देहरादून,पौड़ी–गढ़वाल व अल्मोड़ा से प्रकाशित
www.page3news.in
नगर संस्करण वर्ष 19 अंक: 225 पृष्ठ : 8 मूल्य: एक रूपए

विचार–प्रवाह...
संसद को है अधिकार

देहरादून, शनिवार, 14 दिसंबर 2024

# पेज थ्री

मौसम अधिकतम 22.0° न्यूनतम 09.0°

82924.41

2 इस्तांबुल हवाई अड्डे पर फंसे भारतीय
7 कौन गेंदबाजी कर रहाः गिल

# ये देश उठेगा, लड़ेगा, सत्य मांगेगाः प्रियंका

## प्रियंका गांधी वाड्रा ने लोकसभा में अपने पहले भाषण में सरकार को जमकर घेरा

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। संसद में संविधान पर बहस। लोकसभा में प्रियंका गांधी वाड्रा का पहला भाषण। विपक्ष की तरफ से बहस की शुरुआत। संसद में दिए अपने पहले ही भाषण में वाड्रा महफिल लूट ली गईं। विपक्षी सदस्यों ने भाषण के दौरान बार–बार मेजें थपथपाई। प्रियंका ने अपने भाषण में उन्नाव रेप केस का जिक्र किया। संभल हिंसा की बात की। उनके बहाने बीजेपी को घेरा। कहा कि ये देश का संविधान है, संघ का विधान नहीं। जाति जनगणना क्यों जरूरी है, उसके पक्ष में तर्क गिनाईं। चुनाव के दौरान पीएम मोदी के मंगलसूत्र वाले बयान पर तंज भी कसा। सरकार पर एक खास व्यक्ति को देश के संसाधनों को देने का आरोप लगाया। मोदी सरकार की तरफ से विपक्षी नेताओं के कथित दमन का मुद्दा उठाया। कहा कि ये देश भय से नहीं चलेगा, साहस से ही चल सकता है। ये देश कायरों के हाथों में ज्यादा देर तक कभी नहीं रहेगा, ये देश उठेगा, ये देश लड़ेगा।

वाड्रा ने बीजेपी पर संविधान को लेकर पाखंड का आरोप आरोप लगाया। उन्होंने कहा, संविधान संविधान इसलिए कह रहे हैं ये क्योंकि इस चुनाव में ये पता चल गया कि इस चुनाव में हारते–हारते जीतने से ये पता चला कि इस संविधान में बदलाव की बात नहीं चलेगी। जाति जनगणना की मांग आज की जरूरत है।

अडानी का नाम लिए बिना प्रियंका गांधी वाड्रा ने मोदी सरकार पर गंभीर आरोप लगाए। कहा, सारी दौलत, सारे मौके, सारे बंदरगाह, एयरपोर्ट, सड़कें, रेलवे का काम, खदानें, कारखानें सिर्फ एक व्यक्ति को दी जा रही है। देश में बहुत तेजी से गैरबराबरी बढ़ रही है। जो गरीब है और गरीब हो रहा है, जो अमीर है वो और अमीर हो रहा है।

वाड्रा ने कहा, पूरे देश की जनता जानती है कि इनके यहां वॉशिंग मशीन है। वो यहां से वहां जाता है वो धुल जाता है। पीएम यहां सदन में संविधान की किताब को यूं माथे से लगाते हैं लेकिन संभल, हाथरस और मणिपुर में जब न्याय की आवाज गूंजती है तो उनके माथे पर शिकन तक नहीं आती है, शायद वो भूल गए हैं कि भारत का संविधान संघ का विधान नहीं है।

### आज के राजा भेष तो बदलते हैं, लेकिन

प्रियंका ने सरकर को अपनी आलोचना को भी बर्दाश्त करने की नसीहत दी। अपने भाषण के दौरान उन्होंने एक किस्सा भी सुनाया कि कैसे एक राजा भेष बदलकर प्रजा के बीच जाता था, ये जानने के लिए उसके बारे में जनता आखिर सोचती क्या है। सरकार विपक्ष की आवाज दबा रही है। दौलत के दम पर सरकारों को गिराया जा रहा है। एजेंसियों का दुरुपयोग किया जा रहा है।

### अगर संविधान सरकार बना सकता तो झुका भी सकता

प्रियंका गांधी ने कहा, संविधान केवल एक दस्तावेज नहीं है बल्कि नेहरू, राजगोपलचारी सबका एक विजन है। उस समय के तमाम नेता इस संविधान को बनाने के लिए सालों के लिए जुटे रहे। हमारा संविधान इंसाफ, उम्मीद और अभिव्यक्ति और आकांक्षा की वो ज्योति है जो हर हिंदुस्तानी के दिल में जगती है, इस ज्योति ने हर भारतीय को शक्ति दी कि उसे न्याय मिलने का अधिकार है। कि जब वो आवाज उठाएगा तो सत्ता को उसके सामने झुकना पड़ेगा। इस संविधान ने हर देशवासी को अधिकार दिया कि वो सरकार बना भी सकता है और गिरा भी सकती है।

### संविधान पर चर्चा के दौरान सरकार पर बरसे अखिलेश

लोकसभा में संविधान पर चर्चा के दौरान सपा प्रमुख अखिलेश यादव ने भाजपा सरकार को जमकर घेरा। कहा कि वोट डालने जा रहे लोगों को डराया–धमकाया गया। यूपी में कई लोगों को वोट डालने से रोका गया। क्या यही लोकतांत्रिक गणराज्य है? कहा कि कई जगहों पर हमारी सीमाएं सिकुड़ रहीं हैं। अखिलेश जातीय जनगणना पर भी बोले। कहा कि जातीय जनगणना होनी चाहिए। हमें मौका मिला तो जातीय जनगणना कराएंगे। ये नहीं करा पाएंगे तो हम जातीय जनगणना कराएंगे। आगे कहा कि डबल इंजन की सरकार में अब डिब्बे भी टकराने लगे हैं। न्याय मांगने के लिए आत्मदह करना पड़ रहा है।

## संक्षिप्त समाचार

### हाई कोर्ट ने एक्टर अल्लू अर्जुन को जमानत दे दी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। तेलुगु फिल्म इंडस्ट्री के सुपरस्टार और फिल्म पुष्प 2 एक्टर अल्लू अर्जुन को शुक्रवार लोअर कोर्ट ने 14 दिनों की सजा सुनाई। कोर्ट ने उन्हें 14 दिनों की न्यायिक हिरासत में भेजने का आदेश सुनाया। एक्टर के साथ उनके बॉडीगार्ड को भी गिरफ्तार किया गया। हालांकि, शाम को तेलंगाना हाई कोर्ट ने उन्हें जमानत दे दी। 4 दिसंबर को फिल्म पुष्पा 2 की स्क्रीनिंग के दौरान थिएटर में भगदड़ मच गई थी। स्क्रीनिंग के दौरान अल्लू अर्जुन घटनास्थल पर मौजूद थे।

### वीजा देना न देना हमारा संप्रभु अधिकारः एमईए

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज** नई दिल्ली। विदेश मंत्रालय ने शुक्रवार को कनाडा की मीडिया पर भारत को बदनाम करने का आरोप लगाया। कनाडाई लोगों को वीजा न देने की खबरों पर जवाब देते हुए विदेश मंत्रालय कि तरफ से कहा गया कि यह सब रिपोर्ट्स बेबुनियाद है। वैसे भी किसे वीजा देना है किसे नहीं यह भारत का मामला है।

# महाकुंभ एकता का महायज्ञ हैः पीएम मोदी

## कुंभ कलश रख 5500 करोड़ की परियोजनाओं का किया लोकार्पण

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने प्रयागराज में विश्व के सबसे बड़े सांस्कृतिक समागम के रूप में महाकुंभ की सफलता के लिए कुंभ कलश का पूजन किया। इस दौरान प्रधानमंत्री ने महाकुंभ 2025 के लिए विभिन्न परियोजनाओं का उद्घाटन किया। पीएम ने कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कहा कि महाकुंभ एकता का महाकुंभ है जो दुनिया को संदेश देगा। महाकुंभ हजारों वर्ष पहले से चली आ रही हमारे देश की सांस्कृतिक, आध्यात्मिक यात्रा का पुण्य और जीवंत प्रतीक है। एक ऐसा आयोजन है जहां हर बार धर्म, ज्ञान, भक्ति और कला का दिव्य समागम होता है।

पीएम मोदी ने संगम को प्रणाम किया। यहां दिन रात काम कर रहे कर्मचारियों और सफाई कर्मियों का अभिनंदन करता हूं। विश्व का इतना बड़ा आयोजन हर रोज लाखों श्रद्धालुओं के स्वागत और सेवा की तैयारी लगातार 45 दिनों तक चलने वाला महायज्ञ एक नया महानगर बसाने का महाभियान प्रयागराज की धरती पर नया इतिहास रचा जा रहा है।

पीएम मोदी ने कहा, हमारा भारत पवित्र स्थलों और तीर्थों का देश है। ये गंगा, यमुना, सरस्वती, कावेरी और नर्मदा जैसी अनगिनत पवित्र नदियों का देश है। इन नदियों के प्रवाह की जो पवित्रता है, इन अनेकानेक तीर्थों का जो महत्व है, जो महात्म्य है, उनका संगम, उनका समुच्चय, उनका योग, उनका संयोग, उनका प्रभाव, उनका प्रताप ये प्रयाग है। प्रयाग वो है, जहां पग–पग पर पवित्र स्थान हैं, जहां पग–पग पर पुण्य क्षेत्र हैं। इस बार 15 हजार से ज्यादा मेरे सफाईकर्मी भाई–बहन कुंभ की स्वच्छता को संभालने वाले हैं। मैं आज कुंभ की तैयारी में जुटे अपने सफाईकर्मी भाई–बहनों का अग्रिम आभार भी व्यक्त करता हूं।

### प्रधानमंत्री ने करोड़ों की परियोजनाओं का किया शुभारंभ

पीएम नरेंद्र मोदी ने महाकुंभ 2025 के लिए विभिन्न परियोजनाओं का उद्घाटन किया। इसमें प्रयागराज में बुनियादी ढांचे को बढ़ावा देने और निर्बाध कनेक्टिविटी प्रदान करने के लिए 10 नए रोड ओवर ब्रिज या फ्लाईओवर, स्थायी घाट और रिवरफ्रंट सड़कें जैसी विभिन्न रेल और सड़क परियोजनाएं शामिल हैं।

# कुछ लोगों ने संविधान को कर लिया हाईजैक

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। लोकसभा के शीतकालीन सत्र में रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने संविधान पर चर्चा शुरू की है। यह चर्चा दो दिन तक चलेगी। संविधान पर चर्चा शुरू करते राजनाथ सिंह ने कहा कि हम भारत के लोगों ने 26 नवम्बर 1949 को संविधान को अपनाया था। उन्होंने संविधान को अपनाने के 75 वर्ष पूरे होने के अवसर पर इस सदन और देश के सभी नागरिकों को हार्दिक बधाई दी। उन्होंने कहा कि हमारा संविधान सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक और सांस्कृतिक जीवन के सभी पहलुओं को छूकर राष्ट्र निर्माण का मार्ग प्रशस्त करता है। संविधान सिर्फ कानून दस्तावेज नहीं, राष्ट्र निर्माण का रास्ता तय करता है। यह लोगों की आकांक्षाओं का प्रतिबिंब है।

राजनाथ सिंह ने कहा षपिछले कुछ वर्षों में देश में ऐसा माहौल बनाया गया कि संविधान एक खास वर्ग के लोगों के लिए है। संविधान निर्माण में बहुत से लोगों की भूमिका को जानबूझकर नकार दिया गया। संविधान स्वाधीनता संग्राम के हवनकुंड से निकला हुआ अमृत है। संविधान को कुछ खास लोगों ने हाईजैक कर लिया है। एक पार्टी विशेष द्वारा संविधान निर्माण के कार्य को 'हाईजैक' करने की कोशिश की गई है। संविधान ने ही प्रजा को नागरिक बनाया, संविधान एक साथ मिलकर काम करने की शक्ति प्रदान करता है। हमारी सरकार ने संविधान को खुले और सच्चे मन से स्वीकार किया है।

### संविधान दिवस

■रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने संविधान पर की चर्चा

### आज पीएम मोदी देंगे चर्चा का जवाब

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी आज की शाम को चर्चा का जवाब देंगे। सूत्रों के मुताबिक, गृह मंत्री अमित शाह 16 दिसंबर को राज्यसभा में बहस की शुरुआत करेंगे।

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. | Mob: 9319700701, 7579011930
E-Mail: contact@gadoli.in

# आईसीसी ने लगायी हाइब्रिड मॉडल पर मुहर

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद ने 2025 चैंपियंस ट्रॉफी के लिए हाइब्रिड मॉडल को मंजूरी दे दी है। पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड और बीसीसीआई के बीच चैंपियंस ट्रॉफी मैचों को लेकर सहमति बन गई है। भारतीय टीम अब अपने मैच दुबई में खेलेगी, जबकि अन्य मैच पाकिस्तान में होंगे। इसके अलावा 2026 टी20 विश्व कप तक पाकिस्तान भारत के खिलाफ लीग चरण के मुकाबले के लिए भारत की यात्रा नहीं करेगा, ये मुकाबले कोलंबे में खेले जाएंगे।

पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड को इसके लिए कोई वित्तीय मुआवजा नहीं मिलेगा। हालांकि पीसीबी ने 2027 के बाद आईसीसी महिला टूर्नामेंट के लिए मेजबानी के अधिकार हासिल कर लिए हैं। पाकिस्तान ने पिछले सप्ताह आईसीसी की पिछली बैठक में बहिष्कार की धमकी वापस लेते हुए हाइब्रिड मॉडल पर सहमति जताई थी और 2031 तक अपने लिए भी इसी तरह की व्यवस्था की मांग की थी। हालांकि अब आईसीसी ने 2026 तक अपनी सभी प्रतियोगिताओं के लिए हाइब्रिड मॉडल पर सहमति जताई है।

■पीसीबी कोई वित्तीय मुआवजा नहीं मिलेगा

## न्यूज डायरी

### इस्तांबुल हवाई अड्डे पर फंसे सैकड़ों भारतीय, इंडिगो की फ्लाइट से आ रहे थे मुंबई

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** तुर्किये। तुर्किये से मुंबई की यात्रा करने वाले सैकड़ों विमान यात्रियों को बीते दिन परेशानी का सामना करना पड़ा है। करीब 400 इंडिगो यात्री कथित तौर पर इस्तांबुल हवाई अड्डे पर 24 घंटे से फंसे हुए हैं। एक यात्री के जवाब में एयरलाइन ने कहा कि परिचालन कारणों से उड़ान में देरी हुई है। कुछ इंडिगो यात्रियों ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स और लिंक्डइन पर दावा किया कि पहले फ्लाइट में देरी की बात कही गई और बाद में बिना सूचना के इसे रद्द कर दिया गया। यात्रियों में से एक अनुश्री भंसाली ने कहा कि उड़ान में दो बार एक घंटे की देरी हुई, फिर रद्द कर दिया गया और अंत में 12 घंटे बाद पुनर्निर्धारित किया गया। कुछ यात्रियों ने कहा कि फ्लाइट के देरी होने के बावजूद इंडिगो द्वारा कोई आवास, भोजन वाउचर नहीं दिया गया और यहां तक कि हवाई अड्डे पर इंडिगो के प्रतिनिधि ने उनसे संपर्क भी नहीं किया। एक अन्य यात्री रोहन राजा ने कहा कि दिल्ली से सुबह 6 बजकर 40 मिनट पर चलने वाली फ्लाइट रद्द होने के बाद, लोगों को काफी ठंड से झूझना पड़ा क्योंकि एयरलाइन ने कथित तौर पर जो आवास उन्हें दिए वहां तक कोई वाहन उपलब्ध नहीं कराया। मुंबई जाने का इंतजार कर रहे पार्श्व मेहता ने लिखा कि रात 8 बजे की फ्लाइट को रात 11 बजे तक टाल दिया गया और फिर अगले दिन सुबह 10 बजे तक टाल दिया गया। इसके अलावा, इंडिगो की ओर से कोई घोषणा न किए जाने और तुर्की एयरलाइंस के चालक दल से सूचना प्राप्त होने के कारण अव्यवस्था फैल गई।

### रूस ने अमेरिका और यूरोप की यात्रा को लेकर अपने नागरिकों की दी चेतावनी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** मॉस्को। दुनिया में कई देश इन दिनों बड़े संकट से गुजर रहे हैं। इनमें एक रूस भी है जो यूक्रेन के साथ युद्ध में है। यूक्रेन को अमेरिका लगातार मदद कर रहा है। वहीं, रूस ने अपने नागरिकों को चेतावनी दी है कि वे अमेरिका का दौरा न करें क्योंकि वाशिंगटन के साथ संबंध टकरावपूर्ण हैं। रूस दावा किया कि उनको अमेरिकी अधिकारियों से जोखिम हो सकता है। विदेश मंत्रालय की प्रवक्ता मारिया जखारोवा ने बुधवार को एक समाचार ब्रीफिंग के माध्यम से चेतावनी जारी की। रूस–अमेरिका संबंध अब तक के सबसे निचले स्तर पर हैं। कुछ विशेषज्ञ तो यह मानते हैं कि रूस–अमेरिका संबंध 1962 के क्यूबा मिसाइल संकट के बाद के समय से भी बदतर है। विदेश मंत्रालय की प्रवक्ता मारिया ने कहा कि निजी तौर पर या आधिकारिक आवश्यकता से संयुक्त राज्य अमेरिका की यात्राएं गंभीर जोखिमों से भरी हो सकती है। उन्होंने अमेरिका–रूस संबंधों को टूटने के कगार पर बताया। हालांकि ट्रंप के आने के बाद देखना होगा कि वह रूस को किस नजरिए से देखते हैं। विदेश मंत्रालय की प्रवक्ता मारिया जखारोवा ने आगे कनाडा और यूरोपीय संघ में अमेरिकी सहयोगी देशों की यात्रा से बचने की अपने नागरिकों को चेतावनी जारी करते हुए कहा कि हम आपसे आग्रह करते हैं कि आप छुट्टियों के दौरान संयुक्त राज्य अमेरिका और उसके सहयोगी राज्यों की यात्रा से बचना जारी रखें, जिसमें सबसे पहले, कनाडा और शामिल हैं।

### 'जॉय बांग्ला' अब बांग्लादेश का राष्ट्रीय नारा नहीं होगा

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** ढाका। बांग्लादेश के उच्चतम न्यायालय ने उच्च न्यायालय के उस फैसले पर रोक लगा दी है, जिसमें 'जॉय बांग्ला' को देश का राष्ट्रीय नारा घोषित किया गया था। बंगबंधु शेख मुजीब–उर–रहमान ने इस नारे को प्रसिद्धि दिलाई थी। रहमान की बेटी शेख हसीना को पांच अगस्त को प्रधानमंत्री पद से हटा दिया गया था। हाल में देश के केंद्रीय बैंक ने मुद्रा नोट से रहमान की तस्वीर हटाने का फैसला किया है। सरकार बदलने के बाद, नई सरकार ने उच्च न्यायालय के फैसले पर रोक लगाने के लिए कदम उठाया और दो दिसंबर को उच्चतम न्यायालय में अपील याचिका दायर कर 10 मार्च 2020 के उच्च न्यायालय के फैसले पर रोक लगाने की अपील की। प्रधान न्यायाधीश सैयद रेफात अहमद की अध्यक्षता वाली अपीलीय डिवीजन की पूर्ण पीठ ने मंगलवार को इस आधार पर आदेश पारित किया कि राष्ट्रीय नारा सरकार का नीतिगत निर्णय है और न्यायपालिका इस मुद्दे में हस्तक्षेप नहीं कर सकती।

# तुर्की समर्थित लड़ाकों से भिड़ा अमेरिका का चहेता गुट एसडीएफ

रिपोर्ट

## तहरीर अम शाम ने किया है दमिश्क पर कब्जा

सीरिया में कई विद्रोही गुट अभी भी लड़ रहे हैं

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

दमिश्क। सीरिया में 13 साल के गृह युद्ध का इस महीनेअंत हो गया, जब बशर अल असद को सत्ता से हटाते हुए मोहम्मद अबू जुलानी के नेतृत्व वाले गुट तहरीर अल शाम (एचटीएस) ने राजधानी दमिश्क पर कब्जा कर लिया। बशर के रूस भागने और दमिश्क पर कब्जे के बाद अबू जुलानी ने इसे सीरिया के लिए एक नया उदय बताया। इसके बाद माना गया कि सीरिया शांति की तरफ लौट सकता है लेकिन ये सच होता नहीं दिख रहा है। सीरिया में सक्रिय सशस्त्र गुटों में संघर्ष बढ़ता जा रहा है, जिससे देश में नया गृह युद्ध छिड़ने का अंदेशा पैदा हो गया है।

फर्स्टपोस्ट की रिपोर्ट कहती है कि सीरिया में तुर्की समर्थित सीरियाई नेशनल आर्मी और अमेरिका समर्थित सीरिया डेमोक्रेटिक फोर्स के बीच तनाव बढ़ रहा है। एसएनए कुर्द, अरब और असीरियन मिलिशिया का गठबंधन है। एसडीएफ तुर्की के समर्थन से बने विद्रोही समूहों का गठबंधन है। तुर्की और अमेरिका समर्थित गुटों के अलावा भी कई गुट सीरिया में संघर्ष कर रहे हैं, जिससे स्थिति और जटिल हो गई है।

सीरिया में मुख्य रूस से तुर्की समर्थित एसएनए और अमेरिका समर्थित एसडीएफ आमने–सामने हैं। दोनों के अपने–अपने क्षेत्रीय दावे हैं और दोनों के अंतरराष्ट्रीय समर्थक हैं। एसडीएफ और एसएनए के बीच टकराव के कई कारण हैं। पहला– दोनों गुट सीरिया के भविष्य को लेकर अलग–अलग सोच रखते हैं। दूसरा इन दोनों के अंतरराष्ट्रीय समर्थक अलग हैं और तीसरी वजह ये है कि इन दोनों के क्षेत्रीय दावे हैं।

एसडीएफ उत्तर–पूर्वी सीरिया के बड़े हिस्से को नियंत्रित करता है। इस क्षेत्र में तेल के कुएं और कृषि क्षेत्र है। वहीं एसएनए तुर्की की मदद से उत्तरी सीरिया में सुरक्षित क्षेत्र बनाने की कोशिश में लगा है। तुर्की एसएनए को इसलिए समर्थन देता है क्योंकि वह अपनी सीमा पर कुर्द क्षेत्र नहीं चाहता है। वह कुर्दों को सुरक्षा के लिए खतरा मानता है। वहीं एसडीएफ को अमेरिका से सैन्य सहायता मिलती है। इजरायल से भी एसडीएफ को सपोर्ट की बात कही जा रही है। इसने तुर्की की नाराजगी बढ़ाई है।

तुर्की और अमेरिका के अलावा रूस, ईरान और इजरायल भी सीरिया की स्थिति को प्रभावित कर रहे हैं। रूस ने वर्षों तक बशर शासन की मदद की है। वहीं ईरान की मदद से शिया लड़ाके सारिया में सक्रिय रहे हैं। इजरायल ने सीरिया में बिगड़ी स्थिति का फायदा उठाने के लिए हमले किए हैं। ऐसे में सीरिया में मानवीय संकट गहरा रहा है और क्षेत्रीय प्रतिद्वंद्विता गहरी हो रही है। इससे एक नए गृह युद्ध की संभावना बनी हुई है।

## ट्रंप ने कभी परिवारवाद पर सरकार को कोसा

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज** नई दिल्ली। अमेरिका के नव–निर्वाचित राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप परिवारवाद के खिलाफ शुरू से ही मुखर रहे हैं। उन्होंने इसी मुद्दे को लेकर जो बाइडेन की कई बार आलोचना की है। लेकिन अब ट्रंप अब खुद सत्ता में आ गए हैं, तो ये बातें भूल चुके हैं। उन्होंने अब फैमिली फर्स्ट को इतनी तरजीह दे दी है कि बाइडेन पर लगाए आरोप भी काफी पीछे छूट गए हैं।

अमेरिका में राष्ट्रपति चुनाव जीतने के बाद डोनाल्ड ट्रंप ने नियुक्तियां करनी शुरू कीं, तो इसमें परिवार और करीबियों को जमकर बढ़ावा दिया। ट्रंप की दोनों बेटियों के ससुर नई सरकार के शासन में बड़ी जिम्मेदारियां संभालने जा रहे हैं। डोनाल्ड ट्रंप के बेटे जूनियर ट्रंप और उसकी पूर्व मंगेतर भी इसका हिस्सा है। ट्रंप के बेहद खास माने जाने वाले एलन मस्क के बारे में तो आपको पता चल ही गया होगा। ये सब कुछ उन्हीं डोनाल्ड ट्रंप की सत्ता में हो रहा है, जिन्होंने राष्ट्रपति चुनाव में बाइडेन पर परिवार को बढ़ावा देने का आरोप लगाया था। अभी ट्रंप का शपथ ग्रहण 20 जनवरी को होना है। लेकिन इससे पहले ही उनका बेटा जूनियर ट्रंप दो कंपनियों के बोर्ड मेंबर में शामिल हो गया है। इसमें से एक कंपनी ई कॉमर्स प्लेटफॉर्म पब्लिक स्क्वायर और दूसरी ड्रोन पार्ट्स बनाने वाली अनयूजुअल मशीन्स है।

### अरबों की संपत्ति के मालिक हैं असद

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** सीरिया। सीरिया में इस्लामिक विद्रोहियों के आगे बशर अल–असद को शिकस्त मिली है और उन्हें अपनी सल्तनत ही नहीं, बल्कि अपना देश छोड़ने को भी मजबूर होना पड़ा है। 13 साल से जारी गृहयुद्ध के बाद आखिरकार विद्रोही इस्लामिक समूह हयात तहरीर अल शाम के नेतृत्व में असद सरकार का तख्तापलट हुआ। देश छोड़ कर भागे भगोड़े असद बेशुमार संपत्ति के मालिक हैं और उनके पास सैकड़ों टन सोना होने के साथ ही अमेरिकी डॉलर और यूरो का भी बड़ा भंडार है। रिपोर्ट्स के अनुसार उनके पास 200 टन सोना है। इसके अलावा 16 अरब डॉलर और 5 अरब यूरो हैं, जिनकी रुपए में कीमत करीब 1.80 लाख करोड़ है। अगर हम इस धनराशि की सीरिया के 7 साल के बजट से तुलना करें तो असद की संपत्ति देश के कुल बजट के बराबर थी। इसके साथ ही असद के पास आलीशान घर, लक्जरी गाड़ियां और बाकी संपत्ति भी थी।

## इस्लामोफोबिया से निपटने के लिए अमेरिका तैयार, बाइडन ने जारी की राष्ट्रीय रणनीति

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

वॉशिंगटन। अमेरिका के व्हाइट हाउस ने इस्लामोफोबिया का मुकाबला करने के लिए अपनी पहली राष्ट्रीय रणनीति की घोषणा की है। इस रणनीति में 100 से अधिक कदम बताए गए हैं, जिन्हें अमेरिकी राष्ट्रपति के संघीय अधिकारी मुसलमानों और अरब अमेरिकियों के खिलाफ नफरत, हिंसा, पूर्वाग्रह और भेदभाव को रोकने के लिए उठा सकते हैं।

64 पृष्ठों का यह दस्तावेज पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के शपथग्रहण से कुछ सप्ताह पहले आया है, जिन्होंने अपने पहले कार्यकाल के दौरान कुछ मुस्लिम बहुल देशों के लोगों पर यात्रा प्रतिबंध लगाया था, जिसे बाइडन ने पदभार ग्रहण करने के पहले दिन ही हटा लिया था। यह प्रस्ताव यहूदी

**जो बाइडन ने 2023 में पेश किया था ये प्रस्ताव**

विरोधी भावना से लड़ने के लिए एक समान राष्ट्रीय योजना का पालन करता है। इसे राष्ट्रपति जो बाइडन ने मई 2023 में पेश किया था, क्योंकि अमेरिकी यहूदियों में बढ़ती नफरत और भेदभाव के बारे में आशंकाएं बढ़ रही थीं।

रणनीति की घोषणा करते हुए एक बयान में बाइडन प्रशासन ने कहा कि पिछले एक साल में यह पहल और भी महत्वपूर्ण हो गई है क्योंकि अमेरिकी मुस्लिम और अरब समुदायों के खिलाफ खतरे बढ़ गए हैं। इसमें कहा गया है कि इसमें अक्टूबर 2023 में छह वर्षीय वादी अल्फायूमी की हत्या शामिल है, जो फिलिस्तीनी मूल का एक अमेरिकी मुस्लिम लड़का था, जिसकी इलिनोइस में चाकू घोंपकर हत्या कर दी गई थी। योजना में कार्यकारी शाखा द्वारा की जा सकने वाली कार्रवाइयों के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई है। साथ ही समाज के सभी क्षेत्रों में कार्रवाई के लिए 100 से अधिक अन्य आह्वान भी किए गए हैं।

रणनीति की चार बुनियादी प्राथमिकताएं हैं। इसमें मुसलमानों और अरबों के खिलाफ नफरत के बारे में जागरूकता बढ़ाना और इन समुदायों की विरासतों को व्यापक रूप से पहचानना है। उनकी सुरक्षा और संरक्षा में व्यापक सुधार करना है। उनके खिलाफ भेदभाव को रोकने के लिए काम करके मुस्लिम और अरब धार्मिक प्रथाओं को उचित रूप से समायोजित करना है।

### पाकिस्तान ने चीन से मांगी परमाणु ताकत

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** इस्लामाबाद। पाकिस्तान की सेना ने अपने आयरन ब्रदर चीन को ब्लैकमेल करना शुरू कर दिया है। पाकिस्तानी सेना ने चीन से कहा है कि अगर उसे ग्वादर बंदरगाह पर कब्जा चाहिए तो जवाबी परमाणु हमला करने की क्षमता उसे मुहैया करानी होगी। पाकिस्तान की इस खतरनाक मांग पर चीन भड़क गया और इस बंदरगाह को लेकर दोनों के बीच बातचीत रुक गई है। पाकिस्तानी सेना को अगर यह क्षमता मिलती तो इससे उसकी एटमी ताकत कई गुना बढ़ जाती और इससे भारत की सुरक्षा के लिए बहुत बड़ा खतरा पैदा हो जाता। चीन की सेना ग्वादर को नेवल बेस बना रही है और इसके लिए सीपीईसी के नाम पर उसने अरबों डॉलर का निवेश कर रखा है। वहीं अब चीन की इस मजबूरी का फायदा उठाने के लिए पाकिस्तानी सेना उसे ब्लैकमेल करने लगी 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


# विभागीय अधिकारियों को समयबद्धता से शिकायतों का निस्तारण के दिए निर्देश

**बहुउद्देशीय शिविर** गैरसैंण, पिंडवाली में आयोजित बहुउद्देशीय शिविर में 45 लोगों ने रखी समस्या

**संवाददाता**

चमोली। गैरसैंण ब्लाक के सीमांत गांव पिंडवाली में शुक्रवार को आयोजित बहुउद्देशीय शिविर में मुख्य विकास अधिकारी नदंन कुमार ने स्थानीय लोगों की समस्याएं सुनी। शिविर में ग्रामीणों की 45 समस्या और शिकायतों में से अधिकांश का मौके पर निस्तारण किया गया। शिविर में 275 से अधिक लोगों की निःशुल्क स्वास्थ्य जांच के साथ ही मौके पर 03 दिव्यांग प्रमाण पत्र बनाए गए। विभागीय स्टॉल के माध्यम से विविध प्रमाण पत्र मौके पर जारी करने के साथ ही सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं की जानकारी देकर स्थानीय जनता को लाभान्वित किया गया। सीमांत गांव पिंडवाली में पहली बार बहुउद्देशीय शिविर आयोजित होने पर क्षेत्र वासियों आभार व्यक्त करते हुए मुख्य विकास अधिकारी का स्वागत किया।

मुख्य विकास अधिकारी ने सभी समस्या और शिकायतें सुनते हुए संबंधित अधिकारियों को निर्देशित किया कि जनता की शिकायतों को गंभीरता लेकर समय पर उनका निस्तारण किया जाए। किसी भी स्तर पर कोई भी शिकायत लंबित न रहे। पिंडवाली गांव में मोबाइल नेटवर्क न होने की सबसे बडी समस्या पर मुख्य विकास अधिकारी ने कहा जल्द से जल्द इस समस्या का समाधान कराया जाएगा। पीएम आवास के लिए सबसे अधिक आवेदन को देखते हुए उन्होंने खंड विकास अधिकारी को निर्देशित किया कि पीएम आवास के लिए होने वाले सर्वे में सभी पात्र लोगों को चिन्हित किया जाए। इस दौरान उन्होंने शिविर में लगाए गए विभागीय स्टॉलों का निरीक्षण भी किया।

शिविर में ग्राम कांसवा, बूंगा, दरमोली, पिंडवाली, भलसौं, डाडा मज्याडी, एगर, रिठोली, पावा आदि गांवों के ग्रामीणों ने सड़क, पेयजल, विद्युत, पीएम आवास, आर्थिक सहायता आदि से जुडी समस्याएं रखी। जल जीवन मिशन के अंतर्गत छूटे हुए घरों में पानी का कनेक्शन देने के साथ ही पिंडवाली में 15 दिनों के भीतर पेयजलापूर्ति सुनिश्चित करने और विद्युत के झूलते तारों को तत्काल ठीक कराने को कहा। प्रा.वि.बडेथ का भवन जीर्णशीर्ण होने की शिकायत पर शिक्षा अधिकारी को नए भवन निर्माण के लिए प्रस्ताव तैयार करने के निर्देश दिए।

दूधातोली मत्स्यजीवी सहकारी समिति द्वारा हैचरी निर्माण और मत्स्य तालाब की घेरवाड हेतु मत्स्य विभाग की योजनाओं का लाभ उपलब्ध कराने को कहा। जंगली जानवरों से फसलों की सुरक्षा के लिए घेरवाड हेतु कृषि अधिकारी को सर्वे करने को कहा। पीएम आवास के 26 से अधिक आवेदकों की आवास की मांग पर बीडीओ को सभी पात्र परिवारों का सर्वे करने के निर्देश दिए। इस दौरान मुख्य विकास अधिकारी ने सभी समस्याएं सुनी और लाभार्थियों को मुख्यमंत्री महालक्ष्मी किट का वितरण भी किया।

## न्यूज डायरी

### नेताजी संघर्ष समिति ने संसद की रक्षा करते हुए शहीद हुए लोगो को दी श्रद्धांजलि

**संवाददाता** देहरादून। नेताजी संघर्ष समिति के कार्यालय कांवली रोड पर शुक्रवार को उन व्यक्तियों को श्रद्धांजलि अर्पित की गई जो संसद की रक्षा करते हुए शहीद हुए। समरण रहे कि 2001 को 13 दिसंबर के दिन संसद पर आतंकी हमला हुआ था और संसद की रक्षा करते हुए जिन व्यक्तियों ने अपनी जान पर खेल कर आतंकियों से लोहा लिया और शहीद हो गए देशवासी सदैव उनके ऋणी रहेंगे। आंतकवाद से निबटने के लिएं हमे एक जुट होना होगा तभी भारत को आंतकवाद से मुक्ति मिलेगी श्रद्धांजलि देने वालों में संस्था के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रभात डंडरियाल,प्रमुख महासचिव आरिफ वारसी,आंदोलनकारी प्रदीप कुकरेती, इम्तियाज अहमद ,पारस यादव, दानिश नूर, सुशील विरमानी, नूर नवाज ,विपुल नौटियाल, जय बिष्ट आदि उपस्थित रहे।

### सेवायोजन विभाग देगा निःशुल्क प्रशिक्षण

**संवाददाता** रुद्रप्रयाग। सेवायोजन विभाग द्वारा अनुसूचित जाति, जनजाति, अन्य पिछड़ा वर्ग एवं आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के छात्र–छात्राओं हेतु निःशुल्क आशुलिपि एवं टंकण का प्रशिक्षण उपलब्ध कराया जाएगा। आवेदन जमा करने की अंतिम तिथि 30 दिसंबर, 2024 निर्धारित की गई है। मेरिट के आधार पर काउंसिलिंग द्वारा उपलब्ध सीटों के अनुसार प्रवेश दिया जाएगा। उक्त जानकारी देते हुए जिला सेवायोजन अधिकारी सुशील चंद्र चमोली ने बताया कि अनुसूचित जाति, जनजाति, अन्य पिछड़ा वर्ग एवं आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के छात्र–छात्राओं हेतु सेवायोजन विभाग के शिक्षण एवं मार्गदर्शन केंद्र में निःशुल्क 06 माह का टंकण प्रशिक्षण सत्र जनवरी 2025 से जून 2025 तक एवं एक वर्षीय हिंदी आशुलिपि (जनवरी से दिसंबर) प्रशिक्षण दिया जाएगा। उन्होंने बताया कि इसके अतिरिक्त इस वर्ग के छात्रों को सामान्य ज्ञान, कंप्यूटर टंकण, लेखा, सचिवीय पद्धति, सामान्य गणित, सामान्य हिंदी एवं विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी हेतु मार्गदर्शन व कोचिंग प्रदान की जाती है। प्रशिक्षण हेतु आवेदक की शैक्षिक योग्यता इंटर एवं आयु 18 से 35 वर्ष होनी चाहिए।

### एनएसडीसी ने रोजगार क्षमता को बढ़ाने के लिए अनस्टॉप के साथ साझेदारी की

**संवाददाता** देहरादून। एनएसडीसी ने कम्युनिटी इंगेजमेन्ट और हायरिंग प्लेटफार्म अनस्टॉप के साथ एक समझौता ज्ञापन पर हस्ताक्षर किए हैं। इस ऐतिहासिक पहल द्वारा भारत के युवाओं के बीच स्किल गैप को पाटने के साथ ही उनकी रोजगार क्षमता को बढ़ाया जा सकेगा। इस रणनीतिक साझेदारी का उद्देश्य करियर के अवसरों, मेंटरशिप, कॉम्पटीशन, अगली पीढ़ी के रोल–आधारित मूल्यांकन और कौशल–आधारित फिनिशिंग कोर्सों के व्यापक ईकोसिस्टम के माध्यम से प्रतिभाओं को उद्योग की डिमान्ड के साथ जोड़ना है।

## क्वारब पुल के पास लगातार सड़क पर गिर रहे मलवा व बोल्डर

**संवाददाता** अल्मोड़ा। जिला मजिस्ट्रेट/अध्यक्ष आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण आलोक कुमार पाण्डेय ने बताया कि अल्मोड़ा–क्वारब राष्ट्रीय राजमार्ग–109 के किमी 56 क्वारब पुल के पास हिल साईड की ओर लगभग 200 मी0 लम्बाई में भू–स्खलन जाने बन जाने से लगातार किसी भी समय मलवा व बोल्डर सड़क पर गिर रहे है। जहॉ पर 30 मी लम्बाई में सड़क धॅस रही है वह भाग किसी भी समय नीचे नदी की तरफ खिसक सकता है तथा इस प्रभाग में मोटर मार्ग की चौड़ाई मात्र 03 मी0 रह गयी है जिसमें बड़े वाहनों का आवागमन भी सुरक्षित नहीं रह गया है तथा जेसीबी द्वारा भी रात्रि के समय में कार्य कराया जाना भी सम्भव नहीं है। लगातार भू–स्खलनध्सड़क धसने व बोल्डर गिरने से यात्रियों की सुरक्षा के दृष्टिगत आपदा प्रबन्धन अधिनियम–2005 की धारा 34 (ख) में प्रदत्त शक्तियों के क्रम में दिनॉक 26 दिसम्बर, की रात्रि 08:00 बजे से प्रातः 06:00 बजे तक हल्के एवं भारी वाहनों के संचालन हेतु पूर्णतः प्रतिबन्धित किया गया है।

इस निर्देश में किसी प्रकार की शिथिलता अक्षम्य होगी तथा आदेशों की अवेहलना को गम्भीरता से लिया जायेगा, प्रतिबन्धित समय पर सड़क दुर्घटना एवं वाहन संचालन हेतु सम्बन्धित चौकी थाना के प्रभारी पूर्णतः जिम्मेदार होंगे। उन्होंने बताया कि एम्बुलेंसध्क्रेन एवं अन्य आवश्यकीय सेवाओं में प्रयुक्त होने वाले वाहन प्रतिबन्ध से मुक्त रहेंगे। यदि किसी अन्य वाहन के प्रतिबन्धित अविध में यातायात की अपरिहार्यता हो तो क्षेत्र के सम्बन्धित उपजिलाधिकारी पुलिस क्षेत्राधिकारी निर्णय लेने हेतु अधिकृत होंगे।

## डीएम ने स्वामी विवेकानंद के ध्यान स्थल का भ्रमण किया

**संवाददाता** अल्मोड़ा। जिलाधिकारी आलोक कुमार पांडेय शुक्रवार को काकड़ीघाट पहुंचे। यहां उन्होंने कर्कटेश्वर महादेव मंदिर में मत्था टेका तथा स्वामी विवेकानंद के ध्यान स्थल का भ्रमण किया। इस दौरान उन्होंने यहां ज्ञानवृक्ष एवं स्वामी विवेकानंद ही से जुड़ी चीजों के बारे में विभिन्न जानकारी प्राप्त की। उन्होंने कहा कि यह स्थल अध्यात्म की विशिष्टता को समेटे हुए है। यहां दूर दूर से स्वामी विवेकानंद जी के अनुयायियों का आवागमन होता रहता है। यहां पर्यटन की भी अपार संभावनाएं व्याप्त हैं, इसलिए इस क्षेत्र को आध्यात्मिक पर्यटन के रूप में विकसित किए जाने की जरूरत है। उन्होंने यहां उपस्थित अधिकारियों एवं स्थानीय नागरिकों से क्षेत्र में पर्यटन विकास हेतु चर्चा की।

# अधिकारी ग्रामीणों के साथ बैठक कर समस्याओं का करेंगे निदान

**संवाददाता**

**सरकारी योजनाओं की देंगे जानकारी, माह दिसंबर हेतु रोस्टर जारी**

रुद्रप्रयाग। सरकार जनता के द्वार कार्यक्रम के तहत जनपद स्तरीय अधिकारी विभिन्न ग्राम पंचायतों में जाकर ग्रामीणों के साथ बैठक करेंगे। इस दौरान अधिकारी ग्रामीणों की समस्याओं का निस्तारण करने के साथ ही सरकार द्वारा संचालित जन कल्याणकारी योजनाओं की जानकारी से उन्हें अवगत कराएंगे। अपर जिलाधिकारी द्वारा इस संबंध में माह दिसंबर हेतु रोस्टर जारी कर दिया गया है।

अपर जिलाधिकारी श्याम सिंह राणा ने उक्त आशय की जानकारी देते हुए बताया कि निर्धारित रोस्टर के अनुसार सभी अधिकारी उन्हें आवंटित ग्राम पंचायत का भौतिक स्थलीय निरीक्षण करने के साथ ही उस गांव में जल संरक्षण एवं संवर्द्धन से संबंधित कार्यों की निगरानी करना सुनिश्चित करेंगे। उन्होंने बताया कि विकास खंडवार जारी किए गए रोस्टर के अनुसार विकास खंड अगस्त्यमुनि की ग्राम पंचायत दौला में उप वन संरक्षक कल्याणी द्वारा ग्रामीणों के साथ बैठक कर उनकी समस्याओं का निदान किया जाएगा। इसी तरह अपर जिलाधिकारी श्याम सिंह राणा विकास खंड ऊखीमठ की ग्राम पंचायत सेमी (भैंसारी) में जबकि जिला विकास अधिकारी अनीता पंवार विकासखंड अगस्त्यमुनि की ग्राम पंचायत सारी में ग्रामीणों के साथ बैठक करेंगे। परियोजना निदेशक विमल कुमार ग्राम पंचायत तूना, मुख्य शिक्षा अधिकारी प्रवेंद्र बिष्ट क्यूंजा, उप जिलाधिकारी जखोली भगत सिंह फोनिया सौंराखाल, उप जिलाधिकारी ऊखीमठ अनिल कुमार शुक्ला मनसूना तथा उप जिलाधिकारी रुद्रप्रयाग आशीष चंद्र घिल्डियाल बीना गांव ग्रामीणों के साथ बैठक करेंगे।

उन्होंने बताया कि माह दिसंबर हेतु कुल 45 जनपद स्तरीय अधिकारियों को विभिन्न ग्राम पंचायतें आवंटित की गई हैं जो गांव में ग्रामीणों के साथ बैठक करने के साथ ही संचालित योजनाओं की जानकारी से ग्रामीणों को अवगत कराएंगे। बताया कि अधिकारियों द्वारा उक्त आयोजित बैठक में जिलाधिकारी अथवा मुख्य विकास अधिकारी द्वारा कभी भी प्रतिभाग किया जा सकता है।

### संवेदीकरण कार्यशाला एवं बालिकाओं से संवाद कार्यक्रम का किया गया आयोजन

**संवाददाता** रुद्रप्रयाग। महिला सशक्तिकरण एवं बाल विकास विभाग की केंद्र पोषित योजना बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ के अंतर्गत राजकीय इंटर कॉलेज धिमतोली एवं राजकीय इंटर कॉलेज मयकोटी में एक दिवसीय संवेदीकरण कार्यशाला एवं बालिकाओं से संवाद कार्यक्रम का आयोजन किया गया। उक्त आयोजित कार्यशाला में विद्यालय में अध्ययनरत बालिकाओं से ऐसे स्थानों का चयन करने को कहा गया जहां पर उन्हें विद्यालय आते जाते समय असुरक्षित महसूस होता है तथा इसके साथ ही इसके निराकरण हेतु सुझाव भी मांगे गए जिसमें छात्राओं द्वारा बढ़ चढ़कर हिस्सेदारी की गई। जेंडर स्पेशलिस्ट प्रियंका द्वारा मिशन शक्ति योजना के बारे में बताया गया।

# दोहरी चुनौती

**देवेंद्र फडणवीस की यह पारी किसी भी रूप में कम चुनौतीपूर्ण नहीं साबित होने वाली। देखना होगा कि महाराष्ट्र को राजनीतिक स्थिरता और विकास के नए दौर में ले जाने की जिम्मेदारी वह किस हद तक पूरी कर पाते हैं।**

अनुज श्रीवास्तव।।

महाराष्ट्र विधानसभा चुनावों के नतीजे घोषित होने के 11 दिन बाद यह तय हो पाया कि देवेंद्र फडणवीस राज्य के अगले मुख्यमंत्री होंगे। हालांकि इन चुनावों में महायुति और उसमें भी बीजेपी को जैसा जनादेश मिला था, उसके बाद इस सवाल पर इतनी माथापच्ची होनी नहीं चाहिए थी, लेकिन पिछले वर्षों में प्रदेश की राजनीति में जिस तरह के मोड़ आए हैं, उन्हें देखते हुए आखिरी पलों तक कुछ भी हो जाने का सस्पेंस बना रहा।

खुद देवेंद्र फडणवीस के हालिया करियर को देखें तो 2014 से 2019 तक बतौर मुख्यमंत्री अपना कार्यकाल सफलतापूर्वक पूरा करने के बाद 2022 में उन्होंने एकनाथ शिंदे मंत्रिमंडल में उपमुख्यमंत्री की भूमिका मंजूर की। किसी भी महत्वाकांक्षी राजनेता के लिए यह स्वभाविक चॉइस नहीं कही जाएगी, लेकिन विशिष्ट परिस्थितियों में पार्टी के आग्रह पर उन्होंने न केवल सरकार का सुचारू संचालन सुनिश्चित किया बल्कि चुनाव में पार्टी की अगुआई करते हुए उसे शानदार जीत भी दिलाई। इसके बाद अब अगर एक बार फिर उन्हें मुख्यमंत्री की भूमिका सौंपी जा रही है तो अपनी पात्रता वह अच्छी तरह सिद्ध कर चुके हैं।

फिर भी अगर यह सवाल बना हुआ है कि महायुति सरकार की नई पारी पिछली पारी जैसी सहजता और स्थिरता दिखा पाएगी या नहीं तो उसके पीछे प्रदेश राजनीति के हालिया उतार–चढ़ाव ही हैं। दो पुरानी और सुगठित राजनीतिक पार्टियों में हुई असाधारण तोड़फोड़ के परिणास्वरूप बनी महायुति ने हालांकि 2024 विधानसभा चुनावों में अपनी सार्थकता सिद्ध कर दी है और इसलिए अब इसे किसी भी रूप में कृत्रिम गठबंधन नहीं कहा जा सकता, लेकिन राजनीति में कुछ भी स्थायी नहीं होता। जाहिर है, नए मुख्यमंत्री और बीजेपी नेतृत्व को सहयोगी दलों को साथ लेकर चलने और किसी भी असंतोष से बचने पर खास ध्यान देना होगा।

प्रदेश राजनीति की यह खास स्थिति जहां सहयोगी दलों की आकांक्षाओं का ध्यान रखने और उन्हें यथासंभव संतुष्ट रखने की जरूरत को रेखांकित करती है वहीं आगामी स्थानीय निकाय चुनावों में महायुति से जुड़े दलों पर बेहतर प्रदर्शन की जिम्मेदारी भी बढ़ा देती है। हालांकि पहली चुनौती मंत्रिमंडल में विभागों के बंटवारे को संतोषजनक ढंग से निपटाने की है। साफ है कि विशाल बहुमत वाली इस सरकार के मुखिया के तौर पर देवेंद्र फडणवीस की यह पारी किसी भी रूप में कम चुनौतीपूर्ण नहीं साबित होने वाली। देखना होगा कि महाराष्ट्र को राजनीतिक स्थिरता और विकास के नए दौर में ले जाने की जिम्मेदारी वह किस हद तक पूरी कर पाते हैं। साथ ही, लोगों ने उनकी पार्टी और सहयोगी दलों पर जो भरोसा जताया है, महायुति सरकार उनकी उम्मीदें पूरी कर पाती है?

## भगवान शिव

धर्म-दर्शन

**अशोक वोहरा।** शिवराम की पत्नी गंगा कहती है कि आप भी भगवान शिव की आराधना और उनका ध्यान किया करो इससे हमारी कमाई का जरिया ज्यादा हो जाएगी। उन्होंने अगले दिन ठीक वैसा ही किया भगवान का ध्यान करके घर से निकला और मुझे उस दिन बहुत ज्यादा की कमाई हुई थी वह बहुत खुश था। शाम को जैसे ही घर आया अपनी पत्नी गंगा से कहती है कि आज मेरा कमाई बहुत ज्यादा हुआ है और इस कारण से मुझे बहुत ज्यादा पैसे की बरसात हुई है। तभी उनकी पत्नी खुश होकर कहती है कि यह तो भगवान की देन है आज आपने भगवान को दिल से याद किया है और भगवान शिव हमारे साथ हमेशा ऐसा ही करेंगे आगे तक। वह उन पैसों को अपने राशन के लिए उपयोग किया और जब थोड़ा पैसा बच गया तो उनकी पत्नी बोली कि हम कुछ पैसा भगवान के चरणों में होने समर्पित कर देते हैं। **...शेष कल**

# संपादकीय

## मूलभूत फीचर

सेकुलरिज्म हमारे संविधान के बेसिक स्ट्रक्चर का हमेशा हिस्सा रहा है। धर्मनिरपेक्षता भारत की संवैधानिक व्यवस्था का महत्वपूर्ण तत्व है। इसे समानता के अधिकार का एक पहलू माना जाता है, जो संविधान की मूल संरचना के ताने–बाने में समाहित है। लेकिन एक सवाल हमेशा उठता रहा है कि प्रस्तावना में जिस तरह से सेकुलर व सोशलिस्ट शब्द संविधान संशोधन के जरिये डाले गए क्या उसी तरह से संविधान संशोधन के जरिये इन्हें हटाया भी जा सकता है? शीर्ष अदालत ने कई बार अपने जजमेंट में कहा है कि सेकुलरिज्म भारतीय संविधान के बेसिक स्ट्रक्चर का हमेशा से पार्ट था और उसका पार्ट है। अगर आप समानता के अधिकार को देखते हैं तो वहां भी भाईचारे और बंधुत्व का इस्तेमाल किया गया है। यह साफ तौर पर संदेश देता है कि सेकुलरिज्म भारतीय संविधान का मूलभूत फीचर है।

संविधान की मूल प्रस्तावना में सेकुलर शब्द नहीं था। संविधान सभा में सेकुलर और सोशलिस्ट शब्द जोड़ने के लिए संशोधन प्रस्ताव पेश किया गया था। लेकिन उस प्रस्ताव को खारिज कर दिया गया।

# संसद को है अधिकार

राजेश चौधरी।।

भारतीय संविधान की प्रस्तावना में सेकुलर और सोशलिस्ट शब्द जोड़े जाने को लेकर चल रहे विवाद पर सुप्रीम कोर्ट ने विराम लगा दिया। इससे जुड़ी याचिका सुप्रीम कोर्ट ने हाल ही में खारिज कर दी। 1976 में इमरजेंसी के दौरान संविधान संशोधन के जरिये प्रस्तावना में सेकुलर और सोशलिस्ट शब्द जोड़े गए थे। इसे लेकर शीर्ष अदालत के सामने सवाल उठाए गए थे। इन सवालों पर सुप्रीम कोर्ट कई बार पहले भी व्यवस्था देते हुए कह चुका है कि सेकुलरिज्म संविधान का मूलभूत अंग है।

संविधान की मूल प्रस्तावना में सेकुलर शब्द नहीं था। संविधान सभा में सेकुलर और सोशलिस्ट शब्द जोड़ने के लिए संशोधन प्रस्ताव पेश किया गया था। लेकिन उस प्रस्ताव को खारिज कर दिया गया। तब संविधान की प्रस्तावना में 'संप्रभुतासंपन्न, लोकतांत्रिक गणराज्य' ही लिखा गया। इसी रूप में संविधान 26 जनवरी 1950 को लागू कर दिया गया। बाद में इंदिरा गांधी की सरकार के दौरान 1976 में संशोधन के जरिये संविधान की प्रस्तावना में 'संप्रभुता संपन्न, समाजवादी, धर्मनिरपेक्ष लोकतांत्रिक गणराज्य' लिखा गया। इसी संशोधन को अदालत में चुनौती दी गई थी, जिसे सुप्रीम कोर्ट ने पिछले हफ्ते खारिज कर दिया। यही नहीं, कोर्ट ने

मामले को लार्जर बेंच के पास भेजने से भी इनकार कर दिया।

सुप्रीम कोर्ट ने कहा कि संसद को संविधान की प्रस्तावना में भी संशोधन करने का अधिकार है। उसे यह अधिकार अनुच्छेद–368 के तहत हासिल है। अदालत ने कहा कि 44 साल बाद संशोधन प्रक्रिया को अमान्य नहीं किया जा सकता। अदालत ने कहा कि सेकुलरिज्म संविधान की मूलभूत विशेषता है। मूल रूप से, धर्मनिरपेक्षता का विचार समानता के अधिकार के एक पहलू का प्रतिनिधित्व करता है, जो संवैधानिक ढांचे के पैटर्न को दर्शाने वाले बुनियादी ताने–बाने में गहराई से बुना हुआ है।

भारत ने समय के साथ धर्मनिरपेक्षता की अपनी व्याख्या विकसित की है, जिसमें राज्य न तो किसी धर्म का समर्थन करता है और न ही किसी धर्म का पालन और अभ्यास करने से मना करता है। अदालत ने स्पष्ट किया कि भारतीय संदर्भ में समाजवाद का मतलब भी खास आर्थिक नीतियां अपनाने के लिए बाध्य करना नहीं है। समाजवाद का अर्थ सिर्फ इतना है राज्य की प्रतिबद्धता एक कल्याणकारी राज्य के रूप में सभी नागरिकों को समान अवसर सुनिश्चित करने की है।

केशवानंद भारती बनाम केरल मामले में 1973 में दिए गए ऐतिहासिक फैसले में सुप्रीम कोर्ट की 13 जजों की संविधानपीठ ने संविधान के बेसिक स्ट्रक्चर को परिभाषित किया था। कोर्ट ने कहा था कि बेसिक स्ट्रक्चर के साथ छेड़छाड़ नहीं हो सकती। ऐसे ही एस.आर. बोम्मई बनाम केंद्र सरकार मामले में सुप्रीम कोर्ट ने स्पष्ट किया था कि धर्मनिरपेक्षता भारत के संविधान की आधारशिला है। आर.सी. पौड्याल बनाम केंद्र सरकार केस में सुप्रीम कोर्ट ने बताया कि शुरू से ही संविधान का अभिप्राय सभी धर्मों को समान रूप से सम्मान देने और उनके साथ बिना भेदभाव के व्यवहार करने का था। एम. इस्माइल फारूकी बनाम केंद्र सरकार मामले में, सुप्रीम कोर्ट ने व्यवस्था दी कि राज्य का कोई धर्म नहीं होता और सभी व्यक्तियों को धर्म की स्वतंत्रता का अधिकार प्राप्त है।

### सूडोकू नवताल-5406

सरल

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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

### छेड़छाड़ नहीं हो सकती

**मोहन।** कानून के जानकार व सीनियर एडवोकेट एमएल लाहोटी बताते हैं कि अब संविधान संशोधन के जरिये सेकुलर शब्द प्रस्तावना से हटाया नहीं जा सकता। केशवानंद भारती केस में सुप्रीम कोर्ट ने 1973 में कहा था कि संविधान संशोधन का संसद को अधिकार है लेकिन वह संविधान के बेसिक स्ट्रक्चर के साथ छेड़छाड़ नहीं कर सकती। सुप्रीम कोर्ट कई फैसले में यह कह चुका है कि प्रस्तावना भी बेसिक स्ट्रक्चर का पार्ट है। ऐसे में अब उसे नहीं छेड़ा जा सकता। सुप्रीम कोर्ट के तमाम फैसलों और संविधान को देखें तो संविधान की भावना और प्रारूप ही सेकुलर है। अनुच्छेद–15, 16, 25, 26, 27, 28 व 29 ये तमाम मौलिक अधिकार से संबंधित अनुच्छेद हैं और ये सेकुलर नेचर के हैं। इनमें समानता से लेकर धार्मिक स्वतंत्रता तक के अधिकार शामिल हैं। ऐसे में सेकुलर शब्द को संविधान संशोधन के जरिये भी नहीं हटाया जा सकता।

## एंटनी थाटिल की हुईं कीर्ति सुरेश, गोवा में बनीं दुल्हनिया

साउथ इंडियन एक्ट्रेस कीर्ति सुरेश की शादी हो गई है। उन्होंने एंटनी थाटिल के साथ वेडिंग फोटोज शेयर की हैं, जो सोशल मीडिया पर वायरल हो रही हैं। दोनों ने परिवार और दोस्तों की मौजूदगी में गोवा में ट्रेडिशनल वेडिंग की। कीर्ति के पोस्ट पर हंसिका मोटवानी से लेकर राशि खन्ना तक ने बधाई दी है। फैंस भी भर–भरकर प्यार लुटा रहे हैं। इस महीने की शुरुआत में कीर्ति और एंटनी के नाम का वेडिंग कार्ड सोशल मीडिया पर वायरल हुआ था। इस पर कीर्ति के पैरेंट्स सुरेश कुमार और मेनका सुरेश ने नोट लिखा था, आपको ये बताते हुए हमें बहुत खुशी हो रही है कि हमारी बेटी 12 दिसंबर को एक प्राइवेट सेरेमनी में शादी कर रही है। हम आपके आशीर्वाद का सम्मान करते हैं। वे अपनी जिंदगी की नई शुरुआत करने जा रहे हैं तो उन्हें आशीर्वाद दें। एंटनी थाटिल बिजनेसमैन हैं। वो दुबई और कोच्चि, केरल में काम करते हैं। वो अपने होमटाउन में कई रिसॉर्ट्स के मालिक हैं। कीर्ति के होमटाउन में भी कई बिजनेस करते हैं। वो सोशल मीडिया से दूर रहना पसंद करते हैं। रिपोर्ट्स बताती हैं कि कीर्ति और एंटनी ने करीब 15 साल तक एक–दूसरे को डेट किया है। दोनों की पहली मुलाकात तब हुई थी, जब एक्ट्रेस हाईस्कूल में थीं और एंटनी ग्रेजुएशन की पढ़ाई कर रहे थे।

## श्रीदेवी ने मेरे घोंसले जैसे बालों में अंगूर रखे थे और वो इसे खाती भी थी

कल्ट क्लासिक चालबाज के 35 साल पूरे होने का जश्न मनाते हुए इस फिल्म की एक्ट्रेस रोहिणी हट्टंगड़ी ने दिलचस्प किस्सा सुनाया है। इस फिल्म में रोहिणी हट्टंगड़ी विचित्र हेयरस्टाइल में दिखीं थीं, जो सिर पर चिड़िया के घोंसले की तरह दिख रहा था। उन्होंने बताया कि श्रीदेवी ने उनके साथ सेट पर क्या किया था। इस फिल्म में अंबा के किरदार को निभाने वाली अभिनेत्री रोहिणी हट्टंगड़ी ने आरजे दिव्या सोलगामा के साथ एक दिलचस्प किस्सा सुनाया। अपने विचित्र लाल पंक हेयरस्टाइल से लेकर सेट पर उन्होंने कैसे वक्त बिताया ये कहानी उन्होंने सुनाई। सेट पर बिताए उन यादगार पलों के बारे में बातें करते हुए रोहिणी हट्टंगड़ी ने कहा, श्रीदेवी असल जिंदगी में अपना मेकअप खुद करती थीं। फेस पर कॉमेडी इफेक्ट लाने के लिए इसे जानबूझकर खराब बनाया जाता था। उन्होंने श्रीदेवी की एनर्जी और मल्टी टैलेंट की तारीफ की और उनके डांस को शानदार बताया। फिल्म की शूटिंग की कहानी करते हुए उन्होंने हंसते हुए कहा, इस सीन में मेरे बालों को चिड़िया के घोंसले जैसा बनाया गया था।

## नवाजुद्दीन की लाडली को देख बोले– ये हद सुंदर दिखने लगीं

अनुराग कश्यप की बेटी आलिया कश्यप ने की शादी के बाद रिसेप्शन पार्टी रखी, जिसमें फिल्म इंडस्ट्री से तमाम सितारे पहुंचे। कई चेहरे ऐसे भी दिखे जो बी टाउन में लंबे समय से गायब थे। जहां नवाजुद्दीन सिद्दीकी अपनी बेटी के साथ पहुंचे थे, वहीं सुहाना से लेकर खुशी कपूर तक इस वेडिंग में छाई रहीं। हालांकि, सोशल मीडिया पर शोरा के बाद जिनके अंदाज की सबसे अधिक तारीफ हो रही है वो हैं अनुराग कश्यप की एक्स वाइफ कल्कि केकलां। जी हां, अनुराग की बेटी आलिया की प्री वेडिंग से लेकर रिसेप्शन तक में कल्कि बढ़–चढ़कर शामिल हुईं और जिस तरह से उन्होंने खुद को कैरी किया, उसकी काफी तारीफ हो रही है। वहीं इस मौके पर नवाजुद्दीन की बेटी ने खूब दिल जीता है। लोगों ने नवाजुद्दीन की बेटी को देखकर लिखा है– ये कितना गॉरजस है। एक ने लिखा– ये नवाज की बेटी है? हद सुंदर है। कुछ ने कहा– इसका इंडस्ट्री में आना पक्का है, ये सारी स्टार किड्स पर भारी पड़ने वाली हैं। एक और यूजर ने लिखा– इनकी बेटी इतनी खूबसूरत है, पता नहीं था। आलिया कश्यप फाइनली अपने लॉन्ग टाइम बॉयफ्रेंड शेन ग्रेगोइरे संग शादी रचा ली और अब वे पति–पत्नी बन चुके हैं। बीती शाम इस शादी की वेडिंग रिसेप्शन पार्टी रखी गई जहां तमाम फिल्मी सितारों ने शिरकत की।

# जहीर इकबाल को मिली बधाई तो सोनाक्षी सिन्हा ने शुरू कर दी डाइट!

*बॉलीवुड एक्ट्रेस सोनाक्षी सिन्हा और जहीर इकपाल ने पिछले साल शादी की। इससे पहले दोनों ने 7 साल तक एक–दूसरे को डेट किया। खैर। सोनाक्षी को हाल ही में क्लिनिक के बाहर देखा गया तो उनकी प्रेग्नेंस की चर्चा होने लगी। पर अब इस पर एक्ट्रेस ने चुप्पी तोड़ी है।*

**मैं प्रेग्नेंट नहीं हूं, बस मोटी हो गई हूं**

सोनाक्षी सिन्हा ने प्रेग्नेंसी की अफवाहों को खारिज करते हुए कहा, मैं ये कहना चाहती हूं कि मैं प्रेग्नेंट नहीं हूं। मैं बस मोटी हो गई हूं। उन्होंने आगे कहा, श्उस दिन किसी ने उन्हें (जहीर इकबाल) बधाई दी। क्या हम अपनी शादी को इंजॉय नहीं कर सकते?

**सोनाक्षी ने शुरू कर दी डाइटिंग**

इस पर जहीर ने आगे कहा, अगले दिन से उनकी डाइटिंग शुरू हो गई। सोनाक्षी और जहीर ने 23 जून 2024 को घरवालों की मौजूदगी में शादी की। उनकी शादी को सिर्फ 6 महीने का वक्त हुआ है।

**सोनाक्षी की मां ने कही थी ये बात**

सोनाक्षी और जहीर को कपिल शर्मा के शो द ग्रेट इंडियन कपिल शो सीजन 2 में देखा गया था। जहां उनकी मां पूनम सिन्हा ने खुलासा किया था कि उन्होंने अपनी बेटी से कहा था कि जो उनसे प्यार करे, उससे शादी करना। लेकिन यहां उल्टा है। वो जहीर से ज्यादा प्यार करती है।

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

**2010 में की थी एक्टिंग की शुरुआत**

सोनाक्षी ने साल 2010 में दबंग फिल्म से एक्टिंग करियर की शुरुआत हुई थी। उन्हें राउड़ी राठौड़, दबंग 2, सन ऑफ सरदार, आर... राजकुमार और हॉलिडे जैसी फिल्मों में देखा गया।

**इस फिल्म में आएंगी नजर**

वो पिछली बार ओटीटी पर रिलीज Kakuda और हीरामंडी में नजर आई थीं। अब उन्हें निकिता रॉय एंड द बुक ऑफ डार्कनेस में देखा जाएगा, जिसके पोस्ट प्रोडक्शन का काम चल रहा है।

# सौम्या टंडन 40 की उम्र में दिखाती हैं 25 वाली अदा

*टीवी इंडस्ट्री की खूबसूरत एक्ट्रेस सौम्या टंडन इंस्टा पर अक्सर स्टाइल और फैशन वाली फोटोज शेयर करती रहती हैं। हाल ही में उन्होंने कुछ ऐसी ही तस्वीरें शेयर कीं जो वायरल हो गईं। सौम्या की इन तस्वीरों पर एक नजर डालें और उनकी उम्र का अंदाजा लगाएं।*

टीवी इंडस्ट्री की सबसे फेमस एक्ट्रेसेस में से एक सौम्या टंडन को उनके शो भाभीजी घर पर हैं से जानते हैं, जहां उन्होंने पांच साल से अधिक समय तक अनीता भाभी का रोल प्ले किया। उनकी स्क्रीन प्रेजेंस और एक्टिंग ने दर्शकों का दिल जीत लिया। सौम्या को आज भी लोग भाभीजी कहकर ही बुलाते हैं। आइए दिखाते हैं उनकी हालिया फोटोज कि वो इतने सालों में कितनी बदल गई हैं।

**गोरी मेम बनकर चलाया जादू**

सौम्या की बहुत बड़ी फैन फॉलोइंग है और वह अक्सर फैंस के साथ अपनी खूबसूरत फोटोज शेयर करती रहती हैं। ट्रेडिशनल से लेकर वेस्टर्न वियर तक, उन्होंने हर लुक को खूबसूरती और स्टाइल से निभाया है।

**सौम्या टंडन की फोटोज**

आइए आज हम उनके इंस्टाग्राम में से कुछ खूबसूरत झलकियों को दिखाते हैं। सौम्या 40 साल की उम्र में भी बेहद खूबसूरत और तरो–ताजा लगती हैं।

**अस्पताल में थीं सौम्या**

भाबी जी घर पर हैं की पुरानी भाभीजी सौम्या टंडन ने कुछ महीने पहले अस्पताल के बिस्तर से कई सारी तस्वीरें शेयर की थीं और इसे देखते ही फैंस और फॉलोअर्स के बीच चिंता पैदा हो गई थी।

**सौम्या ने दिखाईं थीं फोटोज**

अस्पताल के बिस्तर से फोटोज शेयर करते हुए केवल उनका हाथ दिखाई दे रहा था। सौम्या ने इसके कैप्शन में लिखा, तस्वीरें हमेशा सुंदर नहीं होती हैं और जीवन हमेशा मुस्कुराता नहीं है। रिकवरी हो रही है और जल्द ही फिट होकर उभरेंगे। आपकी शुभकामनाओं के लिए अग्रिम धन्यवाद।

# तभी तो खराब रहता है पेट, मूली खाने का सही तरीका समझें

*मूली के अनगिनत फायदे हैं, आप इसे खाने का सही तरीका समझें, इससे आपको ज्यादा फायदे मिल सकते हैं। आप इसकी जड़ खाएं या इसके पत्ते, मूली आपके भोजन में पोषण जोड़ने का एक शानदार तरीका है।*

**मूली खाने के फायदे**

मूली में कैलोरी की मात्रा लगभग जीरो होती है। एक कप कच्ची मूली में लगभग 2 ग्राम फाइबर होता है। वजन कम करने वालों के लिए यह एक बढ़िया ऑप्शन है। मूली में आइसोथायोसाइनेट्स नामक यौगिक होते हैं। ये यौगिक कैंसर की रोकथाम और इलाज में सहायक हो सकते हैं। मूली एक नेचुरल डिटॉक्स एजेंट की तरह काम करती है और लिवर और किडनी को स्वस्थ रखती है। मूली का रस लिवर को डिटॉक्सिफाई करता है। मूली का सेवन ब्लड शुगर को स्वस्थ रखने में मदद कर सकता है।

**सलाद के रूप में ऐसे खाएं**

मूली और इसके पत्तों को पतले टुकड़ों में काटकर सलाद में डालें। इसे हरी सब्जियां, खीरा, गाजर और हल्के ड्रेसिंग के साथ मिलाएं। मूली के स्लाइस को हुमस या दही के साथ खाएं। आप अपने सूप, टैको या अनाज के बाउल्स पर मूली के पतले स्लाइस डालें।

**मूली के पत्तों का उपयोग करें**

मूली के पत्ते खाने योग्य और अत्यधिक पौष्टिक होते हैं। इनमें मूली की जड़ से अधिक कैल्शियम और विटामिन c होता है। मूली के पत्तों को स्मूदी में मिलाकर पोषण बढ़ाएं। मूली के पत्तों को लहसुन, जैतून का तेल और एक चुटकी नमक के साथ भूनकर खाएं। सूप और स्ट्यू में मूली के पत्तों को काटकर डालें।

**मूली को फर्मेंट करें**

मूली का फर्मेंटेशन इसकी प्रोबायोटिक सामग्री को बढ़ाता है, जो पेट की सेहत के लिए फायदेमंद है। मूली का अचार बनाने के लिए इसे नमक के पानी में फर्मेंट करें। यह सैंडविच या साइड डिश के रूप में खाया जा सकता है। मसालेदार और प्रोबायोटिक से भरपूर किमची बनाने में मूली का उपयोग करें।

**हेल्दी फैट के साथ खाएं**

मूली में वसा में घुलनशील एंटीऑक्सीडेंट होते हैं, जो स्वस्थ वसा के साथ बेहतर अवशोषित होते हैं। मूली को एवोकाडो के साथ सलाद या टोस्ट में मिलाएं। मूली के सलाद पर भुने हुए नट्स या बीज डालें। मूली के स्लाइस पर जैतून का तेल और नमक डालकर खाएं।

**मूली का जूस या स्मूदी बनाएं**

मूली का जूस लिवर को डिटॉक्स करने और पाचन को सपोर्ट करने में मदद करता है। मूली, सेब, गाजर और अदरक को मिलाकर ताजा जूस बनाएं। आप मूली, खीरा, नींबू और पालक के साथ डिटॉक्स स्मूदी भी बनाकर पी सकते हैं। मूली को उन खाद्य पदार्थों के साथ खाएं जो इसके स्वास्थ्य लाभ को बढ़ाते हैं। मूली को दही या सॉकरकॉट जैसे फर्मेंटेड खाद्य पदार्थों के साथ खाएं।

## कैंसर पैदा कर सकती है नकली चाय पत्ती, चाय पत्ती पर छिड़कें पानी

आपको जानकर हैरानी होगी कि चाय की पत्ती में केमिकल के साथ लोहे के छोटे–छोटे टुकड़े भी हो सकते हैं। अगर यह शरीर के अंदर एक बार चले गए तो भयंकर नुकसान पहुंचा सकते हैं। फूड सेफ्टी एंड स्टैंडर्ड अथॉरिटी ऑफ इंडिया ने नकली चाय पत्ती की जांच करने के तरीके बताए हैं। नकली पत्ती का रंग गहरा करने के लिए बिस्मार्क ब्राउन, कोल टार डाई, सोपस्टोन जैसे केमिकल कलर का इस्तेमाल किया जाता है। कई सारे शोध इन्हें किडनी डैमेज, नींद खराब करने वाला, अस्थमा, पेट की दिक्कत, माइग्रेन जैसी दिक्कतों का कारण मानते हैं। कई बार चाय पत्ती में बेकार पत्तियों को मिलाया जाता है। इसकी जांच करने के लिए एक फिल्टर पेपर के बीच में थोड़ी चाय की पत्ती डालें। इसके ऊपर थोड़ा पानी छिड़कें और थोड़ी देर रखा रहने दें। अगर यह नकली होगी तो फिल्टर पेपर का रंग काला–भूरा जैसा होने लगेगा। असली चाय पत्ती केवल गर्म और उबलते पानी में रंग छोड़ती हैं। इसलिए एक गिलास नॉर्मल पानी में 1 चम्मच चाय की पत्ती डालें। अगर यह रंग छोड़ने लगे तो समझें कि इसमें खतरनाक कलर की मिलावट हुई है और यह नकली चाय पत्ती की पहचान है। चाय पत्ती प्रोसेस करने में अलग–अलग मशीन का इस्तेमाल किया जाता है। पुरानी और बेकार मशीन के कुछ छोटे–छोटे टुकड़े चाय पत्ती के अंदर आ सकते हैं। इन्हें पहचानने के लिए चाय पत्ती के ऊपर एक चुंबक फिराएं। अगर इसमें आयरन फिलिंग होगी तो वो चुंबक पर चिपक जाएगी।

## केमिकल बिगाड़ देते हैं ये काम, ठप हो जाएंगे सारे फंक्शन, तुरंत कर दें बंद

शरीर के अंग, मसल्स, स्किन, टिश्यू आदि तब काम करते हैं जब उनतक कोई केमिकल दिमाग का मैसेज लेकर पहुंचता है। अगर इन केमिकल का संतुलन बिगड़ जाए तो पूरे शरीर के फंक्शन बिगड़ जाते हैं। इन केमिकल को हॉर्मोन कहा जाता है। डाइटिशियन श्वेता जे पांचाल ने कहा कि अगर आप इन 3 में से कोई भी एक चीज कर रहे हैं तो आपके हॉर्मोन असंतुलित हो सकते हैं। इसे हॉर्मोनल इंबैलेंस कहा जाता है। जिसके कुछ लक्षण भी दिखते हैं। अगर आप प्लास्टिक का कोई भी मग, बोतल, चम्मच, प्लेट इस्तेमाल करते हैं तो इसे घर से बाहर फेंक दें। प्लास्टिक में कुछ रिसेप्टर्स होते हैं, जो हॉर्मोन को ढंग से काम नहीं करने देते हैं। कई शोध के अंदर माइक्रो प्लास्टिक प्लेसेंटा के अंदर तक पाई गई है। अगर आप सही वक्त पर नींद नहीं लेते हैं तो आपके हॉर्मोन इंबैलेंस हो सकते हैं। आपकी पूरी हॉर्मोनल साइकिल सर्काडियन रिदम पर टिकी होती है।

# चुभन का हो रहा एहसास तो घर पर ही करें नर्व पेन का इलाज

*ठंड के मौसम में अक्सर हाथ पैरों के नसों के सुन्न हो जाने की शिकायत बनी रहती है। नसें सुन्न हो जाती हैं तो दर्द और चुभन सा महसूस होता है। आमतौर पर यह समस्या ठंड के कारण नसों में ब्लड फ्लो में रुकावट की वजह से होती है। इसे नर्व पेन भी कहा जाता है। यह समस्या वैसे तो काफी आम लगती है लेकिन अगर नर्व पेन का सही समय पर इसका इलाज नहीं किया गया तो यह काफी गंभीर रूप ले सकती है। घर पर ही इस समस्या से छुटकारा पाने के लिए कुछ नेचुरल और आसान उपायों को अपनाया जा सकता है। अखिलेश यादव – एसोसिएट डायरेक्टर, ऑर्थोपेडिक्स एंड जॉइंट रिप्लेसमेंट, मैक्स सुपर स्पेशियलिटी हॉस्पिटल, वैशाली के अनुसार, स्वस्थ आहार, नियमित व्यायाम और एक्टिव दिनचर्या इस समस्या से राहत दिला सकती है। इससे ना केवल नसों की सेहत अच्छी होती है बल्कि ओवरऑल हेल्थ बेहतर बनती है।*

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

**गरम तेल से मालिश**

अगर ठंड के मौसम में नसें सुन्न पड़ जाती हैं और दर्द महसूस होता है तो गर्म तेल से मालिश करना बहुत ही फायदेमंद है। मालिश करने के लिए आप सरसों का तेल या तिल का तेल लेकर हल्के हाथों से दर्द वाली जगह पर लगाएं। इससे ब्लड फ्लो अच्छा होता है। अगर तेल में थोड़ी सी हल्दी मिला दी जाए तो सूजन से आराम मिलता है। मालिश करने के बाद उसे हिस्से को गर्म कपड़े से ढक दें।

**हल्दी वाला दूध**

नियमित रूप से हल्दी वाला दूध पीने से इम्यूनिटी मजबूत होती है। साथ ही इसमें एंटी इन्फ्लेमेटरी और अंतिम ऑक्सीडेंट गुण मौजूद होते हैं, जिससे नसों में होने वाला दर्द कम होता है। एक गिलास दूध में आधा चम्मच हल्दी मिलाकर पी सकते हैं। इसमें शहद या गुड़ भी डाल सकते हैं। रात को सोने से पहले हल्दी वाला गर्म दूध पीने से रात को अच्छी नींद आती है। इससे हड्डियां मजबूत होती हैं।

**स्ट्रेचिंग**

ठंड के मौसम में फिजिकल एक्टिविटीज कम हो जाती हैं, जिससे नसों में ब्लड फ्लो में थोड़ी रुकावट होती है। इसकी गति धीमी हो जाती है, जिससे नसों में सुन्नता और दर्द बढ़ सकता है। इसलिए स्ट्रेचिंग और हल्का व्यायाम नियमित रूप से करें। इससे बेहतर रूप से ब्लड फ्लो हो पाएगा। ताड़ासन योगासन और सूर्य नमस्कार करने से काफी फायदे मिलेंगे।

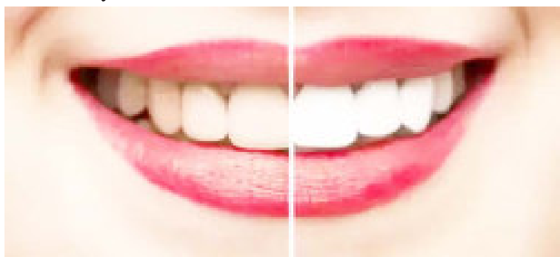
**मैग्नीशियम युक्त आहार**

नर्व पेन से राहत पाने के लिए मैग्नीशियम से भरपूर खाद्य पदार्थ का सेवन करना चाहिए। यह मांसपेशियों और नसों को काफी आराम देता है। हरी पत्तेदार सब्जियों में मैग्नीशियम मौजूद होता है। बादाम, कद्दू के बीज और केले में भी मैग्नीशियम पाया जाता है। अपने डेली आहार में इन खाद्य पदार्थों को शामिल करें। इससे ब्लड फ्लो बेहतर होगा और नर्व पेन की समस्या दूर होगी।

**गर्म पानी से सिकाई**

गर्म पानी से सिकाई करने पर नसों की सुन्नता को दूर किया जा सकता है। यह बहुत ही आसान और प्रभावशाली तरीका है। एक तौलिया को गर्म पानी में भी डुबोकर अच्छे से निचोड़ लें और प्रभावित हिस्से पर रखें। 15 से 20 मिनट तक इस प्रक्रिया को दोहराएं। ऐसा करने से ब्लड फ्लो अच्छे से होगा और चुभन और दर्द की समस्या से छुटकारा मिलेगा।

## पीली गंदगी खुरच देंगे ये उपाय, बत्तीसी पर आएगी चमक



सर्दियों के मौसम में दांतों में पीलापन जमने की कई वजह होती हैं। इन दिनों चाय, कॉफी और हॉट चॉकलेट जैसे पेय पदार्थों का अधिक सेवन किया जाता है, ठंड में पानी कम पीने से मुंह सूख जाता है, जिससे दांतों का स्वास्थ्य प्रभावित होता है, छुट्टियों के दौरान मिठाइयों और स्नैक्स का अधिक सेवन प्लैक बना सकता है। फ्लोराइड युक्त टूथपेस्ट और सॉफ्ट ब्रिसल वाले ब्रश का उपयोग करें। कम से कम दो मिनट तक हल्के हाथ से ब्रश करें। डेली फ्लॉस करेंरू फ्लॉसिंग से दांतों के बीच फंसे खाने के टुकड़े और प्लाक हटता है। बैक्टीरिया को खत्म करने और सांस को ताजा रखने के लिए अल्कोहल–फ्री व्हाइटनिंग माउथवॉश का उपयोग करें। 1 चम्मच बेकिंग सोडा में कुछ बूंदें पानी मिलाकर पेस्ट बनाएं। इसे सप्ताह में 2–3 बार हल्के हाथ से ब्रश करें। इसके अलावा हाइड्रोजन पेरोक्साइड से कुल्ला करें। इसके लिए हाइड्रोजन पेरोक्साइड को बराबर मात्रा में पानी में मिलाएं। 30 सेकंड तक मुंह में रखें और फिर पानी से कुल्ला करें। नारियल या तिल का तेल लें। इसे 15–20 मिनट तक मुंह में तेल घुमाएं। यह विषाक्त पदार्थों को हटाने और प्लाक को कम करने में मदद करता है। सेब का सिरका भी आपके काम आ सकता है। इसको पानी में मिलाकर समय–समय पर कुल्ला करें। लेजर व्हाइटनिंग एक प्रभावी तरीका है जिसमें दांतों पर लगाए गए व्हाइटनिंग जेल को सक्रिय करने के लिए लेजर का उपयोग किया जाता है।

**जतना भी समय मैंने क्रीज पर बिताया उसमें बहुत मजा आया**

गिल ने कहा, जब आपको बॉलर का हाथ दिखता है तो आप गेंद को पिक करने की ज्यादा अच्छी स्थिति में होते हो। वहां से आपको गेंद की सीम दिखती है और फिर आप देख सकते हैं कि गेंद कहां जा सकती है। अगर आपको ये नहीं दिख रहा है तो परेशानी होती है। दूसरी पारी में मैं जिस तरह से आउट हुआ। मुझे उनके हाथ से गेंद नहीं दिख रही थी लाइट और पिंक बॉल की वजह से। लेकिन जितना भी समय मैंने क्रीज पर बिताया उसमें बहुत मजा आ रहा था।

## पीढ़ी इस बारे में नहीं सोचती है कि कौन गेंदबाजी कर रहा: गिल

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। ऑस्ट्रेलिया ने एडिलेड में खेले गए दूसरे टेस्ट मैच में भारत को हरा दिया था। इस हार के बाद टीम इंडिया की जमकर आलोचना हुई थी क्योंकि पूरे मैच में भारतीय टीम कहीं भी नजर नहीं आई। अब सभी की नजरें कल से ब्रिस्बेन में शुरू हो रहे तीसरे टेस्ट मैच पर हैं। ये मैच गाबा के मैदान पर है जिसे ऑस्ट्रेलिया का किला माना जाता है। हालांकि, दूसरे मैच में खराब खेल और तीसरा मैच ऑस्ट्रेलिया के सबसे मजबूत किले में होने के बाद भी भारत डरा नहीं है। टीम इंडिया इस कठिन चुनौती के लिए तैयार है। भारत के युवा बल्लेबाज शुभमन गिल ने तीसरे टेस्ट मैच से पहले हुंकार भरी है और मेजबान टीम के जख्मों पर नमक लगाया है। तीसरे मैच से पहले शुक्रवार को टीम इंडिया के युवा बल्लेबाज गिल ने कहा है कि भारतीय टीम डरी नहीं है क्योंकि वह पहले भी ऑस्ट्रेलिया में सीरीज जीत चुकी है। गिल ने प्रेस कॉन्फ्रेंस में कहा, अगर आप जीते नहीं हैं तो डरते हैं, लेकिन हम यहां पिछली बार जीते थे और भारत में भी हमने ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ जीत हासिल की थी। ये पीढ़ी इस बारे में नहीं सोचती है कि कौन गेंदबाजी कर रहा है। ये पीढ़ी सिर्फ गेंद देखती है।

# जीत हासिल करने के लिए पहली पारी में बड़ा स्कोर करने की जरूरत

**क्रिकेट**

## टीम इंडिया ने तैयार किया गाबा के लिए मास्टर प्लान

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। ब्रिस्बेन का गाबा मैदान ऑस्ट्रेलिया का गढ़ माना जाता है। इस मैदान पर मेजबान टीम को हराना बेहद मुश्किल है। हालांकि, अपने पिछले ऑस्ट्रेलियाई दौरे पर टीम इंडिया ने इस मैदान पर जीत हासिल की थी और ऑस्ट्रेलिया का घमंड तोड़ा था। एक बार फिर टीम इंडिया वही कहानी दोहराने को तैयार है। टीम के युवा बल्लेबाज शुभमन गिल ने बताया है कि इस बार भारत कैसे ऑस्ट्रेलिया को गाबा में हरा सकता है।

गिल ने कहा है कि भारत को इस मैदान पर जीत हासिल करने के लिए पहली पारी में बड़ा स्कोर करने की जरूरत है। उन्होंने कहा कि टीम में इस समय यही बातें हो रही हैं कि पहली पारी में बड़ा स्कोर बनाने की जरूरत है। गिल ने उंगली में चोट के

कारण पहला टेस्ट मैच नहीं खेला था। लेकिन दूसरे टेस्ट मैच में वह टीम का हिस्सा थे। हालांकि, दोनों पारियों में वह अच्छी शुरुआत को बड़ी पारी में तब्दील नहीं कर पाए।

गिल ने शुक्रवार को प्रेस कॉन्फ्रेंस में बात करते हुए कहा, एक बल्लेबाजी ग्रुप के तौर पर, हम पहली पारी में बड़ा स्कोर करने के बारे में विचार कर रहे हैं। ये चर्चा का अहम मुद्दा रहा है और हर बल्लेबाज का अपना एक प्लान है। भारत को हाल के समय में छह बार 150 के कम स्कोर में सिमटते देखा गया है। उन्होंने कहा है कि एक बल्लेबाजी ग्रुप के तौर पर अभी कुछ गंवाया नहीं गया है। उन्होंने कहा, एडिलेड टेस्ट में हमने अच्छा नहीं किया, लेकिन सीरीज इस समय 1–1 की बराबरी पर है। हम इसे तीन मैचों की टेस्ट सीरीज के तौर पर देखेंगे। हम जब मेलबर्न और सिडनी में जाएंगे तो बढ़त लेकर जाएंगे।

टीम इंडिया का आज का प्रैक्टिस सेशन ऑप्शनल था जिसमें कप्तान रोहित शर्मा नहीं आए थे। इसे पर जब गिल से सवाल किया गया था तो उन्होंने कहा, ष्ये ऑप्शनल सेशन था और उन्होंने पहले ही काफी प्रैक्टिस कर ली है।

रोहित शर्मा की फॉर्म को लेकर सवाल उठ रहे हैं। न्यूजीलैंड सीरीज में एक अर्धशतक के अलावा उनके बल्ले से कोई अच्छी पारी नहीं निकली थी। फिर एडिलेड टेस्ट मैच में भी रोहित का बल्ला शांत रहा था। गाबा में रोहित के अच्छा खेल दिखाने की उम्मीद है।

# तीसरे टेस्ट मैच को मुश्किल बना सकती है आसामानी आफत यानी बारिश

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)**

नई दिल्ली। भारत और ऑस्ट्रेलिया की टीमें शनिवार से ब्रिस्बेन में तीसरे टेस्ट मैच में आमने–सामने होंगी। ये मैच दोनों ही टीमों के लिए काफी अहम है क्योंकि इस मैच में जीत टीम को बढ़त दिला देगी। अभी इस समय सीरीज 1–1 की बराबरी पर है। तीसरा टेस्ट मैच इस आंकड़े को बदल सकता है। फैंस की नजरें भी इसी बात पर हैं, लेकिन साथ ही फैंस का ध्यान ब्रिस्बेन के मौसम पर भी होगा। दोनों टीमों की नजरें भी मौसम पर होंगी।

बारिश अगर होती है तो ये मैच की समय सीमा पर असर डाल सकती है। हो सकता है कि मैच पूरे पांच दिन न हो पाए और एकाध दिन का खेल बारिश में धुल

■भारत और ऑस्ट्रेलिया के बीच तीसरा टेस्ट मैच आज से

जाएंगे। फैंस भी इस बात को जानना चाहेंगे कि ब्रिस्बेन में इंद्रदेव मेहरबान रहेंगे या अपना रूप दिखाएंगे। देखें तो मैच से पहले ब्रिस्बेन में बारिश की संभावना नहीं बताई गई है। मौसम अच्छा रहेगा और धूप खिली है। हालांकि, मैच वाले दिन यानी 14 तारीख को तेज हवाएं चलने की संभावना है । एक्यूवेदर की रिपोर्ट के मुताबिक, मैच के पहले दिन तापमान 27 डिग्री तक का रहेगा। बारिश की संभावना 60 प्रतिशत तक बताई जा रही है। सुबह के सेशन में तेज हवाएं चलने की संभावना है। पहले दिन बारिश के कारण खेल बाधित हो सकता है।

दूसरे और तीसरे दिन भी बारिश की संभावना है। रविवार और सोमवार को 58 और 60 प्रतिशत बारिश की संभावना है। सुबह के सेशन में बारिश खलल डाल सकती है। चौथे दिन यानी मंगलवार को 55 प्रतिशत बारिश की संभावना है। पांचवें दिन राहत मिल सकती है। इस दिन सिर्फ 1 प्रतिशत बारिश की संभावना है।

पांचों दिन तक हवा चलने और बादल छाए रहने के कारण इस मैच में तेज गेंदबाजों को मदद मिलेगी। यानी ये मैच बल्लेबाजों के लिए चुनौतीपूर्ण साबित हो सकता है। गेंद को यहां स्विंग और सीम दोनों मिलेगा जिसे संभालना बल्लेबाजों के लिए आसान नहीं होगा। एक बार फिर इस सीरीज में लो स्कोरिंग मैच देखने को मिल सकता है।

## अजिंक्य रहाणे ने खेली 98 रन की तूफानी पारी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** बेंगलुरु। एक समय था जब रोहित शर्मा और अजिंक्य रहाणे की दोस्ती की हर कोई दाद देता था। फिर रोहित शर्मा टीम के कप्तान बने। इसके बाद अजिंक्य रहाणे के बुरे दिन शुरू हुए। वह न केवल टेस्ट टीम से बाहर हुए, बल्कि वनडे और टी20 इंटरनेशनल करियर पहले ही दम तोड़ चुका था। आईपीएल 2025 मेगा ऑक्शन से पहले उन्हें शानदार प्रदर्शन करने के बावजूद चेन्नई सुपर किंग्स ने रिलीज किया तो अनसोल्ड रहने का खतरा मंडराने लगा, लेकिन आखिरी में कोलकाता नाइटराइडर्स ने उन्हें खरीदकर इज्जत बचाई। अब रहाणे गजब की फॉर्म में हैं और जो लोग उन्हें खत्म मान रहे थे उन्हें बल्ले से करारा जवाब दे रहे हैं। उन्होंने बड़ौदा के खिलाफ 56 गेंदों में विध्वंसक अंदाज में 98 रनों की पारी खेलते हुए मुंबई को सैयद मुश्ताक अली ट्रॉफी के फाइनल में पहुंचा दिया।

## न्यूज डायरी

## खत्म होने से बचा इस श्रीलंकाई खिलाड़ी का करियर, हटा तीन साल का बैन

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। श्रीलंका के निरोशन डिकवेला पर तीन साल का बैन लगा था, लेकिन अब ये बैन हट गया है। आईसीसी ने ये फैसला लिया है। डिकवेला को डोपिंग का दोषी पाया गया था और इसी कारण उन पर बैन भी लगाया गया था, लेकिन डिकवेला ने इसके खिलाफ अपील की थी और इसके बाद उन पर से बैन हटा दिया गया है। डिकवेला का अचानक एक एंटी डोपिंग टेस्ट हुआ था जिसमें उन्हें प्रतिबंधित पदार्थ के सेवन का दोषी पाया गया था। अगस्त 2024 को डिकवेला पर श्रीलंका एंटी डोपिंग एजेंसी ने तीन साल का बैन लगाया था। डिकवेला के करियर पर इससे संकट मंडरा रहा था। उनका करियर खत्म होने की कगार पर था, लेकिन डिकवेला ने लड़ाई लड़ी और जीती भी। डिकवेला ने अपनी अपील के समर्थन में सूबत पेश किए और साबित किया कि उन्होंने मैच के दौरान किसी तरह के प्रतिबंधित पदार्थ का सेवन नहीं किया है। उन्होंने बताया कि जो पदार्थ उनके सैंपल में मिला वो स्पोर्ट्स परफॉर्मेंस को बढ़ाने वाले पदार्थ में नहीं गिना जाता है। इसके बाद उनके ऊपर से तुरंत प्रभाव से बैन हटा दिया गया और सभी फॉर्मेट में उन्हें खेलने की अनुमति दी गई। इस बल्लेबाज ने श्रीलंका के लिए अपना आखिरी मैच मार्च 2023 में न्यूजीलैंड के खिलाफ खेला था। पहले टेस्ट मैच के बाद उन्हें टीम से बाहर कर दिया गया था। मार्च 2024 में उन्हें बांग्लादेश के खिलाफ टी20 सीरीज में चुना गया था लेकिन उन्हें खेलने का मौका नहीं मिला था। अब क्या डिकवेला बैन हटने के बाद श्रीलंकाई टीम में वापसी कर पाएंगे या नहीं।

## विनोद कांबली ने सचिन तेंदुलकर को लेकर कर दिया खुलासा

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। सचिन से ज्यादा प्रतिभाशाली माने जाने वाले कांबली को टीम इंडिया से काफी ज्यादा अंदर–बाहर होना पड़ा। फिर समय ऐसा आया कि कांबली हमेशा के लिए टीम से बाहर हो गए और फिर संन्यास ले लिया। हाल ही में उनका एक वीडियो वायरल हुआ था जिसमें कांबली की स्थिति काफी खराब देखने को मिली। वह सचिन तेंदुलकर से मिले और फिर उनका वीडियो चर्चा में आ गया। इसके बाद कांबली का एक इंटरव्यू सामने आया है जिसमें उन्होंने खुलकर अपने बारे में बात की है। कांबली और सचिन के बचपन के कोच रमाकांत आचरेकर ने स्टैचू अनावरण के मौके पर ये दोनों मिले थे। तब सचिन अपने दोस्त कांबली से मिले थे। इसके बाद कांबली को लेकर काफी बातें होने लगी। उनकी स्थिति पर कई लोगों ने चिंता व्यक्त की। कांबली ने बताया है कि वह कमबैक करने और रिहैब करने के लिए तैयार हैं। कांबली ने साल 2009 में कहा था कि सचिन तेंदुलकर ने उनकी मदद नहीं की। हालांकि, कांबली ने अब इस पर सफाई दी है और कहा है कि वह उस समय काफी परेशान थे इसलिए ये बात कही थी, लेकिन असल में सचिन ने हमेशा उनकी मदद की है। कांबली ने कहा, ष्उस समय ये बात मेरे दिमाग में ऐसे ही आ गई क्योंकि मैं परेशान था, लेकिन सचिन ने मेरे लिए कब कुछ किया। 2013 में मेरी दो सर्जरी उन्होंने कराईं। उन्होंने हमेशा मेरी मदद की। हम बचपन के दोस्त हैं, वो मेरी जिगरी है।

## राहुल द्रविड़ की कोचिंग में खेलने को उत्सुक हैं वैभव सूर्यवंशी

**एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)** नई दिल्ली। युवा सनसनी वैभव सूर्यवंशी आईपीएल में खेलने वाले सबसे कम उम्र के खिलाड़ी बनने की संभावना से उतने उत्साहित नहीं हैं, जितना राजस्थान रॉयल्स में दिग्गज राहुल द्रविड़ से कोचिंग लेने को लेकर हैं। सूर्यवंशी ने कहा, मुझे वाकई खुशी है कि मुझे आईपीएल में खेलने का अवसर मिल रहा है। मैं आइपीएल में खेलने से ज्यादा राहुल द्रविड़ सर के मार्गदर्शन में खेलने के लिए उत्साहित हूं। मैं उनकी कोचिंग में खेलने के लिए खुश हूं। पिछले महीने 13 वर्षीय सूर्यवंशी आईपीएल नीलामी में खरीदे जाने वाले सबसे कम उम्र के क्रिकेटर बने थे। राजस्थान ने इस युवा खिलाड़ी के लिए 1.10 करोड़ रुपये खत्म किए थे। सूर्यवंशी का यह भी मानना है कि भारतीय टीम ने हाल में आयोजित अंडर–19 एशिया कप में खराब प्रदर्शन नहीं किया, लेकिन टीम फाइनल में बांग्लादेश से हारकर खिताब जीतने में विफल रही। उन्होंने कहा कि आठ दिसंबर को फाइनल मुकाबले में भारत का बल्लेबाजी क्रम चरमरा गया और ऐसा किसी भी टीम के साथ हो सकता है।

जल जीवन मिशन की समीक्षा करते हुए सचिव शैलेश बगौली।

# हमारा दून

## संक्षिप्त समाचार

### सचिव शैलेश बगौली ने चंपावत में जल जीवन मिशन की समीक्षा की

**संवाददाता** देहरादून। शैलेश बगौली, सचिव, पेयजल, उत्तराखंड शासन द्वारा जनपद चम्पावत में जल जीवन मिशन के अन्तर्गत गतिमान कार्यों की समीक्षा बैठक की गई। बैठक में जिलाधिकारी, चम्पावत, प्रबंध निदेशक, जल निगम, मुख्य महाप्रबंधक, जल संस्थान एवं अन्य विभागीय अधिकारी उपस्थित रहे। समीक्षा के दौरान कार्यों के सम्पादन में गति प्रदान करने एवं भौतिक रूप से पूर्ण किये जा चुके कार्यों के लेखाबंदी करने हेतु निर्देशित किया गया।

### डीएम के निर्देशन में भिक्षावृत्ति पर निरंतर एक्शन जारी

**संवाददाता** देहरादून। जिलाधिकारी सविन बंसल के निर्देशन में भिक्षावृत्ति पर निरंतर कार्यवाही जारी। आज भिक्षावृत्ति में लिप्त 04 बालकों को काली मन्दिर बिहारी बस्ती से भिक्षावृत्ति रेस्क्यू टीम देहरादून द्वारा रेस्क्यू किया गया बच्चों कि जीडी व मेडिकल करवा कर बाल कल्याण समिति के समक्ष प्रस्तुत किया गया दो बालकों को राजकीय शिशु सदन दो बालक को समर्पण (खुला आश्रय) में रखवाया गया। सितम्बर 2024 से अबतक 93 बच्चों को भिक्षावृत्ति करते हुए रेस्क्यू किया गया है, जिनमें 52 बालक तथा 41 बालिकाओं को रेस्क्यू किया गया है। जिलाधिकारी द्वारा भिक्षावृत्ति के विरूद्ध अभियान चलाते हुए निरंतर कार्यवाही करने के निर्देश दिए गए है।

### आईसीआईसीआई प्रू लाइफ ने 99.04 प्रतिशत क्लेम सिर्फ 1.2 दिनों में निपटाए

**संवाददाता** देहरादून। आईसीआईसीआई प्रूडेंशियल लाइफ इंश्योरेंस ने जुलाई 2024 से सितंबर 2024 की अवधि में 99.04 प्रतिशत का क्लेम सेटलमेंट रेशियो हासिल किया है, जो इंडस्ट्री में सबसे अधिक है। आईसीआईसीआई प्रू लाइफ इंश्योरेंस के चीफ ऑपरेशन्स ऑफिसर, अमीश बैंकर ने कहा, क्लेम वह पल है जब ग्राहक का विश्वास हम पर टिका होता है, और हम हर क्लेम को संवेदनशीलता के साथ संभालते हैं।

### कराचीवाला ने दुल्हनों के लिए बताये खूबसूरत दिखने के टिप्स

**संवाददाता** देहरादून। हर दुल्हन की ख्वाहिश होती है कि वह अपनी शादी के दिन सबसे खूबसूरत और आत्मविश्वास से भरी नजर आए, और यह पूरी तरह से सही है। हालांकि, शादी की तैयारियों में ढेर सारे कामों के बीच खुद की सेहत और फिटनेस अक्सर पीछे रह जाती है। लेकिन क्या आप जानती हैं कि थोड़ा सा ध्यान और सही दिशा में किया गया प्रयास आपको न केवल शारीरिक रूप से बल्कि मानसिक रूप से भी तैयार कर सकता है।

# साहसिक खेलों के साथ पर्यटन गतिविधियों को मिले बढ़ावा: सीएम

**घोषणा**

■ मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने टिहरी वॉटर स्पोर्ट्स कप के समापन समारोह में किया प्रतिभाग

**संवाददाता**

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने शुक्रवार को कोटी कॉलोनी, टिहरी गढ़वाल में 35वीं सीनियर राष्ट्रीय कैनो–स्प्रिंट चैंपियनशिप के तहत टिहरी वाटर स्पोर्ट्स कप 2024 के समापन समारोह में प्रतिभाग किया। मुख्यमंत्री ने इस अवसर पर मेडिकल कॉलेज नई टिहरी की सड़कों का हॉट मिक्सिंग का काम करने, नई टिहरी में मल्टी पार्किंग निर्माण कार्य करने, जिला मुख्यालय में खेल मैदान का निर्माण करने एवं टिहरी–चंबा क्षेत्र हेतु 50 साल के दृष्टिकोण से जायका से पेयजल पंपिंग योजना का निर्माण कार्य करने की घोषणा की।

मुख्यमंत्री ने केनोइंग प्रतियोगिता के ओवर ऑल चैंपियनशिप में प्रथम तथा पुरुष व महिला वर्ग में प्रथम एवं द्वितीय स्थान प्राप्त करने वाले विजेताओं को ट्रॉफी एवं मेडल पहनाकर सम्मानित भी किया। मुख्यमंत्री ने कहा कि यह गर्व का विषय है कि टिहरी बांध जलाशय में तीसरे टिहरी वॉटर स्पोर्ट्स कप का सफल आयोजन हो रहा है। उन्होंने कहा टिहरी झील ऊर्जा उत्पादन, जल प्रबंधन के साथ पर्यटन एवं साहसिक खेलों की दृष्टि से भी हमारे प्रदेश की आर्थिकी एवं रोजगार को बढ़ाने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है। सरकार का यह प्रयास है कि समय–समय पर यहां पर इस प्रकार के कार्यक्रम आयोजित होते रहे, ताकि साहसिक खेलों के साथ पर्यटन गतिविधियों को भी बढ़ावा मिल सके। इस तरह के आयोजनों से हमारी रोजगार और आर्थिकी को भी मजबूती मिलती है। आने वाले समय में 12 महीने इस तरह की प्रतियोगिताएं आयोजित होने से टिहरी क्षेत्र विकास के क्षेत्र में नए कीर्तिमान हासिल करेगा।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार ने खेल और खिलाड़ियों को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से नई खेल नीति लागू की है। राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय पदक जीतने वाले खिलाड़ियों को आउट ऑफ टर्न नौकरी भी दी जा रही हैं। मुख्यमंत्री खेल विकास नीति, मुख्यमंत्री खिलाड़ी प्रोत्साहन योजना, मुख्यमंत्री उदीयमान खिलाड़ी योजना, खेल किट योजना आदि योजनाओं के माध्यम से खिलाड़ियों को प्रोत्साहित करने का काम कर रहे हैं। उत्तराखंड खेल रत्न पुरस्कार एवं हिमालय खेल रत्न पुरस्कार के माध्यम से खिलाड़ियों को सम्मानित किया जा रहा है। राज्य में राजकीय सेवाओं में खिलाड़ियों के लिए 4 प्रतिशत का खेल कोटे को पुनः शुरू किया गया है, ताकि खिलाड़ियों के परिश्रम को उचित अवसर मिले और उनकी प्रतिभा के साथ न्याय हो सके।

मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य में जल्द ही खेल विश्वविद्यालय बनने जा रहा है। इससे हमारे खिलाड़ियों को विश्व स्तरीय प्रशिक्षण एवं खेल सुविधाएं उपलब्ध हो सकेंगी। उत्तराखंड को 38वें राष्ट्रीय खेलों की मेजबानी करने का गौरव प्राप्त हुआ है। जिसके लिए बुनियादी ढांचों का विकास किया जा रहा है।

### खेल से संघर्ष शीलता जैसे गुण होते है विकसित

मुख्यमंत्री ने कहा कि खेल, शारीरिक और मानसिक विकास के साथ खिलाड़ियों के अंदर अनुशासन की भावना का भी विकास करता है, खेल से संघर्ष शीलता जैसे गुण विकसित होते हैं। देश में खेलों को बढ़ावा देने के लिये प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में फिट इंडिया, खेलो इंडिया जैसे अनेकों कार्यक्रम शुरू किए गए जिसके माध्यम से देश में खेल संस्कृति को प्रोत्साहन मिला है। उन्होंने कहा प्रधानमंत्री मोदी के कुशल नेतृत्व में भारत आज खेल के क्षेत्र में नई ऊंचाइयों को छू रहा है। एवं राष्ट्रीय, अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी एक नई पहचान बना रहा है। राज्य सरकार भी प्रदेश के अंदर युवाओं को आगे बढ़ाने के लिए उनकी प्रतिभा को निखारने के लिए निरंतर प्रयासरत है।

# यूसीसी को लागू करने की दिशा में तेजी से बढ़ा राज्य

**चर्चा**

■'नये भारत की बात उत्तराखण्ड' के साथ' कॉन्क्लेव पर मुख्यमंत्री ने राज्य को लेकर की चर्चा

**संवाददाता**

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने सुभाष रोड स्थित एक होटल में आयोजित 'नये भारत की बात उत्तराखण्ड के साथ' कॉन्क्लेव में कहा कि हमने 2022 में उत्तराखण्ड की देवतुल्य जनता के सामने संकल्प रखा कि नई सरकार का गठन होते ही राज्य में समान नागरिक संहिता लाने के लिए कार्यवाही शुरू करेंगे। इसके लिए कमेटी बनाई गई। कमेटी के रिपोर्ट सौंपने के बाद विधानसभा में विधेयक पारित कर इसे राष्ट्रपति को भेजा। राष्ट्रपति महोदय द्वारा भी इसके लिए मंजूरी दी जा चुकी है। मुख्यमंत्री ने कहा कि समान नागरिक संहिता को लागू करने की दिशा में राज्य तेजी से आगे बढ़ा है, इसकी असली श्रेय की हकदार उत्तराखण्ड की देवतुल्य जनता है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि शीतकाल में श्री केदारनाथ की ओंकारेश्वर मंदिर ऊखीमठ में, बदरीनाथ की पाण्डुकेश्वर और नर्सिंग मंदिर ज्योतिमठ में, यमुनोत्री की खरसाली और गंगोत्री की मुखवा में पूजा अर्चना होती है। राज्य सरकार द्वारा इन स्थलों पर शीतकाल यात्रा शुरू करने के साथ ही इनके आस–पास के पौराणिक स्थलों को विकसित किया जा रहा है। मानसखण्ड मंदिर माला मिशन के तहत भी प्रथम चरण में 16 मंदिर क्षेत्रों को विकसित किया जा रहा है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखण्ड में निवेश बढ़ाने के लिए पिछले वर्ष राज्य में इन्वेस्टर समिट का आयोजन किया गया। जिसमें 3.56 लाख करोड़ से अधिक के एमओयू किये गये। इनकी ग्राउंडिंग भी तेजी से हो रही है। राज्य में निवेश अनुकूल वातावरण बनाने के लिए 30 से अधिक नीतियां बनाई गई हैं। अनेक नीतियों का सरलीकरण किया गया है। सिंगल विंडो सिस्टम के तहत अनुमतियां दी जा रही हैं। मुख्यमंत्री ने कहा कि उत्तराखण्ड राज्य स्थापना के रजतोत्सव वर्ष मे प्रवेश कर गया है।

### महिला स्वंय सहायता समूहों के उत्पादों को मिलेगी विपणन की सुविधा

**संवाददाता** देहरादून। जनपद में स्वयं सहायता समूहों का आजीविका बढाने तथा राज्य के स्थानीय उत्पादों को विपणन हेतु प्लेटफार्म उपलब्ध कराने के उद्देश्य से जिलाधिकारी सविन बसंल के निर्देशन में आधुनिक आउटलेट कैफे/रेस्टोरेंट खोले जाने की योजना पर तेजी से कार्य चल रहा है, जिसकी जानकारी जिलाधिकारी द्वारा 22 नवम्बर 2024 को आयोजित प्रजेन्टेशन कार्यक्रम में दी गई थी, इसके निर्माण हेतु टैण्डर जारी कर लिए गए हैं।

शुरूआती चरण में 04 स्थानों कचहरी परिसर, सुद्धोवाला (पंचायतघर के निकट), कोरोनेशन हास्पिटल, गुच्चुपानी में जल्द ही आधुनिक आउटलेट कैफे/रेस्टोरेंट, खोंले जाएंगी जिसके लिए तैयारी की है। इन आउटलेट के खुलने से जहां जनमानस को जहां पौष्टिक भोजन एवं आर्गेनिक उत्पाद मिलेंगे, वहीं महिला स्वंय सहायता समूहों को रोजगार के साथ ही उनके उत्पादों को विपणन की सुविधा हेतु उचित प्लेटफार्म मिलेगा।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक
प्रदीप चौधरी
द्वारा
एल.के प्रिटर्स,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।