



सूरत भूमि

हिन्दी दैनिक

संपादक : संजय आर. मिश्रा



श्री 1008 महामंडलेष्ट
श्री स्वामी रामानंद
दासजी महाराज
श्री रामानंद दास अनक्षेत्र सेवा
ट्रस्ट, तपोवन आश्रम
स्व. पं. पू. 1008 श्री रामानन्द जी
तपोवन मंदिर, मोच गाँव, सुलत

वर्ष-12 अंक:70 ता. 01 सितम्बर 2023, शुक्रवार, कार्यालय:114, न्यु प्रियंका टाउनशिप अपार्टमेंट, डिंडोली, डिंडोली, उधना सूत (गुजरात) मो. 9327667842, 9825646069 पृष्ठ: 8 कीमत: 2:00 रुपये

ho@suratbhumi.com



/Suratbhumi.com



/Suratbhumi



/Suratbhumi



/Suratbhumi



/Suratbhumi

दिल्ली में अमेजन के मैनेजर को गोली मारने वाला विलास गनी गिरफ्तार, रोड रोज में मारी दी गोली

नई दिल्ली। दिल्ली के भजनपुरा इलाके में ई-कॉमर्स वेबसाइट अमेजन के मैनेजर की हत्या के मामले में पुलिस ने 18 साल के सख्त विलास गनी को गुरुवार सुबह गिरफ्तार किया है। दिल्ली पुलिस ने एक आधिकारिक बयान में कहा कि आरोपी को गुरुवार तड़के करीब दो बजे सिग्नेचर ब्रिज के पास से पकड़ गया। मंगलवार देर रात, अमेजन के सीनियर मैनेजर के रूप में काम करने वाले एक 36 वर्षीय व्यक्ति की भजनपुरा में पांच मोटरसाइकिल सवार लोगों ने गोली मारकर हत्या कर दी थी। जबकि उनका एक रिश्तेदार गंभीर रूप से घायल हो गया था। दिल्ली पुलिस ने फायरिंग और हत्या के पीछे रोड रोज को वजह बताया है। दिल्ली पुलिस ने कहा, घटना के बाद, सभी आरोपियों ने कुछ दिनों तक शांत रहने का फैसला किया। एक आरोपी विलास को आज सुबह गिरफ्तार किया गया है। घटनास्थल के पास लगे सीसीटीवी कैमरों को स्कैन करने के बाद आरोपियों की पहचान की गई। इसमें दिखाई दे रहे बाकी आरोपियों को पकड़ने की कोशिशें जा रही हैं। अमेजन मैनेजर की हत्या के मामले में पांच सख्त हैं। एक वरिष्ठ पुलिस अधिकारी ने बताया कि दूसरे आरोपी मोहम्मद समीर उर्फ माया को स्पेशल सेल ने गिरफ्तार किया है। एक आधिकारिक बयान में, दिल्ली पुलिस ने कहा कि 29 अगस्त को लगभग 11:40 बजे, विलास गनी और उसके साथियों ने गली नंबर 8/4, सुभाष विहार, भजनपुरा के पास दो लोगों को रोका और उन्में से एक की गोली मारकर हत्या कर दी। पुलिस ने कहा, विलास गनी उर्फ मल्लू कुछ दिन पहले ही 18 साल का हुआ है, उसने 27 अगस्त को अपना 18वां जन्मदिन मनाया था। वह 10वीं तक पढ़ा है और उत्तरी बंगाल, भजनपुरा में एक वॉलेंटियर को चुकान पर काम करता है। उसके पिता एल्युमिनियम कर और बर्द्ध के रूप में काम करते हैं। दिल्ली पुलिस के एक अधिकारी ने कहा कि आरोपी 2022 में दो मामलों में शामिल था, जिसमें भजनपुरा में एक हत्या और एक डकैती का मामला शामिल है। उसने और उसके साथियों ने भजनपुरा में एक व्यक्ति से स्कूटी लूट ली थी। पुलिस अधिकारी ने कहा, मंगलवार रात, वह अपने चार अन्य साथियों, मोहम्मद समीर उर्फ माया, सोहल, मोहम्मद जुनैद और अद्वान (19) के साथ उत्तरी बंगाल, भजनपुरा में एक घर में पार्टी कर रहा था।

नीतीश कुमार को लगेगा फिर झटका, वर्यो सीट बंटवारा टालना चाहता है इंडिया गठबंधन

साल 2023 के अंत तक पांच राज्यों- मध्य प्रदेश, राजस्थान, छत्तीसगढ़, तेलंगाना और मिजोरम में चुनाव होने हैं। पार्टियां लोकसभा चुनाव का माहौल देखने के लिए विधानसभा चुनाव के नतीजों का इंतजार कर सकती हैं।

नई दिल्ली। किसके खाते में कितनी सीटें आएंगी? विपक्ष का मुख्य नेता कौन होगा? इन नए गठबंधन दु:खदु:ख से जुड़े इस तरह के सवालों के जवाब के लिए लंबा इंतजार करना पड़ सकता है। खबर है कि विपक्ष कई बड़े फैसले लेने के लिए आगामी विधानसभा चुनावों के खत होने का इंतजार कर सकता है। हालांकि, इसे लेकर आधिकारिक तौर पर कुछ नहीं कहा गया है। माना जा रहा था कि मुंबई में गुरुवार से शुरू हो रही दो दिवसीय बैठक में विपक्ष की इन मुद्दों पर सहमति बन सकती है।

साल 2023 के अंत तक पांच राज्यों- मध्य प्रदेश, राजस्थान, छत्तीसगढ़, तेलंगाना और मिजोरम में चुनाव होने हैं। अब एक मीडिया रिपोर्ट के अनुसार, अब तक एक-दूसरे की विरोधी रहीं पार्टियां लोकसभा चुनाव का माहौल देखने के लिए विधानसभा चुनाव के नतीजों का इंतजार कर सकती हैं। दरअसल, आगामी चुनाव के नतीजों को गठबंधन में



अपना कद तैयार करने का मौका देंगे और साथ ही अन्य दलों की स्थिति की भी जानकारी दे देंगे। खास बात है कि बिहार के मुख्यमंत्री और विपक्षी गठबंधन को तैयार करने में बड़ी भूमिका निभा चुके नीतीश कुमार जल्दी सीट बंटवारे के पक्ष में हैं। इधर, संयोजक को लेकर खबरें हैं कि विपक्ष कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे के नाम को आगे बढ़ा सकता है। क्या हो रहा है टकराव?

इससे पहले तृणमूल कांग्रेस और सीपीएम, कांग्रेस और आम आदमी पार्टी, जनता दल यूनाइटेड और राष्ट्रीय जनता दल जैसी कई पार्टियों के बीच खींचतान की खबरें आती रही हैं। खास बात है कि विस्तार की तैयारी कर रहे कई राजनीतिक दलों को भी गठबंधन के चलते सीमित मौके मिलने की संभावनाएं हैं, लेकिन आगामी विधानसभा चुनाव के नतीजों माहौल बदल सकते हैं। रिपोर्ट के अनुसार, विपक्ष के एक नेता बताते हैं,

समन्वय समिति पर फैसला मुंबई में आयोजित बैठक में विपक्षी गठबंधन समन्वय समिति को लेकर भी बड़ा फैसला ले सकता है। कहा जा रहा है कि इसमें समाजवादी पार्टी, सीपीएम, एनसीपी, झामुमो, आरजेडी, शिवसेना (यूबीटी), आप, टीएमसी, डीएमके, कांग्रेस से एक-एक नेता को शामिल किया जा सकता है। समिति में कुल 11 सदस्यों को शामिल किए जाने की संभावनाएं हैं।

जालसाजों ने सुप्रीम कोर्ट को भी नहीं छोड़ा, बना दी फर्जी वेबसाइट; इनसे रहें सावधान

जालसाजों ने सुप्रीम कोर्ट को भी नहीं छोड़ा, बना दी फर्जी वेबसाइट; इनसे रहें सावधान

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने अदालत की एक फर्जी वेबसाइट का खुलासा किया है। साथ ही एक सार्वजनिक नोटिस जारी कर जनता से सावधान रहने की भी अपील की है। खबर है कि शीर्ष न्यायालय की ही यह फर्जी वेबसाइट फिशिंग अटैक के मकसद से तैयार की गई थी। यह न साफ किया है कि कोर्ट किसी से भी निजी, वित्तीय या गोपनीय जानकारी नहीं मांगता।

साला न करें। सुप्रीम कोर्ट रजिस्ट्री ने कहा है कि लोग बगैर प्रमाणिकता जाने न ही लिंक्स पर क्लिक करें और न शेयर करें। कोर्ट ने बताया कि अगर कोई इस तरह के साइबर हमले का शिकार हुआ है, तो वह अपने सभी ऑनलाइन अकाउंट्स के पासवर्ड बदल लें और अपने बैंकों, क्रेडिट कार्ड कंपनी को भी सूचित कर दें। इन वेबसाइट्स के संबंध में एजेंसियों को भी सूचित कर दिया गया है।

दिल्ली बनेगा खालिस्तान... मेट्रो स्टेशन पर भारत विरोधी नारे लिखने वाला अरेस्ट

नई दिल्ली। दिल्ली पुलिस की स्पेशल सेल ने पांच से अधिक मेट्रो स्टेशनों पर खालिस्तान समर्थक नारे लिखने के मामले में एक आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस ने गुरुवार को इसकी जानकारी दी। गुरुवार सुबह 27 अगस्त को बाहरी दिल्ली में दिल्ली मेट्रो रेल कॉर्पोरेशन (डीएमआरसी) की ग्रीन लाइन पर पांच मेट्रो स्टेशनों - शिवाजी पार्क, मादीपुर, पश्चिम विहार और नांगलाई की दीवारों पर खालिस्तानी समर्थक नारे लिखे दिखाई दिए थे। ये घटनाएं ऐसे समय पर सामने आई हैं जब दिल्ली में 8-10 सितंबर को जी20 शिखर सम्मेलन होगा है। आपत्तिजनक नारे और भित्तिचित्र (ग्राफिटी) कथित तौर पर प्रतिबंधित अलगाववादी संगठन सिख फॉर जस्टिस (एसएफजे) के कार्यकर्ताओं या समर्थकों द्वारा लिखे गए थे। उन्होंने मेट्रो की दीवारों पर दिल्ली बनेगा (बनेगा) खालिस्तान खालिस्तान रेफरेंडम जिंदाबाद और %मोदी के भारत ने सिखों का नरसंहार किया जैसे नारे लिखे गए थे। सोशल मीडिया पर वायरल हुए एक वीडियो में, एसएफआई प्रमुख गुणवंत सिंह पन्नू, जो भारतीय कानून प्रवर्तन एजेंसियों से बचने के लिए विदेश में रहता है, ने घटनाओं की

जिम्मेदारी ली थी। वीडियो में पन्नू को यह कहते हुए सुना जा सकता है, भारत, प्रगति मैदान में जी-20 को लड़ाई आज शुरू हो गई है... सच्चे खालिस्तानियों ने दिल्ली के मेट्रो स्टेशनों पर नारे लिखे हैं... और यह सभी जी-20 देशों को एक मैसेज है... एचटी सोशल मीडिया पर वायरल हो रहे उस वीडियो की प्रामाणिकता की पुष्टि नहीं करता है, जिसमें पन्नू को भारत विरोधी टिप्पणी करते हुए दिखाया गया है। घटना की जानकारी रखने वाले एक वरिष्ठ पुलिस अधिकारी ने कहा कि 27 अगस्त की सुबह दीवारों पर भित्तिचित्र बनाए गए, उस समय मेट्रो ट्रेन सेवाएं और स्टेशन बंद थे। जनवरी से अगस्त के बीच शहर में इस

तरह की यह दूसरी घटना है। पिछली बार जनवरी में गणतंत्र दिवस समारोह से पहले, खालिस्तान जिंदाबाद, एसएफआई, वोट फॉर खालिस्तान और रेफरेंडम 2020 जैसे आपत्तिजनक खालिस्तान समर्थक नारे दिल्ली के पश्चिमी इलाकों में कम से कम 10 स्थानों पर दीवारों पर लिखे गए थे। बता दें कि पश्चिमी दिल्ली के विकासपुरी, जन्कपुरी, पश्चिम विहार, पीरागढ़ी और अन्य स्थानों पर ऐसे भित्तिचित्र बनाए गए थे। पुलिस ने इस मामले में गलत आरोप लगाना, राष्ट्रीय-अखंडता पर प्रतिकूल प्रभाव डालने वाले दावे और आपत्तिजनक साजिश का मामला दर्ज किया था। बाद में, दिल्ली पुलिस की स्पेशल सेल ने दो लोगों को गिरफ्तार किया, जिन्होंने 2 लाख रुपये के बदले में दीवारों पर ऐसे नारे लिखे थे। उन्हें पैसे देने का वादा किया गया था। उन्होंने खुलासा किया कि उन्होंने यह कृत्य प्रतिबंधित अलगाववादी संगठन, सिख फॉर जस्टिस (एसएफजे) के निर्देश पर किया था, जिसने अलगाव की धमकी दी थी और इसके प्रमुख गुणवंत सिंह पन्नू द्वारा इंटरनेट पर जारी एक वीडियो के जर्जर घटना की जिम्मेदारी भी ली गई थी।

महबूबा मुफ्ती की बेटी इलतजा ने रखे सक्रिय राजनीति में कदम

जम्मू-कश्मीर की पूर्व मुख्यमंत्री और पीपुल्स डेमोक्रेटिक पार्टी (पीडीपी) की अध्यक्ष महबूबा मुफ्ती की बेटी इलतजा मुफ्ती ने राजनीति में औपचारिक तौर पर कदम रख दिया है। चार साल तक अपनी मां का सोशल मीडिया अकाउंट चलाने के बाद इलतजा को अपनी ही मां और पीडीपी प्रमुख महबूबा मुफ्ती का मीडिया सलाहकार नियुक्त किया गया है। 35 वर्षीय इलतजा की नियुक्ति का फैसला पार्टी के शीर्ष नेतृत्व के स्तर पर लिया गया है। पार्टी के एक बयान में कहा गया है, जम्मू-कश्मीर पीपुल्स डेमोक्रेटिक पार्टी ने इलतजा मुफ्ती को पार्टी अध्यक्ष महबूबा मुफ्ती का मीडिया सलाहकार नियुक्त किया है। यह स्थान दिया जाना चाहिए कि इलतजा 2019 से महबूबा मुफ्ती की सोशल मीडिया की प्रभारी हैं। इलतजा उस समय अनुच्छेद 370 को अखंड रूप से निरस्त करने के भारत सरकार के फैसले की एक अग्रणी आवाज और मुखर आलोचक के रूप में उभरी थीं, जब जम्मू-कश्मीर के मुख्यधारा के नेता सलाखों के पीछे थे। इलतजा ने अपनी नियुक्ति के बाद कहा, ऐसे समय में जब जम्मू-कश्मीर के लोग

खुद को पूरी तरह से अराजकता, निराशा और अंधेरे में फंसा हुआ पाते हैं, उनकी हर संभव तरीके से मदद करना मेरे लिए सम्मान की बात है। मुझे उम्मीद है कि मैं अंतर ला सकती हूँ। इलतजा की नियुक्ति की घोषणा करते हुए पार्टी के एक प्रवक्ता ने कहा कि ऐसे वक्त में जब जम्मू-कश्मीर के मुख्य नेताओं को सलाखों के पीछे डाला जा रहा था तब इलतजा ही थीं, जिन्होंने सरकार के अवैध तरीके से अनुच्छेद 370 के कुछ प्रावधानों को हटाने के फैसले के खिलाफ मुखरता से आवाज उठाई और आलोचक बनकर उभरी थीं। इलतजा ने पिछले साल सितंबर में कहा था कि वह जम्मू-कश्मीर के भयभीत माहौल में राजनीति का हिस्सा नहीं बनना चाहती हैं। हालांकि उन्होंने संभावना को पूर्ण रूप से खारिज नहीं करते हुए कहा था कि भविष्य का किसी को नहीं पता। इलतजा ने जम्मू में एक सम्मेलन में कहा था, मौजूदा माहौल में, जहां राजनेता पत्रकार बन रहे हैं और पत्रकार स्टैनोग्राफर, मैं राजनीति नहीं करना चाहती। राजनीति, जनता के साथ आपके रिश्ते बनाने को लेकर है।

चुनाव से पहले राजस्थान बीजेपी में नया संकट, केंद्रीय मंत्री मेघवाल के खिलाफ बगावत!

जयपुर। राजस्थान में विधानसभा चुनाव से पहले बीजेपी में नया संकट खड़ा हो गया है। बीजेपी प्रदेश संकल्प पत्र समिति के अध्यक्ष और केंद्रीय कानून मंत्री अर्जुन मेघवाल मुश्किल में घिरते हुए दिखाई दे रहे हैं। मेघवाल के खिलाफ जहाँ पूरे विधानसभा अध्यक्ष कैलाश मेघवाल ने मोर्चा खोल दिया है। वहीं सीएम गहलोत ने मेघवाल के आईएसएस अफसर रहने के दौरान करणन की जांच कराने को बात कही है। सीएम गहलोत ने भाजपा नेता कैलाश मेघवाल के आरोपों का समर्थन किया है। सीएम ने कहा कि कैलाश मेघवाल ठीक बोल रहे हैं, हम अर्जुनराम की जांच करवा रहे हैं। अर्जुनराम आईएसएस थे, तब उन पर भ्रष्टाचार के आरोप लगे थे। राजनीतिक गलियारों में हलचल तेज हो गई है कि आगामी दिनों में क्या मध्य प्रदेश की राजनीति में कुछ बड़ा होने वाले हैं?



अर्जुन मेघवाल का पलटवार केंद्रीय कानून मंत्री अर्जुन राम मेघवाल ने दिल्ली में कहा कि संभवतः कैलाश मेघवाल को बीजेपी से टिकट नहीं मिल रहा है, इसलिए वह कांग्रेस की ओर जा रहे हैं। अर्जुन राम मेघवाल ने कहा- कैलाश मेघवाल मुझे मंच से धमकी दे रहे थे कि इस बार मुझे टिकट दोगे या नहीं। मैंने कहा कि टिकट देने वाला मैं कौन होता हूँ,

टिकट तो पार्टी तय करती है। उन्होंने पार्टी के वरिष्ठ नेताओं से मुलाकात की होगी। उन्हें लग रहा होगा कि उन्हें टिकट नहीं मिलेगा तो इसलिए वह कांग्रेस की ओर जा रहे हैं। वह मंच पर कांग्रेस के सीएम की तारीफ कर रहे हैं। तारीफ ही नहीं कर रहे हैं, तारीफ करते थक नहीं रहे। जब वह कांग्रेस के सीएम की प्रशंसा कर रहे हैं तो यह स्वाभाविक है कि वह मेरी आलोचना

करेंगे। कैलाश मेघवाल ने लगाया था यह आरोप उल्लेखनीय है कि पूर्व केंद्रीय मंत्री कैलाश मेघवाल के बयान को लेकर बीजेपी ने उन्हें कारण बताओ नोटिस भेजा है। दरअसल एक कार्यक्रम में कैलाश मेघवाल ने अपनी ही पार्टी के नेता की न केवल आलोचना की बल्कि सीएम और विधानसभा स्पीकर की तारीफ करते दिखे थे। कैलाश मेघवाल ने अर्जुन राम मेघवाल को भ्रष्टाचारी नंबर वन की संज्ञा दे डाली। इसके साथ ही कहा कि वह पीएम मोदी को चिढ़े लिखेंगे। कैलाश मेघवाल ने कहा- मैं पीएम से कहने वाला हूँ कि भाई आपने जिसको मंत्री बनाया है, वह भ्रष्टाचारी है। वह भ्रष्टाचारी था। उसने लाखों रुपये का भ्रष्टाचार किया था। इसमें गरीब और मजदूर लोगों को भी नहीं छोड़ा।

अब अजित पवार की हर फाइल देवेंद्र फडणवीस करेंगे मंजूर, फिर शिंदे लेंगे फैसला; लगाम कसने का प्लान

मुंबई। महाराष्ट्र की एकनाथ शिंदे सरकार में तीनों सहयोगी दलों के बीच खटपट शुरू हो गई है। बताया जा रहा है कि सरकार में शामिल नर सहयोगी दल एनसीपी के नेता और राज्य के उप मुख्यमंत्री अजित पवार के कामकाज के तरीके और एकतरफा फैसले लेने के कदम से न केवल मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे की अगुवाई वाली शिवसेना बल्कि बीजेपी भी नाखुश है। मीडिया रिपोर्ट्स में कहा गया है कि मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे अब यह सुनिश्चित करने के उपाय कर रहे हैं कि अजित पवार के भविष्य के फैसले %सर्वसम्मति से % हों। ईटी की रिपोर्ट्स के मुताबिक, वित्त और

योजना मंत्री अजित पवार द्वारा मंजूर की गई फाइलें अब डिप्टी सीएम देवेंद्र फडणवीस के पास भेजी जाएंगी और उसके बाद ही इसे अंतिम मंजूरी के लिए सीएम शिंदे के पास भेजा जाएगा। पिछले कुछ दिनों में अजित पवार द्वारा लिए गए कई फैसलों के बाद यह नई व्यवस्था मुख्यमंत्री की तरफ से बनाई गई है। पवार के फैसलों से शिंदे और बीजेपी दोनों खेमें में बड़ी नाराजगी है। पवार ने रखी थीं कड़ी शर्तें दरअसल, डिप्टी सीएम अजित पवार ने 21 अगस्त को राष्ट्रीय सहकारी विकास निगम से ऋण प्राप्त करने के लिए कड़ी शर्तें रखी थीं।



इसके दायरे में भाजपा नेताओं और विधायकों के मालिकाना या कंट्रोल वाली छह चीनी सहकारी समितियां आ रही थीं लेकिन शिंदे सरकार ने बुधवार को इस फैसले को पलट दिया। हालांकि, यह फैसला आर्थिक रूप से विवेकपूर्ण था, बावजूद इसके इस फैसले को बीजेपी के प्रभाव को कम करने के अजित पवार के प्रयास के रूप में देखा गया। बीजेपी ने कैसे पलटा फैसला राज्य के सहकारी क्षेत्र में एनसीपी का दबदबा है और वह इस क्षेत्र में बीजेपी की एंटी से नाराज है। मंगलवार को, कई बीजेपी नेताओं और विधायकों जैसे विजयसिंह मोहिते पाटिल,

अभिमन्यु पवार, हर्षवर्धन पाटिल और अन्य, जिन्हें ऋण प्राप्त करना था, ने शिंदे और फडणवीस से मुलाकात की और स्थिति के बारे में शिकायत की। इस बैठक के बाद अजित पवार के आदेश को वापस लेने का फैसला लिया गया। इस घटनाक्रम के बाद अब मुख्यमंत्री शिंदे ने एक ऐसा सिस्टम तैयार किया है जिसके तहत डिप्टी सीएम अजित पवार अकेले कोई निर्णय नहीं लेंगे। अब से, पवार के मंत्रालय की फाइलें और महत्वपूर्ण फैसले पहले फडणवीस के पास जाएंगे और उनकी मंजूरी के बाद, उसे अंतिम मंजूरी के लिए मुख्यमंत्री के पास भेजा जाएगा।

जी-20 सम्मेलन के लिए दुल्हन की तरह सज रही दिल्ली

नई दिल्ली। जी20 सम्मेलन के आयोजन में महज कुछ ही दिन शेष हैं। इसका कारण दिल्ली और आस-पास के इलाकों को भी खूबसूरत बनाने की दिशा में दिन रात प्रयास हो रहे हैं। दिल्ली सरकार के लोक निर्माण विभाग (पीडब्ल्यूडी) ने अधिकारियों को यह सुनिश्चित करने का निर्देश दिया कि सभी महत्वपूर्ण सड़कों पर काम 31 अगस्त की समय सीमा में ही पूरा हो जाए। पीडब्ल्यूडी के विशेष सचिव शशांक आला द्वारा जारी आदेश के अनुसार, 4 सितंबर को इस्टर्न लिफ्टन और उपकरणों के ड्राई रन की भी योजना बनाई गई है। अधिकारियों को 1 सितंबर से 7 सितंबर के बीच फव्वारों, लाइटों, पंपों, मोटरों के कामकाज की सख्ती से जांच करने और सड़कों, फुटपाथों और फुटपाथों की सफाई सुनिश्चित करने का भी निर्देश दिया गया है। बता दें कि जी-20 सम्मेलन के लिए सड़क करने का भी निर्देश दिया गया है। बता दें कि जी-20 का लोगो, सेंट्रल जर्ज का काम, साथ ही चारों तरफ हरियाली के लिए काफी संख्या में अलग-अलग तरह के खूबसूरत पौधे लगाने का काम, दीवारों पर पेंटिंग्स, मूर्तियां, रंग बिरंगी लाइट्स लगाई जा रही है। जी-20 सम्मेलन में हिस्सा लेने के लिए जो विदेशी मेहमान आ रहे हैं, उन्हें दिल्ली की खूबसूरती मनमोहन लगे और किसी भी इलाके में गंदगी ना रहे, इसके प्रयास भी लगातार हो रहे हैं।

राष्ट्रपति श्रीमती मूर्मु पहुंची जगन्नाथ मंदिर, देशवासियों की सुख-समृद्धि की कामना की



रायपुर। राष्ट्रपति द्रौपदी मूर्मु राजधानी के गायत्री नगर स्थित भगवान जगन्नाथ मंदिर पहुंचीं। यहाँ उन्होंने भगवान जगन्नाथ, बलभद्र जी तथा सुभद्रा जी के दर्शन किये। यहाँ उन्होंने देशवासियों की सुख-समृद्धि एवं निरंतर प्रगति की कामना की। इस अवसर पर राज्यपाल विश्वभूषण हरिचंदन, मुख्यमंत्री भूपेश बघेल, विधायक कुलदीप जुनेजा, विधायक बृजमोहन अग्रवाल, महापौर एजाज देबर, अपर मुख्य सचिव सुब्रत साहू, पूर्व राज्य मुख्य सूचना आयुक्त एम के राउत, जगन्नाथ मंदिर समिति के अध्यक्ष पुरंदर मिश्रा सहित मंदिर समिति के सदस्यगण उपस्थित थे।

सुप्रीम कोर्ट का नया आदेश, विवाह के लिए पुजारी का होना जरूरी नहीं

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने नया आदेश जारी करते हुए कहा है कि विवाह के लिए पुजारी का होना जरूरी नहीं है। एएससी ने मद्रास हाई कोर्ट के उस फैसले को लेकर यह आदेश जारी किया है कि जिसमें कहा गया था कि हिंदू विवाह अधिनियम के तहत अजनबियों के सामने छिपकर की गई शादी वैध नहीं है। इस फैसले पर सुप्रीम कोर्ट ने स्पष्ट किया है कि शादी एक साधारण समारोह के माध्यम से की जा सकती है जहां दूल्हा और दुल्हन वकील के चेंबर में एक-दूसरे को माला और अंगूठी पहना सकते हैं। दोनों एक दूसरे को स्वीकार करने में किसी भी भाषा, प्रथा, रस्म या अभिव्यक्ति को अपनाएँ वो सामाजिक और कानूनी तौर पर मान्य है। न्यायमूर्ति एस. रवींद्र भट्ट और अरविंद कुमार की पीठ ने कहा कि विवाह अधिनियम की धारा 7 (ए) के तहत वकील, मित्र, रिश्तेदार, सामाजिक कार्यकर्ता विवाह करा सकते हैं। जस्टिस एस रवींद्र भट्ट और जस्टिस अरविंद कुमार की पीठ ने अपने फैसले में तमिलनाडु में 1967 से प्रचलित स्वामिमान विवाह कानून पर भी अपनी मान्यता की मुहर लगा दी। अनुच्छेद 7-ए में कहा गया है कि रिश्तेदारों, दोस्तों या अन्य व्यक्तियों की उपस्थिति में दो हिंदुओं के बीच किया गया कोई भी विवाह वैध है। प्राधान्य इस बात पर बल देता है कि वैध विवाह के लिए पुजारी की उपस्थिति की आवश्यकता नहीं है। इस पर सुप्रीम कोर्ट ने मद्रास हाई कोर्ट के 5 मई, 2023 के आदेश के खिलाफ दायर याचिका स्वीकार कर ली, जिसमें नाबालिग लड़की की शादी कराने वाले वकील के खिलाफ अनुशासनात्मक कार्रवाई की गई थी। पीठ ने यह भी कहा कि ये कानून उन जोड़ों को मदद कर सकता है जो सामाजिक विरोध या खतरे की वजह से अपने विवाह को गोपनीय रखना चाहते हैं। शादी विवाह के लिए समारोह होना, तय विधि पूरी करना या फिर विवाह की सार्वजनिक घोषणा किया जाना आवश्यक नहीं है।

सावरकर संबंधी टिप्पणी पर राहुल गांधी के खिलाफ विरोध प्रदर्शन करेंगे : शेलार

मुंबई। भारतीय जनता पार्टी की मुंबई इकाई के अध्यक्ष आशीष शेलार ने बृहस्पतिवार को कहा कि उनकी पार्टी हिंदूत्व विचारक वी डी सावरकर के खिलाफ उनकी टिप्पणी के लिए कांग्रेस नेता राहुल गांधी के खिलाफ विरोध प्रदर्शन करेंगे। राहुल हमेशा कहते रहे हैं कि सावरकर ने जेल से बाहर निकलने के लिए अंग्रेजों से माफी मांगी थी। शेलार ने संवाददाताओं के साथ बातचीत में कहा, 'राहुल गांधी ने लगातार वी डी सावरकर का अपमान किया है। हमारी पार्टी के कार्यकर्ता आज शाम उस स्थान के पास जोरदार विरोध प्रदर्शन करेंगे जहां वह भाषण देंगे।' 'अगले साल होने वाले लोकसभा चुनाव में भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) से मुकाबला करने की रणनीति बनाने और नए सहयोगियों को शामिल करने पर चर्चा के लिए विपक्षी 'इंडिया' गठबंधन की तीसरी बैठक यहां आज दिन में शुरू होगी। राहुल, उन विपक्षी नेताओं में शामिल हैं जो बड़ी संख्या में विपक्षी गठबंधन की बैठक के लिए शहर में उपस्थित रहेंगे। शेलार ने शिव सेना (यूथीटी) प्रमुख उद्धव ठाकरे पर भी कटाक्ष किया और कहा कि वह कहते हैं कि वह सावरकर के कट्टर अनुयायी हैं, लेकिन जब राहुल ऐसे आपत्तिजनक बयान देते हैं तो वह चुप रहते हैं। भाजपा नेता ने आरोप लगाया, 'ठाकरे और उनकी पार्टी के कार्यकर्ता उन लोगों के मेजबान बन गए हैं जो शिवसेना से नफरत करते थे। ये लोग (विपक्षी 'इंडिया' गठबंधन के सदस्य) कई वर्षों तक (शिवसेना संस्थापक) बालासाहेब ठाकरे से नफरत करते रहे थे। वे सभी अब एक साथ आ गए हैं और उद्धव ठाकरे उनकी सेवा कर रहे हैं।'

ओवैसी की सभा में हुई पाक समर्थित नारेबाजी, प्रत्याशी समेत अन्य पर एफआईआर

गिरिडीह। असदुद्दीन ओवैसी की सभा में पाक समर्थित नारेबाजी के चलते एफआईआर दर्ज की गई है। मिली जानकारी के अनुसार झारखंड के डुमरी उपचुनाव में एआईएमआईएम की सभा में पाकिस्तान जिंदाबाद के नारे लगाए गए थे, जिस पर प्रशासन ने पकड़ लिया है। इस मामले में एआईएमआईएम प्रत्याशी समेत अन्य के खिलाफ प्राथमिकी दर्ज कराई गई है। उडनदस्ता दल की ओर से डुमरी थाना में दर्ज शिकायत में एआईएमआईएम प्रत्याशी अब्दुल मोबिन रिजवी और पार्टी के नेता मुजफ्फर हसन नुरानी समेत अन्य अज्ञात लोगों के खिलाफ शिकायत दर्ज कराई गई। इन सभी के खिलाफ प्राथमिकी दर्ज की गई है। पुलिस टीम की ओर से दर्ज प्राथमिकी में बताया गया है कि चुनावी सभा के दौरान पाकिस्तान के समर्थन में नारेबाजी की गई। यह नारेबाजी उस वक्त की गई आल इंडिया मजलिस ए इतेहादुल मुस्लिमिन प्रमुख असदुद्दीन ओवैसी खुद भाषण दे रहे थे। भाषण के दौरान दर्शक दीर्घा से पाकिस्तान जिंदाबाद के नारे लगाने की बात सामने आई है। हालांकि वायरल वीडियो में यह साफ दिख रहा है कि इस तरह की नारेबाजी को देखकर ओवैसी खुद हरकत में आए और उन्होंने हाथ से इशारा कर इस तरह की नारेबाजी करने वाले को रोका और फटकार लगाई। प्रशासन की ओर से दर्ज प्राथमिकी में कहा गया है कि भाषण के दौरान रिफाईंड वीडियो की जांच के दौरान यह पता चला कि यह आदर्श आचार संहिता उल्लंघन है। साथ ही यह सांसादनिक सद्भावना को बिगाड़ने का प्रयास है। बता दें कि असदुद्दीन ओवैसी पार्टी प्रत्याशी के पक्ष में डुमरी के हाई स्कूल में जनसभा को संबोधित कर रहे थे। इस दौरान सभा में मौजूद कुछ समर्थकों ने पाकिस्तान जिंदाबाद का नारा लगाया था। इस मामले को राज्य की प्रमुख विपक्षी पार्टी भारतीय जनता पार्टी ने जोर-जोर से उठाया था। भारतीय जनता पार्टी इस तरह के देशद्रोह से जुड़े मामले में सख्त कार्रवाई की मांग की गई थी। बीजेपी सांसद संजय सेठ ने भी इस तरह की घटना की घोर निंदा की है। संजय सेठ ने कहा है कि हेमंत सोरेन की सरकार में यह हफला मौका नहीं है जब पाकिस्तान समर्थित नारे लगाए गए हैं।

जम्मू-कश्मीर में किसी भी समय करा सकते हैं चुनाव, केंद्र सरकार पूरी तरह से तैयार

—सुप्रीम कोर्ट को केन्द्र सरकार ने तीन चुनाव कराने की दी जानकारी, सामान्य बताए हालात

नई दिल्ली (एजेंसी)। केन्द्र सरकार ने सुप्रीम कोर्ट को जम्मू कश्मीर में सामान्य हालातों की जानकारी देते हुए वहां तीन चुनाव करवाने की बात कही है। सरकार ने कहा है कि वह कभी भी चुनाव करावा सकती है। बता दें कि अनुच्छेद 370 को निरस्त करने को चुनौती देने वाली याचिकाएं एएससी के मामले में केंद्र की ओर से पेश सालिसिटर जनरल तुषार मेहता ने सुप्रीम कोर्ट से कहा कि वह जम्मू-कश्मीर में किसी भी समय चुनाव के लिए तैयार हैं। केंद्र ने सुप्रीम कोर्ट को बताया कि तीन चुनाव होने हैं। पहली बार त्रिस्तरीय पंचायत राज व्यवस्था लागू की गई है। सबसे पहले चुनाव पंचायतों के होंगे। लेह हिल डेवलपमेंट काउंसिल के चुनाव खत्म हो गए हैं और कारगिल के लिए सितंबर में चुनाव होंगे। केंद्र ने सुप्रीम कोर्ट को बताया कि 2018 से 2023 की तुलना में आतंकवादी घटनाओं में 45.2 प्रतिशत की कमी आई है और घुसपैठ में 90 प्रतिशत की कमी आई है। पथराव आदि जैसे कानून और व्यवस्था के मुद्दों में 97 प्रतिशत तथा सुरक्षाकर्मियों की हताहतों में 65 प्रतिशत की कमी आई है। 2018 में पथराव की घटनाएं 1,767 थीं, जो अब शून्य हैं। 2018 में संगठित बंद 52 थे और अब यह शून्य है।



इसी बीच अनुच्छेद 370 को निरस्त करने के खिलाफ याचिकाकर्ताओं में से एक की ओर से पेश वरिष्ठ वकील कपिल सिब्बल ने सुप्रीम कोर्ट से कहा कि सरकार ने 5,000 लोगों को घर में नजरबंद कर दिया है, धारा 144 लगा दी गई है, इंटरनेट बंद कर दिया गया है और लोग अस्पतालों में भी नहीं जा सकते हैं। संविधान पीठ द्वारा अर्दानी जनरल और सालिसिटर जनरल को राज्य का दर्जा बहाल करने की समय सीमा के बारे में केंद्र से निर्देश मांगने के आदेश के बाद केंद्र सरकार ने मंगलवार को सुप्रीम कोर्ट को सूचित किया कि केन्द्रशासित प्रदेश का दर्जा जम्मू-कश्मीर के लिए कोई स्थायी व्यवस्था नहीं है। राज्य को 2019 में दो केंद्र शासित प्रदेशों (यूटी) - जम्मू-कश्मीर और लद्दाख में बदल दिया गया था। सालिसिटर जनरल तुषार मेहता ने

कहा, निर्देश हैं - केंद्रशासित प्रदेश कोई स्थायी व्यवस्था नहीं है। लेकिन, मैं परसों (जम्मू-कश्मीर के संबंध में) एक सकारात्मक बयान दूंगा। उन्होंने कहा कि लद्दाख केंद्रशासित प्रदेश बना रहेगा।

सालिसिटर जनरल ने स्पष्ट किया कि वह अदालत के समक्ष बयान देने के लिए और निर्देश मांगने के लिए अर्दानी जनरल (एजी) के साथ सरकार में उच्च-स्तरीय पदाधिकारियों से मिलेंगे। उन्होंने कहा कि केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने संसद में इसी तरह का बयान दिया था। मेहता ने गृह मंत्री के भाषण का जिक्र करते हुए कहा, यह कोई स्थायी स्थिति नहीं है, स्थिति सामान्य होने के बाद हम चाहते हैं कि यह फिर से राज्य बने। मेहता ने संविधान पीठ को अवगत करवाया कि जम्मू-कश्मीर के इतिहास में पहली बार 2020 में स्थानीय निकायों के चुनाव हुए जिसमें लगभग 34,000 प्रतिनिधि चुने गए। उन्होंने कहा कि धारा 370 हटाने के बाद घाटी में कोई हड़ताल, पथराव या कर्फ्यू नहीं है। इससे पहले सुनवाई के दौरान भारत के मुख्य न्यायाधीश डी.वाई. चंद्रचूड़ की अनुवायं वाली संविधान पीठ ने टिप्पणी की थी कि पूर्ववर्ती राज्य स्थायी रूप से केंद्र शासित प्रदेश नहीं हो सकता। पीठ ने कहा कि लोकतंत्र की बहाली बहुत महत्वपूर्ण है।

लवली दिल्ली कांग्रेस के नए अध्यक्ष बने



नई दिल्ली। लोकसभा चुनाव से पूर्व कांग्रेस ने दिल्ली में बड़ा बदलाव किया है। पार्टी ने दिल्ली में नया प्रदेश अध्यक्ष नियुक्त कर दिया है। कांग्रेस ने अरविंदर सिंह लवली को दिल्ली कांग्रेस का नया अध्यक्ष बनाया है। अशु अनिल चौधरी के पास ये जिम्मेदारी थी। लवली तत्काल प्रभाव से पार्टी प्रदेश अध्यक्ष बने हैं। कांग्रेस महासचिव कैसी वेणुगोपाल ने बताया कि कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे ने तत्काल प्रभाव से लवली को दिल्ली कांग्रेस का नया अध्यक्ष नियुक्त किया है। पार्टी निवर्तमान अध्यक्ष अनिल चौधरी के योगदान की सराहना करती है। लवली का जन्म 11 दिसंबर 1968 को हुआ। लवली 1998 में पहली बार दिल्ली की गांधी नगर विधानसभा से विधायक चुने गए। वे 2003, 2008 और 2013 में भी विधायक रहे। दिल्ली की शीला दीक्षित सरकार में लवली मंत्री भी रहे हैं। वे 2013 में दिल्ली प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष भी रहे हैं। लवली ने अपनी राजनीति की शुरुआत यूथ कांग्रेस से 1990 के दशक में की थी वे 1992 से 1996 तक एनएसयूआई के राष्ट्रीय महासचिव भी रहे। लवली शिक्षा मंत्री, शहरी विकास और राजस्व मंत्री और ट्रांसपोर्ट मंत्री भी रहे। कांग्रेस लोकसभा चुनाव की तैयारियों में जुट गई है। पार्टी आलाकमान अलग अलग राज्यों के नेताओं के साथ बैठक भी कर रहा है। इसी क्रम में संगठन में बदलाव किए जा रहे हैं। हाल ही में कांग्रेस ने उत्तर प्रदेश में अजय राय को कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष नियुक्त किया है।

'इंडिया के पास पीएम पद के लिए कई विकल्प: उद्धव ठाकरे

—शिवसेना (यूबीटी) प्रमुख बोले—बीजेपी के पास केवल एक

मुंबई (एजेंसी)। विपक्षी गठबंधन 'इंडिया के पास प्रधानमंत्री पद का उम्मीदवार बनाने के लिए कई विकल्प हैं, जबकि भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के पास केवल एक ही विकल्प है। यह कहना है शिवसेना (यूबीटी) प्रमुख उद्धव ठाकरे का। श्री ठाकरे 'इंडिया की दो दिवसीय बैठक के आयोजन स्थल ग्रैंड हवाम हॉटेल में एक संवाददाता सम्मेलन को संबोधित कर रहे थे।



उद्धव ठाकरे ने एक सवाल के जवाब में कहा, 'प्रधानमंत्री पद के लिए विकल्प के बारे में सवाल भाजपा से पूछा जाना चाहिए, जिसके पास पिछले नौ वर्षों से केवल एक ही विकल्प है, जो हमने देखा है।' 'इंडिया गठबंधन के पास प्रधानमंत्री पद के लिए कई विकल्प हैं। भाजपा के पास क्या विकल्प हैं?' उन्होंने 'रक्षा बंधन' के उद्धार के रूप में रसाई गैस की कीमतों में प्रति सिलेंडर 200 रुपये की कटौती करने के फैसले को लेकर भी केंद्र पर कटाक्ष किया। सरकार ने घरों में इस्तेमाल की जाने वाली रसाई गैस की कीमतों में कटौती करने की मांगलवार को घोषणा की थी। उद्धव ठाकरे ने कहा, 'क्या पिछले नौ वर्षों में कोई रक्षाबंधन नहीं था?' 'इंडिया (गठबंधन) के आगे बढ़ने पर एलपीजी सिलेंडर मुफ्त दिए जाने लगे। चाहे वे कुछ भी करें, लोग हाशियार हैं और

63 प्रतिनिधि शामिल होंगे। एक संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए, पवार ने विश्वास जताया कि विपक्षी गठबंधन राजनीतिक परिवर्तन लाने के लिए एक मजबूत विकल्प प्रदान करेगा। पवार ने कहा कि 'इंडिया में सीट बंटवारे पर कोई चर्चा नहीं हुई है। उन्होंने कहा कि राकांपा को लेकर कोई श्रम नहीं है। पिछले महीने महाराष्ट्र में एकनाथ शिंदे के नेतृत्व वाली सरकार में शामिल हुए अपने भतीजे अजित पवार पर निशाना साधते हुए उन्होंने कहा, 'छेड़कर जाने वालों को जनता सबक सिखाएगी।'

बसपा प्रमुख मायावती के बारे में पूछे जाने पर पवार ने कहा, 'यह पता नहीं है कि वह किसके पक्ष में हैं। इससे पहले वह भाजपा के साथ बातचीत कर चुकी हैं। पूर्व मुख्यमंत्री और कांग्रेस के वरिष्ठ नेता अशोक चव्हाण ने कहा कि 2019 में गैर-भाजपा दलों को 23 करोड़ मत मिले, जबकि भाजपा को 22 करोड़ वोट मिले। उन्होंने कहा, 'आगर हम मिलकर काम करें, हम जीत सकते हैं।' पूर्व मुख्यमंत्री और शिवसेना (यूबीटी) अध्यक्ष उद्धव ठाकरे ने कहा कि विभिन्न विचारधाराओं से जुड़े विपक्षी दलों के गठबंधन का एक साझा उद्देश्य लोकतंत्र की रक्षा करना है।

खुफिया इनपुट, तिब्बत के लोग कर सकते हैं चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिन का विरोध

नयी दिल्ली (एजेंसी)। पुलिस को खुफिया इनपुट मिला है कि तिब्बत के लोग चीनी राष्ट्रपति शी जिनपिन का विरोध कर सकते हैं। जी20 समिट के आयोजन में अब एक सप्ताह से कुछ ही अधिक वक्त बचा है। तमाम बड़े देशों के राष्ट्राध्यक्ष को मौजूदगी को देखते हुए जमीन से लेकर आसमान तक सुरक्षा व्यवस्था के पुख्ता इंतजाम किए जा रहे हैं। इसी बीच खबर है कि दिल्ली पुलिस को चैन और बोल्ट कटर भी दिए जा रहे हैं ताकि इन उपकरणों का सुरक्षा व्यवस्था में इस्तेमाल किए जा सके। दरअसल धरने पर बैठे लोग अपने आप को जंजीर या हथकड़ी से बांध लेते हैं, ताकि पुलिस उन्हें जल्दी न उठ सके, इसके लिए कटर उपयोगी होता है। मौडिया में आई खबर के मुताबिक इंटेलिजेंस इनपुट मिले हैं कि चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिन के विरोध में तिब्बत के लोग जी20 समिट के दौरान प्रदर्शन कर सकते हैं। बड़ी संख्या में तिब्बत के लोग दिल्ली में रहते हैं। चीन पर तिब्बत के अबैध कब्जे को देखते हुए माना जा रहा है कि दिल्ली में शी जिनपिन का भारी विरोध हो सकता है। इसी तरह बांग्लादेश की

पीएम शेख हसीना के खिलाफ भी विरोध प्रदर्शन संभव है। यही वजह है कि दिल्ली पुलिस ने रास्तों पर सुरक्षा के कड़े बंदोबस्त किए हैं।

रिपोर्ट के मुताबिक, पश्चिमी देशों में अक्सर यह देखा गया है कि विरोध प्रदर्शन के दौरान लोग खुद को ऐसी किसी लोहे की चीज से बांध लेते हैं ताकि पुलिस उन्हें मौके से ना हटा सके और वो वहाँ डटे रहकर अपना विरोध जारी रख सकें। ऐसी स्थिति में पुलिस के पास कोई जरिया नहीं होता, जिससे वो इन प्रदर्शन कारियों को तुरंत वहाँ से हटा पाएँ। बोल्ट और चैन कटर की मदद से पुलिस को अपनी कमा तुरंत ऐसी हथकड़ी और लोहे की चीज को काटने की है, ताकि इन जिंदा विरोधकारियों को ज्यादा वक्त तक वहाँ डटे रहने से रोका जा सके। पुलिस आयोजन स्थल के समीप विक्रांत नामक विशेष वाहनों की तैनाती करीगी, जिसमें एटी-वैजेट्स इन्सुपैरेंट मौजूद रहेंगे। वैज्यू के पास छह लोकेशन पर ऐसे टुक तैनात किए जाएंगे। इन टुकों में 100 पुलिसकर्मियों के लिए उपकरण मौजूद रहेंगे।

कर्नाटक के पूर्व मुख्यमंत्री ने तमिलनाडु को कावेरी का पानी देने पर तुरंत रोक की मांग की

बेंगलुरु (एजेंसी)। कर्नाटक के पूर्व मुख्यमंत्री बसवराज बोम्मई ने बृहस्पतिवार को मांग की है कि राज्य सरकार तमिलनाडु को कावेरी नदी का पानी देने पर तुरंत रोक लगाये और इस मामले में उच्चतम न्यायालय में अपील दायर कर कानूनी लड़ाई लड़े। भाजपा नेता ने राज्य को कांग्रेस सरकार पर कर्नाटक में किसानों के हितों और लोगों की पेयजल जरूरतों की रक्षा करने में विफल रहने का आरोप लगाया। उन्होंने आरोप लगाया, 'सरकार शुरू से ही कावेरी मुद्दे पर लड़खड़ाती रही है। कावेरी जल प्रबंधन प्राधिकरण (सीडब्ल्यूएमए) के निर्देशानुसार पहली ही योजना 10 हजार क्यूसेक (घनफुट प्रति सेकेंड) पानी छोड़ने हुए करीब 15 टीएमसी पानी छोड़ जा चुका है, लेकिन इसके खिलाफ कोई कानूनी कदम नहीं उठाया गया।' 'बोम्मई ने आक्षेप जताया कि जल संस्वाधन विभाग की जिम्मेदारी संभाल रहे उप मुख्यमंत्री डीके शिवकुमार का अब कानूनी विशेषज्ञों के साथ चर्चा

करने का क्या मतलब है, जबकि सरकार ने पहले ही सीडब्ल्यूएमए के निर्देश पर प्रतिदिन 5,000 क्यूसेक पानी छोड़ना शुरू कर दिया है। उन्होंने कहा कि पिछले आदेश के खिलाफ पहले ही उच्चतम न्यायालय में अपील दायर की जानी चाहिए थी, जो अभी तक नहीं की गई है। उन्होंने कहा, 'मैं मांग करता हूँ कि पानी छोड़ना तुरंत बंद किया जाना चाहिए और उच्चतम न्यायालय में अपील दायर की जानी चाहिए और मजबूती से कानूनी लड़ाई शुरू की जानी चाहिए। कांग्रेस सरकार कर्नाटक राज्य की पेयजल आवश्यकताओं और किसानों के हितों की रक्षा करने में विफल रही है।' 'इससे पहले सीडब्ल्यूएमए ने कर्नाटक को 15 दिनों तक रोजाना 10,000 क्यूसेक पानी छोड़ने का आदेश दिया था, बाद में कर्नाटक ने प्राधिकरण के आदेश के खिलाफ अपील की और कहा कि कावेरी के जलप्रणाल क्षेत्रों में अपर्याप्त बारिश हुई है।

नेहरू की कर्मभूमि फूलपुर से प्रियंका गांधी लड़ सकती हैं लोकसभा चुनाव

—कांग्रेस नई रणनीति के साथ अब पूर्वांचल पर पकड़ बनाने की कर रही कोशिश

प्रयागराज (एजेंसी)। कांग्रेस अपनी नई रणनीति के साथ अब पूर्वांचल पर पकड़ बनाने की कोशिश कर रही है। बताया जा रहा है कि नेहरू की कर्मभूमि रहे फूलपुर से प्रियंका गांधी को चुनाव मैदान में उतारा जा रहा है। यूपी के प्रयागराज में इन दिनों राजनीतिक हलचल के साथ लोकसभा चुनाव की तैयारियां जोरों पर हैं। वहीं, पंडित जवाहरलाल नेहरू के कर्मभूमि रहे फूलपुर को लेकर कयासों का दौर चल रहा है। विपक्षी गठबंधन इंडिया को आकार देने में मुख्य भूमिका निभाने वाले नीतीश कुमार के फूलपुर से चुनावी मैदान में उतरने की अटकलें के बाद अब प्रियंका गांधी का नाम सामने आ गया है। कांग्रेस यहां से प्रियंका गांधी को चुनावी मैदान में उतारने की बात कर रही है। यूपी के राजनीतिक मैदान में कांग्रेस की स्थिति लगातार खराब दिख रही है। यूपी चुनाव 2022 में कांग्रेस 2 फीसदी से कुछ अधिक वोट शेयर हासिल कर सकी और दो सीटों पर पार्टी को जीत मिली। लोकसभा 2019 में भी पार्टी को

केवल रायबरेली से सफलता मिली। जहां से सोनिया गांधी ने जीत दर्ज कराई थी। लोकसभा चुनाव 2024 को लेकर कांग्रेस प्रदेश में नई रणनीति के साथ उतरने की तैयारी कर रही है। पार्टी पूर्वांचल में भाजपा की रणनीति को टकरा देने के लिए अमेटी से राहुल गांधी, रायबरेली से सोनिया गांधी और फूलपुर से प्रियंका गांधी को चुनावी मैदान में उतरने की योजना तैयार करती दिख रही है। इससे संबंधित प्रस्ताव तैयार कराए जा रहे हैं। कांग्रेस का प्रदेश अध्यक्ष बनते ही अजय राय ने राहुल गांधी के अमेटी और प्रियंका गांधी के वाराणसी से लोकसभा चुनाव के मैदान में उतरने की घोषणा कर दी। हालांकि, बाद में वे सफाई मोड़ में नजर आए। उन्होंने कहा कि वे इसके लिए दोनों नेताओं को मनाएंगे। यूपी में कांग्रेस नई रणनीति के तहत ही चुनावी मैदान में उतर सकती है। ऐसे में पार्टी की कोशिश अधिक से अधिक सीटों पर अपना दावा करने की होगी।

जाफरकाना बता रहे हैं कि यूपी के राजनीतिक मैदान में चुनाव को लेकर एक अलग माहौल दिख रहा है। पूर्वांचल में भारतीय जनता पार्टी ने अपनी स्थिति मजबूत करने के लिए आमप्रकाश राजभर, दारा सिंह चौहान जैसे ओबीसी चेहरों को अपनी तरफ किया है। इसके अलावा पार्टी पसमांदा मुस्लिम के मुद्दे को उठकर इस वर्ग के वोट बैंक में भी संघमारी की कोशिश करती दिख रही है। ऐसे में समाजवादी पार्टी पूर्वांचल में अकेली नजर आ रही है। यूपी विधानसभा चुनाव के दौरान पूर्वांचल में जब समाजवादी पार्टी के साथ आमप्रकाश राजभर की सुहेलदेव भारतीय समाज पार्टी और अपना दल कर्मावती का साथ था, तो गठबंधन ने कई सीटों पर पन्ड्री को कड़ी टकरा दी थी। कांग्रेस इस पूरे इलाके में अपने बड़े चेहरों को उतारकर पकड़ को बचाने की कोशिश में है।

इसरो का सूर्य मिशन तैयार, 2 सितंबर को श्रीरिकोटा से होगी आदित्य एल-1 की लांचिंग

—चार माह तक सफर पर रहेगा यान, पृथ्वी से 1.5 मिलियन किमी दूर 'हेलो कक्षा' में होगा स्थापित

बेंगलुरु (एजेंसी)। इसरो का पहला सौर मिशन, आदित्य एल-1 आगामी 2 सितंबर को आंध्र प्रदेश के श्रीहरिकोटा से लॉन्च होने वाला है। गौरवलेख है कि पिछले सप्ताह चंद्रमा के दक्षिणी ध्रुव पर चंद्रयान-3 की हालिया सॉफ्ट लैंडिंग को उल्लेखनीय उपलब्धि के बाद, अंतरिक्ष यान को सुबह 11.50 बजे लॉन्च किया जाना है। आदित्य एल-1 मिशन के साथ इसरो का उद्देश्य अंतरिक्ष यान को पृथ्वी से लगभग 1.5 मिलियन किमी दूर स्थित सूर्य-पृथ्वी प्रणाली में लैंग्रेंज बिंदु 1 (एल1) के

आसपास 'हेलो कक्षा' के भीतर स्थापित करना है। अंतरिक्ष एजेंसी ने कहा कि मिशन के माध्यम से, इसरो वास्तविक समय में स्पेस वेदर पर सौर गतिविधियों के प्रभाव का अध्ययन करेगा। मिशन के अन्य प्रमुख उद्देश्यों में कोरोनल हीटिंग, कोरोनल मास इजेक्शन, प्री-फ्लेयर और फ्लेयर गतिविधियों और उनकी विशेषताओं, गतिशीलता, स्पेस वेदर, पार्टिकल्स और फोल्ड के प्रसार आदि को समझना भी शामिल है। पृथ्वी से 1.5 मिलियन किलोमीटर की दूरी तय करने में लगभग 4 महीने लगेंगे। अंतरिक्ष यान को शुरूआत में पृथ्वी की निचली कक्षा में स्थापित किया जाएगा। इसके बाद, कक्षा को और अधिक इल्लिप्टिकल बनाया जाएगा। एल1 की ओर यात्रा करते समय, आदित्य

एल1 पृथ्वी के गुरुत्वाकर्षण क्षेत्र से बाहर निकल जाएगा। एक बार इससे बाहर निकलने के बाद, इसका 'क्रूज स्टेप' शुरू हो जाएगा और अंतरिक्ष यान को एल1 के चारों ओर एक बड़ी प्रभासंडल कक्षा में स्थापित किया जाएगा। लैंग्रेंज बिंदु अंतरिक्ष में विशिष्ट स्थानों का प्रतिनिधित्व करते हैं जहां सूर्य और पृथ्वी जैसे दो खगोलीय पिंडों के गुरुत्वाकर्षण बल इतने खपत की आवश्यकता के बिना स्थिर स्थिति बनाए रख सकता है। पृथ्वी-सूर्य विन्यास जैसी प्रणालियों में, एल1 से एल5 के रूप में नामित पांच लैंग्रेंज बिंदु मौजूद हैं। इनमें से, एकल1 और एल2, जो पृथ्वी के सबसे निकट स्थित हैं, अवलोकन संबंधी जांच करने



के लिए लाभदायक है। इसरो के पहले सौर मिशन के प्रमुख उद्देश्यों में जो अध्ययन शामिल हैं उनमें सौर ऊपरी वायुमंडलीय (क्रोमोस्फीयर और कोरोना) गतिशीलता का अध्ययन करना; क्रोमोस्फीयर और कोरोनल हीटिंग का अध्ययन, आंशिक रूप से आयनित प्लाज्मा

की भौतिकता का अध्ययन, कोरोनल द्रव्यमान इजेक्शन और फ्लेयर्स की शुरुआत, सूर्य से कण गतिशीलता के अध्ययन के लिए डेटा प्रदान करने वाले इन-सूट पार्टिकल्स और प्लाज्मा वातावरण का अवलोकन करना; और सौर कोरोना और उसके तापन तंत्र की भौतिकता का अध्ययन करना है।

बहुमंजिला इमारत में लगी भयानक आग, 63 लोगों की मौत, कई घायल

जोहानिसबर्ग | दक्षिण अफ्रीका के शहर जोहानिसबर्ग में एक बहुमंजिला इमारत में आग लगने से 63 लोगों की मौत होने की सूचना मिली है। आगजनी में 43 अन्य लोग बुरी तरह से झुलस गए। आपातकालीन प्रबंधन सेवा ने कहा कि आग लगने की घटना बुधस्वतिवार को तड़के हुई जिसमें यहां हादसा हुआ। प्रकटा रॉबर्ट मुलौदजी ने कहा कि राहत और बचाव अभियान जारी है तथा मरने वालों की संख्या अभी और बढ़ सकती है। आग पर काफी हद तक नियंत्रण कर लिया गया है, लेकिन काली पड़ चुकी इमारत की खिड़कियों से अब भी धुआं निकल रहा है। दक्षिण अफ्रीका के सार्वजनिक प्रसारक एएसबीसी ने कहा कि जोहानिसबर्ग में स्थित यह इमारत पांच मंजिला थी। हालांकि अभी भी आग बुझाने के प्रयास जारी हैं। सोशल मीडिया पर प्रसारित वीडियो में एक इमारत की निचली मंजिल पर विशाल नारंगी रंग की आग की लपटें दिखाई दे रही हैं। बड़ी संख्या में लोग बाहर की ओर भागते हुए दिख रहे हैं। आपातकालीन सेवाओं के प्रकटा रॉबर्ट मुलौदजी ने कहा कि कई लोगों का इलाज किया जा रहा है और कुछ को स्वास्थ्य देखभाल सुविधाओं में ले जाया गया है। आग लगने का कारण अभी तक ज्ञात नहीं है। बताया जा रहा है कि आग लगने की वजह भूकंप हो सकता है। बचावकर्मियों लगातार लोगों को निकालने के लिए तलाशी अभियान चला रहे हैं। मरने वालों में एक बच्चा भी शामिल है। सभी घायलों को अस्पताल में इलाज किया जा रहा है। जानकारी के मुताबिक इस इमारत में 200 से अधिक लोग रहते थे।

अंतरिम वित्तमंत्री का कबूलनामा, पाकिस्तान की वित्तीय हालत उम्मीद से ज्यादा खराब

इस्लामाबाद | बिजली बिल बढ़ने के खिलाफ पूरे पाकिस्तान में विरोध प्रदर्शन होने के बीच अंतरिम वित्तमंत्री शमशाद अख्तर ने कहा कि देश की आर्थिक स्थिति 'अनुमान से कहीं ज्यादा खराब' है। उन्होंने कहा कि अंतरराष्ट्रीय मुद्राकोष (आईएमएफ) के साथ जताई गई प्रतिबद्धताओं के कारण लोगों के बोझ को कम करने के लिए सख्ती देने की कोई 'राजकोषीय गुंजाइश' नहीं है। पाकिस्तान ने जून में आईएमएफ से सख्त शर्तों के तहत तीन अरब डॉलर का महत्वपूर्ण ऋण प्राप्त किया। इन शर्तों में बिजली शुल्क बढ़ाना और सभी सख्ती को चरणबद्ध तरीके से समाप्त करना शामिल है। रिपोर्ट के अनुसार सीनेट (उच्च सदन) की स्थायी समिति की बैठक में वित्त मंत्री ने कहा कि देश की आर्थिक स्थिति 'अनुमान से कहीं ज्यादा खराब' है। उन्होंने कहा कि अंतरराष्ट्रीय मुद्राकोष के साथ जताई गई प्रतिबद्धताओं के कारण लोगों के बोझ को कम करने के लिए सख्ती देने की कोई 'राजकोषीय गुंजाइश' नहीं है। पाकिस्तान के विभिन्न शहरों में बिजली के बढ़े हुए बिलों के खिलाफ विरोध प्रदर्शन हो रहे हैं और लोग राहत की मांग कर रहे हैं।

यूक्रेन के ड्रोन हमले में चार रूसी आईएल-76 परिवहन विमान हुए ध्वस्त

कीव | यूक्रेन का रूस पर हवाई हमला जारी है। इसी बीच यूक्रेन ने कहा है कि पश्चिमी रूस के प्सकोव हवाई अड्डे पर हुए ड्रोन हमले के दौरान चार आईएल-76 परिवहन विमान ध्वस्त हो गए। यूक्रेन की सैन्य खुफिया के प्रकटा एंड्री युसोव ने मीडिया को बताया कि बुधवार को चार आईएल-76 नष्ट हो गए और कुछ और विमान क्षतिग्रस्त हो गए। मीडिया रिपोर्ट के अनुसार, उन्होंने यह नहीं बताया कि हमले के लिए यूक्रेन जिम्मेदार है या नहीं। इससे पहले बुधवार को रूसी मीडिया ने रूसी आपातकालीन स्थिति मंत्रालय का हवाला देते हुए खबर दी थी कि प्सकोव हवाई अड्डे पर ड्रोन हमले के दौरान आईएल-76 परिवहन विमान क्षतिग्रस्त हो गया था। प्सकोव क्षेत्र के गवर्नर मिखाइल वेदिनिचोव ने कहा कि प्राथमिक जानकारी के अनुसार कोई हताहत नहीं हुआ और नुकसान का आकलन किया जा रहा है। हालांकि हवाई अड्डे की वेबसाइट के अनुसार, ड्रोन हमले के समय रूस की 334वीं सैन्य परिवहन विमान रेजिमेंट हवाई अड्डे पर तैनात थी। रूसी विदेश मंत्रालय की प्रकटा मारिया जखारोवा ने बुधवार को एक साप्ताहिक ब्रीफिंग में कहा कि यूक्रेन पश्चिम से प्राप्त उपग्रह डेटा के बिना रूसी क्षेत्र के अंदर लक्ष्य को ट्रेक करने में सक्षम नहीं होता। जखारोवा ने चेतावनी दी कि यूक्रेन की हरकतों को बख्शा नहीं जाएगा। वहीं कीव के हालिया ड्रोन हमलों पर टिप्पणी करते हुए कहा कि रूसी सैन्य विशेषज्ञ भीषण में ऐसी स्थितियों को रोकने के लिए ड्रोन के लॉन्च मामों का जवाब कर रहे हैं और मॉस्को सभी आवश्यक उपाय करेगा। यूक्रेन ने रात भर में सात रूसी टिकानों पर ड्रोन हमले किए।

दुनिया को परमाणु मुक्त करना है तो परीक्षण पर प्रतिबंध लगाना महत्वपूर्ण कदम

जिनेवा | दुनिया को परमाणु हथियारों से मुक्त बनाना है तो परीक्षण पर प्रतिबंध ही महत्वपूर्ण कदम साबित हो सकता है। संयुक्त राष्ट्र महासचिव पेंगेनियो गुटेरेस ने कहा है कि परमाणु परीक्षण पर प्रतिबंध परमाणु हथियारों से मुक्त दुनिया की दिशा में एक बुनियादी कदम है। 29 अगस्त को अंतरराष्ट्रीय परमाणु परीक्षण विरोधी दिवस पर एक संदेश में गुटेरेस ने कहा, परमाणु परीक्षणों पर कानूनी रूप से बाध्यकारी प्रतिबंध परमाणु हथियारों से मुक्त दुनिया की दिशा में एक मौलिक कदम है। गुटेरेस ने कहा कि परमाणु परीक्षण के सभी पीड़ितों के नाम पर, मैं उन सभी देशों से, जिन्होंने अभी तक व्यापक परमाणु परीक्षण संधि (सीटीबीटी) को मंजूरी नहीं दी है, बिना किसी शर्त के तुरंत पस करके को आह्वान करता हूँ। आईए परमाणु परीक्षण हमेशा के लिए बंद करें। गुटेरेस ने कहा, 1945 के बाद से, 2,000 से अधिक परमाणु परीक्षणों ने लोगों को भयानक पीड़ा पहुंचाई है, हवा में जहर घोला है और पर्यावरण को तबाह कर दिया है। उन्होंने कहा कि परमाणु परीक्षण के खिलाफ अंतरराष्ट्रीय दिवस पर दुनिया इस विनाशकारी विरासत को खत्म करने के लिए एक स्वर से बोलती है। गुटेरेस ने चेतावनी दी कि इस वर्ष, हम वैश्विक अविश्वास और विभाजन में वित्ताजक वृद्धि देख रहे हैं। ऐसे समय में जब दुनिया भर में लगभग 13 हजार परमाणु हथियार जमा हैं, सभी देशों को शांति का प्रयास करना चाहिए।

चीनी कंपनी बायडू ने एआई युक्त चैटबॉट 'एनी बॉट' को सार्वजनिक रूप से उपलब्ध कराया

चीनी सर्व इंजन और कृत्रिम मेधा (एआई) कंपनी बायडू ने चैटजीपीटी के समकक्ष अपने मॉडल को बुधस्वतिवार को जनता को पूर्ण रूप से उपलब्ध कराया। कंपनी के इस ऐलान से उसके शेयर की कीमत तीस फीसदी से अधिक बढ़ गई। संयुक्त राज्य अमेरिका से प्रतिद्वंद्विता को लिए बीजिंग कृत्रिम बुद्धिमत्ता को एक प्रमुख उद्योग के रूप में देखता है और 2030 तक इस क्षेत्र में वैश्विक नेतृत्व करने का लक्ष्य रखता है। अमेरिकी कंपनी ओपेन-एआई की ओर से वित्तित चैटजीपीटी की शुरुआत किये जाने के बाद चीन की प्रौद्योगिकी कंपनियों भी अपने-अपने एआई मॉडल को उद्घाटित करने की तैयारी में कूट पड़ी है जिसमें अल्फाबेट की मदद से नयी सामग्री तैयार की जा सकती है। बायडू ने बुधस्वतिवार को कहा कि एनी बॉट आधिकारिक वेबसाइट और एक ऐप के माध्यम से आम जनता के लिए पूरी तरह से उपलब्ध है जो अभी तक केवल चीन के ऐप स्टोर में उपलब्ध था। एनी बॉट उपयोगकर्ताओं द्वारा दिए गए प्रश्नों और संकेतों के जवाब में पाठ और खोजियां मुहैया कराता है। मुमुत में उपलब्ध एनी बॉट ऐप बुधस्वतिवार अपराह्न तक चीन में एप्पल के आईओएस स्टोर के चार्ट में शीर्ष पर पहुंच गया।

29 अक्टूबर को पूरी दुनिया में बिजली गुल होगी, शख्स ने भविष्य देखने का किया दावा

वॉशिंगटन | अपने भविष्य बताने वाले बहुत से लोगों को देखा होगा, लेकिन आजकल विदेशों में टाइम ट्रेलर्स की कहानियां चर्चा में हैं। ये वे लोग होते हैं, जो खुद ही दावा करते हैं कि वे सैकड़ों साल आगे की दुनिया देखकर वापस लौटें हैं और उन चीजों की भविष्यवाणी करते हैं, जो आने वाले वक्त में होने जा रही हैं। इन्होंने सोशल मीडिया पर एक वीडियो देकर ही शख्स की भविष्यवाणी सामने आई, जो वायरल हो रही है। रिपोर्ट के मुताबिक एनो एलेरिक नाम के एक इस्तरह के टाइम ट्रेलर ने दावा किया है कि वहां साल 2671 की तस्वीर देकर कहा गया है। शख्स ने अपने आपको खुद ही भविष्य देखने वाला बताकर देखा है कि अक्टूबर, 2023 में कुछ ऐसा होने वाला है, जो लोगों की जिंदगी को सीधे तौर पर प्रभावित कर रहा है। खुद को भविष्य देखने वाला बताते वाले एनो एलेरिक ने दावा किया है कि इस साल अक्टूबर के महीने में कुछ ऐसा होने वाला है, जो दुनिया भर के लोगों को अंधेरे में डूबा देगा। अक्टूबर महीने की 29 तारीख को एक सौर चक्रवर्तन से टकराएगा और इसकी वजह से पूरी दुनिया में बिजली गुल हो जाएगी।



लंदन में सांभा डांसर पारंपरिक नाट्य हिल कार्निवल में भाग लेते हुए।

एस्ट्रोनॉट्स के स्वास्थ्य पर क्यों पड़ते है उलटे प्रभाव

—बीमारियां कर सकती हैं हमला

लंदन (एजेंसी)। क्या आप जानते हैं कि इंटरनेशनल स्पेस स्टेशन पर रहने वाले अंतरिक्ष यात्रियों के साथ ही काफी सभी एस्ट्रोनॉट्स जब अंतरिक्ष में होते हैं तो उनके स्वास्थ्य पर कई तरह के उलटे प्रभाव पड़ते हैं। उनकी रोगप्रतिरोधक क्षमता काफी कमजोर पड़ जाती है। इसके अलावा उनको कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं को झेलना पड़ता है।

हालांकि, स्पेस में समय बिताने के बाद जब वे धरती पर लौटते हैं तो उनकी सेहत फिर से ठीक हो जाती है। नए शोध के मुताबिक, अंतरिक्ष यात्रा इंसानों के लिए एक मुश्किल अनुभव होता है। सबसे पहले कॉस्मिक विकिरण की बीमारियों से एस्ट्रोनॉट्स का शरीर हिल जाता है। इसके बाद ज़ीरो ग्रेविटी शरीर में मौजूद तरल पदार्थों और इंसान के ब्लड प्रेशर में उथल-पुथल पैदा कर देता है। वहीं, एस्ट्रोनॉट्स को बहुत ही संकुचित यानी छोटी सी जगह में रहना पड़ता है। इससे उनके शरीर पर अलग ही तरह का प्रभाव पड़ता है। एस्ट्रोनॉट्स को लंबे मानसिक दबाव के दौर से भी गुजरना पड़ता है। इस दौरान इस तनाव को कम करने के लिए उनके आसपास कोई होता भी नहीं है। इसमें दोस्तों और परिवार से दूर रहना भी उनके मानसिक स्वास्थ्य पर काफी अंतर डालता है। सबसे



ज्यादा सेहतमंद लोगों को ही अंतरिक्ष यात्रा पर भेजा जाता है। उन्हें अंतरिक्ष के हालातों में सहज रहने के लिए कई साल का सख्त और कड़ा प्रशिक्षण भी दिया जाता है। इसके बाद भी जब वे अंतरिक्ष में पहुंचते हैं तो उनकी सेहत जवाब देती है। अंतरिक्ष में उन्हें कई स्वास्थ्य समस्याओं को झेलना पड़ता है। अब इन स्वास्थ्य समस्याओं की पहचान होने के बाद चिकित्सा क्षेत्र में एक नई शाखा शुरू कर दी गई है। इसे स्पेस हेल्थ कहा जा रहा है। स्पेस हेल्थ रिसर्च के जरिये पता चल रहा है कि अंतरिक्ष की कम और लंबी अवधि की उड़ानों से शरीर के हर तंत्र पर असर पड़ता है। इसमें हृदय, रक्त संचार, पाचन, मांसपेशियां, हड्डियां से जुड़े तंत्र और रोगप्रतिरोधी प्रणाली तक शामिल हैं।

नए शोध की रिपोर्ट कहती है कि अंतरिक्ष में

कंगाल पाकिस्तान में मालामाल होना चाहते हैं राष्ट्रपति अल्वी

—सैलरी बढ़ने के लिए लिखा पत्र

इस्लामाबाद (एजेंसी)। पाकिस्तान इन दिनों आर्थिक संकट से परेशान है। महंगाई ने कमर तोड़ दी है। पेट्रोल डीजल की कीमतों में बेहतरीन बढ़ोतरी हो रही है। बिजली बिलों को लेकर जनता सड़कों पर उतर आई। बढ़ती महंगाई के बीच पाकिस्तान के राष्ट्रपति आरिफ अल्वी मालामाल होना चाहते हैं। राष्ट्रपति अल्वी अपने वेतन में बढ़ोतरी चाहते हैं। आधिकारिक दस्तावेजों से खुलासा हुआ है कि राष्ट्रपति ने फिर से वेतन वृद्धि की मांग की है, पहली बार 1 जुलाई 2021 से और दूसरा 1 जुलाई 2023 से। अभी राष्ट्रपति का मासिक वेतन 846,550 रूपए है। वे जुलाई 2021 और जुलाई 2023 से दो चरणों में 1024325 रूपए और 1229190 रूपए प्रति महीने की सैलरी चाहते हैं।

राष्ट्रपति सचिवालय ने महीने की शुरुआत में अपने सैन्य सचिव के माध्यम से कैबिनेट सचिव को लिखे पत्र में राष्ट्रपति के वेतन भत्ते और विशेषाधिकार (संशोधन) अधिनियम, 2018 की चौथी अनुसूची में राष्ट्रपति के वेतन की अनुमति देने के लिए संशोधन की इच्छा जाहिर की है। राष्ट्रपति सचिवालय के पत्र में राष्ट्रपति की मांग को उचित ठहराया गया। पत्र में

कहा गया है कि इस अवधि में पाकिस्तान के मुख्य न्यायाधीश का वेतन भी दो बार बढ़ाया गया था। राष्ट्रपति सचिवालय ने अपने पत्र में लिखा, चीफ जस्टिस की सैलरी में 2021 से लेकर 2023 तक की अवधि तक में सैलरी में दोगुना इजाजा हुआ। यह सैलरी राष्ट्रपति की सैलरी पर बढ़ाई गई। चीफ जस्टिस की सैलरी 01 जुलाई 2021 से 1,024,324 लाख रुपये प्रति महीना और 1 जुलाई 2023 से 1,229,189 प्रति महीना हुआ। हालांकि, राष्ट्रपति का वेतन किसी भी सार्वजनिक पद धारक यानी पाकिस्तान के मुख्य न्यायाधीश के वेतन से एक रुपये अधिक के निर्धारित सिद्धांत के संघर्ष में नहीं बढ़ाया गया था।

राष्ट्रपति सचिवालय की सिफारिश के बाद सचिव कैबिनेट ने मामले को पाकिस्तान के कानून मंत्रालय को भेज दिया है। मामला वित्त विभाग को भी भेजा गया, वित्त विभाग ने 22 अगस्त को राष्ट्रपति (वेतन, भत्ते और विशेषाधिकार) अधिनियम, 1975 की चौथी अनुसूची में संशोधन के माध्यम से राष्ट्रपति के वेतन में प्रस्तावित वृद्धि का भी समर्थन किया। उम्मीद है कि मामला मंजूरी के लिए कैबिनेट के समक्ष पेश होगा। बताया जा रहा है कि अगर राष्ट्रपति की सैलरी में बढ़ोतरी को मंजूरी मिलती है, तब उन्हें बड़ी बकाया राशि मिलेगी।

अमेरिकी सेना की योजना अगले दो साल में हजारों स्वायत्त युद्ध-रोबोट तैयार करने की

वॉशिंगटन (एजेंसी)। अमेरिका की उच्च रक्षा मंत्री कैथलीन हिक्स ने सोमवार को अपने एक भाषण में घोषणा की कि उनके देश की सेना चीन की बढ़ती ताकत को देखते हुए अगले दो वर्षों में हजारों स्वायत्त हथियार प्रणालियों का उपयोग शुरू करने की योजना बना रही है। अमेरिका की रॉयल केंटर फ्लैट का उद्देश्य सेना की सभी शाखाओं के लिए अत्यधिक संख्या में किफायती प्रणालियों का उत्पादन करने के वास्ते रक्षा और अन्य तकनीकी कंपनियों के साथ समन्वय करना

है। पिछले करीब एक दशक के आसपास विभिन्न स्तरों में स्वतंत्र संचालन के लिए सक्षम सैन्य प्रणालियां तैयारी से सामान्य हुई हैं। लेकिन अमेरिकी घोषणा स्पष्ट करती है कि युद्ध का भविष्य बदल गया है—लड़के रोबोट का दौर आ गया है। विचार को हकीकत में बदलने का समय आ गया है। बीते दशक में, सैन्य उद्देश्यों के लिए उच्च रोबोटिक प्रणालियों का खासा विकास हुआ है। इनमें से कई तो परिवर्तित वाणिज्यिक प्रौद्योगिकी पर आधारित हैं, जो स्वयं अधिक सक्षम, सस्ती

और व्यापक रूप से उपलब्ध हो गई हैं। हाल ही में, ध्यान इस बात पर प्रयोग करने पर केंद्रित हो गया है कि युद्ध में इनका सर्वोत्तम उपयोग कैसे किया जाए। यूक्रेन में रूस के युद्ध ने दिखा दिया है कि वास्तविक दुनिया में तेजाती के लिए प्रौद्योगिकी तैयार है। बख्तरबंद वाहनों और तोपखाने का पता लगाने और उन पर हमला करने के लिए रोबोट हवाई वाहन का व्यापक रूप से उपयोग किया गया है। यूक्रेनी नौसेना के हमलावर ड्रोनों ने रूस के काला सागर बेड़े को पंगु बना दिया

है, जिससे उनके युद्धपोत बंदरगाह से आगे नहीं बढ़ पा रहे हैं। कभी सैन्य रोबोट के बारे में सोच विचार होता था लेकिन अब इनका समय आ गया है। हर जगह रोबोट अपने भाषण में, अमेरिका की उच्च रक्षा मंत्री हिक्स ने युद्ध लड़ने के तरीके बदलने की तत्काल आवश्यकता रेखांकित की। उन्होंने घोषणा की कि नया रॉबोट प्रोग्राम अगले 18 से 24 महीनों के भीतर कई डोमेन में हजारों की संख्या में जिम्मेदार स्वायत्त प्रणालियों को पेश करेगा। 'स्वायत्त' का अर्थ एक ऐसा रोबोट है जो

दार्ज करके उनसे स्पष्टीकरण मांगना चाहिए। उन्होंने कहा कि नेपाल ने अपने नए नक्शे को जारी करने से पहले चीन को इसकी सूचना दी थी। चीन के नेपाल के पुराने नक्शे के इस्तेमाल से काठमांडू में कई नेता हैरान हैं। प्रदीप ग्यवली कहते हैं कि हमारा भारत के साथ सीमा विवाद है लेकिन हमारा चीन के साथ कोई लंबित विवाद नहीं है। अगर चीन हमारे नए नक्शे को मान्यता देने से इंकार करता है तो यह बहुत गंभीर मामला है और प्रॉब्लम का हमारे पड़ोसी देश चीन से स्पष्टीकरण मांगना चाहिए। इससे पहले भारत ने नेपाल के नए नक्शे को कड़ाई से नकार दिया था। नेपाल के एक अन्य नेता और पूर्व विदेश मंत्री रामेन्द्र थापा पांडे ने इस बात पर खारिज कर दिया है। अगर चीन नेपाल के नए नक्शे को मान्यता नहीं देता है तो यह गंभीर मामला है।

नेशनल एसेम्बली के भंग होने के 90 दिनों की निर्धारित अवधि में चुनाव कराया जाना जरूरी होता है। पाकिस्तान के राष्ट्रपति आरिफ अल्वी ने मध्य अगस्त में अनवर-उल-हक काकड़ को नया चुनाव होने तक देश को चलाने के लिए कार्यवाहक प्रधानमंत्री नियुक्त किया था। लेकिन चुनाव आयोग ने नयी जनगणना के आधार पर निर्वाचन क्षेत्रों का नये सिरे से परिभाषित करने का फैसला किया जिससे आम चुनाव में

दरज करके उनसे स्पष्टीकरण मांगना चाहिए। उन्होंने कहा कि नेपाल ने अपने नए नक्शे को जारी करने से पहले चीन को इसकी सूचना दी थी। चीन के नेपाल के पुराने नक्शे के इस्तेमाल से काठमांडू में कई नेता हैरान हैं। प्रदीप ग्यवली कहते हैं कि हमारा भारत के साथ सीमा विवाद है लेकिन हमारा चीन के साथ कोई लंबित विवाद नहीं है। अगर चीन हमारे नए नक्शे को मान्यता देने से इंकार करता है तो यह बहुत गंभीर मामला है और प्रॉब्लम का हमारे पड़ोसी देश चीन से स्पष्टीकरण मांगना चाहिए। इससे पहले भारत ने नेपाल के नए नक्शे को कड़ाई से नकार दिया था। नेपाल के एक अन्य नेता और पूर्व विदेश मंत्री रामेन्द्र थापा पांडे ने इस बात पर खारिज कर दिया है। अगर चीन नेपाल के नए नक्शे को मान्यता नहीं देता है तो यह गंभीर मामला है।

नेशनल एसेम्बली के भंग होने के 90 दिनों की निर्धारित अवधि में चुनाव कराया जाना जरूरी होता है। पाकिस्तान के राष्ट्रपति आरिफ अल्वी ने मध्य अगस्त में अनवर-उल-हक काकड़ को नया चुनाव होने तक देश को चलाने के लिए कार्यवाहक प्रधानमंत्री नियुक्त किया था। लेकिन चुनाव आयोग ने नयी जनगणना के आधार पर निर्वाचन क्षेत्रों का नये सिरे से परिभाषित करने का फैसला किया जिससे आम चुनाव में

दरज करके उनसे स्पष्टीकरण मांगना चाहिए। उन्होंने कहा कि नेपाल ने अपने नए नक्शे को जारी करने से पहले चीन को इसकी सूचना दी थी। चीन के नेपाल के पुराने नक्शे के इस्तेमाल से काठमांडू में कई नेता हैरान हैं। प्रदीप ग्यवली कहते हैं कि हमारा भारत के साथ सीमा विवाद है लेकिन हमारा चीन के साथ कोई लंबित विवाद नहीं है। अगर चीन हमारे नए नक्शे को मान्यता देने से इंकार करता है तो यह बहुत गंभीर मामला है और प्रॉब्लम का हमारे पड़ोसी देश चीन से स्पष्टीकरण मांगना चाहिए। इससे पहले भारत ने नेपाल के नए नक्शे को कड़ाई से नकार दिया था। नेपाल के एक अन्य नेता और पूर्व विदेश मंत्री रामेन्द्र थापा पांडे ने इस बात पर खारिज कर दिया है। अगर चीन नेपाल के नए नक्शे को मान्यता नहीं देता है तो यह गंभीर मामला है।

ब्रिटिश प्रधानमंत्री ऋषि सुनक ने ग्रांट शाप्स को नया रक्षामंत्री नियुक्त किया

लंदन | ब्रिटिश मंत्रिमंडल में प्रधानमंत्री ऋषि सुनक के सबसे प्रबल समर्थकों में से एक ग्रांट शाप्स को बुधस्वतिवार को ब्रिटेन का नया रक्षा मंत्री नामित किया गया। इसके साथ ही सुनक ने अगले साल होने वाले आम चुनाव से पहले मंत्रिमंडल में मामूली फेरबदल किया। इससे पहले दिन में बने वाले से ओप्यारिक रूप से रक्षा मंत्री के पद से इस्तीफा दे दिया। उन्होंने पिछले महीने ही इस्तीफा देने की अपनी योजना की घोषणा की थी। वह चार साल तक इस पद पर रहे और इस दौरान उन्होंने यूक्रेन में युद्ध के लिए सैन्य प्रतिक्रिया को कमान भी संभाली थी। पिछले साल कंजर्वेटिव पार्टी के नेता और प्रधानमंत्री पद के लिए सुनक के अभियान के दौरान उनका समर्थन करने वाले शाप्स 2019 से मंत्रिमंडल के सदस्य हैं। वह हाल ही में ऊर्जा सुरक्षा और नेट जैरो विभाग के लिए मंत्री के तौर पर कार्यरत थे। रक्षा मंत्री का नया पद एक वर्ष के भीतर मंत्री के तौर पर उनका पांचवां पद होगा, वे पहले परिवहन मंत्री और कुछ समय के लिए गृह मंत्री के रूप में भी कार्य कर चुके हैं। प्रधानमंत्री के साथ 10 डाउनिंग स्ट्रीट में मुलाकात के बाद 54 वर्षीय शाप्स ने 'एक्स' पर पोस्ट किया, 'ऋषि सुनक द्वारा रक्षा मंत्री नियुक्त किये जाने पर मैं सम्मानित महसूस कर रहा हूँ। मैं पिछले चार वर्षों में ब्रिटेन की रक्षा और वैश्विक सुरक्षा में बने वालेस द्वारा दिए गए जबरदस्त योगदान की सराहना करना चाहता हूँ।'



चीन के राष्ट्रपति जिन्पिंग भी जी-20 सम्मेलन से बना सकते हैं दूरी : रिपोर्ट

बीजिंग (एजेंसी)। रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के बाद अब चीन के राष्ट्रपति जिन्पिंग भी जी-20 सम्मेलन से दूरी बना सकते हैं। मिली जानकारी के अनुसार उनके स्थान पर चीन के पीएम ली किआंग आ सकते हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक दो शीप भारतीय अधिकारियों ने कहा है कि चीन के प्रधानमंत्री ली किआंग 9 से 10 सितंबर तक दिल्ली में होने वाले जी-20 शिखर सम्मेलन में चीन का प्रतिनिधित्व कर सकते हैं। इन भारतीय अधिकारियों में से एक तो चीन में मौजूद राजनयिक हैं। चीन और भारत दोनों के विदेश मंत्रालय ने अभी इस पर कोई बयान नहीं दिया है। दिल्ली में जी-20 शिखर सम्मेलन एक ऐसे स्थल के रूप में देखा जा रहा था जहां शी जिन्पिंग और अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन मुलाकात कर सकते थे। बाइडन ने ऐलान किया है कि वह जी20 शिखर सम्मेलन में हिस्सा लेंगे। अमेरिका और चीन दोनों ही व्यापार और भूराजनीतिक तनाव के बीच अपने रिश्तों को स्थिर बनाना चाहते हैं। शी जिन्पिंग और बाइडन के बीच आखिरी बार मुलाकात पिछले साल नवंबर महीने में बाली में हुए जी-20 शिखर सम्मेलन के दौरान हुई थी।

व्लादिमीर पुतिन पहले ही ऐलान कर चुके हैं कि वह जी-20 शिखर सम्मेलन में हिस्सा नहीं लेंगे। पुतिन ने इस बारे में पीएम मोदी से बात भी की है। पुतिन की जगह पर रूसी विदेश मंत्री सर्गेई लावरोव दिल्ली आएंगे। भारत सरकार के एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा कि हमें इसकी जानकारी है कि शी जिन्पिंग की जगह पर चीन के प्रधानमंत्री भारत आएंगे। चीन में भी दो विदेशी राजनयिकों और एक सरकारी अधिकारी ने कहा है कि शी जिन्पिंग जी-20 में हिस्सा नहीं लेंगे। चीन के राष्ट्रपति ऐसे समय पर भारत नहीं आ रहे हैं जब चीन ने नया नक्शा जारी किया है जिसको लेकर भारत ने बहुत करारा जवाब दिया है। एक ऐसे स्थल के रूप में देखा जा रहा था जहां शी जिन्पिंग और अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन मुलाकात कर सकते थे। बाइडन ने ऐलान किया है कि वह जी20 शिखर सम्मेलन में हिस्सा लेंगे। अमेरिका और चीन दोनों ही व्यापार और भूराजनीतिक तनाव के बीच अपने रिश्तों को स्थिर बनाना चाहते हैं। शी जिन्पिंग और बाइडन के बीच आखिरी बार मुलाकात पिछले साल नवंबर महीने में बाली में हुए जी-20 शिखर सम्मेलन के दौरान हुई थी।

वता दें कि रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के बाद अब चीन के राष्ट्रपति जिन्पिंग भी जी-20 सम्मेलन से दूरी बना सकते हैं। मिली जानकारी के अनुसार उनके स्थान पर चीन के पीएम ली किआंग आ सकते हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक दो शीप भारतीय अधिकारियों ने कहा है कि चीन के प्रधानमंत्री ली किआंग 9 से 10 सितंबर तक दिल्ली में होने वाले जी-20 शिखर सम्मेलन में चीन का प्रतिनिधित्व कर सकते हैं। इन भारतीय अधिकारियों में से एक तो चीन में मौजूद राजनयिक हैं। चीन और भारत दोनों के विदेश मंत्रालय ने अभी इस पर कोई बयान नहीं दिया है। दिल्ली में जी-20 शिखर सम्मेलन एक ऐसे स्थल के रूप में देखा जा रहा था जहां शी जिन्पिंग और अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन मुलाकात कर सकते थे। बाइडन ने ऐलान किया है कि वह जी20 शिखर सम्मेलन में हिस्सा लेंगे। अमेरिका और चीन दोनों ही व्यापार और भूराजनीतिक तनाव के बीच अपने रिश्तों को स्थिर बनाना चाहते हैं। शी जिन्पिंग और बाइडन के बीच आखिरी बार मुलाकात पिछले साल नवंबर महीने में बाली में हुए जी-20 शिखर सम्मेलन के दौरान हुई थी।

वता दें कि रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के बाद अब चीन के राष्ट्रपति जिन्पिंग भी जी-20 सम्मेलन से दूरी बना सकते हैं। मिली जानकारी के अनुसार उनके स्थान पर चीन के पीएम ली किआंग आ सकते हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक दो शीप भारतीय अधिकारियों ने कहा है कि चीन के प्रधानमंत्री ली किआंग 9 से 10 सितंबर तक दिल्ली में होने वाले जी-20 शिखर सम्मेलन में चीन का प्रतिनिधित्व कर सकते हैं। इन भारतीय अधिकारियों में से एक तो चीन में मौजूद राजनयिक हैं। चीन और भारत दोनों के विदेश मंत्रालय ने अभी इस पर कोई बयान नहीं दिया है। दिल्ली में जी-20 शिखर सम्मेलन एक ऐसे स्थल के रूप में देखा जा रहा था जहां शी जिन्पिंग और अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन मुलाकात कर सकते थे। बाइडन ने ऐलान किया है कि वह जी20 शिखर सम्मेलन में हिस्सा लेंगे। अमेरिका और चीन दोनों ही व्यापार और भूराजनीतिक तनाव के बीच अपने रिश्तों को स्थिर बनाना चाहते हैं। शी जिन्पिंग और बाइडन के बीच आखिरी बार मुलाकात पिछले साल नवंबर महीने में बाली में हुए जी-20 शिखर सम्मेलन के दौरान हुई थी।

वता दें कि रूस के राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के बाद अब चीन के राष्ट्रपति जिन्पिंग भी जी-20 सम्मेलन से दूरी बना सकते हैं। मिली जानकारी के अनुसार उनके स्थान पर चीन के पीएम ली किआंग आ सकते हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक दो शीप भारतीय अधिकारियों ने कहा है कि चीन के प्रधानमंत्री ली किआंग 9 से 10 सितंबर तक दिल्ली में होने वाले जी-20 शिखर सम्मेलन में चीन का प्रतिनिधित्व कर सकते हैं। इन भारतीय अधिकारियों में से एक तो चीन में मौजूद राजनयिक हैं। चीन और भारत दोनों के विदेश मंत्रालय ने अभी इस पर कोई बयान नहीं दिया है। दिल्ली में जी-20 शिखर सम्मेलन एक ऐसे स्थल के रूप में देखा जा रहा था जहां शी जिन्पिंग और अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन मुलाकात कर सकते थे। बाइडन ने ऐलान किया है कि वह जी20 शिखर सम्मेलन में हिस्सा लेंगे। अमेरिका और चीन दोनों ही व्यापार और भूराजनीतिक तनाव के बीच अपने रिश्तों को स्थिर बनाना चाहते हैं। शी जिन्पिंग और बाइडन के बीच आखिरी बार मुलाकात पिछले साल नवंबर महीने में बाली में हुए जी-20 शिखर सम्मेलन के दौरान हुई थी।

चीन के नए नक्शे पर नेपाल में विवाद गहराया, ओली ने मैप को किया खारिज

काठमांडू (एजेंसी)। चीन के नए नक्शे पर अब नेपाल में भी विवाद गहरा गया है। नेपाल के पीएम ओली ने चीन के नक्शे को सिरे से खारिज कर दिया है। बता दें कि चीन ने अपने नक्शे में नेपाल के साल 2020 में जारी किए गए राजनीतिक नक्शे को मान्यता नहीं दी है। इससे पहले भारत ने भी नेपाल के इस नए नक्शे को खारिज कर दिया था। नेपाल की तत्कालीन केपी ओली सरकार ने चीनी राजदूत के इशारे पर भारत के नए राजनीतिक नक्शे के जवाब में अपना नया नक्शा जारी किया था। इसमें ओली सरकार ने कालापानी, लिपुलेख और लिपियाधुरा को नेपाल का इलाका दिखाया था। वह भी तब जब पूरा इलाका वर्षों से भारत के कंट्रोल में है। एक रिपोर्ट के मुताबिक भारत और चीन दोनों ही पड़ोसी देशों के नेपाल के नए नक्शे को खारिज करने से इसकी वैधता पर अब बड़ा

संदेह पैदा हो गया है। चीन ने अपने नए नक्शे में कालापानी के पूरे इलाके को नेपाल का नहीं माना है। इससे पहले चीन को इसकी सूचना दी थी। चीन के नेपाल के पुराने नक्शे के इस्तेमाल से काठमांडू में कई नेता हैरान हैं। प्रदीप ग्यवली कहते हैं कि हमारा भारत के साथ सीमा विवाद है लेकिन हमारा चीन के साथ कोई लंबित विवाद नहीं है। अगर चीन हमारे नए नक्शे को मान्यता देने से इंकार करता है तो यह बहुत गंभीर मामला है और प्रॉब्लम का हमारे पड़ोसी देश चीन से स्पष्टीकरण मांगना चाहिए। इससे पहले भारत ने नेपाल के नए नक्शे को कड़ाई से नकार दिया था। नेपाल के एक अन्य नेता और पूर्व विदेश मंत्री रामेन्द्र थापा पांडे ने इस बात पर खारिज कर दिया है। अगर चीन नेपाल के नए नक्शे को मान्यता नहीं देता है तो यह गंभीर मामला है।

दरज करके उनसे स्पष्टीकरण मांगना चाहिए। उन्होंने कहा कि नेपाल ने अपने नए नक्शे को जारी करने से पहले चीन को इसकी सूचना दी थी। चीन के नेपाल के पुराने नक्शे के इस्तेमाल से काठमांडू में कई नेता हैरान हैं। प्रदीप ग्यवली कहते हैं कि हमारा भारत के साथ सीमा विवाद है लेकिन हमारा चीन के साथ कोई लंबित विवाद नहीं है। अगर चीन हमारे नए नक्शे को मान्यता देने से इंकार करता है तो यह बहुत गंभीर मामला है और प्रॉब्लम का हमारे पड़ोसी देश चीन से स्पष्टीकरण मांगना चाहिए। इससे पहले भारत ने नेपाल के नए नक्शे को कड़ाई से नकार दिया था। नेपाल के एक अन्य नेता और पूर्व विदेश मंत्री रामेन्द्र थापा पांडे ने इस बात पर खारिज कर दिया है। अगर चीन नेपाल के नए नक्शे को मान्यता नहीं देता है तो यह गंभीर मामला है।

सम्पादकीय

जीवन के दो संजीवन

जीवन में सद्गुण वह जागीर है जो हर किसी में हर कहीं पर पाई नहीं जाती है। ये वो अनमोल निधि हैं जो किसी के द्वारा चुराई तक नहीं जाती हैं। यदि यह निधि हमने पा ली और कर्म इसकी आँक ली तो खोई भी नहीं जाती है। जिनमें समता, क्षमता, सरलता, मृदुता, स्नेहशीलता-सहनशीलता- सेवा-सहयोग, अपार संभावनाओं आदि सद्गुणों की सरिता बहती है ऐसी सुविशिष्टतायें ही चरित्रकी सुंदरता कहलाती हैं। ये ऋण-विक्रय के माध्यम नहीं हैं। हम इनको केवल पठन से ही नहीं पा सकते हैं। ये सद्गुण तो स्वतः अपनेआप में विकसित करने के साधन हैं। विरल और दुर्लभ हैं तभी तक जब तक मन सबल नहीं है। जिस दिन इनको सुफल विकसित करनेको सही से हम समझेंगे तो हमारा दिल भी निश्चित ही दौड़ेगा। ऐसे गुणों के विकास के लिए केवल पढ़ना-समझना-देखना और सुननाआदि ही पर्याप्त योग नहीं है। यह फलदायी तभी है जब सब कुछ व्यवहार और आचरण में इनका प्रयोग होता है। जिस दिन ऐसेसद्गुणवहार की वृत्ति हो जायेगी जीवन में असीम आनन्द की सरिता बहेगी। यह हर मनुष्य के ऊपर निर्भर है कि उसमें से वह घड़ा भर लेऔर समृद्धि प्राप्त कर ले या बैठा रहे अनमना मन से रोता। अहंकार रहित मानसिक सुख की अनुभूति तक तो प्रशंसा की भूख सही सोचकी परिचायक है पर जो काम प्रशंसा के लायक नहीं है उस पर भी प्रशंसा की भूख ओछी सोच की परिचायक है। हमारा जीवन भी संतुलन व पचाने के अनुसार जुड़ा है। अगर हम भूख से ज्यादा खाते हैं तो अपच होने का डर रहता और कम खाते हैं तो शारीरिक शक्तिक्षीण होने की सम्भावना रहती है। ठीक इसी तरह कोई प्रशंसा न पचा पाये तो आदमी फूल कर कुप्पा हो जाता है और बार-बार वाह-वाह उसे चाहने लगता है तथा उसका अहं शीर्ष पर चढ़ जाता है। इसलिए कहते हैं चाहे कोई कार्य क्षेत्र हो हमने अपने जीवन में हर जगहसंतुलन अपना लिया है तो हमारा जीवन भी अपने आप हमेशा आनंदित रहेगा।



प्रदीप छाजेड़
(बोरावड़)

आज का राशीफल

मेष	कार्यक्षेत्र में रुकावटों का सामना करना पड़ेगा। धन, पद, प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। रुका हुआ कार्य सम्पन्न होगा। पिता या उच्चाधिकारी का सहयोग मिलेगा। वाहन प्रयोग में सावधानी अपेक्षित है।
वृषभ	आर्थिक पक्ष मजबूत होगा। शासन सत्ता का सहयोग मिलेगा। अनावश्यक कष्ट का सामना करना पड़ेगा। वाणी की सौम्यता आपको प्रतिष्ठा में वृद्धि करेगी। धन लाभ के योग हैं। वाद-विवाद की स्थिति आपके हित में न होगी।
मिथुन	बेरोजगार व्यक्तियों को रोजगार मिलेगा। आय के नवीन स्रोत बनेंगे। मन प्रसन्न होगा। जारी प्रयास सार्थक होंगे। किसी अभिन्न मित्र से मिलाप होगा। प्रणय संबंध मधुर होंगे। कोई भी महत्वपूर्ण निर्णय न लें।
कर्क	राजनैतिक महात्वाकांक्षा की पूर्ति होगी। शिक्षा प्रतियोगिता के क्षेत्र में आशातीत सफलता मिलेगी। व्यावसायिक योजना सफल होगी। शासन सत्ता का सहयोग मिलेगा। आय और व्यय में संतुलन बनाकर रखें।
सिंह	पारिवारिक जीवन सुखमय होगा। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें। यात्रा में अपने सामान के प्रति सचेत रहें। चोरी या खोने की आशंका है। वाणी की सौम्यता आपको प्रतिष्ठा में वृद्धि करेगी। व्यर्थ की भागदौड़ रहेगी।
कन्या	पिता या उच्चाधिकारी का सहयोग मिलेगा। शासन सत्ता का सहयोग मिलेगा। संतान के दायित्व की पूर्ति होगी। मांगलिक कार्य में हिस्सेदारी होगी। प्रणय संबंध प्रगट होंगे। मनोरंजन के अवसर प्राप्त होंगे।
तुला	व्यावसायिक योजना फलीभूत होगी। वाणी की सौम्यता से आपको प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। धन, पद, प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। किसी अभिन्न मित्र से मिलाप की संभावना है। व्यर्थ की उलझने रहेंगी।
वृश्चिक	आर्थिक योजना को बल मिलेगा। भाई या पड़ोसी का सहयोग मिलेगा। अनावश्यक व्यय का सामना करना पड़ेगा। यात्रा देशासन की स्थिति सुखद व लाभप्रद होगी। शासन सत्ता का सहयोग मिलेगा।
धनु	गृहोपयोगी वस्तुओं में वृद्धि होगी। जीवन साथी का सहयोग व सान्निध्य मिलेगा। धन, पद, प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। राजनैतिक दिशा में किए जा रहे प्रयास सफल होंगे। ईश्वर के प्रति आस्था बढ़ेगी।
मकर	जीविका की दिशा में उन्नति होगी। किसी अभिन्न मित्र से मिलाप होगा। बेरोजगार व्यक्तियों को रोजगार मिलेगा। व्यावसायिक सफलता मिलेगी। ससुराल पक्ष से लाभ होगा। धन हानि की संभावना है।
कुम्भ	पारिवारिक जीवन सुखमय होगा। कोई भी महत्वपूर्ण निर्णय न लें। पिता या उच्चाधिकारी से तनाव मिलेगा। आय और व्यय में संतुलन बनाकर रखें। वाणी पर नियंत्रण रखें।
मीन	व्यावसायिक योजना फलीभूत होगी। भाग्यवश कुछ ऐसा होगा जिसका आपको लाभ मिलेगा। आय के नए स्रोत बनेंगे। जीवन साथी का सहयोग व सान्निध्य मिलेगा। वाहन प्रयोग में सावधानी अपेक्षित है।

विचार मंचन

(लेखक - सनत जैन)

पिछले 15 महीने में ऋड तेल 31 फीसदी अंतरराष्ट्रीय बाजार में सरता हुआ है। ऋड ऑयल सरता होने के बाद भी तेल कंपनियों ने रेट नहीं घटाए। इसके पहले तेल कंपनियां रोजाना डीजल और पेट्रोल के रेट बढ़ा रही थीं। क्योंकि अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल के दाम बढ़ रहे थे। तेल कंपनियां कह रही हैं कि उन्हें 2022 में महंगा कच्चा तेल खरीदना पड़ा था जिसके कारण तेल कंपनियों को 16700 करोड़ रुपये का घाटा हुआ था। इस घाटे की भरपाई करने के नाम पर पिछले 15 महीने में अंतरराष्ट्रीय बाजार

में कच्चे तेल की कीमतें घटने के बाद भी तेल कंपनियों ने पेट्रोल और डीजल की कीमतें नहीं घटाईं। तेल कंपनियों के हिसाब किताब को ही मान लें तो तेल कंपनियों को 31159 करोड़ रुपए का अभूतपूर्व मुनाफा हुआ है। जिसमें पुराने घाटे की भी भरपाई हो चुकी है। इसके बाद भी तेल कंपनियां पेट्रोल और डीजल के रेट नहीं घटा रही हैं। सरकार ने भी तेल कंपनियों की मुनाफाखोरी पर चुप्पी साध कर रखी हुई है। पिछले 9 वर्षों में केंद्र सरकार ने एक्ससाइज ड्यूटी और उपकर बढ़ाकर पेट्रोल और डीजल से भारी राजस्व इकट्ठा किया है। राज्य सरकारों ने भी वेट और ड्यूटी बढ़ाकर पेट्रोल और डीजल से भारी

कमाई की है। इस खेल को अब जनता भी समझने लगी है। पिछले 5 वर्षों में ऋड ऑयल अंतरराष्ट्रीय स्तर पर 23 परसेंट महंगा हुआ था, लेकिन भारत में 35 फीसदी से ज्यादा पेट्रोल और डीजल के रेट बढ़ाए गए हैं। पिछले 15 महीने में ऋड ऑयल 109 रुपए से घटकर अंतरराष्ट्रीय बाजार में 74 रुपए पर आ गया था, लेकिन तेल कंपनियों ने इस बीच में कोई पेट्रोल और डीजल के दाम नहीं घटाए। इसी बीच पिछले डेढ़ वर्षों में रूस से कम कीमत में भारत ने बड़े पैमाने पर कच्चे तेल का आयात किया। 5 सालों में तेल कंपनियों ने 35 बिलियन डॉलर और डीजल के बढ़ा दिए, जो तेल कंपनियों

की मुनाफाखोरी और आम जनता के साथ की जा रही धोखाधड़ी को उजागर करने के लिए पर्याप्त है। अब पांच राज्यों के विधानसभा के चुनाव होने जा रहे हैं। इसके साथ ही अगले कुछ महीने में लोकसभा चुनाव भी होने जा रहे हैं। एक बार फिर पेट्रोल और डीजल के रेट कम करने की बात कही जा रही है। आम जनता अब यह समझने लगी है कि जब चुनाव का समय आता है, तब सरकार 20 रुपए कीमत बढ़ाकर 5 रुपए घटाकर वाहवाही कराकर चुनाव जीतना चाहती है। परन्तु रसोई गैस में सरकार ने 200 रुपए की सब्सिडी देने की घोषणा की है। 450 रुपए की रसोई गैस मनमोहन सरकार के समय

महंगी थी। तब भाजपा सड़कों पर प्रदर्शन करती थी। पिछले वर्षों में रसोई गैस के दाम बढ़ाकर 1100 रुपये प्रति सिलेंडर कर दिया। अब 1100 रुपये के गैस सिलेंडर में 200 रुपये की सब्सिडी देकर सरकार वाह-वाही लूटना चाहती है। जनता अब यह भी पछुने लगी है कि रसोई गैस के दाम सरकार ने बढ़ाए ही क्यों थे। जब सब्सिडी देना ही थी, तो सब्सिडी खत्म क्यों की गई थी। अब चुनाव आ गए हैं, तो सरकार 200 रुपये की सब्सिडी का झुनझुना बजा रही है। आर्थिक विशेषज्ञों का मानना है कि पेट्रोल और डीजल के रेट बढ़ाकर और दशम घटने के बाद श्रेत

नहीं घटाकर जिस तरीके की कमाई तेल कंपनियों ने मुनाफाखोरी की है, उसमें 10 रुपये लीटर के दाम पेट्रोल और डीजल के तुरंत घटाये जा सकते हैं। अंतरराष्ट्रीय बाजार में तेल की जो कीमतें हैं, उन्हें 10 रुपये प्रति लीटर रेट घटाए जाने के बाद भी कीमतों को स्थिर रखा जा सकता है। सरकार तेल कंपनियों की मुनाफाखोरी को लेकर चुप बैठी हुई है। जनता यह भी समझने लगी है कि सरकार के इशारे पर ही पेट्रोल-डीजल और रसोई गैस के रेट तय होते हैं। चुनाव के समय यह खेल जनता समझने लगी है। रसोई गैस के दाम 200 रुपये घटाने की प्रतिक्रिया भी

उसी तरीके से हो रही है। रसोई गैस के जो दाम घटाए गए हैं उसको लेकर आम जनता में कोई प्रतिक्रिया नहीं हुई, जिससे ऐसा लगे कि चुनाव भाजपा इस करण से जीत चुकाएगी। महंगाई, बेरोजगारी और आर्थिक मंदी एक बड़ा मुद्दा बन चुका है। इस तरह के खेल से आम जनता अब प्रभावित नहीं हो रही है। इस तथ्य को केंद्र सरकार को समझना होगा। पेट्रोलियम कंपनियों पर लगाम कसनी होगी। यदि मुनाफाखोरी पर लगाम नहीं लगाई गई तो इसके परिणाम राजनीतिक दृष्टि से केंद्र सरकार और भाजपा के लिए आसन्न चुनावों में नुकसानदायक साबित होंगे।

बाघों के संरक्षण पर गहराते सवाल

वन्यजीव/ज्ञानेन्द्र रावत



राष्ट्रीय पशु बाघ के संरक्षण पर हमेशा से सवाल उठते रहे हैं। वह चाहे उसके शिकार का सवाल हो, शिकारियों पर अंकुश का सवाल हो, वन्य जीवों के अंगों की तस्करी करने वाले माफिया से अधिकारियों की मिलीभगत का सवाल हो, उनकी संख्या का सवाल हो, उनकी मौत के आंकड़ों का सवाल हो, उनके संरक्षण का हो या उसमें प्रबंधन में नाकामी का सवाल हो, यह कोई नयी बात नहीं है। अभी हाल-फिलहाल जो बात खुलकर सामने आयी है वह यह कि बाघों की जान को बाहरियों के मुकाबले अपनों से ज्यादा खतरा है। सबसे बड़ी बात यह कि इसका खुलासा खुद राष्ट्रीय बाघ संरक्षण प्राधिकरण यानी एनटीसीए ने बीते दस साल में मारे गये बाघों की मौत के मामले में विस्तृत अध्ययन के बाद किया है। एनटीसीए की रिपोर्ट की मानें तो पिछले दस सालों में तकरीबन 1105 बाघों की मौत हुई है। एनटीसीए के अनुसार उसने 2012 से 2022 तक मारे गये 1105 बाघों की पोस्टमार्टम व फॉरेंसिक रिपोर्ट की विस्तृत जांच की है लेकिन सबसे अधिक चिंता की बात यह है कि उसमें से 27.97 फीसदी बाघों की मौत की पहली अनुसूची है। इसका खुलासा कर पाना विशेषज्ञों के लिए आज भी बड़ी चुनौती बनी हुई है। वे किसी निष्कर्ष पर पहुंचने में नाकाम रहे हैं कि इन बाघों की मौत के पीछे वन्य जीव तस्करी या शिकारी हैं अथवा कोई और कारण है। इसकी जांच में विशेषज्ञ आज भी रात-दिन मेहनत कर शोध में लगे हुए हैं जबकि उन्होंने तकरीबन 72.03 फीसदी बाघों की मौत के कारणों का खुलासा कर अंतिम रिपोर्ट भी दे दी है। जहां तक इस साल में बीते आठ महीनों का सवाल है, इस दौरान एनटीसीए की मानें तो 125 बाघों की मौत हो चुकी है, उस स्थिति में जबकि अभी भी साल खत्म होने में चार महीने बाकी हैं। वहीं बीते साल 2022 के कुल बारह महीनों में 121 बाघों की मौत हुई थी। एनटीसीए के दावों को सही मानें तो इन बाघों की मौतों के पीछे जंगल में बाघों की बढ़ती तादाद और उनका दूसरे वन्यजीवों के साथ दिनोंदिन बढ़ता संघर्ष है। इससे इस बात की पुष्टि होती है कि बाघों को बाहरी लोगों के मुकाबले अपनों से ज्यादा खतरा है। विशेषज्ञों का इस बारे में मानते हैं कि जिन बाघों की मौतों की जांच एनटीसीए ने अध्ययन के बाद बंद कर फाइलन रिपोर्ट लगा दी है उनमें 70 फीसदी से ज्यादातर बाघों की मौत आपसी संघर्ष और दूसरे वन्यजीवों के हमलों के कारण हुई है। वह बात दीगर है कि वन विभाग जंगल में हुई इन बाघों की मौतों को प्राकृतिक मौत करार

देता है। उसके अनुसार इनमें बीमारी, बढ़ती उम्र यानी बुढ़ा हो जाना, आपसी संघर्ष व दूसरे वन्यजीवों के हमले अहम हैं। एनटीसीए का मानना है कि यह तब है जबकि बाघों के शिकार पर काफी हद तक वन अधिकारियों और पुलिस बल की चुस्ती और कड़ी मेहनत के बलबूते अंकुश पा लिया है। जहां तक अभयारण्यों का सवाल है, उत्तराखंड स्थित काबेट टाइगर रिजर्व बाघों के घनत्व के मामले में समूचे देश के टाइगर रिजर्व में शीर्ष पर है। कुल 1288.31 वर्ग किलोमीटर क्षेत्र में फैले इस टाइगर रिजर्व में तकरीबन 260 बाघ हैं। यहां भी पिछले चार सालों में 29 बाघ बढ़े हैं। साल 2014 में यह तादाद 215 थी। आंकड़ों के मुताबिक, साल 2018 के बाद यहां बाघों की संख्या 12.5 फीसदी बढ़ी। जबकि साल 2021 से पाखरो टाइगर सफारी को लेकर काबेट टाइगर रिजर्व लगातार चर्चा में रहा। टाइगर सफारी के लिए अनुमति से ज्यादा यहां पर बड़े पैमाने पर पेड़ों का कटान, बिना अनुमति कालागढ़ व पाखरो वन क्षेत्र में अवैध निर्माण का मामला काफी दिनों तक अखबारों की सुर्खियों में रहा। गौरतलब है कि प्रकरणों की काफी जद्दोजहद के बाद हुई जांच में इन मामलों की पुष्टि हुई थी। इसके बाद बाघों के वास स्थलों का भी मामला काफी चर्चित रहा। यहां इस तथ्य को भी नकारा नहीं जा सकता कि उत्तराखंड में 2018 की गणना में कुल मिलाकर 441 बाघ थे जो 2022 में बढ़कर आंकड़ा 560 के पार जा पहुंचा। राज्य में टाइगर रिजर्व क्षेत्र में पेड़ों के अंधाधुंध अवैध कटान, वन विभाग की 2171 बाघ जमीन भूमाफिया और अधिकारी व वन विभाग की मिलीभगत के चलते बेच दिए जाने और

वनक्षेत्र व रिजर्व में अवैध निर्माण के बावजूद जहां बाघों की तादाद में बढ़ोतरी महत्वपूर्ण उपलब्धि है, वहीं इस रिजर्व में चुनौतियां भी काफी बढ़ी हैं जिनसे पार पाना वन विभाग के लिए आसान नहीं है। यह भी गौरतलब है कि बाघों की बढ़ती मौतों की असली वजह उनकी तेजी से बढ़ती तादाद और अपने क्षेत्र में दूसरे का प्रवेश बर्दाश्त न कर पाना तो है ही, आपसी संघर्ष भी है, इसमें बीमार, बुढ़े और अशक्त हो चुके बाघों पर अस्तित्व की खातिर युवा बाघों के हमले भी अहम हैं जिसे नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। एनटीसीए बाघों के शिकार पर लाख अंकुश का दावा करे देश में आये दिन बाघों की खाल, अंगों सहित वन्यजीव तस्करों की गिरफ्तारी, उनकी मौतों के बढ़ते आंकड़े सबूत हैं कि इस दिशा में अभी बहुत कुछ करना बाकी है। वह बात दीगर है कि केंद्र सरकार द्वारा वन्य जीवों को बचाने की खातिर वन्य जीव संरक्षण संशोधन अधिनियम 2022 अधिनियमित किये जाने के फलस्वरूप पुराने कानूनों में बदलाव के सार्थक परिणाम सामने आने लगे हैं। वहीं वन्यजीवों व वनस्पतियों की लुप्तप्राय प्रजातियों पर अंतरराष्ट्रीय व्यापार सम्मेलन, साइटस के तहत भारत पर दायित्वों को और प्रभावी बनाने का दबाव भी बढ़ा है। यह कम महत्वपूर्ण नहीं है कि समृद्ध पारिस्थितिकी तंत्र के लिए जीवों और वनस्पतियों, पौधों की विविधता का स्वस्थ होना बेहद जरूरी है। इनमें मानवीय भूमिका के महत्व को नकारा नहीं जा सकता। लेकिन इसके लिए वन्यजीवों के साथ संघर्ष, उनके शिकार पर अंकुश तथा जीवों और वनस्पतिक विरासत के प्रति हमारा संवेदनशील रवैया बेहद जरूरी है।

क्या साल में दो बार बोर्ड परीक्षा: छात्रों के लिए दोहरा तनाव?

(लेखक-विजय गर्ग)

साल में दो बार बोर्ड परीक्षा छात्रों के लिए काफी तनावपूर्ण होती है। एक वर्ष में दो बोर्ड परीक्षाओं के सकारात्मक एवं नकारात्मक पक्ष परीक्षा के तनाव या उससे जुड़ी चिंता को हलकें में नहीं लिया जा सकता। पिछले साल, राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद (एनसीईआरटी) ने पाया कि कक्षा 9 से 12 तक पढ़ने वाले लगभग 80 प्रतिशत बच्चे परीक्षा और परिणामों के कारण चिंता से पीड़ित हैं। साल में दो बार बोर्ड परीक्षा आयोजित करने से छात्रों पर अतिरिक्त दबाव बन सकता है। ऐसा इसलिए है क्योंकि उन्हें कम समय में बोर्ड परीक्षाओं के दो सेटों की तैयारी करनी होगी और उनमें अच्छा प्रदर्शन करना होगा। शिक्षक बताते हैं, इससे तनाव का स्तर बढ़ सकता है, खासकर उन बच्चों में जो पहले से ही परीक्षाओं को बहुत चुनौतीपूर्ण मानते हैं। लेकिन साथ ही, इसे छात्रों को बोर्ड परीक्षा में बैठने के लिए दिए गए दो अवसरों के रूप में भी देखा जा सकता है। केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड स्कूल के प्रधानाध्यापक का कहना है, छात्रों को परिणामों के बारे में कम चिंता महसूस हो सकती है क्योंकि उनके पास अगले चक्र में सुधार का अवसर है और पाठ्यक्रम को दो हिस्सों में विभाजित किया जाएगा। यह संभावित रूप से एकल उच्च जोखिम वाली परीक्षा से जुड़े तनाव को कम कर सकता है। साल में दो बोर्ड परीक्षाएं बच्चों के लिए क्यों हो सकती हैं? 1. दूसरा मौका

एक वर्ष में दो परीक्षा चक्रों के साथ, यदि छात्रों को पहले प्रयास में वांछित परिणाम प्राप्त नहीं होते हैं तो उनके पास अच्छा प्रदर्शन करने का दूसरा अवसर होगा। यह संभावित रूप से विफलता के डर से जुड़े तनाव को तीव्रता को कम कर सकता है। 2. बेहतर तैयारी विशेषज्ञ का कहना है कि परीक्षा देने का एक और मौका मिलने की संभावना छात्रों को पूरे साल लगातार अध्ययन की आदत बनाए रखने के लिए प्रेरित कर सकती है, जिससे संभावित रूप से बेहतर तैयारी हो सकेगी। 3. अनुभव से सीखना जो छात्र पहली परीक्षा देते हैं वे अपने अनुभव का उपयोग सुधार के क्षेत्रों की पहचान करने और दूसरे प्रयास के लिए बेहतर रणनीति विकसित करने में कर सकते हैं। इससे उन्हें तनाव को अधिक प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने में मदद मिल सकती है। एक वर्ष में दो बोर्ड परीक्षाओं का नकारात्मक पक्ष 1. उच्च आवृत्ति साल में दो बार बोर्ड परीक्षा आयोजित करने से छात्रों में तनाव का चक्र बढ़ सकता है। डॉ. घोष कहते हैं, परीक्षा की तैयारी के लिए महत्वपूर्ण समय और प्रयास की आवश्यकता होती है, और परीक्षाओं के बीच कम अंतराल व्यापक सीखने के लिए पर्याप्त समय नहीं दे सकता है। 2. प्रदर्शन करने का दबाव हालांकि दूसरा मौका मिलना हमेशा अच्छा होता है, लेकिन इससे दोनों परीक्षाओं में अच्छा प्रदर्शन करने का दबाव भी बढ़ सकता है। छात्र दोनों परीक्षाओं में उत्कृष्टता हासिल करने का स्तर बढ़ सकता है। 3. सखत परीक्षा

तत्परता पूरे वर्ष परीक्षा के लिए तैयार रहने की आवश्यकता से परीक्षा से संबंधित तनाव की निरंतर भावना पैदा हो सकती है, जो संभावित रूप से छात्रों की समग्र भलाई और अन्य गतिविधियों में संलग्न होने की क्षमता को प्रभावित कर सकती है। 4. पाठ्यक्रम पर प्रभाव अधिक लगातार परीक्षा कार्यक्रम से शिक्षा का ध्यान समग्र परीक्षा-केंद्रित सीखने की ओर प्रेरित कर सकती है, जिससे संभावित रूप से तनाव का स्तर बढ़ सकता है। 5. सीमित विराम छात्रों को परीक्षा चक्रों के बीच कम ब्रेक मिल सकते हैं, जिससे उनके विश्राम और आराम के अवसर कम हो जाएंगे। विशेषज्ञ का कहना है कि यह निरंतर चक्र उनके मानसिक और भावनात्मक कल्याण पर असर डाल सकता है। बच्चों में परीक्षा के तनाव को कम करने के टिप्स परीक्षा के तनाव के कारण कुछ मामलों में सिरदर्द, मतली, मांसपेशियों में तनाव, तेज दिल की धड़कन, पसीना और कपकपी हो सकती है। ये तो परीक्षा के तनाव के कुछ लक्षण हैं। लेकिन अगर आप नहीं चाहते कि आपका बच्चा ऐसा करेह सब अनुभव करें, कुछ चीजें हैं जो आप और शिक्षक कर सकते हैं। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर

सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफुलनेस अभ्यास, अनुभूतात्मक शिक्षा, परियोजना-आधारित शिक्षा और समूह चर्चाएं शामिल हो सकती हैं। यह सब छात्रों को अपने तनाव के स्तर को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने और थिरस्थायी सीखने में मदद कर सकता है। 3. यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित करें आपको अवस्तविक लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अपने बच्चे पर अत्यधिक दबाव डालने से बचना चाहिए। डॉ. घोष कहते हैं, माता-पिता और शिक्षकों को बच्चे की क्षमताओं और सीखने की शैली पर विचार करते हुए प्रास करने योग्य अपेक्षाएं निर्धारित करनी चाहिए। शिक्षा के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण विफलता के डर और परिणामी तनाव को कम करता है। 4. अवकाश और अवकाश गतिविधियों को प्रोत्साहित करें माता-पिता और शिक्षक दोनों अध्ययन अवधि के दौरान ब्रेक और अवकाश गतिविधियों के महत्व पर जोर दे सकते हैं। ब्रेक मस्तिष्क को आराम और तरोताजा होने की अनुमति देता है। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफुलनेस अभ्यास, अनुभूतात्मक शिक्षा, परियोजना-आधारित शिक्षा और समूह चर्चाएं शामिल हो सकती हैं। यह सब छात्रों को अपने तनाव के स्तर को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने और थिरस्थायी सीखने में मदद कर सकता है। 3. यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित करें आपको अवस्तविक लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अपने बच्चे पर अत्यधिक दबाव डालने से बचना चाहिए। डॉ. घोष कहते हैं, माता-पिता और शिक्षकों को बच्चे की क्षमताओं और सीखने की शैली पर विचार करते हुए प्रास करने योग्य अपेक्षाएं निर्धारित करनी चाहिए। शिक्षा के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण विफलता के डर और परिणामी तनाव को कम करता है। 4. अवकाश और अवकाश गतिविधियों को प्रोत्साहित करें माता-पिता और शिक्षक दोनों अध्ययन अवधि के दौरान ब्रेक और अवकाश गतिविधियों के महत्व पर जोर दे सकते हैं। ब्रेक मस्तिष्क को आराम और तरोताजा होने की अनुमति देता है। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफुलनेस अभ्यास, अनुभूतात्मक शिक्षा, परियोजना-आधारित शिक्षा और समूह चर्चाएं शामिल हो सकती हैं। यह सब छात्रों को अपने तनाव के स्तर को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने और थिरस्थायी सीखने में मदद कर सकता है। 3. यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित करें आपको अवस्तविक लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अपने बच्चे पर अत्यधिक दबाव डालने से बचना चाहिए। डॉ. घोष कहते हैं, माता-पिता और शिक्षकों को बच्चे की क्षमताओं और सीखने की शैली पर विचार करते हुए प्रास करने योग्य अपेक्षाएं निर्धारित करनी चाहिए। शिक्षा के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण विफलता के डर और परिणामी तनाव को कम करता है। 4. अवकाश और अवकाश गतिविधियों को प्रोत्साहित करें माता-पिता और शिक्षक दोनों अध्ययन अवधि के दौरान ब्रेक और अवकाश गतिविधियों के महत्व पर जोर दे सकते हैं। ब्रेक मस्तिष्क को आराम और तरोताजा होने की अनुमति देता है। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफुलनेस अभ्यास, अनुभूतात्मक शिक्षा, परियोजना-आधारित शिक्षा और समूह चर्चाएं शामिल हो सकती हैं। यह सब छात्रों को अपने तनाव के स्तर को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने और थिरस्थायी सीखने में मदद कर सकता है। 3. यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित करें आपको अवस्तविक लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अपने बच्चे पर अत्यधिक दबाव डालने से बचना चाहिए। डॉ. घोष कहते हैं, माता-पिता और शिक्षकों को बच्चे की क्षमताओं और सीखने की शैली पर विचार करते हुए प्रास करने योग्य अपेक्षाएं निर्धारित करनी चाहिए। शिक्षा के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण विफलता के डर और परिणामी तनाव को कम करता है। 4. अवकाश और अवकाश गतिविधियों को प्रोत्साहित करें माता-पिता और शिक्षक दोनों अध्ययन अवधि के दौरान ब्रेक और अवकाश गतिविधियों के महत्व पर जोर दे सकते हैं। ब्रेक मस्तिष्क को आराम और तरोताजा होने की अनुमति देता है। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफुलनेस अभ्यास, अनुभूतात्मक शिक्षा, परियोजना-आधारित शिक्षा और समूह चर्चाएं शामिल हो सकती हैं। यह सब छात्रों को अपने तनाव के स्तर को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने और थिरस्थायी सीखने में मदद कर सकता है। 3. यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित करें आपको अवस्तविक लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अपने बच्चे पर अत्यधिक दबाव डालने से बचना चाहिए। डॉ. घोष कहते हैं, माता-पिता और शिक्षकों को बच्चे की क्षमताओं और सीखने की शैली पर विचार करते हुए प्रास करने योग्य अपेक्षाएं निर्धारित करनी चाहिए। शिक्षा के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण विफलता के डर और परिणामी तनाव को कम करता है। 4. अवकाश और अवकाश गतिविधियों को प्रोत्साहित करें माता-पिता और शिक्षक दोनों अध्ययन अवधि के दौरान ब्रेक और अवकाश गतिविधियों के महत्व पर जोर दे सकते हैं। ब्रेक मस्तिष्क को आराम और तरोताजा होने की अनुमति देता है। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफुलनेस अभ्यास, अनुभूतात्मक शिक्षा, परियोजना-आधारित शिक्षा और समूह चर्चाएं शामिल हो सकती हैं। यह सब छात्रों को अपने तनाव के स्तर को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने और थिरस्थायी सीखने में मदद कर सकता है। 3. यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित करें आपको अवस्तविक लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अपने बच्चे पर अत्यधिक दबाव डालने से बचना चाहिए। डॉ. घोष कहते हैं, माता-पिता और शिक्षकों को बच्चे की क्षमताओं और सीखने की शैली पर विचार करते हुए प्रास करने योग्य अपेक्षाएं निर्धारित करनी चाहिए। शिक्षा के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण विफलता के डर और परिणामी तनाव को कम करता है। 4. अवकाश और अवकाश गतिविधियों को प्रोत्साहित करें माता-पिता और शिक्षक दोनों अध्ययन अवधि के दौरान ब्रेक और अवकाश गतिविधियों के महत्व पर जोर दे सकते हैं। ब्रेक मस्तिष्क को आराम और तरोताजा होने की अनुमति देता है। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफुलनेस अभ्यास, अनुभूतात्मक शिक्षा, परियोजना-आधारित शिक्षा और समूह चर्चाएं शामिल हो सकती हैं। यह सब छात्रों को अपने तनाव के स्तर को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने और थिरस्थायी सीखने में मदद कर सकता है। 3. यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित करें आपको अवस्तविक लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अपने बच्चे पर अत्यधिक दबाव डालने से बचना चाहिए। डॉ. घोष कहते हैं, माता-पिता और शिक्षकों को बच्चे की क्षमताओं और सीखने की शैली पर विचार करते हुए प्रास करने योग्य अपेक्षाएं निर्धारित करनी चाहिए। शिक्षा के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण विफलता के डर और परिणामी तनाव को कम करता है। 4. अवकाश और अवकाश गतिविधियों को प्रोत्साहित करें माता-पिता और शिक्षक दोनों अध्ययन अवधि के दौरान ब्रेक और अवकाश गतिविधियों के महत्व पर जोर दे सकते हैं। ब्रेक मस्तिष्क को आराम और तरोताजा होने की अनुमति देता है। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफुलनेस अभ्यास, अनुभूतात्मक शिक्षा, परियोजना-आधारित शिक्षा और समूह चर्चाएं शामिल हो सकती हैं। यह सब छात्रों को अपने तनाव के स्तर को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने और थिरस्थायी सीखने में मदद कर सकता है। 3. यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित करें आपको अवस्तविक लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अपने बच्चे पर अत्यधिक दबाव डालने से बचना चाहिए। डॉ. घोष कहते हैं, माता-पिता और शिक्षकों को बच्चे की क्षमताओं और सीखने की शैली पर विचार करते हुए प्रास करने योग्य अपेक्षाएं निर्धारित करनी चाहिए। शिक्षा के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण विफलता के डर और परिणामी तनाव को कम करता है। 4. अवकाश और अवकाश गतिविधियों को प्रोत्साहित करें माता-पिता और शिक्षक दोनों अध्ययन अवधि के दौरान ब्रेक और अवकाश गतिविधियों के महत्व पर जोर दे सकते हैं। ब्रेक मस्तिष्क को आराम और तरोताजा होने की अनुमति देता है। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफुलनेस अभ्यास, अनुभूतात्मक शिक्षा, परियोजना-आधारित शिक्षा और समूह चर्चाएं शामिल हो सकती हैं। यह सब छात्रों को अपने तनाव के स्तर को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने और थिरस्थायी सीखने में मदद कर सकता है। 3. यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित करें आपको अवस्तविक लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए अपने बच्चे पर अत्यधिक दबाव डालने से बचना चाहिए। डॉ. घोष कहते हैं, माता-पिता और शिक्षकों को बच्चे की क्षमताओं और सीखने की शैली पर विचार करते हुए प्रास करने योग्य अपेक्षाएं निर्धारित करनी चाहिए। शिक्षा के प्रति एक संतुलित दृष्टिकोण विफलता के डर और परिणामी तनाव को कम करता है। 4. अवकाश और अवकाश गतिविधियों को प्रोत्साहित करें माता-पिता और शिक्षक दोनों अध्ययन अवधि के दौरान ब्रेक और अवकाश गतिविधियों के महत्व पर जोर दे सकते हैं। ब्रेक मस्तिष्क को आराम और तरोताजा होने की अनुमति देता है। 1. कक्षा में सकारात्मक माहौल बनाएं मितल का कहना है कि शिक्षक कक्षा में सहायक और सकारात्मक माहौल बनाकर परीक्षा के तनाव से राहत दिला सकते हैं। वे खुले संचार को प्रोत्साहित कर सकते हैं, अध्ययन युक्तियाँ और तकनीकें प्रदान कर सकते हैं, निर्यात प्रतिक्रिया प्रदान कर सकते हैं और यथार्थवादी अपेक्षाएं निर्धारित कर सकते हैं। 2. तनाव-मुक्ति गतिविधियों का आयोजन करें मितल का सुझाव है कि शिक्षक छात्रों के लिए तनाव-राहत गतिविधियाँ भी ला सकते हैं। तो, सूची में माइंडफु



रात को भिगोकर सुबह खाएं बादाम और किशमिश, सेहत पर दिखेगा जबरदस्त असर

आप अपने दिन की शुरुआत किस तरह से करते हैं, इसका काफी असर आपके पूरे दिन और स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। स्वस्थ रहने के लिए सुबह कुछ हेल्दी आदतों को अपनी रूटीन में शामिल करना चाहिए। सुबह के समय अधिकतर लोग भीगे नट्स खाने की सलाह देते हैं। क्योंकि जब आप भीगे नट्स से दिन की शुरुआत करते हैं, तो आप पूरा दिन एनर्जेटिक बनी रहती हैं। हालांकि नट्स खाने के कई फायदे होते हैं। लेकिन सुबह के समय आपको ये नट्स कितनी मात्रा में खाने हैं। अपनी डाइट में किन नट्स को शामिल करना है। इसके बारे में सही जानकारी होना जरूरी है। सुबह के समय बादाम और किशमिश से दिन की शुरुआत करने से स्वास्थ्य को कई लाभ मिलते हैं। आइए जानते हैं कि सुबह के समय बादाम और किशमिश खाने से सेहत को कई लाभ मिलते हैं।

बादाम और किशमिश खाने के फायदे

- अपने दिन की शुरुआत भीगे हुई बादाम और किशमिश खाने से पूरा दिन शरीर में एनर्जी बनी रहती है।
- बादाम खाने से शरीर में कोलेस्ट्रॉल लेवल कम होता है। बादाम में भरपूर मात्रा में एंटी-ऑक्सीडेंट्स और विटामिन ई पाया जाता है।
- इसके सेवन से शरीर को शुगर मैनेज करने में मदद मिलती है।
- अक्सर इन दोनों चीजों को लोग अलग-अलग डाइट में शामिल करते हैं। इनको भिगोकर एक साथ खाना ज्यादा फायदेमंद होता है।
- कब्ज की समस्या से परेशान लोगों को सुबह के समय इसका सेवन करना चाहिए।
- बादाम और किशमिश खाने से रिक्त और बालों की सेहत सुधरती है।
- इसके सेवन से डाइजेसन में सुधार होता है और एसिडिटी की समस्या नहीं होती है।
- बादाम और किशमिश के सेवन से ब्लड प्रेशर कंट्रोल होता है।
- जिन महिलाओं को पीरियड्स से संबंधित परेशानियां होती हैं, उन्हें किशमिश खाना चाहिए।
- आंतों की सेहत और हड्डियों के लिए भी किशमिश फायदेमंद होती है।

कैसे खाएं बादाम और किशमिश

- रात में 4-5 बादाम और 5-6 किशमिश को भिगो दें।
- सुबह बादाम का छिलका उतार दें।
- इसके बाद दोनों को ऐसे ही खा लें।
- इसके बाद पानी पी लें।

सूखे आलूबुखारे खाने के फायदे

इसके अलावा आप अपनी डाइट में आलूबुखारा खा सकते हैं। इसमें पोटेसियम की भरपूर मात्रा पायी जाती है। आलूबुखारे में फाइबर और आयरन भी अधिक मात्रा में होता है। वही खून की कमी को पूरा करने के लिए बादाम और किशमिश के साथ इसे भी भिगोकर खाना चाहिए।



बच्चों के कब्ज की समस्या को दूर करेंगे ये उपाय...

कब्ज एक ऐसी समस्या है, जो सिर्फ बड़ों को ही नहीं, बच्चों को भी परेशान कर सकती है। खासतौर से, जब बच्चे फार्मूला मिल्क लेते हैं या फिर सोलिड फूड लेते हैं तो उनके बाउल मूवमेंट में परेशानी हो सकती है। ऐसे में उन्हें कब्ज की समस्या का सामना करना पड़ सकता है। यूं तो बच्चों को कब्ज की समस्या होने पर डॉक्टर से सलाह लेने की हिदायत दी जाती है, लेकिन कुछ आसान घरेलू उपाय भी उनकी काफी मदद कर सकते हैं। तो चलिए आज इस आसान उपायों के बारे में ही जानते हैं-

पेट की करें मालिश

शिशुओं और छोटे बच्चों में कब्ज की समस्या होने पर पेट की मालिश करना एक अच्छा विचार हो सकता है। आप बच्चे की हल्की मसाज करें या फिर उसके पैरों को साइकिल चलाने की तरह चलाएं। इससे उसे मल त्याग करने में काफी मदद मिलती है।

नेचुरल लैक्सेटिव की लें मदद

जब बच्चे को कब्ज की शिकायत होती है तो ऐसे में उसे नेचुरल लैक्सेटिव देना अच्छा विचार हो सकता है। इसलिए, आप उसकी डाइट में आलूबुखारा, सेब और नाशपाती आदि को शामिल करें। इन फलों में सोर्बिटोल नामक शुगर पाया जाता है, जो आंतों में पानी खींचकर मल को नरम करती

है। जिससे बच्चे को कब्ज में आराम मिलता है।

पानी की मात्रा बढ़ाएं

एक वर्ष से अधिक उम्र के बच्चों को अपनी डाइट में पानी की मात्रा बढ़ा देनी चाहिए। यह शरीर को हाइड्रेटेड रखता है, जिससे मल त्यागने में भी आसानी होती है। जब बच्चे पर्याप्त मात्रा में पानी पीते हैं, तो इससे कब्ज को रोकने में मदद मिलती है।

बढ़ाएं फाइबर की मात्रा

जब बच्चे की डाइट में फाइबर की मात्रा बढ़ाई जाती है तो इससे बच्चे को स्टूल पास करने में आसानी होती है। कोशिश करें कि आप बच्चे की डाइट में फल व सब्जियों की मात्रा बढ़ाएं। ऐसे फल व सब्जी का सेवन करें, जिनमें पानी व फाइबर भरपूर हो।

डेयरी को करें कम

अगर बच्चा इन दिनों कब्ज से जूझ रहा है तो उसकी डाइट में डेयरी की मात्रा थोड़ी कम कर दें। अत्यधिक डेयरी का सेवन विशेषकर दूध कब्ज पैदा कर सकता है। कई बच्चों में गाय के दूध में पाए जाने वाले प्रोटीन के प्रति सेंसिटिविटी होती है। इसके अलावा, अन्य डेयरी प्रोडक्ट्स जैसे पनीर या चीज भी कब्ज पैदा कर सकते हैं।

पर्याप्त नींद नहीं होने से दिमाग होता है प्रभावित

व्यस्त आधुनिक जीवन में आजकल किसी के पास समय नहीं है।

ऐसे में लाग पर्याप्त नींद तक नहीं ले पाते। इससे उन्हें कई बीमारियों का सामना करना पड़ रहा है। कम से कम 7 घंटे की नींद न लेने से दिमाग को आराम नहीं मिलता है और हम दिनभर थकान का अनुभव करते हैं। इससे याद रखने की क्षमता भी कम होती है। ऐसे में समय के साथ-साथ दिमाग की काम करने की क्षमता कम हो जाती है। इसका भी दिमाग पर बुरा असर पड़ सकता है। इसके अलावा भी कई अन्य कारणों से दिमाग प्रभावित होता है। ज्यादातर अकेले रहने से दिमाग पर बुरा असर पड़ता है। इससे आगे चलकर अल्जाइमर बीमारी का खतरा भी बढ़ जाता है।



जंक फूड में सोडियम की मात्रा काफी ज्यादा होती है जो दिमाग के न्यूरॉन रिसेप्टर्स को नुकसान पहुंचाता है। ज्यादा मात्रा में जंक फूड खाने पर कंप्यूजन, सिरदर्द और वॉमिटिंग जैसी समस्याएं हो सकती हैं। लगातार कई घंटों तक हेडफोन या इयरफोन लगाकर तेज आवाज में गाने सुनने से ब्रेन टिशूज पर बुरा असर पड़ता है। इससे अल्जाइमर की समस्या भी हो सकती है। हर दिन कोई भी फिजिकल ऐक्टिविटी न करने से डायबीटीज, हार्ट डिजीज और हाई ब्लड प्रेशर की समस्या हो सकती है। इनका दिमाग पर बुरा असर होता है। स्मॉकिंग के दौरान हमारे शरीर में कई हार्मफुल केमिकल्स आ जाते हैं। ये खून को गाढ़ा कर देते हैं, जिससे दिमाग तक खून की सप्लाई कम हो जाती है। भूख से अधिक खाने का संबंध भी दिमाग से ही है।

ज्यादा खाने से दिमाग के सोचने की क्षमता पर भी असर पड़ता है। वहीं प्राकृतिक रोशनी में न रहने और ज्यादातर समय अंधेरे में रहने के कारण अवसाद बढ़ जाता है। इसका भी दिमाग पर बुरा असर पड़ता है।



सिरदर्द की समस्या से हो गए हैं परेशान तो यह हो सकती है वजह

आजकल की भागदौड़ भरी लाइफस्टाइल में सिरदर्द होना एक आम समस्या हो गई है। हालांकि सिरदर्द के कई कारण हो सकते हैं। जिनमें तनाव, गैस, गलत खान-पान, सर्दी-जुकाम और थकान वगैरह भी सिरदर्द की वजह हो सकती है। सिरदर्द के पीछे का एक कारण शरीर में पोषक तत्वों की कमी भी हो सकती है। अक्सर सिर दर्द होने पर हम पेन किलर खा लेते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि इसके गंभीर परिणाम भी हो सकते हैं।

ऐसे में अगर आपको भी अक्सर सिरदर्द की समस्या रहती है, तो इसके पीछे का कारण जानना बेहद जरूरी होता है। साथ ही सिरदर्द को दूर करने के तरीकों के बारे में भी जानकारी होना जरूरी है। आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको सिरदर्द होने के कारण और इससे बचने के तरीके के बारे में बताने जा रहे हैं।

जानिए सिरदर्द के पीछे का कारण

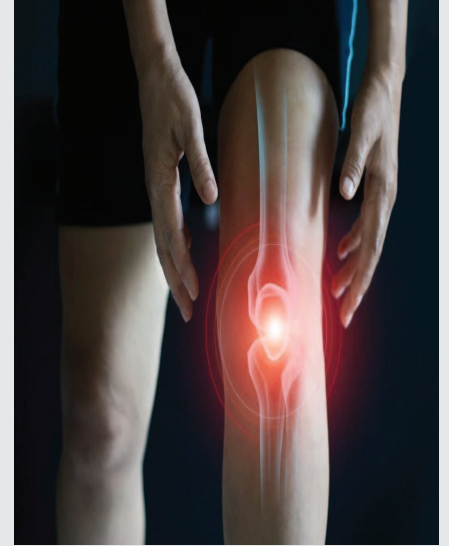
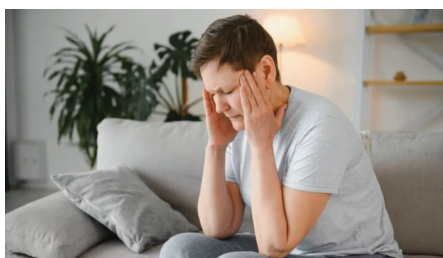
हेल्थ एक्सपर्ट्स की मानें तो जब शरीर में सोडियम की कमी होती है, तो सिरदर्द हो सकता है। वहीं अगर आप अक्सर सिर दर्द की समस्या से परेशान रहते हैं, तो आपको सोडियम लेवल की जांच जरूर करवानी चाहिए। क्योंकि शरीर में सोडियम की कमी होने पर थकान, भूख में कमी और चिड़चिड़ापन के लक्षण नजर आ सकते हैं। बता दें कि लंबे समय तक शरीर में सोडियम की कमी होने पर हमारे शरीर के कई फंक्शन्स पर भी असर पड़ता है। यहां तक की कई बार सोडियम की कमी से व्यक्ति बेहोश तक हो जाता है।

सोडियम की कमी होने पर लोगों के सिर में दर्द बना रहता है।

ऐसे दूर करें सोडियम की कमी

व्यक्ति के शरीर में पानी और इलेक्ट्रोलाइट्स की कमी होने पर सोडियम लेवल में कमी आ सकती है। ज्यादा पसीना या ज्यादा यूरिन आने के कारण भी ऐसा हो सकता है। ऐसे में आप अपनी डाइट में सोडियम की मात्रा कम लेते हैं, तो खाने में नमक की मात्रा का खास ख्याल रखना चाहिए। इसके साथ ही शरीर में पानी की सही मात्रा का होना भी काफी जरूरी होता है। क्योंकि शरीर में पानी की कमी होने पर डिहाइड्रेशन की समस्या हो सकती है। डिहाइड्रेशन से भी शरीर में सोडियम की कमी हो सकती है।

ऐसे में अगर आपको अक्सर सिरदर्द रहता है, तो हो सकता है कि आप पर्याप्त मात्रा में पानी ना पी रहे हों। वहीं उल्टी व दस्त की समस्या होने पर भी शरीर में इलेक्ट्रोलाइट्स का बैलेंस बनाए रखने के लिए आप नमक की सही मात्रा का सेवन करें।



ज्वाइंट पेन से हो चुके हैं परेशान तो अपनाएं ये घरेलू नुस्खा

अमतौर पर जोड़ों के दर्द को बुढ़ापे से जोड़कर देखा जाता था। आपने भी बुजुर्ग लोगों को कई बार कहे हुए सुना होगा कि उम्र बढ़ने के साथ ही उन्हें जोड़ों का दर्द परेशान करने लगा है। लेकिन वर्तमान समय में गलत खानपान और अनहेल्दी लाइफस्टाइल के कारण लोगों को कम उम्र में ही जोड़ों का दर्द परेशान करने लगा है। मुश्किल से 30 की उम्र पार करने के बाद से ही लोगों को जोड़ों का दर्द परेशान करने लगा है।

जोड़ों के दर्द होने के पीछे फ्ल्यूइड और कोलेजन का कम होना है।

हालांकि अपनी डाइट में बदलाव कर ज्वाइंट पेन की समस्या से राहत पाई जा सकती है। साथ ही इसके लिए एक्सरसाइज भी जरूरी मानी जाती है। ऐसे में अगर आप ज्वाइंट के दर्द से परेशान हैं, तो यह आर्टिकल आपके लिए है। इस आर्टिकल के जरिए हम आपको एक ऐसे खास मिश्रण के बारे में बताने जा रहे हैं। जिसके इस्तेमाल से जोड़ों के दर्द को दूर करने में मदद मिल सकती है।

जोड़ों के दर्द को दूर करने वाले मिश्रण की सामग्री

बादाम- 1/2 कटोरी
मखाना- 1/2 कटोरी
भुने हुए चने- 1/2 कटोरी
सौंठ- 1/2 टीस्पून
अजवाइन- 1 टीस्पून
दालचीनी- 1/2 टीस्पून
सूखा हुए खजूर- 5 मिश्री- 1/4 कटोरी

ऐसे बनाकर करें तैयार

इन सभी चीजों के ग्राइंडर कर महीन पाउडर बना लें। फिर 1 चम्मच पाउडर को 1 गिलास पानी में मिलाएं। इसके बाद रोजाना दिन में एक बार इसका सेवन करें।

जोड़ों के दर्द से निजात पाने का घरेलू नुस्खा

मखाना शरीर में कैल्शियम लेवल को बढ़ाने में मदद करता है। इसके साथ ही आस्टियो ऑर्थरोइटिस के लक्षणों को भी कम करता है। बादाम में कैल्शियम और मैग्नीशियम की भरपूर मात्रा पायी जाती है। यह ज्वाइंट्स के इन्फ्लेमेशन को मजबूत करने के साथ ज्वाइंट के दर्द में राहत देता है।

भुने हुए चने में विटामिन-के पाया जाता है। यह शरीर को कैल्शियम प्रदान करने के साथ जोड़ों के दर्द में भी आराम देता है। सूखे हुए खजूर में विटामिन सी और विटामिन डी की भरपूर मात्रा पायी जाती है। इसके सेवन से कोलेजन प्रोडक्शन बूस्ट होता है और ज्वाइंट में लचीलापन आता है।

अजवाइन में विटामिन-के की प्रचुर मात्रा पायी जाती है। यह मांसपेशियों को आराम पहुंचाता है और जोड़ों का दर्द और सूजन खत्म करता है। दालचीनी में सिनेमिक एसिड पाया जाता है। इसके सेवन से जोड़ों के दर्द और इन्फ्लेमेशन से राहत मिलती है।

मिश्री डाइऑक्साइड जूस को रिलीज करने में सहायक होती है। इससे गैस की समस्या नहीं होती और पावन में सुधार होता है। सौंठ में एंटी-इन्फ्लेमेटरी प्रॉपर्टीज पाया जाता है, यह ज्वाइंट में होने वाली ऐंठन को कम करती है।

बुजुर्गों की हड्डियों को कमजोरी से बचाता है सीबीएफ-बीटा प्रोटीन

शोधकर्ताओं ने एक ऐसी प्रणाली की पहचान की है जो बताता है कि बुजुर्गों की हड्डियों में कमजोरी क्यों आ जाती है। साथ ही शोधकर्ताओं ने ऐसा तरीका खोज निकाला है, जिसके जरिए बढ़ती उम्र के साथ हड्डियां कमजोर होने के इलाज में काम आ सकता है। शोधकर्ताओं ने पाया कि ऑस्टियोपोरोसिस यानी हड्डी के पतलेपन और डेंसिटी में कमी के कारण हड्डी टूटने का खतरा बढ़ जाता है। यह बुजुर्गों की एक प्रमुख स्वास्थ्य समस्या है। अक्सर ये हालात बोन मेरो में फेट सेल्स की वृद्धि के साथ पैदा होते हैं। बर्मिंघम के अलबामा विश्वविद्यालय के प्रोफेसर यू-पिंग ली के एक अध्ययन में सामने आया है कि सीबीएफ-बीटा नामक एक प्रोटीन हड्डियों के बनने में मददगार कोशिकाओं को शरीर में बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

एक परीक्षण में पाया गया कि युवा चूहों की तुलना में वृद्ध चूहों की बोन मेरो सेल्स में सीबीएफ-बीटा का स्तर कम पाया गया। इस निष्कर्ष से पता चलता है कि इस प्रणाली में खराबी आने पर, कोशिकाएं हड्डियों को बनाने में मदद करना बंद कर देती हैं और फेट सेल्स को बनाने में मदद करती हैं। ली ने कहा कि सीबीएफ-बीटा नाम के प्रोटीन को बनाए रखना ह्यूमन लाइफ रिलेटेड ऑस्टियोपोरोसिस को रोकने में मदद कर सकता है। शोधकर्ताओं का कहना है कि इस प्रणाली की जानकारी होने से कम से कम साइड इफेक्ट के साथ ह्यूमन बोन मेरो का इलाज किया जा सकता है।



भारत-पाकिस्तान मैच में बारिश बन सकती है बाधा

कैडी। एशिया कप में भारत-पाक के बीच 2 सितंबर को यहां होने वाले मैच में बारिश बाधा डाल सकती है। मौसम विभाग की एक रिपोर्ट के अनुसार इस दिन कैडी में बारिश की 90 फीसदी बारिश की संभावना है। इसके साथ ही तेज हवाएं भी चल सकती हैं। अगर ऐसा हुआ तो मैच रद्द हो सकता है। इसका ज्यादा लाभ पाक को मिलेगा क्योंकि उसने अपने पहले ही मैच में नेपाल के खिलाफ बड़ी जीत दर्ज की है। भारत और पाकिस्तान का मैच यदि रद्द हो जाता है, तो दोनों ही टीमों को एक-एक अंक मिलेंगे। इस मैच के लिए कोई रिजर्व-डे नहीं रखा गया है। ऐसे में पाकिस्तान के 2 मैच में 3 अंक हो जाएंगे और टीम सुपर-4 के लिए क्वालिफाई कर जाएगी। फिर 4 सितंबर को भारत और नेपाल के बीच होने वाले मैच की विजेता टीम सुपर-4 में पहुंचने वाली दूसरी टीम बनेगी। नेपाल की टीम पहली बार एशिया कप में उतर रही है। भारत और नेपाल के बीच इससे पहले कोई मुकाबला नहीं हुआ है।



इंग्लैंड ने पहले ही टी20 में न्यूजीलैंड को सात विकेट से हराया

चेस्टर लेस्ट्री।

इंग्लैंड ने यहां न्यूजीलैंड को पहले टी20 में सात विकेट से हरा दिया। इस मैच में पहले बल्लेबाजी करते हुए न्यूजीलैंड ने 139 रन बनाये। इसके बाद जीत के लिए मिले इस लक्ष्य को इंग्लैंड ने केवल 14 ओवरों में ही तीन विकेट के नुकसान पर हासिल कर लिया। इंग्लैंड की ओर से डेविड मलान ने सबसे ज्यादा 54 जबकि हैरी ब्रुक ने 43 रन बनाये। इस जीत के साथ ही इंग्लैंड ने सीरीज में 1-0 की बढ़त हासिल कर ली है। टी20 विश्व विजेता बनने के बाद इंग्लैंड की इस प्रारूप में ये पहली जीत है। वहीं टीम साउदी ने इस मैच में विकेट लेते ही टी20 अंतरराष्ट्रीय में सबसे ज्यादा विकेट लेने का

रिकार्ड अपने नाम किया। साउदी के अब सबसे अधिक 141 विकेट हो गये हैं जबकि दूसरे स्थान पर 140 विकेट के साथ ही शाकिब अल हसन और 130 विकेट के साथ ही तीसरे स्थान पर राशिद खान हैं। इस मैच में इंग्लैंड की ओर से पदार्पण करने वाले ब्रायडन कार्स ने घातक गेंदबाजी की। कार्स और वुड ने कीवी बल्लेबाजी को दबा दिया। पहले बल्लेबाजी करने उतरी न्यूजीलैंड ने तेज शुरुआत की पर एक बार जो विकेट गिरने शुरू हुए तो टीम दबाव में आकर बिखर गयी। डेवोन कॉन्वे 3 और टिम सेफर्ट 9 रन बनाकर पेवेलियन लौटे। ये दोनों विकेट वुड ने लिए। इसके बाद एलन ने 21 रन जबकि ग्लेन फिलिप्स ने सबसे ज्यादा 41 रन बनाये।



वहीं अंत में ईश सोढ़ी ने 16 रन बनाकर इंग्लैंड की शुरुआत खराब रही और जॉनी बेयरस्टो पहले ही ओवर में 4 रन बनाकर पेवेलियन लौट गये पर इसके बाद विल जैक देकर 3 जबकि कार्स ने 23 रन देकर 3 विकेट लिए। वहीं लक्ष्य का पीछा करते हुए इंग्लैंड की शुरुआत खराब रही और जॉनी बेयरस्टो पहले ही ओवर में 4 रन बनाकर पेवेलियन लौट गये पर इसके बाद विल जैक देकर 3 जबकि कार्स ने 23 रन देकर 3

महिला नेत्रहीन क्रिकेट टीम की कप्तान का छलका दर्द

नई दिल्ली।

भारतीय महिला नेत्रहीन क्रिकेट टीम की कप्तान वर्षा ने भाला फेंक में स्वर्ण पदक जीतने पर नीरज चोपड़ा को बधाई दी है। साथ ही कहा कि हमें उनकी इस उपलब्धि पर गर्व है। इस दौरान वर्षा का दर्द छलका गया और कहा कि उनकी टीम को बर्मिंघम में विश्व खेलों में स्वर्ण पदक जीतने पर भी पहचान नहीं मिल पायी। महिला नेत्रहीन क्रिकेट टीम की जीत के बाद नीरज ने बुडापेस्ट में विश्व एथलेटिक्स चैम्पियनशिप-2023 में स्वर्ण पदक जीता। जिसका जश्न पूरे देश ने मनाया पर महिला नेत्रहीन टीम की जीत पर ज्यादा चर्चा नहीं हुई न ही कोई पुरस्कार मिला। इससे पता चलता है कि सभी स्वर्ण पदक एक जैसे और समान नहीं होते हैं जबकि विश्व खेलों में पहली बार फाइनेल जीतना कोई आसान बात नहीं है। भारतीय महिला टीम कम



संसाधनों और समर्थन के बाद भी ये सफलता हासिल की है। वर्षा ने कहा, मेरे और मेरी टीम के लिए यह एक बड़ी उपलब्धि है क्योंकि हमने बर्मिंघम में विश्व खेलों में अपना पहला फाइनेल जीता। यह स्वर्ण पदक जीत हमारे लिए बहुत कीमती है और हम सभी से समर्थन करने का अनुरोध करते हैं। नेत्रहीन होने के कारण हमें खेलों में कई चुनौतियों से पार पाना पड़ता है, इसलिए हम बीसीसीआई और भारत सरकार से समर्थन करने का आग्रह करते हैं।

दक्षिण अफ्रीका दौरे में कमिंस का तरीका ही अपनाएंगे मार्श

मेलबर्न। दक्षिण अफ्रीका दौरे के लिए ऑस्ट्रेलियाई टीम के कप्तान बनाये गये मिशेल मार्श ने कहा है कि वह कप्तान के तौर पर सीमित ओवरों के इस दौरे में कोई नया प्रयोग नहीं करेंगे। मार्श ने कहा कि अब तक कप्तान के तौर पर नियमित कप्तान पीट कमिंस ने जो तरीका अपनाया है उसे ही वह भी इस दौरे में भी अपनाने लगे। मार्श को नियमित कप्तान कमिंस के फिट नहीं होने के कारण कप्तानी दी गयी है। उन्होंने कहा कि वह इस दौरे में उसी रास्ते पर चलेंगे जिस पर कमिंस चलते आये हैं। कमिंस अभी कलाई की चोट से उबर रहे हैं। इसी कारण मार्श को ऑस्ट्रेलिया की टी20 और एकदिवसीय टीम की कप्तानी मिली है। मार्श ने कहा, 'मैं किसी तरह के नए प्रयोग के पक्ष में नहीं हूँ। मेरा मानना है कि नेतृत्व कौशल के लिए जो सबसे अहम चीज है वह अपने प्रति ईमानदार होना है। उन्होंने कहा, 'कमिंस और कोच मैकडोनाल्ड ने हमारी टीम के अंदर बहुत अच्छा माहौल तैयार किया है जिससे बनाये जाया जाएगा। मेरा प्रयास रहेगा कि टीम में ऐसा माहौल रहे जिससे कि खिलाड़ी उत्साह से खेलें। मार्श को उम्मीद है कि भारत में होने वाले एकदिवसीय विश्वकप के दौरान कमिंस उन पर भरोसा दिखाएंगे। उन्होंने कहा, 'मेरा मानना है कि कमिंस की सबसे बड़ी खुशी यह है कि वह कप्तानी करते हुए अन्य खिलाड़ियों पर भी आधारित रहते हैं। वह अच्छे तरीके से अपनी भूमिका निभाते हैं। मार्श ने कहा, 'गेंदबाज होने के कारण हर प्रारूप के सभी मैचों में खेलना उसके लिए संभव नहीं है।

ऑस्ट्रेलिया ने पहले टी20 में दक्षिण अफ्रीका को 111 रनों से हराया

उरबन।

ऑस्ट्रेलिया ने यहां मेजबान दक्षिण अफ्रीका को पहले ही टी20 मैच में 111 रनों से हरा दिया। इस प्रकार तीन टी20 मैचों की इस सीरीज में दक्षिण अफ्रीका की टीम 1-0 से आगे हो गयी है। इस मैच में ऑस्ट्रेलिया की जीत में कप्तान मिचेल मार्श की अहम भूमिका रही। मार्श ने सबसे अधिक 92 रन बनाए। इस मैच में दक्षिण अफ्रीका ने टॉस जीतकर ऑस्ट्रेलिया को पहले बल्लेबाजी के लिए बुलाया। ऑस्ट्रेलिया ने आक्रामक बल्लेबाजी करते हुए निर्धारित 20 ओवरों में 6 विकेट पर 226 रन बनाए। मार्श ने 13 चौके और 2 छके लगाकर कीवी गेंदबाजों को कोई अवसर नहीं दिया। मार्श के अलावा अलावा टिम डेविड ने 64 रन बनाये। वहीं दक्षिण अफ्रीका की ओर से लिजाद विलियम्स ने सबसे ज्यादा तीन विकेट लिए। इसके अलावा मार्को यानसन, तबरेज



शम्सी और गेराल्ड कोएट्जी को भी 1-1 विकेट मिला। जीत के लिए मिले 227 रनों के विशाल लक्ष्य का पीछा करते हुए दक्षिण अफ्रीका की टीम 111 रनों से हरायी। रीजा हेंड्रिक्स ही 56 रन बना पाये बाकि अन्य बल्लेबाज एक के बाद एक पेवेलियन लौटते गये। टीम 15.3 ओवरों में ही 115 रनों पर सिमट गयी। ऑस्ट्रेलिया की ओर से भारतीय मूल के गेंदबाज तनवीर सांधा ने 4 जबकि मार्कस स्टोयनिंस ने 3 विकेट मिले। वहीं स्पेंसर जॉनसन को 2 जबकि सीन एबॉट को एक विकेट मिला।

सूर्यकुमार को एकदिवसीय विश्वकप के लिए शामिल करने से पहले सभी बातों पर गौर करे प्रबंधन - मांजरेकर

नई दिल्ली।

पूर्व क्रिकेटर संजय मांजरेकर ने कहा है आगामी एकदिवसीय विश्वकप से पहले बल्लेबाज सूर्यकुमार यादव को लेकर कोई फैसला करना होगा। मांजरेकर के अनुसार सूर्यकुमार टी20 में बेहद सफल रहे हैं और कभी भी मैच का रुख बदलने की क्षमता उनमें है पर एकदिवसीय में वह अब भी अधिक सफल नहीं हुए हैं। इसलिए उनको शामिल करने से पहले देखा होगा कि वह सभी मानकों पर खरे उतरते हैं या नहीं। मांजरेकर ने सूर्यकुमार के टूर्नामेंट में खेलने को लेकर कहा, 'यह बल्लेबाज अगर अच्छी फॉर्म में हो तो अधिकांश मामले सुलझ जाते हैं। टीम प्रबंधन उनके नाम

पर विचार करेगा हालांकि 50 ओवर के क्रिकेट में वह वैसा प्रभाव नहीं छोड़ पाया है जैसा टी20 में उसने दिखाया है इसलिए उसे खिलाना एक लालच के समान है क्योंकि जब पारी में 15 से 17 ओवर बचे हों और वह मैदान पर उतरे तो मैच का रुख बदल सकता है। उन्होंने कहा, 'भारत को इस मामले का हल निकालना होगा कि वे सूर्यकुमार को शामिल करना चाहते हैं या नहीं। मांजरेकर ने साथ ही कहा कि अगर विश्वकप में भारत को अच्छा प्रदर्शन करना है तो तेज गेंदबाज ऑलराउंडर हार्दिक पांड्या को काफी गेंदबाजी करनी होगी। उन्होंने कहा, 'पांड्या की गेंदबाज फॉर्म थोड़ी चिंता की बात है। इसका कारण है कि विश्व कप में



आपको काफी कड़ी मेहनत करनी होती है। ऐसे में आपको एक ऑलराउंडर के रूप में उसकी जरूरत है। केवल बल्लेबाज के रूप में नहीं, इसलिए उसे प्रत्येक पारी में कम से कम छह से सात ओवर फेंकने होंगे। मांजरेकर ने कहा, 'जब भारत ने 2011 में विश्व कप जीता था तब सुरेश रैना और युवराज सिंह ने भी बीबीके ओवरों में गेंदबाजी की थी।

भारत में भी अब लोकप्रिय हो रहा भाला फेंक : नीरज

ज्यूरिख। विश्व एथलेटिक्स में स्वर्ण पदक विजेता नीरज चोपड़ा ने कहा है कि भारत में भी अब भाला फेंक लोकप्रिय हो रहा है और लोग इस खेल को पसंद करने लगे हैं। इसी को देखते हुए भारत अब 2027 में होने वाली विश्व एथलेटिक्स चैम्पियनशिप की मेजबानी भी कर सकता है। नीरज के अनुसार भारतीय एथलेटिक्स महासंघ (एएफआई) इसके लिए बोली लगा सकता है। इस चैम्पियन खिलाड़ी से जब भारत की विश्व चैम्पियनशिप की मेजबानी की संभावना और दर्शकों के भाला फेंक स्पर्धा को देखने के लिए पहुंचने के बारे में पूछा गया तो उन्होंने कहा कि वे बोली लगाने जा रहे हैं। मेरा मानना है कि इसके आयोजन पर बड़ी तादाद में लोग इस प्रतियोगिता को देखने आयेगे। उन्होंने कहा कि भारत में भाला फेंक भी अब लोकप्रिय हो गया है। साथ ही कहा कि हमें एथलेटिक्स को समझने की जरूरत है क्योंकि एथलेटिक्स केवल भाला फेंक तक ही सीमित नहीं है। इसमें कई अन्य स्पर्धाएं भी शामिल हैं। इसलिए हमें दर्शकों को स्टेडियम में पहुंचने प्रेरित करना होगा। उन्होंने कहा कि भारत में भी लोग अब खेल का समर्थन कर रहे हैं और एथलेटिक्स में रुचि ले रहे हैं। विश्व एथलेटिक्स की भाला फेंक स्पर्धा में शीर्ष छह में से तीन भारतीय खिलाड़ी थे। गौरतब है कि विश्व एथलेटिक्स की मेजबानी के लिए भारतीय एथलेटिक्स महासंघ (एएफआई) को बोली लगानी होगी पर उसे सबसे पहले सरकार से अनुमति लेनी होगी।



भारत-पाक एशिया कप में जीत के प्रबल दावेदार : अश्विन

चेन्नई। अनुभवी स्पिनर आर अश्विन का मानना है का मानना है कि एशिया कप में भारत और पाकिस्तान दोनों ही खिताब के प्रबल दावेदार हैं। अश्विन के अनुसार पाक को हराया आसान नहीं रहेगा क्योंकि उसकी टीम में कप्तान बाबर आजम और मोहम्मद रिजवान जैसे खिलाड़ी हैं। अश्विन ने कहा, 'आजम और रिजवान अगर लगातार अच्छी पारियां खेलते रहे तो एशिया कप और विश्व कप में पाकिस्तान की टीम खतरनाक बन जायेगी। एशिया कप में पाक का मुकाबला दो सितंबर को भारत से होगा। पाक के खिलाफ भारत ने पिछले तीनों ही एकदिवसीय जीते हैं। अश्विन का मानना है कि पाक टीम को गहराई उसे एशिया कप और विश्व कप में प्रबल दावेदार बनाती है। उन्होंने कहा, 'पाक के पास काफी प्रतिभाशाली खिलाड़ी हैं। टेप गेंद क्रिकेट के कारण उनके पास हमेशा शानदार तेज गेंदबाज रहे हैं। उनकी बल्लेबाजी भी पिछले कुछ समय में लीग क्रिकेट खेलने के कारण बेहतर हुई है। इसका कारण विभिन्न टी20 लीगों में खेलना रहा है। पांच छह साल में उनकी बल्लेबाजी फिर बेहतर हुई है।

इंग्लैंड में अब महिला क्रिकेटर्स को भी पुरुष क्रिकेटर्स के बराबर फीस मिलेगी

लंदन।

अब इंग्लैंड के पुरुष और महिला क्रिकेटर्स को एक बराबर मैच फीस मिलेगी। क्रिकेट बोर्ड (ईसीबी) ने महिला और पुरुष क्रिकेटर्स की मैच फीस एक बराबर करने की घोषणा की है। अब तक पुरुष क्रिकेटर्स के मुकाबले महिला क्रिकेटर्स को बेहद कम फीस मिलती थी। इससे पहले भारत, भारत, दक्षिण अफ्रीका और न्यूजीलैंड बोर्ड ने अपने क्रिकेटर्स की मैच फीस को बराबर कर दिया था। वहीं अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) ने पहले ही आईसीसी टूर्नामेंट में पुरुष और महिला टीमों को एक बराबर पुरस्कार राशि की घोषणा कर दी थी।

इंग्लैंड महिला क्रिकेट टीम की कप्तान हीथर नाइट ने समान फीस देने की घोषणा की शानदार बताया है। साथ ही कहा कि इससे क्रिकेट के प्रति युवा लड़कियों की रुचि बढ़ेगी। उन्होंने कहा, 'यह बहुत जरूरी है कि हम महिला क्रिकेट को आगे बढ़ाना जारी रखें। इंग्लैंड की महिलाओं और इंग्लैंड के पुरुषों के लिए समान मैच फीस देना शानदार है। उन्होंने कहा, 'महिलाओं के खेल के लिये यात्रा की दिशा हमेशा सबसे अहम रही है। हमारा लक्ष्य एक टिकाऊ उत्पाद बनाना रहा है, जिसे लोग देखना और खेलना चाहते हैं। साथ ही कहा कि समान मैच फीस के फैसले से क्रिकेट में करियर बनाने अधिक से अधिक लड़कियां आयेंगी।



वहीं ईसीबी के मुख्य कार्यकारी अधिकारी (सीईओ) रिचर्ड गोल्ड ने कहा कि महिला क्रिकेट में निवेश बढ़ाने से ही आज कई युवा प्रतिभाएं सामने आ रही हैं। उन्होंने कहा, 'रोमांचक महिला एशज श्रृंखला ने साबित किया है कि देश में स्टेडियम और टीवी पर दर्शकों की उपस्थिति तेजी से बढ़ी है। गोल्ड ने कहा, 'महिलाओं और लड़कियों को खेल को बढ़ाना हमारे लिये एक प्रमुख प्राथमिकता है। हाल के वर्षों में हमने भविष्य के खिलाड़ियों में निवेश शुरू कर दिया है। इसके तहत उन्हें कई सुविधाएं दी जा रही हैं।

स्टोक्स की वापसी से विश्वकप में लाभ मिलेगा : बटलर

लंदन। इंग्लैंड क्रिकेट टीम के कप्तान जोस बटलर ने ऑलराउंडर बेन स्टोक्स की जमकर सराहना की है। स्टोक्स ने एकदिवसीय विश्वकप को देखते हुए वापसी की है। अगले महीने न्यूजीलैंड के खिलाफ एकदिवसीय मैचों की सीरीज में भी स्टोक्स खेलेंगे। बटलर के अनुसार स्टोक्स की वापसी से उन्हें खुशी हुई है क्योंकि वह एक मैच विजेता खिलाड़ी हैं। एक रिपोर्ट के अनुसार वह हर क्षेत्र में बेहतर हैं। विश्व कप में स्टोक्स जैसे खिलाड़ी होना अंतर पैदा करता है। आप उसके जैसे खिलाड़ियों को बड़े टूर्नामेंटों में खेलते हुए देखा चाहते हैं, इसलिए स्टोक्स के होने का लाभ उनकी टीम को मिलेगा। साथ ही कहा कि जब टीम को उस स्तर का कोई खिलाड़ी मिलता है तो उसके लिए जीत दर्ज करना आसान होता है। आप इसी कारण उन्हें अपनी टीम में वापस चाहते हैं। स्टोक्स ने गत विश्वकप में इंग्लैंड की जीत में अहम भूमिका निभाई थी। तब उन्होंने न्यूजीलैंड के खिलाफ फाइनेल में नाबाद 84 रन बनाए थे। बटलर के अनुसार, वह एक विशेषज्ञ बल्लेबाज के रूप में एकदिवसीय टीम में वापसी करेंगे। बटलर ने कहा, विश्व कप के लिए मेरे नाम पर विचार किया जाना पसंद है, इसलिए मैंने इसे वहीं छोड़ दिया और कहा कि आप एशज के बाद मुझे बताएं कि आप कैसा महसूस कर रहे हैं। हमने उसके बाद बात की, उन्होंने कहा कि वह उपलब्ध रहेंगे।



स्टोक्स ने गत विश्वकप में इंग्लैंड की जीत में अहम भूमिका निभाई थी। तब उन्होंने न्यूजीलैंड के खिलाफ फाइनेल में नाबाद 84 रन बनाए थे। बटलर के अनुसार, वह एक विशेषज्ञ बल्लेबाज के रूप में एकदिवसीय टीम में वापसी करेंगे। बटलर ने कहा, विश्व कप के लिए मेरे नाम पर विचार किया जाना पसंद है, इसलिए मैंने इसे वहीं छोड़ दिया और कहा कि आप एशज के बाद मुझे बताएं कि आप कैसा महसूस कर रहे हैं। हमने उसके बाद बात की, उन्होंने कहा कि वह उपलब्ध रहेंगे।

गुजरात ने विकास की राजनीति से योजनाबद्ध तरीके से आगे बढ़ने की बेहतरीन मिशाल पेश की

अहमदाबाद। मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल ने गुजरात को मातृपुर-ब्राह्मणवाड़ उद्घन सिंचाई योजना का लोकार्पण करते हुए कहा कि गुजरात ने विकास की राजनीति के माध्यम से योजनाबद्ध तरीके से आगे बढ़ने की बेहतरीन मिशाल पेश की है। मुख्यमंत्री ने इसका श्रेय तत्कालीन मुख्यमंत्री एवं देश के प्रधानमंत्री के नेतृत्व मोदी को देते हुए कहा कि प्रधानमंत्री के मार्गदर्शन में देश का श्रेष्ठ विकास हो रहा है और दुनिया में भारत का गौरव बढ़ रहा है। उन्होंने चंद्रयान-3 की चंद्रमा की सतह पर सफल सॉफ्ट लैंडिंग को भारत की यशोगाथा का एक महत्वपूर्ण अध्याय बताया। मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल ने इस अवसर पर सभी से विकसित गुजरात के निर्माण के जरिए विकसित भारत के निर्माण के लिए प्रतिबद्ध होने का आह्वान करते हुए कहा कि सरकार हमेशा किसानों के साथ खड़ी रही है और आगे भी रहेगी। उन्होंने कहा कि बाशिना होने की

स्थिति में खेती और किसान को पंशान न होना पड़े इसके लिए राज्य सरकार ने कृषि के लिए दस घंटे बिजली आपूर्ति करने और आवश्यकता पड़ने पर सिंचाई के लिए नहरों में पानी छोड़ने का निर्णय लिया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि भविष्य की चुनौतियों से निपटने हेतु वर्तमान समय की तैयारियों के लिए राज्य सरकार हमेशा सतर्क है। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार भविष्य की जरूरतों पर विचार करते हुए विकास कार्यों की कार्ययोजना तैयार करती है। उन्होंने प्रत्येक जिले में 75 अमृत सरोवरों के निर्माण को जल संचयन के लिए एक अहम कार्य बताया। मुख्यमंत्री ने इस अवसर पर कहा कि विकास कार्यों के साथ-साथ पर्यावरण की सुरक्षा को भी महत्व देना होगा। ग्लोबल वार्मिंग जैसी समस्या का सामना करने के लिए प्रदूषण को रोकने के अलावा जल संचयन और वृक्षारोपण के महत्व को भी समझना होगा। उन्होंने सिंगल यूज प्लास्टिक

के उपयोग को नियंत्रित करने का अनुरोध किया और प्रधानमंत्री के मार्गदर्शन में देश भर में चल रहे 'मिशन लाइफ' अभियान को महत्वपूर्ण बताया। उन्होंने कहा कि राज्य सरकार अंतिम छोर पर खड़े जरूरतमंद लोगों तक विकास योजना को पहुंचाने के लिए लगातार प्रयासरत है। उन्होंने राज्य की विकास यात्रा में जन शक्ति को सहभागिता को महत्वपूर्ण बताया और 'सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास और सबका विकास' को कर्म मंत्र बनाकर विकसित भारत के निर्माण के लिए देश के अमृत काल के अनुपम अवसर पर सभी से संकल्पबद्ध होने का अनुरोध भी किया। मुख्यमंत्री ने उद्घा में 8 करोड़ रुपये की लागत से निर्मित सरदार वल्लभभाई पटेल टाउन हॉल का ई-लोकार्पण किया। इस अवसर पर विभिन्न सामाजिक संगठनों ने मुख्यमंत्री का स्वागत-सम्मान किया।

स्वास्थ्य मंत्री ऋषिकेश पटेल ने कहा कि 69 करोड़ रुपये की महत्वाकांक्षी योजना से यहां की धरा पर मां नर्मदा का अवतरण हुआ है। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री के मार्गदर्शन और मुख्यमंत्री के नेतृत्व में सरकार उत्तर गुजरात की धरती को नवपल्लवित कर किसानों की समृद्धि की दिशा में काम कर रही है। स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री ने उत्तर गुजरात को 'उत्तम गुजरात' बनाने के लिए कई विकास कार्य किए हैं। सुजलाम सुफलाम योजना सहित नदी में बैराज बनाकर जमीन के तल को ऊंचा उठाने की दिशा में सरकार काम कर रही है। ऋषिकेश पटेल ने कहा कि मुख्यमंत्री जलापूर्ति मंत्री ने कहा कि किसानों के खेतों तक पानी पहुंचाने का भगीरथ कार्य कर रही है। राज्य, विकास की नई ऊंचाई की ओर अग्रसर है, और राज्य सरकार द्वारा किसानों और गांवों को समृद्ध बनाने के लिए अनेक योजनाएं क्रियान्वित की गई हैं। उन्होंने कहा

कि चंद्रयान-3 की सफलता ने राष्ट्र का गौरव बढ़ाया है। प्रधानमंत्री के नेतृत्व में देश तेज गति से आगे बढ़ रहा है। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी द्वारा दिखाए गए मार्ग पर गुजरात लगातार अग्रसर है। जल संसाधन एवं जलापूर्ति मंत्री कुंवरजी बावळिया ने कहा कि सरकार उत्तर गुजरात को 'उत्तम गुजरात' बनाने के संकल्प के साथ काम कर रही है। उन्होंने कहा कि दूरस्थ क्षेत्रों के किसानों के खेतों तक पानी पहुंचाने तथा प्रत्येक व्यक्ति को काम मिले, इसके लिए सरकार 'हर खेत को पानी, हर हाथ को काम' सूत्र को साकार करने के लिए कटिबद्ध है। जलापूर्ति मंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री ने चंद्रयान-3 को सफलता से लौटाने का अहम अहमदाबाद के नरोडा क्षेत्र में रहनेवाले जय पटेल नामक युवक ने कॉलेज छात्रा को अपने प्रेमजाल में फांस लिया। युवती के फंसने के बाद आरोपी जय उससे शारीरिक संबंध बनाने की मांग करने लगा।

शादी की लालच देकर युवक ने युवती शारीरिक संबंध और बाद में मुकर गया

अहमदाबाद। शहर के पूर्वी क्षेत्र नरोडा में रहनेवाले युवक ने कॉलेज की एक छात्रा को पहले अपने प्रेमजाल में फांस और बाद में उसके साथ शारीरिक संबंध बनाए। अपना स्वार्थ पूरा होने के बाद युवक ने युवती के साथ शादी करने से साफ इंकार कर दिया। आखिर मामला थाने पहुंच गया और युवती की शिकायत के आधार पर युवक के खिलाफ केस दर्ज कर पुलिस ने आरोपी युवक को गिरफ्तार कर कानूनी कार्यवाही शुरू की है। जानकारी के मुताबिक पूर्वी अहमदाबाद के नरोडा क्षेत्र में रहनेवाले जय पटेल नामक युवक ने कॉलेज छात्रा को अपने प्रेमजाल में फांस लिया। युवती के फंसने के बाद आरोपी जय उससे शारीरिक संबंध बनाने की मांग करने लगा।

14 साल के विद्यार्थी से अप्राकृतिक यौन शोषण करने वाला होस्टेल का गृहपति गिरफ्तार

राजकोट।

शिक्षा जगत को शर्मसार करने वाली एक और घटना राजकोट से सामने आई है। जिसमें एक होस्टेल का गृहपति 14 वर्षीय किशोर को अश्लील वीडियो दिखाता और उसका अप्राकृतिक यौन शोषण करता था। किशोर किसी से ना बताए इसके लिए उसकी बेल्ट से पिटाई भी करता था। घटना सामने आने के बाद पीड़ित किशोर की परिजनों की शिकायत के आधार पर राजकोट की मालवियानगर पुलिस ने मामला दर्ज आरोपी को गिरफ्तार कर आगे की कार्यवाही शुरू की है। जानकारी के मुताबिक राजकोट में लेउवा पटेल बोर्डिंग में रहनेवाला 14 वर्षीय किशोर कक्षा 8 का विद्यार्थी है। जिसे होस्टेल का गृहपति ने इतना पीटा कि उसे



अस्पताल में भर्ती कराना पड़ा। शोषण कर रहा था। इतना ही नहीं हसमुख वसोया किशोर की बेल्ट से बुरी तरह पिटाई भी करता था, जिससे वह किसी से शिकायत ना करे। हसमुख वसोया ने किशोर को धमकी दे रखी थी कि अगर उसने किसी से कुछ बताया तो वह उसे जान से मार देगा। गत सोमवार को रोज के तरह हसमुख वसोया ने किशोर के साथ अप्राकृतिक

दुष्कर्म किया और उसकी बेरहमी से पिटाई कर दी। इस घटना में गंभीर रूप से घायल होने पर किशोर को अस्पताल में भर्ती कराना पड़ा। पीड़ित की शिकायत के आधार पर राजकोट की मालवियानगर पुलिस ने हसमुख वसोया को गिरफ्तार कर लिया और उसके खिलाफ पोक्सो-6/12 और 311, 506 समेत विभिन्न दफाओं के तहत केस दर्ज कर मामले की जांच शुरू की है। पुलिस यह भी जांच करेगी कि हसमुख वसोया ने अब तक कितने विद्यार्थियों को अपनी हवस का शिकार बनाया है। लेउवा पटेल होस्टेल में 330 जितने विद्यार्थी रहते हैं और हसमुख वसोया वर्ष 2009 से यहां बतौर गृहपति के तौर कार्यरत है।

चंद्रयान 3 की डिजाइन बनाने वाले फर्जी व्यक्ति को क्राइम ब्रांच ने किया गिरफ्तार

सूरत। इसरो के चंद्रयान-3 मिशन के लैंडर के डिजाइन बनाने का दावा करने मितुल त्रिवेदी को सूरत सिटी पुलिस की क्राइम ब्रांच ने गिरफ्तार कर लिया है। हालांकि त्रिवेदी के दावों को इसरो के अधिकारियों ने सिरे से खारिज कर दिया है, इसके कारण उसकी गिरफ्तारी हुई। त्रिवेदी ने हाल ही में चंद्रयान-3 के लैंडर के डिजाइन के पीछे एक प्रमुख व्यक्ति होने के अपने दावे को लेकर लोगों का ध्यान आकर्षित किया, उन्होंने दावा किया कि इनोवेशन ने लैंडिंग पर धूल के बिखरने को रोका। पुलिस ने शुरू में त्रिवेदी को वेरिफिकेशन के लिए बुलाया था, में एकेडमिक के दावों तक विस्तारित हुए, इनमें क्रांटम फिजिक्स के लिए नाम की एक स्वर्ण नगरी के अस्तित्व पर में असमर्थता के चलते मामला क्राइम



ब्रांच ने देखा। वहीं बंगलुरु स्थित इसरो मुख्यालय ने अंतरिक्ष एजेंसी के साथ उसके इस दावे का खंडन किया। पुलिस ने त्रिवेदी की क्राइम ब्रांच के जांच के लिए जब त्रिवेदी ने असाधारण दावे किए हैं। इससे पहले उन्होंने दक्षिण गुजरात के ओलपाड के पास समुद्र में द्वारिका नाम की एक स्वर्ण नगरी के अस्तित्व पर कैम्ब्रिज यूनिवर्सिटी और एंथ्रोपोलॉजी दावा किया था।

और वेदांत के लिए ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी शामिल हैं, जिसका समापन पीएचडी में हुआ। त्रिवेदी ने भारतीय पुरातत्व सर्वेक्षण में सदस्यता और 45 प्राचीन भाषाओं का पढ़ने में असाधारण दक्षता का भी दावा किया था। बाद में उन्हें सूरत पुलिस की स्पेशल ब्रांच के डीसीपी हेतल पटेल ने तलब किया। अधिकारियों ने उनके दावे के समर्थन में दस्तावेजों का अनुरोध किया था, जिसे पूरा करने में त्रिवेदी विफल रहे। यह पहली बार नहीं है जब त्रिवेदी ने असाधारण दावे किए हैं। इससे पहले उन्होंने दक्षिण गुजरात के ओलपाड के पास समुद्र में द्वारिका नाम की एक स्वर्ण नगरी के अस्तित्व पर कैम्ब्रिज यूनिवर्सिटी और एंथ्रोपोलॉजी दावा किया था।

अच्छी नींद और बैठने का बेहतर अनुभव : ध स्लीप कंपनी ने सूरत में अपना पहला स्टोर लॉन्च किया



सूरत भूमि, सूरत। एशिया में शक्तिपूर्ण और अच्छी नींद के लिए स्मार्टिड तकनीक में अग्रणी, ध स्लीप कंपनी सूरत में अपना पहला अनुभव स्टोर खोलने की घोषणा करके गौरवांति है। अहमदाबाद में विस्तारण की सफलता के आधार पर कंपनी का यह नया लॉन्च पूरे भारत में दो स्लीप कंपनी के उत्पत्तियों की मजबूत मांग का प्रमाण है। यह नया स्टोर शुरू करने के बाद, स्लीप कंपनी अब देश भर में 42 स्टोर का संचालन

कर रही है। इस वर्ष के अंत तक 100+ स्टोर की उपलब्धि हासिल करने के लिए कंपनी प्रतिबद्ध है। इस स्टोर के उद्घाटन में प्रसिद्ध ऑर्थो-स्पॉन्ड सर्जन डॉ. विवेक पटेल की उपस्थिति, बेहतर नींद और बैठने के समाधान प्रदान करने के लिए ब्रैंड का समर्पण दर्शाती है।

सूरत, भारत का 9वां और गुजरात का दूसरा सबसे बड़ा शहर है और राज्य की आर्थिक वृद्धि को आगे बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। समृद्ध आबादी के बीच, इस शहर में व्यापार और उद्योग का असीम विकास हुआ है। शहर के लोगों में टच एंड फील शॉपिंग अनुभवों की मांग को समझते हुए, वीआर मॉल के निकट 1200

वर्ग फुट का ध स्लीप स्टोर स्थानिय लोगों के लिए एक व्यापक स्मार्टिड अनुभव और आसान पहुंच लाएगा, जो बेहतर नींद और बैठने के समाधान प्रदान करेगा। एगोनोमिक गैरे, तकिंग, नींद के सामान और स्मार्टिड कुर्सियों के साथ, यह लॉन्च पश्चिमी भारत और देश भर में एक प्रमुख आराम तकनीक प्रदाता बनने की ब्रैंड की प्रतिबद्धता की पुष्टि करता है।

इस नए स्टोर के लॉन्च के बारे में ध स्लीप कंपनी की सह-स्थापक सुश्री प्रियंका सैलेंट ने कहा कि, "हम सूरत महानगर में दो स्लीप कंपनी के लाजबंद अनुभव लाने के लिए रोमांचित हैं। शहर से हमें जो उम्दा प्रतिक्रिया मिली है, वो हमारी वेबसाइट के माध्यम से स्पष्ट है। हमारी प्रोडक्ट के लिए लोगों की बढ़ रही मांग ने हमें यहां अपनी भौतिक उप-

स्थिति का विस्तार करने के लिए प्रेरित किया है। अच्छी नींद और आराम में क्रांति लाने के लिए समर्पित एक ब्रैंड के रूप में हमारी स्मार्टिड तकनीक को देश भर में अपार सरहना और मान्यता मिली है। इस नए स्टोर के उद्घाटन के साथ, हम सूरत को हमारे मैट्रिसिस, नींद के सामान और कुर्सियों के माध्यम से अत्यधिक कम्फर्ट-टेक सोल्यूशन प्रदान करने के अपने मिशन के लिए प्रतिबद्ध हैं।" स्मार्टनल डिस्टॉर्ब और फेडन सिंड्रोम के विशेषज्ञ आर्थोपेडिक सर्जन डॉ. विवेक पटेल ने कहा कि, "रीढ़ की हड्डी के स्वास्थ्य में एक विशेषज्ञ के रूप में, मैं यह अच्छी तरह से जानता हूँ कि, खराब अवस्था का हमारी पीट की सेहत पर क्या हानिकारक प्रभाव हो सकता है। देश भर में बढ़ती संख्या में व्यक्तियों को सोने और बैठने के दौरान अनुचित मुद्रा के कारण जीवनशैली संबंधी समस्याओं का सामना करना पड़ता है, जिससे असुविधा और संभावित दीर्घकालिक रीढ़ की समस्याएं होती हैं। दो स्लीप कंपनी की स्मार्टिड तकनीक एक क्रांतिकारी समाधान के रूप में उभरती है, जो अद्वितीय आराम और समर्थन प्रदान करती है, जो खराब मुद्रा/अवस्था के नकारात्मक प्रभावों को काफी कम कर सकती है। सूरत में स्लीप के नए स्टोर के लॉन्च के साथ, मुझे विश्वास है कि शहर के लोगों को इस गेम-चेंजिंग प्रस्तुती के माध्यम से गहट मिलेगी और रीढ़ की हड्डी के स्वास्थ्य में सुधार होगा। मैं इस क्षेत्र में नींद की गुणवत्ता और रीढ़ की हड्डी के स्वास्थ्य दोनों को बढ़ाने के लिए उनकी अटूट प्रतिबद्धता के लिए ध स्लीप कंपनी की दिल से सरहना करता हूँ।"

सूरत की पवित्र भूमि पर सवा करोड़ शिवलिंग का निर्माण एवं जन कल्याण के लिए पूजा का आयोजन

सूरत।

गुजरात का गौरव और पुण्यात्माओं की भूमि मानी जाने वाली सूरत की इस पवित्र भूमि पर त्रिनेत्र सनातन सेवा फाउंडेशन अपने गौरवशाली इतिहास में एक और स्वर्णिम गाथा जोड़ने का प्रयास कर रहा है, जहां डेढ़ करोड़ पार्थिव शिवलिंगों के निर्माण और पूजन का सार्वजनिक कल्याण के लिए आयोजन किया गया है। ऐसा माना जाता है कि आदि अर्धत में रहने वाले भगवान शिव हर तरह से कल्याणकारी हैं। और भगवान शिव जो अपने भक्तों के प्रति विशेष दृष्टिकोण रखते हैं, जो अपने भक्तों के जीवन में किसी भी प्रकार का कष्ट नहीं आने देते हैं, उनकी पूजा करने से मनुष्य को अर्धत सुख मिलते हैं। पूजा प्रतिदिन सुबह 7:00 बजे से शाम 6:00



बजे तक चलेगी। दिनांक 4 सितम्बर 2023 से 14 सितम्बर 2013 तक पार्थिव पूजन का महाकुंभ रहेगा। मुझे ये कहते हुए बहुत खुशी हो रही है कि दुनिया में पहली बार डेढ़ करोड़ पार्थिव शिव पूजा का संकल्प सूरत की इस पवित्र भूमि पर लिया गया है। और हमारे बीच श्री अंबर गुरुजी जो शिव भक्त हैं और भगवान

शिव को अपना गुरु मानते हैं, कहते हैं कि दुनिया में जितनी विज्ञान हैं, उतने ही विज्ञान भी हैं। जो स्वयं भगवान शिव द्वारा प्रदान किया गया है। और शिव का साथ पाने का अर्थ है जीवन में हर शुभता का समावेश करना। भगवान शिव शुभ रूप में संसार में व्याप्त हैं। गुरुजी के अनुसार शिव ही संसार हैं। शिव सर्वव्यापी हैं और सूरत के इस मंदिर में हम उन सभी से अपील करते हैं जो उस महान उद्देश्य में सहयोग करना चाहते हैं और भगवान की उपस्थिति में खुद को पवित्र करना चाहते हैं। शिव को बेलपत्र सबसे प्रिय है और मुझे यह बताते हुए खुशी हो रही है कि दुनिया की पहली चांदी की शिव प्रतिमा जो 154 फीट ऊंची होगी, आपके द्वारा दान किए गए चांदी के बेलपत्र से बनाई जाएगी।

ग्राहक चेतना ट्रस्ट ने पुलिस अधिकारियों को सूरत, कोलकाता और गुरुग्राम में प्रतिबंधित सिगरेट बरामद करने में सहयोग किया

ग्राहक चेतना ट्रस्ट द्वारा दी गई खुफिया जानकारी को मदद से स्थानीय पुलिस अधिकारियों के साथ मिलकर एक संयुक्त अभियान द्वारा प्रतिबंधित सिगरेट की तस्करी का खुलासा हुआ। पुलिस अधिकारियों ने सूरत, कोलकाता और गुरुग्राम में अनेक जगहों पर छापेमारी की और बड़ी संख्या में प्रतिबंधित सिगरेट बरामद किए। सूरत में कई स्थानों पर बड़ी मात्रा में प्रतिबंधित सिगरेट जब्त की गईं जिनमें - बिग बी पान सेंटर, जय बजरंग पान सेंटर, गणेश पान पार्लर और पुनागाम में तलप पान सेंटर आदि शामिल हैं; कोलकाता में चौरसिया पान, दिलखुश पान, नंद दुलाल पान और दम रोड पर निखिल साहा की दुकान आदि; और गुरुग्राम में एम3एम अरबाना और सेक्टर 67 में कुतुब प्लाजा मॉल में पान जंक्शन और आरके नरेश पान सेंटर आउटलेट तथा यादव टी हाउस पर छापेमारी कर प्रतिबंधित सिगरेट के स्टॉक जब्त किए गए। मुख्य संचालकों के खिलाफ आगे की कार्रवाई के लिए एफआईआर दर्ज कर ली गई है। इन घटनाओं के बारे में ग्राहक चेतना ट्रस्ट के प्रिंसिपल सेंटर, श्री सुरेश कौशिक ने पुनागाम में तलप पान सेंटर आदि शामिल हैं; कोलकाता में चौरसिया पान, दिलखुश पान, नंद दुलाल पान और निखिल साहा दुकान में भी कानूनी कार्रवाई की गई।

ग्राहक चेतना ट्रस्ट ने पुलिस अधिकारियों को सूरत, कोलकाता और गुरुग्राम में प्रतिबंधित सिगरेट बरामद करने में सहयोग किया। सूरत में कई स्थानों पर बड़ी मात्रा में प्रतिबंधित सिगरेट जब्त की गईं जिनमें - बिग बी पान सेंटर, जय बजरंग पान सेंटर, गणेश पान पार्लर और पुनागाम में तलप पान सेंटर आदि शामिल हैं; कोलकाता में चौरसिया पान, दिलखुश पान, नंद दुलाल पान और दम रोड पर निखिल साहा की दुकान आदि; और गुरुग्राम में एम3एम अरबाना और सेक्टर 67 में कुतुब प्लाजा मॉल में पान जंक्शन और आरके नरेश पान सेंटर आउटलेट तथा यादव टी हाउस पर छापेमारी कर प्रतिबंधित सिगरेट के स्टॉक जब्त किए गए। मुख्य संचालकों के खिलाफ आगे की कार्रवाई के लिए एफआईआर दर्ज कर ली गई है। इन घटनाओं के बारे में ग्राहक चेतना ट्रस्ट के प्रिंसिपल सेंटर, श्री सुरेश कौशिक ने पुनागाम में तलप पान सेंटर आदि शामिल हैं; कोलकाता में चौरसिया पान, दिलखुश पान, नंद दुलाल पान और निखिल साहा दुकान में भी कानूनी कार्रवाई की गई।

संपर्क में आते हैं, जो किसी नियम के दायरे में नहीं। पहली घटना में, गुरुग्राम में, कुतुब प्लाजा मॉल में पान जंक्शन और आरके नरेश पान सेंटर आउटलेट पर प्रतिबंधित सामग्री बरामद हुई। इसके बाद एम3एम अरबाना, सेक्टर 67, गुरुग्राम में कई आउटलेट्स पर कानूनी कार्रवाई की गई, जिसमें एम3एम अरबाना, सेक्टर 67 में यादव टी हाउस के खिलाफ एफआईआर दर्ज की गई। इसके अलावा, कोलकाता में दमदम रोड पर चौरसिया पान, दिलखुश पान, नंद दुलाल पान और निखिल साहा दुकान में भी कानूनी कार्रवाई की गई।