

रविवार
वर्ल्ड
सोशल
मीडिया-डे



कवर स्टोरी / रजनी अरोड़ा

आज के दौर में सोशल मीडिया, हम में से अधिकतर की जिंदगी का अहम हिस्सा बन गया है। चाहे किसी तरह की जानकारी लेनी हो, अपने प्रोडक्ट को प्रमोट करना हो, अवेयर करना हो, हर फ्रीडम का प्लेटफॉर्म बनाने का काम सोशल मीडिया कर रहा है। सोशल मीडिया ऑनलाइन प्लेटफॉर्म, हमारे शरीर के अतिरिक्त के उसी हिस्से को सक्रिय करते हैं, जिस हिस्से को अन्य हैबिट्स एक्टिव करती हैं। सोशल मीडिया पर लाइक्स, ज्यादा से ज्यादा व्यूज, फॉलोअर और सब्सक्राइबर मिलने से शरीर में डोपामाइन केमिकल का लेवल बढ़ जाता है और व्यक्ति को खुशी महसूस होने लगती है। इसके उलट अगर आपकी पोस्ट पर नेगेटिव कमेंट्स आते हैं या ट्रोलिंग होती है तो आप परेशान हो जाते हैं और नेगेटिविटी का शिकार भी होने लगते हैं। वास्तव में सोशल मीडिया एक वर्चुअल या आभासी दुनिया है, जो वास्तविकता या रियलिटी से अलग है। यहाँ सिर्फ वही दिखाता है, जो हम लोगों को दिखाना चाहते हैं। रील और रियल लाइफ बहुत अलग-अलग होती हैं।

यह सही है कि सोशल मीडिया ने पूरी दुनिया को आपस में कनेक्ट करने में रिवोल्यूशनरी रोल निभाया है। लेकिन इसका दूसरा पहलू यह है कि आज देश-दुनिया में करोड़ों लोग सोशल मीडिया एडिक्शन से ग्रस्त हैं, इन्होंने अपनी लाइफ को अनहेल्दी और स्ट्रेसफुल बना लिया है। ऐसे में इस एडिक्शन से बचने के तरीकों और इससे होने वाले बेनिफिट्स के बारे में हम सभी को पता होना चाहिए। आज वर्ल्ड सोशल मीडिया-डे के अवसर पर इन तमाम पहलुओं पर हम यहाँ डिटेल में बता रहे हैं।

लाइफ को बना रहा बीमार सोशल मीडिया एडिक्शन

तेजी से बढ़ रहा लोगों में एडिक्शन

आज के बदलते लाइफस्टाइल में सोशल मीडिया, हमारी हेल्थ और सक्सेस का सबसे बड़ा दुश्मन साबित हो रहा है। दरअसल, सोशल मीडिया के विभिन्न

प्लेटफॉर्म (व्हाट्सएप, फेसबुक, इंस्टाग्राम, ट्विटर, स्नेप चैट) का एडिक्शन लोगों को तेजी से अपनी गिरफ्त में ले रहा है। इस वजह से अपने दिन का एक बड़ा हिस्सा लोग इसमें बर्बाद कर रहे हैं। शुरू में चाहे वो नॉलेज पाने के लिए स्मार्टफोन का उपयोग करते हैं, धीरे-धीरे सोशल मीडिया में चैटिंग करना, स्टेटस लगाना, सेल्फी लगाने में उलझने लगते हैं। कई लोग तो इस कदर इसमें रम जाते हैं कि हर पांच मिनट में अपना स्टेटस अपडेट करने लगते हैं और उस पर आने वाले लाइक्स का बड़ी शिद्दत से इंतजार करते हैं। ऐसा ना करने पर उन्हें एंजाइटी होने लगती है। उनके दिमाग में एडिक्शन पैटर्न बनना शुरू हो जाता है, जो हेल्थ और नॉर्मल लाइफ के लिए काफी हार्मफुल हो सकता है।

तब हो जाएँ एलर्ट

इसमें कोई शक नहीं है कि अगर सोशल मीडिया का सही तरीके से इस्तेमाल किया जाए, तो इससे आप अपनी नॉलेज और करियर को बेहतर बना सकते हैं। लेकिन गलत इस्तेमाल आपको शारीरिक-मानसिक रूप से बीमार बना सकता है। अगर आपको अपना सोशल मीडिया एकाउंट चेक करते हुए या



करने के बाद मूड में नेगेटिविटी या कुछ एनॉर्मल लक्षण नजर आने लगे जैसे-साइकोलॉजिकल डिपेंडेंसी बहुत बढ़ना, ईर्ष्या या असुरक्षा जैसे भाव महसूस होने लगे, आपको अकसर गुस्सा आने लगे, स्वभाव में चिड़चिड़ापन आए, बिना वजह दुखी रहे, स्ट्रेस, एंजाइटी बढ़ जाए, आपके ड्रिंटिंग और स्लीपिंग पैटर्न में बदलाव हो यानी रात में नींद कम आने लगे या भूख कम लगे, रोजमर्रा की एक्टिविटीज और काम-काज में मन ना लगे, बार-बार फोन चेक करने का मन करे, अपने पियर ग्रुप या दोस्तों के साथ कंफ़ेरेन्स करने लगे, उनसे मिलने-बातचीत करने के बजाय सोशल मीडिया पर ही संपर्क में रहते हों तो ये सब सोशल मीडिया एडिक्शन के लक्षण हो सकते हैं। यह खतरों की घंटी है। ऐसे में सोशल मीडिया से दूरी बना लेना ही उचित है। *

व्या कहते हैं आंकड़े

भारत में एंड्रॉइड मोबाइल फोन के तेजी से बढ़ते चलने के कारण, आज तकरीबन 35 करोड़ सोशल मीडिया यूजर हो गए हैं। आने वाले कुछ वर्षों में इनकी संख्या और बढ़ने की संभावना है। स्मार्टफोन यूजर, औसतन ढाई से तीन घंटे रोजाना सोशल मीडिया

पर बिताते हैं। राष्ट्रीय बाल अधिकार संरक्षण आयोग के हिसाब से बड़े शहरों में 18 साल से कम उम्र के बच्चे सोशल मीडिया की लत का शिकार हो रहे हैं। 10-12 साल के करीब 43 प्रतिशत बच्चे सोशल मीडिया के विभिन्न प्लेटफॉर्म पर एक्टिव हैं। 8 में से एक बच्चा रात को भी सोशल मीडिया चैटिंग करता है।

तब हो जाएँ एलर्ट

इसमें कोई शक नहीं है कि अगर सोशल मीडिया का सही तरीके से इस्तेमाल किया जाए, तो इससे आप अपनी नॉलेज और करियर को बेहतर बना सकते हैं। लेकिन गलत इस्तेमाल आपको शारीरिक-मानसिक रूप से बीमार बना सकता है। अगर आपको अपना सोशल मीडिया एकाउंट चेक करते हुए या

करने के बाद मूड में नेगेटिविटी या कुछ एनॉर्मल लक्षण नजर आने लगे जैसे-साइकोलॉजिकल डिपेंडेंसी बहुत बढ़ना, ईर्ष्या या असुरक्षा जैसे भाव महसूस होने लगे, आपको अकसर गुस्सा आने लगे, स्वभाव में चिड़चिड़ापन आए, बिना वजह दुखी रहे, स्ट्रेस, एंजाइटी बढ़ जाए, आपके ड्रिंटिंग और स्लीपिंग पैटर्न में बदलाव हो यानी रात में नींद कम आने लगे या भूख कम लगे, रोजमर्रा की एक्टिविटीज और काम-काज में मन ना लगे, बार-बार फोन चेक करने का मन करे, अपने पियर ग्रुप या दोस्तों के साथ कंफ़ेरेन्स करने लगे, उनसे मिलने-बातचीत करने के बजाय सोशल मीडिया पर ही संपर्क में रहते हों तो ये सब सोशल मीडिया एडिक्शन के लक्षण हो सकते हैं। यह खतरों की घंटी है। ऐसे में सोशल मीडिया से दूरी बना लेना ही उचित है। *

सोशल मीडिया डिटॉक्स के फायदे

अनुसंधानों से साबित हुआ है कि सोशल मीडिया से ब्रेक लेने यानी इसके एडिक्शन से मुक्त होने के बाद लोगों के शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य में काफी सुधार आता है। अगर आप सोशल मीडिया एडिक्शन से ग्रस्त हैं तो इन फायदों के बारे में जानकर आप जरूर इससे मुक्त होना चाहेंगे।

मूड में सुधार: रिसर्च से साबित हुआ है कि सोशल मीडिया से दूरी बना लेने पर मूड में पॉजिटिव बदलाव आता है। इससे आप अपनी तुलना दूसरों से करना बंद कर देते हैं। अपनी जिंदगी सुकून से जीने लगते हैं। आपका मूड अच्छा रहता है, आप प्रोडक्टिव वर्क अधिक करने लगते हैं।

कम होती है शो-ऑफ की हैबिट: सोशल मीडिया पर लोग ज्यादातर दिखावा करते हैं, अपने को बहुत खुश दिखाते हैं। जिन्हें देखकर आप भी शो-ऑफ भरे पोस्ट्स डालना चाहते हैं और ऐसा ना कर पाने पर दुःखी रहने लगते हैं। सोशल मीडिया की लत छोड़ने पर आप शो-ऑफ की हैबिट से दूर रहकर सहज जीवन जीने लगते हैं।

फेक न्यूज से होगा बचाव: सोशल मीडिया झूठी खबरों का सबसे बड़ा अड्डा बन चुका है। कई बार तो इनके जरिए व्यक्ति को इस तरह ट्रेप किया जाता है कि वह किसी कंपनी या प्रोडक्ट के बारे में दी गई गलत जानकारी पर आंख मूंद कर विश्वास कर लेता है। जिसकी वजह से कभी-कभार वित्तीय नुकसान तो होता ही है, सेहत पर भी बुरा असर पड़ता है। सोशल मीडिया की लत से निकलने पर निश्चय ही इससे बचा जा सकता है।

एंजाइटी होती है कम: एडिक्शन से दूर होने के बाद,

रोज-रोज लाइमलाइट में आने के लिए 'क्या पोस्ट डालें' यह नहीं सोचना पड़ेगा। ना ही इस बात की फिक्र रहेगी कि आपकी तस्वीरों या चीजों पर कितने लाइक्स मिले, कितने कमेंट आए, कितने लोगों ने वीडियो देखी, फ्रेंड लिस्ट या फॉलोअर्स लिस्ट में कितना इजाफा हुआ?

यानी, सोशल मीडिया की लत से मुक्त होने उससे उपजी टेंशन, एंजाइटी और डिप्रेशन से दूर रहेगी। डेली प्लानिंग होती है बेहतर: एडिक्शन से मुक्त होने पर सुबह उठने के साथ मोबाइल पर नोटिफिकेशन, एप्स पर दूसरों की स्टोरीज चेक करना बंद हो जाता है। बचे समय में आप कहीं बेहतर तरीके से अपने दिन की प्लानिंग कर सकते हैं।

क्रिएटिविटी होगी बूस्ट: जाने-अजाने सोशल मीडिया की लत

आपका बहुत सारा टाइम बर्बाद कर देती है, जिसका इस्तेमाल अपने तरीके से कर सकते हैं। खाली समय में आप अपनी हेल्थ-फिटनेस पर ध्यान दे सकते हैं। आप क्रिएटिव काम कर सकते हैं। अपनी हॉबीज, एक्सप्रेसिज दे सकते हैं। सोशल मीडिया से ब्रेक लेने पर दूसरे कामों को करने में आपका मन लगता है, कंटेन्टेशन बढ़ता है, इससे आपका खुद पर कंट्रोल बढ़ेगा और आप बेहतर डिसीजन ले पाएंगे।

बढ़ेगा सोशल कनेक्शन: सोशल मीडिया डिटॉक्स करके आप व्यावहारिक रूप से लोगों के करीब आ सकते हैं। सोशल मीडिया में ज्यादातर लोगों से डिजिटल संबंध ही बन पाते हैं। इससे दूर होने पर असल जिंदगी के लोगों के साथ समय बिताने का मौका मिलता है और आपकी बॉन्डिंग मजबूत होती है। *

ऐसे दूर करें सोशल मीडिया एडिक्शन

अगर आपको लग रहा है कि सोशल मीडिया की लत आपके दिलो-दिमाग को ही नहीं जीवन को भी प्रभावित कर रही है तो सोशल मीडिया डिटॉक्स करना जरूरी है। इसके लिए आपको कुछ उपाय अपनाने होंगे।

- वैसे तो सोशल मीडिया से आप कितनी दूर ब्रेक लेना चाहते हैं इसके लिए कोई निश्चित टाइम नहीं है, फिर भी आप अपने हिसाब से एक दिन, एक सप्ताह या एक महीना चुन सकते हैं।
- सबसे जरूरी है, मैच्योर माइंड से दिन में टाइम लिमिट निर्धारित करें। दृढ़ संकल्प लें कि सोशल मीडिया का उपयोग कम से कम करना है। खुद के लिए समय निकालें।
- अपने फोन को दो हिस्से में बाँटें कॉलिंग और डाटा। कम्प्यूटेशन के लिए बैकग्राउंड फोन रखें या स्मार्टफोन भी ऐसा हो, जिसकी इंटरनेट कनेक्शन मैमोरी या रैम काफी कम हो और वह सोशल मीडिया के विभिन्न एप्स को सपोर्ट ना कर पाए।
- अपने काम करने, नॉलेज लेने या पढ़ाई करने के लिए मध्यम स्मार्टफोन की जगह टैबलेट या वाई-फाई इंटरनेट से चलने वाला स्मार्टफोन ही रहें। इनमें कोई भी सोशल मीडिया एप्स इंस्टॉल ही न करें।
- कोशिश करें कि चैट ग्रुप्स में शामिल होने के बजाय एजुकेशनल नॉलेज वाली चीजों पर ध्यान दें।
- नोटिफिकेशन अलर्ट बंद करें। नोटिफिकेशन ना मिलने पर आप बार-बार अपना फोन चेक नहीं करेंगे।
- रात में सोने के कुछ घंटे पहले मोबाइल फोन को अपनी पहुंच से दूर रखें। जब तक बहुत जरूरी न हो, अपना फोन चेक न करें।
- खुशियों के लिए समय निकालें, अपनी हॉबीज, एक्सप्रेसिज, दोस्तों से मिलने-जुलने के लिए खुद को तैयार करें। दूसरों से स्क्रीन पर बात ना कर आमने-सामने बात करें ताकि अंतर्मुखी बनने के बजाय दूसरों से आपकी बॉन्डिंग मजबूत हो। *



कविता / पूतल पांडे

चित्र रेकार्टी कूची



कूची से धिय उठेरती यही सोचती हूं कि इस गुट मंगिल का अगर यता न लगता तो, जीवन रहता कितना अधूरा। पूरा होता है इक धिय, और मन तुत्त। ऐसा लगता, ज्यों ठो रहा आत्मा का, शुद्धिकरण। ये कूची और ये अंगुलियां इनको इक-दूजे की ऊर्जा पर है कितना भारोसा कि धक्के नहीं दोनों इक-दूजे के संग।

मा नसिंह का हाता, अपनी विराट बनावत और जर्जर हालत के लिए नहीं, दूसरी मंजिल पर रहने वाली मधुर मजूमदार के गुस्से के लिए जाना जाता था। कितने सब्जी वालों के ऊपर ना जाने क्या-क्या फेंक कर हमले हुए। जिनमें कुछ बच गए, कुछ घायल भी हुए। जिन्हें मिस्टर मजूमदार ने अस्पताल भेजकर अपना पौछा छुड़ाया था। अब तो फेरीवाले वहाँ से निकलने से पहले जाँच-परख लेते हैं कि कहीं मधुर मजूमदार बालकनी में खड़ी तो नहीं है, जो उनके गुस्से का शिकार होना पड़े।

मधुर मजूमदार बूढ़ी हो चुकी हैं। अपने बेटे को जहाँ बैठाया वहीं बैठा। बहू भी आज्ञाकारी मिली। मधुर के गुस्सेल स्वरभाव में कोई परिवर्तन नहीं आया। उन्हें आराम और पूजा के समय गहरी शांति की हमेशा जरूरत रही, जो अभी तक कायम थी। मिस्टर मजूमदार को छोड़कर सब मधुर के आगे सिर झुकाए खड़े रहते हैं। नाती चीकू भी अपनी दादी का खासा ख्याल रखता था। चीकू की शादी हो चुकी थी। नई बहू को अपने घर के तौर-तरीके मधुर ने ही बताए-सिखाए थे। गुस्सेल दादी की बातें सुनकर चीकू की बहू बहुत घबरा गई थी। चीकू की माँ ने जब बहू को परेशान देखा तो हिम्मत बंधाई, 'घबराओ मत बहू, जल्दी ही तुम सबके साथ घुल-मिल जाओगी।'

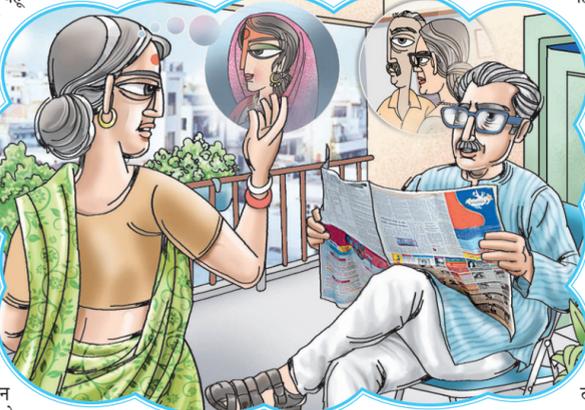
एक दिन सुबह से मधुर परेशान थीं। उनकी आंख देर से खुली थीं। दोप सपनों का था, जिन्होंने उन्हें उठने नहीं दिया था, उन्हें पूजा के लिए देर हो चुकी थी। खुली छत पर बैठना तो दूर, पाँव भी झुलस रहे थे। मधुर ने पहले धूप को कोसा फिर सूरज को खरी-खोटी सुनाई। उसके बाद झंकार घर में देखा। सब नाश्ता करने के बाद अपने कमरे में थे। उन्हें गुस्सा चढ़ गया। तुलसी के गमले में जल चढ़ा कर वे अंदर आई और बिजली बोर्ड पर लगी एमसीवी गिरा दी। बिजली से चलने वाले सारे उपकरण बंद हो गए। सभी बाहर दौड़कर आए।

सास को आगबबूला देखकर, बहू ने सहमकर पूछा, 'मुझे क्या करना चाहिए?' ताव खाते हुए मधुर ने तुलसी वाला गमला चीकू के कमरे के आगे छुंजे में रखने के लिए कहा। सुनकर मधुर के बेटे ने वहाँ गमला रखने के लिए मना किया। कारण चीकू पंद्रह दिन की छुट्टी आया था। बेटा अपनी तरह समझाता रहा, लेकिन मधुर ने जो ठान लिया, वही हुआ। शाम को दीपक जलाकर मधुर ध्यान करने बैठी थीं। घर के अन्य जन शांत थे। चीकू भूल गया। टीवी चलाकर वह हंसने-बोलने लगा। मधुर की त्वरियां चढ़ गईं। दो मिनट गहरी सांस लेकर टीवी बंद करने के लिए बोला। चीकू ने माफ़ी मांगते हुए टीवी के साथ दरवाजा भी बंद कर लिया।

कहानी / कल्पना मनोरमा

यह जानते हुए भी कि जैसा व्यवहार हम दूसरों के साथ करेंगे, वैसा ही हमें कमी जा कमी बदले में मिलेगा, हम अपनी तस्वीर से बाज नहीं आते, दूसरों को तलकील देते रहते हैं। मधुर मजूमदार इन्हीं लोगों में से एक थीं। बुढ़ापे में उन्हें जब पति ने उनके तलख व्यवहार का अहसास दिलाया तो उनके पास पीड़ा सहने के अलावा कोई चारा नहीं था। इसीान फिर्तत पर केंद्रित कहानी।

कुएं की आवाज



दो ही दिन बीत पाए थे, फिर वही वाक्या हुआ। इस बार मधुर ने चीकू से न कहते हुए अपने बेटे से कहा, 'अपने बेटे-बहू को समझा लो।' बेटे ने माँ को अपनी बात याद

दिलाई कि चीकू बस कुछ दिनों के लिए आया है, थोड़ा धैर्य रखें। माँ-बेटे झगड़ पड़े। घर में तनाव का माहौल देखकर नई बहू डर गईं।

दिन गुजरते रहे, दो-चार दिन छोड़कर मधुर का चीखना-चिल्लाना, बहू का सुबकना चलता रहा। एक सुबह मधुर मजूमदार ध्यान में डूबी थीं। 'दरवाजा टोक से बंद करो विमल! पीली बर्तन कई दिन से मंडरा रही है यहाँ। टंडक देख छत्ता बना लेंगे अपने कमरे में।' नई बहू की आवाज मधुर के कानों में पड़ी। वे कंठी-माला छोड़कर खड़ी हो गईं, 'चीकू की बहू ने पीली बर्तन किससे बोला?'

'पास में बरांटे में मिस्टर मजूमदार बैठे अखबार पढ़ रहे थे। बोले, 'तुम समझ तो गईं!'

'मतलब, तुम कहना क्या चाहते हो?' मधुर गुस्से से लाल हो गईं। घर में आपातकालीन बैठक बुला ली गई। चीकू की बहू से सवाल-जवाब हुए। नई बहू तो नहीं बोल सकी। चीकू की माँ ने बताया, 'चीकू के कमरे में पीली बर्तन छत्ता है। दो दिन पहले पलीता दिखा कर उसे हटाया गया था। एक बर्तन लगातार चक्कर काट रही है। बहू ने चीकू को इसलिय कहा होगा।'

मामला सबको समझ में आ गया। बहू के ऊपर उठने वाली अंगुलियां नीचे हो गईं। लेकिन मधुर मजूमदार को संतुष्ट नहीं हो पा रही थी। उन्हें बार-बार लग रहा था कि हो न हो चीकू की बहू ने पीली बर्तन उन्हीं को ही बोला है। भर और भारी मन से रात में मधुर अपने कमरे में पहुँचीं। मिस्टर मजूमदार उनका ही इंतजार कर रहे थे, बोले, 'मधुर, तुमने खाना क्यों नहीं खाया? बेटा बना रहा था। ऐसे तो तुम बीमार पड़ जाओगी।'

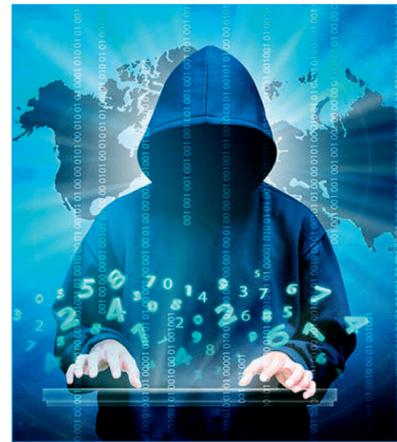
'चिंता किससे है। आज मेरी अपनी बहू ने चीकू की बहू का साथ दिया।' लगा मधुर रो देगी।

'नहीं ऐसा नहीं। उसने सही बात बोली बस।' मिस्टर मजूमदार ने समझाया। 'मैं नहीं मानती।' मधुर यकीन करने के लिए तैयार नहीं थीं।

'मधुर, हमारा जीवन कुएं की आवाज है। तुम याद करो, जब मेरी नई-नई शादी हुई थी। थोड़ा-सा भी काम ज्यादा बढ़ जाने पर या तुम्हारे मन का कुछ न होने पर तुम मेरी माँ को बिलौटी और बड़ी दीदी को छिपकली बोल देती थीं। वो भी मेरी ही सामने। मैं कैसे घुट कर रह जाता था।' मिस्टर मजूमदार की दबी पुरानी टीस उबरी। 'मतलब?' मधुर आंखें तरेर कर बोलीं।

'मतलब तो बहुत छोटा और साफ है। कतता सो भोगता।' मिस्टर मजूमदार ने साफ-साफ कह दिया। पली बार मधुर को कोई जवाब नहीं सूझा। बत्ती बुझाकर उन्होंने करवट फेर ली। *

साइबर क्राइम्स पर पैनी नजर आई 4 सी



हर एरिया में बढ़ते डिजिटलाइजेशन का साइड इफेक्ट साइबर क्राइम्स के रूप में भी बढ़ रहा है। इस पर नजर रखने और रोकने के लिए सरकारी पोर्टल आई 4 सी बहुत तेज और सटीकता से अपना रोल निभा रही है।

टेकनो-सिविलिटी

नरेंद्र शर्मा

इसी माह 18 जून 2024 को देश के 317 शहरों के 1205 केंद्रों में नेशनल पुलिसिबिलिटी टेस्ट यानी नेट की परीक्षा आयोजित की गई थी। इसमें 9 लाख से ज्यादा छात्रों ने हिस्सा लिया था। हालांकि स्थानीय स्तर पर कई जगहों पर कुछ सुगुवागाहट तो थी कि शायद नीट की तरह इस परीक्षा का भी पेपर लीक हुआ है। लेकिन एक दिन बाद ही केंद्र सरकार ने इस परीक्षा को रद्द कर दिया। वजह थी एक ऐसी आंख, जिसने वह सब कुछ देख लिया था, जिसकी कुछ लोगों को आशंका थी। वह आंख थी आई 4 सी की।

क्या है यह पोर्टल: आई 4 सी (नेशनल साइबर क्राइम थ्रेट ऑललिटिक यूनिट) यानी, गृह मंत्रालय का भारतीय साइबर अपराध समन्वय केंद्र। इसे ही संक्षेप में आई 4 सी कहते हैं। इसकी स्थापना 30 अगस्त 2019 को एक प्रैक्टिकल पोर्टल के रूप में हुई थी। आज यह भारत सरकार के गृह मंत्रालय की एक ऐसी गिद्ध आंख है, जो साइबर अपराधों से संबंधित गतिविधियों पर नजर रखती है, लेकिन उसे कोई और देख नहीं पाता है।

साइबर क्राइम जांच में सहायक: वास्तव में आई 4 सी, भारत के आम नागरिकों के विरुद्ध होने वाले सभी तरह के साइबर अपराधों पर अपना ध्यान केंद्रित करती है और यह देश की विभिन्न जांच एजेंसियों को इन अपराधों से निपटने में अपनी विशेषज्ञता से लाभ पहुंचाती है। आई 4 सी देश की सभी जांच एजेंसियों को साइबर अपराध से संबंधित मुद्दों पर मदद करती है। इसका उद्देश्य देश में साइबर अपराधों पर अंकुश लगाने के लिए एक नोडल प्वाइंट के रूप में काम करना है। महिलाओं और बच्चों के खिलाफ होने वाले साइबर अपराध के खिलाफ आम जनबुद्धि और तोत्रता से कार्यवाही की जाती है तो इसके पीछे सबसे बड़ा कारण इसी आई 4 सी की गिद्ध दृष्टि, अपराध को पहचानने और निश्चित करने में इसकी एक्स्पर्टिजी है।

कम समय में सिद्ध की सार्थकता: वास्तव में साल 2019 में जब एक प्रायोगिक पोर्टल के रूप में यह वेबसाइट लांच की गई थी तो किसी को यह उम्मीद नहीं थी कि यह साइबर संबंधित जांचों में इस कदर मददगार होगी। लेकिन आज यह आंख सब कुछ देखती है। चाहे परीक्षाओं में पर्चा लीक होने का मामला हो, संगठित अपराधियों के गुपचुप तरीके से बड़े अपराधों के लिए की जा रही प्लानिंग हो या राजनेताओं की सुरक्षा के गंभीर खतरों से जुड़े मामले हों। भारतीय साइबर अपराध समन्वय केंद्र इन सब तरह के खतरों पर बड़ी मुस्तेदी से नजर रखता है, जिससे सभी जांच

एजेंसियों को भरपूर मदद मिलती है। निभाता है कई तरह के रोल: हालांकि आई 4 सी, मूलतः साइबर अपराध से संबंधित मुद्दों पर ही ध्यान केंद्रित करता है। लेकिन सरकार के दूसरे क्षेत्र जहाँ घड़ल्ले से धोखाधड़ी हो रही होती है, वहाँ पर भी इसकी मदद ली जाती है। जैसे यह पोर्टल मूलतः साइबर अपराध से संबंधित शिकायतों को आसानी से दर्ज करने और साइबर अपराध के रझान और पैटर्न की पहचान की सुविधा भी प्रदान करता है। साथ ही यह साइबर अपराध रोक-थाम और अपराध पता लगाने के लिए कानून प्रवर्तन एजेंसियों के लिए एक प्रारंभिक चेतवनी प्रणाली के रूप में भी काम करता है। हाल के सालों में इसने जो सबसे महत्वपूर्ण काम किया है, वह यह है कि देश के विरुद्ध सज्जम बनाया है।

साइबर फोरेंसिक जांच, साइबर स्वच्छता, साइबर अपराध विज्ञान जैसे क्षेत्र में यह पुलिस



और न्यायिक अधिकारियों की क्षमता में बढ़ोतरी करती है। यह आम नागरिकों के लिए भी बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि इसकी बदौलत आम नागरिकों को साइबर अपराध की ऑनलाइन शिकायत करना बेहद आसान हो गया है। आई 4 सी बच्चों, बाल पोर्नोग्राफी, बाल यौन शोषण जैसे मुद्दों पर ऑनलाइन सामग्री के विरुद्ध मुहिम तो छेड़ता ही है, लोगों को लिखित में शिकायत करने की सुविधा भी देता है।

यह पोर्टल वित्तीय अपराध और सोशल मीडिया से संबंधित अपराधों पर भी ध्यान केंद्रित करता है। जिस तरह से इसने हाल में हुए पेपर लीक का पता लगाया, वह कबिले तारीफ है और सरकार ने भी इस समन्वय केंद्र पर पूरा भरोसा जताते हुए, यूजीसी नेट की परीक्षा को रद्द कर दिया है, क्योंकि अब यह बात करीब-करीब हर शास्त्र के दिलोदिमाग में बैठ गई है, जो इस डिजिटल पुलिसिंग के युग में चीजों पर नजर रखते हैं, कि भले किसी और से छूट जाए, लेकिन आई 4 सी से कुछ भी छुटाना नहीं छूटता। यह सब कुछ बहुत बारीक निगाहों से देख लेती है। *



स्वामी नारायण संस्था द्वारा निर्मित करवाया गया अबु धाबी स्थित बीएपीएस मंदिर भव्य, दिव्य होने के साथ ही कई मायने में अद्वितीय भी है। एक तो युनाइटेड अरब अमीरात देश में यह अपनी तरह का अकेला मंदिर है और दूसरा, इसकी निर्माण कला प्राचीन भारतीय कला से प्रेरित है। इस मंदिर को देखने के अनुभव लेखक साझा कर रहे हैं अपनी जुबानी।

पर्यटन-स्थल / समीर चौधरी

अबु धाबी का भव्य-दिव्य

अद्वितीय बीएपीएस मंदिर



बीएपीएस मंदिर में राम-सीता की युगल प्रतिमा



बीएपीएस मंदिर में भगवान कृष्ण एवं राधा की प्रतिमा

सुंदरता ने मोह लिया मन

मंदिर के अंदर कदम रखते ही मुझे ऐसा प्रतीत हुआ, जैसे मैं किसी दूसरे लोक में पहुँच गया हूँ, जहाँ केवल शांति, सुकून और सुंदरता है। उसकी सुंदरता ने मेरा मन मोह लिया। गौरतलब है कि संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) में 3.5 मिलियन भारतीय रहते हैं, जो कि खाड़ी में भारतीय कार्यबल का हिस्सा हैं। इनकी भावनाओं का सम्मान करते हुए इस मंदिर के लिए भूमि यूएई सरकार ने दान की है। यूएई में तीन अन्य हिंदू मंदिर दुबई में हैं। बीएपीएस हिंदू मंदिर, संपूर्ण खाड़ी क्षेत्र में सबसे बड़ा मंदिर है। बीएपीएस मंदिर में स्थानीय लोगों की भावनाओं का भी भरपूर ख्याल रखा गया है। मंदिर में सात शिखर हैं, जो कि यूएई की सात अमीरात का

प्रतिनिधित्व करते हैं। मंदिर में जंटों और राष्ट्रीय पक्षी बाज (फाल्कन) की नक्काशी की गई है, ताकि मेजबान देश को बराबर का प्रतिनिधित्व दिया जा सके। शिखरों पर देवताओं की मूर्तियाँ हैं, जिनमें शामिल हैं भगवान राम, भगवान शिव, भगवान जगन्नाथ, भगवान स्वामीनारायण (जिन्हें भगवान कृष्ण का अवतार माना जाता है), तिरुपति बालाजी और भगवान अय्यप्पन्। इस तरह से यह मंदिर संपूर्ण भारत का भी प्रतिनिधित्व करता है।

इस्तेमाल हुए सुंदर-कीमती पत्थर

बीएपीएस मंदिर की बाहरी दीवारें, भारत से लाए गए सैंडस्टोन से बनी हैं, लेकिन अंदर इटालियन मार्बल लगाए गए हैं। दीवारों और खंबों पर नक्काशी किए हुए सुंदर डिजाइन हैं। अन्य प्रमुख आर्किटेक्चरल तत्वों में शामिल हैं दो गुंबद, 12 समरण (गुंबद जैसे स्ट्रक्चर) और 402 पिलर। ये दोनों गुंबद, शांति और सद्भाव के प्रतीक हैं। मंदिर के दोनों साइड्स में गंगा और यमुना नदियों का पवित्र जल बहता है, जिसे विशाल कंटेनर्स के जरिए भारत से लाया गया है। सैंडस्टोन की पृष्ठभूमि में मंदिर में बहुत ही शानदार और सुंदर मार्बल की नक्काशी है, जो कि 25,000 से भी अधिक पत्थरों पर है। इसे राजस्थान और गुजरात के कारीगरों ने तैयार किया है। गुलाबी सैंडस्टोन भी बड़ी मात्रा में उत्तरी राजस्थान से लाया गया है। दरअसल, इस मंदिर की सांस्कृतिक विविधता जहाँ एक पर्यटकों को भी आत्मिक सुख प्रदान करती है, वहीं यह एकता और मानवता का भी प्रतीक है। *

प्राचीन शैली में किया गया निर्मित

अयोध्या के राम मंदिर की तरह इस मंदिर को भी नागरशैली में बनाया गया है। मंदिर का निर्माण उस प्राचीन शैली के अनुसार किया गया है, जिसका उल्लेख मंदिर डिजाइन और निर्माण के संदर्भ में शिल्प और स्थापत्य शास्त्रों में किया गया है। भारतीय धार्मिक परंपरा में हथी, ऊट, शेर आदि पशुओं का महत्वपूर्ण स्थान है। इसलिए इन सबके चित्र का मंदिर की दीवारों पर होना कोई आश्चर्य की बात नहीं है, लेकिन स्वागतयोग्य तथ्य यह है कि यूएई के राष्ट्रीय पक्षी बाज को भी मंदिर के डिजाइन में शामिल किया गया है। इसके अतिरिक्त रामायण और महाभारत सहित भारत की 15 पौराणिक कथाओं के साथ ही गंगा, सिन्धु, अरबी, यूरॉपियन, चीनी और अफ्रीकी सभ्यताओं की कथाओं का भी यहाँ चित्रण किया गया है, जिससे, कम से कम मुझे, ऐसा प्रतीत हो रहा था जैसे मंदिर ने अपने आगोश में पूरे विश्व को समा लिया है।

बीते रमजान के पवित्र माह में विश्व शांति और भाईचारे के उद्देश्य से अबु धाबी के पहले हिंदू मंदिर में रोजा इफ्तार का आयोजन कराया गया था, जिसमें सभी धर्मों के लोगों को आमंत्रित किया गया था। मैं उस दौरान अबु धाबी में ही था तो इस खबर को पढ़कर मेरे मन में भी मंदिर दर्शन की इच्छा उत्पन्न हुई। लिहाजा कुछ दिनों बाद ही मंदिर दर्शन हेतु मैंने ऑनलाइन रजिस्ट्रेशन कराया। बिना पूर्व रजिस्ट्रेशन के किसी को मंदिर में प्रवेश नहीं करने दिया जाता है। इस मंदिर का निर्माण बोचासंवासी श्री अक्षर पुरुषोत्तम स्वामीनारायण संस्था (बीएपीएस) ने कराया है। इसी वर्ष एक मार्च 2024 से इसे पब्लिक के लिए खोल दिया गया है।

दूर से ही दिखी भव्यता

हालांकि मैं मंदिर दर्शन के लिए सोमवार का समय चाहता था, लेकिन सोमवार को मंदिर बंद रहता है और भक्तों, पर्यटकों के लिए मंगलवार से रविवार तक रोजाना सुबह 9 बजे से शाम 8 बजे तक उसके पट खुले रहते हैं। मुझे मंगलवार का समय दिया गया। जब मैं दुबई-अबु धाबी शेख जायद हाईवे पर अर-रहबा के निकट अबु मुइझाह में पहुँचा तो सामने ही 27 एकड़ के क्षेत्र में 700 करोड़ रुपए की लागत से निर्मित भव्य मंदिर दिखाई दिया। प्रवेश द्वार पर सख्त चेकिंग हो रही थी, इसलिए अंदर प्रवेश करने में मुझे समय लगा।

मंदिर का है ड्रेस-कोड

मंदिर दर्शन के लिए मैंने ऐसे ढीले-ढाले, सादे कपड़े पहने, जो गर्दन से कोहनियों और पैरों तक मुझे ढके हुए थे। दरअसल, मंदिर में प्रवेश हेतु ड्रेस कोड का पालन करना आवश्यक है। अगर आप जींस, टी-शर्ट, टाइट ड्रेस, अंग प्रदर्शन करते कपड़े, पारदर्शी कपड़े पहन कर जाएँ तो आपको प्रवेश करने से रोक दिया जाएगा।



फलों की रानी लीची



मौसमी फल / शिवचरण चौहान

आम को अगर फलों का राजा कहते हैं तो लीची फलों की रानी है। आम जहाँ भारतीय मूल का फल है, वहीं लीची चीन से भारत आई है। लीची के पेड़ ईसा पूर्व 2000 साल से भी पहले चीन और वियतनाम में पाए जाने के प्रमाण मिले हैं। लीची चीन से म्यांमार होते हुए 200 साल पहले बंगाल आई फिर बिहार के मुजफ्फरपुर से होते हुए पूरे भारत भर में फैल गई।

कई देशों-प्रदेशों में होती है खेती: चीन और भारत के अलावा लीची आज ऑस्ट्रेलिया, थाईलैंड, जापान, हवाई द्वीप, अमेरिका, ब्राजील, वेस्टइंडीज आदि देशों में भी पैदा होती है। दुनिया में चीन की लीची अपने अद्भुत मिठास के लिए लोकप्रिय है। बिहार में मुजफ्फरपुर की लीची मिठास में अच्छी मानी जाती है। उत्तर प्रदेश में सहारनपुर और गोरखपुर में भी लीची की खेती होती है। गोंडा और

बस्ती में भी लीची के पौधे उगाए जाते हैं। लखनऊ के मलिखबाद में लीची के बाग हैं। उत्तराखंड में देहरादून, लीची की पैदावार में आगे है। होती है कई किस्में: लीची का सदाबहार वृक्ष 10 से 15 मीटर ऊंचा हो सकता है। मार्च में गर्मियों के मौसम में लीची के पेड़ में फूलों के गुच्छे लगते हैं। लीची के फल पहले हरे होते हैं, जो पककर लाल या गुलाबी हो जाते हैं। फलों के ऊपर कटहल की जैस कटेदार रेशे होते हैं। एक गुच्छे में 10 से 15 लीची के फल हो सकते हैं। लीची के

फल मई से लेकर जुलाई तक भारत के बाजारों में छाप रहते हैं। वैसे तो लीची की एक सौ से अधिक किस्में पाई जाती हैं। भारत में 20 किस्में प्रमुख रूप से पाई जाती हैं। मुख्य किस्मों में बेदना लीची, देसी लीची, कलकतिया लीची, चाइना लीची प्रमुख हैं।

भरपूर मीठा-रसदार फल: लाल, गुलाबी, हरी दानेदार गोल-गोल छिलके हटाने के बाद लीची के फल में सफेद रसगुल्ले जैसा फल निकलता है। यह फल खाने में बहुत स्वादिष्ट होता है। फल के अंदर काले, भूरे रंग का एक बीज होता है। अपने लजीज स्वाद के कारण लीची बच्चे, बूढ़े और जवान सभी को प्रिय होती है। लीची गर्मियों में ठंडक पहुंचाने, प्यास बुझाने के साथ-साथ दिल-दिमाग को तरोताजा करती है। लीची स्मरण शक्ति भी मजबूत करती है। लीची में विटामिन सी के अलावा कैल्शियम, वसा, प्रोटीन तत्व भी पाए जाते हैं। विटामिन-ए और बी भी पाया जाता है। *

सावधानी नवराता नदीम

अधिकतर युवाओं को बाइक चलाना बहुत पसंद होता है। लेकिन हार्ड स्पीड या लापरवाही के साथ बाइक चलाना कई बार जानलेवा साबित होता है। इसलिए बाइक चलाते समय कुछ बातों आपको अच्छी तरह से ध्यान में रखनी चाहिए।

ब्रेक जरूर लें: अगर आप काफी दूर तक बाइक से जा रहे हैं और घर से बिल्कुल सुबह-सुबह निकले हैं तो 20-25 किलोमीटर चलने के बाद एक बार इस बात का एहसास जरूर कर लें कि बाइक चलाने में मुश्किल तो नहीं हो रही है। जरा भी आँखों में भारीपन हो तो पांच मिनट के लिए ब्रेक जरूर लें और रोड साइड बने किसी शांति पर चाय या कॉफी पी लें। कई बार लंबी दूरी बाइक से जाने पर आँखें भारी हो जाती हैं और अचानक आँखों में नींद सवार हो जाती है। यदि ब्रेक लेने का मन नहीं हो तो हेलमेट ब्राउजर

सेफ बाइक राइडिंग के लिए कुछ बातों का रखें ध्यान



को खोल लें, इससे चेहरे पर तेजी से हवा टकराती है और नींद भाग जाती है। पीते रहें पानी: जब भी बाइक से सफर कर रहे हों तो सुनिश्चित करें कि शरीर में पर्याप्त पानी है। डिहाइड्रेशन अर्थात् शरीर में पानी की कमी होने पर नींद ज्यादा आती है और राहमें पानी पर जब हम बाइक पर कहीं जा रहे होते हैं तो सोचते हैं कि समय बर्बाद ना हो। इसलिए पानी पीने के लिए रुकते नहीं। ऐसी स्थिति में भी कई बार दुर्घटना होने के चांस बढ़ जाते हैं। जानलेवा हो सकता है संगीत: इसमें

कोई दो राय नहीं है कि संगीत सुनते हुए बाइक चलाने का मजा कई युवा लेते हैं, क्योंकि संगीत सुनते हुए नींद भी कम आती है। लेकिन कई बार जब साउंडप्रूफ अकसर दुर्घटना का कारण बन जाती है। इसलिए समय से निकलें और कभी भी ओवर स्पीड में बाइक ना चलाएँ। चलते से पहले चेक करें: बाइक से जहाँ तक जा रहे हैं, वहाँ से लौटकर आने तक का पेट्रोल है या नहीं, इस बात को निकलने के पहले जरूर चेक कर लें। साथ ही यह भी सुनिश्चित कर लें कि जहाँ जा रहे हैं, वहाँ से लौटकर आने में इतनी देर तो नहीं हो जाएगी कि मुश्किलें हों। बाइक के सफर को अंधेरा होने के पहले कर लें तो बेहतर होता है। *

अरुणा ईरानी सिने जगत की ऐसी एक्ट्रेस हैं, जिन्होंने फिल्मों में हालांकि लीड रोल्स बहुत कम किए। लेकिन कई दशकों लंबी अपनी अभिनय यात्रा में उन्होंने कई तरह के रोल्स निभाए और एक वर्सेटाइल एक्ट्रेस के रूप में अलग पहचान बनाई है। उनकी पर्सनल लाइफ और फिल्मी करियर पर एक नजर।



अरुणा ईरानी वर्सेटाइल एक्ट्रेस की बनाई पहचान

बड़ा पर्दा / कैलाश सिंह

अरुणा ईरानी के एक्टिंग टैलेंट और डॉसिंग स्किल का बॉलीवुड दशकों तक कायल रहा है। युवावस्था में उनकी सुंदरता के भी दीवाने कम नहीं थे। बावजूद इसके उन्हें फिल्मों में बतौर लीड एक्ट्रेस जो स्थान मिलना चाहिए था, वो नहीं मिला। हालांकि हीरोइन बनने का उन्हें अवसर भी मिला, लेकिन बड़े पर्दे की वैप (खलनायिका) के रूप में उनको अधिक ख्याति मिली। फेमिली बैकग्राउंड: अरुणा ईरानी का जन्म 3 मई 1946 को बॉम्बे (अब मुंबई) में हुआ था। उनके पिता फरिदुन ईरानी, ईरानी मूल के और माँ हिंदू थीं। उनके पिता एक ड्रामा कंपनी चलाते थे और उनकी माँ संगुना अभिनेत्री थीं। अरुणा अपने आठ भाई-बहनों में सबसे बड़ी हैं और एक्टर बिंदु उन्नी काजिन हैं। उनके भाई इंद्र कुमार, अदि ईरानी और फिरोज ईरानी भी फिल्मोद्योग से जुड़े हुए हैं। आर्थिक तंगी का करना पड़ा सामना: अरुणा को सिक्स्थ क्लास के बाद स्कूल को अलविदा कहना पड़ा, क्योंकि सभी बच्चों को शिक्षित करने के लिए उनके पैरेंट्स के पास पैसे नहीं थे। महज नौ वर्ष की आयु में अपने परिवार की आर्थिक



महमूद के साथ अरुणा ईरानी

मदद करने के लिए उन्हें फिल्मों की ओर रुख करना पड़ा। बतौर बाल कलाकार दिलीप कुमार की फिल्म 'गंगा जमुना' (1961) से उन्होंने अपना फिल्मी सफर शुरू किया। 1962 में रिलीज हुई फिल्म 'अनपढ़' में उन्होंने माला सिन्हा के बचपन की भूमिका निभाई। इसके बाद उन्होंने अनेक फिल्मों में छोटी-छोटी भूमिकाएं अदा कीं। फिल्मों में काम करते हुए ही उन्होंने नृत्य का भी प्रशिक्षण लिया। ज्यादातर मिले साइड रोलस: हर नई एक्ट्रेस की तरह अरुणा ईरानी भी शुरुआत में लीड हीरोइन बनने के सपने

देखने लगी थीं। उनका यह सपना तब साकार हुआ जब 1972 में महमूद ने उन्हें 'बॉम्बे टू गोआ' में अमिताभ बच्चन के साथ हीरोइन के रूप में कास्ट किया। इसी तरह वह जितने के साथ भी 'कारवां' में हीरोइन के रूप में आईं। 1970 के दशक में आई ये फिल्में तो सफल रहीं, बावजूद इसके अरुणा ईरानी को आगे ज्यादातर नेगेटिव और साइड रोल्स ही ऑफर हुए। समय के साथ वे वैप और चरित्र भूमिकाएं करने लगीं। 1980-90 के दशकों में वह मां की भूमिकाओं में भी आने लगीं। इसके बाद अनेक फिल्मों में उन्होंने कई तरह के कैरेक्टर रोल्स प्ले किए। फिल्मों के अलावा 1995 से 2019 के बीच अरुणा ने दो दर्जन से अधिक टीवी धारावाहिकों में भी काम किया और अनेक रियलिटी शोज में जज भी रहीं। महमूद के साथ अनोखा रिश्ता: एक दौर में अरुणा ईरानी का नाम मशहूर हास्य कलाकार महमूद से जुड़ा, जो कि पहले से ही शादी-शुदा थे। अपने एक इंटरव्यू में उन्होंने महमूद को 'ईश्वर की तरफ से भेजा गया फरिश्ता' कहा और बताया कि उनके शुरुआती करियर में महमूद ने ही उन्हें फिल्मों में चांस दिया था। अरुणा के अनुसार यह जानते हुए भी कि महमूद विवाहित थे, वह उनके लिए 'दोस्त से अधिक' थे। चूंकि महमूद शादी-शुदा थे, इसलिए इन दोनों का संबंध अगर नहीं बढ़ सका।



फिल्म 'बेटा' के एक दृश्य में अनिल कपूर के साथ अरुणा ईरानी

शादी-शुदा से ही की शादी: हालांकि विवाहित होने की वजह से महमूद के साथ अरुणा ईरानी का रिश्ता परवाना ना चढ़ सका लेकिन कुछ वर्ष बाद एक पूर्व विवाहित व्यक्ति को ही अरुणा ने अपना जीवनसाथी चुना। उन्होंने फिल्ममेकर कुकु कोहली से 1990 में शादी की। अरुणा को पहले मालूम नहीं था कि कोहली शादी-शुदा और बेटियों के पिता भी हैं। जब मालूम हुआ तो उन्होंने तय किया कि वह कभी मां नहीं बनेंगी ताकि कोहली का घर ना टूटे। अरुणा ने अपनी शादी को कई वर्षों तक सार्वजनिक नहीं किया, क्योंकि कुकु का अपनी पहली पत्नी से तलाक नहीं हुआ था। इस बार में उनका कहना था, 'कुकु कोहली से मेरा संबंध किसी को दुःख पहुंचाने के लिए या किसी को किसी से छिपाने के लिए नहीं है। कोहली को पहली पत्नी रीटा के निधन के बाद अरुणा धीरे-धीरे अपने संबंध को सार्वजनिक किया।

बहरहाल, अरुणा ईरानी जिस सफलता और मुकाम की हकदार थीं, वह उन्हें नहीं मिला। लेकिन उनके टैलेंट के आज भी बेशुमार मुरीद हैं। *

मिले कई अवार्ड्स

हिंदी, कन्नड़, मराठी और गुजराती भाषाओं में पांच सौ से अधिक फिल्मों में काम करने वाली अरुणा ईरानी के टैलेंट का इसी बात से अंदाजा लगाया जा सकता है कि फिल्मोद्योग अवार्ड्स में सर्वश्रेष्ठ सहायक अभिनेत्री की श्रेणी में उन्हें रिकॉर्ड 10 नामकम मिल चुके हैं, जिनमें से उन्होंने दो बार यह ट्रॉफी हासिल भी की। 1985 में 'पेट प्यार और पाप' के लिए और 1992 में 'बेटा' के लिए। इसके अलावा साल 2012 में अरुणा ईरानी को 57वें फिल्मफेयर अवार्ड्स में लाइफटाइम अचीवमेंट अवार्ड से भी सम्मानित किया गया।