



हिन्दी दैनिक

## बुद्ध का संदेश

लखनऊ, कानपुर, कन्नौज, बोली, सीतापुर, सोनभद्र, गोप्ता, बाराबंकी, बलरामपुर, श्रावस्ती, बहराइच, अम्बेडकरनगर, फैजाबाद,  
बस्ती, संतकबीरनगर, गोरखपुर, कुशीनगर, देवरिया, महाराजगंज, सिद्धार्थनगर में एक साथ प्रसारित।

बुधवार, 25 अगस्त 2021 सिद्धार्थनगर संस्करण

www.budhakasandesh.com

वर्ष: 08 अंक: 249 पृष्ठ 8 आमंत्रण मूल्य 2/-रुपया

लखनऊ सुचीबद्ध कोड—SDR-DLY-6849, डी.ए.वी.पी.कोड—133569 | सम्पादक : राजेश शर्मा | उत्तर प्रदेश सरकार एवं भारत सरकार (DAVP) से सरकारी विज्ञापनों के लिए मान्यता प्राप्त

## सीएम योगी अक्टूबर में इस शहर को देंगे सिटी अफगानिस्तान से वतन वापसी के लिए बस का तोहफा, इलेक्ट्रिक बसों का चल रहा द्रायल 24 घंटे काम कर रही है ये स्पेशल टीम!

गोरखपुर। मुख्यमंत्री योगी गोरखपुर आ यहां की तैयारियां एक रानीडीहा तिराहा, आदित्यनाथ स्मार्ट सिटी गोरखपुर को अक्टूबर में स्टी बस सेवा का तोहफा देंगे। लखनऊ में इलेक्ट्रिक बसों का चल रहा द्रायल रन अब अपने अंतिम पड़ाव पर है। सितंबर माह से इलेक्ट्रिक बसों का आगमन शुरू हो जाएगा। अक्टूबर में सीएम योगी आदित्यनाथ के हरी झंडी दिखाए जाने के बाद इनका संचालन शुरू हो जाएगा। इलेक्ट्रिक बसों के संचालन से सड़क पर ऊजल और पेट्रोल से चलने वाले वाहनों का दबाव नियंत्रण संरक्षण निर्माण तथा विद्युत कनेक्शन को लेकर अधिकारियों के साथ समीक्षा भी की। सभी जलरी फर्म के अधिकारी गुरुवार तक तैयारियां जल्द से जल्द करने उद्धव ठाकरे पर कथित टिप्पणी करने वाले नारायण राणे को पुलिस ने हिरासत में लिया



मुंबई। मुख्यमंत्री उद्धव ठाकरे को थप्पड़ मारने संबंधी कथित बयान को लेकर केंद्रीय मंत्री नारायण राणे को हिरासत में ले लिया गया है। आपको बता दें कि केंद्रीय मंत्री नारायण राणे के खिलाफ 4 एफआईआर दर्ज हुई।

जिसके बाद रत्नागिरी पुलिस ने उन्हें चिपुलिन से हिरासत में लिया है। वहीं, दूसरी तरफ नारायण राणे के बकील ने एफआईआर को रह कराने के लिए बंबई हाई कोर्ट का रुख किया है। क्या है पूरा मामला ? : नारायण राणे ने रायगढ़ जिले में सोमवार को जन आशीर्वाद यात्रा के दौरान कहा था कि यह शर्मनाक है कि मुख्यमंत्री को यह नहीं पता कि आजादी को कितने साल हुए हैं। भाषण के दौरान वह पूछे मुझ कर इस बारे में पूछते नजर आए थे। अगर मैं वहां होता तो उन्हें एक जोरदार थप्पड़ मारता। महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री रह चुके नारायण राणे पहले शिवसेना में थे, जो बाद में कांग्रेस में और फिर साल 2019 में भाजपा में शामिल हो गए।

अफगानिस्तान के हालात को लेकर पीएम मोदी और रस्त के राष्ट्रपति पुतिन के बीच हुई फोन पर बात नयी दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने मंगलवार को रुस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन से बात कर अफगानिस्तान के ताजा हालात के साथ-साथ दोनों देशों (भारत-रूस) के द्विपक्षीय संबंधों से जुड़े मुँहों पर भी चर्चा की। प्रै

गानमंत्री ने एक टीवी में कहा, "अफगानिस्तान के ताजा हालात पर मेरे मित्र राष्ट्रपति पुतिन से विचारों का उपयोगी और विस्तृत आदान प्रदान हुआ। हम लोगों ने कोविड-19 के खिलाफ भारत-रूस सहयोग सहित द्विपक्षीय एजेंडे से संबंधित मुँहों पर चर्चा की। महापर्व मुँहों पर घनिष्ठ विमर्श जारी रखने पर दोनों सहमत हुए।" ज्ञात हो कि पिछले दिनों तालिबान ने अफगानिस्तान पर कब्जा कर लिया था। इसके बाद वहां अफगानतरीकी का माहौल है। भारत और अमेरिका सहित कई देश वहां से अपने नागरिकों को सुरक्षित निकालने के लिए अभियान चला रहे हैं।

योगी आदित्यनाथ ने केंद्र एवं राज्य सरकार के सहयोग से शहर में 25 इलेक्ट्रिक बसों का संचालित करने की घोषणा की थी। नारायण परिवहन प्रणाली के तहत शासन ने बसों के संचालन की मंजूरी प्रदान कर नगर निगम प्रशासन के तय रुट भी स्थीकृत कर चुका है। इसी माह तैयार हो जाएगा महेसरा का चार्जिंग स्टेशन: महेसरा में चार्जिंग स्टेशन निर्मित किया जा रहा है। उम्मीद है कि इसी माह के अंतिम तक एक बड़ी चार्जिंग स्टेशन निर्माण पूर्ण हो जाएगा। यहां 5. 59 करोड़ रुपए खर्च कर बिजली का कनेक्शन भी लेने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। रुट नंबर

जार्चे गे। सोमवार को अपर मुख्य सचिव ने इलेक्ट्रिक बसों के संचालन के सहयोग से शहर में 25 इलेक्ट्रिक बसों को अपने कानेक्शन करने की घोषणा की थी। नारायण परिवहन प्रणाली के तहत शासन ने बसों के संचालन की मंजूरी प्रदान कर नगर निगम प्रशासन के तय रुट भी स्थीकृत कर चुका है। इसी माह तैयार हो जाएगा महेसरा का चार्जिंग स्टेशन: महेसरा में चार्जिंग स्टेशन निर्मित किया जा रहा है। उम्मीद है कि इसी माह के अंतिम तक एक बड़ी चार्जिंग स्टेशन निर्माण पूर्ण हो जाएगा। यहां 5. 59 करोड़ रुपए खर्च कर बिजली का कनेक्शन भी लेने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। रुट नंबर

जार्चे गे। सोमवार को अपर मुख्य सचिव ने इलेक्ट्रिक बसों के संचालन के सहयोग से शहर में 25 इलेक्ट्रिक बसों को अपने कानेक्शन करने की घोषणा की थी। नारायण परिवहन प्रणाली के तहत शासन ने बसों के संचालन की मंजूरी प्रदान कर नगर निगम प्रशासन के तय रुट भी स्थीकृत कर चुका है। इसी माह तैयार हो जाएगा महेसरा का चार्जिंग स्टेशन: महेसरा में चार्जिंग स्टेशन निर्मित किया जा रहा है। उम्मीद है कि इसी माह के अंतिम तक एक बड़ी चार्जिंग स्टेशन निर्माण पूर्ण हो जाएगा। यहां 5. 59 करोड़ रुपए खर्च कर बिजली का कनेक्शन भी लेने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। रुट नंबर

जार्चे गे। सोमवार को अपर मुख्य सचिव ने इलेक्ट्रिक बसों के संचालन के सहयोग से शहर में 25 इलेक्ट्रिक बसों को अपने कानेक्शन करने की घोषणा की थी। नारायण परिवहन प्रणाली के तहत शासन ने बसों के संचालन की मंजूरी प्रदान कर नगर निगम प्रशासन के तय रुट भी स्थीकृत कर चुका है। इसी माह तैयार हो जाएगा महेसरा का चार्जिंग स्टेशन: महेसरा में चार्जिंग स्टेशन निर्मित किया जा रहा है। उम्मीद है कि इसी माह के अंतिम तक एक बड़ी चार्जिंग स्टेशन निर्माण पूर्ण हो जाएगा। यहां 5. 59 करोड़ रुपए खर्च कर बिजली का कनेक्शन भी लेने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। रुट नंबर

जार्चे गे। सोमवार को अपर मुख्य सचिव ने इलेक्ट्रिक बसों के संचालन के सहयोग से शहर में 25 इलेक्ट्रिक बसों को अपने कानेक्शन करने की घोषणा की थी। नारायण परिवहन प्रणाली के तहत शासन ने बसों के संचालन की मंजूरी प्रदान कर नगर निगम प्रशासन के तय रुट भी स्थीकृत कर चुका है। इसी माह तैयार हो जाएगा महेसरा का चार्जिंग स्टेशन: महेसरा में चार्जिंग स्टेशन निर्मित किया जा रहा है। उम्मीद है कि इसी माह के अंतिम तक एक बड़ी चार्जिंग स्टेशन निर्माण पूर्ण हो जाएगा। यहां 5. 59 करोड़ रुपए खर्च कर बिजली का कनेक्शन भी लेने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। रुट नंबर

जार्चे गे। सोमवार को अपर मुख्य सचिव ने इलेक्ट्रिक बसों के संचालन के सहयोग से शहर में 25 इलेक्ट्रिक बसों को अपने कानेक्शन करने की घोषणा की थी। नारायण परिवहन प्रणाली के तहत शासन ने बसों के संचालन की मंजूरी प्रदान कर नगर निगम प्रशासन के तय रुट भी स्थीकृत कर चुका है। इसी माह तैयार हो जाएगा महेसरा का चार्जिंग स्टेशन: महेसरा में चार्जिंग स्टेशन निर्मित किया जा रहा है। उम्मीद है कि इसी माह के अंतिम तक एक बड़ी चार्जिंग स्टेशन निर्माण पूर्ण हो जाएगा। यहां 5. 59 करोड़ रुपए खर्च कर बिजली का कनेक्शन भी लेने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। रुट नंबर

जार्चे गे। सोमवार को अपर मुख्य सचिव ने इलेक्ट्रिक बसों के संचालन के सहयोग से शहर में 25 इलेक्ट्रिक बसों को अपने कानेक्शन करने की घोषणा की थी। नारायण परिवहन प्रणाली के तहत शासन ने बसों के संचालन की मंजूरी प्रदान कर नगर निगम प्रशासन के तय रुट भी स्थीकृत कर चुका है। इसी माह तैयार हो जाएगा महेसरा का चार्जिंग स्टेशन: महेसरा में चार्जिंग स्टेशन निर्मित किया जा रहा है। उम्मीद है कि इसी माह के अंतिम तक एक बड़ी चार्जिंग स्टेशन निर्माण पूर्ण हो जाएगा। यहां 5. 59 करोड़ रुपए खर्च कर बिजली का कनेक्शन भी लेने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। रुट नंबर

जार्चे गे। सोमवार को अपर मुख्य सचिव ने इलेक्ट्रिक बसों के संचालन के सहयोग से शहर में 25 इलेक्ट्रिक बसों को अपने कानेक्शन करने की घोषणा की थी। नारायण परिवहन प्रणाली के तहत शासन ने बसों के संचालन की मंजूरी प्रदान कर नगर निगम प्रशासन के तय रुट भी स्थीकृत कर चुका है। इसी माह तैयार हो जाएगा महेसरा का चार्जिंग स्टेशन: महेसरा में चार्जिंग स्टेशन निर्मित किया जा रहा है। उम्मीद है कि इसी माह के अंतिम तक एक बड़ी चार्जिंग स्टेशन निर्माण पूर्ण हो जाएगा। यहां 5. 59 करोड़ रुपए खर्च कर बिजली का कनेक्शन भी लेने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। रुट नंबर

जार्चे गे। सोमवार को अपर मुख्य सचिव ने इलेक्ट्रिक बसों के संचालन के सहयोग से शहर में 25 इलेक्ट्रिक बसों को अपने कानेक्शन करने की घोषणा की थी। नारायण परिवहन प्रणाली के तहत शासन ने बसों के संचालन की मंजूरी प्रदान कर नगर निगम प्रशासन के तय रुट भी स्थीकृत कर चुका ह





# सम्पादकीय

जाहिर है, ऐसा कुछ न होने पर किसी आरोपी को गिरफ्तार करने की प्रवृत्ति उचित नहीं कही जा सकती। किसी भी वजह से ऐसा संकेत नहीं जाना चाहिए कि जांच एजेंसियों की दिलचस्पी आरोपी को गिरफ्तार करने और न्याय प्रक्रिया के बहाने अधिक से अधिक समय तक...

सुप्रीम कोर्ट ने एक बार फिर आगाह किया है कि गिरफ्तारी को एक रुटीन कार्रवाई का रूप नहीं देना चाहिए। इस बात का ख्याल रखा जाना चाहिए कि किसी भी व्यक्ति की गिरफ्तारी से उसकी प्रतिष्ठा और आत्मसम्मान को जबर्दस्त चोट पहुंचती है। कोर्ट ने कहा कि पुलिस किसी को गिरफ्तार कर सकती है, उसके पास इसका कानूनी अधिकार है, लेकिन इसका यह मतलब नहीं है कि उसे हर आरोपी को गिरफ्तार कर ही लेना है। कानून के तहत एक अधिकार होना और उस अधिकार का विवेकपूर्ण इस्तेमाल करना दोनों दो बातें हैं और इनके बीच का अंतर स्पष्ट होना चाहिए। हालांकि इस बारे में सुप्रीम कोर्ट की गाइडलाइंस काफी पहले से मौजूद हैं। लोककल्याणकारी राज्य की अवधारणा का भी तकाजा है कि गिरफ्तारी को नियम न बना दिया जाए, उसे अपवाद के ही रूप में रहने दिया जाए। इसके बावजूद सुप्रीम कोर्ट के पास ऐसे मामले बड़ी संख्या में आते रहते हैं, जिनमें आरोपी के जांच में पूरा सहयोग देने पर भी आरोपपत्र दायर करते समय उसे गिरफ्तार किया जाता है क्योंकि निचली अदालतों का आग्रह होता है कि अगर आरोपी को गिरफ्तार कर उनके सामने पेश नहीं किया जाएगा तो आरोपपत्र रेकॉर्ड पर नहीं लिया जाएगा।

हालांकि हाईकोर्ट के भी ऐसे कई फैसले हैं, जिनमें स्पष्ट किया गया है कि इस आधार पर आरोपत्र स्वीकार करने से इनकार नहीं किया जा सकता कि आरोपी को

## सफर में सफरिंग से क्या डरना!

जोगा सिंह

अगर एक आम भारतीय और एक यूरोपियन शिमला जाएंगे तो वे वहाँ क्या करेंगे? कुछ भारतीय युवाओं के बारे में अच्छे से जानता हूँ इसलिए बता सकता हूँ कि वे सबसे पहले एक महंगा होटल तलाशेंगे और फिर रुम बुक करेंगे। फिर खाने का ऑर्डर देंगे, छक्कर महंगी शराब पीकर सो जाएंगे। सुबह उठकर वापिस घर चले जाएंगे। पैसे की बर्बादी के साथ बस इतना ही था उनका धूमना और एंजॉय! अब समझिए कि एक यूरोपियन वहाँ क्या करेगा? वह किसी पहाड़ की चोटी पर चढ़ जाएगा और अपना टेंट गाड़ देगा। वह रातभर उस पहाड़ की चोटी पर बर्फीली हवाओं के संग रहेगा। इस बीच हो सकता है कि वहाँ बारिश भी हो जाए, तूफान भी आ जाए लेकिन वह हर चीज को एंजॉय करेगा। सुबह सूरज की पहली किरण के साथ फोटो या विडियो भी शूट करेगा। इस बीच, जो भी उसके पास खाने और पीने के लिए है उसी से काम चलाएगा। यह भी संभव है कि वह वहाँ खींचे फोटो या विडियो को बेचकर वह अपने टूर का कुछ खर्च भी निकाल ले। वहाँ अपनी हर गतिविधि में उसे जोखिम उठाना पड़ सकता है लेकिन वह उसके लिए मानसिक और शारीरिक रूप से तैयार होकर आया है। अब ध्यान देने वाली बात यह है कि भारतीय युवक के जीवन में सब कुछ पहले से ही निश्चित था। उसने एक तरह के बने बनाए रूल के आधार पर अपना आनंद निश्चित किया था। उसकी जिंदगी में सब कुछ पहले से सेट था। कितना महंगा होटल लेना है? होटल उसके लिए कितना सुरक्षित है? रुम हीटर है या नहीं? बाथरूम में गर्म पानी आता है या नहीं? मेन्यू में से कौन-कौन-सा खाना ऑर्डर करना है? सुबह ब्रेकफास्ट में क्या लेना है? और कमरा कितने बजे चेक आउट करना है? जीवन में जब हर चीज निश्चित होती है तो हम उसी के मुताबिक चलते हैं। तब खुद को उससे बाहर नहीं निकाल पाते? जबकि पहाड़ की चोटी पर उस यूरोपियन की जिंदगी में कुछ भी निश्चित नहीं है। ज्यों ही वह फैसला करता है कि मैं होटल में न रहकर किसी पहाड़ की चोटी पर रहूँगा, तभी से उसकी जिंदगी में मुश्किलें भी बढ़ जाती हैं। उसका दिमाग एक कमांडो की तरह चारों दिशाओं में डौड़ने लगता है कि कौन-सी चोटी मेरे लिए ठीक रहेगी? चोटी कितनी ऊँची होनी चाहिए? वहाँ कौन सी मुश्किलें आएंगी और उनका कैसे डटकर मुकाबला करना है? यूरोपियन के मन में तनाव पैदा होगा और उसको इसके लिए बहुत सोचना पड़ेगा। अब बताइये कि आगे की तरफ कौन देख रहा है? दूसरी तरफ, उस भारतीय युवा के मन में कोई तनाव नहीं। वह रातभर नशे में रहेगा और उसे पता भी नहीं चलेगा कि वह कहाँ सोया हुआ है? जब वह होटल से निकलेगा तो उसे यह लगेगा कि कोई फायदा नहीं हुआ यहाँ आने का क्योंकि मुझे तो कोई नया अनुभव हुआ ही नहीं। कुछ भी हासिल नहीं हुआ। उसके जीवन में कुछ नया घटित नहीं हुआ, कोई नया विचार पैदा नहीं हुआ। जबकि यूरोपियन को रात में इतने फैसले लेने पड़े, इतनी चुनौतियों का सामना करना पड़ा जिससे जीवन के प्रति उसकी नई समझ पैदा हो गई क्योंकि उसका अनुभव अद्भुत रहा। उसने आज जीवन के प्रति एक नई खोज की क्योंकि वह पहल से ज्यादा बौद्धिक हो गया।

इन संगठनों के अफगानिस्तान में आतंकी शिविर हुआ करते थे। 1990 के दशक में कश्मीर में हुसपैठ करने वाले आतंकियों को मुल्ला उमर के कैंप में ट्रेनिंग मिली होती थी। अफगान और अमेरिकी सेना के खिलाफ पाकिस्तानी आतंकियों के लड़ने के जज्बे को भी तालिबान नहीं भूला होगा। तो कुल मिलाकर जब तक भारत इस नई स्थिति का विश्लेषण करता है, तब तक तालिबान के सामने भी ...

200

आदित्य राज कौल  
तालिबान के शीर्ष नेताओं मुल्ला बरादर  
और हक्कानी नेटवर्क के सिराजुद्दीन  
हक्कानी ने कतर एयरफोर्स के विमान से  
जैसे ही अफगानिस्तान की धरती पर कदम  
रखा, साफ हो गया कि इस देश में एक नए  
इस्लामी अमीरात तालिबानी शासन की  
शुरुआत होने वाली है। काबुल में तालिबान  
के डिप्टी अनस हक्कानी ने पूर्व राष्ट्रपति  
हामिद करजई और दूसरे नेताओं से मुलाकात  
की। उन्हें उनकी सुरक्षा को लेकर आश्वस्त  
किया। तालिबान के इन कदमों को अपने  
लिए व्यापक सहमति जटाने के तौर पर

देखा जा रहा है। व

यां जो रहा है वह इस पार अपना एक  
ऐसी छवि दिखाना चाहता है, जो अधिक  
मानवीय है।  
**चरमपंथ बढ़ेगा**  
काबुल पर कब्जे के बाद से ही तालिबान  
अपनी एक नरम और उदार छवि पेश करने  
के लिए बेचौन है। ऐसी छवि, जिसके बारे  
में उसका दावा है कि यह पहले से बिल्कुल  
अलग है। तालिबान चाहता है कि लोग  
उस पर्याप्त त्रैदर्श को भल जाएं जब स्ट्रेथम

की सजा दी जाती थी, औं-लड़कियों के घर से बाहर निकलने ही थी, बुर्का जैसे शरीर का ही एक गया था और लड़कियों को प्राथमिकतक की इजाजत नहीं थी। ताकि काबुल के राष्ट्रपति भवन में न ने जो पहली प्रेस कॉन्फ्रेंस की, संकेत दिए गए कि महिलाओं के केसी तरह का भेदभाव नहीं किया। सारे अधिकार मिलेंगे उन्हें, लेकिन इस्लामी शरिया कानून के अनुसार। शरिया के खिलाफ बोल या नहीं सकेगा। तालिबान की नजरों मुद्दा राष्ट्रीय महत्व का है। इन से तालिबान की चाल साफ होने हैं। कुल मामला नई बोतल में शराब जैसा है। अफगानिस्तान पर न का कब्जा आने वाले वक्त में ज्ञक को चरमपंथ और आतंकवाद से बड़ा केंद्र बना देगा। तालिबानी के साथ सुन्नी उग्रवाद को मिलेगा या जीवन, जो इस्लामिक राज्य और आईपीआईपीएस से भी बहुत रहोगा। तालिबान के पास हथियारों की कोई कमी नहीं है। अमेरिकी फौज अफगानिस्तान की धरती छोड़ते समय अपने पीछे हेलिकॉप्टर, विमान और आधुनिक हथियार, गोला-बारूद छोड़ गई है। एक लंबे समय तक तालिबान इनसे अपनी सुरक्षा कर सकता है। आने वाले समय का अंदाजा आप इस बात से भी लगा सकते हैं कि अमेरिका ने अफगान सेना को तीन लाख आधुनिक हथियारों से लैस किया था। अब यह सब तालिबान के हाथों में है। तालिबान के इस उदय के साथ सवाल उठ रहा है कि क्या कोई असर जम्मू-कश्मीर पर भी पड़ेगा? या फिर तालिबान का नरम चेहरा वाकई ऐसा ही रहेगा और हमें कोई चिंता करने की जरूरत नहीं? सुन्नी उग्रवाद के उदय का अर्थ निकालें तो मुझे लगता है कि जम्मू-कश्मीर पर पर सीधे तौर पर तुरंत कोई खतरा नहीं है। हां, पाकिस्तान पड़ोसों में है और उस पर असर को नकार नहीं सकते। काबुल से जम्मू-कश्मीर का रास्ता पाकिस्तान से दोकर दी जाता है।

## गिरफ्तारी की हदें

गिरफ्तार नहीं किया गया है। सुप्रीम कोर्ट के सामने मौजूदा मामला भी ऐसा ही था। कोर्ट ने इस स्थिति पर अफसोस जरूर जताया, लेकिन फिर भी अपनी तरफ से यह स्पष्ट कर देना जरूरी समझा कि अगर जांच अधिकारी समझता है कि आरोपी सहयोग कर रहा है और उसके फरार होने की कोई आशंका नहीं है तो उसे आरोपी को गिरफ्तार करने के लिए मजबूर नहीं किया जा सकता। कोर्ट ने पहले से स्थापित इस दारणा को दोहराते हुए और मजबूती दे दी कि किसी मामले में गिरफ्तारी की ठोस वजहें होनी चाहिए। या तो अपराध बेहद गंभीर प्रकृति का हो या हिरासत में पूछताछ जरूरी हो जाए या फिर गवाहों को प्रभावित करने या आरोपी के फरार हो जाने की आशंका हो। जाहिर है, ऐसा कुछ न होने पर किसी आरोपी को गिरफ्तार करने की प्रवृत्ति उचित नहीं कही जा सकती। किसी भी वजह से ऐसा संकेत नहीं जाना चाहिए कि जांच एजेंसियों की दिलचस्पी आरोपी को गिरफ्तार करने और न्याय प्रक्रिया के बहाने अधिक समय तक जेल में डालने में है। इससे जांच प्रक्रिया ही अपने आप में एक सजा बन जाती है जिसका सबसे ज्यादा नुकसान इंसाफ को होता है। उम्मीद की जानी चाहिए कि सुप्रीम कोर्ट का यह सामयिक दिशानिर्देश केवल पुलिस और निचली अदालतों को ही नहीं बल्कि तमाम जांच एजेंसियों को अपने आचरण की समीक्षा करने की प्रेरणा देगा।

# मानवता के पुनरुत्थानवादी विचारक रामचंद्रप वर्मा जी

उनका विश्वास था कि सभी मनुष्य समान हैं इसलिए वह मानवता मात्र में विश्वास करते थे। उनका मानना था कि राजनेता ऐसे हों जिनको जमीनी समझ हो और नीचे झुके हुए मानव को भी समाज के समान श्रेणी में लेकर आएं। उन्होंने क्रान्ति को परिभाषित करते हुए कहा कि - क्रान्ति जीवन के पूर्व निर्धारित मूल्यों का जनहित में पुनिर्धारण करना है। वही सच्ची क्रान्ति है। उनके मौलिक विचारों की स्पष्टता और समझ की ...

विकास कुमार

इस धारा में जिसका भी जन्म हुआ है, उनमें मरणशीलत तो सभी हैं, परंतु मरणशील होने का श्रेय किसी —किसी को ही मिल पाता है। कुछ राष्ट्र नायक के यादों को कब्रगाह में उनके साथ उनके योगदान, स्मरण और विचारों को भी दफना दिया जाता है। परंतु उनके विचार आने वाले सभ्यता और संस्कृति में कितनी प्रगति कर सकते हैं। इसका अवलोकन तभी किया जा सकता है जब उनके विचारों का अध्ययन किया जाए। इसी श्रेणी में आने वाले प्रसिद्ध अर्थशास्त्री, समाजशास्त्री, राजनीशाशास्त्री —तर्क व मानवता में विश्वास रखने वाले भारतीय राजनीति के कबीर समाजवादी विचारक आदरणीय रामस्वरूप वर्मा जी थे। आपका जन्म 22 अगस्त 1923 को उत्तर प्रदेश के कानपुर के गौरीकरन नामक गांव में एक किसान परिवार में हुआ। चारों ओर विषम परिस्थितियां होने के पश्चात भी आपने, अपने व्यक्तित्व को इस प्रकार निखारा, जिसमें तर्क के अद्भुत क्षमताएं थी और विचारों में मौलिकता थी। बहुत कम लोग जानते हैं, क्योंकि यह पाठ्यक्रम का भाग नहीं है। आप पहले भारतीय राजनीतिक विचारक थे जिन्होंने चतुर्दिकी क्रांति को विकसित समाज के लिए आवश्यक आधार बताया। जिसका अधिप्राय था की क्रांति का क्षेत्र केवल एक विषय विशेष एवं क्षेत्रीय विशेष नहीं होना चाहिए। इसमें सामाजिक —आर्थिक सामाजिक — राजनीतिक न्याय तो तिक क्रांति भी समतामूलक समाज के लिए अपरिहार्य है। जिस समय विश्व के प्रसिद्ध अर्थशास्त्री यह साबित कर चुके थे, बजट घाटे में पेश किया जाता है, अन्यथा संतुलन आधार पर। उस समय आपने, अपनी सूझबूझ और कुशल भारतीय समाज के कारण बजट को ना सिर्फ संतुलित आधार पर पेश किया। जबकि उस समय 20 करोड़ से अधिक फायदे वाला बजट पेश किया। आपने सर्वप्रथम वे 1957 में सोशलिस्ट पार्टी से भोगनीपुर विधानसभा क्षेत्र उत्तर प्रदेश विधान सभा के सदस्य चुने गये, उस समय आपकी उम्र मात्र 34 वर्ष की थी। 1967 में संयुक्त सोशलिस्ट पर्टी से, 1969 में निर्दलीय, 1980, 1989 में शोषित समाजदल से उत्तर प्रदेश विधान सभा के सदस्य चुने गये। 1991 में छठी बार शोषित समाजदल से विधान सभा के सदस्य निर्वाचित हुए। जनान्दोलनों में भाग लेते हुए वर्मा जी 1955, 1957, 1958, 1960, 1964, 1969, और 1976 में 188 आईपी०सी० की धारा 3 स्पेशल एक्ट धारा 144 डी० आई० आर० आदि के अन्तर्गत जिला जेल कानपुर, बांदा, उन्नाव, लखनऊ तथा तिहाड़ जेल दिल्ली में राजनैतिक बन्दी के रूप में सजाएं भोगी। वर्मा जी ने 1967-68 में उत्तर प्रदेश की संविध सरकार में वित्तमंत्री के रूप में 20 करोड़ के लाभ का बजट पेश कर पूरे आर्थिक जगत को अचम्पे में डाल दिया। जब दुनिया के प्रसिद्ध पत्रकारों ने इस पर परिचर्चा करना चाहा। उस समय कि मैंने अपने अर्थव्यवस्था की प्रगति का सूचक और आधार कृषि और किसान को माना है। जो कभी घाटे में जा ही नहीं सकते, क्योंकि कृषि और किसान में वह क्षमता होती है। किसी भी परिस्थिति में तकनीकी के अभाव में भी श्रम और साहस के द्वारा उत्पादन कर लेते हैं। आप एक जमीन से जुड़े हुए नेता थे जिनमें नेतृत्व की अनन्य संभावनाएं थी। निष्पक्षता, निरुत्तरता, मौलिकता एवं व्यापक जनहितों को समर्पित ऐसा जीवन था जिसे भारत के प्रसिद्ध विचारक डॉ राम मनोहर लोहिया आदि प्रशंसक थे। वर्मा जी में मौलिकता की अवधारणा श्रेष्ठतम जो उनका सर्वोत्कृष्ट शस्त्र था वह जब सभाओं में बोला करते थे आम जनमानस को ऐसा प्रतीत होता था कि ऐसे विचारों की उत्कृष्टता किसी— किसी में ही पाई जाती है। राजनीतिक जीवन में आपने भोग विलास और सुविधा युक्त जीवन ना चुनकर फकीरी का जीवन चुना। यह आज भी और आने वाले समय में भी प्रारंभिक और प्रेरणा स्रोत रहेगा। जिस प्रकार से वह बाहर से दिखते थे और आंतरिक तर्क शैली का प्रयोग करते थे। इन सभी तत्वों को आप व्यवहार व जिनी हकीकत में भी बदल देते थे। छात्र जीवन से राजनीति को अपने कर्मसेत्र के रूप में छात्र जीवन में ही चुन लिया था बावजूद इसके कि छात्र राजनीति में उन्होंने कभी हिस्सा नहीं लिया। उनकी प्रारंभिक शिक्षा कालपी और पुखरायां में हुई जहां से उन्होंने हाई स्कूल और इंटर की सदैव मेधावी छात्र रहे और स्वभाव से अत्यन्त सौम्य, विनम्र, मिलनसार थे पर आत्मसम्मान और स्वभिमान उनके व्यक्तित्व में कूट—कूट कर भरा हुआ था। उन्होंने 1949 में इलाहाबाद विश्वविद्यालय हिन्दी में एम०ए० और इसके बाद आपने समसामयिक परिस्थितियों को देखते हुए कानून की डिग्री भी उच्च श्रेणी से प्राप्त की। केवल इन्हीं परीक्षाओं में आपने योग्यता और कौशल का परिचय नहीं दिया अपितु प्रसिद्ध प्रतिस्पर्धा की परीक्षा सिविल सेवा में भी सर्वोच्च स्थान प्राप्त किया। इस परीक्षा में इतिहास विषय का चयन किया जो इनके अकादमिक विषयों का कभी भाग नहीं रहा। उनका विश्वास था कि सभी मनुष्य समान हैं इसलिए वह मानवता मात्र में विश्वास करते थे। उनका मानना था कि राजनेता ऐसे हों जिनको जमीनी समझ हो और नीचे झुके हुए मानव को भी समाज के समान श्रेणी में लेकर आएं। उन्होंने क्रान्ति को परिभाषित करते हुए कहा कि —क्रान्ति जीवन के पूर्व निर्धारित मूल्यों का जनहित में पुनिर्धारण करना है। वही सच्ची क्रांति है। उनके मौलिक विचारों की स्पष्टता और समझ की जरूरत समाज को आज भी है। ऐसे विचार को कि सिर्फ मृत्यु होती है, परंतु विचारों की मृत्यु कभी नहीं होती।

# कश्मीर कू है, पहले खुद को बचाए पाक

अफगानिस्तान में तालिबान के आतंकी शिविरों में पाकिस्तान से ट्रेनिंग लेने वाले आतंकवादी जम्मू-कश्मीर जाने से पहले रास्ते में अपने ही घर जला सकते हैं।

अफगानिस्तान में तालिबान के आतंकी  
शिविरों में पाकिस्तान से ट्रेनिंग लेने वाले  
आतंकवादी जम्मू-कश्मीर जाने से पहले  
रास्ते में अपने ही घर जला सकते हैं।

तालिबानी राज का असर यह होगा कि आने वाले बरसों में पाकिस्तान में सुन्नी और वहाबी चरमपंथ में इजाफा होगा। लाहौर में तहरीक-ए-लब्बैक ने महाराजा रणजीत सिंह की प्रतिमा को तोड़ दिया। इसी से समझ सकते हैं कि चरमपंथ किस तरह उबल रहा है। एक और घटना है पाकिस्तान की, जो चरमपंथियों के उभार को बताती है। लाहौर के मिनार-ए-पाकिस्तान में टिकटॉक विडियो बनाने वाली लड़की को सरेआम निर्वस्त्र किया गया, 400 लोगों ने रेप करने की कोशिश की उससे। अफगानिस्तान में तालिबान राज का फल

पाकिस्तान को मिलने लगा है। हर गुजरती दिन के साथ वहां के समाज पर इसका असर गहरा होता जाएगा।

आर्तिक्रियों को सुरक्षित पनाह देने की शर्त पर पाकिस्तान उनके सामने कई मांगें रखता रहा है। क्या इस बार वह तालिबान के समक्ष अपनी शर्तें रख सकेगा? इस जवाब के लिए पीछे के हालात को देखिए। दोहा वार्ता में पाकिस्तान ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। यहीं पर

तालिबान और अमेरिका के बीच समझौता हुआ। अमेरिका ने तय किया कि वह इस साल सितंबर तक अपनी फौजें वापस बला लेगा। हालांकि इस समयसीमा के एक द्विपक्षीय मसला है। इसी से कूटनीति और अंतरराष्ट्रीय संबंधों के मामले में उसके दृष्टिकोण का पता चल जाता है। यह दृष्टिकोण अब तक भारत के अनुकूल

उत्तर सामाजिक दृष्टि से विभिन्न कानूनों का दौरान तालिबान ने कई समझौते तोड़ दिए। उसके लड़ाके एक के बाद एक राज्यों पर जबरन कब्जा करते हुए राजधानी तक पहुंच गए। काबुल में आत्मघाती हमले जारी रहे। मासूमों को निशाना बनाया जाता रहा। अगर तालिबान ने दोहा वार्ता की शर्तों के मुताबिक कदम बढ़ाए होते तो पाकिस्तान परिस्थिति का फायदा उठाने की ज्यादा अच्छी स्थिति में होता। अब अमेरिका भी पहले की तरह उस पर अटक निर्भर नहीं रहेगा। वैसे पाकिस्तान पर्दे के पीछे से इस तालिबानी शासन से अपना बहुत कानूनी अवसरा बाकी रखा रहा है और लगता नहीं कि अफगानिस्तान में अपने शासन को मजबूत किए बिना तालिबान संघर्ष का कोई नया मोर्चा खोलेगा। हालांकि इन सबके बावजूद भारत को जमू—कश्मीर को लेकर सतर्क रहना होगा। हाल—फिलहाल भले नहीं, लेकिन आने वाले समय में आतंकवाद में वृद्धि देखी जा सकती है। तालिबान के उदय ने जैश—ए—मोहम्मद और लश्कर—ए—तैयबा जैसे आतंकी संगठनों में नई ऊर्जा भर दी है। इन संगठनों के अफगानिस्तान में आतंकी शिविर हआ

क पाछ स इस तालिबान शासन म अपना उचित हिस्सा चाहता है। तालिबान से बातचीतः अगर भारत की बात करें तो वह इस क्षेत्र की हकीकत से मुंह नहीं मोड़ सकता। अगर तालिबान के साथ बैकचौनल से बातचीत नहीं चल रही है, तो शुरू करनी होगी। भारत की एक बड़ी आबादी मुस्लिम है और तालिबान इसे नजरअंदाज नहीं करेगा। वह जम्मू-कश्मीर और भारत के दूसरे आंतरिक मामलों में टांग अड़ाने के बजाय भारत से सीधी बातचीत चाहेगा। तालिबान की आधिकारिक नीति है कि जम्मू-कश्मीर अफगानस्तान म आतका शावर हुआ करते थे। 1990 के दशक में कश्मीर में घुसपैठ करने वाले आतंकियों को मुल्ला उमर के कैप में ट्रेनिंग मिली होती थी। अफगान और अमेरिकी सेना के खिलाफ पाकिस्तानी आतंकियों के लड़ने के जज्बे को भी तालिबान नहीं भूला होगा। तो कुल मिलाकर जब तक भारत इस नई स्थिति का विश्लेषण करता है, तब तक तालिबान के सामने भी कई चुनौतियां हैं। उसे समझना होगा कि शासन कैसे करना है और जातीय रूप से बांटे देश को किस तरह एक करके रखा जाए।







# वजन घटाने के लिए लाइफस्टाइल में करें ये बदलाव, रहेंगे हेल्दी और फिट



बिजी लाइफस्टाइल और अनियमित खानपान की वजह से ज्यादातर लोग बढ़ते वजन की समस्या से परेशान हैं। हर कोई बढ़े हुए वजन को कम करने के लिए अपने स्तर पर प्रयास कर रहा है। कई लोग सख्त डाइट करते हैं, कुछ जिम में धूंटों कर्कआउट करते हैं, लेकिन क्या आप जानते हैं लाइफस्टाइल में बदलाव कर बढ़े हुए वजन को कम कर सकते हैं। जी, हाँ, बढ़े हुए वजन को कम करने के लिए आप अपनी लाइफस्टाइल में करें ये बदलाव। इन बदलावों को करने से आपके पेट में जमा चर्बी तेजी से कम होगी। आइए जानते हैं इन टिप्पणी और ट्रिक्स के बारे में।

गर्म पानी पिएं

अगर आपके मेटाबॉलिज्म रात के समय में धीमा हो जाता है तो सुबह के समय में सही शुरुआत करें। इसके लिए आप सुबह में एक से दो गिलास गर्म पानी पिएं। गर्म पानी आपके पाचन के साथ टॉकिसक पर्दाई को बाहर निकालने में मदद करता है। दरअसल गर्म पानी शरीर के फैट सेल्स को बर्न करने में मदद करता है। इसके साथ पाचन तंत्र को बेहतर बनाने में मदद करता है। इसके अलावा भूख को भी शात रखता है। खाना खाने से 30 मिनट पहले गर्म पानी पिएं ताकि कैलोरी इनटेक को नियंत्रित करता है।

सुबह धूप लें

एक स्टडी के अनुसार, सूरज की किरण वजन घटाने में मदद करती है। ये स्टडी साइटिक रिपोर्ट नाम के जर्नल में छपी थी। इस स्टडी के मुताबिक धूप लेने से शरीर में विटामिन डी की मात्रा बढ़ती है, विटामिन डी हड्डियों मजबूत करने के लिए मदद करता है।

नियमित रूप से वर्कआउट करें

हर रोज सुबह उठकर 20 से 25 मिनट के लिए वर्कआउट करें। इससे सिर्फ आपका मेटाबॉलिज्म बूस्ट नहीं होगा। बल्कि आपके दिन की शुरुआत भी अच्छी होगा। बेहतर मेटाबॉलिज्म वजन घटाने में तेजी से मदद करता है।

पौटिक आहार खाएं

केवल नियमित रूप से वर्कआउट करना, बल्कि वजन कम करने के लिए सही खाना बहुत जरूरी है। सीडीसी (रोग नियंत्रण और रोकथाम केंद्र) के अनुसार, नियमित रूप से खाना वजन घटाने में मदद करता है। आप आपनी डाइट में हरी सब्जियां और फल शामिल करें। आप डाइट में फाइबर, मिनरल्स, विटामिन्स और प्रोटीन की भरपूर मात्रा होनी चाहिए।

ठड़े पानी से नहाएं

ठड़े पानी से नहाना भले ही हर समय अच्छा नहीं लगें। लेकिन कुछ स्टडी में कहा गया है कि इससे शरीर में फ्रोजन एडीपेज टिशू एक्टिवेट होते हैं जिसकी वजह से व्हाइट फैटिंग बर्न होते हैं। कई स्टडी में दावा किया गया कि सुबह के समय में ठड़े पानी से नहाने से शरीर का फैट बर्न होता है और मेटाबॉलिज्म रेट बढ़ता है।

**मेरा काम है, मैं अपनी पूरी क्षमता के साथ भूमिकाएं निभाऊं: हुमा कुरैशी**

हुमा कुरैशी ने वेब-सीरीज महाराणी में अपने दमदार अभिनय से सभी को चौंका दिया और बेल बॉटम में अपनी भूमिका से सभी को मंत्रमुद्ध कर दिया। अभिनेत्री माध्यम के बारे में ज्यादा नहीं



## अक्षय सात्य फिल्म रक्षासुद्ध की हिन्दी रीमेक में दिखेंगे

अभिनेता अक्षय कुमार की झोली में इस वर्क कई बड़ी फिल्में हैं। हाल में वह अपनी फिल्म बेल बॉटम को लेकर सुर्खियों में रहे हैं। अक्षय की यह फिल्म 19 अगस्त को सिनेमाघरों में रिलीज हुई। अब अक्षय के खाते में एक और फिल्म जुड़ गई है। जानकारी समाने आ रही है कि वह सात्य फिल्म रक्षासुद्ध की हिन्दी रीमेक में अभिनय करते नजर आएंगे। इस संबंध में ऑरिजिनल फिल्म के प्रोड्यूसर कोनेरु सत्यनारायण ने पुष्टि की है कि उन्होंने रक्षासुद्ध की हिन्दी रीमेक के लिए अक्षय को अप्रैच किया है। उन्होंने कहा, अक्षय ने पूजा फिल्म्स को रक्षासुद्ध की हिन्दी रीमेक के अधिकार देने के लिए हमसे संपर्क किया था। हमने अधिकार दे दिए क्योंकि हमें लगा कि वह इस भूमिका के लिए सही होंगे। चूंकि, हम फिल्म नहीं बना सके इसलिए हमने पूजा फिल्म को अधिकार दिए हैं। गौरतलब है कि इस फिल्म की हिन्दी रीमेक को सत्यनारायण ही बनाने वाले थे, लेकिन कोरोना महामारी ने सारी योजनाओं पर पानी फेर दिया। बताया जा रहा है कि निर्देशक रमेश वर्मा इस फिल्म से बॉलीवुड में डेब्यू करने जा रहे हैं। एक महीने पहले ऐसी खबरें आई थीं कि अक्षय सात्य फिल्म रक्षासुद्ध की हिन्दी रीमेक में अभिनय करते नजर आएंगे। हालांकि, इस संबंध में अभी भी अधिकारिक ऐलान नहीं किया गया है। रक्षासुद्ध 2019 में रिलीज हुई थी, जिसे रमेश वर्मा ने निर्देशित किया था। इस फिल्म में बेलमकोडा श्रीनिवास मुख्य भूमिका में नजर आए थे। उनके अलावा इस एक्शन थ्रिलर फिल्म में अभिनेत्री अमृत अभिनेत्री भी नजर आई थीं। इस फिल्म की कहानी एक अरुण नामक पुलिस सब-इंस्पेक्टर के ईर्दगिर्द घूमती है। वह फिल्म में एक शैतान सीरियल किलर का पीछा करता है। वह सीरियल किलर टीनेज गर्ल्स को अपना निशान बनाता है। अक्षय इस साल फिल्म सूर्योदयी में नजर आने वाले हैं। इस फिल्म के निर्देशक रोहित शेट्टी हैं, जिसमें अक्षय कैंटोरीना कैफ के साथ दिखेंगे। वह आने वाले दिनों में फिल्म बच्चन पांडे में दिखेने वाले हैं। इस फिल्म में अक्षय के साथ कृति सेनन नजर आएंगी। इसके अलावा अक्षय को फिल्म अतरंगी रे में देखा जाएगा। फिल्म में उनके साथ सारा अली खान दिखाई देंगे। वह पृथ्वीराज और रक्षासुद्ध ने जैसी फिल्मों में भी दिखेने वाले हैं।



वेब सीरीज स्कैम 1992 - द हर्षद मेहता स्टोरी के जरिए लोकप्रियता हासिल करने वाले अभिनेता प्रतीक गांधी ने मगलवार को घोषणा की कि बतौर मुख्य अदाकार उनकी पहली हिन्दी फिल्म रावण लीला (भवई) एक अक्टूबर को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। 41 वर्षीय अभिनेता फिल्म में रावण की भूमिका में दिखाई देंगे। प्रतीक इससे पहले हिन्दी फिल्म लवयाती और मित्रों के अलावा वे यार तथा राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता रांगा साइड राजू जैसी गुजराती फिल्मों में भी अभिनय कर चुके हैं।



माहन गायिका आशा भोंसले ने सोमवार को कहा कि वह इंग्लैंड के बर्मिंघम में स्थित अपने रेस्तरां में हॉलीवुड सुपरस्टार टॉम क्रूज को देखकर काफी खुश हैं। 87 वर्षीय दिग्गज गायिका ने सोशल मीडिया ऐप इंस्टाग्राम पर 'मिशन रू इम्पॉसिबल' स्टार टॉम क्रूज की एक तस्वीर साझा की, जिसमें वह बर्मिंघम के आशा रेस्तरां के बाहर दिखाई दे रहे हैं। आशा भोंसले ने इंस्टाग्राम पर अपने पोस्ट में लिखा, "मुझे यह सुनकर बहुत खुशी हुई कि श्रीमान टॉम क्रूज ने आशा रेस्तरां में अपने भोजन का आनंद लिया और मैं आशा करती हूं कि वह जल्द ही फेर से आएंगे।" एक समाचार वेबसाइट के मुताबिक 59 वर्षीय अभिनेता ने रेस्तरां में भारतीय व्यंजन का आनंद लिया और विक्री टिक्का मसाला का लुफ उठाया। टॉम क्रूज इस समय अपनी आगामी फिल्म 'मिशन रू इम्पॉसिबल 7' की शूटिंग बर्मिंघम में कर रहे हैं।

## जैलरी पहनते समय भूल से भी न करें ये गलतियां, बिगड़ सकता है लुक

स्टाइलिश दिखने के लिए सिर्फ फैशनेबल काढ़े पहनना ही काफी नहीं बल्कि उनके साथ सही ढंग से जैलरी पहनना भी जरूरी है। आमतौर पर यह देखने में आता है कि कुछ साथ भी ऐसा होता है तो इसके पीछे कारण जैलरी पहनते समय की जाने वाली अपाकी कुछ गलतियां हो सकती हैं। आइए ऐसी कुछ गलतियों के बारे में जानें। हर दिन एक ही जैलरी पहनता है कि ज्यादातर समय का बिताना चाहिए। जैलरी पहनने के लिए बहुत सारी विकल्प हैं। वैसे ही दिन एक ही जैलरी पहनना नहीं है क्योंकि इससे आपका लुक बोरिंग लगता है और उसमें बहुत सारी विकल्प हैं। जैलरी पहनने से वह धीरे-धीरे फेंट नजर आने वाली है, जिससे आपका लुक भी डल नजर आता है, इसलिए हमें बदलकर जैलरी पहनने चाहते हैं। फैशन जैलरी का चयन सोच-समझकर न करना: हम जानते हैं कि किसी भी आउटफिट की स्टाइलिंग में फैशन जैलरी एक अहम भूमिका अदा करती है। हालांकि, इसका अर्थ यह करतई नहीं है कि आप ही जैलरी करें। खासकर, ऑफिस आउटफिट के साथ क्योंकि इसकी वजह से आपका लुक खराब हो सकता है। बेहतर होगा कि आप अपने किसी भी ऑफिस आउटफिट के साथ फैशन जैलरी के तौर पर एक घड़ी, कानों में छोटे-छोटे स्टड्स और गले में एक पतली चौंड़ी हों। अधिक जैलरी पहनना भी है गलत: अगर महिलाएं चाहती हैं कि वह अपने हर लुक में खूबसूरत लगता है तो उन्हें इस बात का भी ध्यान रखना चाहिए कि वे अधिक जैलरी एक साथ नहीं खाएंगी तो इससे आपका लुक गड़बड़ा सकता है। उदाहरण के लिए, अगर आप व्हाइट कूर्ता पहन रही हैं तो उसके साथ पर्ल इयररिंग्स पहनने से बचें। इसमें आपका लुक बेहद अटपटा लगेगा।

