देहरादून,पौड़ी–गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित
www.page3news.in
नगर संस्करण वर्ष 19 अंक: 10 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार–प्रवाह...
सत्तापक्ष से टकराव

# पेज श्री

देहरादून, शनिवार, 6 अप्रैल 2024

मौसम अधिकतम 30.0º न्यूनतम 17.0º | 73651.35

2 बर्ड फ्लू को लेकर किया अलर्ट
7 धाकड़ अपनी टीम के लिए बने पनौती

# जब नीयत सही, तो नतीजे सही

## कांग्रेस पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कसा तंज

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

चुरू। लोकसभा चुनाव को लेकर उम्मीदवारों की घोषणा के बाद राजनीतिक दलों ने प्रचार अभियान तेज कर दिया है। इस बीच पीएम नरेंद्र मोदी राजस्थान के चुरू में रैली को संबोधित कर रहे हैं। इस दौरान पीएम ने कहा कि पूरा राजस्थान कह रहा है... फिर एक बार मोदी सरकार। वहीं, मोदी ने आज कांग्रेस के घोषणापत्र पर निशाना साधते हुए कहा कि भाजपा घोषणा पत्र नहीं, सकंल्प लेती है। कहा कि जो काम अब तक हुआ है, वो तो सिर्फ ट्रेलर है। अभी बहुत कुछ करना है। बहुत सारे सपने हैं, हमें देश को बहुत आगे लेकर जाना है। पीएम ने इसी के साथ कांग्रेस पर निशाना साधते हुए कहा कि उन्हें लगता है कि राम का नाम अगर ले लिया तो पता नहीं कब राम–राम हो जाए।

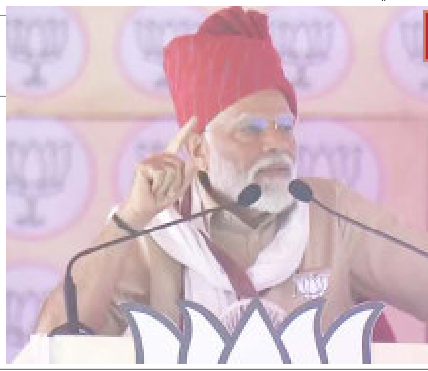
राजस्थान में तो कहते हैं अपनी करणी, पार उतरणी। हमने परिणाम लाकर दिखा दिया। हमने 10 वर्षों में करोड़ों लोगों को पक्के आवास दिए। मुझे खुशी इस बात की है। हमने जो पक्के घर दिए उनमें अधिकतर पक्के घर माताओं और बेटियों के नाम पर हैं।

राजस्थान में करीब 50 लाख घरों में पानी का कनेक्शन दिया जा चुका है। कांग्रेस सरकार हमारी इस योजना में भी भ्रष्टाचार करने का मौका नहीं छोड़ती थी। अब उन कमियों को भी दूर करने का प्रयास किया जा रहा है। राजस्थान के साढ़े 4 करोड़ जरूरतमंदों को हर महीने मुफ्त राशन भी दिया जा रहा है। जीवन के हर पड़ाव पर भाजपा सरकार गरीब के साथ खड़ी है। जो काम इतने दशक में नहीं हुए वह काम हमने 10 साल में करके दिखाए।

मोदी के मन की बात आज मैं चूरू में बता देता हूं। अब तक जो हुआ है वह तो ट्रेलर है। बड़े होटलों में खाना खाने जाते हैं तो पहले एपेटाइजर लेते हैं। ये जो मोदी ने किया है वह तो एपेटाइजर है। अभी तो पूरी खाने की थाली आनी बाकी है। बहुत कुछ करना है। बहुत सारे सपने हैं। हमें देश को बहुत आगे लेकर जाना है। आज देश में मोदी की गारंटी की चर्चा हो रही है। मोदी की गारंटी कैसे और कितनी रफ्तार से पूरी होती है, राजस्थान इसका बहुत बड़ा उदाहरण है।

### देश को पांचवीं बड़ी अर्थव्यवस्था बनाया

हमने ईमानदारी से काम किया। कोरोना जैस इतना बड़ा संकट आया। दुनिया सोच रही थी कि भारत तो बर्बाद हो जाएगा और दुनिया को भी बर्बाद कर देगा, लेकिन हमने इस संकट में देश को दुनिया की पांचवीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बना दिया।



### भाजपा जो कहती है, जरूर करती है

दूसरी पार्टियों की तरह भाजपा घोषणा पत्र जारी नहीं करती, हम तो संकल्प पत्र लाते हैं। भाजपा जो कहती है वह जरूर करती है। दूसरी पार्टियों की तरह भाजपा घोषणा पत्र जारी नहीं करती। हम तो संकल्प पत्र लाते हैं। मोदी ने आपको जो वादा किया था वह वादा पूरा करने के लिए एड़ी–चोटी का जोर लगा दिया है। जम्मू कश्मीर से आर्टिकल 370 खत्म हो गया। तीन तलाक पर कानून हमारी मुस्लिम बहनों की मदद कर रहा है।

### हताशा–निराश मोदी के पास भी नहीं भटक सकती

आज पूरा देश विकसित भारत के लिए काम कर रहा है और इसमें राजस्थान की बहुत बड़ी भूमिका है। बीते 10 साल में मोदी ने देश में जो काम किए हैं, उन्होंने दुनिया में विकसित भारत की नींव तैयार कर दी है। दुनिया ये देखकर हैरान है। हम जो ठान लेते हैं वह पूरा करके दिखाते हैं। पिछले 10 साल में आपने देश को बदलते देखा है। याद करिए, 10 साल पहले देश कितनी खस्ता हालत में था। कांग्रेस के बड़े–बड़े घोटालों और लूट के कारण देश की अर्थव्यवस्था चरमरा गई थी। भारत की साख गिरती जा रही थी। इसी हताशा और निराशा में 2014 में आपने गरीब के इस बेटे को अपनी सेवा का मौका दिया। हताशा–निराश मोदी के पास भी नहीं भटक सकती।

## संक्षिप्त समाचार

### यूपी में जारी रहेगी मदरसों की पढ़ाई

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने शुक्रवार को सुनवाई के दौरान उत्तर प्रदेश बोर्ड मदरसा एजुकेशन एक्ट 2004 को असंवैधानिक करार देते हुए इलाहाबाद हाई कोर्ट के फैसले पर रोक लगा दी है। सुप्रीम कोर्ट ने कहा– इलाहाबाद हाईकोर्ट का यह निष्कर्ष कि मदरसा बोर्ड की स्थापना धर्मनिरपेक्षता यानी सेक्युलरिज्म के सिद्धांतों का उल्लंघन है।

### सपा की एकमात्र उम्मीदवार का नामांकन ही खारिज

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। मध्य प्रदेश में इंडिया गठबंधन को बड़ा झटका लगा है। खजुराहो सीट से गठबंधन प्रत्याशी के रूप में उतरीं सपा नेता मीरा यादव का नामांकन निरस्त कर दिया गया है। मिली जानकारी के अनुसार, मीरा यादव का नामांकन दो कारणों से रद्द किया गया है। आइये जानते हैं क्या है पूरा मामला। खजुराहो संसदीय सीट राज्य की एकमात्र वो सीट थी, जो कांग्रेस ने सपा के लिए छोड़ी थी।

# चुनाव के लिए कांग्रेस का घोषणा पत्र जारी

## 30 लाख नौकरी, आरक्षण में इजाफा और परीक्षा में जीरो आवेदन शुल्क

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। लोकसभा चुनाव के लिए कांग्रेस ने शुक्रवार को अपना घोषणा–पत्र जारी कर दिया। कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे, कांग्रेस संसदीय दल की अध्यक्ष सोनिया गांधी, पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी, घोषणा पत्र समिति के अध्यक्ष पी. चिदंबरम और कांग्रेस महासचिव (संगठन) केसी वेणुगोपाल ने लोकसभा चुनाव, 2024 के लिए कांग्रेस का घोषणा पत्र जारी किया। इस घोषणा पत्र को न्याय पत्र नाम दिया गया है। इसमें तमाम वर्गों के लिए न्याय पर जोर दिया गया है जिसमें महिला, युवा, किसान, गरीब आदि शामिल हैं। पार्टी ने घोषणा पत्र जारी करते हुए कहा कि देश में बेरोजगारी बड़ी समस्या है और यह सरकार अमीरों के लिए है।

### शनिवार को जयपुर में होगी रैली

दिल्ली में घोषणा पत्र जारी करने के बाद कांग्रेस पार्टी की शनिवार को जयपुर एवं हैदराबाद में जनसभाएं आयोजित की जाएंगी जिनमें पार्टी के शीर्ष नेता शामिल होंगे। जयपुर में आयोजित घोषणा पत्र संबंधी रैली को कांग्रेस संसदीय दल की प्रमुख सोनिया गांधी, पार्टी अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे, पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी और महासचिव प्रियंका गांधी वाद्रा संबोधित करेंगी। हैदराबाद में घोषणा पत्र संबंधी जनसभा को राहुल गांधी संबोधित करेंगे।

48 पन्ने के न्याय पत्र में तमाम वर्गों और क्षेत्रों के लिए न्याय के 10 स्तंभों जोर दिया गया है। यह घोषणा पत्र पूर्व वित्त मंत्री पी. चिदंबरम की अध्यक्षता में तैयार किया गया। कांग्रेस अध्यक्ष खरगे ने बताया कि 19 मार्च को कांग्रेस कार्य समिति ने इसे मंजूरी दी थी।

न्याय पत्र जारी करते हुए कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने कहा कि राहुल गांधी की भारत जोड़ो न्याय यात्रा के दौरान न्याय के पांच स्तंभों पर ध्यान केंद्रित किया गया था। इनमें युवा न्याय, किसान न्याय, नारी न्याय, श्रमिक न्याय और हिस्सेदारी न्याय की घोषणा की गईं थीं। इनमें 25 गारंटियां निकलती हैं। इन सभी को भी घोषणा पत्र में शामिल किया गया है।

# सभी घटक दल आपसी सहमति से तय करेंगे पीएम उम्मीदवार

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने भाजपा के चार सौ पार के दावों को खारिज करते हुए विपक्षी आईएनडीआईए गठबंधन की जीत का दावा करते हुए कहा कि 2024 के लोकसभा चुनाव में भाजपा–एनडीए का वैसा ही हश्र होगा जैसा 2004 में इंडिया शाइनिंग का हुआ था। विपक्ष के प्रधानमंत्री उम्मीदवार का चेहरा चुनाव जीत के बाद आईएनडीआईए के सभी घटक दल आपसी सहमति से करेंगे।

कांग्रेस के चुनाव घोषणापत्र जारी करने के मौके पर पार्टी मुख्यालय में पत्रकारों के सवालों का जवाब देते हुए राहुल गांधी ने कहा कि भाजपा मीडिया के सहयोग से चार सौ पार के आंकड़े को प्रचारित कर रही है मगर वास्तव में चुनाव में मुकाबला बहुत करीबी है और हम चुनाव जीतने जा रहे हैं। कांग्रेस नेता ने कहा कि यह समझना अहम है कि 2024 का चुनाव मौलिक रूप से अलग चुनाव है क्योंकि लोकतंत्र और संविधान आज जितना खतरे में है वह पहले कभी नहीं था। उन्होंने कहा कि आरएसएस और भाजपा और विशेष रूप से नरेंद्र मोदी द्वारा तैयार की गई रणनीति में एक ओर अदाणी जैसे एकाधिकार को स्थापित किया जा रहा तो दूरी ओर ईडी, सीबीआई और आयकर विभाग का उपयोग करके राजनीतिक फंडिंग को भाजपा केंद्रित किया जा रहा है।

### आरोप

■राहुल ने केंद्र पर लगाए जांच एजेंसियों के दुरुपयोग का आरोप

### संविधान और लोकतंत्र को बचाने की लड़ाई

राहुल ने कहा कि जिन लोगों पर भ्रष्टाचार के आरोप हैं वे भाजपा में जा रहे हैं क्योंकि पीएम मोदी चाहते हैं कि संपूर्ण राजनीति फंडिंग उनके हाथ में हो। कांग्रेस के बैंक खाते फ्रीज करना भी इसी रणनीति का हिस्सा। यह कोई सामान्य चुनाव नहीं है, बल्कि संविधान और लोकतंत्र को बचाने की लड़ाई है।

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

# आतंकी हरकत करेगा तो मुंहतोड़ जवाब देंगे

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। ब्रिटिश अखबार द गार्जियनश ने अपनी एक रिपोर्ट में दावा किया है कि भारत ने पिछले कुछ सालों में पाकिस्तान में 20 आतंकियों की हत्या करवाई है। भारत की खुफिया एजेंसी रॉ ने विदेशी धरती पर रह रहे आतंकियों को खत्म करने की रणनीति बनाई है।

हालांकि, भारत सरकार ने इन आरोपों को खारिज कर दिया है, लेकिन जब रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह से इस पर सवाल किया गया तो उन्होंने दो टूक कहा कि कोई भी आतंकी भागकर पाकिस्तान में जाएगा तो उसे घुसकर मारेंगे।

### राजनाथ सिंह की दो टूक, घुसकर मारेंगे

रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह से द गार्जियन की उस रिपोर्ट के बारे में पूछा गया, जिसमें भारत द्वारा पाक में 20 लोगों को मरवाने का दावा किया गया है। इस सवाल पर राजनाथ सिंह ने जवाब दिया, हमारे पड़ोसी देश से कोई भी आतंकी भारत को डिस्टर्ब करने की कोशिश करेगा या फिर आतंकी हरकत करेगा तो उसका मुंहतोड़ जवाब देंगे। यदि वह भागकर पाकिस्तान में जाएगा तो पाकिस्तान में घुसकर मारेंगे।

## न्यूज डायरी

### ईरान के बदला लेने के संकल्प के बाद इजरायल ने बढ़ाई अपनी सुरक्षा

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** यरुशलम। दमिश्क में ईरानी दूतावास पर हवाई हमले के बाद ईरान के बदला लेने का संकल्प जताए जाने से इजरायल ने अपनी सुरक्षा बढ़ा दी है। सैन्यकर्मियों की छुट्टियां रद कर दी गई हैं और उन्हें अलर्ट पर रहने का निर्देश दिया गया है। वैसे सात अक्टूबर, 2023 को हमास के हमले के बाद से इजरायली सेना अलर्ट पर है और तीन लाख आरक्षित सैनिकों को भी बुला लिया गया है लेकिन ईरान के संकल्प जताने के बाद सतर्कता का स्तर बढ़ा दिया गया है। सोमवार को हुए हवाई हमले में ईरानी दूतावास में तैनात ईरान के दो जनरल मारे गए थे। हमले का शक इजरायल पर जताया गया है। गाजा में तीन ब्रिटिश राहतकर्मियों की इजरायली हमले में मौत के बाद ब्रिटेन के न्यायाधीशों और खुफिया विशेषज्ञों ने इजरायल को हथियारों की बिक्री रोकने की मांग सरकार से की है। 600 से ज्यादा कानूनी व्यवसाय से जुड़े लोगों और खुफिया विशेषज्ञों ने ब्रिटेन सरकार से गाजा में हो रहे नरसंहार से दूर हो जाने के लिए कहा है। इजरायल को हथियारों की बिक्री रोके जाने की मांग कई अन्य यूरोपीय देशों में भी उठ रही है। इस बीच इजरायल ने कहा है कि सात राहतकर्मियों को मारे जाने की घटना की जांच पूरी होने में कई हफ्ते का समय लग सकता है।

### चीन की यूनिवर्सिटी में लड़कियों के लिए मुसीबत बना 20 साल का छात्र

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। इन दिनों चीन की सोशल मीडिया साइट्स पर 20 साल का कॉलेज स्टूडेंट चर्चा का विषय बना हुआ है। दरअसल, यह छात्र डिल्यूजनल लव डिसॉर्डर नामक बीमारी से पीड़ित है। साउथ चाइना मॉर्निंग पोस्ट के अनुसार छात्र सेकंड ईयर में पढ़ता है, जिसका सरनेम लियू है। उसे यह लगता है कि उसकी साथ पढ़ने वाली लड़कियां उसे पसंद करती हैं। लियू में इसके लक्षण फरवरी से ही दिखाई देने शुरू हो गए थे, जो अब और बिगड़ गए हैं। यहां तक कि हालात इस कदर बिगड़ गए कि वह अपनी फीमेल क्लासमेट्स के साथ अजीब–सा बर्ताव करने लगा। लियू का इलाज करने वाले डॉक्टर लू शेन्जी ने साउथ चाइना मॉर्निंग पोस्ट को बताया कि जब छात्र लियू उनके पास आया तो उसने कहा, यूनिवर्सिटी की सभी लड़कियां उसे पसंद करती हैं। डॉक्टर ने आगे कहा कि उसे ऐसा लगता है कि पूरी यूनिवर्सिटी में वह ही सबसे सुंदर लड़का है। हालांकि, जिन भी लड़कियों को लियू ने एप्रोच किया उन सभी ने उसके प्रस्ताव को ठुकरा दिया फिर भी उसे यह विश्वास था कि वे लड़कियां उसके लिए अपना प्रेम को स्वीकारने में शर्मा रही हैं। इसके कारण यूनिवर्सिटी की लड़कियों को काफी तकलीफ का सामना करना पड़ा।

### म्यांमार की राजधानी तक पहुंची लड़ाई, विद्रोहियों ने ड्रोन से बोला भीषण हमला

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नाएप्यीडॉ। म्यांमार में जुंटा शासन और विद्रोही गुटों के बीच चल रही लड़ाई राजधानी तक पहुच गई है। म्यांमार में विपक्ष का कहना है कि उसने राजधानी ने प्यी ताव में देश की संकटग्रस्त सेना पर बड़े पैमाने पर ड्रोन हमले का आदेश दिया है। एनयूजी ने कहा कि विस्फोटकों से लैस 29 ड्रोनों ने हवाई अड्डे, वायु सेना अड्डे और सैन्य मुख्यालय को निशाना बनाया है। अधिकारियों ने बताया कि इन हमलों में किसी के हताहत होने की सूचना नहीं है। राजधानी पर गुरुवार की सुबह हुए हमले को जुंटा के लिए बड़ा झटका और विद्रोही समूहों के लिए बड़ी कामयाबी की तरह से देखा जा रहा है। सऊदी गैजेट की रिपोर्ट के मुताबिक, सेना ने बीबीसी बर्मीज को बताया है कि उन्होंने सात ड्रोन मार गिराए, जिनमें से एक हवाईअड्डे के रनवे पर फट गया। एनयूजी के उप सचिव एमजी एमजी स्वे का कहना है कि उन्होंने इस ऑपरेशन को अंजाम देने के लिए कई रक्षा समूहों के साथ योजना बनाई और रणनीति बनाई है। एक साथ सैन्य मुख्यालयों और अलार हवाई अड्डे को निशाना बनाते हुए सिंक्रोनाइज्ड ड्रोन ऑपरेशन को अंजाम दिया गया। एनयूजी पहले आंग सान सू की के नेतृत्व वाली निर्वाचित नागरिक सरकार का प्रतिनिधित्व करती है, जिसे 2021 में तख्तापलट कर गिरा दिया गया था।

# अमेरिका की धमकी से उड़े इजरायल के होश

**चेतावनी**

## छह महीने बाद गाजा के साथ क्रॉसिंग खोला, फिलिस्तीनियों तक पहुंचेगी मदद

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

यरूशलम। इजराइल ने शुक्रवार को कहा कि वह गाजा पट्टी में मानवीय सहायता के प्रवाह को बढ़ाने के लिए कदम उठा रहा है, जिसमें बुरी तरह प्रभावित उत्तरी गाजा की एक सीमा को फिर से खोलना भी शामिल है। इजराइली प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू के कार्यालय ने योजनाओं की घोषणा की। उन्होंने यह घोषणा अमेरिका के राष्ट्रपति जो बाइडन की ओर से उन्हें यह कहे जाने के कुछ घंटे बाद की कि गाजा में युद्ध के लिए भविष्य का अमेरिकी समर्थन नागरिकों और सहायता कर्मियों की सुरक्षा के लिए इजराइल की ओर से और अधिक कदम उठाए जाने पर निर्भर करेगा।

इजराइली घोषणा में यह नहीं बताया गया कि किन वस्तुओं को आने दिया जाएगा और किस मात्रा में आने दिया जाएगा। मतभेदों के बावजूद, बाइडेन प्रशासन ने हमास के खिलाफ इजराइल के युद्ध के लिए इजराइल को महत्वपूर्ण सैन्य सहायता और राजनयिक समर्थन प्रदान करना जारी रखा है। गाजा में भोजन पहुंचाने में मदद करने वाले सात सहायता कर्मियों के मारे जाने के बाद इजराइल को अंतरराष्ट्रीय अलगाव का सामना करना पड़ रहा है।

गाजा के स्वास्थ्य मंत्रालय ने कहा कि बीते दिन फलस्तीन में मरने वालों की संख्या 33,000 से अधिक हो गई, जबकि 75,600 अन्य घायल हुए हैं। एक इजरायली अधिकारी ने बताया कि सुरक्षा कैबिनेट ने 7 अक्टूबर के हमलों के बाद पहली बार उत्तरी गाजा के बीच इरेज क्रॉसिंग को फिर से खोलने की मंजूरी दे दी है। इजरायली अधिकारियों को कहना है कि मानवीय सहायता पहुंचाने के लिए क्रॉसिंग खोला जाएगा। कैबिनेट ने गाजा को ज्यादा सहायता पहुंचाने में मदद के लिए इजरायली बंदरगाह अशदोद के इस्तेमाल को भी मंजूरी दी है।

इरेज क्रॉसिंग एक पैद यात्री मार्ग है। 7 अक्टूबर को हमास ने इस क्रॉसिंग से भी हमला किया था। हमले में 1200 लोग मारे गए और 250 बंधक बनाए गए थे। संयुक्त राष्ट्र ने इसे फिर से खोलने का सावधानीपूर्ण तरीके से स्वागत किया। यूएन ने कहा, इयह सकारात्मक खबर है, लेकिन हमें निश्चित तौर पर देखना होगा कि इसे कैसे लागू किया जाता है। संयुक्त राष्ट्र महासचिव के प्रवक्ता स्टीफन दुजारिक ने बीते दिन कहा कि हमें मानवीय युद्धविराम और बड़े पैमाने पर सहायता की जरूरत है।

## 17 जजों को मिले जहरीले पत्रों की गुत्थी और उलझी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** इस्लामाबाद। पाकिस्तान में सुप्रीम कोर्ट और हाईकोर्ट के 17 जजों को सफेद पाउडर के साथ मिले धमकी भरे पत्रों ने हलचल पैदा कर दी है। प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ ने इस मामले में बयान देते हुए मामले की तह तक जाने की बात कही है।

वहीं देश की जांच एजेंसियां ने भी कार्रवाई करते हुए इन पत्रों को भेजने वालों को बेनकाब करने की कोशिशें शुरू कर दी हैं। जांचकर्ताओं ने पाया है कि रावलपिंडी के जनरल पोस्ट ऑफिस से इन चिट्ठियों को इस्लामाबाद भेजा गया था लेकिन परिसर में सीसीटीवी कैमरों ना होने की वजह से इन्हें पोस्ट करने वालों की तक पहचान नहीं हो पाई है। ऐसे में इस मामले की गुत्थी उलझती जा रही है।

पाकिस्तानी अखबार डॉन की रिपोर्ट के मुताबिक, अदालत के कर्मचारियों ने पत्र खोले जाने के बाद लिफाफे में संदिग्ध सफेद पाउडर देखा था।

कर्मचारियों ने इस पाउडर को एंथ्रेक्स कहा था, जो एक जहरीला एक हानिकारक पदार्थ है। इसके बाद इन पत्रों को जांच के लिए भेजा गया तो फोरेंसिक विश्लेषण से पता चला है कि न्यायाधीशों को भेजे गए पत्रों में एंथ्रेक्स नहीं बल्कि आर्सेनिक के अंश थे।

## अमेरिका और ब्रिटेन के हमलों में 37 लोगों की मौत

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** कायरो। हूती विद्रोहियों ने दावा किया है कि यमन में अमेरिकी और ब्रिटिश हवाई हमलों में 37 लोग मारे गए। वहीं, 30 लोग घायल हो गए। हूती विद्रोहियों ने दावा किया कि यमन में करीब 424 ठिकानों पर हवाई हमले किए गए। इजरायल हमास युद्ध में फलस्तीन का समर्थन कर रहे हूती विद्रोहियों ने कुछ दिनों पहले लाल सागर में अंतरराष्ट्रीय जहाज पर हमले किए। फरवरी महीने से लगातार अमेरिकी और ब्रिटिश की ओर से हूती विद्रोहियों पर कार्रवाई की जा रही है। हूती विद्रोहियों के हमलों की वजह से अंतरराष्ट्रीय व्यापार पर बुरा असर पड़ रहा है। लाल सागर की ओर से यात्रा करने वाले कई जहाजों को अफ्रीका के दक्षिणी सिरे के आसपास लंबी यात्रा करनी पड़ रही है, जो काफी महंगी भी है।

# यह कोविड से भी 100 गुना ज्यादा खतरनाक

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

- वैज्ञानिकों ने बर्ड फ्लू को लेकर किया अलर्ट
- अमेरिका में आने लगे बर्ड फ्लू के मामले

न्यूयॉर्क। कोरोना का नाम सुनते ही हम कांप से जाते हैं। कोरोना ने सबको बीमार करने के साथ–साथ दुनिया की रफ्तार को भी थाम दिया था। इस बीमारी से अभी भी दुनिया उबर नहीं पाई है। कोरोना के खौफ के बीच वैज्ञानिकों ने एक और महामारी की चेतावनी दी है। विशेषज्ञों ने बर्ड फ्लू को लेकर चेतावनी दी है। साथ ही उनका कहना है कि बर्ड फ्लू से उत्पन्न होने वाली महामारी कोरोना से 100 गुना ज्यादा खतरनाक होने वाला है।

एक्सपर्ट का मानना है कि बर्ड फ्लू महामारी के खतरे के फैलने की संभावना तेजी से बनी हुई है। अमेरिका में भ5छ1 एवियन फ्लू तेजी से फैल रहा है। अमेरिका के हर राज्य में जंगली पक्षियों के साथ–साथ वाणिज्यिक पोल्ट्री और अपने घरों के बैक्यार्ड में पशुओं के पालन पर भी इसका असर दिख रहा है।

अमेरिका के चार अलग–अलग राज्यों में स्तनधारी जानवरों के साथ कई मवेशियों के झुंड संक्रमित पाए गए। जानवरों के अलावा टेक्सस के एक डेयरी कर्मचारी ने भी यह वायरस पाया गया है। इस तरह से बर्ड फ्लू के केस आने पर वैज्ञानिकों के साथ–साथ दुनिया के लिए ही बेहद चिंता का विषय बन गई हैं।

न्यूयॉर्क पोस्ट ने डेली मेल के हवाले से यह खबर दी कि पिट्सबर्ग के जाने–माने बर्ड फ्लू शोधकर्ता सुरेश कुचिपुड़ी ने हाल ही में इस मुद्दे पर चर्चा करते हुए कहा कि यह वायरस कई सालों और शायद दशकों से महामारी सूची में सबस ऊपर है।

## अमेरिका में 8 अप्रैल को लगेगा पूर्ण सूर्य ग्रहण

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** वॉशिंगटन। 8 अप्रैल को सूर्य ग्रहण लगने वाला है। यह सूर्य ग्रहण अमेरिका में लगेगा, जिसे देखने का इंतजार पूरी दुनिया कर रही है। यह एक पूर्ण सूर्य ग्रहण होगा, जिसमें कुछ पल के लिए चंद्रमा पूरी तरह से सूर्य को ढक लेगा। 25 मार्च को लगे चंद्र ग्रहण के बाद यह 2024 का पहला सूर्य ग्रहण है। जहां इस सूर्य की परछाई पड़ेगी उस जगह पूरी तरह से शाम जैसा नजारा दिखेगा। मेक्सिको, अमेरिका और कनाडा में यह सूर्य ग्रहण दिखेगा। इससे यह साफ है कि भारत समेत बाकी दुनिया में यह नहीं दिखने वाला। नासा के मुताबिक जब सूर्य को चंद्रमा पूरी तरह ढक लेता है तो वह समग्रता कहलाता है, जो कुछ मिनटों का होता है। नासा का कहना है कि 2017 की तुलना में 8 अप्रैल के सूर्य ग्रहण की समग्रता का समय थोड़ा ज्यादा होगा। समग्रता के दौरान लोग सूर्य के कोरोना को देख सकते हैं, जिसे देखना बेहद दुर्लभ 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


# होम वोटिंग के लिए पोलिंग पार्टियों को दिया गया प्रशिक्षण

प्रशिक्षण

## होम वोटिंग के साथ लोकतंत्र के महापर्व का 8 अप्रैल को होगा आगाज

संवाददाता

चमोली। लोकसभा सामान्य निर्वाचन के अंतर्गत होम वोटिंग को सकुशल संपन्न कराने के लिए जिला निर्वाचन अधिकारी हिमांशु खुराना की उपस्थिति में शुक्रवार को मास्टर ट्रेनरों द्वारा पीजी कॉलेज गोपेश्वर में पोलिंग कार्मिकों को प्रशिक्षण दिया गया। जनपद चमोली में 08 अप्रैल को होम वोटिंग संपन्न कराई जाएगी। किसी कारण से जो लोग छूट जाएंगे उनको 10 अप्रैल को मतदान का अंतिम अवसर दिया जाएगा।

उल्लेखनीय है कि निर्वाचन आयोग ने दिव्यांग और 85 वर्ष से अधिक उम्र के वरिष्ठ नागरिक जो अपने बूथ पर जाने में सक्षम नहीं है, उनको होम वोटिंग की सुविधा दी है। जनपद चमोली में 86 दिव्यांग और 259 वरिष्ठ नागरिकों सहित कुल 345 मतदाताओं ने होम वोटिंग के लिए अपना आवेदन किया है। जिसमें बद्रीनाथ विधानसभा क्षेत्र में

111, थराली विधानसभा में 116 और कर्णप्रयाग विधानसभा में 118 मतदाता शामिल है। होम वोटिंग के लिए बद्रीनाथ विधानसभा में 19, थराली विधानसभा के लिए 14 तथा कर्णप्रयाग विधानसभा के लिए 22 सहित कुल 55 पोलिंग पार्टियां बनाई गई है। प्रत्येक पोलिंग पार्टी में मतदान कार्मिक प्रथम और मतदान कार्मिक द्वितीय के साथ सेक्टर ऑफिसर, माइक्रो आब्जर्वर, वीडियोग्राफर और सुरक्षा गार्ड की तैनाती की गई है।

जिला निर्वाचन अधिकारी ने मतदान कार्मिकों को संबोधित करते हुए कहा कि देश की निर्वाचन प्रक्रिया में शामिल होना हम सबके लिए गर्व की बात है। उन्होंने सभी मतदान कार्मिकों को पूरे मनोयोग से निर्वाचन के सभी पहलुओं से संबंधित प्रशिक्षण गहनता से पूरा करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि हर निर्वाचन, एक नया निर्वाचन होता है, नए निर्देश होते है। आयोग के दिशा निर्देशों का भलीभांति अध्ययन करते हुए प्रशिक्षण के दौरान अपनी सभी शंका और संशय का समाधान करें। होम वोटिंग के दौरान मतदान की गोपनीयता का विशेष ध्यान रखे। उन्होंने कहा कि शांतिपूर्ण निर्वाचन के लिए मतदान कार्मिकों को पूरा सहयोग प्रदान किया जाएगा।

प्रशिक्षण कार्यक्रम के नोडल अधिकारी अभिनव शाह ने कहा कि होम वोटिंग के लिए सभी पार्टियों को 08 अप्रैल को आवश्यक निर्वाचन सामग्री के साथ रवाना किया जाएगा। मास्टर ट्रेनर परियोजना निदेशक आनंद सिंह, प्रवक्ता एपी डिमरी, मनोज तिवारी, जयदीप झिंक्वाण, दिगपाल रावत एवं जयवीर रावत ने मतदान दलों को होम वोटिंग की तकनीक के बारे व्यावहारिक जानकारी दी और कार्मिकों की शंकाओं का समाधान किया। इस अवसर पर उप जिला निर्वाचन अधिकारी विवेक प्रकाश, एआरओ आरके पांडेय, एआरओ संतोष कुमार पांडेय, एआरओ अबरार अहमद आदि उपस्थित थे।

## न्यूज डायरी

### अधिक से अधिक संख्या में पोलिंग बूथ पर जाकर अवश्य करें मतदान

**संवाददाता** देहरादून। नेताजी संघर्ष समिति के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रभात डंडरियाल और समिति के प्रमुख महासचिव आरिफ वारसी ने शुक्रवार को एक संयुक्त प्रेस विज्ञप्ति जारी करते हुए जनपद की जागरूक जनता से अपील की है कि वह 19 अप्रैल को होने वाले लोकसभा चुनाव मे अधिक से अधिक संख्या में पोलिंग बूथ पर जाकर मतदान अवश्य करें। उन्होंने बताया कि समिति के पदाधिकारियों ने गोविंदगढ़, खुरबुरा ,कांवली रोड, क्षेत्र में लोगों से जनसंपर्क कर मतदान करने के लिए प्रेरित किया और कहा कि वोट देना प्रत्येक मतदाता का जन्मसिद्ध अधिकार है। उन्होंने ने जनता से अपील की कि वह 19 अप्रैल को अधिक से अधिक संख्या में मतदान को बिना किसी स्वार्थ के अपने विवेक से मत का प्रयोग करें।

### किसना डायमंड एंड गोल्ड ज्वैलरी ने एक्सक्लूसिव शोरूम का किया शुभारम्भ

**संवाददाता** हल्द्वानी। प्रसिद्ध भारतीय ज्वेलरी ब्रांड, किसना डायमंड एंड गोल्ड ज्वेलरी ने उत्तराखंड के हल्द्वानी में अपने नए फ्रेंचाइजी शोरूम की शुरुआत की है। यह नया शोरूम खासकर हल्द्वानी जैसे उभरते हुए बाजारों में उनके व्यापार को बढ़ाने और नए अवसरों को भुनाने की योजना के तहत शुरू किया गया है। उद्घाटन कार्यक्रम में हरि कृष्णा ग्रुप के फाउंडर और मैनेजिंग डायरेक्टर, घनश्याम मौजूद रहे। हल्द्वानी में फ्रेंचाइजी शोरूम का शुभारंभ किसना द्वारा अपने मार्केट का विस्तार और ग्राहकों पर केंद्रित विकास रणनीतियों के प्रति उनकी प्रतिबद्धता को दर्शाता है। चहल–पहल भरे इस शहर में अपनी उपस्थिति के साथ, किसना का लक्ष्य यहाँ के लोगों को पसंद के आभूषण उपलब्ध कराना तथा प्रतिस्पर्धी बाजार में अपनी जगह को अधिक मजबूती प्रदान करना है।

### एचएमआईएफ ने 15 लाख से ज्यादा लोगों तक पहुंचाई स्वास्थ्य सेवाएं

**संवाददाता** देहरादून। ह्यूंडई मोटर इंडिया लिमिटेड (एचएमआईएल) की सीएसआर इकाई ह्यूंडई मोटर इंडिया फाउंडेशन (एचएमआईएफ) अपनी स्पर्श संजीवनी पहल के माध्यम से सामाजिक कल्याण एवं मानवीय सहायता के लिए प्रतिबद्ध है। 2021 में शुरू की गई इस पहल ने भारत के सात राज्यों के ग्रामीण क्षेत्रों के 15 लाख से ज्यादा लोगों तक स्वास्थ्य सेवाओं को किफायती बनाया है। ह्यूंडई के ग्लोबल विजन प्रोग्रेस फॉर ह्यूमैनिटी के अनुरूप यह पहल सात राज्यों में अपने 35 टेलीमेडिसिन क्लीनिक एवं मोबाइल मेडिकल यूनिट के माध्यम से स्वास्थ्य सेवाओं को आसान, किफायती और भरोसेमंद बना रही है। इन राज्यों में हरियाणा, राजस्थान, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड, मध्य प्रदेश, गुजरात और ओडिशा शामिल हैं।

# 10 दिवसीय यात्रा एवं पर्यटक गाइड का दिया गया प्रशिक्षण

**संवाददाता** रुद्रप्रयाग। भारतीय स्टेट बैंक ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान आरसेटी द्वारा विकास खंड ऊखीमठ में पर्यटन से जुड़े गांव सारी, उषाड़ा, दिलणा, ब्यूंखी, दैड़ा मस्तूरा, पाव, हुडु, मक्कू आदि गांव के 27 महिला व पुरुषों को 10 दिवसीय यात्रा एवं पर्यटक गाइड का प्रशिक्षण दिया गया।

संस्थान के निदेशक किशन सिंह रावत ने जानकारी देते हुए अवगत कराया कि उत्तराखंड में रुद्रप्रयाग आरसेटी पहली आरसेटी है जिसने यात्रा पर्यटक गाइड का प्रशिक्षण किया है। उन्होंने बताया कि लगभग 15 किमी पुराने ट्रैक से होते हुए प्रशिक्षणार्थी को उषाड़ा गांव से चाकुलधार, खामीधार, विनायकधार, झण्डीधार समुद्रतल से लगभग 10000 फीट की ऊँचाई से देवरियाताल होते हुए सारी गांव तक पैदल ट्रैक करवाया गया जिससे कि सभी के प्रशिक्षणार्थियों ने कई सारी जानकारी जुटाई। उन्होंने कहा कि प्रशिक्षण कार्यक्रम बीते 26 मार्च से 04 अप्रैल, 2024 तक के लिए किया गया था।

प्रशिक्षण कार्यक्रम में मास्टर ट्रेनर एवरेस्ट विजेता तथा 10 वर्ल्ड रिकार्ड बनाने वाले पर्वतारोही मनीष कसनियाल पर्यटक के साथ गाइड किस प्रकार से अपना व्यवहार रखें इसके साथ ही हमारे क्षेत्र में बने मन्दिरों, पौराणिक धरोहरों, साहसिक पर्यटन, साहसिक खेल तथा ट्रैक के दौरान महत्वपूर्ण जरूरतों की जानकारी, माउन्टेन मैनर, माउन्टेन हैजार्ड के साथ ही प्राथमिक चिकित्सा, सीपीआर आदि की महत्वपूर्ण जानकारी दी गई।

## डीडीआरएफ दल ने पूरा किया पर्वतारोहण का विशेष प्रशिक्षण

**संवाददाता** चमोली। जनपद चमोली में गठित डीडीआरएफ दल के 26 सदस्यों को नेहरु पर्वतारोहण संस्थान उत्तरकाशी में 28 दिनों का विशेष बेसिक पर्वतारोहण कोर्स का प्रशिक्षण दिया गया। पर्वतारोहण संस्थान में 09 मार्च से 05 अप्रैल 2024 तक इस कोर्स का आयोजन किया गया। उल्लेखनीय है कि जनपद चमोली की विकट भौगोलिक परिस्थिति एवं आपदाओं के प्रति संवेदनशीलता के दृष्टिगत चमोली जिला प्रशासन द्वारा वर्ष 2023 में जनपद आपदा मोचन दल (डीडीआरएफ) का गठन किया गया। डीडीआरएफ दल के 26 सदस्यो को यह दल 10 से 29 जुलाई 2023 तक 15वीं वाहिनी राष्ट्रीय आपदा मोचन दल, गदरपुर, उधम सिंह नगर में 21 दिवसीय प्रशिक्षण पहले ही पूरा कर चुका है। इस दल ने विगत मानसून अवधि में आपदा प्रबंधन कार्यों में उत्कृष्ट योगदान किया।

# 70 पोलिंग पार्टियों को दो चरणों में मास्टर ट्रेनरों ने दिया गया प्रशिक्षण

संवाददाता

रुद्रप्रयाग। लोकसभा सामान्य निर्वाचन 2024 को निष्पक्ष, पारदर्शिता एवं शांतिपूर्वक ढंग से संपादित करने के लिए जिला निर्वाचन अधिकारी सौरभ गहरवार की अध्यक्षता में अनुसूया प्रसाद बहुगुणा राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय अगस्त्यमुनि में 70 पोलिंग पार्टियों को दो चरणों में मास्टर ट्रेनरों द्वारा प्रशिक्षण उपलब्ध कराया गया जिसमें कुल 20 सेक्टर मजिस्ट्रेट एवं 280 पीठासीन अधिकारी प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय मतदान अधिकारियों को द्वितीय चरण के द्वितीय दिवस पर भी प्रशिक्षण उपलब्ध कराया गया।

आयोजित प्रशिक्षण के दौरान जिला निर्वाचन अधिकारी ने उपस्थित अधिकारियों एवं कर्मचारियों से कहा कि निर्वाचन प्रक्रिया को संपन्न कराने में किसी को भी घबराने की आवश्यकता नहीं है तथा सभी कार्मिक टीम भावना एवं निर्वाचन आयोग द्वारा जारी दिशा–निर्देशों के अनुसार ही अपने दायित्वों का निर्वहन करें। जिससे कि स्वतंत्र, निष्पक्ष एवं पारदर्शिता के साथ निर्वाचन संपन्न करवाया जा सके। उन्होंने कहा कि आयोग के जो भी दिशा–निर्देश हैं उन निर्देशों को सभी अधिकारी भली–भांति अध्ययन कर लें एवं किसी प्रकार की कोई समस्या एवं परेशानी होने पर उच्च अधिकारियों से तत्पर समाधान कर लें। उन्होंने कहा कि प्रारूप–17ए एवं प्रारूप–17सी एवं ईवीएम मशीन के बारे में ठीक तरह से जानकारी प्राप्त कर लें ताकि निर्वाचन प्रक्रिया को संपादित कराने में किसी तरह की समस्या न होने पाए। उन्होंने यह भी कहा कि माकपोल प्रक्रिया को संपादित करने में विशेष ध्यान देने की आवश्यकता है तथा सभी अभिकर्ताओं के समक्ष माकपोल की प्रक्रिया संपन्न कराइ जाए एवं ईडीसी के माध्यम से जो भी कार्मिकों द्वारा मतदान कराए जा रहे हैं उसकी भी पूर्ण जानकारी उपलब्ध कराई जाए। उन्होंने उपस्थित कार्मिकों से कहा कि सभी अपने दायित्वों का निर्वहन निर्भीक होकर करें।

**दिशा–निर्देशों के अनुसार ही अपने दायित्वों का निर्वहन करे अधिकारी**

## 303 बूथों पर की जाएगी वेबकास्टिंग

**संवाददाता** चमोली। लोकसभा सामान्य निर्वाचन 2024 को पारदर्शी एवं शांतिपूर्वक संपन्न कराने के लिए जनपद के 303 बूथों पर वेबकास्टिंग की जाएगी। शुक्रवार को जिला अधिकारी कार्यालय परिसर में 328 वेबकास्टिंग कार्मिकों को 5 पालियों में प्रशिक्षण दिया जा रहा है। मास्टर ट्रेनर प्रभात रावत ने वेब कास्टिंग के दौरान बरती जाने वाली सावधानियों के साथ कैमरे के इंस्टॉलेशन, संचालन और नेट कनेक्टिविटी के बारे में विस्तृत जानकारी दी।

सहायक नोडल वेबकास्टिंग सुमित सिंह व राजेश कुमार ने बताया कि मतदान के दिन 303 बूथों पर लाइव स्ट्रीमिंग की जाएगी व वेबकास्टिंग कन्ट्रोल रूम से निगरानी की जाएगी। यानी इन केंद्रों में मतदान शुरू होने से लेकर मतदान की समाप्ति तक की पल–पल की गतिविधियों पर आयोग की सीधी नजर रहेगी। उन्होंने बताया कि चुनाव आयोग के निर्देशानुसार 50 फीसदी मतदेय स्थलों पर लाइव निगरानी रखी जाएगी।

*गरीबों की सेवा ही ईश्वर की सेवा है।*
*अज्ञात*

# सत्तापक्ष से टकराव

**मतभेदों के बीच भी सत्तापक्ष और विपक्ष में संवाद की निरंतरता लोकतंत्र की सेहत के लिए जरूरी मानी जाती है। अफसोस की बात है कि कुछ समय से दोनों के बीच का टकराव संवाद को बाधित करने की हद तक पहुंच गया है।**

गुलशन राय खत्री।।

देश की मुख्य विपक्षी पार्टी कांग्रेस के प्रमुख नेताओं ने प्रेस कॉन्फ्रेंस करके सरकार पर जो आरोप लगाए, वे गंभीर हैं। हालांकि विपक्षी पार्टी होने के नाते कांग्रेस सरकार पर तमाम तरह के आरोप लगाती रहती है, फिर भी देश में चुनाव प्रक्रिया की निष्पक्षता और प्रामाणिकता पर सवाल उठाने वाले इन आरोपों की अनदेखी नहीं होनी चाहिए।

आरोपों की गंभीरता इसे सार्वजनिक करने के पार्टी के अंदाज से भी झलकती है। यह पहला मौका है जब पार्टी अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे और पूर्व अध्यक्ष सोनिया गांधी व राहुल गांधी ने एक साथ प्रेस कॉन्फ्रेंस की। आम चुनावों की घोषणा के बाद चुनावी प्रक्रिया शुरू हो चुकी है। इस बीच, देश की मुख्य विपक्षी पार्टी आरोप लगाए कि उसे चुनाव लड़ने और प्रचार करने की स्थिति में नहीं छोड़ा जा रहा तो उस पर पूरी तस्वीर साफ होनी चाहिए। यह बात सही है कि लोकतंत्र में सत्ता पक्ष और विपक्ष के बीच तकरार कोई नई चीज नहीं है। लेकिन मतभेदों के बीच भी सत्तापक्ष और विपक्ष में संवाद की निरंतरता लोकतंत्र की सेहत के लिए जरूरी मानी जाती है। अफसोस की बात है कि कुछ समय से दोनों के बीच का टकराव संवाद को बाधित करने की हद तक पहुंच गया है।

कांग्रेस नेताओं ने जो आरोप लगाए, उनमें तल्खी थी। पार्टी ने कहा कि आयकर विभाग के अधिकारियों के जरिए सरकार ने मुख्य विपक्षी पार्टी को वित्तीय तंगी के उस हाल में पहुंचा दिया है कि वह न तो कहीं विज्ञापन दे सकती है, न अपने नेताओं के लिए हवाई यात्रा के टिकट बुक कर सकती है और न ही रैलियां आयोजित कर सकती है।

हालांकि ये सब अभी महज एक पार्टी के आरोप मात्र हैं। इन पर सत्तारूढ़ दल, सरकार और संबंधित विभागों व उनसे जुड़े अधिकारियों का अपना पक्ष है। किसी भी निष्कर्ष पर पहुंचने से पहले इन सभी पक्षों पर अच्छी तरह गौर करने की जरूरत है। लेकिन यह समझना जरूरी है कि किसी को लोकतांत्रिक व्यवस्था के साथ खिलवाड़ करने या चुनावी प्रक्रिया की निष्पक्षता को प्रभावित करने की छूट नहीं दी जा सकती।

अगर कांग्रेस के खाते में कोई गड़बड़ी है तो उसकी निष्पक्ष जांच होनी ही चाहिए, लेकिन वह इस तरह से हो कि चुनाव लड़ने की प्रक्रिया पर प्रभाव न पड़े। किसी भी तरह से यह संदेश न जाए कि किसी विभाग के अफसर प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से विपक्षी दल को निशाना बना रहे हैं। याद रहे कि इस तरह के कदम दुनिया में एक लोकतंत्र के रूप में भारत की साख को प्रभावित कर सकते हैं।

## वरदान मांगा

**अशोक वोहरा।**

*धर्म-दर्शन*

बहुत समय पहले हिरण्यकश्यप नाम के राक्षस ने ब्रह्मा देव की तपस्या करके अमर होने का वरदान मांगा। जब बह्मा देव ने अमरता का वरदान देने से मना कर दिया, तो उसने मांगा कि उसे संसार में रहने वाला कोई भी जीव जन्तु, राक्षस, देवी, देवता और मनुष्य मार न पाए। साथ ही न वो दिन में मरे और न ही रात के समय, न तो पुथ्वी पर मरे और न ही आकाश में, न तो घर के अंदर और न ही बाहर और न ही शस्त्र से मरे और न ही अस्त्र से। हिरण्यकश्यप की तपस्या से ब्रह्मा देव खुश थे ही, इसलिए अमरता के एक वरदान के बदले उन्होंने ये सारे वरदान उसे दे दिए। इसे पाकर उसने हर जगह तबाही मचाना शुरू कर दिया। उससे मनुष्य ही नहीं, देवता भी परेशान रहने लगे। वह अपनी शक्ति से दुर्बलों को सताने लगा।

# संपादकीय

## तजुर्बे का इस्तेमाल

जो जज संवैधानिक कोर्ट से रिटायर हुए हैं उनके तजुर्बे का इस्तेमाल करने में कोई हर्ज नहीं है। उन्हें अगर संवैधानिक पद दिया जाता है तो बेहतर कामकाज हो पाएगा और संवैधानिक संकट की स्थिति में वह संवैधानिक दायरे में बेहतर फैसले कर पाएंगे। बहरहाल, यह मुद्दा बेहद पेचीदा है। कई पद ऐसे हैं जिनके लिए पात्रता सुप्रीम कोर्ट और हाईकोर्ट के रिटायर्ड जस्टिस या चीफ जस्टिस ही रखते हैं। ऐसे में उन पदों पर रिटायरमेंट के बाद ही जस्टिस की नियुक्ति होती रही है। वैसे 6 सितंबर 2023 को ऐसा ही मामला जब सुप्रीम कोर्ट के सामने आया था तो उसने निर्देश देने से इनकार कर दिया था। याचिका में कहा गया था कि रिटायरमेंट के बाद दो साल का कूलिंग ऑफ पीरियड होना चाहिए। सुप्रीम कोर्ट के तत्कालीन जस्टिस एसके कौल की अगुआई वाली बेंच ने कहा था कि रिटायरमेंट के बाद जज को कोई पद स्वीकार करना है या नहीं, यह फैसला उन जजों पर छोड़ा जाना चाहिए जिन्हें पद ऑफर होता है।

सुप्रीम कोर्ट और हाईकोर्ट के रिटायर्ड जस्टिस और चीफ जस्टिस को राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग का चेयरमैन, लॉ कमिशन का चेयरमैन और नैशनल ग्रीन ट्रिब्यूनल का चेयरमैन बनाया जाता रहा है।

# फैसलों पर विवाद

राजेश चौधरी।।

जजों को रिटायरमेंट के बाद राजनीतिक पद दिया जाना कोई नई बात नहीं है। आजादी के बाद से ही संवैधानिक कोर्ट के जस्टिस को राजनीतिक पद दिए जाते रहे हैं और रिटायरमेंट के बाद कई जस्टिस ने पॉलिटिकल पार्टी भी जॉइन की है। इसी सिलसिले में हाल में जस्टिस अभिजीत गंगोपाध्याय का नाम भी जुड़ गया। कोलकाता हाईकोर्ट के जस्टिस के पद से इस्तीफा देकर गंगोपाध्याय ने पिछले दिनों बीजेपी जॉइन की। उसके बाद इस मसले पर एक बार फिर तीखी बहस छिड़ गई है।

पश्चिम बंगाल की सीएम ममता बनर्जी ने पब्लिक रैली में बिना नाम लिए उन पर निशाना साधा और कहा कि इस मामले में जनता मूल्यांकन करेगी। हाईकोर्ट के जस्टिस अभिजीत गंगोपाध्याय और ममता सरकार के बीच पहले भी कई बार तनातनी हो चुकी है। जस्टिस गंगोपाध्याय के फैसलों को लेकर राज्य की ज्डब सरकार कई बार असहज होती रही और सवाल उठाते हुए उन फैसलों को सुप्रीम कोर्ट में भी चुनौती देती रही है। हाल के सालों में जस्टिस गंगोपाध्याय के फैसले काफी चर्चित रहे हैं। कुछ अहम फैसलों पर एक नजर डाल लेना ठीक रहेगा। टीचिंग और नॉन टीचिंग स्टाफ की भर्ती में अनियमितता के मामले में जस्टिस

गंगोपाध्याय की बेंच ने ब्ठप् और म्क से जांच करवाने के आदेश दिए थे। इस मामले में ईडी ने पूर्व शिक्षा मंत्री पार्थ चटर्जी और उनकी सहयोगी अर्पिता मुखर्जी को जुलाई 2022 में गिरफ्तार किया था। म्यूनिसिपल कॉरपोरेशन में नियुक्ति के मामले में जस्टिस गंगोपाध्याय की बेंच ने अप्रैल 2023 में सीबीआई जांच के आदेश दिए। इसी साल मेडिकल कॉलेज में रिजर्व कैटिगरी में एडमिशन के लिए सर्टिफिकेट जारी करने में हुई कथित अनियमितता मामले में सीबीआई जांच के आदेश दिए गए थे। इस मामले में जस्टिस गंगोपाध्याय की सिंगल बेंच के आदेश पर डबल बेंच ने रोक लगा दी थी। जस्टिस गंगोपाध्याय ने डबल बेंच के खिलाफ टिप्पणी की थी और फिर सुप्रीम कोर्ट ने मामले में दखल दिया था। जस्टिस गंगोपाध्याय ने इसी दौरान अपने पद से इस्तीफा दिया और बीजेपी जॉइन कर लिया। सुप्रीम कोर्ट के जस्टिस एस फजल 18 सितंबर 1951 को रिटायर हुए और उन्हें 7 जून 1952 को उड़ीसा का राज्यपाल बनाया गया था। सुप्रीम कोर्ट की रिटायर्ड जस्टिस फातिमा बीबी 1997 में तामिलनाडु की राज्यपाल बनी थीं। सुप्रीम कोर्ट के चीफ जस्टिस रंगनाथ मिश्र 90 के दशक की शुरुआत में रिटायर हुए थे। बाद में उन्हें कांग्रेस ने राज्यसभा का प्रत्याशी बनाया और वह 1998 में राज्यसभा के लिए चुने गए।

चार साल पहले तत्कालीन चीफ जस्टिस रंजन गोगोई रिटायरमेंट के बाद बाद राज्यसभा के लिए मनोनीत हुए थे। उन्हें बीजेपी सरकार ने मनोनीत किया था। पिछले साल सुप्रीम कोर्ट के रिटायर्ड जस्टिस अब्दुल ए नजीर को फरवरी में आंध्र प्रदेश का राज्यपाल बनाया गया। इसके अलावा सुप्रीम कोर्ट और हाईकोर्ट के रिटायर्ड जस्टिस और चीफ जस्टिस को राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग का चेयरमैन, लॉ कमिशन का चेयरमैन और नैशनल ग्रीन ट्रिब्यूनल का चेयरमैन बनाया जाता रहा है। ऐसे में यह सवाल उठता है कि क्या जजों को रिटायरमेंट के बाद राजनीतिक पद नहीं लेना चाहिए या फिर राजनीति को जॉइन नहीं करना चाहिए?

### सूडोकू नवताल-5406

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

- 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 -5405 का हल

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

## अपना ब्लॉग

### सरकार से करीबी का सवाल

**मोहन।** रिटायरमेंट के तुरंत बाद राजनीतिक पद दिए जाने से सवाल उठते हैं। संवैधानिक कोर्ट के ज्यादातर मामलों में एक पक्ष सरकार ही होती है। ऐसे में जज को रिटायरमेंट के तुरंत बाद पद लेने से बचना चाहिए क्योंकि न्याय होना और न्याय होते हुए दिखना दोनों जरूरी है। इस मसले पर पांच सितंबर 2013 को राज्यसभा में तब विपक्ष में बैठे बीजेपी के नेता अरुण जेटली का भाषण याद करना महत्वपूर्ण होगा। जेटली के शब्द थे, 'खतरा यह है कि रिटायरमेंट के बाद जॉब की इच्छा रिटायरमेंट से पहले के जजमेंट को प्रभावित कर सकती है। यह न्यायपालिका की स्वतंत्रता के लिए खतरा है।' इस बारे में जानकारों के अपने–अपने तर्क हैं। सुप्रीम कोर्ट के रिटायर्ड चीफ जस्टिस आरएम लोढा ने जज रहते हुए कहा था कि दो साल का कूलिंग ऑफ पीरियड होना चाहिए। वैसे तो उनका मत है कि जजों को राजनीतिक पद लेना ही नहीं चाहिए लेकिन अगर पद लेना भी है तो दो साल का कूलिंग ऑफ पीरियड होना चाहिए।

## शराब पीने के बाद क्या करते हैं अक्षय कुमार?

अक्षय कुमार की गिनती बॉलीवुड के सबसे फिट एक्टर्स में की जाती है। वह अपनी फिटनेस और रुटीन को लेकर काफी सजग रहते हैं। यहां तक कि अक्षय शराब और चाय भी नहीं पीते। लेकिन एक बार अक्षय ने बताया था कि वाइन पीने पर भी उन्हें नशा हो जाता है और तब वह कुकिंग करते हैं। अक्षय एक बार सलमान खान के शो श्दस का दमश् में बतौर गेस्ट आए थे। साथ में कटरीना कैफ भी थीं। तब अक्षय ने बताया था कि नशे के बाद वह क्या करते हैं। हाल ही सोशल मीडिया पर इस शो का एक वीडियो वायरल हुआ, जिसे रेडिट पर भी शेयर किया गया। इसमें अक्षय कुमार बता रहे हैं कि उन्हें थोड़ी सी वाइन पीकर भी नशा हो जाता है। लेकिन नशे में वह गाते या अजीब हरकत नहीं करते, बल्कि खाना पकाते हैं और बीवी ट्विंकल खन्ना को खिलाते हैं। अक्षय कुमार ने कहा था, मैं इतनी सी वाइन पी लेता हूं तो मुझे नशा आ जाता है। नशे में लोग जल्दबाजी करते हैं, गाते हैं, गिर जाते हैं, गुस्सा हो जाते हैं, मैं खाना बनाना शुरू कर देता हूं। मैं अपनी औकात पे आ जाता हूं। दरअसल अक्षय का इशारा एक्टर बनने से पहले के अपने पुराने दिनों की ओर था, जब वह एक शेफ थे।

## भाबी जी घर पर हैं के सानंद वर्मा ने सुनाया यौन शोषण का किस्सा

भाबी जी घर पर हैं में अनोखे लाल के किरदार में नजर आनेवाले सानंद वर्मा के साथ बचपन में कुछ ऐसा हुआ, जिसे वो आज तक भुला नहीं पाए हैं। उन्होंने अपने इंटरव्यू में बताया है कि जब वह 13 साल के थे तो किसी शख्स ने उनके साथ यौन शोषण करने की कोशिश की थी। इस दौरान उन्होंने इंडस्ट्री में कास्टिंग काउच पर बातें करते हुए उस भयानक किस्से को याद किया है। सानंद वर्मा ने टीनेज में अपने साथ हुई घटना का किस्सा सुनाया जिसे वो आज तक भुला नहीं पाए हैं। इस बातचीत में उन्होंने बताया कि उनके साथ यौन शोषण की घटना क्रिकेट मैच के दौरान हुई थी। उन्होंने कहा, मैं 13 साल का था और मेरा सपना क्रिकेटर बनना था। मैंने पटना (बिहार) में क्रिकेट के लिए ट्राई किया। हम गरीब थे लेकिन मेरे पिताजी ने वाइट पैंट, शर्ट और सस्ते बैट का इंतजाम मेरे लिए कर दिया। उन्होंने आगे कहा, श्एक बड़ा आदमी था और उसने मुझे सेक्शुअली हैरेस करने की कोशिश की। मैं इस वजह से काफी डर गया था और वहां से भाग गया।

## धर्म बदलकर ईसाई से हिंदू बनी यह बच्ची आज है सबसे महंगी सुपरस्टार

ये प्यारी सी बच्ची, जिसे गोद में लेकर मां खूब लाड़ लड़ा रही है और पापा ने भी गोद में उठाया हुआ है, जानते हैं कि यह कौन है? यह बच्ची आज साउथ की बड़ी सुपरस्टार है। यही नहीं, इसे साल 2018 में फोर्ब्स इंडिया की टॉप सेलिब्रिटी 100 की लिस्ट में भी शामिल किया गया था। बता सकते हैं कि यह किस एक्ट्रेस के बचपन की तस्वीर है? यह बच्ची मूल रूप से ईसाई थी, लेकिन 2011 में धर्म बदलकर हिंदू बन गई। आज इसे साउथ की लेडी सुपरस्टार कहा जाता है और इसकी फिल्में करोड़ों में कमाई करती हैं। यह बच्ची अब एक खूबसूरत हीरोइन है और साउथ के एक जाने-माने फिल्ममेकर की पत्नी है। साल 2016 में दोनों ने कोर्ट मैरिज कर ली थी, लेकिन 2022 में रीति-रिवाजों से शादी की। इसकी शादी में शाहरुख खान भी शामिल हुए थे। अब बता सकते हैं कि यह कौन है? यह हैं एक्ट्रेस नयनतारा, जो आज साउथ की हाइएस्ट पेड एक्ट्रेस हैं। छंलदजींत अपने फिल्मी करियर के साथ-साथ निजी जिंदगी के कारण भी सुर्खियों में रही हैं। कभी वह धर्म बदलने को लेकर सुर्खियों में रहीं, तो कभी प्रभु देवा संग अफेयर को लेकर। उन्होंने जिंदगी में खूब उतार-चढ़ाव देखे।

# देबिना और गुरमीत ने धूमधाम से मनाया बेटी का बर्थडे

देबिना बनर्जी और गुरमीत चौधरी की बेटी लियाना हाल ही दो साल की हो गईं, और कपल ने बड़ी धूमधाम से लाडली का बर्थडे मनाया। देबिना ने 3 अप्रैल 2022 को बेटी लियाना को जन्म दिया था, जो अब दो साल की हो गई है। इस मौके पर गुरमीत और देबिना ने शानदार पार्टी रखी, जिसकी थीम ने फैंस का ध्यान अपनी ओर खींच लिया। देबिना और गुरमीत ने बेटी लियाना, दिविशा और पैरेंट्स के साथ यह पार्टी इंजॉय की और सोशल मीडिया पर फैंस के साथ तस्वीरें शेयर कीं। बर्थडे पार्टी की थीम जलपरियों पर आधारित थी। देबिना ने बर्थडे पार्टी की कई तस्वीरें शेयर की हैं। साथ ही उन्होंने लियाना के लिए एक दिल छू लेने वाली कविता भी लिखी, जिसमें उन्होंने खूब प्यार उड़ेला। लियाना की यह बर्थडे पार्टी तब और खास बन गई, जब पापा भी वक्त निकालकर पहुंच गए।

**आउटडोर शूट से निकल बेटियों के पास पहुंचे गुरमीत**

गुरमीत चौधरी आउटडोर शूट पर थे, लेकिन लाडली लियाना के दूसरे बर्थडे पर उन्होंने टाइम निकाला और परिवार संग वक्त बिताया। पापा गुरमीत को देखते ही लियाना और दिवीशा उनसे लिपट गईं। शेयर की गई तस्वीरों में लियाना और दिवीशा मिलकर केक काट रही हैं। वहीं एक तस्वीर में देबिना बेटी लियाना को लिए पूल में बैठी नजर आईं।

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

**कई असफल कोशिशों के बाद से मां बनी थीं देबिना**

देबिना बनर्जी ने एक इंटरव्यू में बताया था कि काफी मुश्किलों और असफल कोशिशों के बाद वह 3 अप्रैल 2022 को आईवीएफ से लियाना की मां बनी थीं। लेकिन उनकी खुशी तब बढ़ गई, जब बिना किसी मुश्किल के उन्होंने नेचुरल तरीके से बेटी दिवीशा को जन्म दिया। देबिना और गुरमीत चौधरी ने साल 2011 में शादी की थी।

**शुरुआत में करियर की वजह से नहीं की थी प्लानिंग**

एक्ट्रेस ने 2022 में बताया था कि शुरुआत में उन्होंने मां बनने का फैसला इसलिए नहीं किया क्योंकि डर था कि करियर पर ब्रेक लग जाएगा। लेकिन 2017-18 में उनके मन में मां बनने की इच्छा जागी और फिर मदरहुड का प्लान किया। देबिना ने बताया था कि उन्होंने पांच बार कोशिश की, पर हर बार फेल हो गईं और तब मुश्किल से वह 2022 में मां बन पाईं।

# ऐसा नहीं कि मैं अब टीवी या वेब पर काम नहीं करूंगी

*टीवी की गोपी बहू यानी देवोलीना भट्टाचार्जी फिल्मों में डेब्यू करने जा रही हैं। इसे लेकर बातें करते हुए उन्होंने कहा कि फिल्में करने का मतलब यह नहीं है कि मैं अब टीवी या वेब पर काम नहीं करूंगी। उन्होंने कहा- मैं बड़े स्क्रीन के प्रोजेक्ट का ऑफर पाकर बेहद खुश हूं।*

बड़े पर्दे पर अपने डेब्यू पर बातें करते हुए देवोलीना ने कहा, श्मैं अपनी पहली फिल्म को लेकर एक्साइटेड हूं। मैं चाहती हूं कि मेरे फैंस हर बार की तरह मुझे प्यार और सपोर्ट करें। टीवी और डिजिटल प्लेटफॉर्म के प्रोजेक्ट्स में काम करने के बाद, मैं बड़े स्क्रीन के प्रोजेक्ट का ऑफर पाकर बेहद खुश हूं। एक एक्टर के रूप में मैं अपने आप को बांधकर नहीं रखती।

**ऐसा नहीं कि मैं अब टीवी या वेब पर काम नहीं करूंगी**

एक्ट्रेस को पिछली बार श्दिल दियां गल्लांश में देखा गया था। उन्होंने कहा कि वह छोटे पर्दे या डिजिटल प्लेटफॉर्म से पीछे नहीं हटेंगी और काम करती रहेंगी। एक्ट्रेस ने कहा, मैं एक एक्टर हूं और मेरा काम एक्टिंग करना है। बॉलीवुड स्क्रीन को सबसे अच्छा प्लेटफॉर्म माना जाता है और हर एक्टर उस प्लेटफॉर्म पर राज करना चाहता है। उन्होंने कहा, श्मैं हमेशा अच्छी कहानियों के इंतजार में रहती हूं। मैं अपने काम को इंजॉय करती हूं, चाहे स्टेज पर लाइव थिएटर करना हो या टीवी शो वेब या फिल्में। लेकिन, फिल्में करने का मतलब यह नहीं है कि मैं अब टीवी या वेब पर काम नहीं करूंगी।श

**बिग बॉस के 13वें, 14वें और 15वें सीजन में आई थीं नजर**

देवोलीना ने सलमान खान द्वारा के होस्ट वाले रियलिटी टीवी शो बिग बॉस के 13वें, 14वें और 15वें सीजन में भी हिस्सा नजर आई थीं। बता दें कि सीजन 13 में देवोलीना को टास्क के दौरान बैक इंजरी हुई थी, जिसकी वजह से उन्हें शो बीच में छोड़ना पड़ा था। इसके बाद एक्ट्रेस सीजन 14 में एजाज खान की प्रॉक्सी बनकर आई थीं और सीजन 15 में बतौर कंटेस्टेंट देवोलीना को खेलने का मौका मिला।

**इस फिल्म में सुरभि श्रीवास्तव, फलक राही जैसे कई कलाकार**

फिल्म का डायरेक्शन आकाशादित्य लामा ने किया है। फिल्म में सोहेला कपूर, ओमकार दास मानिकपुरी, आदित्य लाखिया, अनिल रस्तोगी, प्रमोद पवार, अंकुर अरमाम, सुरभि श्रीवास्तव, फलक राही, विक्रम टीडीआर और अतुल गंगवार भी शामिल हैं।

# बेहद संक्रामक है हर्पीस रोग, घाव दूर करेंगे ये घरेलू नुस्खे

*गंभीर त्वचा रोगों में हर्पीस भी एक है, जो एक बार हो जाने के बाद परेशान बहुत करता है। हर्पीस, जोस्टर वायरस और सिम्प्लेक्स वायरस के कारण होने वाला एक रोग है यह वायरस व्यक्ति से व्यक्ति में फैल भी सकता है। इसके लक्षण त्वचा पर छाले के रूप में नजर आते हैं। यह रोग महिलाओं में को ज्यादा होता है और पुरुष भी इसकी चपेट में आ सकते हैं। इसलिए समय रहते इसका इलाज बहुत जरूरी है।*

अधिकतर लोग हर्पीस के इलाज के लिए एलोपैथिक दवाइयों पर जोर देते हैं। लेकिन, दवाइयों के साथ आयुर्वेदिक चिकित्सा भी इसमें महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

**त्रिफला**
त्रिफला एक प्राचीन आयुर्वेदिक औषधि है, जिसका इस्तेमाल विभिन्न स्वास्थ्य समस्याओं के इलाज में किया जाता है। त्रिफला का सेवन हर्पीस के इलाज में मददगार हो सकता है, क्योंकि इसमें विटामिन सी, एंटीऑक्सीडेंट और विभिन्न औषधीय गुण होते हैं, जो संक्रमण के खिलाफ लड़ने में मददगार हैं।

**आंवला**
आंवला में विटामिन सी की मात्रा पाई जाती है और साथ ही इसमें एंटीवायरल गुण होते हैं, जो हर्पीस संक्रमण के खिलाफ लड़ने में मददगार हो सकते हैं। विटामिन सी एक तरह का एंटीऑक्सीडेंट है, जो शरीर को स्वस्थ रखने के साथ इम्यून सिस्टम की स्ट्रेंथ को भी बढ़ाता है।

**तुलसीः** तुलसी के पत्ते में एंटीवायरल गुण होते हैं, जो वायरस के खिलाफ लड़ने में सहायक हो सकते हैं। अगर आप हर्पीस की समस्या से परेशान हैं, तो खाने में तुलसी के साथ प्रभावित हिस्से में तुलसी का लेप भी लगा सकते हैं।

**नीमः** नीम के पत्ते और तेल में एंटीवायरल गुण होते हैं जो हर्पीस वायरस के खिलाफ लड़ने में सहायक हो सकते हैं। नीम के पत्ते में विटामिन सी, विटामिन ई, कैरोटीनॉयड और अन्य प्राकृतिक एंटीऑक्सीडेंट होते हैं, जो इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाए रखने में मदद करते हैं।

**कच्ची हल्दी**
कच्ची हल्दी का सेवन शरीर से कई संक्रमण को दूर भगाता है। कच्ची हल्दी में करक्यूमिन नामक एक प्राकृतिक एक्टिव इंग्रीडिएंट होता है जो उसकी गुणकारी गुणों की मुख्य स्रोत है। इसका सेवन इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने के साथ संक्रमणों के खिलाफ लड़ने के लिए तैयार करता है। हर्पीस से बचाव के लिए इसका सेवन भी फायदेमंद है।

## पुरुषों को मर्द बनाती हैं प्रोटीन से भरी ये चीजें, शरीर से भाग निकलेगी कमजोरी

प्रोटीन हड्डियों का एक मुख्य तत्व है और उनकी मजबूती और घनत्व को बनाए रखने में मदद करता है। प्रोटीन शरीर में एंटीबॉडीज और इम्यून सिस्टम को मजबूत बनाने का काम करता है। न्यूट्रिशनिस्ट और डाइटीशियन शिखा अग्रवाल शर्मा बता रही हैं कि पुरुषों को प्रोटीन के लिए किन चीजों का सेवन करना चाहिए। चिकन ब्रेस्ट प्रोटीन का एक बेहतरीन स्रोत है। 100 ग्राम चिकन ब्रेस्ट में लगभग 31 ग्राम प्रोटीन होता है। इसे आप ग्रिल करके, बेक करके या सौते करके स्वादिष्ट और पौष्टिक बना सकते हैं। चिकन ब्रेस्ट की तरह टर्की भी प्रोटीन का अच्छा स्रोत है। 100 ग्राम टर्की में लगभग 30 ग्राम प्रोटीन होता है। आप इसे रोस्ट करके, ग्रिल करके या कीमा बनाकर कई तरह के व्यंजनों में इस्तेमाल कर सकते हैं। सैमन मछली सिर्फ प्रोटीन से भरपूर ही नहीं होती बल्कि इसमें ओमेगा–3 फैटी एसिड भी पाए जाते हैं, जो ह्रदय के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं। 100 ग्राम सैमन में लगभग 22 ग्राम प्रोटीन होता है। जंगली सैमन का सेवन पोषण के लिहाज से और भी ज्यादा फायदेमंद होता है। टूना भी प्रोटीन का एक बेहतरीन स्रोत है। 100 ग्राम टूना में लगभग 25 ग्राम प्रोटीन पाया जाता है। इसका सेवन आप ताजा, डिब्बाबंद या फिर सुशी रोल और सलाद में कर सकते हैं। लीन कट्स वाले बीफ, जैसे कि सिर्लोइन स्टेक या टेंडरलॉइन, प्रोटीन, आयरन और अन्य जरूरी पोषक तत्वों से भरपूर होते हैं।

## वाइट ब्रेड या ब्राउन ब्रेड, जानिए पेट की हेल्थ के लिए कौन सी अच्छी है

पहले की अपेक्षा अब लोग अपनी हेल्थ को लेकर थोड़ा सजग हो गए हैं। इसलिए चावल से लेकर चीनी तक, अधिकतम खाद पदार्थों में ब्राउन राइस और ब्राउन शुगर जैसे ऑप्शन आ गया है। वैसे भी आजकल बाजार में ब्रेड के ढेर सारे विकल्प मौजूद हैं। ऐसे में ब्राउन ब्रेड और व्हाइट ब्रेड में से कौन सी ब्रेड चुननी चाहिए, जो स्वास्थ्य के लिए बेहतर हो, इस बारे में हम जानेंगे। नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन के अनुसार ब्राउन ब्रेड को पूरी तरह से गेहूं से तैयार किया जाता है। इसे लो कार्ब्स और हाई फाइबर डाइट में भी शामिल किया जाता है। अगर आटे के अलावा इसमें अन्य सामग्री की बात करें तो इसमें ब्रेड के रंग और सॉफ्टनेस को बनाए रखने के लिए कुछ चीजें डाली जाती हैं। तो वहीं व्हाइट ब्रेड पूरी तरह से मैदे से तैयार की जाती है। ब्राउन ब्रेड की अपेक्षा यह स्वाद में बहुत अच्छी होती है, लेकिन हाई कैलोरी के साथ हेल्दी नहीं होती है। अगर दोनों ब्रेड की तुलना करें, तो व्हाइट ब्रेड में बहुत कम मात्रा में फाइबर होता है।

# वेट लॉस की गारंटी, खूब पीते हैं गांव के लोग

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

*अगर वेट लॉस नहीं कर पा रहे हैं या फिर भूखे रहकर थक गए हैं तो हार न मानें। आप एक बार इस वेट लॉस ड्रिंक को पीकर देखें। यह आपकी चर्बी को बहुत जल्दी दूर कर देगी। कमर पतली होने के साथ आपको कई फायदे मिलेंगे, जिन्हें नजरअंदाज नहीं किया जा सकता है। यह वेट लॉस ड्रिंक भारत का पारंपरिक पेय पदार्थ है। जिसका सेवन हजारों सालों से किया जा रहा है और गांव के लोग इसे खूब पीते हैं। यह स्वाद में काफी टेस्टी होती है और वेट लॉस करती है। हम कांजी की बात कर रहे हैं, यह होममेड ड्रिंक हाजमा बढ़ाने में मदद करती है।*

**वेट लूस करने वाली ड्रिंक**
कांजी को फर्मेंट करके बनाया जाता है। यह प्रोबायोटिक्स से भरी होती है। एक शोध के मुताबिक वजन घटाने के लिए फर्मेंटेड फूड्स के साथ एक्सरसाइज करने से जल्दी रिजल्ट मिलता है। यह बॉडी फैट को कंट्रोल करता है और इम्यून सिस्टम को बढ़ाता है।

**प्रोबायोटिक्स की भरमार**
कांजी के पानी में प्रोबायोटिक्स होते हैं। ये हेल्दी बैक्टीरिया होते हैं जो डायजेशन को बढ़ाते हैं। पाचन तंत्र मजबूत होने से खाने का अवशोषण अच्छा होता है और फैट कम जमता है। वजन कम करने के लिए मजबूत डायजेस्टिव सिस्टम जरूरी है।

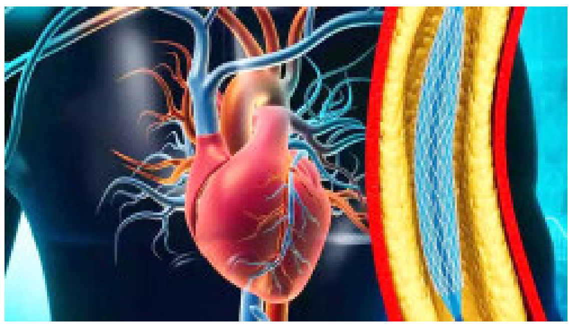
**कब्ज का अचूक उपाय**
पेट की कोई भी दिक्कत हो, कांजी का पानी पीने से दूर हो जाती है। यह हाजमा बढ़ाता है। गैस, अफारा, ब्लोटिंग, अपच में इसे पीने से फायदा मिलता है। कब्ज खोलने में भी इस देसी उपाय को आजमा सकते हैं। पेट साफ रहने से खुद ही कई बीमारियां दूर हो जाती हैं।

**डिहाइड्रेशन से बचाव**
गर्मियों में बॉडी जल्दी डिहाइड्रेट हो जाती है। इसकी वजह से थकान और कमजोरी महसूस होने लगती है। मगर कांजी का पानी इस समस्या से राहत देता है। यह शरीर के लिए हद से ज्यादा हेल्दी ड्रिंक है। मगर ज्यादा सेवन करने से दस्त लग सकते हैं।

**गाजर की कांजी बनाने की विधि**
- गाजर को छीलकर छोटे लंबे टुकड़ों में बराबर काट लें।
- एक पैन में जरूरत के हिसाब से पानी डालें और फिर गाजर डाल दें।
- इस मिक्सचर को उबालें और फिर ठंडा होने के लिए छोड़ दें।
- फिर इसे एक डिब्बे के अंदर निकाल लें और स्वादानुसार नमक, सरसों के बीज, काला नमक, हींग, हल्दी पाउडर, लाल मिर्च मिलाएं।
- डिब्बे को बंद करके 4–5 दिन एक तरफ रख दें और हर दिन एक साफ चम्मच से अच्छी तरह मिला दें।

खटास आने पर इसे खोलकर पीएं।

## आपके बॉडी में छिपा बैठा है हाई ब्लड प्रेशर का असली कारण



मोटापा आज के समय में अधिकतर लोगों की सबसे बड़ी समस्या है, जो अपने साथ और भी कई बीमारियों को लेकर आती हैं, जैसे कि डायबिटीज और हाई ब्लड प्रेशर। मोटापा लोगों में कई कारणों से हो सकता है, जैसे कि खराब डाइट, हाई कैलोरी का सेवन, शारीरिक गतिविधियों का कम होना तनाव और नींद की कमी आदि। वैसे भी आजकल हम सभी की लाइफस्टाइल बिगड़ ही रखी है। नेशनल सेंटर फॉर बायोटेक्नोलॉजी इंफॉर्मेशन की रिपोर्ट के अनुसार, बीएमआई और सिस्टोलिक–डायस्टोलिक रक्तचाप के बीच सीधा संबंध दिखाती है। इसी तरह रक्तचाप और बीएमआई के बीच सीधा संबंध देखा गया है।
मोटापा उच्च रक्तचाप का एक प्रमुख कारण है। फ्रेमिंघम हार्ट स्टडी की रिपोर्ट के अनुसार पुरुषों में लगभग 78 प्रतिशत और महिलाओं में 65 प्रतिशत उच्च रक्तचाप के मामलों को सीधे तौर पर मोटापे के लिए जिम्मेदार ठहराया गया है। मोटापा और हाई ब्लड प्रेशर के बीच के संबंध के बारे में विज्ञान अभी भी अध्ययन कर रहा है, लेकिन कुछ कारणों से दोनों के बीच के अंतर देखा जा सकता है। मोटापा वजन बढ़ने का सीधा कारण हो सकता है, जो ब्लड प्रेशर को भी बढ़ा सकता है। ऐसा कैल्शियम सिग्नलिंग के कारण होता है। कैल्शियम आयन सेल्स के साथ बैलेंस बनाते हैं।

## पंजाब की प्वाइंट्स टेबल में हाल

बता दें कि इस जीत के साथ ही पंजाब किंग्स की टीम आईपीएल 2024 की प्वाइंट्स टेबल में पांचवें स्थान पर पहुंच गई है। पंजाब ने चार मैचों में दूसरी जीत दर्ज की। वहीं, गुजरात टाइटंस की टीम चार मैचों में दो जीत के साथ प्वाइंट्स टेबल में छठे स्थान पर काबिज है।

# जब गलती से खरीदे गए शशांक सिंह ने जिताया मैच

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। पंजाब किंग्स ने आईपीएल 2024 में सबसे बड़े लक्ष्य को हासिल किया। पंजाब किंग्स ने अहमदाबाद के नरेंद्र मोदी स्टेडियम में गुजरात टाइटंस को रोमांच से भरे मुकाबले में एक गेंद शेष रहते तीन विकेट से मात दी। ऑलराउंडर शशांक सिंह पंजाब किंग्स की जीत के हीरो रहे, जिन्होंने 29 गेंदों में 6 चौके और चार छक्के की मदद से नाबाद 61 रन बनाए। उनकी पारी की मदद से पंजाब किंग्स ने 200 रन का लक्ष्य सफलतापूर्वक हासिल किया। पंजाब की टीम एक समय 70 रन पर चार विकेट गंवा चुकी थी और तब लग रहा था कि उसे लगातार तीसरी शिकस्त झेलनी पड़ेगी। हालांकि, शशांक सिंह और आशुतोष शर्मा के इरादे कुछ और ही थे और दोनों ने पंजाब को रोमांचकारी जीत दिलाई। जब शशांक सिंह ने दर्शन नालकंडे के ओवर की पांचवीं गेंद पर विजयी रन बनाए तो पंजाब किंग्स की सह-मालकिन व बॉलीवुड एक्ट्रेस प्रीति जिंटा खुशी से अपनी कुर्सी से उछल पड़ी और स्टैंड्स से जीत का जश्न मनाने लगी। प्रीति जिंटा के इस मस्तीभरे अंदाज का वीडियो वायरल हो गया है। आईपीएल नीलामी में पंजाब किंग्स ने गलती से शशांक सिंह को अपने खेमे में शामिल किया था।

# गुजरात टाइटंस के नंबर-1 क्रिकेटर बने शुभमन गिल

**क्रिकेट**

## होम ग्राउंड में कर दिखाया वो कमाल जो कभी नहीं कर सके हार्दिक

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। गुजरात टाइटंस के नए कप्तान शुभमन गिल ने होम ग्राउंड में पंजाब किंग्स के खिलाफ इतिहास रच दिया। गिल ने पंजाब किंग्स के खिलाफ 4 अप्रैल को खेले गए मैच में इस सीजन की अपनी पहली फिफ्टी जमाई।

गुजरात टाइटंस के शुभमन गिल ने 48 गेंदों का सामना करते हुए 89 रन की पारी खेली, जिसकी बदौलत गुजरात ने स्कोर बोर्ड पर 199 रन टांगे। बतौर कप्तान आईपीएल में गिल का ये पहली बार 50 प्लस स्कोर रहा। बता दें कि स्टार भारतीय बैटर गिल आईपीएल इतिहास के 9वें सबसे युवा कप्तान बने।

दरअसल, पंजाब किंग्स के खिलाफ गुजरात टाइटंस के कप्तान शुभमन गिल का अहमदाबाद के नरेंद्र मोदी स्टेडियम में बल्ला जमकर बोला। उन्होंने गुजरात को शानदार शुरुआत दिलाई। गुजरात की तरफ से गिल ने 48 गेंदों पर नाबाद 89 रन की पारी खेली, जिसमें 6 चौके और 4 छक्के शामिल रहे। उन्होंने 185 के स्ट्राइक रेट से होम ग्राउंड पर रनों की बरसात की और पंजाब किंग्स के गेंदबाजों का बर्ता बना दिया।

इस दौरान शुभमन गिल ने इतिहास भी रच दिया। गिल गुजरात टाइटंस के लिए 1500 रन बनाने वाले पहले क्रिकेटर बने। 24 साल के गिल ने ये कारनामा पंजाब किंग्स के खिलाफ खेले गए मैच में किया। गुजरात के लिए गिल से पहले आज तक कोई भी बैटर 1000 रन भी नहीं बना सका। हार्दिक पांड्या ने गुजरात टाइटंस के लिए खेलते हुए 833 रन बनाए। वहीं, डेविड मिलर ने 817 रन बनाए हैं।

आईपीएल 2024 के 17वें मैच पंजाब किंग्स का सामना गुजरात टाइटंस से हुआ, जिसमें पंजाब किंग्स को 3 विकेट चटकाए। गिल ने अपनी पारी में 6 चौके और 4 छक्के शामिल रहे। गुजरात ने पहले बैटिंग 20 ओवर में निर्धारित में 4 विकेट खोकर 199 रन बनाए। इसके जवाब में पंजाब किंग्स को शशांक सिंह ने एक गेंद शेष रहते हुए मैच जिताया। शशांक ने 29 गेंदों का सामना करते हुए नाबाद 61 रन बनाए। आशुतोष ने 17 गेंद का सामना करते हुए 31 रन की पारी खेली।

# विल जैक्स को मौका देगी आरसीबी? राजस्थान भी करेगी बड़ा बदलाव

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

जयपुर। खराब फॉर्म से जूझ रही रॉयल चौलेंजर्स बेंगलुरु और शानदार प्रदर्शन कर रही राजस्थान रॉयल्स दोनों को आईपीएल 2024 के मुकाबले में अपने शीर्षक्रम से बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद होगी। आरसीबी फिलहाल दस टीमों में आठवें स्थान पर है जो उसके खराब प्रदर्शन की बानगी देता है। वहीं रॉयल्स दूसरे स्थान पर है लेकिन उसके शीर्षक्रम ने अच्छा प्रदर्शन नहीं किया है। आरसीबी के पास शीर्षक्रम में कप्तान फाफ डु प्लेसी, ग्लेन मैक्सवेल, कैमरून ग्रीन और रजत पाटीदार जैसे शानदार आक्रामक बल्लेबाज हैं लेकिन कोई भी एक ईकाई के रूप में अच्छा प्रदर्शन नहीं कर सका।

स्टार बल्लेबाज विराट कोहली दो अर्धशतक समेत 203 रन बनाकर ऑरेंज कैप हासिल कर चुके हैं लेकिन उन्हें दूसरे छोर से सहयोग नहीं मिला। पाटीदार ने लखनऊ सुपर जाइंट्स के खिलाफ 29 रन बनाये लेकिन उनसे इससे बेहतर प्रदर्शन की उम्मीद है। कैमरून ग्रीन की जगह प्लेइंग इलेवन में विस्फोटक बल्लेबाज विल जैक्स को शामिल किया जा सकता है। मयंक डागर की जगह लेग स्पिनर कर्ण शर्मा को मौका मिल सकता है।

- आरसी का मुकाबला राजस्थान रॉयल्स के खिलाफ खेलेगी

दूसरी ओर रॉयल्स के बल्लेबाज यशस्वी जायसवाल अच्छा फॉर्म लेकर आईपीएल में आये थे लेकिन तीन मैचों में 39 रन ही बना सके हैं। जोस बटलर की भी यही कहानी है। इंग्लैंड के टी20 कप्तान ने तीन मैचों में 35 रन बनाये हैं और उनका स्ट्राइक रेट 85 का रहा है। रॉयल्स की बल्लेबाजी की धुरी कप्तान संजू सैमसन (109 रन) और रियान पराग (181 रन) रहे हैं। दोनों को दूसरे बल्लेबाजों से भी सहयोग की जरूरत होगी।

गेंदबाजी में राजस्थान का पलड़ा भारी है जिसके पास तेज गेंदबाज ट्रेंट बोल्ट और नांद्रे बर्गर के अलावा अनुभवी लेग स्पिनर युजवेंद्र चहल हैं। ये तीनों मिलकर 16 विकेट ले चुके हैं। अनुभवी रविचंद्रन अश्विन ने हालांकि तीन मैचों में एक ही विकेट लिया है। पिछले मैच में फिटनेस की वजह से नहीं खेलने वाले संदीप शर्मा की वापसी हो सकती है। संदीप, आवेश या चहल में से किसी एक का इस्तेमाल इम्पैक्ट प्लेयर के रूप में होगा।

## दिल्ली में रोहित शर्मा के फैंस को मिलेगा खास ट्रीटमेंट?

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। हार्दिक पंड्या को आईपीएल 2024 में फैंस के गुस्से का सामना करना पड़ रहा है। हाल ही में मुंबई में उनकी हूटिंग की गई थी और टॉस प्रेजेंटेटर संजय मांजरेकर को मुंबई इंडियंस के कप्तान के समर्थन में आगे आना पड़ा और फैंस से मुंबई के कप्तान के प्रति सही व्यवहार करने की अपील करनी पड़ी। इस मुकाबले में फैंस लगातार हार्दिक पंड्या को घेरते रहे। कई पूर्व क्रिकेटरों ने इसे गलत व्यवहार बताया और प्रशंसकों से क्रिकेटर का सम्मान करने का आग्रह किया। ऐसी चुनौतियों को ध्यान में रखते हुए डीडीसीए के अध्यक्ष रोहन जेटली ने फैंस के व्यवहार पर बड़ा बयान दिया। आईपीएल मैचों की मेजबानी के दौरान उत्पन्न होने वाली स्थिति को नियंत्रण में रखने के लिए डीडीसीए द्वारा उठाए जाने वाले उपायों के बारे में उन्होंने कहा- अभी कोई निर्णय नहीं लिया गया है, क्योंकि पिछले तीन वर्षों में आज तक, मैंने ऐसी स्थिति नहीं देखी है जहां हमने दर्शकों या व्यक्तियों को, मैच देखते हुए दुर्व्यवहार करते हुए देखा हो।

## न्यूज डायरी

### क्रिकेट वर्ल्ड के धाकड़ अपनी टीम के लिए बने पनौती, एक का औसत 8 से भी कम

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। इंडियन प्रीमियर लीग के 2024 सीजन में अब तक 17 मैच हो चुके हैं। अंगकृष रघुवंशी, शशांक सिंह, आशुतोष शर्मा, मयंक यादव, रियान पराग सहित कई ऐसे खिलाड़ी हैं, जो अपनी टीमों के लिए अभी तक पनौती साबित हुए हैं। उन्हें क्रिकेट की दुनिया का बड़ा सितारा माना जाता है, लेकिन मैदान पर वे बुरी तरह फेल हो रहे हैं। एक का औसत तो सिर्फ लगभग 8 है। गुजरात टाइटंस को चौंपियन और फिर रनरअप बनाने के बाद रोहित शर्मा की जगह कप्तान बनने वाले हार्दिक पंड्या के लिए यह सीजन बेहद बुरा जा रहा है। उन्होंने हर मैच में अच्छी शुरुआत की, लेकिन बड़ी पारी नहीं खेल सके। वनडे वर्ल्ड कप में कोहराम मचाने वाले ग्लेन मैक्सवेल एम. चिन्नास्वामी के छोटे मैदान पर भी बड़े शॉट नहीं खेल पा रहे हैं। 4 मैचों में उनके नाम सिर्फ 31 रन है। उनका औसत 7.75 और स्ट्राइक रेट 114.81 है। आईपीएल से पहले इंटरनेशनल सीरीज और डोमेस्टिक क्रिकेट नहीं खेलने की वजह से विवादों में आए ईशान किशन के लिए यह सीजन अभी तक किसी बुरे सपने की तरह साबित हुआ है। दिल्ली कैपिटल्स ने इस सीजन की शुरुआत में मिचेल मार्श से ओपनिंग कराने की सोची।

### मैदान के असली हीरो सैयद अब्दुल रहमान कौन हैं?

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। फीफा... अमूमन लोग इसे इंटरनेशनल फेडरेशन ऑफ असोसिएशन फुटबॉल कहते हैं, लेकिन असली फुल फॉर्म फेडरेशन इंटरनेशनल डि फुटबॉल असोसिएशन है। इसकी ताजा रैंकिंग में भारत 121वें स्थान पर है। यह रैंक किसी भी देश के लिए किसी भी खेल में बेहद शर्मनाक है, लेकिन ऐसा हमेशा नहीं था। भारत कम से कम एशिया में कभी टॉप पर हुआ करता था, जबकि 1951 और 1962 में एशियन गेम्स का गोल्ड मेडल भी जीता था। और इस सपने को देखा था सैयद अब्दुल रहमान ने। किसी सपने को पूरा करने में कितनी मेहनत लगती है, क्या कुछ कुर्बानी देनी पड़ती है यह दिखाने-बताने का जिम्मा बोनी कपूर ने लिया है और भुला चुके इस नाम को एक बार फिर जीवंत करने और अपनी अदायगी से अमर करने की जिम्मेदार निभा रहे हैं अजय देवगन। यह कहानी सैयद अब्दुल रहमान की है। सबसे महान मैनेजर माने जाने वाले रहमान ने फुटबॉल में भारत को महान बनाने का सपना तब देखा था जब देश की बड़ी संख्या पेट भरने के लिए संघर्ष कर रही थी। किसी के पास खेल के लिए वक्त नहीं था। न देखने के लिए न खेलने के लिए। हालांकि, बच्चा-बच्चा फुटबॉल का दीवाना था। ब्राजील, अर्जेंटीना, इटली के फैंस घर-घर, गली-गली में आसानी से मिल जाते थे। उन्होंने तमाम मुश्किलों से जूझते हुए 1950-1963 के दौरान भारतीय फुटबॉल को ऊंचाइयों पर पहुंचाने में अहम भूमिका निभाई। इस दौर को भारतीय फुटबॉल का गोल्डन दौर कहा जाता है।

### ऋषभ पंत और शुभमन गिल की वर्ल्ड कप टीम में जगह नहीं बनती

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। आईपीएल 2024 के खत्म होने के 5 दिन बाद ही टी20 वर्ल्ड कप 2024 शुरू हो रहा है। इसलिए इस साल के आईपीएल की एक अहम कहानी ये भी है कि खिलाड़ी टी20 वर्ल्ड कप टीम में चुने जाने के लिए कैसा प्रदर्शन करते हैं। भारतीय टीम की घोषणा इसी महीने के अंत में होगी और आईपीएल का प्रदर्शन इसमें अहम भूमिका निभाएगा। न्यूजीलैंड के पूर्व क्रिकेटर और मशहूर कमेंटेटर साइमन डूल ने अपनी राय रखते हुए कहा है कि युवा प्रतिभा शुभमन गिल और ऋषभ पंत को उनकी टीम में जगह नहीं मिलेगी। साइन डूल का कहना है कि ऋषभ पंत एकतरफा बल्लेबाज हैं, जो सिर्फ लेग साइड पर ही ज्यादा रन बनाते हैं। टेस्ट क्रिकेट में उनका अच्छा प्रदर्शन टी20 में दिखाई नहीं देता। दूसरी तरफ, गिल के लिए भारतीय टीम की ओपनिंग में जगह नहीं है क्योंकि पहले से ही कई मजबूत खिलाड़ी हैं। डूल ने कहा, ऋषभ पंत को टीम में जगह बनाने के लिए काफी मेहनत करनी होगी। उन्हें सिर्फ विकेटकीपर के भरोसे नहीं रहना चाहिए। उन्हें ये साबित करना होगा कि वे मिडिल ऑर्डर में भी नंबर 5 पर बल्लेबाजी कर सकते हैं। अभी उनकी बल्लेबाजी थोड़ी एकतरफा है। साइन डूल के अनुसार शुभमन गिल के लिए टॉप ऑर्डर में जगह नहीं बनती दिख रही। उन्होंने गिल के बारे में कहा, श्वर्ल्ड कप में 15 खिलाड़ी जाते हैं लेकिन मेरे हिसाब से 18 खिलाड़ी होने चाहिए।

पेज थ्री देहरादून

हरिद्वार में बीजेपी राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा ने किया जनता को संबोधित।

देहरादून, शनिवार, 6 अप्रैल 2024

पेज 8

हमारा दून

## संक्षिप्त समाचार

### समाजसेवी सेवा सिंह मठारु का निधन

**संवाददाता** देहरादून। दून के वरिष्ठ समाजसेवी सेवा सिंह मठारु का आकस्मिक निधन हो गया है। उन्होंने रीठामंडी स्थित अपने आवास पर अंतिम सांस ली। वह लम्बे समय से हृदय रोग से पीड़ित चल रहे थे। उनका अंतिम संस्कार लक्खीबाग स्थित शमशान घाट में किया गया। सेवा सिंह मठारु के निधन पर गुरुद्वारा सिंह सभा समेत अनेक सामाजिक संस्थाओं व खेल संगठनों ने शोक जताया है। वह गुरुद्वारा सिंह सभा आढ़त बाजार के पूर्व महासचिव, सिख सेवा जत्था के सचिव, रामगढ़िया सभा के महासचिव, महानगर दशमेश अकादमी समेत सभी गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी के साथ सक्रिय रुप से जुड़े हुए थे।

### हरदा ने रखी कांग्रेस की असली तस्वीरः भाजपा

**संवाददाता** देहरादून। भाजपा ने कांग्रेस नेता और पूर्व मुख्यमंत्री हरीश रावत के बयान पर तंज कसते हुए कहा कि उन्होंने कांग्रेस की असली तस्वीर पेश की है। भाजपा प्रदेश मीडिया प्रभारी मनवीर चौहान ने एक बयान में कहा कि कांग्रेस नेता पहले तो चुनाव में उतरने से भागते नजर आए और अब मैदान में उतरे नेताओं और कार्यकर्ताओ में हताशा और निराशा का भाव है। कांग्रेस नेता और कार्यकर्ता पार्टी की नीति से निराश होकर लगातार पार्टी छोड़ रहे हैं। उन्होंने कहा कि पूर्व सीएम हरीश रावत भी स्वीकार कर चुके हैं कांग्रेसी आलसी ही नहीं, बल्कि मनोवैज्ञानिक रूप से थक गए हैं और सोए कांग्रेस कार्यकर्ताओं को उनके सहयोगी दल हौंसला दे रहे हैं।

### क्रिटिकल और वल्नरबल बूथों के चिन्हीकरण के निर्देश

**संवाददाता** देहरादून। अपर मुख्य निर्वाचन अधिकारी विजय कुमार जोगदंडे ने सचिवालय स्थित मीडिया सेंटर में प्रेस ब्रीफिंग करते हुए कहा कि भारत निर्वाचन आयोग द्वारा क्रिटिकल और वल्नरबल बूथों के चिन्हीकरण के निर्देश दिये गये हैं। राज्य में 1365 क्रिटिकल बूथ और 809 वल्नरबल बूथ चिन्हित किये गये हैं। वल्नरबल बूथ की श्रेणी में ऐसे बूथ आते हैं, जिसमें पूर्व में निर्वाचन के दौरान कोई घटना हुई हो, जिसमें आपराधिक मामला शामिल हो।

### शक्ति पंप्स ने क्यूआईपी से 200 करोड़ रुपये किये अर्जित

**संवाददाता** देहरादून। भारत में सोलर पंप और मोटर बनाने वाली विश्व की अग्रणी कंपनी शक्ति पंप्स (इंडिया) लिमिटेड ने क्यूआईपी से सफलतापूर्वक 200 करोड़ रुपये अर्जित किये। क्यूआईपी इश्यू में निवेशकों ने काफी रूचि दिखाई और इसे दो बड़े म्यूचुअल फंड–एलआईसी म्यूचुअल फंड और एसबीआई म्यूचुअल फंड द्वारा पूरी तरह से सब्सक्राइब कर लिया गया। इन बड़े फंड हाउस द्वारा किया गया यह निवेश सोलर पंप्स उद्योग की विकास क्षमता और उद्योग में शक्ति पंप्स की अग्रणी स्थिति को दर्शाता है।

# मतदाताओं को मतदान के लिए किया जा रहा जागरूक

**कार्यक्रम**

- 18 युवा मतदाताओं को दी गई जिलाधिकारी की पोस्टकार्ड अपील
- नुक्कड़ नाटक, आंगनबाड़ी कार्यकत्रियों द्वारा मतदाता जागरूकता गीत किए गए प्रस्तुत

**संवाददाता**

देहरादून। लोकसभा सामान्य निर्वाचन–2024 में मतदान प्रतिशत् बढ़ाने के उद्देश्य से जिला निर्वाचन अधिकारी/जिलाधिकारी श्रीमती सोनिका द्वारा वृहदस्तर पर स्वीप गतिविधि आयोजित करने हेतु दिए गए निर्देशों के अनुपालन में जिला प्रशासन द्वारा विभिन्न माध्यम से मतदाताओं को मतदान के लिए जागरूक/प्रेरित किया जा रहा है। महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास विभाग के स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस के साथ मतदाता जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन आंगनबाड़ी केंद्र राजेश्वर नगर, विधानसभा रायपुर में आयोजित किया गया। कार्यक्रम में नोडल अधिकारी स्वीप/मुख्य विकास अधिकारी सुश्री झरना कमठान उपस्थित रहीं।

कार्यक्रम में नेहरू युवा केंद्र द्वारा नुक्कड़ नाटक, आंगनबाड़ी कार्यकत्रियों द्वारा मतदाता जागरूकता गीत प्रस्तुत किए गए। इस अवसर पर नोडल स्वीप द्वारा जनपद के समस्त मतदाताओं को जागरूक करने हेतु मतदान गीत का वीडियो लॉन्च किया गया। उपस्थित लगभग 150 लाभार्थियों/स्थानीय निवासियों को नोडल अधिकारी स्वीप द्वारा मतदाता शपथ, हस्ताक्षर अभियान एवम सेल्फी प्वाइंट के माध्यम से शत प्रतिशत मतदान किए जाने हेतु प्रेरित किया गया। इस अवसर पर 18 युवा मतदाताओं को जिलाधिकारी की पोस्टकार्ड अपील दी गई। कार्यक्रम में सहायक नोडल अधिकारी/जिला विकास अधिकारी एवं जिला कार्यक्रम अधिकारी, बाल विकास परियोजना अधिकारी, सुपरवाइजर इत्यादि भी कार्यक्रम में उपस्थित रहे।

**41 कार्मिकों के विरूद्ध नोटिस जारीः** लोकसभा सामान्य निर्वाचन 2024 हेतु विभिन्न विभागों के कार्मिकों की ड्यूटी लगायी गयी थी तथा उनके द्वारा पीठासीन अधिकारी, पोलिंग अधिकारी–1, 2 व 3 के रूप में विभिन्न पोलिंग स्टेशनों पर मतदान कराये जाने से सम्बन्धित दायित्वों का निर्वहन किया जाना है। उक्त उद्देश्य की पूर्ति हेतु समस्त कार्मिकों को

### निष्ठापूर्वक समस्त कार्मिक अपने कर्तव्यों का करें निर्वहन

मुख्य विकास अधिकारी द्वारा लोकसभा सामान्य निर्वाचन 2024 में पूर्णतः निष्ठापूर्वक समस्त कार्मिकों को अपने कर्तव्यों का निर्वहन करने हेतु पुनः निर्देशित किया गया।

आवश्यक प्रशिक्षण प्रदान किये जाने हेतु प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किये गये जिसमें कार्मिकों के द्वारा अपने दायित्वों का निर्वहन प्रभावी रूप से सम्पन्न किये जाने हेतु प्रशिक्षण में प्रतिभाग किया गया। कतिपय कार्मिकों के द्वारा निर्वाचन जैसे महत्वपूर्ण कार्यक्रम को गम्भीरतापूर्वक नहीं लिया गया व प्रशिक्षण कार्यक्रम से अनुपस्थित रहे।

मुख्य विकास अधिकारीध्नोडल अधिकारी कार्मिक सुश्री झरना कमठान द्वारा प्रशिक्षण कार्यक्रम में कार्मिकों के अनुपस्थित रहने पर अप्रसन्नता व्यक्त की गयी व ऐसे 41 कार्मिकों के विरूद्ध नोटिस जारी किये जाने हेतु निर्देश प्रदान किये गये व नोटिस के माध्यम से कार्मिकों को अपना स्पष्टीकरण प्रस्तुत किये जाने हेतु निर्देशित किया गया। संतोषप्रद स्पष्टीकरण न प्राप्त होने की स्थिति में ऐसे कार्मिकों के विरूद्ध एफआईआर योजित किये जाने की कार्यवाही नियमानुसार सम्पन्न की जायेगी।

# न जनेऊ पहनना आता है और न ही आरती

**तंज**

- जेपी नड्डा ने कांग्रेस के नेता राहुल गांधी पर कसा तंज

**संवाददाता**

देहरादून। श्री पंचदशनाम जूना अखाड़ा में आयोजित संत आशीर्वाद समारोह में भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा ने कहा कि उत्तराखंड देवों की भूमि है। यहां आकर वह स्वयं को सौभाग्यशाली समझते हैं। उन्होंने कहा कि पीएम मोदी के नेतृत्व में 21 वीं शताब्दी, भारत की जागृति अवस्था की शताब्दी बन रही है। भारत अब जागृत अवस्था में हम लोगों को दिखाई दे रहा है।

जेपी नड्डा ने राहुल गांधी पर तंज कसते कहा कि कुछ लोगों को न तो जनेऊ पहनना आता है और न ही आरती करनी आती है, लेकिन चुनाव के समय में धर्म का उपयोग करना जरूर आता है। ऐसे लोगों को चुनाव में साधु संतों का आशीर्वाद नहीं मिलना चाहिए। इंडी गठबंधन पर भी निशाना साधते जेपी नड्डा ने कहा कि कुछ राजनीतिक दल चुनाव के समय में सनातनी ताकतों को कलंकित करने का काम करते हैं और कुछ राजनीतिक दल चुप्पी साध लेते हैं। ऐसे राजनीतिक दलों को भी साधु संतों का समर्थन नहीं मिलना चाहिए।

जेपी नड्डा ने कहा कि पीएम ने स्पष्ट शब्दों में कहा है कि यह काल सनातन के जागरण का काल है। ऐसे में जब सनातन का जागरण हो रहा है तो साधु संतों ऋषि महापुरुषों के दर्शन करना सौभाग्य है। संत समारोह में बतौर मुख्य अतिथि नड्डा ने कहा कि पीएम के नेतृत्व में हम देश में विकास के लिए राजनीतिक लड़ाई को आगे बढ़ा रहे हैं।

भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा ने कहा कि इस लड़ाई की शुरुआत में ही साधु संतों ऋषि मुनियों का आशीर्वाद हम सबको मिल रहा है। इसके लिए मैं आप सबका ऋणी हूं। पिछले 10 वर्षों में आध्यात्मिक जगत हो या फिर सांसारिक देश ने बदलाव का दौर देखा है। 10 साल पहले हम हीन भावना से ग्रसित थे। 10 साल से पहले का नेतृत्व देश को दिशा और दृष्टि नहीं दे पा रहा था। पीएम मोदी के नेतृत्व में पिछले 10 वर्षों में भारत का बदलता दौड़ हमने देखा है।

**भारत का परचम पीएम ने लहराया**

जेपी नड्डा ने कहा कि जब हम बदलते दौर की बात करते हैं तो भूख की राजनीति से लेकर विदेश नीति तक हर जगह भारत का परचम पीएम ने लहराया है। भारतीय विचारधारा और सात्विक विचारधारा को आगे बढ़ाया है। गुलामी के चिन्हों को हटाकर भारत के गौरव और संस्कृति को रखने का काम पीएम ने किया है। साथ ही भारत को पुरानी गुलामी की मानसिकता को निकाल कर गौरवपूर्ण भारत को पुनर्स्थापित करने में पीएम के नेतृत्व ने अभूतपूर्व भूमिका निभाई है।

### बीस सूत्री कार्यक्रम में माह फरवरी में दून ने प्रथम स्थान प्राप्त किया

**संवाददाता** देहरादून। जिलाधिकारी सोनिका के नेतृत्व में जनपद देहरादून ने बीस सूत्री कार्यक्रम में माह फरवरी में प्रथम स्थान प्राप्त किया। 20–सूत्रीय कार्यक्रम एवं कार्यान्वयन विभाग, उत्तराखण्ड के द्वारा प्रकाशित माह–अप्रैल, 2023 से माह–फरवरी, 2024 तक की प्रगति रिपोर्ट के अनुसार जनपद देहरादून द्वारा कुल पूर्णांक 102 के सापेक्ष 95 अंक प्राप्त कर 94.14 प्रतिशत की प्रगति के साथ प्रदेश में जनपद–देहरादून को प्रथम स्थान प्राप्त हुआ है। जिलाधिकारी श्रीमती सोनिका ने जनपद देहरादून को प्रथम स्थान प्राप्त होने पर मुख्य विकास अधिकारी सुश्री झरना कमठान एवं उनकी टीम को (जनपद स्तरीय विभागीय अधिकारियों) को शुभकामनाएं दीं। बीस सूत्रीय कार्यक्रम में कुमायू मण्डल को 102 में से 90 अंक प्राप्त हुए तथा प्रगति 88.24 प्रतिशत रही। वहीं गढवाल मण्डल को 102 में से 87 अंक प्राप्त हुए।

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।