playing XI shapes up - and whether Karun Nair manages to make the cut.

Paris Diamond League: After breaking 90m jinx, Neeraj Chopra eyes first win in 2025

Neeraj broke the 90-metre barrier at Doha Diamond League this year

- Neeraj returns to Paris for a Diamond League meeting after eight years
- Five out of the eight competitors have a personal best above 90 metres

New Delhi. "Not just for me, but at least for Indians, the burden has been reduced." These were the words of Neeraj Chopra when he was finally able to break the 90-metre mark at the Doha Diamond League in May this year. It was a dragon that Neeraj had been chasing for quite some time after starting his journey in 2018. He came close a few times but was never really able to get over the line. But finally, at the Suheim bin Hamad Stadium, Neeraj was able to hit 90.23 m and get the monkey off his back. However, that wasn't enough for him to get the win on the

day as Germany's Julian Weber was able to produce a throw of 91.06 m with his final throw in Doha and claim the top step of the podium. Now, in a stacked card that includes some big names, the 27-year-old will look to go again, with a first title win in mind. This will be the first time in eight years that Neeraj will compete in a Diamond League event in Paris. He had skipped the event last year to focus on the Paris Olympics, where he finished with a silver medal. The last time he took part was as a junior world champion, and he finished fifth with the best throw of 84.67 m. Since then, the legend of Neeraj has grown, adding an Olympic gold and silver to his name.

NEERAJ IN 2025

Neeraj started his year by winning the Potch Invitational Meet in Potchefstroom, South Africa, in April with a modest throw of 84.52 m. His first Diamond League appearance was in Doha, where he broke the 90-metre jinx and finished second behind Weber. The German upstaged Neeraj once again at the



Janusz Kusocinski Memorial in Poland last month with a throw of 86.12 m. The coaching changes he made after the end of last season have worked wonders for Neeraj as Jan Zelezny, the world record holder in javelin, has given him a new perspective to things. Now, the aim is to get that first title in the bag, especially with the Neeraj Chopra Classic in India just a few weeks away.

STACKED FIELD IN PARIS However, the Indian star will have his work cut out. The Indian ace will be up against Weber once again, who will form a formidable lineup that will contain the likes of Andersens Peters, Julius Yego and Keshorn Walcott. In fact, out of the eight participants, five have a personal best above 90 metres. Peters achieved the mar in 2022 and has the best personal throw (93.07 m) amongst the eight participants. He also took part in the Doha Diamond League and the Janusz Kusocinski Memorial in Poland and finished in the third spot. The Paris Diamond League organisers were happy with the star cast for the event and expect Neeraj to be the main attraction of the evening. "Few meetings can boast a field of five javelin throwers over 90m. Foremost amongst them is Tokyo Olympic champion and Paris silver medallist Neeraj Chopra of India, who is as powerful as he is consistent," the Paris DL organisers stated in a promotional release for the event.



Avneet Kaur

Is Vibing To Ranjheya Ve Like No One Is Watching

Avneet Kaur has emerged as a social media sensation primarily for her fashion-forward style and dance performances. She often shares content related to her life, fashion and entertainment on Instagram. Known for carrying bold and risqué looks, the diva recently grabbed attention with her elegance in a traditional embroidered mustard suit. Needless to say, she looked gorgeous. In a video shared on Instagram, Avneet is seen vibing to the romantic Punjabi track, Ranjheya Ve, from singer duo Zain and Zohaib. She kept her hair open and let them cascade down her shoulders and accessorised her look with long oxidised earrings and a bindi. Above all, her adorable smile mesmerised the audience. She captioned the post, writing, “Song.”

Fans and admirers were quick to share their reactions to the video. An Instagram user wrote, “Looking so pretty.” Another person said, “So apsara coded.” One of them shared, “Khoobsurat.” Recently, Avneet Kaur made headlines after she met Hollywood star Tom Cruise during the premiere of Mission: Impossible – The Final Reckoning in London. Not only did she meet the actor and interact with him, but also receive a lovely compliment from him.

Taking to Instagram, the actress shared a video of herself interacting with the Hollywood heartthrob, which sent the fans into a frenzy. The clip begins with Avneet asking Tom, “How are you?” to which he replies, “Great! Very nice to see you.” He then complimented her outfit, and said, “Beautiful dress! So elegant, so elegant.”

Furthermore, Tom Cruise held her hand as she walked ahead. Avneet then congratulated him and said, “Congratulations on the amazing premiere, well deserved. Amazing.” He replied, “Thank you.” Sharing the clip, Avneet wrote in the caption, “Tom, the gentleman that you are.”

On the work front, Avneet Kaur made her Bollywood debut with the 2014 action thriller film Mardaani, where she played the role of Meera, the niece of Rani Mukerji’s character. However, she gained widespread recognition after her appearance in the lead role in Tiku Weds Sheru, alongside Nawazuddin Siddiqui. The film was directed by Sai Kabir and produced by Kangana Ranaut. She will be next seen in the film Love In Vietnam opposite Shantanu Maheshwari.



Naga Chaitanya Smiles As Sobhita Dhulipala Enjoys Dosa At Akhil Akkineni’s Wedding Bash



Recently, Nagarjuna’s son Akhil Akkineni got married in an intimate ceremony. The wedding photos were later released and went viral, too. However, now a video from the wedding bash is going around. Naga Chaitanya and Sobhita Dhulipala were spotted sharing a heartwarming moment at the post-wedding feast, and fans can’t stop gushing over the chemistry.

A video, shared by a caterer, has gone viral. The video starts with the preparation of all the delicacies and how they are being served at the wedding. From crispy dosas, fresh idlis and more treats are being prepared for the wedding guests. What grabbed attention was Sobhita gorging on food with the rest of the guests and doting husband Chaitanya Akkineni is smiling watching her.

Recently, Akhil Akkineni, the younger son of actors Nagarjuna and Amala Akkineni, has tied the knot with artist and businesswoman Zainab Ravdjee in an intimate ceremony in Hyderabad. The couple exchanged vows in a traditional Telugu wedding held in the early hours of Friday, surrounded by close friends and family.

Dressed in a soft yellow sherwani, Chaitanya looked elegant for the occasion, while Sobhita turned heads in a cream saree paired with a contrasting full-sleeved red blouse. In his caption, Chaitanya wrote, “Congrats to the newlyweds, welcome to the family dear Zainab, @akkineniakhil.” Sobhita shared the same image, adding, “Welcome to the family dear Z. Congratulations to the newlyweds.” Chaitanya was last seen in, Thandel. During the film’s trailer launch event in Vizag, he also talked about his wife, actress Sobhita Dhulipala, who also hails from the city. “Vizag is so close to my heart that I fell in love with a Vizag girl and married her. Now, there’s a piece of Vizag in my home too. Even in my household, the ruling party is Vizag. So, brothers, I have a small request—Thandel should rock Vizag’s box office; otherwise, I’ll lose my honour at home. Please!” he said.

Samantha Ruth Prabhu's Rumoured BF Raj Nidimoru's Ex-Wife Drops Cryptic Note: 'Best To Remain Silent'



As speculations about Samantha Ruth Prabhu and Raj Nidimoru’s rumoured relationship continue to create a stir on social media, the director’s former wife, Shhyamali De’s, recent Instagram Story has caught everyone’s attention. Shhyamali De took to her Instagram Story to share a post about remaining silent and letting destiny take action.

The post read, “Whatever is destined not to happen will not happen, try hard as you may. Whatever is destined to happen will happen, do what you may to prevent it. This is certain. The best course, therefore, is to remain silent.” While Shhyamali often takes to Instagram to share quotes, they have particularly caught everyone’s attention since Samantha Ruth Prabhu and Raj Nidimoru’s dating buzz caught momentum.

While she hasn’t named anyone directly in any of her posts, the timing of her messages has fans and followers wondering if they’re linked to the ongoing buzz. Though subtle, the quotes have been interpreted by many as a possible reaction to the reports of Samantha and Raj spending more time together. The speculation intensified after Samantha shared photos from a recent trip, one of which showed her resting her head on Raj’s shoulder during a flight.

Is Raj Nidimoru Dating Samantha Ruth Prabhu?

While there is no confirmation on whether Raj is now dating Samantha, the actress’ recent Instagram post has caused a frenzy online. In one image, Samantha is seen posing alongside Raj Nidimoru and the rest of the Subham team in front of the film’s banner. But it was the second photo, a cosy in-flight selfie with Samantha resting her head on Raj’s shoulder, that really got fans talking. While neither of them has confirmed the nature of their relationship, the affectionate snap has led many to wonder if Samantha is subtly making things official. As for Raj and Shhyamali, according to reports, they tied the knot in 2015 but separated in 2022. Shhyamali De is a psychology graduate and has worked as an assistant director with Rakeysh Omprakash Mehra and Vishal Bhardwaj. She is also a scriptwriter and has worked as a creative consultant for films like Rang De Basanti, Omkara, and Ek Nodir Golpo.

Rukmini Vasanth

Shares New Photo, Fans Believe She Is Joining Jr NTR’s Next

Rukmini Vasanth has sparked a fresh wave of speculation among fans with her latest social media post. Fans believe that she is hinting at a potential collaboration with Telugu superstar Jr NTR. While there has been no official confirmation, her caption has left fans buzzing with excitement. Taking to her Instagram handle, Rukmini shared a photo which immediately went



viral. Her caption read, “Tiger Tiger Burning Light.” Fans immediately reacted saying that she is the next leading lady of Jr NTR’s next upcoming film. However, makers are yet to confirm it. Jr NTR and Prashanth Neel are collaborating for their next film which is said to be period drama. It is also rumoured that it might get a new title soon. According to the latest development, the makers of

the film are planning to drop the title Dragon and are actively looking for a new one. The reason? A Tamil film with a similar name was released earlier this year which was also dubbed into Telugu. To avoid legal complications, the team decided to seek a new title for the upcoming film.

According to a report by Pinkvilla, the title Dragon is already registered which prevents the production house from reusing the title within a short period. The entertainment portal also quoted a source as saying, “The issue stems from the fact that Dragon is already a registered title with a 2025-released Tamil film, which restricts the production team from locking it officially. Moreover, the Tamil film titled ‘Dragon’ was also dubbed in Telugu. To avoid legal complications and fan confusion, especially in the Telugu-speaking market, the makers are taking no chances.”

Directed by Prashanth Neel, the upcoming film is creating a lot of buzz online. With names like Jr NTR, Prashanth Neel and Mythri Movie Makers associated with the project, expectations are rising high, with fans eagerly awaiting the title announcement, followed by glimpses. Last year, in an interview for the production house Hombale Films, Prashanth Neel revealed that his upcoming film with Jr NTR will be a period drama.

