नईदुनिया

पहलगाम आतंकी हमला : पाकिस्तानी रक्षा मंत्री ने बलूचिस्तान का बदला बताने की कोशिश की!

इस्लामाबाद

पहलगाम हमले के बाद पाकिस्तान के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग की जा रही है। इस हमले में भारत के 28 पर्यटकों की आतंकवादियों ने धर्म पूछकर हत्या कर दी है। जिसके बाद पाकिस्तान के रक्षा मंत्री ख्वाजा आसिफ ने जहर उगलते हुए इसे बलूचिस्तान हमले से जोड़ा है। पाकिस्तानी रक्षा मंत्री ने इसे बलूचिस्तान में हो रहे स्वतंत्रता संग्राम से जोड़ा है। पाकिस्तानी रक्षा मंत्री ने एक तरह से इसे बलूचिस्तान का बदला बताने की कोशिश की है। ख्वाजा आसिफ ने पाकिस्तान के एक टीवी चैनल से बात करते हुए कहा है कि हम एक नहीं कई सबूत दे चुके हैं कि बलूचिस्तान के अंदर और दूसरे इलाकों के अंदर हिंदुस्तान का हाथ है। पाकिस्तान के रक्षा मंत्री के जहर उगलने से कुछ ही समय पहले पाकिस्तान के आर्मी चीफ जनरल असीम मुनीर ने हाल ही में एक बयान दिया था। जिसमें उन्होंने कश्मीर को पाकिस्तान की जुगुलर वेन यानि गले का नस बताया था। सूत्रों की मानें तो इस बयान के बाद ही लश्कर-ए-तैयबा ने पहलगाम में हमला किया है। यह हमला उस वक्त हुआ है जब अमेरिका के उप-राष्ट्रपति जेडी वेंस भारत के दौरे पर हैं। हालांकि अभी तक जांच एजेंसियां किसी नतीजे पर नहीं पहुंची हैं। लेकिन, कई इंटेलिजेंस अफसरों का मानना है कि जनरल मुनीर के बयान से आतंकियों को हौसला मिला है। उन्होंने अपने भाषण में मुसलमानों और हिंदुओं के साथ अलग व्यवहार की बात भी की थी। इससे टीआरएफ के गुर्गे उत्साहित हो गए। वहीं पाकिस्तान के रक्षा मंत्री ख्वाजा आसिफ ने कहा कि बलूचिस्तान में जो हो रहा है, उसमें हिंदुस्तान का हाथ है, ये उनकी सरपरस्ती है, चाहे वो अफगानिस्तान में बैठकर कर रहे हैं या कहीं और बैठकर कर रहे हैं, लेकिन इसका एक लंबा इतिहास है कि हिंदुस्तान की सरपरस्ती है, पाकिस्तान के अंदर जहां भी आतंकी हमले हो रहे हैं। यानि पाकिस्तानी रक्षा मंत्री एक तरह से इसे बलूचिस्तान का बदला बता रहे हैं। जबकि भारत बलूचिस्तान में चल रहे आजादी के आंदोलन में किसी भी तरह के हाथ होने से इनकार करता रहा है। वहीं भारतीय खुफिया जानकारी के अनुसार, लश्कर ए तैइबा का टॉप कमांडर सैफुल्लाह कसूरी उर्फ खालिद इस साजिश में शामिल हो सकता है। इसके अलावा, रावलकोट के दो लश्कर कमांडरों, जिनमें से एक अबू मूसा है।

न्यूज ब्रीफ

पुतिन ने माना पब्लिक इन्फ्रास्ट्रक्चर पर नहीं करेंगे हमले

मास्को। रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन ने यूक्रेन के राष्ट्रपति जेलेंस्की से उस प्रस्ताव पर बातचीत करने पर सहमति जताई है, जिसमे कहा गया था कि दोनों ही देश एक दूसरे के पब्लिक इन्फ्रास्ट्रक्चर पर हमले नहीं करेंगे। सार्वजनिक क्षेत्रों व रिहायसी इलाकों में हमले रोकने की बात पर राजी होते पुतिन ने आगे और भी बातचीत के लिए रास्ते खुले होने की बात कही है। क्रेमलिन प्रवक्ता दिमित्री पेस्कोव का कहना था कि यह वाकई एक जटिल मसला है, जिस पर राष्ट्रपति पुतिन बातचीत करने के लिए तैयार हैं। यह अलग बात है कि पेस्कोव यह भी बताते हैं कि फिलहाल रूस और यूक्रेन के बीच किसी तरह की कोई बातचीत के लिए कोई ठोस योजना बनाई नहीं गई है। ऐसे में हमले कब और कैसे होंगे या नहीं होंगे इस पर शंका बरकरार है।

सुबह सुबह हुआ हमला: इजरायली हमले में एक ही घर के 11 लोग जिंदा जले

गाजा। एक बार फिर तबाही और मातम लेकर आई। इजरायली हमलों में कम से कम 25 फिलिस्तीनी मारे गए, जिनमें 11 लोग खान यूनिस में एक ही घर में जलकर मर गए। यह आग इजरायली हवाई हमलों की वजह से लगी बताई जा रहीं है। वहीं अस्पतालों में हालात इतने बदतर हैं कि इलाज की जगह अब वहां मौतें हो रही हैं। घायलों को दवा, ऑक्सीजन या प्राथमिक इलाज तक नहीं मिल पा रहा। डॉक्टरों के पास संसाधन नहीं हैं, न ही पर्याप्त स्टाफ। ऐसे में कई जख्मी बिना आवाज़ किए ही इस दुनिया से विदा ले रहे हैं। गाजा सिटी के पश्चिमी हिस्से में हवाई हमले में एक घर में 11 लोगों की जिंदा जलने जान चली गई, इसमें एक पति-पत्नी और उनके मासूम बच्चे भी शामिल थे। स्थिति और भी भयावह तब हो गई जब जबालिया नगर पालिका के गैराज पर हवाई हमले किए गए, जिससे मलबा हटाने वाले ट्रक और बुलडोजर भी तबाह हो गए। इससे राहत और बचाव कार्यों को भारी झटका लगा है। रिपोर्ट के अनुसार, राफा के उत्तरी हिस्से में कई परिवार अब भी फंसे हुए हैं। इज़रायली सेना ने रेड क्रॉस की गाड़ियों को उन इलाकों में जाने से रोक दिया है, जिससे लोगों को सुरक्षित बाहर निकालना मुश्किल हो गया है।

एक्ट्रेस क्रिस्टन स्टीवर्ट ने अपने मंगेतर से रचाई शादी

वॉशिंगटन (डीसी)। एक्ट्रेस क्रिस्टन स्टीवर्ट ने अपनी मंगेतर और राइटर डायलन मेयर से ईस्टर के मौके पर शादी रचा ली। इस कपल ने अब फाइनली एक दूसरे का हाथ थाम लिया है और अपनी खुशी जाहिर की है। एक इंटरव्यू में स्टीवर्ट ने बताया कि मेयर ने उन्हें कैसे प्रपोज किया था। उन्होंने कहा, मैं चाहती थी कि मुझे प्रपोज किया जाए और डायलन ने ये बहुत ही अच्छे से किया। यह सच में बहुत प्यारा और इमोशनल था। स्टीवर्ट ने पहले एक सिंपल शादी करने की इच्छा व्यक्त की थी। उन्होंने कहा था, मैं घर पर रहना चाहती हूं, जैसे मैं एलए. में रहना चाहती हूं ताकि वहां हर कोई आ सके। मैं चाहती थी कि शादी बहुत ही करीबी लोगों की मौजूदगी से हो, एकदम शांति से। हम बस खड़े होकर एक दूसरे का हाथ थामे और फिर पार्टी करें।स्टीवर्ट और मेयर की मुलाकात सालों पहले एक फिल्म पर काम करते हुए हुई थी, लेकिन छह साल बाद एक दोस्त की जन्मदिन की पार्टी तक वे कभी साथ नजर नहीं आईं। अगस्त 2019 में उनके रोमांस की अफवाहें उड़ीं और सितंबर तक, स्टीवर्ट ने एक इंटरव्यू में कहा था कि वह सगाई करने के लिए बेताब हैं। स्टीवर्ट ने मेयर से शादी करने के बारे में अपनी खुशी जाहिर करते हुए कहा, मैं बहुत लकी महसूस करती हूं, इस दुनिया में किसी को बेहतर तरीके से जानना बहुत अच्छा है। मैं बहुत खुश और एक्साइटेड हूं। उन्होंने कहा कि वह विदेश में नहीं, बल्कि लॉस एंजिल्स में शादी करना चाहते हैं, ताकि उनका परिवार इसमें शामिल हो सके। उन्होंने कहा- मैं चाहती हूं कि शादी पूरी तरह से व्हाईट हो, मैं नहीं चाहती कि कोई अपने सिर पर बालियां पहनकर घूमे और फिर पार्टी करें। मुझे यह तरीका पसंद नहीं है। एक्ट्रेस ने पहले कहा था कि वह ज्यादा धूमधाम से शादी नहीं करना चाहती थीं। बल्कि, उन्होंने तो बस शादी करने की इच्छा जाहिर की।

चीन ने अमेरिका को दिया बड़ा झटका 86 प्रतिशत रोक दिया निर्यात

बीजिंग

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप द्वारा 245 फीसदी का टैरिफ लगाए जाने के बाद चीन ने पहले अमेरिकी बोइंग विमानों को खरीदने से इनकार कर दिया था और अब उसने अमेरिका को दुर्लभ खनिजों की सप्लाई रोक दी है। सीमा शुल्क के आंकड़ों से पता चलता है कि अमेरिका को निर्यात किए जाने वाले दुर्लभ खनिजों की सभी सप्लाई करीब-करीब रोक दी गई है। आंकड़ों से पता चलता है कि मार्च में चीन ने अमेरिका को निर्यात होने वाले एक अन्य खनिज पदार्थ इटट्रियम की सप्लाई में 86 फीसदी की कटौती की है। इसी तरह स्कैडियम के निर्यात में दो तिहाई की कटौती की गई है। बता दें कि चीन टंगस्टन के कुल वैश्विक उत्पादन में 83 फीसदी, बिसमथ में 81 फीसदी, टेल्यूरियम में 75 फीसदी, इंडियम में 70 फीसदी और मोलिब्डेनम में 42 फीसदी की हिस्सेदारी रखता है। इन खनिज तत्वों का इस्तेमाल एयरोस्पेस और डिफेंस सेक्टर में होता है।

इन खनिजों के निर्यात पर बैन और सप्लाई में आई बड़ी कमी से अमेरिका का न केवल सोलर पैनल और थर्मोइलेक्ट्रिक उपकरणों का निर्माण करने वाली कंपनियां और इंडस्ट्री दबाव में हैं बल्कि स्मार्टफोन बनाने वाली कंपनियों से लेकर अत्याधुनिक सैन्य उपकरण बनाने वाली कंपनियां भी परेशान हैं। दरअसल, इन कंपनियों और निर्माण उद्योग में इस्तेमाल होने वाली दुर्लभ खनिजों के भंडार और शोधन एवं प्रसंस्करण पर चीन का एकाधिकार है। इसीलिए चीन ने अमेरिका को जबाव देने के लिए सबसे पहले इन खनिजों की सप्लाई पर ब्रेक लगाया है।

रिपोर्ट में कहा गया है कि चीन ने सोलर पैनल और थर्मोइलेक्ट्रिक उपकरणों के निर्माण में इस्तेमाल में बड़े पैमाने पर उपयोग की जाने वाली धातु टेल्यूरियम के निर्यात में करीब 44 प्रतिशत की गिरावट आई है। टंगस्टन रॉड शिपमेंट में लगभग 84 प्रतिशत की गिरावट आई है, जबकि अन्य खनिज पदार्थ टंगस्टन के निर्यात में 77 प्रतिशत की गिरावट आई है। सीमा शुल्क के आंकड़ों के अनुसार, मोलिब्डेनम पाउडर, बिस्मथ उत्पादों और टंगस्टन सामग्री की अन्य तीन श्रेणियों सहित कुछ उत्पाद श्रेणियों के लिए शिपमेंट पूरी तरह से रोक दिए गए हैं। फरवरी में अमेरिका द्वारा चीन पर टैरिफ लगाए जाने के बाद से ही टंगस्टन, बिस्मथ, टेल्यूरियम, इंडियम और मोलिब्डेनम के निर्यात पर चीन ने प्रतिबंध लगाना शुरू कर दिया था। चीनी नियमों के मुताबिक निर्यातकों को इन खनिजों को विदेश भेजने से पहले सरकार की मंजूरी लेनी होती है। लेकिन अमेरिका से बढ़ते व्यापार युद्ध के बाद चीन सरकार ने इन नियार्तों पर बैन लगा दिया है। चीन की कोशिश है कि इस तरह का प्रतिबंध लगाकर अमेरिका पर दबाव बढ़ाया जा सके ताकि वह 245 फीसदी के टैरिफ को कम कर सके।

सेब के एक-दो बीज खा भी ले, तो नहीं होता कोई गंभीर खतरा

वाशिंगटन। कहा जाता है कि रोज एक सेब खाने से कई बीमारियों से बचाव संभव है। सेब में मौजूद प्राकृतिक तत्व शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को मजबूत करते हैं। लेकिन अक्सर यह सवाल उठता है कि क्या सेब के बीज जहरीले होते हैं यह चिंता इसलिए भी होती है क्योंकि लंबे समय से माना जाता रहा है कि सेब के बीजों में जहर होता है और इन्हें खाना खतरनाक हो सकता है। एक रिपोर्ट के अनुसार सेब के बीजों में एमिग्डालिन नामक एक कंपाउंड पाया जाता है। यह कंपाउंड शरीर में पहुंचने के बाद पाचन प्रक्रिया के दौरान सायनाइड में बदल सकता है। सायनाइड एक घातक रसायन है, जिसका इस्तेमाल इतिहास में युद्ध, हत्या और आत्महत्या के लिए किया जाता रहा है। अगर सेब के बीजों को अच्छे से चबाया जाए, तो एमिग्डालिन एक्टिवेट हो सकता है और शरीर में सायनाइड रिलीज कर सकता है। हालांकि, अच्छी बात यह है कि शरीर थोड़ी मात्रा में सायनाइड को डिटॉक्सीफाई करने की क्षमता रखता है। इसलिए अगर कोई व्यक्ति गलती से एक-दो बीज चबाकर खा भी ले, तो कोई गंभीर खतरा नहीं होता। यूएस सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल एंड प्रिवेंशन (सीडीसी) के मुताबिक, एक सेब में औसतन पांच बीज होते हैं, हालांकि यह संख्या सेब की किस्म पर निर्भर करती है रिपोर्ट के अनुसार, अगर कोई व्यक्ति लगभग 200 बीज चबाकर खा जाए, तो यह जानलेवा साबित हो सकता है। यानी लगभग 40 सेबों के बीज इतनी मात्रा में सायनाइड छोड़ सकते हैं।

सऊदी अरब के स्लीपिंग प्रिंस ने कोमा में मनाया अपना जन्मदिन

रियाद

सऊदी अरब के शाही परिवार के सदस्य प्रिंस अल-वालीद बिन खालिद बिन तलाल ने कोमा में रहते हुए 36 साल पूरे कर लिए हैं। वे पिछले लगभग दो दशकों से ऐसी ही हालत में हैं, जिसे दुनिया स्लीपिंग प्रिंस के नाम से जानती है। प्रिंस अल-वालीद किंग अब्दुलअजीज़ के परपोते हैं और प्रिंस तलाल बिन अब्दुलअजीज़ के पोते।

प्रिंस के जन्मदिन पर सोशल मीडिया पर उनके लिए प्रार्थनाएं अर्पित की गईं

प्रिंस अल-वालीद अब भी मेडिकल उपकरणों के सहारे जीवन से जुड़े हुए हैं। उनका परिवार अब भी हर दिन एक चमत्कार की उम्मीद में है। उनके जीवन और संघर्ष की कहानी सऊदी समाज और दुनिया भर में लोगों के लिए भावनात्मक और आशाजनक प्रेरणा बनी हुई है। 2019 में कुछ रिपोर्ट्स सामने आई थीं, जिनमें कहा गया कि प्रिंस ने अपनी उंगली हिलाई या सिर को थोड़ा घुमाया लेकिन यह हरकतें चेतना की पूर्ण वापसी में नहीं बदलीं। 18 अप्रैल को उनके जन्मदिन पर सोशल मीडिया पर उनके लिए प्रार्थनाएं अर्पित की गईं। कई लोगों ने उनके परिवार के साथ तस्वीरें साझा कीं, जो अब भी उम्मीद के साथ उनके पास बैठे हैं। डॉक्टरों ने कई बार सुझाव दिया कि जीवन रक्षक उपकरणों को हटाया जाए, लेकिन प्रिंस के पिता, प्रिंस खालिद बिन तलाल ने इस सलाह को ठुकरा दिया। उन्होंने कहा, अगर अल्लाह चाहते कि वह दुर्घटना में मर जाए, तो वह कब्र में होता। प्रिंस अल-वालीद अब भी मेडिकल उपकरणों के सहारे जीवन से जुड़े हुए हैं। उनका परिवार अब भी हर दिन एक चमत्कार की उम्मीद में है। उनके जीवन और संघर्ष की कहानी सऊदी समाज और दुनिया भर में लोगों के लिए भावनात्मक और आशाजनक प्रेरणा बनी हुई है। 2019 में कुछ रिपोर्ट्स सामने आई थीं, जिनमें कहा गया कि प्रिंस ने अपनी उंगली हिलाई या सिर को थोड़ा घुमाया लेकिन यह हरकतें चेतना की पूर्ण वापसी में नहीं बदलीं। 18 अप्रैल को उनके जन्मदिन पर सोशल मीडिया पर उनके लिए प्रार्थनाएं अर्पित की गईं। कई लोगों ने उनके परिवार के साथ तस्वीरें साझा कीं, जो अब भी उम्मीद के साथ उनके पास बैठे हैं।

रुसी हमले के बाद राहत व बचाव दल के कर्मचारी काम करते हुए

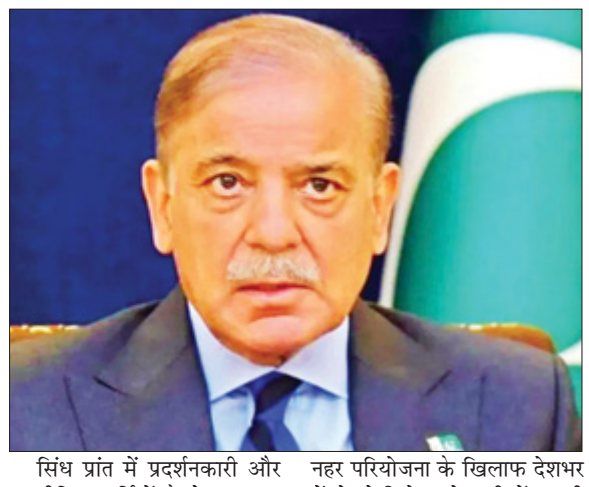
यूक्रेन में रुसी हमले के बाद राहत व बचाव दल के कर्मचारी वहां काम करते हुए।

सिंध प्रांत में चोलिस्तान परियोजना का विरोध, पाकिस्तान पीपुल्स पार्टी ने शाहबाज सरकार गिराने की चेतावनी दी

इस्लामाबाद

पाकिस्तान के सिंध प्रांत में खैरपुर शहर के पास बड़ी संख्या में लोगों ने प्रदर्शन कर रेलवे लाइन को जाम कर दिया। इसकारण पंजाब की ओर जाने वाली सभी ट्रेनें रुक गईं। ये प्रदर्शन सिंधु नदी नहर परियोजना के खिलाफ हो रहा है। दक्षिण पंजाब की जमीन की सिंचाई के लिए पाकिस्तान सरकार ने चोलिस्तान परियोजना शुरू की है। इस योजना का देशभर में राजनीतिक दल विरोध कर रहे हैं।

शाहबाज सरकार की सहयोगी पार्टी पाकिस्तान पीपुल्स पार्टी (पीपीपी) ने भी इसका कड़ा विरोध किया है। पीपीपी ने चेतावनी दी है कि अगर योजना रद्द नहीं हुई, तब शहबाज शरीफ की सरकार को गिरा सकते हैं। बड़ी संख्या में प्रदर्शनकारियों और कुछ राष्ट्रवादी पार्टियों के कार्यकर्ताओं ने खैरपुर शहर के पास अपना विरोध जारी रखा और रेलवे लाइन को जाम कर दिया।



सिंध प्रांत में प्रदर्शनकारी और राजनीतिक पार्टियों के नेता जगह-जगह बड़ी सभाएं कर शहबाज शरीफ सरकार और उसकी सहयोगी पार्टी पीपीपी की आलोचना कर रहे हैं। उनका कहना है कि यह योजना सिंध की उपजाऊ जमीन को रेगिस्तान में बदलने की साजिश है। नहर परियोजना के खिलाफ देशभर में हो रहे विरोध को वकीलों का भी समर्थन मिला है। सिंध प्रांत में वकीलों ने लगातार तीसरे दिन धरना दिया।

विरोध प्रदर्शन में लोगों ने कई घंटों तक रेल पटरी जाम कर दी थी, लेकिन बाद में रेल सेवा फिर से शुरू कर दी गई। हालांकि, नहर परियोजना के खिलाफ जारी प्रदर्शन और रैलियों की वजह से पूरे सिंध प्रांत में जनजीवन प्रभावित हो रहा है। जामशोरो, लरकाना, नौशहरो फिरोज, सुजावल, नवाबशाह और घोटकी जैसे बड़े शहरों और कस्बों में विरोध के चलते बाजार बंद रहे। कई जगहों पर लोगों ने सड़कों और राष्ट्रीय राजमार्गों को जाम कर दिया, जिससे सिंध और पंजाब के बीच आने-जाने का रास्ता बंद हो गया।

पाकिस्तानी सरकार ने ग्रीन पाकिस्तान इनिशिएटिव के तहत 3.3 अरब डॉलर की लागत से छह नहरों का निर्माण करने की योजना बनाई है, जिससे दक्षिण पंजाब में 12 लाख एकड़ कथित बंजर भूमि को सिंचित किया जाएगा। हालांकि, सिंध प्रांत ने इस फैसले पर कड़ा विरोध जताया है। सिंध सरकार को आशंका है कि इन नहरों के निर्माण से सिंधु नदी से उसके हिस्से का पानी कम हो जाएगा।

तेजी से बढ़ रही है इंसुलिन रेजिस्टेंस की समस्या

लंदन

वर्तमान में बिगड़ती जीवनशैली की वजह से इंसुलिन रेजिस्टेंस की समस्या तेजी से बढ़ रही है। इसकी वजह से खाने से मिलने वाला ग्लूकोज शरीर की मसल्स, लिवर और फैट सेल्स में ऊर्जा के रूप में नहीं पहुंच पाता। यह एक ऐसी स्थिति है जिसमें शरीर इंसुलिन हार्मोन का सही तरीके से उपयोग नहीं कर पाता।

इसके परिणाम स्वरूप ब्लड शुगर का स्तर बढ़ने लगता है और थकान, कमजोरी, अत्यधिक भूख लगना, बार-बार प्यास लगना और बार-बार यूरिन आने जैसी समस्याएं सामने आने लगती हैं। अगर समय रहते ध्यान न दिया जाए तो यह स्थिति टाइप 2 डायबिटीज का रूप ले सकती है। अच्छी बात यह है कि इस समस्या को कुछ घरेलू उपायों और सही खानपान के ज़रिए कंट्रोल किया जा सकता है, खासकर सुबह खाली पेट कुछ नेचुरल चीजों का सेवन करके इंसुलिन सेंसिटिविटी को बेहतर बनाया जा सकता है।

इंसुलिन रेजिस्टेंस की समस्या को कम करने के लिए रोजाना सुबह खाली पेट एक चम्मच मेथी दाना पानी में भिगोकर उसका पानी पीना बेहद लाभकारी माना जाता है। यह न केवल ब्लड शुगर लेवल को नियंत्रित करता है बल्कि शरीर में इंसुलिन की कार्यक्षमता को भी बढ़ाता है। वहीं दालचीनी की ड्रिंक भी एक कारगर उपाय है। एक स्टिक दालचीनी को रातभर पानी में भिगोकर अगली सुबह उसका पानी पीने से मेटाबॉलिज्म बेहतर होता है और शुगर लेवल स्थिर रहता है।

इसके अलावा आंवला भी इस मामले में बेहद असरदार माना गया है। रोजाना सुबह एक आंवले का सेवन या उसका थोड़ा सा जूस पीने से ब्लड शुगर नियंत्रित रहता है और इम्युनिटी भी मजबूत होती है। साथ ही अलसी के दाने, जो ओमेगा-3 फैटी एसिड और फाइबर से भरपूर होते हैं, उन्हें रातभर भिगोकर सुबह चबाना इंसुलिन सेंसिटिविटी बढ़ाने में मदद करता है। बादाम भी इसी श्रेणी में आता है। 5-6 भीगे हुए बादाम रोजाना सुबह खाली पेट खाने से न सिर्फ हेल्दी फैट्स और मैग्नीशियम मिलता है, बल्कि यह ब्लड शुगर को भी संतुलित करता है।