देहरादून,पौड़ी-गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित www.page3news.in नगर संस्करण वर्ष 17 अंकः 197 पृष्ठ : 8 मूल्यः एक रूपए

विचार-प्रवाह...
राहत की सांस लेने का एक मौका

देहरादून, बृहस्पतिवार, 10 नवंबर 2022

# पेज थ्री

मौसम अधिकतम 26.0° न्यूनतम 15.0°

61033.55

2 सेना को युद्ध की तैयारी का आदेश

7 हसरंगा ने हासिल की टॉप रैंकिंग

# भारत के 7 राज्यों में भूकंप के झटके

## नेपाल में 6 की मौत, रिक्टर स्केल पर 6.3 तक मापी गई तीव्रता

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। भारत, चीन और नेपाल में मंगलवार देर रात 1.57 बजे भूकंप के तेज झटके महसूस किए गए। रिक्टर स्केल पर इनकी तीव्रता 6.3 तक मापी गई। भारत में दिल्ली, यूपी, बिहार, उत्तराखंड, दिल्ली, मध्य प्रदेश, हिमाचल प्रदेश और जम्मू-कश्मीर के कई शहरों में भूकंप के झटके महसूस किए गए। बुधवार की सुबह करीब 6.27 बजे उत्तराखंड के पिथौरागढ़ में भी 4.3 तीव्रता का भूकंप आया। नेशनल सेंटर फॉर सीस्मोलॉजी के मुताबिक, भूकंप की गहराई जमीन से 5 किमी नीचे थी। भूकंप का केंद्र नेपाल था। ऐसे में सबसे ज्यादा तबाही की खबरें नेपाल से ही सामने आ रही हैं। यहां के दोती में एक घर गिरने से 6 लोगों की मौत हो गई। दिल्ली-एनसीआर में भूकंप आने के बाद लोग घरों से बाहर निकल आए। जो काफी देर तक वापस नहीं गए। जब भूकंप आया तब लोग गहरी नींद में थे, लेकिन झटकों के लगने से उनकी नींद खुल गई।

**दिल्ली एनसीआर में अरसे बाद इतने तेज झटके:** दिल्ली एनसीआर में अरसे बाद इतने तेज भूकंप के झटके महसूस किए गए। आधी रात गहरी नींद में सोए लोगों के पलंग अचानक हिलने लगे। लोग जैसे-तैसे नीचे भागे। गनीमत कि बात ये रही कि भूकंप का केंद्र नेपाल में था। लेकिन दिल्ली-एनसीआर में जिस तरह झटके महसूस किए गए वो बेहद डरावने थे। सुबह में उत्तराखंड में फिर से भूकंप आया। इसकी तीव्रता 4.3 थी और इसका केंद्र पिथौरागढ़ में 5 किमी गहराई में था।

**उत्तराखंड में भी जोरदार झटके,** भारत में जानमाल के नुकसान की खबर नहीं: भारत के राष्ट्रीय भूकंप विज्ञान केन्द्र के अनुसार, देर रात एक बजकर 57 मिनट पर 6.3 तीव्रता का भूकंप आया, जिसका केंद्र उत्तराखंड के पिथौरागढ़ से लगभग 90 किलोमीटर पूर्व-दक्षिण पूर्व में नेपाल में था। इस क्षेत्र में पिछले कुछ दिनों से कम तीव्रता के भूकंप के झटके कई बार महसूस किए गए हैं। फिलहाल भारत में भूकंप से किसी तरह के जानमाल के नुकसान की कोई सूचना नहीं। पिथौरागढ़, बागेश्वर, अल्मोड़ा, चंपावत, ऊधम सिंह नगर, नैनीताल, रुद्रप्रयाग, चमोली, टिहरी, पौड़ी, हरिद्वार, उत्तरकाशी और देहरादून जिले सहित उत्तराखंड में कई स्थानों पर भूकंप के झटके महसूस किए गए।

### 6.6 तीव्रता से कांप उठी नेपाल की धरती

पश्चिमी नेपाल में मंगलवार देर रात आए 6.6 तीव्रता के शक्तिशाली भूकंप में कम से कम छह लोगों की मौत हो गई, जबकि पांच अन्य लोग घायल हो गए। नेपाल के राष्ट्रीय भूकंप निगरानी केंद्र के अनुसार, नेपाल में देर रात दो बजकर 12 मिनट पर 6.6 तीव्रता का भूकंप आया जिसका केंद्र डोटी जिले में था। डोटी जिले के पुलिस उपाधीक्षक भोला भट्टा ने बताया कि भूकंप के दौरान कई मकान क्षतिग्रस्त हुए और उसके मलबे में दबने से कम से कम छह लोगों की मौत हो गई। भूकंप संबंधी घटनाओं में पांच अन्य लोग घायल भी हुए हैं।

### क्यों आता है भूकंप?

भूगर्भ वैज्ञानिकों के मुताबिक, भूकंप की असली वजह टेक्टोनिकल प्लेटों में तेज हलचल होती है। इसके अलावा उल्का प्रभाव और ज्वालामुखी विस्फोट, माइन टेस्टिंग और न्यूक्लियर टेस्टिंग की वजह से भी भूकंप आते हैं। रिक्टर स्केल पर भूकंप की तीव्रता मापी जाती है। इस स्केल पर 2.0 या 3.0 की तीव्रता का भूकंप हल्का होता है, जबकि 6 की तीव्रता का मतलब शक्तिशाली भूकंप होता है।

**भूकंप की तीव्रता का अंदाजा कैसे लगता है?**

भूकंप की तीव्रता का अंदाजा उसके केंद्र (एपिसेंटर) से निकलने वाली ऊर्जा की तरंगों से लगाया जाता है। सैकड़ों किलोमीटर तक फैली इस लहर से कंपन होता है। धरती में दरारें तक पड़ जाती हैं।

## संक्षिप्त समाचार

### अमेरिकी यहूदी समिति के प्रतिनिधिमंडल के साथ विदेश मंत्री की बैठक

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। विदेश मंत्री एस जयशंकर ने बुधवार को अमेरिकी यहूदी समिति और भारतीय प्रवासियों के प्रतिनिधिमंडल के साथ बैठक में अमेरिका और इजराइल के साथ भारत के संबंधों को मजबूत करने पर चर्चा की। जयशंकर ने ट्वीट किया, आज सुबह साउथ ब्लॉक में अमेरिकी यहूदी समिति और भारतीय डायस्पोरा के एक प्रतिनिधिमंडल से मिलकर खुशी हुई।

### सेना कमांडरों के सम्मेलन में पहुंचे रक्षा मंत्री

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। भारतीय सेना के कमांडरों का पांच दिवसीय सम्मेलन बुधवार से नई दिल्ली में शुरू हो गया हैं। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह और भारतीय सेना के वरिष्ठ अफसरों के साथ बातचीत की। 7 से 11 नवंबर तक होने वाले इस सम्मेलन में पाकिस्तान-चीन से लगी सीमा समेत राष्ट्रीय सुरक्षा चुनौतियों पर भी चर्चा किया जाएगा।

# कांग्रेस की सरकार बनी तो ये मोदी को कुछ नहीं करने देंगे

## चंबी रैली से भाजपा ने कांगड़ा जिला की 15 सीटों को साधने का किया प्रयास

संवाददाता

धर्मशाला। हिमाचल प्रदेश में विधानसभा चुनाव के आखिरी दो दिन बचे हैं। पीएम मोदी ने शाहपुर और सुजानपुर से चुनावी हुंकार भरी। पीएम मोदी ने कहा हिमाचल में यदि दिल्ली के अनुकूल लोग होंगे तो ज्यादा काम कर पाएंगे। पीएम मोदी ने प्रदेश के जनसंख्या के लिहाज से सबसे बड़े जिले कांगड़ा के शाहपुर स्थित चंबी मैदान में रैली की। शाहपुर में रैली से पीएम मोदी जिला कांगड़ा की 15 सीटों को साधने का प्रयास किया। वहीं, हमीरपुर जिले के सुजानपुर में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की संसदीय स्तर की रैली की। पिछली बार मुख्यमंत्री के चेहरे प्रेम कुमार धूमल की हार के कारण चर्चा में आए सुजानपुर में भी भाजपा कोई कसर नहीं छोड़ना चाहती। प्रधानमंत्री इससे पहले मंडी व सोलन जिले में संसदीय स्तर की दो रैलियां कर चुके हैं। पीएम मोदी ने कहा भाजपा की सरकार बनानी है। सरकार बनाओ हम विकास योजना तैयार कर बैठे हैं। हिमाचल में भाजपा सरकार की वापसी जरूरी है। मैं दिल्ली में हूं आपका कार्य डबल करूंगा। मेरा फायदा जरूर लेना। हर घर मेरा संदेश पहुंचाना। मेरा प्रणाम हर घर पहुचाना। कांग्रेस की विकास कार्यों से दुश्मनी है, इसीलिए विकास कार्यों को रोकना चाहती है। कांग्रेस हिमाचल के विकास के घराट को रोकना चाहती है। दोबारा हमें काम दीजिए, हमसे हिसाब मांगिए। हिमाचल में भाजपा की सरकार की वापसी जरूरी है। यदि यहां मेरे अनुकूल लोग होंगे तो ज्यादा काम कर पाउंगा।

हिमाचल भाजपा महिलाओं को नई बुलंदी दे रही है। भाजपा ने संकल्प पत्र में महिलाओं को खास ख्याल रखा है। पीएम मोदी ने कहा यह वही कांग्रेस है जो सेना प्रमुख का अपमान करती है। सेना के जवानों पर आरोप लगाती है। आज देश में ही अस्त्र शस्त्र बन रहे हैं। सैनिक स्कूलों की संख्या भी बढ़ा रहे हैं।

**डबल इंजन से डबल विकास**

हिमाचल सभी छोटे राज्यों के लिए प्रेरणा बन सकता है। आने वाले पांच साल में विकास के मामले में अग्रिम पंक्ति में खड़ा किया जाएगा। शिक्षा हो या स्वास्थ्य डबल इंजन से डबल विकास हो रहा है। तीन राज्यों को बल्क ड्रग पार्क मिले, इनमें एक हिमाचल में बन रहा है। देश की चौथी वंदे भारत एक्सप्रेस भी हिमाचल को मिली है।

# देश के 50वें सीजेआई बने जस्टिस डीवाई चंद्रचूड

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट के वरिष्ठतम न्यायाधीश जस्टिस धनंजय यशवंत चंद्रचूड भारत के 50वें प्रधान न्यायाधीश बन गए हैं। उन्हें राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु ने राष्ट्रपति भवन में पद की शपथ दिलाई। जस्टिस डीवाई चंद्रचूड 10 नवंबर, 2024 तक इस पद पर रहेंगे। उन्होंने जस्टिस उदय उमेश ललित का स्थान लिया। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने भारत के मुख्य न्यायाधीश के रूप में शपथ लेने पर डा. न्यायमूर्ति डीवाई चंद्रचूड को बधाई दी।

**इकोनामिक्स में थी रुचिः** जस्टिस डीवाई चंद्रचूड ने 1982 में दिल्ली विश्वविद्यालय से कानून की डिग्री हासिल की थी। शुरुआत में उनकी रुचि अर्थशास्त्र यानी इकोनामिक्स में थी, लेकिन कानून का एक लेक्चर उनको इतना पसंद आया कि उन्होंने तय कर लिया कि वे अब कानून की पढ़ाई करेंगे और इसमें ही अपना करियर बनाएंगे। आगे चलकर उन्होंने दिल्ली विश्वविद्यालय से कानून की पढ़ाई की और पोस्ट ग्रेजुएशन करने के लिए हार्वर्ड विश्वविद्यालय चले गए, जहां उन्हें ज्यूरिडकल साइंस में डाक्टरेट की उपाधि मिली।

**पिता सबसे लंबे समय तक रहे चीफ जस्टिसः** डी वाई चंद्रचूड के पिता का नाम यशवंत विष्णु चंद्रचूड है। वे भारत के सबसे लंबे समय तक चीफ जस्टिस रहे। वह 22 फरवरी, 1978 से 11 जुलाई, 1985 तक प्रधान न्यायाधीश थे। इसके पहले, वे सुप्रीम कोर्ट और हाईकोर्ट के जज रहे।

**39 साल की उम्र में मिला सीनियर एडवोकेट का तमगाः** जस्टिस डीवाई चंद्रचूड को 39 साल की उम्र में ही सीनियर एडवोकेट का तमगा मिल गया था। आमतौर पर बाम्बे हाईकोर्ट में 40 वर्ष से कम आयु में किसी को यह दर्जा नहीं मिलता। अमेरिका से भारत लौटने पर उन्होंने बाम्बे हाईकोर्ट में वकालत करनी शुरू की।

### शपथ

■ प्रधानमंत्री मोदी ने डा. न्यायमूर्ति डीवाई चंद्रचूड को दी बधाई


Are you Planning to make a Website or already have ?
If yes, then we are here to serve you
What we do
Website Development
All type of Websites E-Commerce, Hotel Booking, Travel, Bus Ticket Booking, News Portal, Blogs, or as per client requirement.
Promotion & Branding
1. Website Promotion & Branding in any country (200+ Countries)
2. Social Media
3. Bulk SMS
Search Engine Optimisation
A-2-Z Work to make a Website Search Engine Friendly.
You tell us, we do it.
Contact: Gadoli Media Ventures
Shivam Market, 2nd Floor, Darshan Lal Chowk, Dehra Dun. I Mob: 9319700701, 7579011930
E-Mail: contact@gadoli.in


# फाइनल में भी पहुंच गया किस्मत का पहलवान पाकिस्तान

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

सिडनी। भारत और जिम्बाब्वे से सुपर-12 में हारकर टी-20 वर्ल्ड कप 2022 से बाहर होने की कगार पर खड़ी पाकिस्तान किस्मत के सहारे सेमीफाइनल में पहुंचा और न्यूजीलैंड को पीटकर फाइनल में एंट्री मार ली। सिडनी क्रिकेट ग्राउंड पर वह सबकुछ देखने को मिला जो इस मैच से पहले पाकिस्तान ने नहीं किया था। उसने गेंदबाजी जबरदस्त की, फील्डिंग में करिश्मा किया तो अब तक कमजोर कड़ी रहे बाबर आजम (53) और मोहम्मद रिजवान (57) के बल्ले से जमकर रन बरसाए और पाकिस्तान ने 7 विकेट से मैदान मार लिया। वह तीसरी बार फाइनल में पहुंचा है। अब उसका मुकाबला भारत और इंग्लैंड के बीच होने वाले दूसरे सेमीफाइनल की विनर से 13 नवंबर को होगा।

**अहम मौके पर पाई फॉर्म, बाबर आजम की पहली हाफ सेंचुरी**

स्टार प्लेयर्स से भरी न्यूजीलैंड की टीम को 1992 वनडे वर्ल्ड कप की तरह सेमीफाइनल में दिल तोड़ने वाली हार सहनी पड़ी। केन विलियमसन की कप्तानी वाली टीम बैटिंग के अनुकूल पिच पर 4 विकेट पर 152 रन ही बना सकी।

## न्यूज डायरी

### मध्यावधि चुनाव रिजल्ट में ट्रंप और बाइडन की पार्टियों में कांटे की टक्कर

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** वॉशिंगटन। अमेरिका के मध्यावधि चुनाव में सत्तारूढ़ डेमोक्रेटिक पार्टी और विपक्षी रिपब्लिकन पार्टी में कांटे की जंग देखने को मिल रही है। दोनों ही दलों ने अमेरिकी संसद पर नियंत्रण के लिए अपनी पूरी ताकत लगा दी थी लेकिन अब सीनेट चुनाव परिणाम में रिपब्लिकन और डेमोक्रेटिक पार्टी के बीच लगभग बराबरी का मामला चल रहा है। इस चुनाव में रेकॉर्डतोड़ महंगाई और गर्भपात के अधिकार को वापस लिए जाने का मुद्दा प्रमुखता से उठा था। भारतीय मूल की अमेरिकी अरुणा मिलर मेरीलैंड की लेफ्टिनेंट गवर्नर बन गई हैं। वह ऐसा करने वाली पहली अप्रवासी हैं। वहीं जनरल मौरा हेली ने इतिहास रचा है और वह अमेरिका की पहली लेस्बियन गवर्नर बन गई हैं। इस चुनाव परिणाम से यह भी साफ होगा कि डोनाल्ड ट्रंप साल 2024 में चुनाव में उतरेंगे या नहीं। ताजा परिणामों में सीनेट में डेमोक्रेटिक पार्टी को 48 और रिपब्लिकन पार्टी को 48 सीटों पर जीत हासिल हो चुकी है। सीनेट पर नियंत्रण के लिए 51 सीटों की जरूरत है।

### चीन ने की भारत की तारीफ, कहा- पश्चिम से आगे निकलेगा आगे

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** बिजिंग। भारत के विदेश मंत्री एस जयशंकर ने मंगलवार को मॉस्को में कहा कि रूस से तेल खरीदना भारत के लिए फायदेमंद है और भारत ऐसा करना जारी रखेगा। मॉस्को में रूसी विदेश मंत्री सर्गेई लावरोव से मुलाकात के दौरान जयशंकर ने यह बयान दिया जिसे अमेरिका जैसे पश्चिमी देशों के लिए एक जवाब के तौर पर देखा जा रहा है। रूस से तेल खरीदने को लेकर पश्चिमी देश लगातार भारत पर दबाव बनाने की कोशिश कर रहे हैं। पहले भी कई बार जयशंकर वैश्विक मंचों से भारत-रूस संबंधों पर सवाल उठाने वालों को जवाब दे चुके हैं। अमेरिका के साथ तनावपूर्ण संबंध रखने वाले चीन को भारतीय विदेश मंत्री का बयान खासा पसंद आया है। जयशंकर के बयान की तारीफ करते हुए ग्लोबल टाइम्स के पत्रकार हू शिजिन ने एक ट्वीट किया। उन्होंने लिखा, भारत एक स्वतंत्र कूटनीति वाला देश है।

### इंग्लैंड के 6 नागरिकों में से एक विदेशी, भारतीयों की संख्या सबसे ज्यादा

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** लंदन। यूके के ऑफिस फॉर नेशनल स्टैटिस्टिक्स द्वारा जारी एक रिपोर्ट के अनुसार इंग्लैंड और वेल्स में रह रहे छह में से एक जन्म विदेश में, विशेषकर भारत में हुआ है। रिपोर्ट के अनुसार साल 2021में इंग्लैंड व वेल्स के 16.8 प्रतिशत निवासी विदेश में पैदा हुए थे, जो एक दशक पहले 13.4 प्रतिशत थे। विदेशी मूल के निवासियों की संख्या एक दशक में 2.5 मिलियन से बढ़कर 10 मिलियन हो गई। 2021 में यहां रहने वाले पोलैंड के नागरिकों की संख्या 2011 में 579,000 से बढ़कर 743,000 (1.2 प्रतिशत) हो गई और पाकिस्तानियों की संख्या 2011 में 482,000 से बढ़कर 624,000 (1 प्रतिशत) हो गई। यह रिपोर्ट ऐसे समय में आई है जब ब्रिटेन छोटी नावों में इंग्लिश चैनल पार करने और ब्रिटेन पहुंचने वाले प्रवासियों की रिकॉर्ड संख्या को लेकर दबाव में है। रिपोर्ट में कहा गया है कि प्रवासन के कारण 2011 और 2021 के बीच देश की जनसंख्या में 6.3 प्रतिशत की वृद्धि हुई है।

### निकाह मुताह कुप्रथा जो महिलाओं के लिए किसी शाप से कम नहीं

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** रियाद। हर धर्म की अपनी-अपनी मान्यताएं और प्रथाएं होती हैं जिसका उसके श्रद्धालु पालन करते हैं। लेकिन यह भी सच्चाई है कि हर धर्म में कुछ ऐसी कुप्रथाएं होती हैं जिनका इस्तेमाल कर रूढ़िवादी लोग कमजोर वर्ग का शोषण करते हैं। आज बात ऐसी ही एक कुप्रथा की करेंगे जो महिलाएं के लिए किसी शाप से कम नहीं है। इस्लाम धर्म में निकाह मुताह की प्रथा की अक्सर आलोचना होती है जिसमें शादी सिर्फ एक कॉन्ट्रैक्ट भर होती है। भारत में भी मुस्लिम महिलाएं तीन तलाक के बाद जिन प्रथाओं पर रोक लगाने की मांग कर रही हैं, उनमें निकाह मुताह भी शामिल है। मुताह शब्द का अर्थ होता है आनंद, मजा या फायदा, जो इस तरह की शादी के उद्देश्य पर और गहरा सवालिया निशान लगा देता है। बीबीसी की एक रिपोर्ट के अनुसार, अस्थायी शादी या निकाह मुताह एक प्राचीन इस्लामिक प्रथा है।

# जिनपिंग ने दुनिया को दिखाया नया 'ब्रह्मास्त्र'

खुलासा

## सेना को युद्ध की तैयारी का आदेश, चीन के निशाने पर कौन?

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

बीजिंग। चीन ने दुनिया के सामने अपनी नई एंटी शिप हाइपरसोनिक मिसाइल का खुलासा किया है। इस मिसाइल को पहली बार दुनिया के सामने पेश किया गया। बताया जा रहा है कि चीन की मिसाइल YJ-21 एक नया संस्करण है। विशेषज्ञों के मुताबिक चीन ने इस मिसाइल को रूसी हाइपरसोनिक मिसाइल किंझल को कॉपी करके बनाया है। इस बीच चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग ने अपनी सेना पीएलए को अपनी ताकत बढ़ाने और जंग की तैयारी तेज करने के लिए कहा है। माना जा रहा है कि शी जिनपिंग ने एंटी शिप हाइपरसोनिक मिसाइल के जरिए अमेरिका और भारत जैसे अपने शत्रु देशों को चेतावनी दी है।

चीन ने आधुनिक ब्रह्मास्त्र कही जाने वाली युद्धपोत रोधी हाइपरसोनिक मिसाइल को ऐसे समय पर प्रदर्शित किया है जब ताइवान को लेकर उसका अमेरिका के साथ तनाव अपने

चरम पर है। चीन को करारा जवाब देने के लिए अमेरिका अक्सर अपने एयरक्राफ्ट कैरियर को ताइवान स्ट्रेट से भेजता रहता है। चीन का सरकारी अखबार कई बार इन अमेरिकी एयरक्राफ्ट कैरियर को निशाना बनाने की धमकी दे चुका है। सोशल मीडिया में वायरल हो रही है तस्वीरों में दो हाइपरसोनिक मिसाइलों को चीन के शियान एच-6के बॉम्बर के पंखों के नीचे देखा गया है।

**चीन ने हाइपरसोनिक मिसाइल से दी अमेरिका को चेतावनी:** चीन ने अपने इस रणनीतिक बॉम्बर को तटीय शहर झुहाई में शुरू हुए एरो शो के दौरान दिखाया। YJ-21 मिसाइल को इससे पहले एक वीडियो में देखा गया था जिसे चीनी सेना ने समुद्र में तैनात एक डेस्ट्रायर से अप्रैल महीने में दागा था। इस दौरान अमेरिका का एयरक्राफ्ट कैरियर यूएसएस अब्राहम लिंकन जापान की नौसेना के साथ कोरियाई प्रायद्वीप में अभ्यास कर रहा था। इस बीच कुछ अन्य मीडिया रिपोर्ट में कहा गया है कि यह मिसाइल पहले भी सामने आ चुकी है जिसकी रेंज करीब 2000 किमी है। रक्षा विश्लेषकों का कहना है कि ताइवान और चीन के बीच जंग जैसे हालात के दौरान इस एरो शो को अमेरिका के लिए चेतावनी के तौर पर देखा जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि चीन ने यह जताने की कोशिश की है कि ताइवान पर चीन की सेना के कब्जा करने के दौरान अमेरिका हस्तक्षेप नहीं करे। अमेरिका का कोई भी रक्षा सिस्टम हाइपरसोनिक मिसाइलों को अभी रोकने में सक्षम नहीं है। चीन की यह मिसाइल रूस के किंझल हाइपरसोनिक मिसाइल की तरह से नजर आती है।

यूक्रेन युद्ध में रूस ने किंझल मिसाइल का सफलतापूर्वक इस्तेमाल किया है। इस मिसाइल की गति 12 मैक है। यह मिसाइल किसी भी युद्धपोत को एक वार में डूबो देने की क्षमता रखती है। उन्होंने कहा कि दुनिया ऐसे बदलाव से गुजर रही है जो पहले सदियों में नहीं देखा गया।

## जेलेंस्की ने व्लादिमीर पुतिन को दी चेतावनी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** कीव। रूस और यूक्रेन के बीच जारी युद्ध के नौ महीने से ज्यादा का समय हो गया है। रूस ने यूक्रेन पर हमले पहले से कहीं और तेज कर दिए हैं। यूक्रेन भी रूसी सेना का डटकर सामना कर रहा है। इस बीच, राष्ट्रपति वोलोदिमीर जेलेंस्की ने पुतिन को चेतावनी देते हुए कहा कि उनकी सेना मॉस्को को अपनी एक सेंटीमीटर जमीन तक नहीं देगी। जेलेंस्की का यह बयान पूर्वी डोनेट्स्क क्षेत्र के नियंत्रण के लिए जारी लड़ाई के बीच आया है।

जेलेंस्की ने अपने रात के वीडियो संबोधन में कहा कि रूस द्वारा यूक्रेनी क्षेत्रों के कब्जे करने वालों की गतिविधि बेहद उच्च स्तर पर बनी हुई है। हर दिन दर्जनों हमले हो रहे हैं। हम अपनी एक सेंटीमीटर जमीन रूसी सेना को नहीं देंगे।

यूक्रेन ने रूसी सैनिकों पर दक्षिणी शहर खेरसॉन में बुनियादी ढांचे को लूटने और नष्ट करने का आरोप लगाया है। रूसी तोपखाने ने खेरसॉन और मायकोलाइव क्षेत्रों में 30 से अधिक बस्तियों को निशाना बनाया है।

**लामबंदी अभियान में ५० हजार रूसी सैनिक लड़ रहे लड़ाई:** इस बीच, व्लादिमीर पुतिन ने कहा कि उनके लामबंदी अभियान के हिस्से के रूप में बुलाए गए 50,000 रूसी सैनिक अब यूक्रेन में लड़ाकू इकाइयों के साथ लड़ रहे हैं।

मैरीलैंड की पहली भारतीय-अमेरिकी लेफ्टिनेंट गवर्नर बनीं अरुणा मिलर

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** वाशिंगटन। भारतवंशी अरुणा मिलर मंगलवार को अमेरिका की राजधानी से सटे मैरीलैंड में लैफ्टिनेंट गवर्नर का पद संभालने वालीं पहली भारतीय-अमेरिकी राजनेता बन गई हैं। अमेरिका के लाखों मतदाताओं ने मंगलवार को गवर्नर, सेक्रेटरी ऑफ स्टेट और अन्य कार्यालयों के प्रमुख को चुनने के लिए मतदान किया था। मैरीलैंड हाउस की पूर्व डेलिगेट मिलर (58) ने डेमोक्रेटिक पार्टी के टिकट पर लेफ्टिनेंट गवर्नर के पद के लिए चुनाव लड़ा था। उनके साथ गवर्नर पद के लिए वेस मूर निर्वाचित हुए हैं। अमेरिका में लेफ्टिनेंट गवर्नर, गवर्नर के बाद राज्य का सर्वोच्च अधिकारी माना जाता है। जब गवर्नर राज्य से बाहर होता है या सेवाओं में अक्षम होता है तो उनके स्थान पर यह भूमिका लेफ्टिनेंट गवर्नर संभालता है।

## रूस से दूरी बनाने के दौरान भारत के साथ मिलकर काम करने को तैयार

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

वॉशिंगटन। अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन की सरकार का कहना है कि वह रूस से दूरी बनाने के दौरान भारत के साथ मिलकर काम करने को प्रतिबद्ध है। वाइट हाउस ने यह जानकारी दी। वाइट हाउस के अनुसार, ऐसे कई देश हैं जिन्होंने इस कठिन तथ्य को पहचान लिया है कि रूस ऊर्जा या सुरक्षा क्षेत्र में विश्वसनीय स्रोत नहीं है। विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता नेड प्राइस ने मंगलवार को दैनिक संवाददाता सम्मेलन में कहा कि जब रूस के साथ भारत के संबंधों की बात आती है, तो अमेरिका ने लगातार यह स्पष्ट किया है कि यह एक ऐसा

**वाइट हाउस के प्रवक्ता ने भारत को लेकर दिया बड़ा बयान**

रिश्ता है, जो कई दशकों में विकसित और मजबूत हुआ है। और वास्तव में यह शीत युद्ध के दौरान बना और मजबूत हुआ जब अमेरिका, भारत के लिए आर्थिक, सुरक्षा व सैन्य भागीदार बनने की स्थिति में नहीं था।

नेड प्राइस ने कहा, 'अब परिस्थितियां बदल गई हैं। पिछले 25 साल में इसमें बदलाव आया है। यह वास्तव में एक विरासत है, एक द्विपक्षीय विरासत, जिसे इस देश ने पिछले 25 साल में हासिल किया है। वास्तव में राष्ट्रपति जॉर्ज डब्ल्यू. बुश के प्रशासन ने सबसे पहले इसकी शुरुआत की थी।' प्राइस ने कहा कि अमेरिका ने आर्थिक, सुरक्षा और सैन्य सहयोग समेत हर क्षेत्र में भारत के साथ अपनी साझेदारी को गहरा करने की कोशिश की है। उन्होंने कहा, 'यह एक ऐसा बदलाव है जिस पर हम हमेशा से स्पष्ट रहे हैं, यह रातों-रात नहीं हो सकता यहां तक कि कुछ महीनों या शायद कुछ वर्षों में भी संभव नहीं है। भारत एक बड़ा देश है, एक विशाल देश है, एक बड़ी अर्थव्यवस्था है जिसकी कई जरूरतें हैं।' प्राइस ने एक सवाल के जवाब में कहा, 'इसलिए, भारत से जिस बदलाव व पुनर्व्यवस्था की उम्मीद करते हैं, उसको लेकर मौजूदा प्रशासन भारत के साथ काम करने को लेकर प्रतिबद्ध है।

### नासा की राह में सबसे बड़ा रोड़ा बन रहा मौसम

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** मियामी। अमेरिकी स्पेस एजेंसी नासा ने एक बार फिर से अपने बहुप्रतीक्षित मून राकेट की लान्च तारीख को आगे बढ़ा दिया है। ऐसा ऊष्ण कटिबंधीय तूफान निकोल को देखते हुए किया गया है। इससे पहले मून राकेट को 14 नवंबर को लान्च करना था, लेकिन खराब मौसम की वजह से इसे अब 16 नवंबर को लान्च करने की योजना है। यह जानकारी अमेरिकी अंतरिक्ष एजेंसी के एक वरिष्ठ अधिकारी जिम फ्री ने ट्विटर पर दी। जिम फ्री नासा के एक्सप्लोरेशन सिस्टम डेवलपमेंट के एसोसिएट एडमिनिस्ट्रेटर हैं। उन्होंने कहा, हमारे लोग हमारे मिशन का सबसे महत्वपूर्ण पहलू हैं। हम उनकी सुरक्षा को प्राथमिकता देते हैं। इसलिए आर्टेमिस के लान्च करने की तारीख को आगे बढ़ा रहे हैं। कैनेडी स्पेस सेंटर के पास तूफान की चेतावनी जारी की गई है। यह वह स्थान है, जहां से नासा मून राकेट का प्रक्षेपण करेगी। यह नासा का अब तक का सबसे शक्तिशाली विस्फोट है।

Page Three

Classified

Adds can be booked under these Categories : (all day publication)

Recruitment
Property
Business Opportunity
Vehicles
Announcements
Antiques & Collectables
Barter
Books
Computers
Domain Names
Education
Miscellaneous

Entertainment & Event
Hobbies & Interests
Services
Jewellery & Watches
Music
Obituary
Pets & Animals
Retail
Sales & Bargains
Health & Sports
Travel

Matrimonial (Sunday Only)

अब मात्र रु. 20 प्रति शब्द


# दिल्ली-हरियाणा से लाकर पहाड़ पर बेची जा रही शराब

कार्रवाई

## दो गिरफ्तार, आरोपितों पर आबकारी एक्ट के तहत किया गया मुकदमा दर्ज

**संवाददाता**

अल्मोड़ा। पुलिस ने निरीक्षण के दौरान चंडीगढ़, दिल्ली मार्का 258 अंग्रेजी शराब की बोतलों के साथ दो तस्करों को गिरफ्तार किया। शराब की ये बोतलें हरियाणा व दिल्ली से खरीदकर जागेश्वर व पिथौरागढ़ क्षेत्र में ले जाई जा रही हैं। आरोपितों पर आबकारी एक्ट के तहत मुकदमा दर्ज किया गया है।

**कार में बना रखे थे कई केबिन** बीते मंगलवार की देर रात पुलिस की टीम चिड़ियाघर के सामने बल्डोटी बैंड पर चेकिंग अभियान चला रही थी। इसी दौरान एक वाहन संख्या डीएल 10 सीबी 4797 को रोका गया। कार का निरीक्षण करने कार की डिग्गी व अन्य जगह गुप्त रूप से बनाए गए केबिन से 258 बोतल दिल्ली, चंडीगढ़ में बनी अंग्रेजी शराब बरामद की गई।

**कार सीज, मुकदमा दर्जः** मौके से पुलिस पर दो आरोपितों दीपांशु वत्स, पुत्र प्रदीप कुमार, निवासी नफजगढ़ गोपालनगर, थाना बाबा हरिदासनगर, नई दिल्ली 20 वर्ष व सत्येंद्र पुत्र कृष्ण, निवासी गांव ज्यूली, तहसील गोहना, जिला सोनीपत, हरियाणा को गिरफ्तार किया। दोनों के खिलाफ आबकारी एक्ट के तहत मुकदमा पंजीकृत किया गया है। वहीं तस्करी में प्रयुक्त कार सीज कर दी गई है।

**दिल्ली व हरियाणा से खरीदकर लाई जा रही शराबः** पूछताछ में आरोपितों ने बताया कि शराब को दिल्ली व हरियाणा से खरीदकर लाए थे। वह यह शराब अल्मोड़ा, पिथौरागढ़ के क्षेत्रों में बेचने के लिए ले जा रहे थे। आरोपित सतेन्द्र दिल्ली में ओला चालक है व दीपांशु वत्स मुंशी का काम करता है। पकड़ी गई शराब की कीमत लगभग डेढ़ लाख रुपया आंकी गई है।

**पुलिस टीम को ढाई हजार रुपये का इनामः** एसएसपी प्रदीप कुमार राय ने टीम को ढाई हजार रुपए का ईनाम दिया। आरोपितों को पकड़ने वाली पुलिस टीम में एसओजी प्रभारी सुनील सिंह धानिक, सौरभ कुमार भारती,गोकुल प्रसाद, राकेश भट्ट, पवन थ्वाल, यामीन मौजूद थे।

## न्यूज डायरी

### नेताजी संघर्ष समिति ने 22वें स्थापना दिवस पर शहीदों को किया याद

**संवाददाता** देहरादून। नेताजी संघर्ष समिति के उपाध्यक्ष प्रभात डंडरियाल और प्रमुख महासचिव आरिफ वारसी ने प्रदेश के 22वें स्थापना दिवस पर शहीदों को याद करते हुए प्रदेश के चहुमुखी विकास की कामना की। डंडरियाल और वारसी ने इस मौके पर प्रदेश सरकार से अनुरोध किया कि वह प्रदेश की स्थाई राजधानी गैरसेंण को घोषित करे साथ ही भू कानून को लागू कर जनता को भू माफियाओं से मुक्ति दिलाये। उन्होंने कहा कि समिति ने राज्य प्राप्ति आंदोलन में सक्रिय रह कर अपनी भूमिका अदा की। समिति चाहती है कि प्रदेश की सरकार प्रदेश व प्रदेश की जनता के हित के लिये कारगर योजनाओं का खाका तैयार कर उसको अमली जामा पहनाए जिससे प्रदेश तरक्की करे।

### खेल प्रतिभा निखारने के लिए होंगे बेहतर प्रयास

**संवाददाता** बागेश्वर।राज्य स्थापना दिवस पर खेल विभाग द्वारा विभिन्न वर्गो में बैडमिंटन तथा ताईक्वांडों प्रतियोगिता आयोजित की गई। विजेता प्रतिभागियों को जिलाधिकारी अनुराधा पाल व पुलिस अधीक्षक हिमांशु वर्मा द्वारा पुरस्कृत किया गया। अण्डर–11 बालक बैडमिंटन प्रतियोगिता के एकल में कार्तिक रौतेला विजेता व आदर्श गोस्मामी उपविजेता, बालिका एकल में हिमानी कोरंगा प्रथम, ऊषा कोरंगा द्वितीय वहीं अण्डर–13 एकल बालक वर्ग में साहिल खिचियाल विजेता व भरत दानू उपविजेता, बालिका वर्ग में दिया टाकुली प्रथम, पूजा पाठक द्वितीय, अण्डर–17 बालक एकल वर्ग में सागर कुमार विजेता, हर्षित पाठक उपविजेता तथा बालिका एकल वर्ग में स्नेहा जोशी प्रथम, ज्योति शाह द्वितीय स्थान पर रही। महिला ओपन डबल में जिलाधिकारी अनुराधा पाल व मोनिका विजेता तथा मनीषा बघरी व पूजा आर्या उपविजेता रहे।

### एग्रीटेक कंपनी लीड्स कनेक्ट ने लॉन्च किया एग्री वेल्यू चेन

**संवाददाता** देहरादून। एग्रीटेक कंपनी लीड्स कनेक्ट सर्विसेज ने किसान समुदाय और कृषि व्यवसायों को सहयोग करने और यूपी को आत्मनिर्भर राज्य बनाने के लिए एक एग्री वेल्यू चेन सॉल्यूशन खेत से किचन तक लॉन्च किया है। यह फार्म–टू–फोर्क सॉल्यूशन कृषि क्षेत्र में उत्पादकता और स्थिरता बेहतर करने में सहयोग करेगा। फार्म–टू–फोर्क के परस्पर समाधान से कृषि सेक्टर की उत्पादकता औरस्थिरतामें सुधार होगा। लीड्स कनेक्ट सर्विसेज के चेयरमैन और प्रबंध निदेशक नवनीत रविकर ने कहा कि बदलती वैश्विक मांगें हमारी वर्तमान कृषि और खाद्य तंत्र की क्षमताओं को पीछे छोड़ सकती हैं। फिर भी राष्ट्रीय जीडीपी में इस क्षेत्र का योगदान मुश्किल से 20 प्रतिशत है।

## उत्तराखंड में शिक्षा–स्वास्थ्य के सुधरेंगे हालात: धन सिंह रावत

**संवाददाता** अल्मोड़ा। जिले के प्रभारी मंत्री व शिक्षा एवं स्वास्थ्य मंत्री धन सिंह रावत ने माना कि शिक्षा और स्वास्थ्य के क्षेत्र में अभी बहुत कुछ करना बाकी है। उन्होंने कहा कमियां हैं, जिसमें लगातार सुधार किया जा रहा है। शिक्षकों, चिकित्सकों व नर्सिंग स्टाफ की भर्तियां गतिमान हैं। अवस्थापना विकास पर जोर दिया जा रहा है। जल्द ही सुधार दिखाई देगा।

**शिक्षा क्षेत्र में बेहतरी के लिए हो रहे कामः** बुधवार को पत्रकार वार्ता में केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय के प्रदर्शन ग्रेडिंग इंडेक्स पीजीआई में प्रदेश के 35वें स्थान पर आने के सवाल पर शिक्षा एवं स्वास्थ्य मंत्री धन सिंह रावत ने कहा कि यह रिपोर्ट वर्ष 2016 में हुए सर्वे के आधार पर जारी की गई है। शिक्षा व्यवस्था को लगातार मजबूत किया जा रहा है। शिक्षकों की कमियों को दूर किया जा रहा है। जो प्राथमिक व अन्य विद्यालय जीर्ण–क्षीर्ण हालत में हैं, उनको ठीक किया जा रहा है। विभाग प्रस्ताव बनाकर भेजे, पैसे की कोई कमी नहीं है। दिक्कतें जरूर हैं , उसे ठीक करने पर कार्य हो रहा है।

अल्मोड़ा में मेडिकल कॉलेज बनने के बाद भी मरीजों के लगातार रेफर होने के सवाल पर मंत्री ने कहा कि अभी 350 विशेषज्ञ चिकित्सकों की भर्ती की जा रही है। इसके अलावा तीन हजार नर्सिंग स्टाफ वर्षभार भरे जा रहे हैं, जिसके बाद हालात सुधरेंगे। मेडिकल कॉलेज के भवन हैंडओवर नहीं होने और संचालन में आ रही दिक्कतों के बारे में मेडिकल कॉलेज के अधिकारियों के साथ समीक्षा बैठक की जाएगी। जल्द ही असर दिखाई देगा।

### धूमधाम से मनाया गया राज्य स्थापना दिवस

**संवाददाता** बागेश्वर। बागेश्वर में राज्य स्थापना दिवस धूमधाम से मनाया गया। नुमाइशखेत मैदान में हुए मुख्य कार्यक्रम में स्कूली छात्र–छात्राओं ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम पेश किए। बुधवार की सुबह जिपं अध्यक्ष बसन्ती देव और जिलाधिकारी की अध्यक्षता में प्रभात फेरी निकाली गई। डीएम और एसपी ने प्रभात फेरी को हरी झंडी दिखाई। इसके बाद जिले के शहीदों को श्रद्धांजलि दी गई। जिपं अध्यक्ष और डीएम द्वारा राज्य आंदोलनकारियों का बैच अलंकरण कर स्वागत किया गया। नुमाइशखेत स्थित मैदान में स्थापना दिवस पर विभिन्न विभागों द्वारा स्टॉल लगाए गए। उत्तराखंड राज्य आंदोलन के शहीदों को भी याद किया। 9 नवंबर 2000 को उत्तराखंड राज्य का गठन हुआ था।लंबे आंदोलन और संघर्ष के बाद उत्तरप्रदेश से अलग होकर बने पहाड़ी राज्य उत्तराखंड में प्रत्येक वर्ष नौ नवंबर को राज्य स्थापना दिवस मनाया जाता है।

## राज्य स्थापना दिवस पर 252 आंदोलनकारियों को किया सम्मानित

### महाविधालय समेत क्षेत्र में विभिन्न स्कूलों में सांस्कृतिक कार्यक्रम की रही धूम

**संवाददाता** पुरोला। उतराखंड राज्य के 22 वें राज्य स्थापना दिवस पर नगर पंचायत पुरोला में दीप प्रज्वलित कर सांस्कृतिक कार्यक्रमो का आयोजन किया गया। वहीं कार्यक्रम में पुरोला व मोरी,नोगाव,बडकोट क्षेत्र के 252 से अधिक राज्य आंदोलनकारियों सहित यमुनाघाटी व बाहार से आये सभी पत्रकारों को सम्मानित किया गया।

तहसील में आयोजित राज्य आंदोलनकारी सम्मान समारोह में उपजिलाधिकारी जितेंद्र कुमार ने माला पहना कर पुरोला व मोरी के आंदोलनकारियों को सम्मानित किया, वहीं नगर पंचायत में भी 252 आंदोलनकारियों व विभिन्न क्षेत्रों में विशिष्ट योगदान के लिए दर्जनों लोगों को सम्मानित किया गया।

स्थापना दिवस के अवसर पर एक करोड़ 36 लाख की लागत से निर्मित नगर पंचायत भवन का लोकार्पण भी किया गया। स्थापना दिवस पर बीएल जुवांठा महा विद्यालय के छात्रों ने सफाई अभियान चलाकर 5 कुंतल प्लास्टिक कुडा एकत्रित किया गया वहीं क्षेत्र के प्राथमिक एवं माध्यमिक तथा स्कूलों में सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किए गए।

नगर पंचायत अध्यक्ष हरिमोहन सिंह नेगी ने स्थापना दिवस के शुभ अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में आंदोलनकारियों को सम्मानित किया व बहार से आये अतिथियों का आभार व्यक्त करते हुये नगर पंचायत भवन जनता को समर्पित किया।

इस मौके पर कांग्रेस जिलाध्यक्ष राजेंद्र राणा,सकल चंद रावत,युद्ववीर सिंह रावत,जशोदा राणा,बिरेंद्र पयाल, खिलानंद विजल्वाण,रोजी सिंह सौंदाण, राजपाल पंवार,जयेंद्र सिंह राणा, पृथ्वीराज कपूर, विशाल मणि रतूड़ी सोबेद्र सिंह राणा, कृपाल सिंह नेगी, धर्म सिंह नेगी, हरीकृष्ण उनियाल, बालकृष्ण नौडियाल, बलदेव नेगी, भुवनेश उनियाल, रजनी शाह, चंदी पोखरियाल समेत सैकडो लोग मौजूद थे।

### मानव को सन्मार्ग पर लाने के लिए प्रभु धरा पर होते हैं अवतरितः भारती

**संवाददाता** देहरादून। गुरुदेव आशुतोष महाराज के दिव्य मार्गदर्शन में दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान द्वारा 7 से 13 नवंबर तक रामलीला ग्राउन्ड, कंझावला रोड, सेक्टर–21, रोहिणी, दिल्ली में भव्य श्री राम कथा का आयोजन किया जा रहा है। कथा व्यास साध्वी श्रेया भारती ने कथा के दूसरे दिन रामचरितमानस की महिमा के बारे में बताया। उन्होंने कहा रामचरितमानस की रचना कितने ही वर्ष पूर्व क्यों न की गई हो परन्तु धर्म की स्थापना के जिस सन्देश को वह धारण किये हुए है वह हर युग काल और देश की सीमाओं से परे है व वर्तमान युग की समस्त समस्याओं का निवारण प्रस्तुत करता है। संसार में नाना प्रकार के रोग, शोक, जन्म, मृत्यु इत्यादि में पड़े काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार में जीवन के महत्व को खो चुके मानव को सन्मार्ग पर लाने के लिए प्रभु अवतीर्ण होते हैं। उपद्रव को शांत करने नित्यधाम से अनुरूप हो कार्य को सम्पादित करने हेतु जन्म लेते हैं।

*गलत तरीकों से सफल होने से कई गुना बेहतर है, सही तरीके अपनाकर असफल हो जाना। अज्ञात।*



# राहत की सांस लेने का एक मौका

**खासकर इसलिए भी कि सत्ता में रहते हुए इमरान चाहे जितने भी अलोकप्रिय और विवादित रहे हों, पद से हटाए जाने के बाद से उनकी लोकप्रियता का ग्राफ लगातार चढ़ते हुए पाया गया है। इतिहास के इस नाजुक मोड़ पर लोकतंत्र के साथ किसी भी तरह का खिलवाड़ पाकिस्तान की समस्याओं को कई गुना बढ़ा देगा।**

नवनीत सिंह।।

असाधारण आर्थिक चुनौतियों से गुजर रहे पाकिस्तान में पूर्व प्रधानमंत्री इमरान खान के खिलाफ चुनाव आयोग के हालिया आदेश ने देश का राजनीतिक माहौल और गरमा दिया है। बीते सप्ताह चुनाव आयोग की पांच सदस्यीय समिति ने इमरान खान पर भ्रष्ट आचरण का आरोप लगाते हुए एक संक्षिप्त आदेश में उन्हें किसी सार्वजनिक पद पर बैठने के अयोग्य करार दिया। चूंकि आयोग ने विस्तृत आदेश जारी नहीं किया था, इसलिए इसे लेकर असमंजस की स्थिति बन गई कि इमरान खान पर यह रोक कितने समय के लिए लगी है और क्या उनके चुनाव लड़ने पर भी रोक है। स्वाभाविक ही इमरान ने आदेश को अदालत में चुनौती दी। इस्लामाबाद हाईकोर्ट ने आदेश को तत्काल खारिज करने या स्थगित करने का उनका अनुरोध तो मंजूर नहीं किया, लेकिन इतना जरूर स्पष्ट किया कि उन्हें चुनाव लड़ने के अयोग्य नहीं करार दिया गया है। कोर्ट के मुताबिक, चुनाव आयोग का आदेश संसद के मौजूदा कार्यकाल भर के लिए है। इमरान खान और उनकी पार्टी पीटीआई को इससे राहत की सांस लेने का एक मौका भले मिल गया हो, वहां सत्ता पक्ष और विपक्ष के बीच जारी रस्साकशी इस घटना से और तेज हो गई है।

इमरान खान को चुनावी लड़ाई से बाहर करने की यह जानी अनजानी कोशिश विपक्ष की आक्रामकता को बढ़ा सकती है। जहां तक इमरान पर लगे आरोपों का सवाल है तो पीएम के रूप में मिले तोहफों को बेचने और इससे मिले पैसों का हिसाब न देने की बात पहली नजर में गंभीर है। हालांकि इन तोहफों को बेचना पाकिस्तान में गैरकानूनी नहीं है, उसे छुपाना जरूर है। मगर किसी भी सूरत में इस कथित अपराध की आड़ में उन्हें चुनाव लड़ने के अयोग्य करार देने के प्रयासों का बचाव नहीं किया जा सकता। खासकर इसलिए भी कि सत्ता में रहते हुए इमरान चाहे जितने भी अलोकप्रिय और विवादित रहे हों, पद से हटाए जाने के बाद से उनकी लोकप्रियता का ग्राफ लगातार चढ़ते हुए पाया गया है।

इसके सबूत इस बीच हुए उपचुनावों में भी मिलते रहे हैं। इसी महीने हुए उपचुनावों में आठ में से छह सीटों पर उनकी पार्टी ने जीत दर्ज की है। ऐसे में किसी भी आरोप के सहारे अगर इमरान खान को चुनावी प्रक्रिया से बाहर किया जाता है तो संदेश यही जाएगा कि सत्तारूढ़ पक्ष ने उनकी लोकप्रियता के डर से यह काम करवाया। इससे जहां इमरान के पक्ष में चल रही सहानुभूति की लहर मजबूत हो सकती है, वहीं जन असंतोष के अलोकतांत्रिक राह पकड़ने का खतरा भी बढ़ सकता है। इतिहास के इस नाजुक मोड़ पर लोकतंत्र के साथ किसी भी तरह का खिलवाड़ पाकिस्तान की समस्याओं को कई गुना बढ़ा देगा। बेहतर होगा कि पाकिस्तान जनाकांक्षाओं की अहिंसात्मक और लोकतांत्रिक अभिव्यक्ति को बाधित किए बगैर अर्थव्यवस्था को पटरी पर लाने का प्रयास जारी रखे।

## अमीर इंसान

धर्म-दर्शन

**अशोक वोहरा।** करने करने वाला वो ईश्वर ही है। हम इंसान तो मात्र एक जरिया है उस अमीर इंसान के मन मे एसी सोच पैदा होना उसके बाद पहले भिखारी से दूसरे भिखारी तक। किसको कितना मिलेगा? कब मिलेगा ? वो अमीर इन्सान चाहता तो डायरेक्ट जा कर उस भिखारी सोने के सिक्के दे सकता था लेकिन ईश्वर की मर्जी और उसकी माया कोई नहीं समझ सकता। हनुमान जी को सिंदूर क्यो लगाया जाता है? भगवान शंकर के अवतार और भगवान श्री राम जी के परम भक्त श्री हनुमान जी के बारे मे आज आपको बहुत ही रोचक और जरूरी बात बताने जा रहे है। रावण का वध करने के बाद जब भगवान श्री राम जी माता सीता को लेकर अयोध्या वापिस लौटे थे, तो माता सीता और भगवान राम की सेवा के लिए हनुमान जी भी उनके साथ अयोध्या आगए थे एक दिन ऐसे ही जब माता सीता अपने माथे पर सिंदूर लगा रही थी।

## संपादकीय

### भारत पर प्रभाव

अगर हम 2010 और 2022 को देखें तो पाकिस्तान का भविष्य बड़ा साफ है। जैसे–जैसे ग्लोबल वॉर्मिंग बढ़ेगी, इस तरह की बाढ़ की फ्रीक्वेंसी और इंटेंसिटी भी बढ़ेगी। बड़ी बात यह कि पाकिस्तान राजनीतिक रूप से पहले ही अस्थिर है, तो इन बातों से राजनीतिक अस्थिरता और बढ़ेगी। भारत में काफी लोगों ने कहा कि पाकिस्तान किस तरह से दुनिया में बाढ़ से हुए नुकसान की भरपाई के लिए भीख मांग रहा है। लेकिन पाकिस्तान के ऐसे हालात भारत के लिए ठीक नहीं हैं। इसके कुछ प्रमुख कारण हैं जैसे पहला, इस बाढ़ ने दिखा दिया है कि पाकिस्तान के राज्यों में पानी, अनाज और दूसरे रिसोर्सेज को लेकर काफी विवाद हैं। पानी पर तो पंजाब और सिंध में हमेशा ही सिंधु के पानी के बंटवारे को लेकर विवाद रहा है। बल्कि सिंधु नदी के पानी को लेकर पंजाब एक तरफ है और बाकी राज्य दूसरी तरफ। बाकी राज्यों का मानना है कि पंजाब ज्यादा पानी ले जाता है। पंजाब कालाबाग बांध बनाना चाहता है, तो सिंध कहता है कि यह पानी की चोरी है, वह इसे बनने नहीं देगा। इतिहास में यह देखा गया है कि जब वहां अंदरूनी विवाद बढ़ते हैं तो वहां के नेता और एलीट क्लास उसे डायवर्ट करने के लिए भारत–पाकिस्तान विवाद बनाने लगते हैं।

ग्लेशियर को क्लाइमेट चेंज से जोड़कर सीमा के फिर से निर्धारण पर भारत से बात करेगा।
जैसे-जैसे पाकिस्तान में अंदरूनी विवाद बढ़ेंगे- पानी, भोजन और अर्थव्यवस्था पर असर पड़ेगा।

# 2010 बनाम 2022

चंद्रभूषण।।

इस साल पाकिस्तान अपने इतिहास की सबसे गंभीर और सबसे बड़ी बाढ़ झेल रहा है। कम से कम एक तिहाई पाकिस्तान पानी के अंदर है। हजारों लोगों की मौत हुई है, लाखों घर बर्बाद हुए हैं और खेती भी बिगड़ गई है। माना जा रहा है कि कम से कम पांच करोड़ लोग सीधे इससे प्रभावित हुए हैं और करोड़ों का नुकसान हुआ है। बाढ़ के पहले मार्च–अप्रैल में वहां रेकॉर्ड हीट वेव थी। गर्मी से गेहूं की फसल पर काफी प्रभाव पड़ा, वह कम हुई। अब जो यह बाढ़ आई है, तो माना जा रहा है कि कम से कम धान की एक तिहाई जमीन पर खेती नहीं हुई है।

2010 में भी ऐसी ही बाढ़ पाकिस्तान में आई थी। तब मैं पाकिस्तान में ही था। उस समय जरदारी साहब प्रेसिडेंट थे। उन्होंने भारत सहित दुनिया भर के विशेषज्ञों को बुलाया था यह समझने के लिए कि बाढ़ की क्या वजहें हैं, कैसे निपटें? हम लोगों ने दो दिन बैठकर बड़े महत्वपूर्ण सुझाव प्रेसिडेंट जरदारी को सौंपे थे। उसमें बाढ़ चेतावनी सिस्टम लगाने की बात थी। नदियों के आसपास जो निर्माण और गलत ढंग से हो रहे विकास को कम करने की बात थी। 2010 की बाढ़ में लगभग 20 फीसदी पाकिस्तान में पानी भरा था। 2010 की तुलना में 2022 की बाढ़ गंभीर है। इसकी इंटेंसिटी ज्यादा है, नुकसान भी

बढ़ा है।

यह समझना जरूरी है कि इतनी बड़ी बाढ़ पाकिस्तान में क्यों आ रही है? इसका भविष्य क्या है? इसके तीन मुख्य कारण हैं जैसे पहला, पाकिस्तान अब एक भीषण बारिश झेल रहा है। जब तापमान बढ़ता है तो वातावरण में नमी जज्ब करने की क्षमता बढ़ती है। माना जाता है कि एक डिग्री तापमान बढ़ने से छह से सात डिग्री नमी बढ़ती है। नमी अधिक होती है तो बारिश अधिक होती है। फिर पाकिस्तान का एक बड़ा हिस्सा रेगिस्तान है। वहां तापमान बढ़ता है, तो फिर नमी का चक्र चालू हो जाता है। दूसरा, पाकिस्तान दक्षिण एशिया का पश्चिमी सिरा है। वहां देखा गया है कि 2010 और 2022 में कुछ फैक्टर कॉमन थे। एक तो यह कि हिंद–प्रशांत क्षेत्र में ला–नीना से तापमान बढ़ता है। 2010 में भी ला–नीना था और 2022 में भी यही रहा। 2010 और 2022 में हाई एल्टिट्यूड जेट स्ट्रीम में भी डिस्टरबेंस देखा गया।

तीसरा, पाकिस्तान में पूरे भारतीय उपमहाद्वीप में सबसे ज्यादा ग्लेशियर हैं– लगभग सात हजार। जब ये नॉर्मल स्पीड में गलते हैं तो पानी देते हैं, पर बहुत तेजी से गलते हैं तो बाढ़ आती है।

दूसरा, क्लाइमेट चेंज के कारण भारत–पाकिस्तान के मुद्दे और भी गंभीर होंगे। बाढ़ से अगर पाकिस्तान में पानी की किल्लत आ रही है तो पाकिस्तान सिंधु पानी समझौते को बदलने की कोशिश करेगा। अब तक तो यह समझौता ठीक चल रहा है, लेकिन देखा गया है कि पिछले दशक में पाकिस्तान इसे नई शर्तों पर करने के लिए धीरे–धीरे प्रेशर बढ़ाता रहा है।

तीसरा, पाकिस्तान अपने ग्लेशियर को यूज करेगा। वह हिमालय के एकदम उत्तर में सीमा के इलाके वाले ग्लेशियर यूज करेगा। आज सियाचिन जैसे ग्लेशियर पर भारत का कब्जा है। वह बोलेगा कि भारत की आर्मी वहां पर है, उसके कारण ग्लेशियर मेल्ट हो रहा है। वह ग्लेशियर को क्लाइमेट चेंज से जोड़कर सीमा के फिर से निर्धारण पर भारत से बात करेगा। जैसे–जैसे पाकिस्तान में अंदरूनी विवाद बढ़ेंगे– पानी, भोजन और अर्थव्यवस्था पर असर पड़ेगा। राज्यों के बीच लड़ाई होगी तो असर भारत–पाक रिश्तों पर भी पड़ेगा।

### सूडोकू नवताल-5263

★★★★☆ मध्यम

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 9 | | | 7 | 4 | | 8 | |
| | 8 | 5 | 6 | 2 | | | 4 | 9 |
| 7 | | | | | | 6 | | 3 |
| | 3 | 9 | 5 | | | | 1 | |
| 1 | | | | 8 | | | | 5 |
| | 6 | | | | 2 | 9 | 3 | |
| 4 | | 7 | | | | | | 2 |
| 8 | 2 | | | 5 | 9 | 1 | 7 | |
| | 1 | | 2 | 3 | | | 5 | 8 |

- प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरे जाने आवश्यक हैं।
- प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3×3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो इसका विशेष ध्यान रखें।
- पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते।
- पहेली का केवल एक ही हल है।

सूडोकू नवताल -5262 का हल

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 5 | 3 | 9 | 1 | 7 | 2 | 8 | 4 |
| 9 | 1 | 8 | 2 | 6 | 4 | 3 | 7 | 5 |
| 7 | 4 | 2 | 5 | 3 | 8 | 1 | 9 | 6 |
| 3 | 7 | 1 | 6 | 9 | 2 | 4 | 5 | 8 |
| 8 | 6 | 9 | 1 | 4 | 5 | 7 | 2 | 3 |
| 5 | 2 | 4 | 8 | 7 | 3 | 9 | 6 | 1 |
| 2 | 9 | 5 | 4 | 8 | 1 | 6 | 3 | 7 |
| 4 | 3 | 6 | 7 | 5 | 9 | 8 | 1 | 2 |
| 1 | 8 | 7 | 3 | 2 | 6 | 5 | 4 | 9 |

## अपना ब्लॉग

### व्यापक शोध करने की जरूरत

**मोहन।** अब हमारे देश की सरकार और सेना को इसे कैसे देखना चाहिए? तीन मुद्दे हैं, जिस पर हमें काम करने की जरूरत है जैसे पहला, हमें पाकिस्तान में हो रहे जलवायु परिवर्तन और भारत पर पड़ने वाले प्रभावों पर व्यापक शोध करने की जरूरत है। हमें इसे डिटेल में समझना होगा। दूसरा, जलवायु परिवर्तन से निपटने में हमें पाकिस्तान की मदद करनी चाहिए। चाहे हम परोक्ष रूप से ही करें, अंतरराष्ट्रीय संगठनों की मदद से करें, मगर हमें उसकी मदद करनी चाहिए। जैसे 2010 में भारत के काफी रिसर्चरों ने पाकिस्तान की मदद की थी। तीसरा, जलवायु परिवर्तन के कारण विवाद पूरे दक्षिण एशिया में बढ़ेगा। किस तरह से हम उसको डील करेंगे, उसके लिए तैयार रहने की जरूरत है। तो ये तीन सूत्रीय मुद्दे हैं, और हमें इस पर काम करने की जरूरत है। सारे इंडिकेशन दिखा रहे हैं कि बाढ़ बढ़ेगी और पाकिस्तान में पानी, भोजन और अर्थव्यवस्था पर तनाव बढ़ेगा, जिसका सीधा प्रभाव भारत पर होगा।

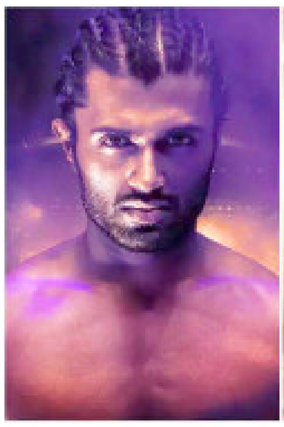
## शिव ठाकरे ने गोरी नागोरी से कहा तेरी अकड़ निकालूंगा

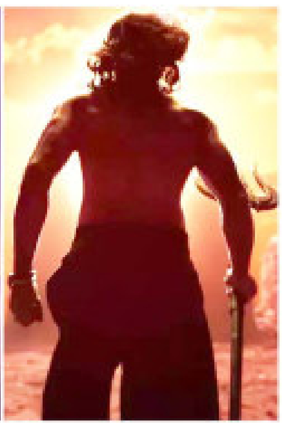
रिएलिटी शो श्बिग बॉस 16श में हर दिन रिश्ते बदलते दिखाई देते हैं। जहां शिव ठाकरे, अब्दू रोजिक, साजिद खान, एमसी स्टैन और गोरी नागोरी आपस में बहुत अच्छे दोस्त थे। वहीं, पिछले दिनों गोरी नागोरी और एमसी स्टैन अपने श्दोस्तोंश से खफा–खफा नजर आए। इस वजह से दोनों ने अपने ग्रुप से किनारा कर लिया, लेकिन बीते वीकेंड का वार में होस्ट सलमान खान ने सारा ठीकरा गोरी नागोरी पर फोड़ दिया। स्टैन तो अपने ग्रुप में वापस आ गए, लेकिन गोरी ने अलग रहना ही सही समझा। अब इनके बीच झगड़े होने लगे हैं। पहले साजिद खान ने गोरी को भला–बुरा कहा था। अब शिव ठाकरे भी गोरी पर अकड़ की चढ़ाई करते नजर आए। हालांकि, सोशल मीडिया पर यूजर्स गोरी की तारीफ कर रहे हैं और शिव की क्लास लग रही है। शिव ठाकरे किचन एरिया में खाने का कुछ सामान निकालते हुए ये कह रहे हैं, इनकी ना अकड़ निकालना पड़ेगा। ये सिर्फ खाएंगे, बैठेंगे और अकड़ से रहेंगे। अकड़ दिखाना है तो घर पर दिखाओ। शिव ये बातें साजिद खान से बोल रहे थे, लेकिन गोरी नागोरी के लिए। इस पर गोरी कहती हैं, मेरे को मत सुनाओ ये सब चीजें।

## आरआरआर ने जापान के बॉक्स ऑफिस पर रचा इतिहास

एसएस राजामौली की फिल्म आरआरआर ने एक बार फिर इतिहास रचने का काम किया है। जापान में 21 अक्टूबर को रिलीज हुई यह फिल्म विदेशी मुल्क में धमाकेदार कमाई कर रही है। इस फिल्म ने रविवार तक 17 दिनों में 185 मिलियन येन यानी 10.32 लाख रुपये की कमाई कर ली है। इस तरह इसने आमिर खान की फिल्म थ्री इडियट्स का जापान में रिकॉर्ड तोड़ दिया है और जापान में तीसरी सबसे अधिक कमाई करने वाली भारतीय फिल्म बन गई है। जूनियर एनटीआर और राम चरण स्टारर आरआरआर जापान के 44 शहरों में 209 नॉर्मल स्क्रीन्स और 31 आईमैक्स स्क्रीन पर रिलीज हुई है। जापान में आमिर खान की फिल्म थ्री इडियट्स ने लाइफटाइम 170 मिलियन येन की कमाई की थी। जापान में सबसे अधिक कमाई करने वाली भारतीय फिल्मों में दूसरे नंबर पर बाहुबली 2 है, जिसने 300 मिलियन येन (16.73 करोड़ रुपये) का कारोबार किया था। जबकि नंबर–1 पर मुथु मूवी है, जिसने 400 मिलियन येन (22.32 करोड़ रुपये) की कमाई की है। मुथुश, रजनीकांत की फिल्म है, जो 1995 में रिलीज हुई थी।

## विजय देवरकोंडा ब्रह्मास्त्र 2 में बनेंगे देव? करण जौहर की है ख्वाहिश!





रणबीर कपूर और आलिया भट्ट की मूवी ब्रह्मास्त्र 9 सितंबर 2022 को थियेटर्स में रिलीज हुई थी। फिल्म को लेकर पहले से ही विवाद हो रहा था। इसे बायकॉट करने की बात कही जा रही थी। फिर भी जब मूवी सिनेमाघरों में रिलीज हुई तो बॉक्स ऑफिस पर जमकर कमाई की। इसकी कलेक्शन पर भी सवाल उठे। इन सबके बीच अब फिल्म OTT प्लेटफॉर्म पर भी रिलीज हो चुकी है। चौंकाने वाली बात ये है कि ओटीटी पर स्ट्रीम होने के बाद लोग सोशल मीडिया के जरिए फिल्म की तारीफ करते नहीं थक रहे हैं। अब वे इसे बायकॉट करने का अफसोस जता रहे हैं। खैर। इस मूवी के अगले पार्ट यानी ब्रह्मास्त्र 2 को लेकर भी अभी से ही बज बना हुआ है। फिल्म में देव के किरदार की सबसे ज्यादा चर्चा हो रही है। इससे पहले रणवीर सिंह, ऋतिक रोशन का नाम सामने आया था। फिर खबर आई कि केजीएफ फेम यश को अप्रोच किया गया है, लेकिन अब इस कैरेक्टर को प्ले करने के लिए विजय देवरकोंडा का नाम लिया जा रहा है। विजय देवरकोंडा ने पुरी जगन्नाथ की लाइगर मूवी बॉलीवुड में डेब्यू किया था। इसके हिंदी वर्जन को करण जौहर ने प्रोड्यूस किया था।

# सिद्धू मूसेवाला का आखिरी गाना 'वार' रिलीज

*अभी ज्यादा वक्त नहीं हुआ जब पंजाबी सिंगर सिद्धू मूसेवाला की अचानक मौत हुई। सिद्धू की मौत से पूरा देश दहल गया था। वो ऐसा मंजर था जो भुलाए नहीं भूलता। सिद्धू के माता–पिता से लेकर उनके फैंस को भी जोर को झटका लगा था। इस बीच सिद्धू के एक–दो गाने भी रिलीज किए जा रहे हैं। इससे पहले उनका आखिरी गाना रिलीज किया गया था और अब उनका मरने के बाद अब दूसरा गाना आया है। केवल 37 मिनट में 1.4 मिलियन से अधिक बार देखे जाने के साथ पंजाबी सिंगर सिद्धू मूसेवाला का गाना वार, जो सिख जनरल हरि सिंह नलवा की बहादुरी की तारीफ करता है, उनकी मौत के पांच महीने बाद त्वनज्इम पर ट्रेंड कर रहा है। नलवा (1791–1837) ने महाराजा रणजीत सिंह के अधीन सिख साम्राज्य की सेना की कमान संभाली और कसूर, सियालकोट, अटक, मुल्तान, कश्मीर, पेशावर और जमरूद की विजय में उनके रोल के लिए जाना जाता था। उसने सिक्ख साम्राज्य की सीमा का विस्तार सिन्धु नदी के पार खैबर दर्रे के मुहाने तक किया।*

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

### वार को चंद मिनटों में ढेरो लाइक्स

सिख धर्म के संस्थापक गुरु नानक देव की जयंती गुरुपुरब पर रिलीज गाने की शुरुआत इस लाइन से होती है, नलवा दशमेश (गुरु गोबिंद सिंह जी) का शेर दिल पुत्र और पंजाब का गौरव है। शुभदीप सिंह सिद्धू का दूसरा मरने के बाद गाना यूट्यूब पर ट्रेंड कर रहा है, जहां इसे मूसेवाला के आधिकारिक अकाउंट से मंगलवार सुबह 10 बजे रिलीज किया गया। वीडियो को यूट्यूब पर भी 3.62 लाख लाइक्स मिले हैं। इस गाने को इंस्टाग्राम पर खूब शेयर किया गया, जहां

सिंगर के 11.4 मिलियन फॉलोअर्स हैं।

### वार की लिरिक्स

गाने पर मूसेवाला का इंस्टाग्राम कैप्शन है, जब तक शेरों के अपने इतिहासकार नहीं होंगे, शिकार का इतिहास हमेशा शिकारी का महिमामंडन करेगा। वार प्लेइंग नाउ..! मूसेवाला की हत्या के बाद पहला गाना एसवाईएल था, जो सतलुज यमुना लिंक नहर (एसवाईएल) के निर्माण पर पंजाब और हरियाणा के बीच चार दशक से अधिक पुराने राजनीतिक विवाद पर केंद्रित था। एसवाईएल के अलावा, एक धुन पर सिंगर ने स्वतंत्रता के बाद अविभाजित पंजाब, संप्रभुता, 1984 के दंगों, सिख कैदियों की रिहाई, दिल्ली की सीमा पर किसान आंदोलन के दौरान लाल किले पर खालसा झंडा फहराने की घटना के बारे में बात की।

### केंद्र सरकार ने हटा दिया था गाना

केंद्र सरकार की कानूनी शिकायत के बाद ल्स गाने को त्वनज्इम ने भारत में अपने प्लेटफॉर्म से हटा दिया था। 23 जून की शाम को रिलीज किया गया, इस गाने को रोके जाने से पहले तीन दिनों से भी कम समय में सिंगर के त्वनज्इम पेज पर 27 मिलियन बार देखा गया और 3.3 मिलियन लाइक्स मिले। मूसेवाला हत्याकांड में 36 आरोपी पंजाब के मनसा जिले के जवाहर के गांव में 29 मई को मूसेवाला की गोली मारकर हत्या कर दी गई थी, जिसके एक दिन बाद पंजाब सरकार ने उनकी सुरक्षा में कटौती की थी। वह अपने चचेरे भाई और दोस्त के साथ अपने मूसा गांव से 10 किलोमीटर दूर जवाहर के की ओर एक जीप से जा रहे थे, तभी उनपर हमला किया गया और उनकी हत्या कर दी गई। पंजाब पुलिस की एसआईटी ने मामले में 36 लोगों को आरोपी बनाया है और 24 आरोपियों के खिलाफ 1,850 पन्नों का चार्जशीट दाखिल किया है।

# एक सप्ताह में 3 बार ही जग पाती हूंः ब्रिटनी स्पीयर्स

*ब्रिटनी स्पीयर्स की नर्व (नस) डैमेज हो गई है और यह दिक्कत उनकी बॉडी के दाहिने हिस्से में हुई है। दुखद ये है कि यह एक लाइलाज बीमारी है, जिसके बारे में बताते हुए ब्रिटनी ने एक लंबा–चौड़ा पोस्ट किया है। ब्रिटनी को अपनी इस बीमारी का जैसे ही पता लगा, वह ज्यादा से ज्यादा डांस कर रही हैं और इसके पीछे बेहद खास वजह है।*

### मेरे बॉडी के राइड साइड का नर्व डैमेज हो गया है

Britney Spears ने इंस्टाग्राम पर लंबा–चौड़ा नोट लिखकर अपनी बीमारी के बारे में खुलकर सबकुछ बता डाला है। उन्होंने लिखा है, मैं इस वक्त डांस कर रही हूं विक्टोरिया, हां, मेरे बॉडी के राइड साइड का नर्व डैमेज हो गया है। मुझे लगता है ऊपरवाले की दया के अलावा इसका कोई और इलाज नहीं है। कई बार नर्व डैमेज तब होता है जब आपके ब्रेन में ठीक तरह से ऑक्सीजन नहीं पहुंच पाता है, आपका ब्रेन लगभग बंद हो जाता है, नर्व डैमेज की वजह से बॉडी के पार्ट्स सुन्न पड़ने लगते हैं।

### सप्ताह में 3 बार जग पाती हैं

उन्होंने इस पोस्ट में बताया है कि वह सप्ताह में 3 बार जग पाती हैं और उनके हाथ पूरी तरह से सुन्न पड़ जाते हैं। उन्होंने बताया कि इसकी वजह से बॉडी के दाहिने हिस्से में सुई की तरह चुभता है जो गले तक चुभता है और सबसे अधिक जिस हिस्से में मुझे सबसे अधिक तकलीफ होती है वह सिर का ऊपरी हिस्सा है। उन्होंने बताया कि इसकी वजह से काफी टीस होती है और यह बेहद डरावना भी है।

### डांस करती हैं तो तकलीफ का एहसास नहीं होता है

उन्होंने लिखा है, श्फनी ये है कि जब मैं डांस करती हूं तो मुझे दर्द का एहसास नहीं होता है। ऐसा लगता है कि मेरा दिमाग मेरे अंदर के बचपन में कहीं खो जाता है। और जैसा मैं चल फिर पाती थी वैसा भले अब न हो लेकिन सच में ईश्वर से मिली ताकत का एहसास होता है और फाइनली मुझे वो मेडिकेशन मिला जिससे मुझे गले से लेकर सिर तक ऑक्सीजन पहुंचने का पता लगता है। उन्होंने लिखा है वह इसके लिए काफी अच्छी कोशिश कर रही हैं।

# ये ड्रिंक आपके बहुत काम आ सकती है

*मोटापा कम करने के लिए लोग क्या नहीं करते हैं। कुछ लोग दिन रात जिम और डायटिंग करते हैं, तो कुछ लोग घर पर ही योगा और एक्सरसाइज करके दुबले–पतले होने का इंतजार करते हैं। आयुर्वेद एक्सपर्ट डॉक्टर दीक्षा भावसार ने हाल ही में ठंड में पीने वाले ड्रिंक की रेसिपी इंस्टा पर शेयर की है। इस पोस्ट में वो लिखती हैं कि बालों के झड़ने, माइग्रेन, वजन घटाने, हार्मोनल संतुलन, शुगर लेवल को कंट्रोल करने, इंसुलिन प्रतिरोध, सूजन और बेहतर प्रतिरक्षा (खांसी–जुकाम को रोकने के लिए) के लिए इस ड्रिंक के साथ अपनी सुबह की शुरुआत करें।*

**करी पत्ताः** ड्रिंक तैयार करने के लिए मिलाए गए करी पत्ते बालों के झड़ने, शुगर के स्तर को कम करने, हीमोग्लोबिन में सुधार और वजन घटाने में मदद करता है।

**अजवायन की पत्तियांः** एक्सपर्ट बताती है कि अजवायन का सेवन मुख्य रूप से पेट दर्द के लिए किया जाता है। लेकिन अजवायन की पत्तियां सूजन, अपच, खांसी, सर्दी, मधुमेह, अस्थमा और वजन घटाने में भी मदद करती हैं।

**धनिया के बीजः** हर किचन में इस्तेमाल किया जाने वाला धनिया का बीज मेटाबॉलिज्म, माइग्रेन का सिरदर्द, हार्मोनल संतुलन और थायराइड में सुधार के लिए सबसे अच्छे उपाय होता है।

**जीराः** सब्जी दाल में तड़के के लिए इस्तेमाल किए जाने वाला जीरा शुगर कंट्रोल, फैटलॉस, एसिडिटी, माइग्रेन, कोलेस्ट्रॉल को कंट्रोल करने का भी काम करता है।

**इलायचीः** इलायची के दाने चाय में खशबू और स्वाद घोलने के अलावा मोशन सिकनेस, मतली, माइग्रेन, उच्च रक्तचाप और यहां तक कि त्वचा और बालों के लिए फायदेमंद होती है। दरअसल, इसमें एंटी–ऑक्सीडेंट होते हैं। जो इन परेशानियों को दूर भगाने का काम करता है।

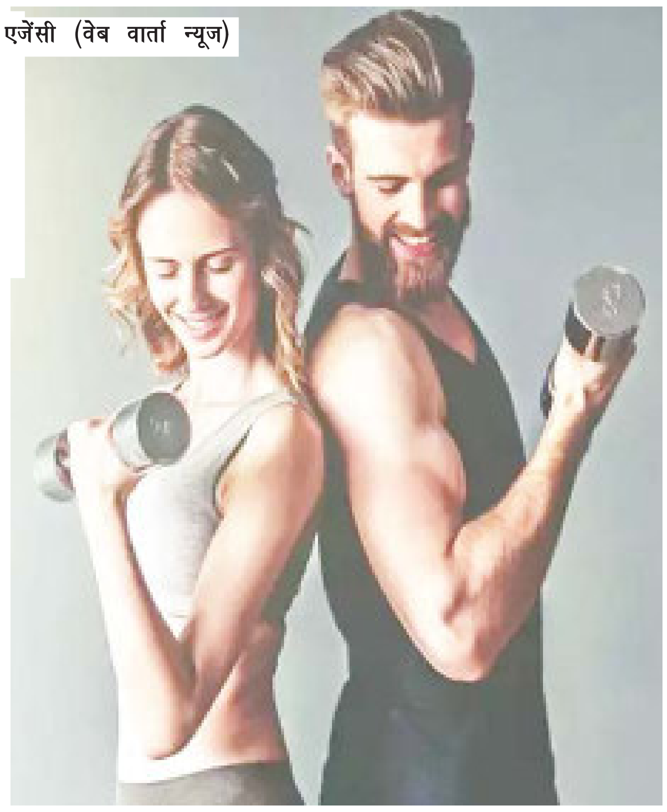
**अदरकः** एक्सपर्ट बताती है कि सर्दियों की सभी बीमारियों से लड़ने के लिए सबसे अच्छी जड़ी बूटि है अदरक। इसके सेवन से अपच, गैस, भूख न लगना और वजन घटाने में भी मदद मिलती है।

**कैसे करे इस मैजिक ड्रिंक को तैयार**

इन सभी समाग्री को एक साथ एक पतीले में 5 मिनट के लिए मध्यम आंच पर उबालें। इसके बाद छानकर सुबह खाली पेट इसका सेवन करें। यदि आप इसका सेवन वेट लॉस के लिए कर रहें तो इसमें नींबू का रस जरूर मिला लें। स्वस्थ रहने के लिए सामान्य चाय की जगह इस चाय का सेवन करें।

# 5 किलो के डंबल को ना समझें बेकार, चौंकाने वाले फायदे

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)



*वेट ट्रेनिंग में डंबल एक्सरसाइज करना बहुत जरूरी होता है। लेकिन जिम जाने के कुछ ही दिन में लोग 5 किलोग्राम के डंबल को नजरअंदाज करने लगते हैं। उन्हें लगता है कि बॉडी बनाने के लिए अब उन्हें ज्यादा भारी डंबल उठाना चाहिए। लेकिन ऐसा करके आप बहुत बड़ी गलती कर रहे हैं। क्योंकि, 5 किलो डंबल से एक्सरसाइज करने पर कई कमाल के फायदे मिलते हैं।*

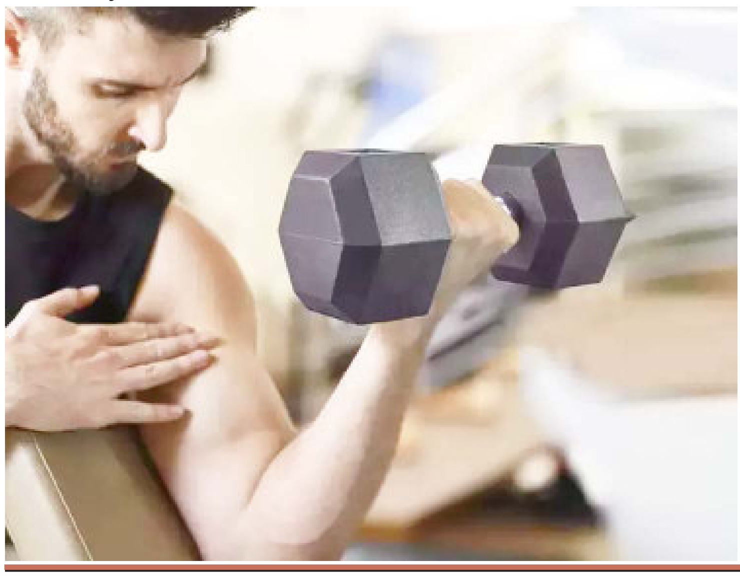
**डंबल उठाने से क्या होता है? जानें फायदे**

डंबल उठाना एक बेहतरीन वर्कआउट है। जो आपके चोटिल होने के खतरे को कम करते हुए ज्यादा फायदा देता है। डंबल वर्कआउट करने से दिल की बीमारियों का खतरा कम होता है। वहीं, आपको रात में गहरी नींद आती है और आसानी से वेट लॉस भी हो जाता है।

**५ किलो डंबलः तकनीक सही रहती है**

एक्सरसाइज में ज्यादा वेट उठाते हुए पोस्चर और तकनीक बिगड़ने का खतरा काफी ज्यादा होता है। क्योंकि, हमारा पूरा ध्यान वजन उठाने पर लगा होता है। लेकिन आप 5 किलोग्राम के डंबल से कोई भी एक्सरसाइज सही तकनीक के साथ कर सकते हैं। जिससे सही मसल्स पर टारगेट होता है।

**Accessory Lifts में आसानी**



Accessory Lifts को सिंगल–जॉइंट मूवमेंट भी कहा जाता है। जिसमें छोटे–छोटे मसल्स ग्रुप का इस्तेमाल होता है। इन एक्सरसाइज को करने के लिए 5 किलोग्राम का डंबल जरूर चाहिए। क्योंकि, इन एक्सरसाइज में आप भारी डंबल नहीं उठा पाते हैं। इस वर्कआउट में लेटरल रेज, रिवर्स फ्लाई, लेग एक्सटेंशन और हैमस्ट्रिंग कर्ल्स जैसी एक्सरसाइज होती हैं।

**एंड्यूरेंस पावर बढ़ती है**

एंड्यूरेंस पावर का मतलब उस क्षमता से है, जिसमें आप ज्यादा से ज्यादा समय में एक्सरसाइज को दोहराते हैं। ज्यादा एंड्यूरेंस पावर होने से आप किसी भी एक्सरसाइज के ज्यादा रैप्स कर पाते हैं। 5 किलोग्राम डंबल के साथ आप किसी भी एक्सरसाइज के 15 रैप्स से भी ज्यादा सही तकनीक के साथ मार पाते हैं। जो कि भारी डंबल के साथ नहीं किया जा सकता।

**जोड़ों पर कम दबाव पड़ता है**

अचानक 5 किलो से ज्यादा भारी डंबल उठाना आपके जोड़ों के लिए नुकसानदायक हो सकता है। ऐसा करने से जोड़ों पर अत्यधिक दबाव पड़ता है और उनमें जिंदगीभर के लिए दर्द हो सकता है। इसलिए आपको भारी वेट उठाने से पहले वार्म–अप में 5 किलो के डंबल से एक्सरसाइज करनी चाहिए।

**5 किलो के डंबल से कौन-सी एक्सरसाइज करें?**

- लोअर बॉडी और शोल्डर्स के लिए थ्रस्टर्स
- शोल्डर और लोअर बॉडी के लिए लंजेस
- शोल्डर के लिए लेटरल रेज
- एब्स के लिए रशियन ट्विस्ट, आदि

## फटी एड़ियों को सिर्फ 7 दिन में करें ठीक, रोज रात को लगाएं बस ये चीजें

हम आपको ऐसे तरीके बताने जा रहे हैं, जो न सिर्फ इन्हें ठीक कर देंगे बल्कि पुरानी वाली कोमलता और चमक भी वापस आ जाएगी। इससे आपकी एड़ियां ऐसी दिखने लगेंगी, जैसे आप पेडीक्योर करवाकर आई हों। और सबसे अच्छी बात तो ये है कि इसके लिए आपको सिर्फ वो सारी चीजें चाहिए होंगी, जो लगभग सभी के घर में आमतौर पर मौजूद ही रहती हैं। इनके साथ आपको बस चाहिए होंगे मोजे, जिन्हें आपको रोज रात को पहनकर सोना होगा। सुबह इन्हें उतारने पर जब आप पैर देखेंगी तो अंतर साफ नजर आएगा। लगभग हर किसी के घर में पेट्रोलियम जेली मौजूद होती है। किसी के यहां छोटी शीशी तो किसी के यहां बड़ी। इसी को आपको बस रोज रात को लगाना है। पहले अपने पांव अच्छे से धो लें और एड़ियों को प्यूमिक स्टोन से स्क्रब करें। इन्हें तौलिये से पोंछने के बाद पेट्रोलियम जेली लगाएं और फिर कॉटन के सॉक्स पहन लें। सात दिन तक लगातार ऐसा करें। नारियल का तेल अपनी मॉइस्चराइजिंग क्वॉलिटी के लिए जाना जाता है। इसकी यही खूबी फटी एड़ियों को भी सही करने का काम करती है।

## पलक मुच्छल ने घुंघराले बालों में मांग टीका लगा बनीं सबसे सुंदर दुल्हन

आशिकी 2 से लेकर कई हिट फिल्मों में अपनी आवाज का जादू चला चुकीं पलक मुच्छल ने यूं तो कई रोमांटिक गाने गाए हैं, लेकिन अब उनकी खुद की लाइफ में रोमांस का नया चैप्टर शुरू हो चुका है। मधुर आवाज की मालकिन ये सिंगर सात फेरे लेकर मिस से मिसिस बन चुकी है। पलक ने म्यूजिक कंपोजर मिथुन शर्मा को अपना जीवनसाथी बनाया है। इस मौके पर वह दुल्हन के रूप में बेहद स्टनिंग लग रही थीं। उन्होंने अपने लुक में कुछ भी ओवर द टॉप डीटेल ऐड नहीं की थी। ये न सिर्फ उनकी नैचरल ब्यूटी को दोगुना करता लग रहा था, बल्कि उनके कॉन्फिडेंस को भी झलका रहा था। आमतौर पर देखा जाता है कि वेवी या फिर कर्ली हेयर वाली टू–बी–ब्राइड्स शादी से पहले ही अपने बालों को स्ट्रेट करवा लेती हैं। हालांकि, पलक ने अपने नैचरल हेयर को एम्ब्रेस करते हुए उन्हें फ्लॉन्ट किया। उन्होंने अपने घुंघराले बालों को खुला रखा था और बीच में से मांग निकालते हुए उसे गॉरजस लुकिंग मांगटीका से सजाया था।

## इस तरह से नहाते हैं तो तुरंत बदल दें आदत, क्या होता है नुकसान

बचपन से लेकर बड़े होने तक मां, दादी, नानी, सबसे यही सुना होगा कि अच्छे से नहाना, घिस–घिसकर। मगर हम अगर ये कहें कि केयर से भरी ये सलाह असल में आपको कुछ हद तक नुकसान पहुंचा रही है, तो आपका क्या रिएक्शन होगा? ऐसा हम यूं ही नहीं कह रहे हैं, बल्कि डॉक्टर जयश्री शरद ने खुद इस बारे में जानकारी देते हुए लोगों को चेताया है। उन्होंने शेयर किया कि कैसे लूफा से लेकर स्क्रबिंग के लिए दूसरी चीजों का इस्तेमाल त्वचा को गंभीर नुकसान पहुंचा सकता है।इतना ही नहीं जिस कालेपन को दूर करने के लिए आप इन तरीकों को यूज कर रहे थे, वो असल में काले धब्बों को और बढ़ा सकता है। आमतौर पर लोग अपनी गर्दन, कोहनी, घुटने या शरीर के किसी भी ऐसे हिस्से को नहाने के दौरान स्क्रब करते हैं, जिन पर उन्हें कालापन नजर आता है। हालांकि, डॉक्टर के मुताबिक, ऐसा करना स्किन को नुकसान पहुंचाता है। जयश्री शरद ने बताया कि लूफा या फिर मेकेनिकल स्क्रब्स से स्किन की सबसे ऊपरी परत को प्रभावित करता है। स्क्रबिंग के कारण अगर ऊपरी त्वचा को नुकसान पहुंचता है, तो उससे क्या होता है? ये भी जयश्री शरद ने समझाया। डॉक्टर ने शेयर किया कि स्किन की टॉपमोस्ट लेयर को जब इस तरह से नुकसान होता है, तो त्वचा यूवी रेज के प्रति ज्यादा संवेदनशील हो जाती है।

बल्ले से अभी तक एक अर्धशतक निकला

रोहित शर्मा के बल्ले से अभी तक एक अर्धशतक निकला है। दूसरी ओर, विराट कोहली और सूर्यकुमार यादव का बल्ला खूब गरज रहा है। सेमीफाइनल में उम्मीद है कि हिटमैन जिस तरह की बैटिंग के लिए जाने जाते हैं वैसा प्रदर्शन करें। टी–20 वर्ल्ड कप में अभी तक भारतीय टीम को ओपनिंग में अच्छी शुरुआत नहीं मिली है। अगर वह चले तो केएल राहुल आउट हुए और जब केएल राहुल चले तो वह आउट हो गए।

## हाथ पर लगी थी तेज तर्रार गेंद, तिलमिला उठे थे रोहित

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** एडिलेड। भारतीय टीम के कप्तान रोहित शर्मा को टी–20 वर्ल्ड कप से पहले नेट प्रैक्टिस के दौरान एक गेंद हाथ पर जा लगी थी। वह दर्द में दिखे थे और कुछ देर बाद नेट पर लौट आए थे। इस बारे में जब रोहित से आज प्रेस कॉन्फ्रेंस में सवाल किया गया तो उन्होंने बताया कि वह फिट हैं और मैच खेलेंगे। किसी तरह की दिक्कत नहीं है। भारत को 10 नवंबर यानी कल इंग्लैंड के खिलाफ एडिलेड में सेमीफाइनल खेलना है। रोहित ने अपनी चोट पर अपडेट देते हुए कहा, कल गेंद लगी थी, लेकिन अब यह ठीक लग रहा है। थोड़ी चोट थी, लेकिन अब यह बिल्कुल ठीक है। मंगलवार को नेट्स में अभ्यास के दौरान रोहित थ्रोडाउन के दौरान दाहिने हाथ के अग्रभाग में गेंद लगने से चोटिल हो गए थे। भारतीय कप्तान नेट कुछ देर के लिए प्रैक्टिस से चले गए थे और चिकित्सकों ने उनका इलाज किया। पैडी अप्टन से बात करते हुए रोहित को हाथ में आइस पैक लिए देखा गया। रोहित को बाद में एक बार फिर नेट्स पर बल्लेबाजी करते हुए देखा गया, जो इंग्लैंड के रूप में अब तक की अपनी सबसे कठिन चुनौती का सामना करने के लिए तैयार है।

## न्यूज डायरी

### शाहीन अफरीदी ने न्यूजीलैंड से जंग से पहले थामा भारत का तिरंगा

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** सिडनी। न्यूजीलैंड से होने वाले टी–20 वर्ल्ड कप 2022 के सेमीफाइनल से ठीक पहले पाकिस्तानी तेज गेंदबाज शाहीन शाह अफरीदी आ एक फोटो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। तस्वीर को देखकर लोगों को उनके होने वाले ससुर शाहिद अफरीदी की याद आ गई। रिपोर्ट के अनुसार, सिडनी क्रिकेट ग्राउंड पर प्रैक्टिस करने आई पाकिस्तानी टीम से मिलने के लिए फैंस भी बड़ी संख्या में पहुंचे थे। इस दौरान शाहीन अफरीदी से इंडियन फैंस भी मिले। वायरल हो रही तस्वीर में शाहीन एक फैन के लिए भारतीय झंडे तिरंगे पर ऑटोग्राफ देते दिख रहे हैं। जैसे ही यह तस्वीर सामने आई लोगों को उनके होने वाले ससुर की वह तस्वीर की याद आ गई, जिसमें शाहिद अफरीदी ने स्विट्जरलैंड में एक फ्रेंडली मैच के बाद भारतीय फैंस के साथ तस्वीर खिंचवाते और ऑटोग्राफ देते नजर आए थे। बता दें कि शाहीन शाह अफरीदी ने बांग्लादेश के खिलाफ 4 विकेट झटके थे।

### केविन पीटरसन ने की टी20 विश्व कप 2022 के फाइनल को लेकर भविष्यवाणी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। टी20 विश्व कप 2022 का सेमीफाइनल शुरु होते ही क्रिकेट प्रशंसकों और विशेषज्ञों ने फाइनल को लेकर भविष्यवाणी करनी शुरू कर दी है। पहले सेमीफाइनल में न्यूजीलैंड का सामना बुधवार को सिडनी क्रिकेट ग्राउंड पर पाकिस्तान से होगा। वहीं गुरुवार को एडिलेड के ओवल में इंग्लैंड और भारत के बीच होगा। ऐसे में कई भविष्यवाणियां की जा रही हैं कि भारत और पाकिस्तान के बीच फाइनल होगा, लेकिन इंग्लैंड के पूर्व क्रिकेटर केविन पीटरसन ऐसा नहीं सोचते। उन्हें इससे इतर भविष्यवाणी की है। इस दिग्गज बल्लेबाज को लगता है कि फाइनल में इंग्लैंड और पाकिस्तान के बीच भिड़ंत होगा। पीटरसन ने अपने ब्लॉग बेटवे पर लिखा है कि, "मुझे लगता है कि क्रिकेट की दुनिया पाकिस्तान को भारत से फाइनल में देखना चाहती है, लेकिन इस बात की बहुत अच्छी संभावना है कि यह इंग्लैंड बनाम पाकिस्तान होने वाला है।" उन्होंने आगे कहा, "एडिलेड ओवल में मुझे लगता है कि इंग्लैंड–भारत को हराएगा। इंग्लैंड बेहतर क्रिकेट खेल रहा है, लेकिन मैं चाहूंगा कि विराट कोहली एक दिन अपने फॉर्म में न रहें।"

### टीम इंडिया को फाइनल में बनानी है जगह तो तोड़ना होगा हालिया प्रदर्शन का भ्रमजाल

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। टी20 वर्ल्ड कप के दूसरे सेमीफाइनल मैच में टीम इंडिया का सामना इंग्लैंड से होने वाला है। इस वर्ल्ड कप की बात करें तो टीम इंडिया ने 5 में से 4 मैच जीतकर बतौर टेबल टॉपर सेमीफाइनल में जगह बनाई थी लेकिन हालिया कुछ सालों में आइसीसी इवेंट में टीम का प्रदर्शन चिंता का विषय रहा है। इंग्लैंड के खिलाफ जब टीम इंडिया एडिलेड के मैदान पर उतरेगी तो उसके सामने इसी भ्रमजाल को तोड़ने की चुनौती होगी। 2013 के बाद टीम इंडिया आइसीसी इवेंट के नॉक आउट मैच में संघर्ष करते नजर आई है। इस बात की गवाही ये आकड़ें दे रहे हैं। टीम इंडिया 2014 टी20 वर्ल्ड कप के फाइनल में हार गई थी। उसके बाद एक बार फिर 2016 टी20 वर्ल्ड कप के सेमीफाइनल में उसे हार का सामना करना पड़ा।

### साउथ अफ्रीका टी20 लीग के लिए जारी हुआ शेड्यूल जारी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। साउथ अफ्रीका में मीनी आइपीएल की तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। साउथ अफ्रीका टी20 लीग के कमिश्नर ग्रीम स्मिथ ने इसको लेकर अपडेट जारी किया है। 2023 में साउथ अफ्रीका में खेले जाने वाले पहले उद्घाटन ।20 लीग के लिए मैचों का शेड्यूल जारी कर दिया गया है। पहले सीजन में कुल 33 मैच खेले जाने हैं। साउथ अफ्रीका टी20 लीग 10 जनवरी से शुरू होगा और 11 फरवरी को फाइनल खेला जाएगा। साउथ अफ्रीका और इंग्लैंड के बीच होने वाली द्विपक्षीय एकदिवसीय श्रृंखला (24 जनवरी से 2 फरवरी) के चलते एक हफ्ते का ब्रेक रहेगा। इस मीनी आइपीएल में 6 फ्रेंचाइजी की टीमें एक दूसरे से भिड़ेंगी। टूर्नामेंट का उद्घाटन मैच एमआई केप टाउन और पार्ल रॉयल्स के बीच खेला जाएगा।

# टी20 रैंकिंग में सूर्यकुमार यादव पहले स्थान पर बरकरार

## हसरंगा ने राशिद को पछाड़ हासिल की टॉप रैंकिंग

क्रिकेट

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। आईसीसी की जारी टी20 रैंकिंग में श्रीलंका के लेग स्पिनर वानिंदु हसरंगा टॉप गेंदबाज बन गए हैं। वानिंदु हसरंगा ने ऑस्ट्रेलिया में चल रहे आईसीसी टी20 विश्व कप में लगातार शानदार प्रदर्शन किया। इसका फायदा उन्हें आईसीसी टी20 रैंकिंग में मिला है। हसरंगा ने अफगानिस्तान के राशिद खान को पछाड़ते हुए टी20 गेंदबाजी रैंकिंग में नंबर 1 स्थान हासिल किया है। वहीं बल्लेबाजों में सूर्यकुमार अभी पहले स्थान पर काबिज हैं।

आईसीसी टी20 रैंकिंग में हसरंगा के अब 704 प्वाइंट्स हो गए हैं। वहीं अफगानिस्तान के स्टार स्पिनर राशिद 698 प्वाइंट्स के साथ दूसरे स्थान पर खिसक गए हैं। तीसरे स्थान पर ऑस्ट्रेलिया के जॉस हेजलवुड, चौथे स्थान पर साउथ

अफ्रीका के तबरेज शम्सी और पांचवे स्थान पर ऑस्ट्रेलिया के एडम जंपा हैं। टॉप पांच में भारत का एक ही गेंदबाज अपना स्थान बना पाने में कायम नहीं हो सका।

**टी20 विश्व कप में किया बेहतरीन प्रदर्शनः** बात की जाए हसरंगा कि तो टी20 विश्व कप में अफगानिस्तान के खिलाफ 3/13 और इंग्लैंड के खिलाफ 2/23 का शानदार प्रदर्शन किया था। इससे दुनिया के सर्वश्रेष्ठ लेग स्पिनरों में से एक के रूप में अपनी खास पहचान बनाई। हसरंगा ने 52 मैच में 14.48 की औसत और

6.67 की प्रभावशाली इकोनामी से 86 विकेट लिए हैं। 25 हसरंगा एक अच्छे बल्लेबाज भी हैं। वह ऑलराउंडर की रैंकिंग में आठवें नंबर पर हैं।

**हार्दिक पांड्या तीसरे स्थान पर** आइसीसी ऑलराउंडरों की रैंकिंग में भारत के हार्दिक पांड्या तीसरे स्थान पर हैं। जबकि बांग्लादेश के कप्तान शाकिब अल हसन पहले स्थान प है। वहीं जिम्बाब्वे के ऑलराउंडर सीन विलियम्स ने सबसे चौंकाते हुए टॉप टेन में अपनी जगह बनाई है। जबकि पाकिस्तान के शादाब खान 10 पायदान की छलांग के साथ 15वें स्थान पर हैं।

# नेट प्रैक्टिस के दौरान बॉल लगी तो घुटनों के बल बैठ गए कोहली

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

एडिलेड। टी–20वर्ल्ड कपसेमीफाइनल से ठीक पहले एक के बाद एक भारतीय क्रिकेटर्स चोटिल होते जा रहे हैं। कल कप्तान रोहित शर्मा थ्रो डाउन प्रैक्टिस के दौरान इंजर्ड हो गए थे तो आज विराट कोहली भी चोटिल हो गए। गेंद इतनी जोर से लगी कि विराट कुछ देर के लिए प्रैक्टिस पिच पर ही बैठ गए। घटना का वीडियो अब सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है। फैंस विराट की इंजरी अपडेट पर बात कर रहे हैं। कुछ इसे सामान्य घटना की तरह देख रहे हैं तो कुछ चोट को गंभीर बता रहे हैं।

**कहां और कैसे लगी चोट?:** एडिलेड ओवल मैदान पर भारतीय

समयानुसार टीम इंडिया दोपहर को प्रैक्टिस करने पहुंची। इस दौरान हर्षल पटेल की गेंद लगने से विराट को ग्रोइन में इंजरी हो गई, जिसके बाद वह नेट्स से चले गए। हालांकि इसके बाद खबर आई है कि विराट कोहली फिलहाल ठीक हैं और उन्होंने फैंस के साथ सेल्फी भी क्लिक करवाई है।

**जबरदस्त फॉर्म में चल रहे हैं विराटः** इस मेगा इवेंट में विराट कोहली जोरदार फॉर्म में हैं। विराट ने टूर्नामेंट के सर्वोच्च रन स्कोरर तो हैं ही, साथ ही साथ वर्ल्ड कप इतिहास के सबसे सफल बल्लेबाज भी हैं। सुपर–12 राउंड के दौरान विराट कोहली के बल्ले से पांच पारियों में 123 की औसत और 138.98 के स्ट्राइक रेट से कुल 246 रन आ चुके हैं। पहले मैच में पाकिस्तान के खिलाफ हारिस रऊफ को लैंथ बॉल पर लगाया गया सीधा छक्का वर्ल्ड क्रिकेट के आइकॉनिक शॉट्स में शुमार हो चुका है।

**कल रोहित शर्मा को लगी थी चोटः** 8 नवंबर को रोहित अभ्यास की सामान्य ड्रिल कर रहे थे। एडिलेड ओवल में टीम के थ्रोडाउन विशेषज्ञ एस रघु का सामना करते हुए एक शार्ट पिच गेंद तेजी से उछलकर उनकी दायीं बांह पर लगी। भारतीय कप्तान पुल शॉट खेलने के प्रयास में चूक गए और गेंद तेजी से उनकी बांह पर जा लगी।

## सूर्याकुमार पर हो रही पैसों की बारिश, बन गए हैं करोड़पति

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। टी20 विश्व कप 2022 में भारत की तरफ से विराट कोहली और सूर्यकुमार यादव का बल्ला रन उगल रहा है। टूर्नामेंट में सबसे ज्यादा रन बनाने वाले बल्लेबाजों की लिस्ट में विराट कोहली पहले स्थान पर है तो वहीं सूर्या तीसरे स्थान पर हैं। गुरुवार को सेमीफाइनल में भारत का मुकाबला इंग्लैंड से होगा। ऐसे में इन दोनों बल्लेबाजों का चलना अधिक महत्वपूर्ण हो गया है।

गौरतलब हो कि विराट कोहली ने पांच मैच में 82 नाबाद, 62, 12, 64 और 26 रन बनाए हैं। वहीं सूर्यकुमार ने 15, 51 नाबाद, 68, 30 और 61 नाबाद रन की पारी खेली है। दोनों ही बल्लेबाज प्रेशर को अच्छी तरह से खेल सकने में सक्षम हैं। पाकिस्तान के खिलाफ जहां कोहली ने करके दिखाया था तो वहीं सूर्या ने साउथ अफ्रीका के खिलाफ करके दिखाया है। सूर्या के दमदार प्रदर्शन से आज दुनिया भर में उनकी चर्चा हो रही है। भारतीय टीम के नए सुपरस्टार सूर्यकुमार यादव का बल्ला रन बरसा रहा है।

## संक्षिप्त समाचार

### आज के हमें दो संकल्प लेने की जरूरतः राज्यपाल

**संवाददाता** देहरादून। राज्यपाल लेफ्टिनेंट जनरल गुरमीत सिंह (से नि) ने उत्तराखण्ड राज्य स्थापना दिवस के अवसर बधाई एवं शुभकामनाएं देते हुए उत्तराखण्ड राज्य आन्दोलन से जुड़े सभी ज्ञात–अज्ञात, अमर शहीदों और आंदोलनकारियों को नमन किया। इस अवसर पर उन्होंने प्रदेशवासियों से कहा कि आज के अवसर पर हमें दो संकल्प लेने की जरूरत है। पहला ट्रैफिक नियमों का पालन करना और दूसरा उत्तराखण्ड के प्रत्येक हिस्से को स्वच्छता अभियान का रोल मॉडल बनाना। उन्होंने कहा कि ट्रैफिक नियमों का पालन कर हम सड़क दुर्घटनाओं में काफी हद तक कमी ला सकते हैं। वाहनों की फिटनेस समय पर कराकर वाहनों में ओवरलोडिंग का त्याग कर सड़क पर गाड़ी चलाते हुए सभी नियमों का पालन कर सड़क दुर्घटनाओं को कम किया जा सकता है।

### भाजपा कार्यालय में विभिन्न विकास कार्यों पर आधारित प्रदर्शनी का शुभारंभ

**संवाददाता** देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने राज्य स्थापना दिवस के अवसर पर बलवीर रोड स्थित भाजपा कार्यालय में विभिन्न विकास कार्यों पर आधारित प्रदर्शनी का शुभारंभ किया। इस अवसर पर उन्होंने पूर्व प्रधानमंत्री स्व. अटल बिहारी वाजपेई के चित्र पर श्रद्धा सुमन अर्पित किए। इस अवसर पर भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष महेन्द्र भट्ट, सांसद एवं पूर्व मुख्यमंत्री डॉ. रमेश पोखरियाल निशंक, सांसद श्रीमती माला राज्यलक्ष्मी शाह, विधायक उमेश शर्मा काऊ एवं पार्टी पदाधिकारी मौजूद थे।

### प्रगति से प्रकृति पथ यात्रा का दून में समापन

**संवाददाता** देहरादून। पद्मभूषण डा अनिल प्रकाश जोशी की प्रगति से प्रकृति पथ यात्रा का दून में समापन हुआ। सर्वे चौक स्थित आईआरडीटी सभागार में पहुंचने पर उनका जोरदार स्वागत किया गया। डा जोशी व उनके साथियों ने दो अक्टूबर को मुंबई से प्रगति से प्रकृति पथ यात्रा शुरू की। यह यात्रा प्रकृति के लिए लोग को एक साथ जोड़ने का एक सामूहिक प्रयत्न है। आर्थिक राजधानी मुंबई से लेकर पारिस्थितिक उत्तराखंड की यात्रा थी।

### एयरटेल सीईओ गोपाल विट्ठल चुने गए जीएसएमए उपाध्यक्ष

**संवाददाता** देहरादून। जीएसएमए ने अपने निदेशक मंडल के नए सदस्यों का चुनाव किया है, जिनका कार्यकाल दो वर्षों के लिए होगा, जो 1 जनवरी, 2023 से शुरू होकर 31 दिसंबर, 2024 को समाप्त होगा। जीएसएमए एक वैश्विक संगठन है, जो सकारात्मक कारोबारी माहौल और सामाजिक परिवर्तन को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक नई खोज, विकास और वितरण के लिए मोबाइल इकोसिस्टम को एकीकृत करता है।

# पाठ्य पुस्तकों में शामिल होगा आंदोलन का इतिहासः सीएम

**स्थापना दिवस**

■ सीएम ने ली परेड की सलामी, प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने दी शुभकामनाएं

**संवाददाता**

देहरादून। राज्य स्थापना की 22वीं वर्षगांठ को हर्ष और उल्लास के साथ मनाने के लिए दून तैयार दिखा। विधानसभा, राजभवन, मुख्यमंत्री आवास, सचिवालय व तमाम शासकीय कार्यालयों को प्रकाशमय किया गया है। मुख्य कार्यक्रम देहरादून पुलिस लाइन में आयोजित हुआ, जिसमें मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी मुख्य अतिथि रहे। यहां से वह भराड़ीसैंण गए और राज्य स्थापना दिवस पर आयोजित महोत्सव में भी प्रतिभाग किया। इसके साथ ही राज्य स्थापना दिवस पर बुधवार को कई कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं।

वहीं प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने भी उत्तराखंडवासियों को राज्य स्थापना दिवस की शुभकामनाएं दी है। जिस पर मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने उनका आभार व्यक्त किया है। इस क्रम में बुधवार को मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी रिजर्व पुलिस लाइन पहुंचे और यहं पर परेड का निरीक्षण किया। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने प्रदेशवासियों को राज्य स्थापना दिवस की बधाई एवं शुभकामनाएं दी। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के विजन के तहत 21वीं सदी का तीसरा दशक उत्तराखंड का होगा। हम उत्तराखंड को 2025 तक देश का सर्वश्रेष्ठ राज्य बनाएंगे। मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य की सरकार सुरक्षित पर्यटन की ओर लगातार काम कर रही है। इस साल चारधाम यात्रा में भी रिकॉर्ड यात्री आए हैं।

इस दौरान मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने बड़ी घोषणा की उन्होंने कहा कि उत्तराखंड आंदोलन के इतिहास को पाठ्य पुस्तकों में शामिल किया जाएगा। वहीं उत्तराखंड में जल्द 19000 पदों पर भर्ती होगी। पुलिस की रैतिक परेड सुबह 9.35 से शुरू हुई। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि राज्यपाल गुरमीत सिंह भी पुलिस लाइन पहुंचे। राज्यपाल गुरमीत सिंह, पुलिस महानिदेशक अशोक कुमार ने भी परेड का निरीक्षण किया।

सारे जहां से अच्छा... की धुन पर परेड कमांडर वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक दलीप सिंह कुंवर ने परेड की अगुवाई की। परेड में पीएसी महिला व पुरुष का दल, आइआरबी, बम निरोधक दस्ता, पुलिस संचार, मॉर्डन कंट्रोल रूम, नभ नेत्र, डॉग स्कायड, फायर ब्रिगेड, सीपीयू व ड्रोन ने हिस्सा लिया। इस दौरान राज्यपाल ने पुलिस अधिकारियों को भी सम्मानित किया।

**विभूतियों को दिया उत्तराखंड गौरव सम्मानः** उत्तराखंड गौरव सम्मान की शुरुआत वर्ष 2021 के स्थापना दिवस से हुई थी। बुधवार को वर्ष 2021 के लिए पूर्व मुख्यमंत्री नारायण दत्त तिवारी, पर्यावरणविद् पद्भूषण डा अनिल प्रकाश जोशी, साहित्यकार रस्किन बांड, पर्वतारोही बछेंद्रीपाल और प्रसिद्ध लोकगायक नरेंद्र सिंह नेगी को उत्तराखंड गौरव सम्मान दिया गया।

वर्ष 2022 के लिए उत्तराखंड गौरव सम्मान राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार अजीत डोभाल, देश के पहले चीफ आफ डिफेंस स्टाफ रहे जनरल स्व बिपिन रावत, केंद्रीय फिल्म सेंसर बोर्ड के अध्यक्ष प्रसून जोशी, प्रसिद्ध गीतकार स्व गिरीश चंद्र तिवारी गिर्दा और साहित्यकार स्व वीरेन डंगवाल को प्रदान किया गया है। पुरस्कार में एक लाख रुपये की सम्मान राशि, प्रशस्ति पत्र व प्रतीक चिह्न प्रदान किया गया। कवि व लेखक प्रसून जोशी और लोकगायक नरेंद्र सिंह नेगी ने पुरस्कार खुद लिया।

### मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कई घोषणाएं की

- ■सभी जिलों में बालिका आवासीय विद्यालय खोले जाएंगे।
- ■जल्द ही जल विद्युत और सौर ऊर्जा नीति बनाई जाएगी।
- ■नई पर्यटन नीति बनेगी।
- ■10 हजार महिला समूहों को उद्यमी बनाएंगे।
- ■लोगों को प्रोत्साहित करने के लिए पुलिस में एक करोड़ का कोष बनेगा।
- ■इनामी बदमाशों को पकड़वाने वाले लोगों को पुरुस्कृत किया जाएगा।
- ■गौरा शक्ति योजना एप लांच करेंगे।
- ■मुख्यमंत्री चौपाल कार्यक्रम शुरू किया जाएगा।

# आज उत्तराखंड में हर जगह विकास के कार्य देखने को मिल रहे

**शिलान्यास**

■भराडीसैंण में शहीद राज्य आंदोलनकारियों को सीएम एवं विस अध्यक्ष ने श्रद्धांजलि दी

**संवाददाता**

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी एवं विधानसभा अध्यक्ष श्रीमती ऋतु खण्डूड़ी भूषण ने राज्य स्थापना दिवस के अवसर पर प्रदेश की ग्रीष्मकालीन राजधानी भराड़ीसैंण में विधानसभा परिसर भराडीसैंण में शहीद राज्य आंदोलनकारियों को श्रद्धांजलि अर्पित की। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने लगभग 11736 लाख रूपये की 28 योजनाओं का लोकार्पण एवं लगभग 4948 लाख की 22 योजनाओं का शिलान्यास किया। मुख्यमंत्री ने टैक्सी स्टैंड गैरसैंण से स्टेडियम होते हुए गढ़वाल मंडल विकास निगम तक इंटरलॉकिंग टाइल्स द्वारा मोटर मार्ग के निर्माण, पर्यटन विकास मेला मेहलचौरी के लिए दो लाख की धनराशि तथा कृषि उद्यान एवं पर्यटन विकास मेला गैरसैंण के लिए भी 2 लाख की ध नराशि देने की घोषणा की। इस दौरान जिला सूचना कार्यालय चमोली द्वारा प्रकाशित जनपद की ''विकास पुस्तिका'' का विमोचन भी किया गया।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री मोदी का उत्तराखंड से विशेष लगाव है। आज हमारा प्रदेश उनके मार्गदर्शन में विकास के विभिन्न आयामों को छू रहा है। आज उत्तराखंड में हर जगह विकास के कार्य देखने को मिल रहे हैं।

विधानसभा अध्यक्ष श्रीमती ऋतु खण्डूड़ी भूषण ने कहा कि 22 साल के सफर में उत्तराखंड ने सफलता के कई मुकाम हासिल किए। उन्होंने कहा कि राज्य निर्माण से लेकर उत्तराखण्ड दृढ़ता पूर्वक विकास के रास्ते पर कदम आगे बढ़ा रहा है। विस अध्यक्ष ने इस दौरान कार्यक्रम में उपस्थित रही सभी महिला समूहों को अध्यक्ष विवेकाधीन कोष से प्रोत्साहन राशि के रूप में 5– 5 हजार रुपए देने की घोषणा भी की। उन्होंने कहा कि राज्य में पलायन को रोकने के लिए प्रभावी योजनाओं का क्रियान्वयन होने से रोजगार के नए अवसर युवाओं को पैदा होंगे।

### राज्य निर्माण के लिए बलिदान देने वालों को सीएम ने दी श्रद्धांजलि

**संवाददाता** देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने बुधवार को राज्य स्थापना दिवस के अवसर पर शहीद स्थल कचहरी में उत्तराखण्ड राज्य आन्दोलनकारी शहीदों को श्रद्धांजलि अर्पित की। मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखण्ड राज्य आन्दोलनकारियों के संघर्ष के परिणामस्वरूप ही हमें नया राज्य मिला। शहीद राज्य आन्दोलनकारियों के सपने के अनुरूप राज्य के विकास के लिए राज्य सरकार प्रयासरत है। 2025 तक उत्तराखण्ड को हर क्षेत्र में देश का अग्रणी राज्य बनाने के लिए प्रयास किये जा रहे हैं। इसके लिए सभी को एकजुट होकर कार्य करना है, जिससे कि राज्य आन्दोलन के शहीदों के सपनों के अनुरूप प्रदेश का समग्र विकास किया जा सके।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक
प्रदीप चौधरी
द्वारा
एल.के प्रिंटर्स,74/9,आराघर,देहरादून से मुद्रित
व जाखन जोहड़ी रोड, पी.ओ.-राजपुर, देहरादून से प्रकाशित।
संपादकः प्रदीप चौधरी

सिटी कार्यालयः
शिवम् मार्केट, द्वितीय तल दर्शनलाल चौक, देहरादून।

(M) 9319700701
pagethreedaily@gmail.com
आर.एन.आई.नं0
UTTHIN\2005\15735
सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून ही मान्य होगा।