

लाखों सपने साकार करेगी वंदे भारत

कश्मीर तक रेल पहुंचना केवल भौगोलिक नहीं, सांस्कृतिक, शैक्षणिक और मानसिक दूरी को पाटने का राष्ट्रीय प्रयास है। दर्जनों सुरंगों और पुलों से गुजरती इस रेललाइन पर स्थित टी-49 सुरंग भारत की सबसे लंबी रेलवे सुरंग है, जो करीब 13 किमी लंबी है। चिनाब नदी पर बना रेल पुल तो विश्व का सबसे ऊंचा रेलवे आर्च ब्रिज है। यह पुल मात्र स्टील और कंक्रीट का ढांचा नहीं, रेल मंत्री अश्विनी वैष्णव के नेतृत्व में भारतीय रेल की अद्वितीय उपलब्धि है। यह बदलते भारत की संकल्पशक्ति और सामर्थ्य का परिचायक है। इसके माध्यम से अब प्रत्येक नागरिक तक पहुंच को लक्ष्य बनाया गया है, चाहे वह पर्वतीय भू-भाग में स्थित हो या दिल्ली से दूर किसी सीमांत गांव में। 2024 में भारत सरकार द्वारा जारी आंकड़ों के अनुसार, जम्मू-कश्मीर से साठ हजार से अधिक छात्र उच्च शिक्षा के लिए राज्य के बाहर गए। इनमें आधे से अधिक पंजाब और दिल्ली के आसपास गए।



प हलगाम में भारत की सामूहिक चेतना प
एक गहरे, दर्दनाक आघात और उसके
पीड़ा के बीच पिछले दिनों जब कश्मीर घाटी में वं
भारत एक्सप्रेस की सीटी गूँजी तो यह मात्र एक
ट्रेन की उद्घोषणा नहीं थी। यह कश्मीर घाटी में
'सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास' वे
प्रधानमंत्री मोदी के मंत्र का साक्षात् रूप था।
प्रधानमंत्री की ओर से कटड़ा से श्रीनगर तक वं
भारत एक्सप्रेस को हरी झंडी दिखाना बस एक
रेलगाड़ी के संचालन के शुभांग का नहीं। यह उन्हें
विचित और आहत भू-भाग के पुनः भारत के
मुख्यथारा से जुड़ने का प्रतीक है, जिसकी घाटियाँ
अनुच्छेद 370 हटने के पूर्व वर्षों तक न केवल
भौगोलिक रूप से, बल्कि मानसिक रूप से भी देश
के शेष भाग से कटी थीं।

कश्मीर तक रेल पहुँचना केवल भौगोलिक नहीं
सांस्कृतिक, ऐक्षिक और मानसिक दूरी को पाटने का
का राष्ट्रीय प्रयास है। दर्जनों सुरंगों और पुलों से
गुजरती इस रेललाइन पर स्थित टी-49 सुरंग
भारत की सबसे लंबी रेलवे सुरंग है, जो करीब 13
किमी लंबी है। चिनाब नदी पर बना रेल पुल त
विश्व का सबसे ऊँचा रेलवे आर्च ब्रिज है। यह पुल
मात्र स्टील और कंक्रीट का ढांचा नहीं, रेल मंत्र
अधिकारी वैष्णव के नेतृत्व में भारतीय रेल का
आदित्यीय उपलब्धि है। यह बदलते भारत के
संकल्पशक्ति और सामर्थ्य का परिचायक है।
इसके माध्यम से अब प्रत्येक नागरिक तक पहुँच
को लक्ष्य बनाया गया है, चाहे वह पर्वतीय भू-भाग

में स्थित हो या दिल्ली से दूर किसी सीमांत गांव 2024 में भारत सरकार द्वारा जारी आंकड़ों अनुसार, जम्मू-कश्मीर से साठ हजार से अधिक छात्र उच्च शिक्षा के लिए राज्य के बाहर ज़ इनमें आधे से अधिक पंजाब और दिल्ली आसपास गए। ये छात्र कई बार मौसमी अवसरे और असुरक्षित सड़क मार्ग का सामना करते पिछले कुछ वर्षों में मौसम की मार के कासड़क परिवहन प्रतिवर्ष औसतन महीने भर अधिक बंद रहा। ये बंद राजमार्ग विद्यार्थियों उपस्थिति, परीक्षा और समग्र शैक्षिक प्रवाह बाधित करते हैं। यह देखा गया है कि सामाजिक असमानता की पहली रेखा स्कूल की चौखट खिंचती है। आवागमन की समस्या गंभीर हो अभिभावक बच्चों को पढ़ने के लिए भेजने करतार हैं। लड़कियों का शिक्षा के लिए संघर्ष और कठिन हो जाता है। हरियाणा के नूंब ज़िले ज़ उदाहरण बताते हैं कि जहां स्कूल तक पहुंच कठिन होता है, वहां महिला और पुरुष साक्षरता अंतर बहुत बड़ा होता है। कश्मीर जैसे दुर्गम में जहां जलवायु और सुरक्षा दोनों ही चुनौतीपूर्ण वहां सुगम, तीव्र और सुरक्षित रेल यात्रा व्यवस्था पर्यटन, व्यापार और अन्य सुविधाओं साथ शिक्षा के लिए भी महत्वपूर्ण आधार संरचना है। इसका प्रभाव यह होगा कि अब विद्यार्थियों को विश्वविद्यालय तक पहुंचने के लिए अवशेषों से नहीं जूझना होगा। यह रेल-संरचना महिला सशक्तीकरण की दृष्टि से भी कार्यात्मक

में। के के के ए। के के धौं थां थे। ए। से की को कक पर तो, से तो, से तो, से ना में तेव्र हैं, की के तृतृ सी नए वा री। अनंत संभावनाएं हैं।

है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 की मूल भावना शिक्षा को केवल 'कक्षा' तक सीमित नहीं रखती, बल्कि उसे जीवन के प्रत्येक क्षेत्र तक विस्तार देती है। उपराज्यपाल मनोज सिन्हा के विशेष प्रयास से जम्मू विश्वविद्यालय द्वारा शुरू की गई झाजोदय एक्सप्रेस जैसी पहल में भागीदार बनीं जम्मू-कश्मीर की कई छात्राओं ने स्वीकार किया था कि वह उनकी पहली रेल यात्रा थी। वे रेलगाड़ी में सवार होकर बाहर निकलीं, नए शहरों, विश्वविद्यालयों, संग्रहालयों और पुस्तकालयों को देखा। यह एक प्रकार की बौद्धिक मुक्ति थी, जिसकी राह अब वंदे भारत जैसी रेल सेवाएं और सुगम कर रही हैं। छात्र-छात्राओं को भारत की विविधता से रुक़्रु करना केवल सांस्कृतिक सजगता का निर्माण नहीं करता, बल्कि यह उन्हें नागरिकता के उस भाव से जोड़ता है, जिसमें वे अपने को न केवल कश्मीर की, बल्कि पूरे भारत की संतान समझते हैं। कश्मीर की वादियों तक पहुंची रेललाइन केवल पटरियों का जोड़ नहीं है। यह असमान अवसरों को समान मंच पर लाने की एक मौजूदा क्रांति है। यह उस अंतर्संबंध को भी पुनर्स्थापित करती है, जिसमें भारत का हार कोना एक-दूसरे से भावनात्मक और सांस्कृतिक रूप से जुड़ा हुआ है। वंदे भारत एक्सप्रेस के उद्घाटन के साथ ही जैसे घाटी की खिड़कियां खुल गई हैं। बर्फ से ढकी पहाड़ियों के उस पार अब केवल बंकर नहीं, पुल हैं। अब संदेह को पीछे छोड़ती यात्रा का सुरक्षा पर गमर सवाल खड़ कर रहे हैं। क्या उड़ान पर चालन के नियमों और दिशा-निर्देशों में कहीं कोई खामी है या फिर इनका पालन करने में कोताही बरती जा रही है? इस तरह के हादसों पर अंकुश लगाने के लिए सरकार से लेकर विमानक कंपनियों की ओर से धरातल पर पुरुषा बंदोबस्त क्यों नहीं किए गए हैं? उत्तराखण्ड में केदारनाथ के पास गौरीकुंड में हुए हेलिकाप्टर हादसे ने इन सवालों को और गंभीर बना दिया है। इस हेलिकाप्टर का संचालन कर रही कंपनी पर लापरवाही बरतने का आरोप लगाया गया है। पुलिस में दर्ज मामले में कहा गया है कि हेलिकाप्टर के संचालन के लिए सुबह छह से सात बजे तक का प्रथम स्लाट आर्बिट किया गया था, जबकि यह दुर्घटना उससे पहले ही सुबह साढ़े पांच बजे हुई है। अगर यह दावा सही है, तो साफ है कि हेलिकाप्टर ने तथ्य समय से पहले ही उड़ान भर ली थी। उस दिन सुबह से ही थृंग छाई हुई थी और उड़ान भरने से पहले मौसम की स्थिति को ठीक से नहीं जांचा गया। कोई दोराया नहीं है कि चारधाम यात्रा के लिए हेलिकाप्टर सेवाएं श्रद्धालुओं के लिए सुविधाजनक हैं। खासकर बच्चों व बुजुर्गों को, जिनके लिए यह यात्रा मुश्किल भरी होती है। मगर, हवाई यात्रा को सुरक्षित बनाने की जिम्मेदारी राज्य व केंद्र सरकार पर भी है। राज्य के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह थामी ने इस हादसे के बाद कहा कि चारधाम में सेवा दे रहे पायलटों के हिमालयी क्षेत्रों में उड़ान अनुभवों की जांच होगी। मगर, सवाल यह है कि कोई बड़ा हादसा होने से पहले ही एहतियाती तौर पर इस तरह के इंतजाम क्यों नहीं किए जाते। इस साल चारधाम मार्ग पर हादसे या हेलिकाप्टर को आपात स्थिति में उतारने की यह पांचवीं घटना है। इससे पहले आठ मई को उत्तरकाशी के गंगानामी में निजी कंपनी का हेलिकाप्टर दुर्घटनाग्रस्त हो गया था, जिसमें छह लोगों की मौत हो गई थी। ऐसी ही एक भयावह घटना रविवार को महाराष्ट्र के पुणे में हुई, जहां इंद्रायणी नदी पर बना लोहे का एक पुल ढह गया। इस पुल को जिला प्रशासन ने खतरनाक घोषित किया था और चेतावनी बोर्ड भी लगाए गए थे। पर क्या सिर्फ चेतावनी बोर्ड लगाने से सरकार व प्रशासन की जिम्मेदारी पूरी हो जाती है? अगर वह जीर्णावस्था में था, तो पर्यटकों के वहां जाने पर पूर्ण रोक क्यों नहीं लगाई गई।

शाह ने मौर्य को 'मेरे मित्र' पुकारा तो छिड़ गई सियासी चर्चा

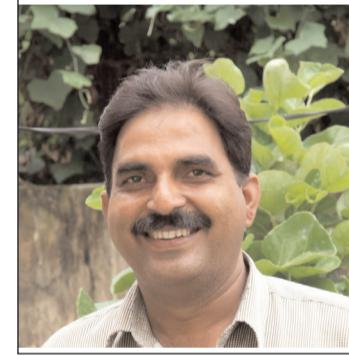


अजय कुमार, वरिष्ठ पत्रकार

समुदाय में केशव प्रसाद मौर्य की पकड़ मजबूत मानी जाती है। 2017 में जब बीजेपी ने ऐतिहासिक जीत दर्ज की थी, तब मौर्य प्रदेश अध्यक्ष थे और उनकी रणनीति से भाजपा ने पिछड़े वर्गों में गहरी पैठ बनाई थी। हालांकि 2022 के विधानसभा चुनाव में सिरायू से उनकी हार के बाद उनके प्रभाव को लेकर सवाल उठने लगे थे, परंतु संगठन में उनका महत्व बना रहा। अमित शाह द्वारा उन्हें मित्र कहे जाने से यह स्पष्ट संकेत दिया गया है कि भले ही वह चुनाव हार गए हों, परंतु पार्टी में उनका राजनीतिक महत्व कम नहीं हुआ है। यह भी समझना जरूरी है कि अमित शाह जैसे रणनीतिकार कोई भी शब्द यूं ही मंच से नहीं बोलते। 'मित्र' शब्द आमतौर पर तब प्रयोग किया जाता है जब निजी संबंधों को दर्शाना हो और सर्वजनिक रूप से किसी के प्रति सम्मान जताना हो। इस लिहाज से यह बयान कई मायनों में मौर्य के लिए सम्मानसूचक था और उन तमाम चर्चाओं को खारिज करने की कशिश थी जिनमें कहा जा रहा था कि पार्टी में अब मौर्य की स्थिति कमजोर हो रही है। यह भी एक प्रकार का संतुलन बैठने की कोशिश कही जा सकती है एक तरफ योगी को पूरी ताकत से समर्थन देना और दूसरी ओर मौर्य को भी सम्मानपूर्वक साथ रखना। लेकिन इस राजनीतिक संदेश का असर केवल भाजपा तक सीमित नहीं रहा। विपक्ष, खासकर समाजवादी पार्टी ने इसे तुरंत आप लिया और इस पर तंज भी कसा। सपा प्रमुख अखिलेश यादव ने सोशल मीडिया पर लिखा, "इन्होंने इश्तहार में न लगाया उनका घिन्न, उन्होंने किसी और को कह दिया 'मित्र'!" अखिलेश का यह तंज जितना अमित शाह पर था, उतना ही भाजपा के आंतरिक समीकरणों पर भी। लेकिन भाजपा के नेताओं ने भी तुरंत पलटवार किया और कहा कि विपक्ष को न समझ में आता है न स्वीकार होता है कि भाजपा के नेताओं में आपसी सहयोग और सम्मान का रिश्ता है। राजनीतिक तौर पर देखा जाए तो अमित शाह का यह संबोधन आगामी चुनाव की अभियान को मजबूत करने वाला कदम है। बीजेपी

अब न केवल अपनी सरकार की उपलब्धियों को गिनवा रही है, बल्कि समाजिक समीकरणों को भी सधे तरीके से साधने की कोशिश कर रही है। योगी आदित्यनाथ को जहां हिंदुत्व और कालन्-व्यवस्था के प्रतीक के रूप में आगे रखा जा रहा है, वहीं मौर्य को ओबीरी वर्ग की भावनाओं और प्रतिनिधित्व का चेहरा बनाकर एक संतुलन बनाने की कवायद की जा रही है। तर प्रदेश की राजनीति जातीय समीकरणों से बहुत अधिक प्रभावित होती है। समाजवादी पार्टी और कांग्रेस लगातार जाति जनगणना की मांग को लेकर भाजपा पर हमला बोलते रहे हैं। खासकर ओबीरी वर्ग के मुद्दों को लेकर विपक्ष की रणनीति काफी आकामक रही है। ऐसे में भाजपा की तरफ से मौर्य को मंच पर विशेष संबोधन देना यह दर्शाता है कि पार्टी अपने ओबीरी चेहरे को कमज़ोर नहीं दिखाना चाहती। यहीं वजह है कि कार्यक्रम के दौरान और बाद में अमित शाह ने मौर्य के प्रति सार्वजनिक तौर पर सकारात्मक भाव दर्शाए। यह भी उल्लेखनीय है कि हाल ही में केशव प्रसाद मौर्य ने समाजवादी पार्टी और अखिलेश यादव पर तीखा हमला करते हुए कहा था कि 2027 में सपा का अंतिम अध्याय लिखा जाएगा। इसके जवाब में सपा संसद राजीव राय ने पलटवार करते हुए कहा कि केशव मौर्य अब 2057 तक भी कोई चुनाव नहीं जीत पाएंगे। यह जुबानी जंग बताती है कि दोनों दलों के बीच मुकाबला अब व्यक्तिगत स्तर तक उत्तर आया है। यह भी समझा जा सकता है कि मौर्य की राजनीतिक सक्रियता केवल सांकेतिक नहीं, बल्कि आगामी चुनावों की रणनीति का हिस्सा है। इस पूरे घटनाक्रम को देखकर एक बात तो स्पष्ट है कि भाजपा नेतृत्व अब किसी भी प्रकार की अंदरूनी असंतुलन की स्थिति को जन्म नहीं देना चाहता। पार्टी यह सुनिश्चित करना चाहती है कि चुनाव से पहले एकजुटता का प्रदर्शन हो और हर वर्ग को संतुलित प्रतिनिधित्व मिले। इसी रणनीति का हिस्सा है अमित शाह का 'मेरे मित्र' वाला संबोधन जिसमें सम्मान है, संदेश है और सियासी संतुलन भी। लखनऊ का यह कार्यक्रम केवल नियुक्त पत्र वितरण तक सीमित नहीं रहा। इस मंच से जो शब्द बोले गए, उनका असर दूर तक गया। अमित शाह ने एक ओर योगी आदित्यनाथ के नेतृत्व पर फिर से भरोसा जताया, तो दूसरी ओर केशव प्रसाद मौर्य के राजनीतिक कद को गिरने से रोक लिया। सियासत में 'दो कदम आगे और एक कदम पीछे' की चाल के बीच यह भाषण भाजपा की रणनीतिक परिपक्ता का प्रमाण बनकर उभरा है। अब देखना होगा कि इस संतुलन का असर पार्टी के आगामी फैसलों और चुनावी रणनीतियों पर कितना गहरा पड़ता है। लेकिन इतना तो तथ्य है कि 'मेरे मित्र' अब केवल एक संबोधन नहीं, बल्कि एक राजनीतिक घोषणापत्र जैसा बन गया है जो योगी और मौर्य दोनों के लिए एक नया अध्याय खोलता है।

ऑनलाइन गेम प्रमोशन ईडी का सितारों पर कसता शिकंजा



संजय सक्सेना

वरिष्ठ पत्रका

पिछले कुछ वर्षों में भारत में ऑनलाइन गेमिंग इंडस्ट्री ने जबरदस्त रफ्तार पकड़ी है। लाखों युवा इस दुनिया की ओर आकर्षित हो कर अपना सब कुछ यहां तक की जान भी गवा रहे हैं, वहीं दूसरी तरफ इसके प्रमोशन से बॉलीवुड सितारों से लेकर सोशल मीडिया इन्फ्लुएंसर्स तक करोड़ों रुपये अपनी जेब में डाल रहे हैं। सलमान खान जैसे बड़े सितारे तक जूपी लूडो खेलने के लिये टीवी व अन्य सोशल प्लेटफॉर्म पर लोगों को उसकाते हुए नजर आ जाते हैं, यही हाल अन्य गेमों का है, हास्य कलाकार कपिल शर्मा हों या क्रिकेटर हरभजन सिंह, युवराज और सुरेश रैना जैसे खिलाड़ी काफी लम्बी लिस्ट है ऐसे नामों की, यही वजह है जैसे-जैसे यह उद्योग फल-फूल रहा है, इसके साथ ही कानूनी शिकंजा भी कसता जा रहा है। प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) की नजर अब उन मशहूर हासितों पर है जो इन ऑनलाइन गेम्स के प्रमोशन से जुड़े रहे हैं। खासकर उन पर जिनका संबंध गणित्य रेपिंग और पारा पारा से रहा है।

संजय सक्सेना,
वरिष्ठ पत्रकार

या सद्वा जैसी गतिविधियों में लिस्त है। यदि साबित हो जाता है कि किसी को पूरी जानकारी थी और फिर भी उन्होंने प्रमोशन किया, तो उनके खिलाफ कार्रवाई संभव है।

ईडी की अब तक की कार्रवाई

ईडी ने इस सिलसिले में कुछ डिजिटल मार्केटिंग एजेंसियों के दफ्तरों पर छापेमारी की है जो इन सेलेब्रिटी और गेमिंग कंपनियों के बीच कड़ी का काम करती थीं। कुछ बैंकों और पेमेंट गेटवे कंपनियों से भी ट्रांजेक्शन डिटेल्स मांगे गए हैं। इसके साथ ही ईडी ने कुछ सेलेब्रिटी को समन भी भेजे हैं, जिनसे पूछताछ की तैयारी है। इनसे उनके अनुबंधों, भुगतान की विधि और प्रमोशनल सामग्री की जानकारी मांगी जा रही है।

कब बनेंगे गेम के कायदे कानून

उत्तर घटनाक्रम ने एक बार फिर यह सवाल खड़ा कर दिया है कि ऑनलाइन गेमिंग इंडस्ट्री को लेकर भारत में स्पष्ट और कठोर कानून कब तक तय होंगे। नवाचाल में

सादृश्य ग्रामों आर सद्वा एप्स से रहा हा
क्या है मामला?

ईडी ने हाल ही में मनी लॉन्डिंग रोकथाम अधिनियम (पीएमएलए) के तहत कुछ ऑनलाइन गेमिंग प्लेटफॉर्म्स की जांच शुरू की है। आरोप है कि ये प्लेटफॉर्म्स गेमिंग के नाम पर सद्वा चला रहे हैं और अवैध तरीकों से पैसे का लेन-देन कर रहे हैं। इन कंपनियों ने आम जनता का भरोसा जीतने के लिए फिल्मी सितारों और सोशल मीडिया सेलेब्रिटी का सहारा लिया। जांच के दौरान यह सामने आया कि कई बड़े बॉलीवुड सितारे और यूट्यूबर/इंस्टाग्राम इन्फ्लुएंसर्स ने माटी रकम लेकर इन गेमिंग एप्स का प्रचार किया। ये प्रचार वीडियो, विज्ञापन, सोशल मीडिया पोस्ट या लाइव सेशंस के माध्यम से होते हैं। इन्हें अपराधी बना देता है? विशेषज्ञों का मानना है कि यदि कोई सेलेब्रिटी बिना उचित जांच-पड़ताल किए एसे सितारे स्टॉडअप कॉमेडियन और यूट्यूबर इन्फ्लुएंसर्स, जिनकी फैन फॉलोइंग लाखों में है, ने इन प्लेटफॉर्म्स के साथ प्रमोशनल डील्स साझन किए थे। कुछ मामलों में इन डील्स की रकम करोड़ों में बताई जा रही है। कुछ पूर्व क्रिकेट खिलाड़ियों और टी20 लीग से जुड़े चेहरों ने भी इस इंडस्ट्री में एंट्री ली। ईडी की जांच में यह देखा जा रहा है कि इन हस्तियों को भुगतान किस स्रोत से किया गया, और क्या यह पैसा वैध था।

क्या सिर्फ प्रमोशन करना अपराध है? यह सवाल उठना स्वाभाविक है कि क्या किसी सेलेब्रिटी द्वारा प्रमोशन करना ही उन्हें अपराधी बना देता है? विशेषज्ञों का मानना है कि यदि कोई सेलेब्रिटी बिना उचित जांच-पड़ताल किए एसे

से लाखों लोगों का इन प्लेटफॉर्म्स से जोड़ने में सहायक बने।
किन सितारों पर है शक की निगाह?
 हालांकि जांच अभी प्रारम्भिक चरण में है, लेकिन सूत्रों के मुताबिक, जिन सेलेब्रिटी पर ईंडी की नजर है, उनमें कुछ बड़े नाम प्लेटफॉर्म्स का प्रचार करता है जो बाद में अवैध साबित होते हैं, तो उन्हें जांच में सहयोग करना पड़ सकता है। ईंडी का फोकस इस बात पर है कि क्या इन सेलेब्रिटी को यह पता था कि जिस कंपनी का वे प्रचार कर रहे हैं, वह मनी लॉन्डिंग का प्रचार कर रहे हैं, उसको जिम्मदारों लें। ईंडी की यह जांच इस दिशा में एक बड़ा कदम है, इससे न केवल अवैध जेमिंग प्लेटफॉर्म्स पर शिकंजा करने के लिए, बल्कि प्रमोशन से जुड़े लोगों को भी जवाबदेह बनाने के लिए।



हैवी वेट लिपिटंग
में सक्षम होने से
ज्यादा सशक्त कोई
एहसास नहीं है

फिटनेस आइकन और एंटरप्रेन्यॉर कृष्ण श्रॉफ कभी भी अपनी सच्चाई बताने से पीछे नहीं हटती है, और जब फिटनेस की बात आती है, तो वेट ट्रेनिंग के प्रति उनका जुनून सबसे आगे नजर आता है। फिटनेस की शौकीन कृष्ण का मानना है कि वेट ट्रेनिंग शरीर को तराशने का सबसे प्रभावी तरीका है, जिससे व्यक्ति खुद को ठीक वैसा आकार दे सकता है जैसा वह चाहता है। मेरा जुनून हमेशा से वेट ट्रेनिंग रहा है। मेरा मानना है कि वेट्स उठाना आपके शरीर को आकार देने का एक अच्छा तरीका है, चाहे आप खुद को आकार देना चाहें, वह स्पष्ट रूप से स्वीकार करती है कि पारंपरिक कार्डियो वर्कआउट की तुलना में वेट ट्रेनिंग ज्यादा प्रसंद है। कृष्ण के लिए जिम सिर्फ़ शारीरिक बदलाव के बारे में नहीं है, यह उस शक्ति की खोज के बारे में है जो हेली वेट उठाने के बाद आती है। कृष्ण के लिए स्ट्रेथ ट्रेनिंग की लत सिर्फ़ शरीर तक सीमित नहीं है, बल्कि यह एक ऐसा अनुभव है जो शरीर और मन दोनों को एक साथ बदलता है। वह कहती है, स्ट्रेथ ट्रेनिंग सच में लत बना देती है। यह सिर्फ़ हफ्ते-दर-हफ्ते शारीरिक प्रगति नहीं दिखाती, बल्कि यह मानसिक रूप से भी बहुत कुछ बदलती है और आत्मविश्वास को नई ऊँचाइयों तक ले जाती है। शायद सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि कृष्ण श्रॉफ अपने आत्मविश्वास और आत्म-छवि में आए बदलाव का श्रेय वेट ट्रेनिंग को देती है। वह कहती है, मुझे लगता है कि जिम जाना, खास तौर पर वेट ट्रेनिंग, ने मुझे आत्मविश्वास की एक नई भावना दी है जो बचपन में मेरे पास नहीं थी। उनका यह ईमानदार स्वीकार इस बात का प्रमाण है कि कृष्ण के लिए फिटनेस सिर्फ़ एक शौक से कहीं बढ़कर बन गई है। यह आत्म-खोज और सशक्तिकरण का एक साधन रहा है जो आज भी उन्हें आकार दे रहा है।

राणा नायडू और मर्स्ती... दोनों चीजें कभी साथ में नहीं चल सकती

तेलुगु स्टार राणा दम्भुबाती अपने हिट स्ट्रीमिंग शो राणा नायदू के दूसरे सीजन की रिलीज की तैयारी कर रहे हैं। आईएएनएस से खास बातवीत में उन्होंने कहा कि इस शो में उनका किरदार बहुत सारे दर्द और मानसिक तकलीफों से जुड़ा है। इंटरव्यू में राणा से पूछा कि उन्हें अपने राणा नायदू का किरदार निभाने में सबसे मजेदार चीज क्या लगी?

उन्होंने कहा, राणा नायदू और मस्ती, ये दोनों चीजें कभी साथ में नहीं चल सकतीं। यह किरदार बहुत गंभीर है। वह कई अंदरूनी तकलीफों से जूझ रहा है, जिनका जिक्र वह किसी से नहीं कर पाता। मुझे लगता है कि भारतीय पुरुषों के साथ ऐसा होता है, खासकर जो परिवार के मुखिया होते हैं या जिन पर बहुत जिम्मेदारी होती है, वे अपनी तकलीफों के बारे में किसी से बात नहीं करते। नायदू परिवार की कहानी में भी ऐसा ही कृच्छ दिखाया गया है, एक ऐसा परिवार जिसमें सभी लोग अपनौं-अपनी अंदरूनी परेशानियों के दबाव में जी रहे हैं। उन्होंने कहा, यह वह बाप-बेटे के बीच का झगड़ा हो, परित-पत्नी के बीच की परेशानी हो या भाई-बहनों के बीच के मतभेद हो, मुझे लगता है कि यह सब किसी न किसी पूराने दर्द से जड़े हुए

हैं। हर कोई अपने-अपने तरीके से उन तकलीफों से बाहर निकलने की कोशिश कर रहा है।
सीजन 1 में सिर्फ एक ऐसा परिवार था, जो बिखरा हुआ था। उनमें इगड़े, मतभेद और परेशानियां थीं। सीजन 2 में अब दो ऐसे परिवार हैं, जो आपसी तनाव और मुश्किल हालातों से जूझ रहे हैं। अभिनेता ने साझा किया, अब दो ओवेरेंट कहानी में आए हैं। आपने सोचा था कि नायदू परिवार बुरा है, लेकिन ये तो उससे भी यादा बुरे हैं। अमीर लोगों की परेशानियां और भी बड़ी होती हैं। उन्होंने आगे कहा, मुझे लगता है कि अमीर लोगों की भी यही समस्याएं होती हैं।
उनकी परेशानियां एक अलग तरीके से बढ़ जाती हैं, जैसे विरासत और ऐसी चीजें। इस कहानी में नामा नाम का एक किरदार है, जो इस परिवार के बीच में बार-बार दखल देता रहता है। राणा नायदू का दूसरा सीजन 13 जून से नेटप्रिलिक्स पर स्ट्रीम होगा।



बिना ऑडिशन दिए जयदीप को मिली थी प्रताल लोक

वेब सीरीज पाताल लोक ने जयदीप अहलावत के करियर को एक नए मुकाम पर पहुंचाया। उन्होंने इसमें हाथीराम चौधरी का किरदार अदा किया है। दिलचस्पी बात यह है कि यह शानदार सीरीज एकटर को बिना

**कलाकार का खाली वर्तमान
निराशा में नहीं जाना चाहिए**

अभिनेता से पूछा गया कि 2010 से 2020 तक के सफर पर बात करें तो आप हर जगह नजर आए। बड़े-बड़े किरदार में नजर आए। लेकिन, वया ऐसा लगा कि दिख तो रहा हूं लेकिन एक पहचान बनाना बाकी है? इस पर जयदीप अहलावत ने कहा हाँ विल्कुल लगा। मैंने बहुत बड़े-बड़े डायरेक्टर्स के साथ काम किया। एक काम के बाद दूसरे काम में गैर भी बहुत ज्यादा रहा। ऐसे बहुत लंबा वर्तमान था। लेकिन, जब आप वहाँ जाते हो तो वहीं वो पिलर हैं जहाँ मकान बनता है। तो मझे लगता है कि नीव काफी मजबूत है। जयदीप ने आँख कहा, बस यही है कि जब आप खाली

बैठो तो वह दौर निराशा में नहीं जाना चाहिए। खाली बैठे एकटर को बहुत तैयारी करनी चाहिए। कई एकटर्स ने बहुत अच्छा काम किया। फिर गायब हुए और वापस आए। ऐसे में कसिस्टेंसी बहुत जरूरी है।

वेब सीरीज पाताल लोक ने जयदीप अहलावत के करियर को एक नए मुकाम पर पहुंचाया। उन्होंने इसमें हाथीराम चौधरी का किरदार अदा किया है। दिलचर्या बात यह है कि यह शानदार सीरीज प्रारंभ को बिना किसी ऑडिशन के मिली। दरअसल, जयदीप अहलावत 10 जून को देहरादून में आयोजित सवाद कार्यक्रम में शिक्षक रुपरूपे बन गये।

कैसे मिली पाताल लोक ?
 2020, वह दिन जब भारत के तमाम लोग रों में थे। तब पाताल लोक रिलीज हुईं और हाथीराम वौधरी देखने को मिला। लोगों के शुरू हुए होंगे? यवा अनुभव था? यजदीप ने कहा, मेरे पास जब यह सीरीज आई, तो कि आप इसके लिए हाँ कहो और आपका

कोई ऑडिशन नहीं होगा। मुझे बहुत सरप्राइज हुआ कि मैं आठ-नौ एप्सिसोड की एक सौरीज करूँ और मुझे जांचा-परखा भी न जाए। जिस खुबसूरती से पाताल लोक को लिखा गया, दुनिया में ऐसा कार्ड एक्टर नहीं जो इस स्क्रिप्ट को मना कर सकता है। एक्टर से पूछा गया पाताल लोक के बाद वह कोई ऐसे दृश्य नहीं चाहता कि उसके लिए वैज्ञानिक एवं वास्तविक

मैं शेखर सर और धनुष काम करना चाहती थी से 'कुबेर' के लिए हां

मैं शेखर सर और धनुष के साथ
काम करना चाहती थी इसी वजह
से 'कबेर' के लिए हां कहा

A close-up photograph of Anushka Shetty. She is wearing a vibrant red sleeveless dress with a green and yellow floral pattern. Her dark hair is styled in loose waves. She is holding a cigarette in her right hand, which is raised near her face. She has a surprised or intense expression, with wide eyes and a slightly open mouth. She is wearing large, ornate silver hoop earrings and a thin silver bangle on her left wrist.



