

विचार-प्रवाह...

आतंक का नया गढ़



मौसम

अधिकतम 19.0°
न्यूनतम 10.0°

71883.74

2

बांग्लादेश में चुनाव से पहले भड़की हिंसा

7

कुछ खास करना चाहेंगे रोहित-विराट

देहरादून, रविवार, 7 जनवरी 2024

पेज थ्री



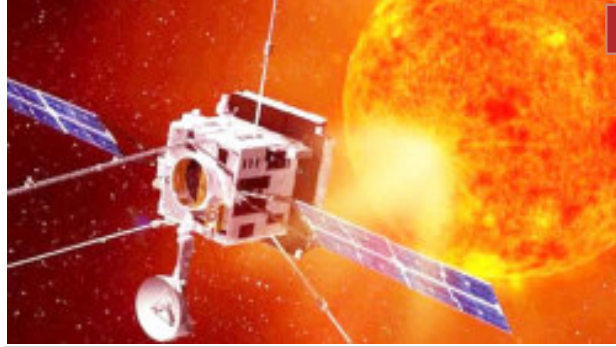
भारत ने रचा एक और इतिहास

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। चांद पर उतरने के बाद भारत ने एक और इतिहास रच दिया है। सूर्य मिशन पर निकले भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) के आदित्य एल-1 ने अपनी मंजिल लैंग्रेज प्वाइंट-1 (एल1) पर पहुंच कर एक कीर्तिमान हासिल किया है। इसी के साथ आदित्य-एल 1 अंतिम कक्षा में भी स्थापित हो गया। यहां आदित्य दो वर्षों तक सूर्य का अध्ययन करेगा और महत्वपूर्ण आंकड़े जुटाएगा। भारत के इस पहले सूर्य अध्ययन अभियान को इसरो ने 2 सितंबर को लॉन्च किया था।

इसरो के इस अभियान को पूरी दुनिया में उत्सुकता से देखा जा रहा है, क्योंकि इसके सात पेलोड सौर घटनाओं का व्यापक अध्ययन करेंगे और वैश्विक वैज्ञानिक समुदाय को डाटा मुहैया कराएंगे,

मिशन सूरज पर निकला मंजिल लैंग्रेज प्वाइंट-1 पर पहुंचा आदित्य एल-1



एक और मील का पत्थर हासिल किया: पीएम

इसरो की इस सफलता पर पीएम मोदी ने भी खुशी जाहिर की है। उन्होंने ट्वीट कर इसरो की सराहना करते हुए लिखा कि भारत ने एक और मील का पत्थर हासिल किया। भारत की पहली सौर वेधशाला आदित्य-एल 1 अपने गंतव्य तक पहुंच गई। सबसे जटिल अंतरिक्ष मिशनों में से एक को साकार करने में हमारे वैज्ञानिकों के अथक समर्पण का प्रमाण है। यह असाधारण उपलब्धि सराहना योग्य है। हम मानवता के लाभ के लिए विज्ञान की नई सीमाओं को आगे बढ़ाना जारी रखेंगे। उन्होंने आगे कहा कि वह इस असाधारण उपलब्धि की सराहना करने में देश के साथ शामिल हैं।

जिससे सभी सूर्य के विकिरण, कणों और चुंबकीय क्षेत्रों का अध्ययन कर पाएंगे। अंतरिक्ष यान में एक कोरोनोग्राफ है, जो वैज्ञानिकों को सूर्य की सतह के बहुत करीब देखने और नासा व यूरोपीय अंतरिक्ष एजेंसी के सौर और एसओएचओ मिशन के डाटा को पूरक डाटा मुहैया कराएगा। क्योंकि, आदित्य एल-1 अपनी स्थिति में स्थित

एकमात्र वेधशाला है। अधिकारियों के मुताबिक सूर्य मिशन का मुख्य उद्देश्य सौर वातावरण में गतिशीलता, सूर्य के परिमंडल की गर्मी, सूर्य की सतह पर सौर भूकंप या 'कोरोनल मास इजेक्शन' (सीएमई), सूर्य के धक्कने संबंधी गतिविधियों और उनकी विशेषताओं तथा पृथ्वी के करीब अंतरिक्ष में मौसम संबंधी

समस्याओं को समझना है। बता दें कि बीते साल इसरो ने चंद्रयान भेजा था। इसके बाद उसने बीते साल सितंबर में ही आदित्य एल-1 का प्रक्षेपण किया था।

आदित्य पर सात वैज्ञानिक पेलोड तैनात किए गए हैं। इनमें विजिलेंट एमिशन लाइन कोरोनोग्राफ, सोलर अल्ट्रावायलेट इमेजिंग टेलीस्कोप, सोलेक्सस,

हेल1ओएस शामिल हैं, जो सीधे तौर पर सूर्य को ट्रैक करें। वहीं, तीन इन-सिटू मापने वाले उपकरण हैं, जिनमें आदित्य सोलर विंड पार्टिकल एक्सपेरिमेंट, प्लाज्मा एनालाइजर पैकेज फॉर आदित्य (पीएपीए), और एडवांस थ्री डाइमेंशनल हाई रिजोल्यूशन डिजिटल मैग्नेटोमीटर (एटीएचआरडीएम) शामिल हैं।

क्या है एल-1 प्वाइंट

एल-1 प्वाइंट के आसपास के क्षेत्र को हेलेो ऑर्बिट के रूप में जाना जाता है, जो सूर्य-पृथ्वी प्रणाली के बीच मौजूद पांच स्थानों में से एक है, जहां दोनों पिंडों का गुरुत्वाकर्षण प्रभाव के बीच साम्यता है। मोटे तौर पर वे स्थान हैं, जहां दोनों पिंडों की गुरुत्व शक्ति एक दूसरे के प्रति संतुलन बनाती है। पृथ्वी और सूर्य के बीच इन पांच स्थानों पर स्थिरता मिलती है, जिससे यहां मौजूद वस्तु सूर्य या पृथ्वी के गुरुत्वाकर्षण में नहीं फंसी है। एल-1 बिंदु पृथ्वी से लगभग 15 लाख किलोमीटर दूर है। यह पृथ्वी और सूर्य के बीच की कुल दूरी का केवल 1 फीसदी है। दोनों पिंडों की कुल दूरी 14.96 करोड़ किलोमीटर है। इसरो के एक वैज्ञानिक के अनुसार हेलेो ऑर्बिट सूर्य के चारों ओर पृथ्वी के घूमने के साथ-साथ घूमता है।

संक्षिप्त समाचार

उत्तर भारत में बदलेगा मौसम का मिजाज
एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। उत्तर भारत में पड़ रही कड़ाके की सर्दी के बीच आने वाले दिनों में मौसम का मिजाज एक बार फिर से बदलने वाला है। मौसम विभाग ने बताया है कि उत्तर पश्चिम और मध्य भारत में 8 से 10 जनवरी के बीच बारिश का नया दौर आएगा और कुछ राज्यों में ओले भी गिरेंगे। यानी कि आने वाले दिनों में ठंड के और बढ़ने के आसार हैं। उधर, पंजाब, हरियाणा, चंडीगढ़, दिल्ली, राजस्थान में अगले दो दिनों तक कोल्ड डे से लेकर गंभीर कोल्ड डे की स्थिति रहने वाली है।

विधायकों को पीएम मोदी ने दिया गुरु मंत्र

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) जयपुर। भाजपा सरकार बनने के बाद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी पहली बार राजस्थान पहुंचे हैं। पीएम जयपुर की तीन दिवसीय यात्रा पर हैं। इस दौरान पीएम ने राजस्थान के विधायकों और मंत्रियों से भी बैठक की और उन्हें गुरु मंत्र भी दिया।

गुरुओं के नाम पर ही ईडी अधिकारियों की सनातन की पहचान है हत्या की थी साजिश

रक्षामंत्री राजनाथ सिंह ने रखी पतंजलि गुरुकुलम् की आधारशिला

संवाददाता

देहरादून। केंद्रीय रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह हरिद्वार में पतंजलि गुरुकुलम् एवं आचार्यकुलम् शिलान्यास समारोह में पहुंचे। उन्होंने पतंजलि गुरुकुलम् की आधारशिला रखी। इसके बाद उन्होंने संबोधन में कहा कि हमारे देश में जो सिख धर्म है, वह शिष्य शब्द से ही निर्मित है। भारत में कई सारे ऐसे धर्म और संप्रदाय हैं, जो गुरुवाणी के आधार पर ही कायम हैं। यदि भारतीय संस्कृति जीवित है और यह सनातन बनी हुई है, तो इसकी जीवंतता को बनाए रखने में इस देश के गुरुओं का सबसे बड़ा योगदान है।

रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने कहा कि संस्कृत के संरक्षण और संवर्धन के लिए देश के गुरुकुल

पतंजलि योग पीठ का 29वां स्थापना दिवस

पतंजलि योग पीठ का 29वां स्थापना दिवस और स्वामी दयानंद सरस्वती की 200वीं जयंती तथा गुरुकुल के संस्थापक स्वामी दर्शनानंद की जयंती के अवसर पर यह कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। 118 साल पहले स्वामी दर्शनानंद द्वारा तीन बीघे जमीन, तीन ब्रह्मचारी और तीन चवन्नियों के साथ शुरू किए गए गुरुकुल का नाम स्वामी दर्शनानंद गुरुकुल महाविद्यालय ज्वालापुर होगा।

आगे आए। उन्होंने कहा कि संस्कृत वैज्ञानिक भाषा है। दुनिया के कई विद्वानों ने प्रकृति और सृष्टि को समझने के लिए संस्कृत का ही अध्ययन किया। उन्होंने कहा कि संस्कृत का अहम स्थान है। योग दर्शन भी महर्षि पतंजलि ने संस्कृत में ही लिखा था। उन्होंने संस्कृत पढ़ने लिखने और बोलने वालों की कम होती संख्या को लेकर चिंता जताई। कहा कि देवभाषा की यह स्थिति देखकर मन में पीड़ा होती है।

इसके अलावा उन्होंने कहा कि योग गुरु बाबा रामदेव वेद और योग को सरलता से जनमानस तक पहुंचा रहे हैं इसके लिए वह बधाई के पात्र हैं। गुरु शिष्य परंपरा पर बोलते हुए रक्षा मंत्री ने कहा कि गुरुओं के नाम पर ही सनातन की पहचान है। सभी धर्म में मतभेद हो सकता है लेकिन गुरु को सभी ने स्वीकार किया है। रक्षामंत्री ने कहा कि गुरुकुल परंपरा ने भारत का पूरे विश्व में स्थान दिलाया है।

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

कोलकाता। उत्तर 24 परगना के संदेशखाली में ईडी अधिकारियों पर हुए हमले का मामला अब तूल पकड़ता जा रहा है। शुक्रवार सुबह तृणमूल नेता शाहजहां शेख के घर पर छपा मारने पहुंची ईडी की टीम पर उसके समर्थकों द्वारा हमला किए जाने के मामले में केंद्रीय एजेंसी ने शनिवार को विज्ञप्ति जारी कर कहा है कि टीएमसी नेता के उकसावे पर हत्या करने के उद्देश्य से अधिकारियों पर हमला किया गया।

बंगाल में 16 घंटे के भीतर ईडी अधिकारियों पर दो बार हमला हुआ था। राशन घोटाले की जांच के सिलसिले में ईडी द्वारा टीएमसी नेता शंकर आढ्य को गिरफ्तार कर ले जाने के दौरान अधिकारियों पर फिर हमला हुआ। ईडी के अधिकारी जब तृणमूल नेता को गिरफ्तार कर ले जा रहे थे, तब उनके समर्थकों ने केंद्रीय एजेंसी के वाहनों पर पथराव किया तथा तोड़फोड़ की।

महिलाओं को सामने रखकर भारी विरोध प्रदर्शन किया गया। कई

आरोप

■ तृणमूल नेता के उकसावे पर हुआ हमला

तीन एफआइआर दर्ज, 16 की गिरफ्तारी

ईडी ने डीजीपी और एसपी को हमले के फुटेज के साथ ईमेल से शिकायत की है। पुलिस ने संदेशखाली हमले के मामले में तीन एफआइआर दर्ज की है। पुलिस ने इस घटना में अब तक 16 लोगों की गिरफ्तार किया है।

वाहन क्षतिग्रस्त हो गए हैं। बता दें कि कल जिले के संदेशखाली में तृणमूल नेता शाहजहां शेख के घर पर छपा मारने पहुंची ईडी की टीम पर उनके समर्थकों ने जानलेवा हमला किया था।

घायल हुए तीन ईडी अधिकारियों की स्वास्थ्य स्थिति में सुधार भी हुआ है और वे अब स्थिर हैं। डॉक्टरों ने कहा कि दो घायल अधिकारियों को जल्द छुट्टी मिल सकती है।

चार सप्ताह तक सार्वजनिक नहीं होगी सर्वे रिपोर्ट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

वाराणसी। ज्ञानवापी परिसर से संबंधित एएसआई की सीलबंद सर्वे रिपोर्ट के सार्वजनिक करने के मामले में शनिवार को जिला अदालत से आदेश आ गया है। वाराणसी जिला जज डॉ. अजय कृष्ण विश्वेश की अदालत ने एएसआई का आवेदन स्वीकार कर लिया है जिसमें टीम ने चार सप्ताह तक रिपोर्ट

अदालत ने एएसआई का आवेदन स्वीकार किया

सार्वजनिक न करने की अपील की थी।

बता दें कि एएसआई ने जिला जज की अदालत में आवेदन देकर कहा कि 4 सप्ताह तक सर्वे रिपोर्ट सार्वजनिक न की जाए। क्योंकि इलाहाबाद हाईकोर्ट ने वर्ष 1991 के लंबित वाद लार्ड विश्वेश्वर मामले में भी सर्वे रिपोर्ट दाखिल

करने को कहा है। ऐसे में द्वितीय प्रति तैयार करने में समय लगेगा। इसलिए समय दिया जाए और रिपोर्ट सार्वजनिक न की जाए।

एएसआई ने जिला जज डॉ. अजय कृष्ण विश्वेश की अदालत में दो सील बंद लिफाफों में ज्ञानवापी की सर्वे रिपोर्ट दाखिल की है। रिपोर्ट की मांग हिंदू के साथ ही मुस्लिम पक्ष ने भी की 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-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

न्यूज डायरी



पाकिस्तान में ईरान विरोधी सुन्नी लीडर की गोली मारकर हत्या

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) इस्लामाबाद। सुन्नी उलेमा काउंसिल (एसयूसी) के नेता मौलाना मसूद-उर-रहमान उस्मानी की इस्लामाबाद के गौरी टाउन में दो अज्ञात बंदूकधारियों ने गोली मारकर हत्या कर दी। बाइक पर आए बंदूकधारियों ने उस्मानी की कार को रोका और गोलियां बरसा दीं। हमले में मौलाना मसूद की मौत पर ही मौत हो गई। मसूद के ड्राइवर को भी गोली लगी है, उसे गंभीर हालत में अस्पताल में भर्ती कराया गया है। मसूद की मौत की अभी तक किसी ग्रुप ने जिम्मेदारी नहीं ली है। इस हमले के पीछे कई पहलू सामने आ रहे हैं, इसमें एक पहलू ईरान का भी है। सुन्नी नेता मौलाना मसूद उर-रहमान उस्मानी को ईरान विरोधी माना जाता है। इस हत्या के पीछे एक संभावित पहलू ईरान का यह आरोप भी है कि पाकिस्तान स्थित कट्टर सुन्नी आतंकवादी हाल ही में ईरानी बलों पर हुए हमलों में शामिल हैं। ईरान के सिस्तान-बलूचिस्तान प्रांत में बीते महीने हुए एक पुलिस थाने पर आतंकी हमला हुआ था। इस हमले को लेकर ईरान ने पाकिस्तान को घेरा था। इसमें ईरान विरोधी पाकिस्तानी सुन्नी गुटों पर उंगली उठी थी। ऐसे में इसे ईरान के बदले की तरह भी कुछ लोग देख रहे हैं, हालांकि अभी तक उस्मानी पर हमले का ईरान में हुए हमले से कोई सीधा लिंक सामने नहीं आया है। मौलाना उस्मानी पूर्व सुन्नी सांप्रदायिक समूह सिपाह सहाबा पाकिस्तान (एसएसपी) के एक वरिष्ठ और काफी कड़ावर लीडर थे।

जो भी लाल सागर में अमेरिका के साथ आएगा, उस पर हमला होगा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) साना। हूती विद्रोहियों ने कहा है कि लाल सागर में सिर्फ इजरायल से जुड़े जहाज ही उनके निशाने पर हैं। दूसरे देशों के जहाजों को कोई खतरा नहीं है लेकिन जो देश अमेरिका के नेतृत्व में बनी फोर्स का हिस्सा बनेंगे, उनको हूती निशाना बनाएंगे। यमन की सर्वोच्च हूती क्रांतिकारी समिति के प्रमुख मोहम्मद अली अल-हूती ने कहा है कि अमेरिका के नेतृत्व वाले लाल सागर गठबंधन में शामिल होने वाला कोई भी देश अपनी समुद्री सुरक्षा खो देगा और उसे निशाना बनाया जाएगा। अल-हूती ने शुक्रवार को बीबीसी के साथ एक साक्षात्कार में यह टिप्पणी की है। हूती नेता के इस बयान के बाद साफ है कि अब वह ऑस्ट्रेलिया, बहरीन, बेल्जियम, कनाडा, डेनमार्क, जर्मनी, इटली, जापान, नीदरलैंड, न्यूजीलैंड, कोरिया गणराज्य, सिंगापुर और ब्रिटेन ते जहाजों को भी निशाना बना सकते हैं। ये सभी देश लाल सागर के शिपिंग मार्गों की रक्षा के लिए अमेरिका के नेतृत्व वाले गठबंधन में शामिल हैं। हालांकि कई देशों ने सिर्फ नाममात्र के लिए ही अपना प्रतिनिधित्व इस गठबंधन में रखा है। हूती विद्रोहियों ने इजरायल के खिलाफ लड़ाई छेड़ी हुई है। फिलिस्तीन और हमास को समर्थन देने के लिए हूती इजरायली जहाजों को लाल सागर में निशाना बना रहे हैं।

ईरान में हिजाब ना पहनने पर महिला को मारे गए 74 कोड़े

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) तेहरान। ईरान में हिजाब ना पहनने पर दो महिलाओं को सजा सुनाई गई है। ईरान में अनिवार्य हिजाब का उल्लंघन करने पर एक ईरानी महिला को कोड़े मारे गए, जबकि हिजाब से इनकार करने वाली दूसरी महिला को दो साल की जेल की सजा दी गई है। ईरानी अधिकारियों ने बुधवार को तेहरान की एक अदालत के आदेशों के अनुसार अनिवार्य हिजाब का पालन करने से इनकार करने के लिए दोषी ठहराई गई रोया हेसमती को 74 कोड़े मारने की सजा दी। अनिवार्य हिजाब की मुखर आलोचक हेसमती ने अपनी सजा के अनुभव का एक दुखद विवरण साझा किया है। रोया ने बताया है कि सजा के दिन वह अपने वकील के साथ 74 कोड़े खाने के लिए प्रवर्तन इकाई में पहुंची। हेसमती ने जोर देकर कहा कि अदालत में प्रवेश करते समय उसने अपना हिजाब हटा दिया था। जब अधिकारियों ने उसे हिजाब पहनने की चेतावनी दी तो उसने स्पष्ट रूप से कहा कि मैं अपनी सजा के लिए आई हूँ, मैं नहीं छिपूंगी। हेसमती के अनुसार, अधिकारी ने हिजाब का पालन न करने पर कोड़े मारने की सजा तेज करने और उसके खिलाफ नया मामला खोलने की धमकी दी है। ईरान में इस तरह की अपमानजनक सजाएं दी जाती हैं। जिस पर वह अंतरराष्ट्रीय समुदाय की भी नहीं सुनता है।

बांग्लादेश में चुनाव से पहले भड़की हिंसा

कई मतदान केंद्रों पर आगजनी, स्कूलों में भी लगाई आग

हिंसा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

ढाका। बांग्लादेश में कुछ अज्ञात लोगों ने चार मतदान केंद्रों सहित कुछ प्राथमिक स्कूल में भी आग लगी दी। पुलिस राजधानी ढाका के बाहरी इलाके गाजीपुर में आग की जांच में लगी हुई है, लेकिन उन्हें संदेह भी है कि रविवार के चुनाव को बाधित करने के इरादे से अज्ञात लोगों ने आधी रात में स्कूलों में आग लगाई है। गाजीपुर पुलिस प्रमुख काजी शफीकुल आलम ने कहा कि हमने गश्त बढ़ा दी है और किसी भी अप्रिय घटना को रोकने के लिए हाई अलर्ट पर हैं।

तीन चुनावों में दूसरी बार बहिष्कार कर रही मुख्य विपक्षी बांग्लादेश नेशनलिस्ट पार्टी (बीएनपी) का कहना है कि प्रधानमंत्री शेख हसीना की अवामी लीग एक दिखावटी वोट को वैध बनाने की कोशिश कर रही है, जिससे चौथी बार उनकी पार्टी को



जीत हासिल हो सकती है। हसीना ने बीएनपी के इस्तीफे और चुनाव चलाने के लिए एक तटस्थ प्राधिकारी को सत्ता सौंपने की मांग से इनकार करते हुए विपक्षी दल पर सरकार विरोधी प्रदर्शनों को भड़काने का आरोप लगाया है।

बीएनपी ने नागरिकों से मतदान से दूर रहने को कहा है और शनिवार से देश में दो दिवसीय हड़ताल का आह्वान किया है। शनिवार को ढाका की सड़कें सुनसान पड़ी हैं और

सुरक्षा बल बख्तरबंद वाहनों में शहर में गश्त कर रहे हैं।

पुलिस ने कहा कि आगजनी करने वालों ने उत्तर पूर्वी जिलों मौलवीबाजार और हबीगंज में मतदान केंद्रों पर हमला किया और कहा कि पिछले दो दिनों में देश भर में इसी तरह की कई घटनाएं सामने आई हैं। खुलना के तटीय जिले में स्थानीय नागरिकों ने एक स्कूल में आग लगाने की कोशिश की, जिसके बाद पुलिस ने गुरुवार रात दो लोगों को गिरफ्तार

कर लिया है। खुलना के पुलिस प्रमुख सईदुर रहमान ने कहा कि शुक्रवार को उसी क्षेत्र में एक अन्य प्राथमिक विद्यालय की इमारत में आग लगाने की कोशिश की जा रही थी, लेकिन स्थानीय लोगों ने उसे टाल दिया। रहमान ने कहा, हम सतर्क हैं और आगजनी करने वालों की तलाश कर रहे हैं।

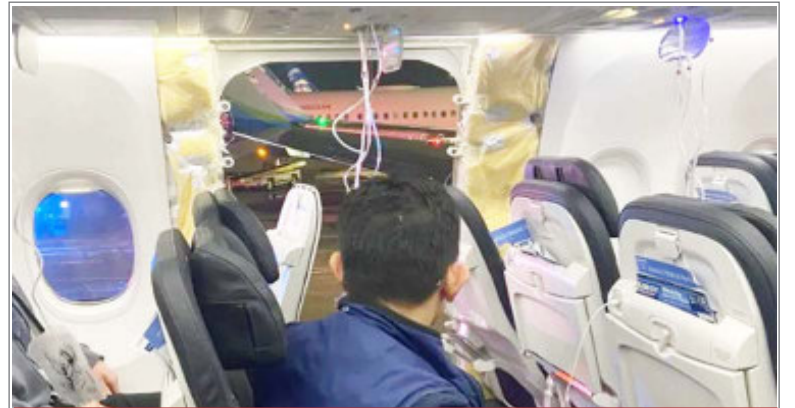
रविवार को लगभग 800,000 पुलिस, अर्धसैनिक बल और पुलिस सहायक मतदान केंद्रों की सुरक्षा करेंगे। शांति बनाए रखने के लिए सेना, नौसेना और वायु सेना के अधिकारियों को भी देश भर में तैनात किया गया है। पुलिस ने कहा कि शुक्रवार रात एक अलग घटना में एक यात्री ट्रेन में संदिग्ध आगजनी हमले में एक बच्चे सहित चार लोगों की मौत हो गई। शुक्रवार की रात करीब नौ बजे ढाका जाने वाली बेनापोल एक्सप्रेस के चार डिब्बों में आग फैलने से आठ लोग घायल भी हो गए हैं।

चीन से भारत का ज्यादा व्यापार पाकिस्तान आज भी है कंगाल

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

इस्लामाबाद। चीन और पाकिस्तान एक-दूसरे को अपना सदाबहार दोस्त कहते हैं। दोनों देशों के बीच रिश्ते भी काफी अच्छे रहे हैं और आपस में मदद भी करते रहे हैं। इसमें बावजूद दोनों देशों में बिजनेस बहुत ज्यादा नहीं है। पाकिस्तान के मुकाबले चीन से व्यापार में भारत कहीं आगे है तो कई छोटे-दो देश भी चीन से अच्छा व्यापार कर रहे हैं। इस पर पाकिस्तान और चीन के संबंधों की विशेषज्ञ, रिसर्च स्कॉलर नबीला जाफर ने अपनी बात रखी है। नबीला ने कहा है कि पाकिस्तान-चीन के बीच संबंध सरकारों तक सीमित रहने की वजह से ऐसा हुआ है। दोनों देशों के आम लोगों के

बीच रिश्ते बहुत नजदीकी नहीं रहे हैं। पाकिस्तान के यूट्यूबर कमर चीमा ने नबीला जाफर ने बात करते हुए सवाल किया कि भारत और चीन के रिश्ते अच्छे नहीं हैं। भारतीय विदेश मंत्रालय कह चुका है कि चीन के साथ संबंध सामान्य नहीं हैं लेकिन फिर भी दोनों मुल्कों में 125 अरब डॉलर की ट्रेड है। पाकिस्तान क्यों चीन से बहुत सीमित व्यापार करता है। पाकिस्तान और चीन में कम व्यापार की वजह क्या है। इस पर नबीला ने कहा कि चीन की आर्थिक विकास से पाकिस्तान उस तरह फायदा नहीं ले सका है, जैसा भारत और कई दूसरे देशों ने लिया है।



हवा में ही खुल गया विमान का दरवाजा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) अलास्का। अलास्का एयरलाइंस का एक विमान आज हादसे का शिकार होते होते बचा। बोइंग 737-9 मैक्स विमान को आज उस समय आपात लैंडिंग करनी पड़ी, जब उड़ान भरने के कुछ मिनट बाद ही उसका एक दरवाजा हवा में ही खुल गया। यात्रियों द्वारा बनाए गए वीडियो में देखा गया कि बीच का केबिन दरवाजा विमान से पूरी तरह से अलग हो गया था। बता दें कि विमान पोर्टलैंड से कैलिफोर्निया के ओन्टारियो के लिए आ रहा था। विमान के उड़ान भरने के तुरंत बाद ही ये घटना घटी। विमान में 171 लोग और 6 चालक दल के सदस्य सवार थे। दरवाजे के अलग होने की बात पता लगने के बाद पोर्टलैंड अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे पर विमान को सुरक्षित रूप से वापस उतरा गया।

इजरायल की सेना ने हमास के हथियारों को लेकर किया बड़ा खुलासा

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

गाजा। इजरायल और हमास के बीच युद्ध शुरू हुए करीब 3 महीने हो गए हैं और अब तक गाजा पट्टी पर नेतन्याहू की सेना पूरी तरह से कब्जा नहीं कर पाई है। इस बीच इजरायल की सेना ने हमास के हथियारों को लेकर बड़ा खुलासा किया है। इजरायल डिफेंस फोर्स ने कहा कि उन्हें गाजा में हमास के ठिकानों से चीनी घातक हथियारों का बड़ा जखीरा हाथ लगा है। इसमें क्यूबीजेड असॉल्ट राइफल और फर्स87 ऑटोमेटिक ग्रेनेड शामिल हैं। इसके अलावा चीन से एम 16 राइफल की गोलियां भी हमास को मिली हैं। इसके अलावा चीन से हमास को जासूसी के कई

■ इजरायल को लगातार झटका दे रहा चीन

हाईटेक उपकरण भी मिले हैं। इजरायल के जांचकर्ता अब यह पता लगाने का प्रयास कर रहे हैं कि ये उपकरण किस तरह से हमास के पास पहुंचे। इस बात को लेकर चिंता जताई जा रही है कि कहीं चीन सीधे तौर पर हमास को हथियारों की सप्लाई तो नहीं कर रहा था। एक इजरायली खुफिया अधिकारी ने कहा कि यह हमारे लिए बहुत आश्चर्य का विषय है क्योंकि गाजा युद्ध से पहले चीन के साथ हमारे रिश्ते बहुत अच्छे थे। लेकिन अब हमें चीन के हथियारों का विशाल जखीरा हमास के पास से मिला है। अब सवाल यह है कि

ये हथियार हमास को चीन से सीधे मिले हैं या नहीं।

इजरायली अधिकारी ने कहा, ये अत्याधुनिक हथियार और संचार उपकरण हमास के पास पहले कभी नहीं थे। हमास के पास बहुत घातक विस्फोटक भी मिले हैं जिसे पहले कभी नहीं देखा गया था। वह भी इतने बड़े पैमाने पर। इन हथियारों में चीन की चर्चित क्यूबीजेड असॉल्ट राइफल और फर्स87 ऑटोमेटिक ग्रेनेड लॉन्चर भी शामिल हैं। अधिकारी ने चेतावनी दी कि इन हथियारों और संचार उपकरणों की मदद से हमास ने अपनी सुरंगों का इस्तेमाल करते हुए 7 अक्टूबर को इजरायल पर हमला किया हो सकता है। इजरायल ने कई हथियार बनाने में चीन की मदद की है।

मोहम्मद मोइज्जू को अमेरिका ने किया माले में फोन

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) माले। मालदीव के राष्ट्रपति मोहम्मद मुइज्जू के चीन रवाना होने से ठीक पहले अमेरिकी विदेश मंत्री एंटी ब्लिंकन ने मालदीव के विदेश मंत्री मूसा जमीर से बातचीत की है। अमेरिकी विदेश मंत्री ने रक्षा सहयोग, आर्थिक विकास, जलवायु संकट से निपटने और लोकतांत्रिक शासन के महत्व पर मूसा जमीर से बात की है। अमेरिकी विदेश विभाग के अनुसार, ब्लिंकन ने स्वतंत्र और समृद्ध भारत-प्रशांत क्षेत्र में एक प्रमुख भागीदार मालदीव के साथ सहयोग को मजबूत करने की अमेरिका की प्रतिबद्धता को दोहराया है। मालदीव की ओर से जारी बयान में कहा गया है, जमीर और ब्लिंकन के बीच रक्षा सहयोग, आर्थिक विकास, जलवायु परिवर्तन और लोकतांत्रिक शासन सहित कई मुद्दों पर चर्चा हुई। ब्लिंकन ने दोनों देशों की साझेदारी के महत्व को दोहराते हुए मालदीव के साथ साझा प्राथमिकताओं पर काम जारी रखने का वादा किया है।

Page Three

Classified

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

Recruitment	Entertainment & Event
Property	Hobbies & Interests
Business Opportunity	Services
Vehicles	Jewellery & Watches
Announcements	Music
Antiques & Collectables	Obituary
Barter	Pets & Animals
Books	Retail
Computers	Sales & Bargains
Domain Names	Health & Sports
Education	Travel
Miscellaneous	

Matrimonial (Sunday Only)



अब मात्र रु. 20 प्रति शब्द

न्यूज डायरी

हल्द्वानी नगर निगम को ओडीएफ प्लस प्लस रैंक

संवाददाता हल्द्वानी। शहर को खुले में शौच मुक्त बनाने के मामले में नगर निगम हल्द्वानी की रैंक सुधरी है। निगम को ओडीएफ प्लस से ओडीएफ प्लस प्लस रैंक मिली है। नगर आयुक्त पंकज उपाध्याय ने बताया कि ये रैंक भारत सरकार द्वारा दी जाती है। ओडीएफ प्लस प्लस रैंक वाले निगमों में उत्तराखण्ड में ऋषिकेश पहले, श्रीनगर दूसरे, हल्द्वानी तीसरे और रुड़की चौथे स्थान पर रहा है। बताया कि निगम क्षेत्र की मलिन बस्तियों में शौचालय बनाने, सीवर लाइन बिछाने, सीवर ट्रीटमेंट प्लांट बनाने और सफाई के मानकों के आधार पर रैंक में सुधार हुआ है। बताया कि स्वच्छता सर्वेक्षण के तहत साफ जल उपलब्ध कराने में अच्छी रैंक हासिल करना अगला लक्ष्य है।

हल्द्वानी में 17 और लालकुआं दुग्ध संघ में 13 दुग्ध समितियों का विलय

संवाददाता हल्द्वानी। दुग्ध संघ चुनाव को लेकर गहमागमी का माहौल शुरू हो गया है। परिसीमन में हल्द्वानी की सीट समाप्त कर धारी को नई दुग्ध संघ सीट बनाया गया है। वहीं हल्द्वानी संघ की दुग्ध समितियों को हल्द्वानी और लालकुआं दुग्ध संघ में विलय कर दिया गया है। सीट खत्म होने के चलते हल्द्वानी में चुनाव की दावेदारी करने वालों की उम्मीदों पर पानी फिर गया है। अंतिम सूची जारी होने से पहले ही सहायक डेरी निदेशालय में आपत्तियां आना शुरू हो गई हैं। दुग्ध संघ चुनाव की प्रक्रिया पूरी होने से पहले ही विवादों का दौर शुरू हो गया है। विभाग ने परिसीमन के दौरान हल्द्वानी दुग्ध संघ की सीट को ही खत्म कर दिया। हल्द्वानी सीट करीब 30 साल पुरानी है। मौजूदा लालकुआं विधायक डॉ. मोहन बिष्ट, पूर्व दुग्ध संघ अध्यक्ष राजेंद्र सिंह बिष्ट, नरेंद्र मेहरा सहित तमाम बड़े किसानों और राजनेताओं ने चुनाव लड़कर जीत हासिल की थी। इसके साथ 30 से ज्यादा दुग्ध समितियां जुड़ी हुई थीं, लेकिन इस बार होने वाले चुनावों में कोई भी व्यक्ति सीट से दावेदारी नहीं कर पाएगा।

प्रॉपडून उत्तराखण्ड डेवलपर्स कॉन्वलेव आज मधुबन में

संवाददाता देहरादून। रियल एस्टेट क्षेत्र में प्रगति के लिए अग्रणी उत्प्रेरक प्रॉपडून, बहुप्रतीक्षित उत्तराखण्ड डेवलपर्स कॉन्वलेव की घोषणा करते हुए रोमांचित है। यह विशेष कार्यक्रम उत्तराखण्ड के समग्र विकास के लिए देहरादून के डेवलपर्स के अमूल्य अनुभवों और योगदान को प्रदर्शित करने के लिए तैयार है। आज एक पत्रकार वार्ता के दौरान प्रॉपडून के प्रवक्ता रमनदीप एवं शुभम गुप्ता ने बताया कि 7 जनवरी 2024 समयरु शाम 6 बजे से होटल मधुबन में यह आयोजन किया जा रहा है।

शहर को सुंदर एवं सुव्यस्थित बनाने के साथ एकरूप देने का होगा प्रयास

बैठक

जिलाधिकारी सौरभ गहरवार ने की जनप्रतिनिधियों के साथ बैठक

संवाददाता

रुद्रप्रयाग। रुद्रप्रयाग शहर सुंदर एवं आकर्षक बनाने के लिए जिलाधिकारी सौरभ गहरवार की अध्यक्षता में जिला कार्यालय एनआईसी कक्ष में जनप्रतिनिधियों एवं संबंधित अधिकारियों के साथ शनिवार को एक बैठक आयोजित हुई। बैठक में विधायक रुद्रप्रयाग भारत सिंह चौधरी ने भी प्रतिभाग किया।

जिलाधिकारी ने कहा कि रुद्रप्रयाग शहर को सुंदर एवं सुव्यस्थित बनाने के साथ एकरूप देने का प्रयास किया जा रहा है जिसकी रूपरेखा तैयार हो चुकी है। उन्होंने कहा कि जनपद में आने वाले तीर्थ यात्रियों को शहर में प्रवेश पर बाबा केदार एवं यहां की पारंपरिक पहाड़ी शैली की झकल देखने को मिले इसके लिए शहर में वॉल पेंटिंग, रंग-रोगन एवं सस्कृति को समेटती हुई चित्रकारी की जाएगी। साथ ही



सभी दुकानों एवं प्रतिष्ठानों में समरूपता देखने को मिले इसके लिए एक समान रंग-रोगन एवं एक समान साइन बोर्ड लगाए जाएंगे। शहर में छोटे पार्किंग स्थल भी विकसित किए जाएंगे ताकि यात्रियों, दुकानदारों एवं स्थानीय लोगों को असुविधा न हो। शहर में नए शौचालय भी तैयार किए जाएंगे एवं साफ-सफाई व्यवस्था को सुदृढ़ किया जाएगा। इसके लिए उन्होंने सभी से सहयोग की अपील की है। जिलाधिकारी ने कहा कि

प्रथम चरण में रुद्रप्रयाग शहर को सुंदर एवं सुव्यस्थित बनाएगा इसके बाद दूसरे चरण में तिलवाड़ा एवं तृतीय चरण में अगस्त्यमुनि को इसी तर्ज पर विकसित किया जाएगा। जिलाधिकारी ने बताया कि संगम घाट को सुव्यस्थित एवं आकर्षक बनाने के लिए घाट में उचित लाइटिंग व्यवस्था की जाएगी एवं अन्य आवश्यक व्यवस्थाएं भी दुरुस्त की जाएगी।

विधायक भरत सिंह चौधरी ने शहर के प्रवेश द्वार को शंकराचार्य

स्वामी माधवाश्रम महाराज के नाम से बनाए जाने का सुझाव दिया। वहीं संगम घाट पर चेंजिंग रूम, सीसीटीवी कैमरा एवं नदी किनारे सुरक्षा चैन बनाने का सुझाव दिया। साथ ही संगम स्थित संस्कृत विद्यालय की क्षतिग्रस्त दीवार ठीक करवाने तथा जनपद की सीमा पर कलियासोड़-पपड़ासू से बोटिंग शुरू करने का भी प्रस्ताव रखा।

इस अवसर पर ग्रामीण निर्माण विभाग द्वारा जनपद में प्रस्तावित विकास कार्यों की जानकारी पीपीटी के माध्यम से विस्तार में दी गई। बैठक में अधिशासी अभियंता ग्रामीण निर्माण विभाग मीनल गुलाटी, जिला पर्यटन अधिकारी राहुल चौबे, अधिशासी अभियंता राष्ट्रीय राजमार्ग तनुज कांबोज, अधिशासी अधिकारी नगर पालिका सुशील कुरील, तहसीलदार रुद्रप्रयाग राम किशोर ध्यानी, अध्यक्ष व्यापार सभा रुद्रप्रयाग राय सिंह बिष्ट, समापद सुरेंद्र सिंह रावत, संतोष सिंह रावत सहित अन्य अधिकारी एवं कर्मचारी मौजूद रहे।

हर राशन कार्ड धारक का होगा भौतिक सत्यापन

संवाददाता हल्द्वानी। तीन-चार साल पहले अलग-अलग श्रेणी में बने राशन कार्ड धारकों का खाद्यापत्ति विभाग सत्यापन कराने जा रहा है। इसके लिए टीमें भी बना दी गई हैं। जांच के दौरान नियम विरुद्ध राशन लेने वालों के कार्ड निरस्त कर दिए जाएंगे। जल्द सत्यापन प्रक्रिया शुरू कर इसकी रिपोर्ट उच्चाधिकारियों को भेजी जाएगी।

जिले में एपीएल, बीपीएल और अंत्योदय कार्ड धारक जिन्होंने तीन से चार साल पहले राशन कार्ड बनवाए थे, खाद्यापत्ति विभाग उनका सत्यापन करने जा रहा है। सप्लाई इंस्पेक्टर गिरीश जोशी ने बताया कि जिला और ब्लॉक स्तर पर टीमें बना दी गई हैं। जो भी कार्ड धारक कार्ड बनने के समय के मानकों को पार कर

दूसरी श्रेणी में आने के बाद भी पुराने राशन कार्ड का लाभ ले रहे हैं। उनके राशन कार्डों को निरस्त किया जाएगा। बता दें कि वर्तमान में नैनीताल जिले में सस्ता राशन गल्ला का 10 लाख से भी ज्यादा लोग लाभ ले रहे हैं। सप्लाई इंस्पेक्टर ने बताया कि पूरी सत्यापन प्रक्रिया भौतिक तौर पर कराई जाएगी। कुछ माह पहले लालकुआं क्षेत्र में कुछ राशन कार्ड धारकों की शिकायत मिली थी। आरोप था कि उनके परिवार के लोग विदेशों में अच्छी नौकरी कर रहे थे।

आर्थिक समृद्धता होने के बाद भी राशन कार्ड के माध्यम से अनावश्यक लाभ उठा रहे थे। जांच के बाद विभाग ने करीब 160 कार्डों को निरस्त कर दिया गया था।



जिलाधिकारी ने प्राप्त आपत्तियों पर सुनवाई की

संवाददाता रुद्रप्रयाग। नगर पंचायत गुप्तकाशी को गठित किए जाने के संबंध में सम्मिलित होने वाले क्षेत्र अथवा ग्रामों की प्रस्तुत आपत्तियों के संबंध में जिलाधिकारी सौरभ गहरवार की अध्यक्षता में जिला कार्यालय कक्ष में प्राप्त आपत्तियों पर सुनवाई की गई। बैठक में जिलाधिकारी ने उप जिलाधिकारी ऊखीमठ को निर्देश दिए हैं कि शासनादेश अनुसार गुप्तकाशी को नगर पंचायत गठित किए जाने हेतु जो भी कार्यवाही की जानी है तथा शासन द्वारा जो मानक निर्धारित किए गए हैं उन मानकों के अनुसार नगर पंचायत में सम्मिलित किए जाने वाले गांव अथवा क्षेत्रों का संबंधित अधिकारियों के साथ निरीक्षण करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि शासनादेश अनुसार सम्मिलित किए जाने वाले क्षेत्र के 75 प्रतिशत या उससे अधिक जनसंख्या कृषि से भिन्न व्यवसाय में लगे हों सम्मिलित किए जाने वाले क्षेत्र का आर्थिक महत्व हो तथा सम्मिलित किए जाने वाले क्षेत्र में शहरी गुण विद्यमान हों आदि के संबंध में विस्तृत आख्या तीन दिन के भीतर उपलब्ध कराने के निर्देश दिए हैं ताकि इस संबंध में आवश्यक कार्यवाही की जा सके।

सरकारी संपत्तियों का इस्तेमाल कर सकेगी अब आम जनता

संवाददाता चमोली। सरकारी विभागों की खाली और पार्ट टाइम उपयोग हो रही संपत्तियों आम जनता के उपयोग हेतु किराए पर दिया जाएगा। इसके लिए सरकारी परिसंपत्तियों की दरें निर्धारित की जा रही हैं। शनिवार को मुख्य विकास अधिकारी अभिनव शाह की अध्यक्षता में जिला स्तरीय समिति की बैठक हुई। जिसमें सरकारी संपत्तियों की दर निर्धारण के संदर्भ में गहनता से चर्चा की गई।

मुख्य विकास अधिकारी ने निर्देशित किया कि जिन विभागों ने अभी तक दर निर्धारण हेतु अपनी संपत्तियों का प्रस्ताव नहीं दिया है वो तत्काल इसका प्रस्ताव उपलब्ध करें। बाजार दरों पर ही



विभागीय दरों का प्रस्ताव तैयार किया जाए। एक जैसी परिसंपत्तियों की दरों में एकरूपता रखी जाए। विभागीय उपयोग के उपरांत खाली संपत्तियों को आम नागरिकों के उचित उपयोग हेतु किराए पर दिया जाए। उन्होंने कहा कि इससे विभाग की परिसंपत्तियों का बेहतर उपयोग के साथ राजस्व भी प्राप्त होगा और जो आय प्राप्त होगी, उससे विभाग अपनी परिसंपत्तियों की रख रखाव आदि में खर्च कर

सकते हैं।

विभाग को सरकारी संपत्ति से अर्जित धनराशि का 50 प्रतिशत कोषागार में, 25 प्रतिशत जिला स्तरीय समिति के खाते में जमा करना आवश्यक है, शेष 25 प्रतिशत धनराशि विभाग स्वयं अपनी परिसंपत्तियों रख रखाव में व्यय कर सकते हैं। जिला स्तर पर इसके लिए अकाउंट खोला गया है। इस दौरान विभिन्न विभागों द्वारा दर अनुमोदन हेतु प्राप्त प्रस्तावों की समीक्षा करते हुए दरें निर्धारित की गईं।

बैठक में कोषाधिकारी पंकज श्रीवास्तव, अर्थ एवं संख्या अधिकारी विनय जोशी सहित समस्त विभागों के जिला स्तरीय अधिकारी उपस्थित थे।

आज प्रदेश के 16 शहरों में आयोजित होगी यू-सेट की परीक्षा

संवाददाता नैनीताल। उत्तराखण्ड पात्रता परीक्षा (यू-सेट) में 18 हजार 913 अभ्यर्थी शामिल होंगे। आज प्रदेश के 16 शहरों में होने जा रही परीक्षा के लिए 38 परीक्षा केंद्र बनाए गए हैं। यू-सेट के सदस्य सचिव प्रो. एचसीएस बिष्ट ने बताया कि प्रदेश में इस वर्ष उत्तराखण्ड पात्रता परीक्षा आयोजित कराने का जिम्मा कुमाऊं विवि को दिया गया है। इसके लिए विवि के वरिष्ठ प्राध्यापक प्रो. हरीश चंद्र सिंह बिष्ट को सदस्य सचिव नियुक्त किया गया है। उन्होंने कहा, परीक्षा को करीब 23 हजार छात्रों ने पंजीकरण कराया। लेकिन शुल्क जमा करने के बाद पूर्ण रूप से फॉर्म भरने वाले अभ्यर्थियों की संख्या 18 हजार 913 है। रविवार को प्रदेश के 16 शहरों में बनाए गए 38 परीक्षा केंद्रों पर सुबह दस से दोपहर एक बजे तक परीक्षा होगी। बताया कि तीन घंटे की समयवधि में दो प्रश्न पत्र होंगे।



आतंक का नया गढ़

पिछले सप्ताह इस इलाके में आतंकवादियों ने जिस तरह से घात लगाकर हमला किया और सेना के चार जवानों की हत्या कर दी, वह तो असहनीय था ही, लेकिन उसके बाद पूछताछ के लिए उठाए गए तीन लोगों का मृत पाया जाना भी कम गंभीर नहीं था।

अनुज सनवाल।।

सेना प्रमुख जनरल मनोज पांडे का खुद जम्मू के राजौरी और पुंछ सेक्टर पहुंचकर सुरक्षा स्थितियों का जायजा लेना और सेना का ब्रिगेडियर सहित तीन अफसरों को हटाते हुए तत्काल पूरे मामले की जांच शुरू करना बताता है कि सैन्य नेतृत्व ने हाल की घटनाओं को कितनी गंभीरता से लिया है। पिछले सप्ताह इस इलाके में आतंकवादियों ने जिस तरह से घात लगाकर हमला किया और सेना के चार जवानों की हत्या कर दी, वह तो असहनीय था ही, लेकिन उसके बाद पूछताछ के लिए उठाए गए तीन लोगों का मृत पाया जाना भी कम गंभीर नहीं था।

पिछले करीब एक साल की घटनाएं बताती हैं कि इस इलाके में आतंकवादियों

की सक्रियता बढ़ी है। ऐसा लगता है कि आतंकवादियों ने इस इलाके में अपना एक सपोर्ट सिस्टम तैयार कर लिया है। पिछले सप्ताह की घटना में भी यह मानने के ठोस आधार हैं कि आतंकवादियों को यहां रहने वाले कुछ लोगों की प्रत्यक्ष या परोक्ष मदद मिली है।

इसमें दो राय नहीं कि जम्मू-कश्मीर में सैन्य बलों को बेहद मुश्किल हालात में अपना काम करना होता है। और जितनी कुशलता से वे अपने कार्यों को अंजाम दे रहे हैं, वह सराहनीय है। लेकिन पिछले सप्ताह की घटनाओं को देखें तो ऐसा लगता है कि इस बार उनसे कुछ चूक हुई है। हालांकि मामले की जांच चल रही है, इसलिए निष्कर्ष निकालने

की जल्दबाजी के बजाय जांच रिपोर्ट का इंतजार करना बेहतर होगा। ऐसे मौके पर सेनाध्यक्ष ने जहां जवानों का मनोबल बढ़ाते हुए सभी चुनौतियों से दृढ़ता से निपटने के उनके जज्ब की तारीफ की, वहीं यह हिदायत भी दी कि वे ऑपरेशंस के दौरान पूरी तरह से प्रफेशनल रवैया अपनाएं। यह सलाह बेहद अहम है।

जम्मू-कश्मीर अभी नाजुक दौर से गुजर रहा है। अनुच्छेद 370 के इतिहास का हिस्सा बन जाने के बाद से वहां एक नया दौर शुरू हुआ है। टूरिस्टों की बढ़ती संख्या जहां लोकल इकॉनमी को बढ़ावा दे रही है, वहीं नौजवानों को रोजगार के मौके भी मुहैया

करा रही है। ऐसे में आतंकवादी तत्व बेसब्री से असंतोष का कोई ऐसा मौका तलाश रहे हैं जिसका फायदा उठा सकें। भूलना नहीं चाहिए कि चाहे अफगानिस्तान में तालिबान की वापसी हो या पाकिस्तान की राजनीतिक अस्थिरता या फिर गाजा में हमास और इस्राइल की जंग- कश्मीर की सुरक्षा स्थिति पर इन सबका प्रभाव पड़ता है। वजह यह है कि यहां से कट्टरपंथी & आराओं का प्रभाव पूरी तरह समाप्त नहीं किया जा सका है। चूंकि भारत के लिए आतंकवाद के खिलाफ सबसे बड़ी ढाल कश्मीर के लोग ही हैं, इसलिए लोगों का विश्वास बनाए रखते हुए ही आगे बढ़ना होगा चाहे सवाल सैन्य कार्रवाई की पारदर्शिता का हो या चुनावी प्रक्रिया की बहाली का।



उलूक वाहिनी

अशोक वोहरा।

अधिकतर यह माना जाता है कि यह तांत्रिक विद्या के लिए कार्य करता है। उल्लू के बारे में देश-विदेश में कई तरह की विचित्र धारणाएं फैली हुई हैं।

वाल्मीकि रामायण (6.17.19) में उल्लू को मूर्ख के स्थान पर अत्यन्त चतुर कहा गया। भगवान श्रीराम जब रावण को मारने में सफल नहीं हो पाते उसी समय उनके पास रावण का भाई विभीषण आता है। तब सुग्रीव राम से कहते हैं कि उन्हें शत्रु की उल्लू-चतुराई से बचकर रहना चाहिए। ऋषियों ने गहरे अवलोकन तथा समझ के बाद ही उल्लू को श्रीलक्ष्मी का वाहन बताया था। उन्हें मालूम था कि पाश्चात्य संस्कृति में भी उल्लू को विवेकशील माना है। तंत्र शास्त्र अनुसार जब लक्ष्मी एकांत, सूने स्थान, अंधेरे, खंडहर, पाताल लोक आदि स्थानों पर जाती है, तब वह उल्लू पर सवार होती है।

धर्म-दर्शन



संपादकीय

प्रवासी हैं मजबूरी

होटल-रेस्तरां, कंस्ट्रक्शन, कॉल सेंटर, लॉजिस्टिक/वितरण और डोमेस्टिक हेल्प जैसे उद्योगों या सेवाओं का है, जहां प्रवासियों के बिना काम नहीं चल सकता। सच यह है कि इन श्रमिकों के लिए यूरोप में एक भूमिगत ब्लैक मार्केट पैदा हो गया, जो प्रवासी विरोधी मुहिम के बावजूद लगातार फल-फूल रहा है। धुर दक्षिणपंथी राजनीति के प्रवासी विरोधी दुष्प्रचार को परे रख दें तो इतिहास का सबक यह है कि माइग्रेशन समस्या नहीं, अवसर है। अमेरिका से लेकर यूरोप तक की समृद्धि में प्रवासियों की अहम भूमिका इसकी गवाह है। विकसित-अमीर देश प्रवासियों के लिए अपने दरवाजे बंद करके और उन्हें दुश्मन की तरह पेश करके अपना नुकसान ज्यादा कर रहे हैं। अमेरिका में अगले राष्ट्रपति चुनावों से पहले अवैध प्रवासन को मुद्दा बनाने की कोशिश कर रहे पूर्व राष्ट्रपति डॉनल्ड ट्रंप ने कहा है कि वे (अवैध प्रवासी) 'अमेरिकी खून को जहरीला' बना रहे हैं। गैर यूरोपीय मजदूरों की मांग इसलिए बढ़ रही है क्योंकि पूर्वी यूरोप के अपेक्षाकृत गरीब देशों से आने वाले मजदूर धीरे-धीरे कम हो रहे हैं। स्वीडन के खेतों में काम करने के लिए कम मजदूरी के कारण अब बुल्गारिया जैसे देशों से श्रमिक नहीं आ रहे हैं तो उसे विप्लवनाम और थाईलैंड की ओर देखना पड़ रहा है।

जान जोखिम में डालकर खतरनाक और मुश्किलों से भरे 'डंकी' रूट से वे यूरोप/अमेरिका पहुंचने की कोशिश करते हैं। लेकिन क्या यह सिर्फ भारत और उसके पंजाब या गुजरात जैसे राज्यों की कहानी है?

भागे हुए अभागे

आनंद प्रधान।।

शाहरुख खान की फिल्म 'डंकी' ऐसे मौके पर आई है, जब अवैध प्रवासियों/शरणार्थियों का मुद्दा एक बार फिर यूरोप से लेकर अमेरिका तक सुर्खियों में है। 'डंकी' उन भारतीय युवाओं की कहानी है, जो कानूनी या गैर-कानूनी किसी भी रास्ते इंग्लैंड पहुंचना चाहते हैं। उन्हें लगता है कि उनकी किस्मत का ताला पश्चिम के विकसित-अमीर देशों में पहुंचकर ही खुल सकता है। इसके लिए जान जोखिम में डालकर खतरनाक और मुश्किलों से भरे 'डंकी' रूट से वे यूरोप/अमेरिका पहुंचने की कोशिश करते हैं। लेकिन क्या यह सिर्फ भारत और उसके पंजाब या गुजरात जैसे राज्यों की कहानी है?

वास्तव में, यह गृहयुद्ध और आंतरिक संघर्षों में फंसे पश्चिम एशिया, उत्तरी अफ्रीका और एशिया से लेकर लैटिन अमेरिका के गरीब देशों के उन लाखों अभागे लोगों की कहानी है, जो हर साल 'डंकी' रूट से अमेरिका और यूरोप पहुंचने की कोशिश करते हैं। उनमें से अनेक रास्ते में मर-खप जाते हैं। कुछ डिटेन्शन सेंटर में फंस जाते हैं और बाकी अवैध प्रवासी होने का दंश झेलते हुए कृषि से लेकर खतरनाक उद्योगों और होटल-रेस्तरां तक में दयनीय हालात में काम करने को मजबूर होते हैं।

सच यह है कि इन अवैध प्रवासियों की जरूरत



बूढ़े होते यूरोप के अमीर देशों को भी है, जो सस्ते युवा मजदूरों की कमी से जूझ रहे हैं। यूरोपीय संघ के देशों की कुल आबादी 2019 में 5 लाख तक घट जाती, अगर और देशों से प्रवासी नहीं आते। कारण यह कि यूरोप में मृत्यु-दर, जन्म-दर से ज्यादा है। आश्चर्य नहीं कि कोविड महामारी के दो वर्षों (2020 और 21) में यूरोप की आबादी घट गई, जब अंतरराष्ट्रीय प्रतिबंधों के कारण प्रवासियों का प्रवाह थम गया था। इसके बावजूद इन दिनों अमेरिका से लेकर यूरोप तक कानूनी और गैर-कानूनी प्रवासियों/शरणार्थियों के खिलाफ एक लहर सी चल रही है। हाल के महीनों में अवैध प्रवासियों को निशाना बनाकर यूरोप के कई देशों में धुर दक्षिणपंथी पार्टियां सत्ता में पहुंचीं या ताकतवर हुईं।

इसने उदारवादी और मध्यमार्गी दलों को भी इस मुद्दे पर अपना स्टैंड बदलने के लिए बाध्य कर दिया। ताजा उदाहरण है- यूरोपीय संघ के देशों में

प्रवासियों/धरणाथियों की संख्या नियंत्रित करने, उन्हें डिटेन्शन सेंटर में रखने से लेकर उन्हें जल्द से जल्द वापस भेजने जैसे मुद्दों पर नियमों को सख्त बनाने को लेकर राजनीतिक सहमति बन गई है। इसके तहत भारत, तुर्की और ट्यूनीशिया जैसे देशों से आने वाले अवैध प्रवासियों या शरण मांगने वालों को यूरोपीय संघ की सीमा में घुसने नहीं देने जैसे प्रावधान हैं।

इस मुद्दे पर EU में पिछले कई सालों से सहमति बनाने की कोशिश थी। इधर, जिस तेजी से इस मुद्दे पर सहमति बनी, साफ है कि हवा का रुख किधर है। इसका एक और सबूत है- प्रवासियों/शरणार्थियों के प्रति आम तौर पर उदार फ्रांस में राष्ट्रपति मैक्रों की मध्यमार्गी सरकार ने अपनी ही पार्टी/गठबंधन के एक चौथाई सांसदों के विरोध के बावजूद बीते हफ्ते एक कड़ा कानून पास कराया है। इसमें प्रवासियों की संख्या, नागरिकता और उन्हें मिलने वाली सरकारी सहायता पर नियम सख्त कर दिए गए हैं। मैक्रों ने इसके लिए फ्रांस पर उदार फ्रांस में राष्ट्रपति मैक्रों की मदद ली, जिन्हें रोकने का दावा करके वह सत्ता में आए थे। उधर, ब्रिटेन में ऋषि सुनक ने 2022 के बाद आने वाले अवैध प्रवासियों को अफ्रीकी देश रवांडा भेजने के समझौते को आगे बढ़ाने में अपनी राजनीतिक पूंजी झॉक दी है।

अभ्युद्योग-5084

6	1	4	2		
5	35	3	27	1	28
7		5			6
	31		37	7	34
	3	6		5	2
2	27		41	4	29
4		7		6	

प्रस्तुत खेल युद्धक व जोड़ को
प्रदति का मिश्रण है, खड़ी व
आड़ी पंक्तियों में 1 से 7 तक के
अंक लिखने अनिवार्य हैं, गहरे
करले वर्ग में लिखी संख्या चारों
ओर के 8 वर्गों की संख्या का
कुल योग होगा, सोचो अथवा
आड़ी पंक्तियों में 1 से 7 तक के
अंक होना अनिवार्य है।

अपना ब्लॉग

राजनीति बढ़ी

मोहन। कहने की जरूरत नहीं कि यूरोप से लेकर अमेरिका तक में प्रवासियों/शरणार्थियों को लेकर स्थानीय आबादी में बेचौनी बढ़ रही है, जिसे धुर दक्षिणपंथी पार्टियां और भड़काने में जुटी हैं। वे स्थानीय लोगों को प्रवासियों/धरणाथियों की कथित बढ़ती आबादी का डर दिखाकर राजनीतिक रोटी संकने की कोशिश कर रही हैं। इसके कारण यूरोप से लेकर अमेरिका तक में वैध और अवैध दोनों तरह के प्रवासियों के साथ हिंसा के मामले बढ़े हैं। 2022 के आंकड़ों के मुताबिक, यूरोप के 27 देशों की कुल आबादी 44.7 करोड़ में सिर्फ 5.3 फीसदी यानी 2.38 करोड़ लोग यूरोप के बाहर से आए हैं। संयुक्त राष्ट्र के अंतरराष्ट्रीय प्रवासी संगठन के आंकड़ों के अनुसार, 2020 में दुनिया भर में प्रवासियों की कुल संख्या 28.1 करोड़ और 2023 में शरणार्थियों की कुल संख्या 3.64 करोड़ थी, जिसकी तुलना में यूरोप पहुंचने वाले प्रवासियों/शरणार्थियों की संख्या कुछ नहीं है। रिपोर्टों के मुताबिक, 2022 में यूरोप में लगभग 99.3 लाख गैर यूरोपीय प्रवासी काम कर रहे थे।

चुनाव खर्च के रेट तय

सर! इस हिसाब से तो हम जनता तो दूर अपने कार्यकर्ताओं को भी खुश नहीं कर पाएंगे।





सिद्धार्थ मल्होत्रा, शिल्पा शेटी और विवेक ओबेरॉय ने कमाल कर दिया

आखिरकार रोहित शेटी की धाकड़ फिल्म इंडियन पुलिस फोर्स का ट्रेलर रिलीज हो चुका है, जो ओटीटी पर धमाका करने के लिए तैयार नजर आ रही है। इस फिल्म से सिद्धार्थ मल्होत्रा समेत शिल्पा शेटी और विवेक ओबेरॉय ओटीटी पर डेब्यू करने जा रहे हैं और ट्रेलर देखकर ऐसा लग रहा है कि यकीनन वो तहलका मचाने के लिए पूरी तरह से तैयार हैं। इस फिल्म में मसाला, एक्शन, ड्रामा सबकुछ है। 3 मिनट 2 सेकंड के इस ट्रेलर में वो सबकुछ नजर आ रहा है जो दर्शकों को अपनी सीट से बांधने का दम रखती है। इस ट्रेलर की शुरुआत होती है दिल्ली के पार्लियामेंट में हुए बम धमाके वाले सीन से जहां आग का गोला नजर आ रहा है। यहां से शुरू होती है दिल्ली पुलिस की जंग शुरू होती है। इस ट्रेलर में देश की राजधानी दिल्ली में सबसे अधिक सुरक्षा वाली जगह पार्लियामेंट हाउस के पास दिखाए हमले ने सुरक्षा तंत्र को हिलाकर रख दिया है। इसके बाद दिल्ली पुलिस में हड़कंप मच जाता है। इस ट्रेलर के शुरुआत में कहा जा रहा है, आज जो हुआ ये हमला किसी मार्केट पर नहीं हमारी हिम्मत, हमारे जज्बे पर हुआ है।

सुरभि ज्योति बनने जा रही हैं सुमित सूरी की दुल्हनिया!

आमिर खान की बेटी आइरा की शादी के बाद अब टीवी इंडस्ट्री में भी शहनाई गूजने वाली है। फेमस एक्ट्रेस सुरभि ज्योति जल्द ही दुल्हनिया बनने वाली हैं। वो लॉन्गटाइम पार्टनर सुमित सूरी संग ब्याह रचाने जा रही हैं। गैड ट्रेडिशनल नॉर्थ इंडियन सेरेमनी में सिर्फ फैमिली मेंबर्स और करीबी दोस्त ही शामिल होंगे। मार्च के पहले हफ्ते में तारीख तय हुई है। आइये डिटेल में जानते हैं। 35 साल की सुरभि ज्योति भी साल 2024 में अपना घर बसाने जा रही हैं। नागिन 3 एक्ट्रेस मार्च महीने में सात फेरे लेंगे। अपने इस खास दिन को और भी खास बनाने के लिए सुरभि और सुमित सूरी दोनों मिलकर तैयारियां कर रहे हैं। वेन्यू के बारे में अभी साफ नहीं हो पाया है। हो सकता है कि ये डेस्टिनेशन वेडिंग हो। ये ट्रेडिशनल नॉर्थ इंडियन सेरेमनी होगी, जिसमें फैमिली और फ्रेंड्स हिस्सा लेंगे। एक्ट्रेस इस समय फिलहाल US में हैं।

तमन्ना भाटिया और विजय वर्मा ने लंदन में मनाया न्यू ईयर



इस बार का न्यू ईयर तमन्ना भाटिया और विजय वर्मा के लिए बेहद स्पेशल रहा। आखिर इसे इस कपल ने लंदन में दोस्तों के साथ मनाया, और साथ में रोमांटिक पल भी बिताए। तमन्ना और विजय वर्मा पिछले कुछ महीनों से एक-दूसरे को डेट कर रहे हैं और अपना रिलेशनशिप भी ऑफिशियल कर चुके हैं। वो हर जगह साथ घूमते नजर आते हैं। नए साल का जश्न मनाने के लिए तमन्ना और विजय वर्मा लंदन में थे और खूब इंजॉय किया। लेकिन वहां तमन्ना को पिज्जा के बारे में एक खास बात पता चला, जिससे वह हैरान थीं। तमन्ना ने लंदन में मनाए न्यू ईयर का वीडियो अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर किया है। तमन्ना भाटिया और विजय वर्मा ने लंदन पहुंचते ही वीडियो ब्लॉग बनाना शुरू कर दिया था। वीडियो में तमन्ना और विजय दोस्तों के साथ लजीज खाना खाते, सड़कों पर घूमते और गाते नजर आ रहे हैं। तमन्ना जब पिज्जा खाती हैं, तो बोलती हैं— इसको काटेंगे कैसे। दरअसल लंदन में पिज्जा पहले से ही स्लाइस किए हुए नहीं आते। और यह देख तमन्ना और विजय हैरान थे। पिज्जा खाने के बाद विजय वर्मा और तमन्ना एक पार्टी में गए, जहां उन्होंने खूब धमाल मचाया। फिर वो दोस्तों के साथ अरिजीत सिंह के गाने गाते देखे। तमन्ना और विजय वर्मा का यह वीडियो बहुत ही प्यारा है, जो फैंस के बीच चर्चा में है।

बेटी राहा को एक हाथ में टांगे निकले रणबीर कपूर—आलिया भट्ट

रणबीर कपूर और आलिया भट्ट की बेटी राहा कपूर की पहली झलक जब से लोगों को दिखी है, तब से बस वो नन्ही परी की तारीफ किए जा रहे हैं। क्रिसमस पर पहली बार रणबीर और आलिया ने बेटी राहा को दुनिया के सामने दिखाया था। उनकी प्यारी सी झलक देखकर इंटरनेट पर जैसे बहार आ गई हो। क्यूट सा राहा को देखकर एक ही दिन में सब दीवाने हो गए थे। अब एक बार फिर से आलिया भट्ट और रणबीर कपूर की बेटी की दूसरी झलक इंटरनेट पर सामने आ गई है। राहा को खूबसूरत अंदाज में देखकर आपका भी दिल करेगा कि बलाएं लें लें।

क्यूट हुडी में राजकुमारी लगीं कपूर खानदान की लाडली दरअसल नए साल के मौके पर जहां हर बॉलीवुड सेलेब छुट्टियां मनाने गया था, वहीं रणबीर कपूर और आलिया भट्ट भी अपने लाडली बेटी के साथ वेकेशन पर गए थे। अब वे दोनों वापस आ गए हैं और उनके साथ राहा भी हैं। एक नए वीडियो में इस क्यूट सी फैमिली की एक झलक दिखी, जिसमें रणबीर कपूर और आलिया भट्ट प्राइवेट एयरपोर्ट से बाहर निकल रहे थे। रणबीर ने बेटी को एक हाथ में टांगकर रखा था और प्यारी सी राहा पिंक कलर की हुडी में बेहद खूबसूरत लग रही थीं।

राहा की ब्लू आंखों, परदादा की तरह



एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

राहा की ब्लू आंखों की तारीफ करते लोग थक नहीं रहे हैं। आलिया भट्ट और रणबीर कपूर ने 25 दिसंबर को पहली बार अपनी बच्ची राहा का चेहरा दिखाया था। कुनाल कपूर के घर क्रिसमस ब्रंच के लिए जाते समय उन्होंने राहा का पूरा चेहरा दुनिया के सामने दिखाया। क्रिसमस—थीम वाली ड्रेस में राहा प्यारी लग रही थी और वह सामने देख रही थी। उनकी क्यूटनेस के अलावा, फैंस ने उनकी नीली आंखों पर भी ध्यान दिया। कुछ लोगों ने यह भी कहा कि उनकी आंखें उनके परदादा राज कपूर से मिलती हैं।

राहा कपूर का पहला बर्थडे

इससे पहले, राहा के पहले बर्थडे पर आलिया भट्ट ने अपनी बच्ची की कुछ फोटोज शेयर की थीं और एक खूबसूरत नोट लिखा। इसका कैप्शन था, हमारी खुशी, हमारी लाइफ.. हमारी रोशनी! ऐसा लगता है जैसे कल ही हम आपके लिए यह गाना बजा रहे थे, जब आप मेरे पेट में लात मार रही थीं.. कहने के लिए कुछ नहीं है, सिवाय इसके कि हम धन्य हैं कि आप हमारी लाइफ में हैं.. आप हर दिन को केक के टुकड़े की तरह महसूस कराती हैं। हैप्पी बर्थडे बेबी टाइगर.. हम आपको प्यार से भी ज्यादा प्यार करते हैं।

दो महीने पहले ही मलाइका—अर्जुन का हुआ ब्रेकअप!

मलाइका अरोड़ा और अर्जुन कपूर पिछले 8 साल से साथ में हैं। वे सोशल मीडिया पर एक-दूसरे पर प्यार उड़ेलते रहते हैं। हालांकि, बीते दिनों से दोनों अलग-थलग नजर आ रहे हैं। अब इनके ब्रेकअप को लेकर बड़ी खबर सामने आई है। ये दो महीने पहले ही सेपरेट हो चुके थे।

मलाइका अरोड़ा और अर्जुन कपूर के फैंस बेसब्र होकर उनकी शादी के सपने संजो रहे थे, लेकिन अब ऐसा लग रहा है कि ये उनका ये सपना कभी पूरा नहीं होने वाला है। जूम की रिपोर्ट के मुताबिक, दो महीने पहले ही दोनों का ब्रेकअप हो गया है।

रिश्ते पर काम करेंगे दोनों

हालांकि, मलाइका और अर्जुन ने अपने रिश्ते को पूरी तरह से खत्म करने की बजाय उस पर काम करने का फैसला किया है। एक सूत्र ने कहा कि वे कई सालों से एक साथ हैं। दोनों में से किसी के लिए भी इसे खत्म करना या भूलना आसान नहीं होगा। उन्होंने एक-दूसरे के साथ अच्छा समय बिताया है। सूत्र ने आगे बताया, यह अच्छी बात है कि उन्हें एहसास हुआ कि सेपरेशन हमेशा जीवन का समाधान नहीं है।

एक-दूसरे से दूरी चाहते हैं मलाइका—अर्जुन

कथित ब्रेकअप के पीछे के कारण के बारे में कुछ भी स्पष्ट नहीं है। सूत्र ने कहा कि यह सिर्फ एक-दूसरे से थोड़ी दूरी की जरूरत का मामला हो सकता है।

18 साल की शादी और बेटा

मलाइका ने एक्टर—डायरेक्टर—प्रोड्यूसर अरबाज खान से 1998 में शादी की थी। दोनों की पहली मुलाकात एक कॉफी एड शूट में हुई थी। शादी के 18 साल बाद इनका रिश्ता टूट गया। दोनों सेपरेट हो गए और एक साल बाद तलाक ले लिया। दोनों का एक बेटा है, जिसका नाम अरहान है। मलाइका और अरबाज मिलकर बेटे की परवरिश करते हैं।

8 साल से साथ हैं मलाइका—अर्जुन

साल 2016 में ही मलाइका ने अर्जुन कपूर को डेट करना शुरू किया। दोनों सोशल मीडिया पर एक-दूसरे की फोटोज शेयर करते रहते हैं और प्यार उड़ेलते रहते हैं। हालांकि, बीते दिनों से दोनों ने एक-दूसरे का जिक्र करना भी बंद कर दिया है।



पालक, मेथी-बथुआ से ज्यादा ताकत लिए बैठे ये हरे पत्ते



यूरिक एसिड कैसे कम करें?

वैसे तो यूरिक एसिड पेशाब के रास्ते खुद बाहर निकल जाता है लेकिन अगर आपके शरीर में इसका लेवल बढ़ गया है, तो आपको अपनी डाइट पर ध्यान देना चाहिए। न्यूट्रिशनल और डाइटिशियन शिखा अग्रवाल शर्मा के अनुसार, आपको अपने खाने में पालक, मेथी और बथुआ से हटकर कुछ अन्य पत्तेदार सब्जियों को शामिल करना चाहिए।

यूरिक एसिड का बढ़ा हुआ लेवल गाउट और किडनी की पथरी सहित कई गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं को जन्म दे सकता है, इस गंदगी को खून से साफ करने के लिए अपने खाने में नीचे बताई पत्तेदार सब्जियों को शामिल करें।

अगर आपका यूरिक एसिड बढ़ा हुआ है, तो डॉक्टर आपको इन सब्जियों के सेवन की सलाह दे सकता है। यूरिक एसिड एक गंभीर समस्या है, जो आपके द्वारा प्यूरिन से भरपूर खाद्य पदार्थों के टूटने से बनता है। यह पदार्थ खून में जमा होता है और वहां इकट्ठा होकर क्रिस्टल फॉर्म में बदल जाता है और जोड़ों में जाकर जमा हो जाता है। यही हेल्थ प्रॉब्लम शुरू होती है। इससे गाउट और किडनी की पथरी सहित कई स्वास्थ्य समस्याएं होने का जोखिम बढ़ जाता है।

केल: केल विटामिन सी का एक अच्छा स्रोत है, जो आपके सिस्टम में यूरिक एसिड को बनने से रोकती है। यह एसिड बिल्डअप आपकी किडनी और जोड़ों में जमा हो सकता है और संभवतः गठिया और गुर्दे की पथरी के विकास का कारण बन सकता है।

ग्रीन कोलार्ड: ग्रीन कोलार्ड की पत्तियां मोटी होती हैं जिनका स्वाद थोड़ा कड़वा होता है। कोलार्ड साग कैल्शियम और विटामिन ए, बी9 (फोलेट) और सी का अच्छा स्रोत हैं। जब पत्तेदार साग की बात आती है तो वे विटामिन के के भी सबसे अच्छे स्रोतों में से एक हैं। यूरिक एसिड के मरीजों को इसका सेवन जरूर करना चाहिए।

पत्तागोभी: पत्तागोभी को कम प्यूरिन वाला भोजन माना जाता है और इससे यूरिक एसिड लेवल बढ़ने का कोई खतरा नहीं है। प्यूरिन नैचुरल रूप से पाए जाने वाले पदार्थ हैं जो कई खाद्य पदार्थों में पाए जाते हैं, जिनमें मांस, मर्गी और मछली जैसे प्रोटीन युक्त खाद्य पदार्थ शामिल हैं। जब प्यूरिन शरीर में टूट जाता है, तो वे यूरिक एसिड बनाते हैं।

चुकंदर के पत्ते: गाउट एक बेहद दर्दनाक स्थिति है जो आपके रक्त में यूरिक एसिड लेवल बढ़ने से होती है। चुकंदर में पाए जाने वाले गुण यूरिक एसिड लेवल को कम कर सकते हैं। इसे कम करने के लिए इसका रस पियें या फिर पत्तों का साग बनाकर खाएं।



न स्वेटर, न रजाई, नसों से सारी टंड खींच लेगा ये देसी नुस्खा

शीतलहर के कारण लोग घर में दुबकने को मजबूर हो गए हैं। अंदर रजाई से निकलने का मन नहीं करता और बाहर जाने पर स्वेटर का ढेर बनकर निकलना पड़ता है। बच्चों और बुजुर्गों को जाड़ा ज्यादा सताता है और हाथ-पैर अकड़ने लगते हैं। इसे दूर करने के लिए एक देसी नुस्खा अपनाया जा सकता है। बाबा रामदेव ने उपाय बताते हुए कहा कि ये काम करने के बाद आपको कभी टंड नहीं लगेगी। चाहे आपकी उम्र 80 के पार ही क्यों ना हो जाए। सर्दियों में बुजुर्गों को भी इस ड्रिंक को देते रहना चाहिए। इससे शरीर को गर्माहट मिलती है और इम्यूनिटी बढ़ती है। इंफेक्शन और फ्लू से खुद को बचाने के लिए इम्यूनिटी बढ़ाना बहुत जरूरी है। ये सामग्री चाहिए जैसे दूध, कढ़कस की हुई कच्ची हल्दी या पाउडर, 1-1 ग्राम अश्वगंधा, शतावर, सफेद मूसली थोड़ी से केसर, 1-2 बूंद शिलाजीत लिक्विड, स्वादानुसार खांड या शक्कर। सुपर इम्यूनिटी ड्रिंक बनाने के लिए सबसे पहले दूध उबालें। जब इसमें अच्छा उबाल आ जाए तो कच्ची हल्दी को कसकर डाल दें। आप हल्दी पाउडर भी डाल सकते हैं। इसके बाद एक-एक करके अश्वगंधा, शतावर और सफेद मूसली पाउडर डालें। इसे अच्छी तरह मिलाएं और फिर केसर डालें। फिर शिलाजीत डालकर मिलाएं और शक्कर के बाद कुछ सेकंड अच्छा उबाल आने दें।

वजन घटाने के लिए करें ये जापानी

एक्सरसाइज

क्या आप जानते हैं जापानी लोग इतने फिट क्यों दिखते हैं। इसका मुख्य कारण है उनका वर्कआउट। दरअसल, जापानी एक्सरसाइज शरीर के किसी एक हिस्से पर नहीं, बल्कि ओवरऑल हेल्थ पर फोकस करने के लिए जानी जाती है। सबसे अच्छी बात है कि इन्हें करना काफी आसान है और ज्यादा टाइम भी वेस्ट नहीं होता। अगर आप जापानी वर्कआउट से इंस्पायर्ड हैं, तो नए साल में फिटनेस रिजॉल्यूशन के तौर पर कुछ एक्सरसाइज को अपने फिटनेस रूटीन में शामिल कर सकते हैं। पर ध्यान रखें कि वजन घटाने के लिए केवल एक्सरसाइज करना ही जरूरी नहीं है, साथ में बैलेंस डाइट पर भी फोकस करना होगा। तो आइए जानते हैं 5 जापानी एक्सरसाइज के बारे में, जो कुछ ही दिनों में पेट की चर्बी को कम कर देती हैं। आपने हाई इंटेन्सिटी इंटरवल ट्रेनिंग के बारे में सुना होगा। यह एक्सरसाइज जापान का ही इनोवेशन है। इसे वहां तबाता के नाम से जाना जाता है। यह एक स्टाइल है, जिसमें 20 सेकंड की एक्सरसाइज शामिल होती है।

हड्डियों को बौना बनाती है ये कमी, थाली में कम ना होने दें कैल्शियम वाली चीजें



शरीर की लंबाई हड्डियों पर निर्भर करती है और हड्डियों का विकास पोषण पर टिका होता है। अगर कैल्शियम और विटामिन डी की कमी हो जाएगी तो हड्डियां अच्छी तरह बढ़ नहीं पाएंगी और बेहद छोटी रह सकती है। इन न्यूट्रिएंट्स की कमी से हड्डियों की ताकत कम होने लगती है और ऑस्टियोपोरोसिस की चिंता बढ़ जाती है। कैल्शियम एक मिनरल है और विटामिन डी एक विटामिन है जो हड्डियों के अलावा दूसरे काम भी करते हैं। आपकी मसल्स को सही तरीके से काम करने के लिए भी इनकी जरूरत होती है, इसलिए इनकी कमी से थकान और कमजोरी आ सकती है। आपका दिल और दिमाग का फंक्शन भी धीमा हो सकता है। इसमें नेचुरल कैल्शियम होता है। फूड डाटा सेंटरल इसमें फाइबर, आयरन, मैग्नीशियम, पोटेशियम, विटामिन बी, विटामिन ए होने की बात भी कहता है। आपको हाई ब्लड शुगर या दिल की बीमारी है तो इसे खाना स्वास्थ्यवर्धक होता है। इतने सारे विविध पोषक तत्व दूध से मिलने मुश्किल हैं। फोर्टिफाइड किया हुआ संतरे का रस आपकी हड्डियों को पत्थर बना सकता है। इसमें अलग से कैल्शियम और विटामिन डी मिलाया जाता है जो आपकी दैनिक जरूरत पूरा कर सकता है। बार-बार बीमार पड़ने वाले लोगों के लिए भी यह इम्यूनिटी बढ़ाने का काम करता है।

शहद सेवन करते समय भूलकर भी न करें ये गलतियां

आयुर्वेद में शहद के फायदों का वर्णन मिलता है। शहद में मौजूद औषधीय गुणों के कारण इसे आंतरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ बाहरी सुंदरता के लिए भी गुणकारी माना गया है। यही वजह है कि कई परेशानियों के आयुर्वेदिक उपचार के तौर पर इसका इस्तेमाल किया जाता है। हालांकि, शहद के फायदे हासिल करने के लिए इसका ठीक तरीके से इस्तेमाल करना जरूरी होता है। एक्सपर्ट्स की मानें तो इसका गलत तरीके से सेवन करना स्वास्थ्य के लिए नुकसानदायक हो सकता है।

शहद हमारे लिए कैसे फायदेमंद है?

डॉक्टर दीक्षा भावसार ने अपने इंस्टाग्राम पर शहद पर एक पोस्ट शेयर किया। इसमें उन्होंने शहद के फायदों के बारे में बताया। उन्होंने लिखा कि शहद को बेस्ट आयुर्वेदिक फ्रैट बर्नर के रूप में जाना जाता है। हमारी आंखों की रोशनी के लिए भी इसके फायदे देखे जाते हैं। यह प्यास बुझाने से लेकर कफ को घोलने, ब्रॉन्कियल अस्थमा और खांसी के उपचार के लिए बेहद कारगर है। यह प्राकृतिक डिटॉक्सीफायर की तरह काम करता है। हार्ट हेल्थ से लेकर स्किन को संवारने के लिए इसके फायदे देखे जा सकते हैं। अच्छे स्वास्थ्य के लिए शहद के फायदे और भी बहुत हैं। हालांकि, इसका फायदे हासिल करने के लिए इसका सही तरीके से सेवन करना जरूरी होता है।

शहद के सेवन से जुड़ी सावधानियां



एर्जेसी (वेब वार्ता न्यूज)



शहद औषधीय गुणों से भरपूर होता है। इसे अन्य जड़ी बूटी में मिलाया जाए तो ये उसके गुणों में युक्त होने के साथ गहरे ऊतकों तक पहुंचने में भी मदद करता है। शहद का सेवन करते समय किन सावधानियों को बरतना चाहिए, इसके बारे में जानते हैं।

शहद को कभी गर्म न करें

सबसे पहली बात जिसका आपको ध्यान रखना है वो यह कि शहद को कभी भी गर्म न करें। शहद को गर्म करने से पाचन प्रक्रिया का समर्थन करने वाले एंजाइम नष्ट हो जाते हैं। इससे शरीर में विषाक्त पदार्थ पैदा हो सकते हैं।

गर्म चीजों में मिलाकर पीने से बचें

कुछ लोग सुबह उठकर गर्म पानी में शहद मिलाकर पीते हैं, तो कुछ लोगों को हॉट ड्रिंक्स में चीनी की जगह शहद मिलाकर पीने की आदत होती है। शहद को गर्म पानी व ड्रिंक्स में मिलाकर पीने से यह फायदे की जगह नुकसान का कारण बन सकती है।

इन चीजों के साथ करें अवहड़

शहद को घी, मस्टर्ड, स्पाइसी फूड, फर्मेंटेड फूड जैसे विस्की, रम, ब्रांडी आदि के साथ मिलाकर सेवन न करें। बहुत सारे लोग कोकटेल्स में शहद का इस्तेमाल करते हैं, ये कॉम्बिनेशन सही नहीं है।

शहद के इस्तेमाल करने का सही तरीका

मोटापे के लिए शहद को गर्म पानी में पीने की बजाय नॉर्मल पानी में मिलाकर पिएं। कफ, कोल्ड, साइनस व इम्यूनिटी के लिए शहद का सेवन करना है, तो इसे हल्दी, काली मिर्च के साथ मिलाकर ले सकते हैं।



ऑस्ट्रेलिया ने लंबी छलांग लगाई

ऑस्ट्रेलियाई टीम ने अभी तक वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप की साइकिल में 8 मैच खेले हैं, जिसमें से 5 मैचों में उसे जीत मिली और 2 में हार का सामना करना पड़ा। तीसरे टेस्ट से पहले कंगारू टीम प्वाइंट्स टेबल में चौथे नंबर पर थी, लेकिन पाकिस्तान को तीसरे टेस्ट में 8 विकेट से धूल चटाने के बाद ऑस्ट्रेलिया ने लंबी छलांग लगाई।

ऑस्ट्रेलिया ने भारत से छीना नंबर-1 का ताज

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। ऑस्ट्रेलियाई टीम ने पाकिस्तान के खिलाफ तीन मैचों की टेस्ट सीरीज के तीसरे मुकाबले में 8 विकेट से जीत दर्ज की। सिडनी टेस्ट में ऑस्ट्रेलिया ने जीत हासिल कर पाकिस्तान का सीरीज में 3-0 से सफाया किया। पाकिस्तान पर शानदार जीत के बाद ऑस्ट्रेलियाई टीम को बंपर फायदा हुआ। विश्व टेस्ट चैंपियनशिप 2023-35 की प्वाइंट्स टेबल में कंगारू टीम पहले स्थान पर पहुंच गई है। उन्होंने भारतीय टीम से नंबर-1 का ताज छीन लिया है। अब भारत दूसरे पायदान पर खिसक गया है। दरअसल, ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ तीसरे टेस्ट मैच में हार के बाद पाकिस्तान टीम विश्व टेस्ट चैंपियनशिप की अंक तालिका में छठे स्थान पर पहुंच गया। मौजूदा वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप की साइकिल में पाकिस्तान टीम ने अभी 5 मैच खेले, जिसमें से 2 मैचों में जीत और तीन मैचों में हार का सामना करना पड़ा। पाकिस्तान की हार से भारतीय टीम को भी नुकसान हुआ। दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ टेस्ट सीरीज ड्रॉ पर समाप्त करने के बाद भारतीय टीम नंबर 1 पर पहुंच गई थी, लेकिन दो दिन के अंदर ही ऑस्ट्रेलिया ने भारत से नंबर-1 का ताज छीन लिया।

न्यूज डायरी



टी20 सीरीज अफगानिस्तान के साथ खेलने के लिए तैयार है भारत

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। भारतीय टीम ने दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ दो मैचों की टेस्ट सीरीज ड्रॉ पर खत्म की। इसके बाद अब भारतीय टीम नए साल की पहली टी20 सीरीज अफगानिस्तान के साथ खेलने के तैयार है। भारत और अफगानिस्तान के बीच टी20 सीरीज की शुरुआत 11 जनवरी से होगी, जिसमें हार्दिक पांड्या और सूर्यकुमार यादव नहीं नहीं आएंगे। दोनों ही खिलाड़ी चोट की वजह से टी20 सीरीज मिस करेंगे। इस सीरीज में फैंस को विराट कोहली और रोहित शर्मा के खेलने की उम्मीदें हैं। ऐसे में टी20 सीरीज के मुकाबले कब, कहां और कितने बजे से खेले जाएंगे, आइए जानते हैं इस आर्टिकल के जरिए। भारत और अफगानिस्तान के बीच पहला टी20 मैच 11 जनवरी को मोहाली के पीसीए स्टेडियम में खेला जाएगा। भारत और अफगानिस्तान के बीच दूसरा टी20 मैच 14 जनवरी को इंदौर के होल्कर स्टेडियम में खेला जाएगा। भारत और अफगानिस्तान के बीच तीसरा टी20 मैच 17 जनवरी को बंगलुरु के एम चिन्नास्वामी स्टेडियम में खेला जाएगा। भारत बनाम अफगानिस्तान के बीच टी20 सीरीज के सभी मुकाबले भारतीय समयानुसार 7 बजे से खेले जाएंगे। भारत बनाम अफगानिस्तान के बीच टी20 सीरीज के मुकाबलों का लाइव टेलीकास्ट स्पोर्ट्स 18 और लाइव स्ट्रीमिंग जियो सिनेमा ऐप पर देखी जा सकती है।

रणजी ट्रॉफी में बवाल, मुंबई के खिलाफ मैच खेलने बिहार से आई दो टीमों

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। रणजी ट्रॉफी 2023-24 के पहले दिन पटना के मोइनूल स्टेडियम में दो टीमों के बीच मुकाबले से पहले जमकर बवाल हुआ। मुंबई के खिलाफ एलीट ग्रुप के मैच के लिए बिहार की एक नहीं, बल्कि दो-दो टीमों मैदान पर पहुंची, जिसकी तस्वीरें तेजी से सोशल मीडिया पर वायरल हो रही हैं। रिपोर्ट के मुताबिक, बिहार क्रिकेट एसोसिएशन के दो गुटों के बीच लड़ाई मैदान तक पहुंच गई, जिसकी वजह से खेल देरी से शुरू हुआ। मामला इतना आगे बढ़ गया कि पुलिस को हस्तक्षेप करना पड़ा। हालांकि, पुलिस के पहुंचते ही मामला शांत हो गया और मुकाबला 1 बजे से शुरू हुआ। दरअसल, रणजी ट्रॉफी 2023-24 के शुरुआती मैच से पहले जमकर बवाल देखने को मिला। बता दें कि बिहार क्रिकेट एसोसिएशन ने दो-दो टीम लिस्ट जारी कर दी। बिहार क्रिकेट एसोसिएशन के अध्यक्ष राकेश तिवारी के द्वारा एक टीम जारी की गई और दूसरी टीम बर्खास्त सचिव अमित कुमार द्वारा लिस्ट जारी की गई। अब बीसीए के अंदर ये विवाद होने लगा कि मुंबई के खिलाफ कौन-सी टीम खेलेगी। ऐसे में मैच में देरी हुई और दोनों ही टीमों के अधिकारियों के बीच जोरदार झड़प भी देखने को मिली। फिर पुलिस ने सचिव की टीम को बस में बैठाकर वापस भेज दिया और राकेश तिवारी की टीम को ही मुंबई के खिलाफ मैच खेलने की इजाजत दी।

अंबाती रायडू ने अपने फैसले पर लिया यूटर्न, 10 दिनों में राजनीति से तोड़ा नाता

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) नई दिल्ली। लोकप्रिय भारतीय क्रिकेटर अंबाती रायडू ने शनिवार की सुबह सभी को चौंका दिया। उन्होंने अपने सोशल मीडिया पर एक पोस्ट किया, जिसने सभी को हैरान किया। रायडू ने पोस्ट में लिखा कि प्सभी को सूचित करना है कि मैंने वाईएसआरसीपी पार्टी छोड़ने और कुछ समय के लिए राजनीति से बाहर रहने का फैसला किया है। आगे की कार्रवाई से सही समय पर अवगत कराया जाएगा। अब सोशल मीडिया पर फैंस इस पर अपनी प्रतिक्रिया दे रहे हैं। बता दें कि अंबाती रायडू कुछ दिन पहले ही वाईएसआर कांग्रेस पार्टी में शामिल हुए थे। क्रिकेट से संन्यास लेने के बाद से रायडू के राजनीति में जाने की चर्चाएं जोरों पर थी। रायडू ने हाल ही में 28 दिसंबर को आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री वाईएस जगन मोहन रेड्डी की मौजूदगी में वाईएसआर कांग्रेस में शामिल होने की शपथ ली थी। इस दौरान आंध्र प्रदेश के डिप्टी सीएम नारायण स्वामी और सांसद पेदी रेड्डी मिथुन रेड्डी भी मौजूद थे। आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री कार्यालय में रायडू ने सदस्यता ली थी। रायडू को पार्टी में शामिल करने का फैसला युवाओं को अपनी टीम में शामिल होने के लिए प्रभावित करना ही नजर आ रहा है। बता दें कि रायडू आईपीएल आईपीएल 2023 में चेन्नई सुपर किंग्स के लिए खेलते थे। पिछले सीजन में रायडू ने लीग से संन्यास लेने का फैसला किया था।

कमजोरी नहीं, भारत की ताकत है तेज गेंदबाजी

भारत की गेंदबाजी पिछले एक दशक से रही शानदार

क्रिकेट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। पांच दिन का टेस्ट क्रिकेट मैच सिर्फ दो दिन में खत्म हो गया। 15 सेशन में सिर्फ 5 हुए और 642 गेंद में पूरा मुकाबला खत्म, जो कि एक वनडे मैच से सिर्फ 42 गेंद अधिक रहा। यह टेस्ट मैच खेला गया साउथ अफ्रीका और भारत के बीच। टेस्ट क्रिकेट के इतिहास में इससे पहले कोई मैच इतना छोटा और जल्दी खत्म नहीं हुआ था। हालांकि अंत में भारतीय टीम ने 7 विकेट से जीत हासिल की, लेकिन इस जीत को एकतरफा नहीं कहा जा सकता है। दोनों टीमों ने इस सबसे छोटे टेस्ट मैच में एक दूसरे को बराबरी की टक्कर दी।

रोहित शर्मा की कप्तानी वाली भारतीय टीम का इस जीत के बाद हौसला काफी बढ़ा होगा क्योंकि



इससे पहले उन्हें सेंचुरियन में एक पारी से हार का सामना करना पड़ा था। टेस्ट क्रिकेट में लगातार बेहतरीन प्रदर्शन के बावजूद टीम इंडिया को 2 बार वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप के फाइनल में हार का सामना किया है। केपटाउन के न्यूलैंड्स स्टेडियम में साउथ अफ्रीका को टेस्ट में किसी भी एशियाई टीम ने पहली बार हराया है। विदेशी दौरो पर इससे पहले

1932 में तेज गेंदबाजों ने इस तरह प्रभाव अपने खेल से डाला था। मोहम्मद निसार और अमर सिंह ने क्या खूब गेंदबाजी की थी। मोहम्मद निसार को तो थंडरबोल्ट के नाम से जाना जाता था, लेकिन इसके बाद दशकों तक भारत ने स्पिन पर अपनी पकड़ बनाई थी। हालांकि भारतीय टीम में कपिल देव और जवागल श्रीनाथ जैसे बेहतरीन तेज गेंदबाज

भी आए। इसके बाद हर बदलती हुई पीढ़ी में कोई ना कोई गेंदबाज अपने खेल से जरूर प्रभावित करता रहा। लेकिन अब सब कुछ बदल गया है। जिस टीम की कमी सबसे बड़ा हथियार स्पिन हुआ करता था अब वह ठीक उसके उलट हो गया है। अब गति हमारे पेंस अटैक की एक अहम कड़ी बन गई है।

केपटाउन में पिच पर जिस तरह की उछाल और खतरनाक मूवमेंट से मदद मिली उससे मोहम्मद सिराज और जसप्रीत बुमराह ने मेजबानों को घुटनों पर ला दिया। पहली पारी में सिराज का स्पेल बहुत ही खतरनाक था। बुमराह ने दूसरी पारी में अपनी तेज तर्रार और सटीक गेंदबाजी से धरार् दिया। इन दोनों तेज गेंदबाजों ने मिलकर भारत के लिए टेस्ट जीत लिया। टेस्ट क्रिकेट में भारत की गेंदबाजी पिछले एक दशक से शानदार रही है।

डेविड वॉर्नर की कुटाई को भूल नहीं पाएंगे पाकिस्तानी

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज) सिडनी। ऑस्ट्रेलिया क्रिकेट टीम के धाकड़ ओपनर बल्लेबाज डेविड वॉर्नर ने अपनी आखिरी टेस्ट पारी में कमाल की बल्लेबाजी की। वॉर्नर ने करियर के अंतिम टेस्ट पारी में 57 रन बनाए, जिससे कंगारू टीम ने 8 विकेट से मैच जीतकर पाकिस्तान का सूपड़ा साफ कर दिया। वॉर्नर ने अपनी आखिरी टेस्ट मैच में पाकिस्तानी गेंदबाजों की जमकर खबर ली। अपनी 57 रनों की इस दमदार पारी में उन्होंने 7 बेहतरीन चौके लगाए। अपनी बल्लेबाजी के दौरान वॉर्नर ने पाकिस्तान के हर गेंदबाज की धुनाई की। आउट होने से पहले उन्होंने मैदान के चारों तरफ बेहतरीन शॉट लगाए। इस दौरान पाकिस्तान स्पिनर साजिद खान उनकी बल्लेबाजी से झल्लाते हुए भी दिखे। यही कारण है कि पाकिस्तानी टीम जल्दी से जल्दी वॉर्नर को आउट करना चाहते, लेकिन जब वह आउट हुए काफी देर हो चुकी थी। वॉर्नर ने ऑस्ट्रेलिया को मैच की पहली पारी में भी सधी हुई शुरुआत दिलाई थी।

भारत के लिए कुछ खास करना चाहेंगे रोहित-विराट

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)

नई दिल्ली। टी-20 विश्व कप 2024 के लिए आईसीसी ने शेड्यूल का एलान कर दिया है। 1 जून से इस मेगा इवेंट की शुरुआत होगी। भारतीय टीम के कप्तान रोहित शर्मा और विराट कोहली के टी20 विश्व कप 2024 खेलने को लेकर चर्चा जोरों-शोरों से की जा रही है।

दोनों ही खिलाड़ियों ने टी20 विश्व कप 2022 सेमीफाइनल के बाद से कोई भी टी20 आई मैच नहीं खेला है। इस बीच भारत के पूर्व लेग स्पिनर पीयूष चावला ने दोनों ही खिलाड़ियों का समर्थन किया है और उनका ये मानना है कि रोहित और विराट क्रिकेट के सबसे छोटे फॉर्मेट में जरूर वापसी करेंगे। दरअसल, भारतीय टीम

■ दोनों का टी20 विश्व कप टीम का हिस्सा होना जरूरी

के लेग स्पिनर पीयूष चावला ने कहा है कि रोहित शर्मा और विराट कोहली दोनों का ही टी20 विश्व कप 2024 टीम का हिस्सा होना जरूरी है। उनका मानना है कि भारत को अमेरिका और वेस्टइंडीज में 20 टीमों के टूर्नामेंट में उनके अनुभव की जरूरत होगी।

बता दें कि भारतीय टीम को आयरलैंड के खिलाफ 5 जून को टी20 विश्व कप 2024 में अपना पहला मैच खेलना है। वहीं, 9 जून को पाकिस्तान के खिलाफ भारत का महामुकाबला होगा। अमेरिका और वेस्टइंडीज में होने वाले टी20 विश्व कप 2024 के लिए भारतीय टीम को रोहित शर्मा और विराट कोहली की जरूरत होगी। इसको

लेकर हाल ही में भारत के लेग स्पिनर पीयूष चावला ने अपनी बात रखी है।

पीयूष ने स्टार स्पोर्ट्स से बातचीत करते हुए क्या रोहित-विराट अतीत का बोझ लेकर चलेंगे इसका जवाब दिया। उन्होंने कहा है कि आप इसे अलग तरह से भी देख सकते हैं, क्योंकि कोहली और रोहित दूसरे तरीके से सोच रहे होंगे। वे वास्तव में विश्व कप जीतने के लिए कुछ खास करना चाहते हैं।

पीयूष ने आगे कहा कि आप ऐसा नहीं सोचते हैं सामान या कुछ और है क्योंकि एक बार जब आप मैदान पर होते हैं, तो आप यह नहीं सोचते हैं कि अतीत में क्या हुआ था, आप बस उस मौजूदा स्थिति में जी रहे हैं। अगर आप मुझसे व्यक्तिगत रूप से पूछें, तो मैं कहूंगा कि कठिन परिस्थितियों में अनुभव मायने रखता है।



हमारा दून

सूचना

विवेकानन्द नेत्रालय-रामकृष्ण मिशन आश्रम के समस्त मरीजों को सूचित किया जाता है कि वर्ष 2018 हेतु इनपेंशेंट मरीजों के मेडिकल रिकॉर्ड निस्तारण का प्रस्ताव है। अतः इस नोटिस के 15 दिनों के भीतर उक्त मरीज एक निवेदन देकर अपने मेडिकल रिकॉर्ड की प्रति प्राप्त कर सकते हैं इसके उपरान्त अस्पताल की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी।

—डा. मानसी गुसाई पोखरियाल
चिकित्सा अधीक्षक।

संक्षिप्त समाचार

कंपनी बाग, माल रोड पर टैक्सी, स्कूटी पर लगे प्रतिबंध संवाददाता देहरादून। मजदूर संघ ने कंपनी बाग और माल रोड पर टैक्सी और स्कूटी संचालन पर प्रतिबंध लगाने की मांग की है। संघ का तर्क है कि इससे रिक्शा और बोझा श्रमिकों की आजीविका यथावत चलती रहेगी। शनिवार को मजदूर संघ ने एसडीएम को ज्ञापन सौंपा। कहा कि मालरोड पर टैक्सियों को नगर पालिका द्वारा आने दिया जा रहा है, इससे मालरोड पर वाहनों की संख्या में बढ़ोत्तरी हो गई है और जाम की स्थिति बन रही है। साथ ही रिक्शा श्रमिक व बोझा श्रमिक प्रभावित हो रहे हैं। पूर्व में नगर पालिका बैरियर के अंदर टैक्सियों के संचालन पर प्रतिबंध था। अब ऐसा नहीं हो रहा है। मालरोड पर अवैध रूप से प्राइवेट स्कूटी चल रही है। इस पर भी सख्ती की मांग की। ताकि मजदूरों की रोजी रोटी प्रभावित न हो।

रणजी में उत्तराखंड का मध्य प्रदेश के खिलाफ संघर्ष जारी संवाददाता देहरादून। रणजी मुकाबले में मध्य प्रदेश के खिलाफ उत्तराखंड का संघर्ष जारी है। उत्तराखंड ने पहली पारी में एमपी को 323 रनों पर ऑल आउट कर दिया। जबकि दूसरे दिन का खेल खत्म होने तक उत्तराखंड 170 रन पर अपने महत्वपूर्ण 06 विकेट गंवा चुका है। देहरादून में अभिमन्यु क्रिकेट एकेडमी में एमपी और उत्तराखंड के बीच रणजी मुकाबला खेला जा रहा है। पहले दिन का खेल खत्म होने तक पहली पारी में एमपी ने 291 रन बनाए थे। शनिवार को दूसरे दिन सारांश जैन और अनुभव ने पारी को आगे बढ़ाया। लेकिन सारांश 100 और अनुभव 20 रन के निजी स्कोर पर आउट हो गए। जसवंतगढ़ नाम से हो नए जिले का गठन

संवाददाता देहरादून। जसवंतगढ़ जिला संघर्ष समिति के पदाधिकारियों ने शनिवार को प्रेस क्लब में प्रेस वार्ता की। इस दौरान उन्होंने पौड़ी गढ़वाल जिले के पांच ब्लॉकों नैनीडांडा, रिखणीखाल, बीरौखाल, पोखड़ा और थलीसैंण और अल्मोड़ा जिले के सल्ट ब्लॉक को लेकर जसवंतगढ़ नाम से नए जिले का गठन करने की मांग उठाई। अध्यक्ष कर्नल राजदर्शन सिंह रावत ने इस मांग को लेकर चल रहे आंदोलन को लेकर विस्तार से जानकारी दी।

रामभक्तों पर गोली चलाने वाले राम मंदिर नहीं बना पाते: सीएम

शिलान्यास

पतंजलि गुरुकुलम का किया गया शिलान्यास, सीएम ने कहा, छात्र आदर्श नागरिक के रूप में समाज में देंगे अपना योगदान



संवाददाता

देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने अपने संबोधन में कहा कि महर्षि दयानंद सरस्वती और स्वामी दर्शनानंद का प्राचीन गुरुकुल परंपरा को पुर्नजीवित करने में बड़ा योगदान रहा है। उन्होंने कहा जिस प्रकार स्वामी रामदेव ने पतंजलि योगपीठ के माध्यम से विश्व में योग और आयुर्वेद को बढ़ावा देने का कार्य किया, उसी प्रकार पतंजलि गुरुकुलम भी शिक्षा के क्षेत्र में क्रांतिकारी बदलाव का द्योतक बनेगा। गुरुकुलम में बच्चों को शिक्षा के साथ ही संस्कार भी मिलेंगे, जिससे वो एक आदर्श नागरिक के रूप में समाज में अपना योगदान दे सकेंगे।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि रामभक्तों पर गोली चलाने वाले न तो मंदिर बना पाते, न धारा 370 हटा पाते और न ही तीन तलाक हटा पाते। उन्होंने

कहा कि यह खुशी आपको मोदी के नेतृत्व वाली सरकार के अलावा कोई और दे सकता था। यह बात उन्होंने पतंजलि गुरुकुलम शिलान्यास के मौके पर कही। सीएम ने लोगों से सवाल पूछते कहा कि आप सभी बताइये कि अयोध्या में राम मंदिर बनने की आपकी कितनी खुशी है? आप सभी की यह ऊर्जा देखकर मैं, कह सकता हूँ कि आज हर भारतवासी की खुशी का ठिकाना नहीं है। मुख्यमंत्री ने कहा कि गुरुकुल

में गुरु अपने छात्रों को अपना कुलवाहक मानकर उन्हें तैयार करते हैं तथा शिक्षित कर उन्हें आदर्श मनुष्य बनाने का काम करते हैं। भविष्य में पतंजलि गुरुकुलम रूपी गंगोत्री से निकले छात्र भारतीय शिक्षा पद्धति की धर्म ध्वजा को चारों ओर फहराने का कार्य करेंगे। व्यक्ति निर्माण से ही राष्ट्र निर्माण संभव है। उन्होंने कहा प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली सरकार में देश में अनेक ऐतिहासिक कार्य हुए हैं। भगवान राम का भव्य और दिव्य

मंदिर बन रहा है। जिसके साक्षी हम सभी 22 जनवरी को बनेंगे। काशी में बाबा विश्वनाथ मंदिर के भव्य कोरिडोर, उज्जैन में महाकाललोक कोरिडोर, केदारनाथ और बद्रीनाथ धाम का सौंदर्यीकरण हमारी संस्कृति के संरक्षण और संवर्धन का उदाहरण है।

मुख्यमंत्री ने कहा कि प्रधानमंत्री के नेतृत्व में उत्तराखंड तेजी से विकास की दिशा में आगे बढ़ रहा है। राज्य सरकार ने राज्य हित में ऐतिहासिक फैसले लेते हुए उत्तराखंड में देश का सबसे कठोर नकल विरोधी कानून लागू किया, धर्मांतरण रोकने के लिए भी कानून बनाया गया है। देवभूमि में पहली बार अतिक्रमण के खिलाफ कठोर कदम उठाए गए। इसके साथ ही भ्रष्टाचारियों पर कड़ी कार्रवाई की गई है। प्रदेश की महिलाओं के लिए 30 प्रतिशत आरक्षण की व्यवस्था की गई है। उन्होंने कहा अब हम देवभूमि में समान नागरिक आचार संहिता को भी लागू करने की तैयारी कर रहे हैं। इस अवसर पर मध्य प्रदेश के

उत्तराखंड में लिए गए कठोर निर्णय

सीएम धामी ने कहा कि उत्तराखंड में विगत ढाई वर्षों में कुछ ऐसे महत्वपूर्ण और कठोर निर्णय लिए हैं, जो विगत 23 वर्षों में नहीं लिए गए थे। हमने एक ओर जहां उत्तराखंड में देश का सबसे कठोर नकल विरोधी कानून लागू किया, वहीं धर्मांतरण रोकने के लिए भी कानून बनाया। हमने देवभूमि में पहली बार लैंड जिहाद के खिलाफ कठोर कदम उठाए। इसके अलावा उत्तराखंड बनने के 23 वर्षों में पहली बार भ्रष्टाचारियों पर कड़ी कार्रवाई की गई।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने कहा कि सात प्रमुख नगरियों में से मध्य प्रदेश की अवनतिका नगरी तथा यहां की मायापुरी प्रमुख हैं। यह श्रीकृष्ण की धरा है। यहां आचार्य संदीपनी के आश्रम में श्रीकृष्ण ने 64 कला तथा 14 विद्याओं का अध्ययन किया था। नई शिक्षा नीति का उल्लेख करते हुये कहा कि नई शिक्षा नीति का उद्देश्य विद्यार्थी का सर्वांगीण विकास करना है। उन्होंने योग गुरु स्वामी रामदेव से अपेक्षा की कि इस गुरुकुलम को जल्द से जल्द तैयार करने के साथ ही ऐसा ही गुरुकुलम मध्य प्रदेश में भी स्थापित करने का प्रयास करें।

संस्कृत भाषा के प्रति हमेशा रहा झुकाव

सम्मान

शहरी विकास मंत्री ने विभिन्न विद्यालयों के संस्कृत के विद्वानों को किया गया सम्मानित

संवाददाता

ऋषिकेश। शहरी विकास मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल के कैंप कार्यालय में नव वर्ष के उपलक्ष्य पर कार्यक्रम आयोजित कर विभिन्न विद्यालयों के संस्कृत के विद्वानों को सम्मानित किया गया।

शनिवार को नव वर्ष के उपलक्ष्य में बैराज मार्ग स्थित कैंप कार्यालय में कार्यक्रम हुआ। मंत्री प्रेमचंद अग्रवाल ने पंजाब सिंध क्षेत्र साधु महाविद्यालय के प्रधानाचार्य नवीन भट्ट, जयराम



संस्कृत महाविद्यालय के प्रधानाचार्य विजय जुगलान, बाबा काली कमली संस्कृत महाविद्यालय के प्रधानाचार्य डॉ. गिरीश पांडे, श्री वेद विद्यालय के अध्यापक सुनील बिजलवाण, नेपाली संस्कृत विद्यालय के प्रधानाचार्य ओमप्रकाश, श्रीभरत

मंदिर संस्कृत विद्यालय के प्रधानाचार्य सुरेंद्र भट्ट, मुनीश्वर संस्कृत विद्यालय के प्रधानाचार्य जनार्दन कैरवान, अखंड आश्रम के प्रधानाचार्य गंगा प्रसाद जोशी, श्री दर्शन महाविद्यालय के प्रधानाचार्य राधामोहन, परमार्थ निकेतन संस्कृत विद्यालय के

अध्यापक डॉ. संतोष मुनि, स्वर्णाश्रम संस्कृत विद्यालय के प्रधानाचार्य विनायक भट्ट को सम्मानित किया। मंत्री अग्रवाल ने कहा कि संस्कृत भाषा के प्रति उनका हमेशा झुकाव रहा है। विधायक और मंत्री बनने पर उन्होंने संस्कृत भाषा में शपथ ली थी। विस अध्यक्ष के कार्यकाल के दौरान विधानसभा के अंदर सभी विभागों में संस्कृत भाषा के बोर्ड भी लगाए थे।

मौके पर भाजपा मंडल अध्यक्ष सुमित पंवार, महामंत्री नितिन सकसेना, जिला उपाध्यक्ष दिनेश सती, निवर्तमान पार्षद शिव कुमार गौतम, मण्डल महामंत्री युवा मोर्चा अभिनव पाल, अनिमेष बिष्ट आदि उपस्थित रहे।

प्रदेश की महिला नीति पर सरकार जल्द लेगी फैसला

संवाददाता देहरादून। महिला आयोग अध्यक्ष कुसुम कंडवाल ने कहा है कि प्रदेश की महिला नीति पर राज्य सरकार जल्द फैसला ले सकती है। आयोग ने महिलाओं के लिए काम करने वाली संस्थाओं व प्रमुख लोगों से सलाह मशवरा करने के बाद इस नीति का अंतिम ड्राफ्ट सरकार को सौंप दिया है। गत नौ नवंबर को राज्य स्थापना दिवस सीएम ने भी महिला नीति का जिक्र अपने सम्बोधन में भी किया था। सचिवालय स्थित मीडिया सेंटर में आयोग में अपने कार्यकाल के दो वर्ष पूरे होने पर उपलब्धियों का जिक्र करते हुए आयोग अध्यक्ष ने कहा कि महिला नीति ड्राफ्ट में प्रदेश की महिलाओं की आर्थिक, सामाजिक सुरक्षा के साथ ही राजनैतिक व पेशेवर क्षेत्र में महिलाओं को सशक्त करने के लिए सुझाव दिए गए हैं। अंतिम निर्णय सरकार को करना है। आयोग प्रदेश में महिलाओं के उत्थान व उन्हें न्याय दिलाने के लिए पूरी प्रतिबद्धता से काम कर रहा है।

In a Digital World Why To wait for a Howker

Visit Us at <https://www.page3news.co>

Supporting Devices

All Apple Touch Phones & Tablets

All Android Touch Phones & Tablets

All Window & BlackBerry Touch Phones 10+

Read News Watch News Channel

Scan This Code

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

सिटी कार्यालय:
शिवम् मार्केट, द्वितीय तल
दर्शनलाल चौक, देहरादून।

(M) 9319700701
pagethreedaily@gmail.com
आर.एन.आई.नं०
UTTHIN/2005/15735
सभी विवादों का न्याय क्षेत्र देहरादून
ही मान्य होगा।