

मूक पत्रिका

निष्पक्ष, निर्भीक, स्वतंत्र आवाज...

वर्ष - 02 अंक - 221 बेमेतरा, रविवार 05 अप्रैल 2026 रायपुर एवं बेमेतरा से प्रकाशित कुल पेज - 08 मूल्य - 5 रुपये डाक पंजीयन- दुर्गा/1743290201/2025-27

संक्षिप्त समाचार

युद्ध प्रभावित क्षेत्रों को 2.5 लाख करोड़ तक की कर्ज गारंटी

नई दिल्ली। केंद्र सरकार पश्चिम एशिया में जारी संघर्ष से प्रभावित क्षेत्रों को राहत देने के लिए नई कर्ज गारंटी योजना लाने की तैयारी कर रही है। इस योजना का मकसद खासतौर पर उन कंपनियों को आसानी से कर्ज उपलब्ध कराना है, जो आपूर्ति से जुड़ी चुनौतियों के साथ कच्चे माल और लॉजिस्टिक खर्च की बढ़ती लागत से परेशान हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक, नई योजना के तहत सरकार दो से 2.5 लाख करोड़ रुपये तक की कर्ज गारंटी दे सकती है।

खाड़ी में महायुद्ध और बाजार में हाहाकार ब्रोकरों ने चुने 10 शेयर

नई दिल्ली। परिसंपत्ति बाजारों में भारी उथल-पुथल मच गई है। निवेशक तेल और गैस बाजार में पैदा हुई चुनौतियों से होने वाले आर्थिक और वित्तीय नुकसान का हिसाब लगा रहे हैं। युद्ध की वजह से कच्चे तेल और प्राकृतिक गैस की कीमतों में आई तेजी का असर भारत समेत तेल और गैस आयात करने वाले देशों की खजाने और आर्थिक विकास पर पड़ने की आशंका है। कंपनियों की कमाई पर भी इसका बुरा असर होने का अनुमान है, क्योंकि कई सेक्टरों की कंपनियों को ऊर्जा और कमीडिटी की ऊंची कीमतों की वजह से मार्जिन में कमी का सामना करना पड़ेगा।

ओरेकल बिल्डिंग पर गिरा इंटरसेप्शन का मलबा

नई दिल्ली। संयुक्त अरब अमीरात के दुबई शहर में एक इमारत पर हवाई इंटरसेप्शन के दौरान गिरा मलबा मिलने की घटना सामने आई है। दुबई मीडिया ऑफिस के अनुसार यह मलबा दुबई इंटरनेट सेंटर स्थित ऑरेकल बिल्डिंग के बाहरी हिस्से पर गिरा। अधिकारियों ने बताया कि घटना के बाद तुरंत मौके पर टीम भेजी गई और स्थिति को संभाल लिया गया। इस घटना में किसी के घायल होने की खबर नहीं है। दुबई मीडिया ऑफिस ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर जानकारी देते हुए कहा कि यह एक छोटा सा हादसा था।

बंगाल में गरमाई सियासत: ममता बनर्जी का बड़ा आरोप

कोलकाता। पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने मालदा जिले के मोथाबाड़ी में हुई हिंसा को लेकर केंद्र सरकार और एनआईए पर निशाना साधा है। बंगाल की मुख्यमंत्री ने कहा कि मोथाबाड़ी में न्यायिक अधिकारियों का घेराव करने वाले असली गुन्हागार तो भाग निकले हैं, लेकिन एनआईए अब बेकसूर स्थानीय लोगों को पकड़कर उन्हें परेशान कर रही है।

कांग्रेस पदाधिकारियों ने शासकीय जमीन की अवैध रूप से की खरीदी-बिक्री कांग्रेस अपराध व अपराधियों को संरक्षण देने वाली पार्टी बन गई है: डॉ. मार्कण्डेय

रायपुर। कांग्रेस पार्टी अपराध को बढ़ावा देने वाली एवं अपराधियों को संरक्षण देने वाली पार्टी बन गई है। कांग्रेस के पदाधिकारियों द्वारा आरंभ विधानसभा क्षेत्र के ग्राम पंचायत गोडी की शासकीय जमीन को अवैध रूप से कांग्रेस के ही पदाधिकारियों के नाम से खरीदी-बिक्री किए जाने के सामने आए मामले को लेकर डॉ. नवीन मार्कण्डेय ने कहा कि शासकीय भूमि का अवैध रूप से खरीदी बिक्री करना एक अपराध की श्रेणी में आता है।

भाजपा प्रदेश महामंत्री डॉ. मार्कण्डेय ने शनिवार को यहाँ एकात्म परिसर स्थित भाजपा कार्यालय में आहुत पत्रकार वार्ता को संबोधित करते हुए कहा कि इस अवैध खरीदी बिक्री में

पश्चिम एशिया संकट पर बोले पीएम मोदी खाड़ी देशों में भारतीयों की सुरक्षा के लिए प्रतिबद्ध, दुश्मनी चाहती है कांग्रेस

केरल (ए)। केरल में चुनाव बिगुल बज चुका है और इसी कड़ी में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शनिवार को सुबे के तिरुवन्ना में एक विशाल जनसभा को संबोधित किया। अपने संबोधन में पीएम मोदी ने विपक्षी दल कांग्रेस, लेफ्ट डेमोक्रेटिक फ्रंट (एलडीएफ) और यूनाइटेड डेमोक्रेटिक फ्रंट (यूडीएफ) पर जमकर प्रहार किए। पीएम ने कांग्रेस पर बेहद गंभीर आरोप लगाते हुए कहा कि कांग्रेस पार्टी सिर्फ चुनाव फायदे और मुझे गाली देने के लिए एक करोड़ प्रवासियों की जिंदगी दांव पर लगाने को तैयार है।

कांग्रेस चाहती है कि खाड़ी देश भारत को अपना दुश्मन समझें

प्रधानमंत्री ने कहा कि कांग्रेस की मंशा बेहद खतरनाक है। वे चाहते हैं कि पश्चिम एशिया के देश भारत को अपना दुश्मन समझ लें। उन्होंने कहा कि कांग्रेस चाहती है कि हम यहां कोई ऐसी गलती कर दें या कोई ऐसा बयान दे दें, जिससे खाड़ी देशों में रह रहे हमारे भारतीय भाई-बहनों पर बड़ी मुसीबत आ जाए। पीएम मोदी ने सीधे तौर पर कहा कि कांग्रेस जानबूझकर खाड़ी देशों को नाराज करने वाले बयान दे रही है, जिससे देश में डर का माहौल बने और उन्हें केंद्र सरकार को कोसने का मौका मिल सके।

प्रधानमंत्री ने विरोधियों को कड़ा संदेश देते हुए कहा कि मैं कांग्रेस और एलडीएफ-यूडीएफ के लोगों से साफ कह देना चाहता हूँ कि राजनीति अपनी जगह है और चुनाव आते-जाते रहेंगे। पहले इन लोगों ने सबरीमाला तीर्थ का काम कर रहे हैं, उनकी सुरक्षा सबसे



बड़ी प्राथमिकता है और मैं इसके लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध हूँ।

सबरीमाला में हुए पाप का कांग्रेस और लेफ्ट से कनेक्शन

प्रधानमंत्री ने केरल की संस्कृति पर हो रहे हमलों को लेकर भी विपक्ष को आड़े हाथों लिया। उन्होंने कहा कि लेफ्ट और कांग्रेस के भ्रष्टाचार और तुष्टीकरण का सीधा निशाना केरल की महान संस्कृति और आस्था पर है। उन्होंने कहा कि पहले इन लोगों ने सबरीमाला तीर्थ का बदनाम करने की साजिश रची और अब

झूठ बोलना कांग्रेस और वामपंथियों का स्वभाव: पीएम

प्रधानमंत्री ने यह भी कहा कि हर चीज में झूठ बोलना इनका स्वभाव बन चुका है।

उन्होंने कहा कि जब हम सीएए लेकर आए, तब इन्होंने खूब झूठ फैलाया। आज कानून लागू हो चुका है और देश का कोई नुकसान नहीं हुआ। उन्होंने द केरल फाइल्स और कश्मीर फाइल्स जैसी फिल्मों का उदाहरण देते हुए कहा कि सच सामने आते ही विपक्ष इस झूठ का पुलिंदा बताने लगता है। आजकल ये लोग यूसीसी को लेकर भी ऐसा ही भ्रम फैला रहे हैं।

यह इनकी लूट का अड्डा बन गया है। पीएम मोदी ने आरोप लगाया कि सबरीमाला में जो कुछ भी हुआ वह एक सोची-समझी साजिश का हिस्सा था। उन्होंने कहा कि यह चोरी एलडीएफ सरकार में हुई और इसके तार कांग्रेस के शीर्ष नेताओं से जुड़े पाए गए हैं। यही वजह है कि एलडीएफ सरकार इस पूरे मामले को जांच सीबीआई को नहीं सौंप रही है।

राजधानी रायपुर में इस साल बनेंगे 4 फ्लाईओवर्स शहर का ब्यस्त यातायात होगा तेज और सुव्यवस्थित

लोक निर्माण विभाग ने चारों फ्लाईओवर्स के लिए मंजूर किए हैं 360 करोड़

रायपुर। राजधानी रायपुर में इस साल 4 फ्लाईओवर्स के काम शुरू होंगे। उप मुख्यमंत्री तथा लोक निर्माण मंत्री श्री अरुण साव के निर्देश पर विभाग ने चारों फ्लाईओवर्स के लिए कुल 360 करोड़ 35 लाख 93 हजार रुपये मंजूर किए हैं। इन फ्लाईओवर्स के निर्माण से शहर के ब्यस्त यातायात को तेज, स्पष्ट और सुव्यवस्थित करने में मदद मिलेगी।

शहरवासी इनके निर्माण की मांग लंबे समय से कर रहे थे। लोक निर्माण विभाग ने शहर के बीच-बीच में रोड पर गुरु तेज बहादुर उद्यान से तेलीबांघा के नेताजी सुभाष चौक तक फ्लाईओवर के लिए



172 करोड़ 86 लाख 28 हजार रुपये स्वीकृत किए हैं। रायपुर के रिंग रोड क्रमांक-2 में सोनडोंगरी चौक पर ओवरपास के लिए 43 करोड़ 89 लाख 17 हजार रुपये मंजूर किए गए हैं। विभाग ने रायपुर में वी.आई.पी. रोड के फुंडहर

चौक में ओवरपास के निर्माण के लिए 56 करोड़ सात लाख 35 हजार रुपये की स्वीकृति दी है। शहर के अटल पथ एक्सप्रेस-वे पर फुंडहर चौक में ग्रेड सेपरटर के निर्माण के लिए भी लोक निर्माण विभाग द्वारा 87 करोड़ 53 लाख 13 हजार रुपये मंजूर किए गए हैं।

उप मुख्यमंत्री तथा लोक निर्माण मंत्री अरुण साव ने कहा कि राज्य शासन रायपुर में यातायात को तेज, सुरक्षित और सुव्यवस्थित बनाने के लिए पूरी गंभीरता से काम कर रही है। शहर में फ्लाईओवर्स और सड़कों के चौड़ीकरण के कार्य लगातार किए जा रहे हैं।

डेढ़ करोड़ का गांजा जब्त, ओडिशा से महाराष्ट्र में थी खपाने की तैयारी, पांच तस्कर गिरफ्तार

रायपुर। नशे के खिलाफ एक बड़ी कामयाबी हासिल करते हुए महासमुंद्र पुलिस ने एक करोड़ 40 लाख 95 हजार रुपये कीमत का 281.900 किलो ग्राम (02 क्विंटल 81.900 किलोग्राम) गांजा जब्त किया है।

मामले में महाराष्ट्र के पांच तस्करों को गिरफ्तार किया गया है, ओडिशा से गांजा लेकर आने की सूचना पर एन्टी नारकोटिक टास्क फोर्स एवं थाना सिंगोड़ा पुलिस की संयुक्त टीम एनएच 53 रेहटीखोल रोड पहुंच कर नाकाबंदी किए. कुछ समय बाद एक फार्चुनर (MH 12 WC 0909) एवं एक स्कार्पियो (MH 12 YH 0090) पहुंची. गाड़ी में रखी



बोरियों के संबंध में गाड़ी में सवार लोगों ने गांजा रखे होने की जानकारी दी, और गांजा को जिला फुलवानी, ओडिशा से पुणे, महाराष्ट्र ले जाना बताया. पुलिस ने गाड़ी की जांच में 1,40,95,000 रुपये कीमत का 281.900 किलो ग्राम अवैध गांजा के साथ गांजा परिवहन में प्रयुक्त फार्चुनर

MH 12 WC 0090 कीमती 40,00,000 रुपये और स्कार्पियो रू। 12 YH 0090 कीमती 25,00,000 रुपये के साथ 4 मोबाइल मिलाकर कुल 2,06,45,000 रुपये का सामान जप्त किया. मामले में महाराष्ट्र निवासी आरोपी प्रशांत शंकर गोले पिता शंकर गोले (38 साल), क्षितिज वीरसेन जाधव पिता वीरसेन जाधव (21 साल), और गांजा को जिला फुलवानी, ओडिशा से पुणे, महाराष्ट्र ले जाना बताया. पुलिस ने गाड़ी की जांच में 1,40,95,000 रुपये कीमत का 281.900 किलो ग्राम अवैध गांजा के साथ गांजा परिवहन में प्रयुक्त फार्चुनर

नगर पालिका सीएमओ ने लांची शालीनता की सीमा पार्षद से अभद्र भाषा में की बातचीत कॉल रिकॉर्डिंग हुआ वायरल

बलरामपुर। बलरामपुर नगरपालिका में इन दिनों सियासी और प्रशासनिक टकराव खुलकर सामने आ गया है। पार्षद ने मुख्य नगर पालिका अधिकारी प्रवण राय के खिलाफ मोर्चा खोलते हुए एक कथित कॉल रिकॉर्डिंग वायरल की है, जिसमें अभद्र भाषा और धमकी देने के आरोप लगाए जा रहे हैं। इस पूरे घटनाक्रम ने जिले की राजनीति और प्रशासनिक व्यवस्था पर बड़ा सवाल खड़ा कर दिया है। बलरामपुर नगरपालिका के एक भाजपा पार्षद ने CMO प्रवण राय पर गंभीर आरोप लगाते हुए दावा किया है कि अधिकारी

जनप्रतिनिधियों से अभद्र व्यवहार करते हैं, और दबाव की भाषा में बात करते हैं। पार्षद द्वारा वायरल की गई कॉल रिकॉर्डिंग में कथित रूप से धमकी और आपत्तिजनक शब्दों का इस्तेमाल सुनाई दे रहा है। वार्ड 14 पार्षद गौतम सिंह का कहना है कि यह कोई पहला मामला नहीं है। वे पहले भी कई बार CMO के खिलाफ शिकायत कर चुके हैं, लेकिन अब तक कोई ठोस व्यवस्था पर बड़ा सवाल खड़ा कर दिया है। इससे नाराज पार्षदों का कहना है कि अपने ही सरकार में उनकी सुनवाई नहीं हो रही और अधिकारी मनमानी पर उतारू हैं।

बर्फ डिपो वाले ने झाड़ा पल्ला, फैक्ट्री संचालक के खिलाफ कार्रवाई की मांग बर्फ के अंदर जमा मिला मेंढक

कोरबा। बर्फ का नाम से ठंडक का अहसास होने लगता है, लेकिन कोरबा में एक ऐसा वाकया हुआ, जिसने लोगों के तन-मन में आग लगा दी. दरअसल, घंटाघर चौपाटी स्थित जूस सेंटर में बर्फ के अंदर मेंढक जमा मिला.

बर्फ में मेंढक को देखते ही व्यापारियों का पारा चढ़ गया. बर्फ फैक्ट्री संचालक के खिलाफ कार्रवाई की मांग की. चौपाटी संघ के अध्यक्ष रवि वर्मा ने बताया कि चौपाटी के एक जूस सेंटर में वाकया सामने आया है. जूस सेंटर संचालक ने बताया कि निहारिका क्षेत्र स्थित एक दुकान से



बर्फ खरीद कर लाया गया था. जहां बर्फ फैक्ट्री से थोक में बर्फ लाकर

बेचा जाता है. चौपाटी संघ ने मांग की कि बर्फ फैक्ट्री के संचालक और बेचने वाले के खिलाफ कड़ी कार्रवाई होनी चाहिए. वहीं बर्फ दुकान के संचालक डी गुप्ता ने बताया कि वह बर्फ का डिपो चलता है. वे कई फैक्ट्रियों से बर्फ लेकर आता है. अब कहाँ से बर्फ आया है, यह उसे नहीं पता. यही नहीं जिस बर्फ में मेंढक मिला है, वह उसके डिपो का है, यह भी स्पष्ट नहीं हो पा रहा है. इधर खाद्य अधिकारी विकास भगत ने घटना सामने आने की बात स्वीकार करते हुए कहा कि जहां-जहां बर्फ फैक्ट्री है, वहां जांच की जाएगी।

ईरान ने दुकराया अमेरिका का सीजफायर ऑफर

नई दिल्ली। ईरान और अमेरिका के बीच तनाव के बीच एक बड़ी खबर सामने आई है। मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक, ईरान ने अमेरिका की ओर से दिए गए 48 घंटे के युद्धविराम प्रस्ताव को साफ तौर पर टुकरा दिया है। रिपोर्ट के अनुसार, अमेरिका का यह प्रस्ताव बुधवार को एक तीसरे देश के जरिए ईरान तक पहुंचाया गया था। हालांकि, इस मध्यस्थ देश का नाम सामने नहीं आया है। इसी बीच, दोनों देशों के बीच तनाव और बढ़ता नजर आ रहा है। एक रिपोर्ट में बताया गया है कि ईरान के ऊपर गिराए गए अमेरिकी फाइटर जेट के एक वरु मेबर को अमेरिकी सेना ने सुरक्षित निकाल लिया है।

वन विभाग की बड़ी कार्रवाई, तेंदुए की 2 खाल के साथ 9 आरोपी गिरफ्तार

बलरामपुर। वन विभाग की टीम ने अंतरराज्यीय वन्यजीव तस्करी गिरावट का भंडाफोड़ करते हुए 9 आरोपियों को गिरफ्तार किया है। आरोपियों के कब्जे से तेंदुए की 2 खाल बरामद की गई है।

जानकारी के अनुसार, वन मंत्री के निर्देश एवं वरिष्ठ अधिकारियों के मार्गदर्शन में वन अपराधों की रोकथाम के लिए विशेष अभियान चलाया जा रहा है। इसी क्रम में वन्यजीव अपराध नियंत्रण ब्यूरो मध्य क्षेत्र भोपाल, राज्य उड़नदस्ता रायपुर और वनमंडल बलरामपुर की संयुक्त टीम ने 2 अप्रैल 2026 को मुखबिर् को सूचना पर यह कार्रवाई की। टीम ने थाना बसंतपुर क्षेत्र के ग्राम जमई मोड़



के पास एक मोटरसाइकिल सवार दो संदिग्ध व्यक्तियों को रोककर पूछताछ की। तलाशी के दौरान उनके पास से तेंदुआ की एक खाल बरामद हुई। पूछताछ में मिली जानकारी के आधार पर अन्य आरोपियों को भी पकड़ा गया, जिनके पास से एक और खाल बरामद की गई। गिरफ्तार आरोपी झारखंड, उत्तरप्रदेश एवं छत्तीसगढ़ के विभिन्न जिलों के

निवासी बताया जा रहे हैं, जो अंतरराज्यीय स्तर पर वन्यजीव तस्करी में संलिप्त थे। सभी आरोपियों के खिलाफ वन अपराध प्रकरण दर्ज कर लिया गया है। वन विभाग ने आरोपियों के विरुद्ध वन्यजीव संरक्षण अधिनियम 1972 की विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज कर उन्हें न्यायालय में पेश किया, जहां से उन्हें न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया है।

अवैध खनन पर जिला प्रशासन की बड़ी कार्रवाई, जेसीबी सहित 5 वाहन जब्त, लगातार जारी है सख्त अभियान

बेमेतरा/मूक पत्रिका

कलेक्टर सुश्री प्रतिष्ठा ममगाई के निर्देश एवं मार्गदर्शन में जिले में अवैध खनिज उत्खनन और परिवहन के विरुद्ध सख्त कार्रवाई लगातार जारी है। इसी क्रम में आज राजस्व एवं खनिज विभाग के संयुक्त दल द्वारा तहसील थान खमरिया अंतर्गत ग्राम कुरदा एवं जेवरा में शिकायत के आधार पर मौके पर पहुंचकर जांच की गई। जांच ग्राम पंचायत सरपंच एवं ग्रामीणों की उपस्थिति में की गई। कार्रवाई के दौरान अवैध खनन और परिवहन में सलिस 1 जेसीबी मशीन, 2 हाईवा वाहन एवं ईट से भरा 1 स्वराज मासदा वाहन जब्त किया गया। इन सभी वाहनों को सुरक्षा थाना थान खमरिया में खड़ा किया गया है। इसके अलावा अवैध परिवहन के एक अन्य प्रकार में रेत से भरा 1 हाईवा वाहन भी जब्त कर थाना बेरला में सुरक्षित रखा गया है, जिस पर नियमानुसार आगे की कार्रवाई की जा रही है।

पूर्व कार्रवाई में भी जन्मी-बोते दिवस भी प्रशासन द्वारा सख्त कदम उठते हुए अवैध



परिवहन में सलिस दो गिट्टी से भरी हाईवा गाड़ियां जब्त कर थाना बेरला में खड़ी कराई गई थीं। इन मामलों में भी विधिसम्मत कार्रवाई प्रक्रियाधीन है। शिकायत स्थल पर उत्खनन बंद मिला, ग्राम कुरदा में ही एक अन्य शिकायत के आधार पर जब संयुक्त दल द्वारा निरीक्षण किया गया, तो वहां अवैध उत्खनन और परिवहन पूरी तरह बंद पाया गया। इससे स्पष्ट है कि प्रशासन की सख्ती का प्रभाव क्षेत्र में देखने को मिल रहा है। जिला प्रशासन ने स्पष्ट किया है कि अवैध खनन एवं परिवहन पर रोक लगाने के लिए आगे भी इसी प्रकार निरंतर और सख्त कार्रवाई जारी रहेगी। प्रशासन ने आम नागरिकों से भी अपील की है



कि वे ऐसी गतिविधियों की सूचना तुरंत दें, ताकि समय पर कार्रवाई सुनिश्चित की जा सके। जिले में अवैध खनन के खिलाफ चल

रही इस लगातार कार्रवाई से नियमों का उल्लंघन करने वालों पर प्रशासन आवश्यक कार्यवाही किए जाएंगे। इन कार्यों पर रहेगा विशेष फोकस

मंत्री गुरु खुशवंत की पहल से छत्तीसगढ़ के 585 शासकीय स्कूलों की बदलेगी सूरत: 40 करोड़ से होंगे विकास कार्य

रायपुर/मूक पत्रिका

छत्तीसगढ़ में शिक्षा व्यवस्था को मजबूत बनाने की दिशा में तकनीकी शिक्षा मंत्री माननीय गुरु खुशवंत साहेब जी के मार्गदर्शन में एक बड़ा निर्णय लिया गया है। स्कूल शिक्षा विभाग द्वारा वित्तीय वर्ष 2025-26 के लिए राज्य के 585 शासकीय स्कूलों में लघु निर्माण एवं मरम्मत कार्यों हेतु 40 करोड़ 9 लाख 5 हजार की प्रशासनिक स्वीकृति प्रदान की गई है। माननीय मंत्री गुरु साहेब जी ने कहा कि प्रदेश के विद्यार्थियों को सुरक्षित, आधुनिक एवं सुविधायुक्त शैक्षणिक वातावरण उपलब्ध कराना है। इसी उद्देश्य से यह महत्वपूर्ण पहल की गई है। योजना के अंतर्गत 374 प्राथमिक एवं पूर्व माध्यमिक विद्यालय तथा 211 हाई एवं हायर सेकेंडरी स्कूलों में व्यापक स्तर पर अधोसंरचना विकास कार्य किए जाएंगे।

इन कार्यों पर रहेगा विशेष फोकस



* स्कूल परिसरों की सुरक्षा के लिए बाउंड्री वॉल निर्माण
* विद्यार्थियों हेतु प्रार्थना शोध का निर्माण
* किचन शोध एवं शौचालयों का निर्माण एवं नवीनीकरण
* विद्यालय भवनों का रिनोवेशन एवं सुधार
निर्माण कार्यों की गुणवत्ता सुनिश्चित करने हेतु शासन द्वारा मानक दरें निर्धारित की गई हैं। बाउंड्री वॉल के लिए 28000 प्रति मीटर, जबकि प्रार्थना शोध के लिए

विद्यालय स्तर के अनुसार 25 लाख से 210 लाख तक का प्रावधान किया गया है। इसके अलावा, प्राथमिक से लेकर हायर सेकेंडरी स्कूलों तक रिनोवेशन के लिए 23.70 लाख से 29.25 लाख तक की राशि स्वीकृत की गई है। किचन शोध सुधार हेतु 21.34 लाख एवं शौचालयों के कार्यालय के लिए 23.12 लाख का प्रावधान रखा गया है। प्रार्थना शोध का निर्माण विद्यार्थियों की संख्या एवं उपलब्ध भूमि के आधार पर किया जाएगा, जिसमें प्राथमिक स्कूलों के लिए 70 वर्गमीटर, मिडिल स्कूलों के लिए 100 वर्गमीटर तथा हाई एवं हायर सेकेंडरी स्कूलों के लिए 150 वर्गमीटर तक का प्रावधान है। गुरु साहेब जी ने आगे कहा कि प्रदेश में शिक्षा क्षेत्र को लगातार सुदृढ़ किया जा रहा है। यह पहल न केवल स्कूलों की आधारभूत सुविधाओं को बेहतर बनाएगी, बल्कि विद्यार्थियों के समग्र विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी।

धारदार हथियार लहराकर लोगों में दहशत फैलाने वाला युवक गिरफ्तार, चाकू बरामद

जांजगीर-चांपा/मूक पत्रिका

जिले में कानून व्यवस्था बनाए रखने के लिए पुलिस लगातार सतर्कता बरत रही है। इसी कड़ी में सिटी कोतवाली जांजगीर पुलिस ने धारदार हथियार लहराकर आम लोगों को भयाक्रांत करने वाले एक आरोपी को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। प्राप्त जानकारी के अनुसार दिनांक 04 अप्रैल 2026 को सिटी कोतवाली पुलिस की टीम पेट्रोलिंग पर रवाना थी। इसी दौरान मुखबिर से सूचना प्राप्त हुई कि देसी शराब दुकान जांजगीर के पास एक युवक लोहे का धारदार हथियार लहराकर आने-जाने वाले लोगों को डरा-धमका रहा है। सूचना मिलते ही मामले की जानकारी जिले के पुलिस अधीक्षक विजय



कुमार पांडेय, अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक उमेश कश्यप एवं सीएसपी कोतवाली योगिताबाली खापंडे को दी गई, जिनके निर्देश पर तत्काल कार्रवाई के आदेश दिए गए। थाना प्रभारी जयप्रकाश गुप्ता के नेतृत्व में पुलिस टीम ने मौके पर पहुंचकर देसी शराब दुकान के पास से एक युवक को घेराबंदी कर पकड़ा। पूछताछ में आरोपी ने अपना नाम हिमांशु उर्फ मोनू डहरिया पिता विनोद डहरिया, उम्र 21 वर्ष, निवासी भाउपारा केरा रोड जांजगीर बताया। तलाशी लेने

पर उसके कब्जे से 01 नग चाकू बरामद किया गया। पुलिस द्वारा आरोपी के विरुद्ध धारा 25 एवं 27 आर्म्स एक्ट के तहत वैधानिक कार्रवाई करते हुए उसे विधिवत गिरफ्तार कर न्यायिक रिमांड पर भेज दिया गया है। इस कार्रवाई में निरीक्षक जयप्रकाश गुप्ता थाना प्रभारी सिटी कोतवाली, प्रधान आरक्षक आलोक शर्मा, प्रकाश राठौर, आरक्षक दिलीप सिंह, शंकर राजपूत एवं लीला राम साहू का विशेष योगदान रहा।

कलेक्टर ने जांजगीर-नैला में प्रगतिरत जल आवर्धन योजना का किया निरीक्षण

हसदेव नदी से घर-घर पहुंचेगा शुद्ध पेयजल

जांजगीर-चांपा/मूक पत्रिका

मुख्यमंत्री विष्णु देव साय की मंशानुरूप जिले में पेयजल व्यवस्था को सुदृढ़ करने हेतु संचालित प्रगतिरत जल आवर्धन योजना के कार्यों का आज कलेक्टर जन्मेजय महोबे ने स्थल निरीक्षण कर प्रगति की समीक्षा की। निरीक्षण के दौरान उन्होंने अधिकारियों को निर्देशित किया कि निर्माण कार्यों में गुणवत्ता, निर्धारित समय-सीमा तथा तकनीकी मानकों का कड़ाई से पालन सुनिश्चित करते हुए सुनियोजित कार्ययोजना के अनुसार कार्य पूर्ण किया जाए। इस महत्वाकांक्षी योजना के अंतर्गत पाइपलाइन विस्तार, 9.30 लाख



लीटर एवं 24.50 लाख लीटर क्षमता के ओवरहेड टैंकों का निर्माण तथा वार्डों में घर-घर जल कनेक्शन प्रदान किए जाने का कार्य शामिल है। निरीक्षण के दौरान कलेक्टर ने बिराहनी स्थित वाटर ट्रीटमेंट प्लांट का भी अवलोकन किया। उन्होंने जल शोधन की प्रक्रियाओं, मशीनरी इंस्टॉलेशन, फिल्ट्रेशन सिस्टम एवं परीक्षण कार्यों की

विस्तृत जानकारी ली। कलेक्टर ने निर्देश दिए कि कार्यों में किसी प्रकार की तकनीकी त्रुटि न हो तथा नियमित मॉनिटरिंग सुनिश्चित की जाए। उन्होंने निर्माण एजेंसियों को अनावश्यक विलंब से बचते हुए निर्धारित समय-सीमा नवंबर 2027 तक कार्य पूर्ण करने के निर्देश दिए।

कलेक्टर ने कहा कि योजना पूर्ण होने पर जांजगीर-नैला में हसदेव नदी से नियमित एवं शुद्ध पेयजल आपूर्ति सुनिश्चित होगी, जिससे नागरिकों को पेयजल का स्थायी समाधान मिलेगा।

12वीं बोर्ड परीक्षा को लेकर बीजापुर में बैठक, केंद्र अधीक्षकों को सख्त निर्देश

बीजापुर/मूक पत्रिका

12वीं बोर्ड परीक्षा को लेकर जिले में तैयारी तेज कर दी गई है। इसी कड़ी में सभी परीक्षा केंद्र अधीक्षकों की एक जरूरी बैठक आयोजित की गई, जिसमें साफकहा गया कि परीक्षा में किसी भी तरह की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। बैठक जिला शिक्षा अधिकारी लखन लाल धनेलिया की मौजूदगी में स्वामी आत्मानंद शासकीय अंग्रेजी माध्यम विद्यालय, बीजापुर में हुई। इसमें मास्टर ट्रेनर्स और सभी केंद्र अधीक्षक शामिल रहे। बैठक में छत्तीसगढ़ माध्यमिक शिक्षा मंडल के दिशा-निर्देशों पर विस्तार से चर्चा की गई। अधिकारियों ने कहा कि हर केंद्र पर नियमों का सख्ती से पालन होना चाहिए, ताकि परीक्षा शांतिपूर्ण



और निष्पक्ष तरीके से हो सके। खास तौर पर +वन टाइम लॉक-सिस्टम को लेकर निर्देश दिए गए। बताया गया कि प्रश्न पत्र की सुरक्षा के लिए यह बहुत जरूरी है, इसलिए इसमें किसी तरह की गलती नहीं होनी चाहिए। अधिकारियों ने यह भी कहा कि परीक्षा के दौरान निगरानी व्यवस्था मजबूत रखी जाए और पूरी प्रक्रिया पारदर्शी हो। अंत में सभी केंद्र अधीक्षकों को साफ निर्देश दिया गया कि वे पूरी जिम्मेदारी के साथ काम करें, ताकि परीक्षा बिना किसी गड़बड़ी के संपन्न हो सके।

जैजैपुर व्यवहार न्यायालय निर्माण कार्य का सक्ति जिला सत्र न्यायाधीश किया निरीक्षण

गुणवत्ताहीन कार्य करने के लिए ठेकेदार व सब इंजीनियर को दिया हिदायत

सक्ती/जैजैपुर/मूक पत्रिका

बोते 31.03.2026 को जैजैपुर के निर्माणधीन व्यवहार न्यायालय का निरीक्षण माननीय प्रधान जिला एवं सत्र न्यायाधीश श्री जयदीप गर्ग ने किया तो वही साथ में उपस्थित प्रथम जिला एवं अपर सत्र न्यायाधीश श्रीमान शैलेन्द्र चौहान एवं मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट प्रवीण मिश्रा एवं व्यवहार न्यायाधीश कनिष्ठ श्रेणी श्रीशेखर खलखो महोदय के उपस्थिति में निरीक्षण किया गया। जिसमें प्रधान जिला न्यायाधीश महोदय के द्वारा निर्माणधीन नवीन व्यवहार न्यायालय के निरीक्षण के दौरान उपस्थित ठेकेदार एवं सब इंजीनियर को निर्दिष्ट किया गया की भवन



निर्माण में किसी भी प्रकार की लापरवाही बरती नहीं जावेगी साथ-साथ शौचालय निर्माण वाटर हार्डवेयर के बोर वेल गार्डन के साथ साथ भवन निर्माण के उपयोग लाये जा रहे समग्र के बारे जायजा लिया गया और ठेकेदार एवं सब इंजीनियर को भवन निर्माण की कार्यवाही जल्द से जल्द पूरा करने का निर्देश दिया गया और साथ ही साथ वर्तमान में संचालित व्यवहार न्यायालय का भी निरीक्षण किया गया एवं न्यायालयीन कार्यों के बारे जायजा लिया और न्यायालयीन कार्य समय सीमा में समाप्त करने का निर्देश दिया गया।

सफलता की कहानी: दूरस्थ गांवों तक बैंकिंग सुविधाएं पहुंचाकर बदलाव ला रही हैं रिंगो कश्यप

कोण्डगांव/मूक पत्रिका

मर्दापाल तहसील के अंतर्गत जिले के अंतिम छोर पर स्थित सुदूर ग्राम कुधुर, जो कभी माओवाद के प्रभाव के कारण विकास की मुख्यधारा से दूर था, आज परिवर्तन की नई कहानी लिख रहा है। जहां कभी ग्रामीणों को शासकीय योजनाओं की राशि निकालने के लिए लगभग 20 किलोमीटर दूर मर्दापाल के बैंक तक जाना पड़ता था, वहीं अब गांव में ही बैंकिंग सुविधाएं उपलब्ध हो रही हैं। यह परिवर्तन संभव हुआ है राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन की पहल और बीसी सखी के रूप में कार्यरत श्रीमती रिंगो कश्यप के प्रयासों से। ग्राम पंचायत कुधुर के गुमियापाल पारा की निवासी रिंगो कश्यप न केवल कुधुर, बल्कि तुमड़ीवाल और टेकापाल के ग्रामीणों को भी घर-घर बैंकिंग सेवाएं प्रदान कर रही हैं। रिंगो कश्यप ने वर्ष 2020 में मां पार्वती स्व सहायता समूह- से जुड़कर अपनी यात्रा शुरू



की। इसके बाद वर्ष 2024 में राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन के अंतर्गत प्रशिक्षण प्राप्त कर उन्होंने बीसी सखी के रूप में कार्य प्रारंभ किया। आज उनके माध्यम से ग्रामीणों को महतारी वंदन योजना, सामाजिक सुरक्षा पेंशन, प्रधानमंत्री आवास योजना जैसी विभिन्न शासकीय योजनाओं की राशि गांव में ही आसानी से प्राप्त हो रही है। इसके साथ ही बिजली बिल भुगतान और अन्य वित्तीय लेनदेन भी सरल हो गए हैं। अब तक रिंगो कश्यप द्वारा 355 से अधिक सफल लेनदेन किए जा चुके हैं, जिनकी कुल राशि 6 लाख 75 हजार रुपये से अधिक है। इस कार्य ने न केवल ग्रामीणों की समस्याओं को कम किया है, बल्कि रिंगो कश्यप के लिए भी स्व-रोजगार का सशक्त माध्यम

बना है। उन्होंने स्व-सहायता समूह से ऋण लेकर एक छोटा किराना दुकान भी शुरू किया है, जिससे उनके परिवार की आर्थिक स्थिति में उल्लेखनीय सुधार हुआ है। वर्तमान में उन्हें प्रतिमाह लगभग 10 हजार रुपये की आय हो रही है, और भविष्य में वे अपने व्यवसाय को और विस्तार देना चाहती हैं। रिंगो कश्यप जैसी महिलाओं की सक्रिय भागीदारी और शासन की योजनाओं के प्रभावी क्रियान्वयन से दूरस्थ क्षेत्रों में विकास को नई दिशा मिल रही है। राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन के माध्यम से स्व-सहायता समूहों से जुड़कर महिलाएं न केवल आर्थिक रूप से सशक्त हो रही हैं, बल्कि समाज में अपनी एक नई पहचान भी स्थापित कर रही हैं।

बॉलीवुड की नवीनतम संगीतमय संवेदना: सोनिये हिरिये दर्शकों को मोहित करने के लिए तैयार

जित मुंबई/मूक पत्रिका

भारतीय फिल्म उद्योग में 4 अप्रैल को रिलीज होने वाले रोमांटिक संगीत वीडियो सोनिये हिरिये के आगामी लॉन्च के साथ गुलजार है। यह अत्यधिक प्रतीक्षित परियोजना प्रसिद्ध संगीत निर्देशक दिलीप सेन द्वारा आई.एम.पी.पी.ए. ऑडिटीरियम, ओशिवारा में लॉन्च हुआ और इसमें कई प्रतिभाशाली मेहमानों की मौजूदगी रही जिनमें *स्टार-स्टडेड लॉन्च इवेंट- लॉन्च इवेंट एक स्टार-स्टडेड मामला होने का वादा करता है, जिसमें प्रसिद्ध अभिनेता और लेखक लिलिपुट (मिर्जापुर), स्टैंडअप कॉमेडियन रहमान खान (द कपिल शर्मा शो), प्रतिष्ठित गीतकार और निर्देशक पंची जालौनवी (ऑडियो हारी म्यूजिक कंपनी), और निर्माता और सम्मानित कंथिन्य हैदर रिजवी एवम प्रसिद्ध फिल्म निर्मात्री और



लेखिका रीता दास भी इस आयोजन में उपस्थित रहें। *परियोजना के पीछे रचनात्मक दिग्गज-संगीत वीडियो में प्रतिभाशाली कनिका वैश और पेज वन नेटवर्क एवम सस्तरगी मिडिया पि.आर सर्विसेज कर रही हैं।

कें रचनात्मक निर्देशन और उत्पादन की देखरेख परवेज खान कर रहे हैं जो खुद इसके निर्माता भी हैं और इसके जन संपर्क का काम सुशीलाजीत साहनी जीत एम वन नेटवर्क एवम सस्तरगी मिडिया पि.आर सर्विसेज कर रही हैं।

चालान नहीं कटना चाहिए क्योंकि हम भाजपा से हैं—थाना में गूंजा सत्ता का अहंकार

थाना में भाजपा कार्यकर्ताओं की दबंगई, चालान को लेकर पुलिस से तीखी बहस, कानून को दी गई खुली चुनौती

चांपा/मूक पत्रिका

थाना चांपा परिसर में उस समय तनावपूर्ण माहौल बन गया, जब एक भाजपा कार्यकर्ता की मोटरसाइकिल का चालान किए जाने पर बड़ी संख्या में भारतीय जनता पार्टी से जुड़े नेता और कार्यकर्ता थाना पहुंच गए। चालान की कार्रवाई को लेकर न सिर्फ विरोध किया गया, बल्कि पुलिस पर दबाव बनाते हुए कथित रूप से चेतावनी भरे शब्द भी कहे गए। प्राप्त जानकारी के अनुसार, पुलिस द्वारा मोटर व्हीकल एक्ट के तहत नियमित जांच अभियान चलाया जा रहा था। इसी दौरान नियमों का उल्लंघन पाए जाने पर एक युवक की मोटरसाइकिल का चालान किया गया। चालान कटते ही संबंधित युवक के भाजपा कार्यकर्ता होने की बात सामने आई, जिसके बाद भाजपा नेता व कार्यकर्ता एकजुट होकर थाना पहुंच गए और कार्रवाई पर आपत्ति जताने लगे। भाजपा कार्यकर्ताओं का कहना था कि पार्टी से जुड़े किसी भी व्यक्ति का चालान नहीं काटा जाना चाहिए,



चाहे अधिकारी कोई भी क्यों न हों। इस दौरान कुछ लोगों ने पुलिस से तीखी बहस की और कथित तौर पर यह तक कहा कि हमारे पास आप

सभी पुलिसकर्मियों का पूरा डेटा है।- इस बयान को सीधे तौर पर कानून व्यवस्था को धमकी देने के रूप में देखा जा रहा है। प्रत्यक्षदर्शियों के

अनुसार, थाना परिसर में कुछ समय तक हालात बेहद तनावपूर्ण बने रहे। पुलिस अधिकारियों ने संयम बरतते हुए सभी को समझाश्रय दी और

स्थिति को नियंत्रण में लिया। पुलिस का स्पष्ट कहना है कि कानून सभी के लिए समान है और नियमों का उल्लंघन करने पर किसी को भी विशेष छूट नहीं दी जा सकती। घटना के बाद शहर में इस मामले को लेकर चर्चाओं का दौर तेज हो गया है। नगरवासियों के बीच भाजपा नेताओं और कार्यकर्ताओं की इस तरह की दादागिरी को लेकर नाराजगी देखी जा रही है। कई लोग इसे 'दुष्टल इंजन सरकार' के कथित असर से जोड़कर देख रहे हैं, तो वहीं कुछ इसे सत्ता के नशे में कानून को जेब में रखने की कोशिश बता रहे हैं। थाना में हुई इस घटना ने एक बार फिर यह सवाल खड़ा कर दिया है कि क्या राजनीतिक पहचान कानून से ऊपर है, या फिर नियम सभी के लिए समान रहेगा। फिलहाल, पुलिस अपने रुख पर कायम है और कानून के अनुसार कार्रवाई की बात कह रही है। हमारे कार्यकर्ता के रिश्तेदार को पकड़ा था जो सब्जी बेचने का काम करता है हमारे द्वारा पुलिस को कहा गया कि वह गरीब आदमी है हो सके तो छोड़ दी जाए।

कानून सबके लिए बराबर है। पुलिस समय समय पर दुर्घटना रोकने के उद्देश्य से इस तरह कार्रवाई करती है। इसमें सबको सहयोग करना चाहिए। सरकार का धौंस दिखाकर पुलिस को धमकाना उचित नहीं है - नागेद गुप्ता, जिला प्रवक्ता, कांग्रेस ...

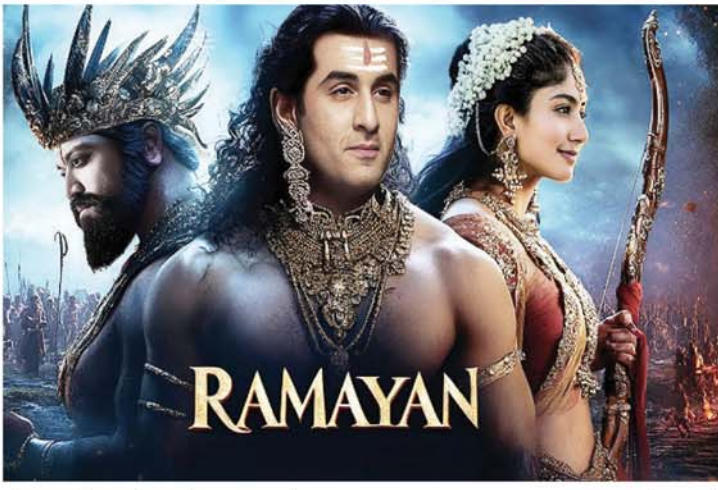
भाजपा कार्यकर्ता कुछ गलतफहमी की वजह से थाना आए हुए थे। बाद में सब क्लियर हो गया। कानून सबके लिए बराबर है, बिना नंबर प्लेट गाड़ी चलाने वालों के खिलाफ कार्रवाई की गई है - सत्यम चौहान, प्रभारी थाना चांपा ...

रामायणम् का भव्य आगाज़

भा रतीय सिनेमा की सबसे महत्वाकांक्षी फिल्मों में से एक रामायणम् ने आखिरकार अपनी पहली झलक पेश कर दी है और यह झलक आते ही इंटरनेट पर छा गई। इस फिल्म में राजवीर कपूर भगवान राम के किरदार में नजर आ रहे हैं। उनकी यह पहली झलक फैंस के दिलों में उतरती दिख रही है। टीजर में दिखाया गया भव्य विजुअल, गहराई से भरी भावनाएं और राम के चरित्र की सादगी ने इसे सिर्फ एक फिल्म नहीं, बल्कि एक भावनात्मक अनुभव बना दिया है।

नमित मल्होत्रा और नितेश तिवारी का ड्रीम प्रोजेक्ट

इस भव्य प्रोजेक्ट को नमित मल्होत्रा प्रोड्यूस कर रहे हैं, जबकि निर्देशन की कमान नितेश तिवारी के हाथ में है। यह फिल्म दो भागों में बनाई जा रही है और इसे ग्लोबल स्तर पर



पेश करने की तैयारी है। फिल्म को प्राइम फोकस स्टूडियोज, ऑस्कर विजेता VFX कंपनी DNEG और यश की कंपनी मॉन्स्टर

एक ग्लोबल मोमेंट, पूरी दुनिया में गुंज

'रामायणम्' का टीजर सिर्फ भारत में ही नहीं, बल्कि पूरी दुनिया में एक साथ रिलीज किया गया, जिससे यह एक ग्लोबल इवेंट बन गया। 5,000 साल पुरानी इस कथा को नए अंदाज में पेश करने का प्रयास दर्शकों को एक अलग अनुभव देने वाला है। नई पीढ़ी के लिए यह पहली बार इस महागाथा से जुड़ने का मौका है। राम सिर्फ एक किरदार नहीं, बल्कि आदर्शों का प्रतीक है। एक ऐसा नायक जो अपनी इच्छाओं से पहले अपने कर्तव्य को रखते हैं, जो सही के लिए हर त्याग करने को तैयार रहते हैं। 'मर्यादा पुरुषोत्तम' के रूप में जाने जाने वाले राम का चरित्र आज भी उतना ही प्रासंगिक है, चाहे वह नववास हो, परिवार से दूर रहना हो या अन्याय के खिलाफ खड़े होना, हर स्थिति में उनका धैर्य और निर्णय उन्हें महान बनाता है।

पोस्टपोन हुई अक्षय कुमार की 'भूत बंगला'

पि छले कुछ समय से ऐसी चर्चा चल रही थी कि मेकर्स ने अक्षय कुमार की अपकमिंग फिल्म 'भूत बंगला' को 10 अप्रैल से पोस्टपोन कर दिया है। कहा जा रहा था कि अब ये फिल्म 17 अप्रैल को रिलीज होगी। पर इस बारे में मेकर्स की तरफ से कोई भी जानकारी सामने नहीं आई है। पर अब मेकर्स ने भी कंफर्म कर दिया है कि 'भूत बंगला' की रिलीज एक हफ्ते के लिए टल चुकी है। यानी 10 अप्रैल की जगह अब 17 अप्रैल को ये पिक्चर सिनेमाघरों में दस्तक देने जा रही है। ये फैंसला रणवीर सिंह की हालिया रिलीज फिल्म 'धुरंधर 2' की सफलता को देखते हुए लिया गया है। दरअसल, आदित्य धर के डायरेक्शन में बनी ये फिल्म बॉक्स ऑफिस पर अच्छा परफॉर्म कर रही है। सिर्फ 14 दिनों में ये पिक्चर वर्ल्डवाइड 1466.47 करोड़ रुपये का ग्राँस कलेक्शन कर चुकी है। वहीं ऐसा लग रहा है कि आने वाले कुछ समय तक इस फिल्म की सफलता बॉक्स ऑफिस पर जारी रहने वाली है इसी वजह से अक्षय कुमार की 'भूत बंगला' को पोस्टपोन कर दिया गया है, क्योंकि इससे दोनों फिल्मों को फायदा होगा।

सौरव गांगुली की बायोपिक की शूटिंग शुरू



एक्टर राजकुमार राव ने पूर्व भारतीय क्रिकेट कप्तान सौरव गांगुली की बायोपिक की शूटिंग शुरू कर दी है, जिसका टाइटल 'दादा' रखा गया है। इसकी जानकारी देते

हुए बुधवार को राजकुमार ने इंस्टाग्राम पोस्ट में लिखा, "और यह शुरू होता है... एकमात्र दादा।" बता दें कि बायोपिक को लव रॉज प्रोड्यूस और विक्रमदित्य मोटवाने डायरेक्ट कर रहे हैं। इससे पहले सौरव गांगुली ने बताया था कि फिल्म में उनका रोल राजकुमार राव निभाएंगे, हालांकि डेट्स की समस्या के कारण फिल्म को रिलीज होने में एक साल से अधिक समय लग सकता है। राजकुमार राव जल्द ही एक और बायोपिक 'निकम' में नजर आएंगे, जो वकील उज्ज्वल निकम की जिंदगी पर आधारित है। इसके अलावा वे 'रफ्तार' में दिखाई देंगे, जिसमें कीर्ति सुरेश भी हैं। यह फिल्म 24 जुलाई 2026 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी।

गांगुली सबसे महान ODI बल्लेबाजों में से एक हैं

सौरव गांगुली ने भारत के लिए 113 टेस्ट और 311 वनडे (ODI) मैच खेले। उन्होंने अंतरराष्ट्रीय करियर में कुल 18,575 रन बनाए, जिसमें वनडे में 11,363 और टेस्ट में 7,212 रन शामिल हैं। गांगुली वनडे क्रिकेट के इतिहास में 11,000 से अधिक रन बनाने वाले दुनिया के चुनिंदा बल्लेबाजों में से एक हैं। कप्तान के तौर पर उन्होंने भारत को 21 टेस्ट जीत दिलाई और 2003 वनडे वर्ल्ड कप के फाइनल तक पहुंचाया। गांगुली ने 2008 में अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट से संन्यास लिया था।



'क्वीन 2' में कंगना रनौत नजर आएंगी

कं गना रनौत की फिल्म 'क्वीन' के सीक्वल की तैयारी शुरू हो गई है। रिपोर्टों में दावा किया गया कि कंगना और डायरेक्टर विकास बहल 'क्वीन 2' की शूटिंग अप्रैल के अंत तक शुरू करेंगे। रिपोर्टों में सुत्रों के हवाले से बताया गया कि फिल्म की कहानी पहली फिल्म का सीधा सीक्वल नहीं होगी, बल्कि यह खुद को खोजने और आत्मनिर्भरता के विषयों को दिखाएगी। इस बार कंगना का किरदार रानी छोटे शहर की नहीं, बल्कि शहर में रहने वाली लड़की होगी।

कहानी में रानी एक ऐसी स्थिति का सामना करेगी, जो उसे खुद को खोजने के सफर पर ले जाएगी। फिल्म में दिखाया जाएगा कि वह अपनी पहचान, समझ और हिम्मत से जिंदगी की मुश्किलों का सामना कैसे करती है। इस बार उसका सफर उसे भारत के अलग-अलग शहरों में ले जाएगा। फिल्म में कंगना के अलावा पहली फिल्म के कलाकार जैसे राजकुमार राव और लीजा हेडन नजर नहीं आएंगे। बताया जा रहा है कि सपोर्टिंग रोल के लिए थिएटर कलाकारों को चुना गया है। शूटिंग की शुरुआत मुंबई के एक स्टूडियो में होगी, जहां उत्तर भारतीय शहर और रानी के घर के सेट तैयार किए जाएंगे। इसके बाद टीम अन्य मेट्रो शहरों में शूटिंग करेगी। फिल्म की शूटिंग लगभग तीन महीने में पूरी की जाएगी।

शानदार काम करने में सक्षम हैं आदित्य धर: विवेक अग्निहोत्री

बॉ लीवुड फिल्म निर्माता आदित्य धर की

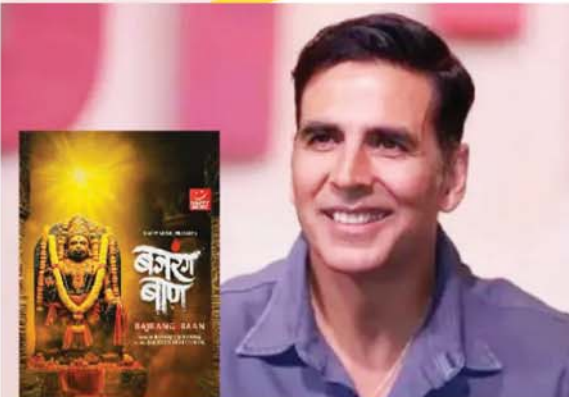


स्पार्ट-एक्शन थ्रिलर फिल्म 'धुरंधर: द रिवेंज' को दर्शकों और समीक्षकों से जबरदस्त प्रतिक्रिया मिल रही है। इसकी कहानी, एक्शन सीक्वेंस और तकनीकी पक्ष को खूब सराहना हो रही है। हाल ही में अब मशहूर निर्देशक विवेक अग्निहोत्री ने भी फिल्म की खुलकर प्रशंसा की है। सोशल मीडिया के जरिए अग्निहोत्री ने फिल्म और इसकी पूरी टीम को बधाई देते हुए अपनी प्रतिक्रिया साझा की। उन्होंने बताया कि वे पिछले कुछ दिनों से कैलिफोर्निया के एक गांव में थे, जिसकी वजह से फिल्म नहीं देख पाए थे। बाद में उन्होंने खास तौर पर लॉस एंजेलिस जाकर इस फिल्म को देखा। फिल्म देखने के बाद उन्होंने इसे बेहद प्रभावशाली बताया और कहा कि यह इतनी बेहतरीन है कि उस पर कुछ और कहना अनावश्यक लगेगा। अपनी पोस्ट में उन्होंने लिखा कि आदित्य धर ने एक बार फिर साबित कर दिया है कि वे सिनेमा के माध्यम से शानदार काम करने में सक्षम हैं। उन्होंने फिल्म की पूरी टीम के प्रयासों की सराहना की, लेकिन विशेष रूप से दो तकनीकी पहलुओं को उजागर किया।

विवेक ने फिल्म की सिनेमैटोग्राफी और प्रोडक्शन डिजाइन को विश्वस्तरीय बताते हुए इन क्षेत्रों में काम करने वाले कलाकारों की तारीफ की। उन्होंने खासतौर पर सिनेमैटोग्राफी के लिए एक्शन के कैमरा वर्क को सराहा और प्रोडक्शन डिजाइन के लिए सैनी जोहराय के काम को उल्लेखनीय बताया। उनके अनुसार, सिनेमा में कैमरा और प्रोडक्शन डिजाइन एक-दूसरे के पूरक होते हैं और जब इन दोनों में बेहतरीन तालमेल होता है, तभी कोई फिल्म वास्तव में उत्कृष्ट बनती है। उन्होंने कहा कि इस फिल्म में इन दोनों विभागों का समन्वय नई मिसाल पेश करता है। विवेक अग्निहोत्री ने आदित्य धर को एक सुझाव भी दिया और कहा कि वे अपने काम को लेकर सजग रहें, क्योंकि फिल्म 'इंडस्ट्री का सिस्टम कई बार चुनौतीपूर्ण और आकर्षक दोनों हो सकता है। उन्होंने पूरी टीम को 'धुरंधर' बताते हुए सभी के काम की सराहना की।

मर्दानी 3' ओटीटी पर भी सुपरहिट, नेटफ्लिक्स इंडिया पर बनी नंबर 1 फिल्म

वि यश राज फिल्म्स की सुपरहिट फिल्म मर्दानी 3, नेटफ्लिक्स इंडिया पर नंबर 1 फिल्म बन गई है। रानी मुखर्जी की फिल्म 'मर्दानी 3' की सफलता ने इस ब्लॉकबस्टर फ्रेंचाइजी की तीनों फिल्मों को टॉप 10 फिल्मों की सूची में जगह दिला दी है। आज सुबह तक, 'मर्दानी 3' (2026) नंबर 1 स्थान पर है, पहली 'मर्दानी' (2014) नंबर 5 पर और 'मर्दानी 2' (2019) नंबर 7 पर नेटफ्लिक्स इंडिया पर ट्रेड कर रही हैं। यह इस बेहद सराही गई फ्रेंचाइजी के लिए एक बड़ी उपलब्धि है, जो देश की एकमात्र सफल महिला-प्रधान फिल्म फ्रेंचाइजी भी है। 'मर्दानी 3' ने भारत में 53 करोड़ रुपये से अधिक का नेट कलेक्शन किया और यह इस फ्रेंचाइजी की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली फिल्म बन गई। इसके साथ ही, इसने सिनेमाघरों में 50 दिन पूरे किए, जो आज के समय में किसी भी फिल्म के लिए एक दुर्लभ उपलब्धि मानी जाती है। ओपनिंग डे पर 'मर्दानी 3' ने सभी उम्मीदों को पार करते हुए मर्दानी फ्रेंचाइजी और रानी मुखर्जी की सोलो फिल्म के लिए सबसे बड़ी ओपनिंग दर्ज की। फिल्म ने पहले दिन चार करोड़ रुपये का कलेक्शन कर भारत में महिला-प्रधान फिल्मों के लिए एक शानदार शुरुआत की थी। इंडस्ट्री विश्लेषकों का मानना है कि 'मर्दानी' फिल्मों के आपसपास बढ़ती चर्चा थिएट्रिकल रिलीज और ओटीटी प्लेटफॉर्म के बीच बढ़ते तालमेल को दर्शाती है, जहां मजबूत वर्ड-ऑफ-माउथ और क्रिटिकल सराहना पाने वाली फिल्में स्ट्रीमिंग पर लंबे समय तक दर्शकों को आकर्षित करती हैं। इस फ्रेंचाइजी की सफलता यह भी साबित करती है कि मजबूत कहानी और दमदार महिला किरदारों वाली भारतीय फिल्मों की स्थानीय और वैश्विक स्तर पर बड़ी मांग है। 'मर्दानी' फ्रेंचाइजी कहानी कहने की उत्कृष्टता और दर्शकों से जुड़ाव का एक बेचमार्क बन चुकी है और भारतीय सिनेमा की सबसे प्रभावशाली सीरीज में अपनी मजबूत जगह बना चुकी है।



अक्षय कुमार ने बजरंग बाण गाना का निर्माण किया

बॉ लीवुड स्टार अक्षय कुमार ने हनुमान जयंती के अवसर पर गाना बजरंग बाण का निर्माण किया है। रसरज जो महाराज की भावपूर्ण और गहरी आवाज में प्रस्तुत 'बजरंग बाण' भगवान हनुमान के शाश्वत स्वरूप शक्ति, सेवा और अटूट विश्वास से प्रेरित है। इस प्रस्तुति को और खास बनाता है इसका संतुलित तरीके से किया गया आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) का उपयोग। अक्षय कुमार ने इस गाने को इंस्टाग्राम पर साझा करते हुए लिखा, "जहां विश्वास है, वहां सेतु बनते हैं। शक्ति, सेवा और समर्पण - यही है बजरंग बाण का भाव। जय श्री राम। 🙏 श्री हनुमते नमः"

संजय दत्त स्टार 'आखरी सवाल', का टीजर हुआ रिलीज

बॉ लीवुड स्टार संजय दत्त स्टार 'आखरी सवाल', का टीजर रिलीज हो गया है। नेशनल अवॉर्ड विनर फिल्म मेकर अभिजीत मोहन वारंग के निर्देशन में बनी फिल्म 'आखरी सवाल' में संजय दत्त मुख्य भूमिका में हैं और इसे निखिल नंदा ने प्रोड्यूस किया है। इस फिल्म का टीजर रिलीज हो गया है। महात्मा गांधी के निधन के बाद लगाए गए बैन से लेकर बाबरी मस्जिद ढहाने के आरोपों तक, 'आखरी सवाल' ऐसे गंभीर सवाल उठाती है जिनके जवाब लोग लंबे समय से ढूंढ रहे हैं। संजय दत्त के साथ-साथ अमित साध, नमाशी चक्रवर्ती, समीरा रेड्डी, नीतू चंद्रा और त्रिधा चौधरी जैसे शानदार कलाकारों से सजी 'आखरी सवाल' उन फिल्मों में से एक है जिसका दर्शक बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। कहानी विक्की की है, जो एक होनहार लेकिन थोड़ा गुस्सेल स्कॉलर है और प्रोग्रेसिव इंडिया का एक महत्वाकांक्षी युवा है। विक्की अपनी थोसिस रिजेक्ट होने के बाद अपने गुरु प्रोफेसर गोपाल नडकणी पर पक्षपात का आरोप लगाता है। जो शुरू में एक निजी एकेडमिक विवाद होता है, वो बाद में नेशनल टेलीविजन पर होने वाली बहस में बदल जाता है। यह फिल्म भारत के युवाओं के मन में उठने वाले सुलगाते सवालों उनकी उम्मीदों, शंकाओं और ऐतिहासिक घटनाओं व तथ्यों के जरिए सच की उनकी तलाश को दिखाती है। फिल्म के केंद्र में गुरु-शिष्य के बीच का एक जबरदस्त टकराव है, जहां विक्की की लगातार पूछताछ एक गहरे



व्यक्तिगत मकसद का खुलासा करती है। आखिर में, उसका 'आखरी सवाल' एक सदी पुराने ऐसे राज से पर्दा उठाता है जो या तो प्रोफेसर को सही साबित कर सकता है या उन दोनों को बर्बाद। 'निखिल नंदा मोशन पिक्चर्स' के बैनर तले बनी यह फिल्म निखिल नंदा द्वारा पेश की जा रही है, जिन्होंने जियो हॉटस्टार और अन्य प्लेटफॉर्म के लिए कई प्रोजेक्ट्स किए हैं। 'आखरी सवाल' को निखिल नंदा और संजय दत्त ने प्रोड्यूस किया है, जबकि पुनीत नंदा, डॉ. दीपक सिंह, गौरव दुबे और उज्ज्वल आनंद इसके को-प्रोड्यूसर हैं।

हॉरर फिल्म 'बारह नंबर' की शूटिंग जून में होगी शुरू

वि बॉलीवुड अभिनेता-कॉमेडियन और फिल्ममेकर वीर दासकी कंपनी जाजू प्रोडक्शंस की हॉरर फिल्म 'बारह नंबर' की शूटिंग जून में शुरू होगी। अपनी पहली डायरेक्टोरियल फिल्म हैप्पी पटेल: खतरनाक जासूस के बाद, अभिनेता-कॉमेडियन-फिल्ममेकर वीर दास अब एक नए क्रिएटिव स्पेस में कदम रखने जा रहे हैं। उन्होंने अपनी पहली फाउंड-फुटेज हॉरर फिल्म का ऐलान किया है, जो उनके करियर में एक बड़ा बदलाव दर्शाती है। आने वाली फिल्म बारह नंबर में वीर दास एक बार फिर

कवी शास्त्री के साथ काम करेंगे, जहां दोनों मिलकर इस फिल्म का निर्देशन करेंगे। अपनी अलग तरह की कहानी कहने की शैली और मजबूत क्रिएटिव समझ के लिए जाने जाने वाले ये दोनों इस बार हॉरर जॉनर को एक नए अंदाज में पेश करने वाले हैं, जिसमें कहानी को गहराई और प्रभावशाली तरीके से दिखाया जाएगा। फिल्म बारह नंबर की शूटिंग जून से शुरू होगी और इसका पहला शेड्यूल मुंबई में रखा गया है। वीर दास इस फिल्म में भी कई कलाकारों के साथ एक अहम किरदार में नजर आएंगे। यह फिल्म फाउंड-फुटेज हॉरर स्टायल में बनाई जा रही है, जो पारंपरिक डरावनी

फिल्मों से अलग होगी। इसमें मनोवैज्ञानिक गहराई और माहौल के जरिए डर को दिखाया जाएगा, साथ ही इसीानी भावनाओं और अंदरूनी संघर्ष को भी उजागर किया जाएगा। बताया जा रहा है कि इस फिल्म पर काफी समय से काम चल रहा था। इस नए प्रोजेक्ट के साथ वीर दास अपनी रचनात्मक यात्रा को आगे बढ़ा रहे हैं। कॉमेडी से हटकर हॉरर की तरफ उनका यह कदम कहानी कहने के नए प्रयोगों को दर्शाता है। शूटिंग शुरू होने के साथ ही यह फिल्म इंडस्ट्री में चर्चा का विषय बन चुकी है और इसे आने वाले समय की एक दिलचस्प फिल्म माना जा रहा है।



गर्मी में रखें अपनी आंखों को सुरक्षित

पूरे भारत में गर्मी का हाल बेहाल है। बढ़ती गर्मी के कारण व्यक्ति कई प्रकार की बीमारियों का शिकार हो रहा है। इनमें मुख्य है त्वचा सम्बन्धी रोग और दूसरा है नेत्र सम्बन्धी रोग। दिन-ब-दिन तापमान बढ़ता जा रहा है और भीषण गर्मी असहनीय होती जा रही है। ऐसे में लोग गर्मी से अपना बचाव करते हैं। हम अपने शरीर को ऊपर से नीचे तक कपड़े और सनस्क्रीन से ढक सकते हैं, लेकिन हमारी आंखों को हम सुरक्षित नहीं कर पाते। गर्मी की वजह से शरीर से ज्यादा तकलीफ हमारी आंखों को होती है। आंखें न केवल हानिकारक यूवी किरणों के सम्पर्क में आती हैं बल्कि गन्धगी, प्रदूषण से भी प्रभावित होती हैं। हम कुछ ऐसे उपाय बताते जा रहे हैं जिनका उपयोग करके वे अपनी आंखों को इस भीषण गर्मी में संरक्षित होने से बचा सकते हैं।

धूप का चश्मा

जिस तरह आप अपने शरीर को कपड़ों से ढकते हैं, दस्ताने से लेकर टोपी तक, उसी तरह आपकी आंखों की सुरक्षा भी महत्वपूर्ण है। अपने घर से बाहर निकलते समय, यूवी किरणों को सीधे अपनी आंखों में प्रवेश करने से रोकने के लिए आपको सन ग्लास अर्थात् धूप का चश्मा अपनी आंखों पर लगाना चाहिए।

कम से कम 8 घंटे सोएँ

गर्मी के दिनों में प्रयास करके अपनी आंखों को पूरा आराम दें। इसके लिए जरूरी है कि आप कम से कम आठ घंटे की नींद जरूर लें। आठ घंटे की नींद लेने न केवल आपकी आंखें पूरी तरह से सुरक्षित रहती हैं अपितु यह आपके शरीर को भी पूरा आराम प्रदान करता है। साथ ही आपके इम्युनिटी पावर को भी बरकरार रखता है।

ठंडे पानी से आंखें धोएं

अपनी आंखों को ठंडा रखने के लिए उन्हें ठंडे पानी से बार-बार धोने की कोशिश करें। ठंडा पानी आंखों से गर्मी को दूर करने में मदद करता है और उन्हें बेहतर महसूस कराता है। अपनी आंखों को लुब्रिकेट करें हमारी आंखें नमी खो देती हैं और सूखी और खुजलीदार हो जाती हैं। ऐसे में ढेर सारा पानी पीकर शरीर को हाइड्रेट रखना चाहिए। जो लोग ऑफिस में लगातार कम्प्यूटर के सामने बैठकर काम करते हैं उन्हें अपनी आंखों को लेकर सजीवगी बरतनी चाहिए। उन्हें कम्प्यूटर पर काम शुरू करने से पहले अपनी आंखों को आई ड्रॉप्स से धोना चाहिए। आठ से दस घंटे लगातार कम्प्यूटर पर काम करने वाले लोगों को ऐसा कम से कम 3 बार करना चाहिए। आंखों में आई ड्रॉप्स डालने से आंखों की चिकनाई बरकरार रहती है।

सनस्क्रीन का प्रयोग करने से बचें

अधिकांश युवा अपने चेहरे को सन स्क्रीन से बचाने के लिए क्रीम का प्रयोग करते हैं। इस क्रीम को लगाते वक़्त वे उसको पलकों और भौंह पर भी लगा देते हैं। यदि आप ऐसा करते हैं तो यह गलत है। आपको अपनी पलकों या आंखों पर सनस्क्रीन लगाने से बचाव करना चाहिए, क्योंकि इससे वे लाल और खुजलीदार हो सकते हैं।



अगर आप गैस और एसिडिटी जैसी समस्या के लिए दवाएं खा रहे हैं, तो इसे एकदम बंद कर दें, यह शरीर के पोषक तत्वों को खत्म कर सकती है।

एसिडिटी और गैस बनना आम समस्याएं हैं, जिनसे रोजाना बहुत से लोग परेशान रहते हैं। अगर आप इससे राहत पाने के लिए पैनटोजेन जैसी कोई दवाएं ले रहे हैं, तो आप बड़ी गलती कर रहे हैं। इनके अधिक सेवन से आपके शरीर में विटामिन बी12, मैग्नीशियम, कैल्शियम, विटामिन डी सहित कई सारे पोषक तत्वों की कमी आ सकती है जिससे शरीर में इनके कई प्रभाव देखने को मिलते हैं। इन दवाओं के अधिक सेवन से शरीर में

गैस और एसिडिटी की दवाएं बंद करें, आजमाएं ये आयुर्वेदिक नुस्खे

कमजोरी होना, थकान, कमजोरी और ऊर्जा की कमी जैसे लक्षण महसूस हो सकते हैं। अगर आप एसिडिटी सहित पेट की अन्य समस्याओं जैसे अपच, सीने में जलन, एसिड रिफ्लक्स, कब्ज, पेट फूलना आदि से राहत पाना चाहते हैं, तो आपको दवाओं पर डिपेंड होने की बजाय कुछ घरेलू उपाय आजमाने चाहिए।

कच्चा जीरा है एसिडिटी का तगड़ा इलाज

एसिडिटी से राहत पाने के लिए आप जीरे का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए आप खाने से पहले थोड़ा सा कच्चा जीरा चबाएं और थोड़ा गुनगुना पानी पी लें, जब तक वो चबना जाए।

ठंडा दूध

बहुत थोड़ी मात्रा में ठंडा दूध लें और उसमें आधा चम्मच गुलकंद मिलाकर दें। इस मिश्रण को लेने से आपको एसिडिटी को बिना दवाओं के ठीक

करने में मदद मिल सकती है।

एंटासिड से हो जाएं सावधान

सुबह खाली पेट एंटासिड की दवाएं लेना आपकी सेहत को बर्बाद कर सकता है। बाजार में एंटासिड दवाएं धड़ले से बिक रही हैं जोकि आपकी सेहत के लिए खतरनाक हैं। इनमें सोडियम कार्बोनेट होने की वजह से कुछ घरेलू उपाय आजमाने चाहिए।

आपको डॉक्टर के पास कब जाना चाहिए

अगर आपको यह उपाय आजमाने के बाद भी आराम नहीं मिल रहा और लक्षण बिगड़ते जा रहे हैं, तो आपको तुरंत डॉक्टर के पास जाना चाहिए। इसके अलावा आपको सांस लेने में तकलीफ हो, या जबड़े या बांह में दर्द हो रहा है, तो सावधान रहें क्योंकि यह दिल का दौरा पड़ने के संकेत और लक्षण हो सकते हैं।

एसिडिटी के लक्षण

- सीने में जलन होना, खासकर खाने के बाद, जो रात में या लेटते समय बदतर हो सकती है
- भोजन या खट्टे तरल पदार्थ वापस आना
- ऊपरी पेट या सीने में दर्द
- निगलने में परेशानी
- पेट फूलना और भारीपन



सरसों को तेल हमारे किचन में बहुत आसानी से उपलब्ध होता है और यह हमारे स्वास्थ्य के लिए अच्छा भी होता है। लेकिन क्या आपको यह पता है कि यह हमारे हार्ट हेल्थ के लिए कितना अच्छा है। सरसों के तेल की खासियत बहुत कम लोगों को पता है। सरसों का तेल विटामिन, मिनरल्स, कैल्शियम और आयर्जन जैसे तत्वों से भरपूर होता है, जो आपको सेहतमंद रखने में मदद करते हैं। यह आपके हार्ट के लिए कैसे अच्छा और इसके फायदे क्या हैं।

अल्फा-लिनोलेनिक एसिड

सरसों के तेल में अल्फा-लिनोलेनिक एसिड पाया जाता है, जो एक प्रकार का ओमेगा-3 फैटी एसिड है और यह शरीर के लिए काफी फायदेमंद माना जाता है। आमतौर पर यह हृदय रोगों को नियंत्रित करने में मदद करता है।

दिल की बीमारी के खतरे को कम करता है किचन में रखा ये तेल

कोलेस्ट्रॉल को कंट्रोल करता है

सरसों के तेल के प्रत्येक 100 ग्राम में करीब 60 से 70 प्रतिशत मोनोअनसैचुरेटेड फैट होता है, जो कि गुड फैट है और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में मदद करता है। यह हार्ड डिजीज के रिस्क को भी कम करता है।

हार्ट हेल्थ के लिए अच्छा है

रिसर्च गेट में प्रकाशित एक अध्ययन के अनुसार, सरसों के तेल में विटामिन ई और एंटीऑक्सीडेंट पाए जाते हैं, जो हृदय की सेहत को सुरक्षित रखने में मदद कर सकते हैं। इन तत्वों के नियमित सेवन से हृदय रोग का खतरा कम हो जाता है।

इन्फ्लेमेशन को कम करना

सरसों के तेल में एंटी-इन्फ्लेमेटरी प्रॉपर्टी के गुण भी होते हैं, जो शरीर में होने वाले किसी भी प्रकार के इन्फ्लेमेशन को कम कर सकते हैं। यह हृदय संबंधी समस्याओं के रिस्क को कम करने में मदद करता है।

इम्युनिटी स्ट्रॉंग होती है

सरसों के तेल में मौजूद विटामिन और खनिज तत्व शरीर को मजबूत बनाते हैं। जिससे रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है और हार्ट सहित कई बीमारियों के होने का खतरा और भी कम होता है।



पके कटहल को करें डाइट में शामिल

गर्मियों के मौसम में कटहल हर कोई खाना पसंद करता है। इसमें फाइबर की भरपूर मात्रा पाई जाती है जो आपके अच्छे स्वास्थ्य के लिए बहुत ही आवश्यक है। पके कटहल में प्रोटीन भी बहुत ही अधिक मात्रा में पाया जाता है। इसके अलावा इसमें पाया जाने वाला पोटेशियम हृदय संबंधी समस्याओं को दूर रखने में मदद करता है। कटहल आपके लिवर के लिए भी बहुत ही फायदेमंद होता है। तो चलिए आपको बताते हैं कि पका कटहल खाने से आपकी सेहत को और कौन-कौन से फायदे हो सकते हैं।

कटहल के पत्ते भी हैं फायदेमंद कटहल ही नहीं बल्कि उसके पत्ते भी आपके अच्छे स्वास्थ्य के लिए बहुत ही फायदेमंद होते हैं। जिनके मुंह में छाले की समस्या होती है उन्हें कटहल के पत्ते को चबाना चाहिए। इससे उनकी मुंह के छालों में काफी आराम मिलेगा।

पाचन मजबूत गर्मियों में यदि आपको खाना नहीं पच पाता तो आप पके हुए कटहल को अपनी डाइट में शामिल कर सकते हैं। यह पाचन संबंधी समस्याओं को दूर करके आपका वजन सुधारने में भी मदद करता है।

इम्युनिटी होगी स्ट्रॉंग पके कटहल में विटामिन सी भी भरपूर मात्रा में

पाया जाता है। विटामिन-सी आपके शरीर में एक एंटीऑक्सीडेंट के रूप में कार्य करता है। इसका सेवन करने से आपकी इम्युनिटी स्ट्रॉंग होती है। साथ ही यह आपके शरीर के लिए इम्युनिटी बूस्टर की तरह काम करता है।

लिवर रहता है स्वस्थ पके कटहल का सेवन करने से आपका लिवर भी स्वस्थ रहता है। इसमें पाए जाने वाले पोषक तत्व आपके लिवर को मजबूत बनाते हैं। इसमें राइबोफ्लेविन, जिंक, कॉपर और नाइसिन जैसे तत्व पाए जाते हैं जो लिवर को मजबूत बनाने में मदद करते हैं।

दिल रहेगा स्वस्थ पका हुआ कटहल आपके हृदय के लिए भी बहुत ही लाभकारी माना जाता है। इसमें पाया जाने वाला पोटेशियम ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में मदद करता है।

वजन होगा कम पके हुए कटहल में एंटी-इन्फ्लेमेटरी गुण भी पाए जाते हैं जो आपके शरीर में बढ़ते हुए मोटापे को रोकने में मदद करते हैं। इसका अलावा इसे रेसेवरास्ट्रॉल नाम के एंटीऑक्सीडेंट का भी बहुत ही अच्छा स्रोत माना जाता है। यह आपके रक्त के संचार को कंट्रोल करने में भी मदद करता है।

गर्मी में पीजिए ये ड्रिंक्स

इंसान भले घर में हो या घर से बाहर लेकिन गर्मी में थकान, सिर दर्द, सुस्ती, नींद आना आम बात है। हालांकि इन सभी क्रियाओं का असर काम पर भी पड़ता है और पूरा दिन ऐसे ही गुजर जाता है। लेकिन कुछ समर ड्रिंक्स हैं जिन्हें आप कभी भी पी सकते हैं, इससे आपके अंदर तरावट भी बनी रहेगी और आलसीपन भी नहीं रहेगा। तो आइए जानते हैं समर टॉप 5 ड्रिंक्स के बारे में छछ- जी हां, गर्मी के साथ ही कोरोना वायरस के लिहाज से यह काफी सेहतमंद है। खाना खाने के बाद आप इसे कभी भी पी सकते हैं। इससे गर्मी में पाचन तंत्र भी अच्छा होता है और टेस्ट में भी स्वादिष्ट होती है। हालांकि छछ और दही का कभी भी शाम 5 बजे के बाद सेवन नहीं करना चाहिए।

कैरी पना- गर्मी में कैरी का पना पीने से लू नहीं लगती है। खट्टा होने के कारण यह इम्युनिटी बढ़ाने के लिहाज से काफी अच्छा पेय है। बेहतर होगा खट्टे फलों का सेवन रात को नहीं करें। खाना खाने के बाद इसे पीने से पाचन तंत्र अच्छा रहता है और शरीर में तरावट भी बनी रहती है।

ठंडाई- जी हां, बाजार में इसका पैकेट आसानी से उपलब्ध हो जाता है और आप चाहे तो घर पर भी बना सकते हैं। घर पर बनाने के लिए आपको खस के दानों को 3 से 4 घंटे पहले भिगोना है। पहले उसे अच्छे से मिलाकर में पीस लें। उसके साथ थोड़ी से काली मिर्च भी मिलाकर कर दें। पीसने के बाद वह पेस्ट दूध में मिलाकर कर दें। आपकी ठंडाई तैयार है। इसे पीने से भूख भी कम लगती है और शरीर में भी ठंडक पहुंचती है।

आंवले का शरबत- जी हां, गर्मी में आंवले का शरबत पीने से एकदम ताजगी महसूस होती है। यह विटामिन की कमी को भी पूरा करता है। आंवले का शरबत आंख और बालों के लिए भी फायदेमंद है। बेल का शरबत- गर्मी में ठंडक और तंदुरुस्ती बनाए रखने के लिए बेल का शरबत सबसे अधिक कारगर है। इसमें मौजूद विटामिन सी, पोटेशियम, कैल्शियम सहित अन्य पोषक तत्व मौजूद होते हैं। यह इम्युनिटी भी बढ़ाता है।



सिर दर्द की समस्या से छुटकारा पाने के लिए अपनाएं ये घरेलू उपाय

अक्सर सिरदर्द की समस्या से कई लोग झूझते रहते हैं। ज्यादातर काम-काज का प्रेशर रहने से सिरदर्द जैसी परेशानी होती है तनाव, पर्याप्त नींद नहीं लेना, ज्यादा शोर, फोन पर ज्यादा देर बात करना, ज्यादा सोचना, थकावट, सिर में रक्तप्रवाह कम होना जैसे कई कारणों से अक्सर हम सिरदर्द जैसी परेशानी से झूझते हैं। नियमित दो बार 10-20 मिनट ध्यान करने से शरीर व मन दोनों को आराम मिलता है। सिर में रक्तप्रवाह बढ़ता है। जिसके कारण आप सिरदर्द की परेशानी में राहत मिलती है। सिर दर्द की समस्या से छुटकारा पाने के लिए बेहतर होगा की आप शरीर को डिहाइड्रेट होने से बचाए जिससे बचने के लिए अच्छा होगा की आप पर्याप्त मात्रा में पानी पीए जिससे आप खुद को सिरदर्द की परेशानी से बचा सकते हैं। मसल्स और शरीर में खिंचाव रहने से भी सिर दर्द होता है ऐसे में बेहतर होगा की आप थोड़े-थोड़े अंतराल पर स्ट्रेचिंग करें ऐसा करना बेहतर होगा। इन उपायों को करके आप सिरदर्द की परेशानी में राहत पा सकते हैं। सिरदर्द की परेशानी से तुरंत राहत पाने के लिए योग कारगर उपाय है। शरीर में ऑक्सीजन की कमी से भी आप सिरदर्द जैसी समस्या में आराम पा सकते हैं।



तेजपते का इस्तेमाल केवल खाने में डालने तक ही सीमित नहीं है। कई लोगों को ये जानकर हैरानी हो सकती है कि तेजपते के इस्तेमाल से आप अपनी त्वचा व बालों को भी फायदा पहुंचा सकते हैं। आइए, जानते हैं कि किस तरह से आप तेजपते को अपनी सुंदरता बढ़ाने और सेहतमंद बनने के लिए इस्तेमाल कर सकते हैं।

- चेहरे पर दाग, धब्बे या मुहांसे होने पर तेजपता काफी लाभदायक होता है। तेजपते का लेप या फिर तेजपता डालकर उबाले गए पानी से चेहरा धोना, चेहरे को साफ और बेदाग बनाए रखने में मदद करता है।
- तेजपते का पानी सूर्य की किरणों से प्रभावित त्वचा को भी ठीक करने में मदद करता है, और त्वचा की रंगत को समान बनाए रखने में मदद करता है।
- बालों को नर्म, मुलायम और चमकदार बनाए रखने के लिए तेजपते का उपयोग बेहद असरकारक होता है। आप चाहें तो इसे तेल में डालकर उस तेल को बालों की जड़ों में लगा सकते हैं, या फिर इसके पानी से बालों को धो सकते हैं।
- तेजपते का लेप बनाकर बालों में लगाने से रूसी की समस्या से निजात मिल सकती है। इसे लेप को दही में मिलाकर भी लगाया जा सकता है, ताकि सिर की त्वचा में नमी बनी रहे और पोषण भी मिले।

सुंदरता बढ़ाने और सेहतमंद बनने के लिए इस्तेमाल करें तेजपता

तेजपते को सुखाकर उसके पाउडर को मंजन की तरह इस्तेमाल करना, दांतों की सफेदी और चमक बरकरार रखने में कारगर है। आप चाहें तो इसे सप्ताह में एक दिन आजमा सकते हैं।

- अगर किसी को काफी समय से कमर दर्द हो, तो इस काढ़े को पीने से जल्दी आराम मिलता है। आप चाहें तो कमर पर तेजपते के तेल से मालीश भी कर सकते हैं।
- शीत लहर से होने वाले शारीरिक दर्द को भी ये काढ़ा दूर करने में मदद करता है। इसके लिए आप 10 ग्राम तेजपता, 10 ग्राम अजवायन और 5 ग्राम सौंफ को एक साथ पीसकर मिश्रण तैयार कर लें। अब इस मिश्रण को 1 लीटर पानी में डालकर अच्छी तरह से उबाल लें। जब पानी उबलने के बाद 100-150 मिलीलीटर बच जाए तो गैस बंद कर दें। कुछ देर बाद जब ये मिश्रण ठंडा जाएगा तो आपका काढ़ा पीने के लिए तैयार है।
- अगर कहीं पर मोच आ गई हो, तो सूजन और दर्द से राहत देने में तेजपते का काढ़ा सहायक होता है। आप चाहें तो तेजपता को पीसकर उसका लेप भी दर्द वाली जगह पर लगा सकते हैं इससे भी राहत मिलती है।
- अगर नसों में सूजन हो या नसों में खिंचाव, तो भी तेजपते का काढ़ा आराम पहुंचाता है।

संक्षिप्त समाचार

सनकी किंग बना रहा तीसरा खतरनाक डेस्ट्रॉयर, सैटेलाइट तस्वीरों से हुआ खुलासा

प्योंगयांग, एजेंसी। उत्तर कोरिया का सनकी किंग किंग जिओ उन अपनी सैन्य ताकत को तेजी से बढ़ाने में जुटा है। ताजा सैटेलाइट तस्वीरों से पता चला है कि वह अपने तीसरे 5,000 टन के आधुनिक डेस्ट्रॉयर (युद्धपोत) का निर्माण तेजी से कर रहा है। यह जहाज नाम्यो के शिपयार्ड में बनाया जा रहा है, जहां बड़े-बड़े क्रान और मशीनें लगातार काम करती दिखाई दी हैं। इनका इस्तेमाल जहाज के बड़े हिस्सों, रडार और हथियार सिस्टम लगाने के लिए किया जा रहा है। विशेषज्ञों का मानना है कि उत्तर कोरिया अपनी नौसेना को आधुनिक बनाने के लिए रूस से तकनीकी मदद ले सकता है। उत्तर कोरिया का यह कदम दिखाता है कि वह सिर्फ परमाणु नहीं, बल्कि समुद्री ताकत भी बढ़ाना चाहता है। इससे क्षेत्र में सैन्य संतुलन और तनाव दोनों बढ़ सकते हैं। किंग जिओ-उन ने आदेश दिया है कि इस नए युद्धपोत को 10 अक्टूबर तक तैयार किया जाए, जो कि सतारूद पार्टी की स्थापना की वर्षगांठ है। रिपोर्ट के अनुसार, इससे पहले बनाए गए दो डेस्ट्रॉयर चोए ह्योन और कांगों भी लॉन्च हो चुके हैं, लेकिन उनकी पूरी ऑपरेशनल क्षमता पर अभी भी सवाल हैं क्योंकि वे लंबे समय तक बंदरगाह पर ही खड़े रहे हैं।

यूरोप में अलर्ट जारी! घर से करें काम... कम चलाएं गाड़ी व रोके हवाई सफर

लंदन, एजेंसी। खाड़ी क्षेत्र में जारी संघर्ष का असर अब यूरोप तक पहुंच रहा है। यूरोपीय आयोग ने चेतावनी दी है कि यह संकट लंबे समय तक चल सकता है, जिससे ऊर्जा की भारी कमी हो सकती है। आयोग ने लोगों से अपील की है कि वे घर से काम करें, कम गाड़ी चलाएं और हवाई यात्रा घटाएं, ताकि ऊर्जा की बचत हो सके। साथ ही, यूरोपीय देशों से कहा गया है कि वे जल्द से जल्द नवीकरणीय ऊर्जा को बढ़ावा दें। यूरोपीय आयोग ने सदस्य देशों से अपील की है कि वे लोगों को ऊर्जा बचाने के लिए प्रेरित करें, जैसे घर से काम करना, कम यात्रा करना और ईंधन की खपत घटाना। यूरोप का ट्रांसपोर्ट सेक्टर खाड़ी क्षेत्र से आने वाले तेल पर काफी निर्भर है। स्ट्रेट ऑफ डार्मुज बंद होने के कारण तेल सप्लाई प्रभावित हुई है, जिससे संकट और बढ़ गया है। विशेषज्ञों का कहना है कि यह स्थिति 1970 के तेल संकट जैसी हो सकती है, जब ईंधन राशनिंग और नो-कार डे जैसे कदम उठाए गए थे।

कोलंबिया में सड़क हादसा, 2 की मौत, 19 घायल

कोलंबिया, एजेंसी। कोलंबिया के कुडिनामार्का इलाके में एक बड़ा सड़क हादसा हुआ है, जिसमें कम से कम 2 लोगों की मौत हो गई और 19 लोग घायल हो गए। यह दुर्घटना एक टोल प्लाजा के पास हुई, जब एक ट्रक से भरा ट्रक अचानक नियंत्रण खो बैठा। प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, ट्रक के ब्रेक फेल हो गए थे, जिसके कारण वह तेज गति से कई गाड़ियों और एक मोटरसाइकिल से टकरा गया। ट्रकवर के बाद ज़ेरदार धमाके हुए और कई वाहन आग की चपेट में आ गए। हादसे के बाद वहां अफ़रा-तफ़री मच गई और लोग मदद के लिए दौड़ पड़े। घटना की सूचना मिलते ही एंबुलेंस, पुलिस और दमकल की टीम मौके पर पहुंची। घायलों को तुरंत पास के अस्पतालों में भर्ती कराया गया है। प्रशासन ने बताया कि हादसे के कारण सड़क को बंद कर दिया गया है और जांच जारी है। यह हादसा सड़क सुरक्षा को लेकर एक बार फिर सवाल खड़े करता है। विशेषज्ञों का कहना है कि वाहनों की नियमित जांच और सुरक्षा नियमों का पालन बेहद जरूरी है, ताकि ऐसे हादसों को रोका जा सके।

सिंगर जुबीन गर्ग की मौत, पुलिस ने बताई वजह

सिंगापुर एजेंसी। सिंगापुर पुलिस ने भारतीय गायक जुबीन गर्ग की मौत की जांच पूरी कर ली है और साफ किया है कि इसमें किसी भी तरह की साजिश या गड़बड़ी नहीं थी। जांच के अनुसार, उनकी मौत दुर्घटनावश हुई है। पुलिस के मुताबिक, जुबीन गर्ग सितंबर 2025 में एक याद दृष्टि पर गए थे। उन्होंने पहले लाइव जैकेट पहनकर पानी में तैराकी की, लेकिन बाद में उसे उतार दिया। दूसरी बार जब वे पानी में उतरे, तो अकेले और बिना लाइव जैकेट के तैरने लगे। इसी दौरान वे अचानक बेहोश हो गए। उन्हें तुरंत बचाकर याद पर लाया गया और सीपीआर दिया गया।

अमेरिका ने वेनेजुएला के कार्यवाहक राष्ट्रपति पर लगे प्रतिबंध हटाए, रोड़्रिगेज ने बताया सकारात्मक कदम

वाशिंगटन, एजेंसी। संयुक्त राज्य अमेरिका ने वेनेजुएला की कार्यवाहक राष्ट्रपति डेलसी रोड़्रिगेज पर लगे प्रतिबंध हटा दिए हैं। यह जानकारी अमेरिकी वित्त विभाग की वेबसाइट पर जारी एक अपडेट के अनुसार है। अमेरिकी वित्त मंत्रालय के विदेशी संपत्ति नियंत्रण कार्यालय ने बुधवार (स्थानीय समय) को कहा कि रोड़्रिगेज को प्रतिबंध सूची से हटा दिया गया है। वहीं, शिन्हुआ समाचार एजेंसी के अनुसार, इस निर्णय के बारे में और अधिक जानकारी नहीं दी गई है।

रोड़्रिगेज ने इस फैसले का स्वागत किया: सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर एक एक पोस्ट में, रोड़्रिगेज ने इस कदम का स्वागत किया। उन्होंने इसे द्विपक्षीय संबंधों को सामान्य बनाने और मजबूत करने की दिशा में एक सकारात्मक कदम

बताया। इसके साथ ही उन्होंने उम्मीद जताई कि आर्थिक विकास और सहयोग को बढ़ावा देने के लिए



वेनेजुएला पर लगे अतिरिक्त प्रतिबंध हटाए जा सकते हैं। उन्होंने पोस्ट

किया, राष्ट्रपति ट्रंप का निर्णय हमारे देशों के बीच संबंधों को सामान्य बनाने और मजबूत करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। हमें विश्वास है कि यह प्रगति और दृढ़ संकल्प हमारे देश पर लगे अतिरिक्त सक्रिय प्रतिबंधों को हटाने की ओर ले जाएगा।

रोड़्रिगेज ने आगे कहा इससे हमारे लोगों के हित में तीव्र आर्थिक विकास, निवेश और प्रभावी द्विपक्षीय सहयोग को बढ़ावा मिलेगा। आइए, हम सभी के लिए एक समृद्ध वेनेजुएला की दिशा में काम करते रहें! रोड़्रिगेज ने इससे पहले राष्ट्रपति निकोलस मादुरो के अधीन उपराष्ट्रपति के रूप में कार्य किया था। उनकी सरकार के सदस्यों को लक्षित करने वाले उपायों के तहत 2018 में संयुक्त राज्य अमेरिका की ओर से उन पर प्रतिबंध लगाए गए थे। वेनेजुएला में जनवरी में क्या

हुआ? : दरअसल, 3 जनवरी को अमेरिकी सैन्य बलों ने वेनेजुएला के खिलाफ एक ब्याक अभियान चलाया। इसमें मादुरो और उनकी पत्नी को जबरन पकड़कर न्यूयॉर्क ले गए। इसके बाद रोड़्रिगेज ने कार्यवाहक राष्ट्रपति का पदभार संभाला और तब से वाशिंगटन उनके प्रशासन के साथ संपर्क में है। अमेरिका और वेनेजुएला के संबंध लंबे समय से तनावपूर्ण रहे हैं। हाल के महीनों में, संयुक्त राज्य अमेरिका ने कुछ प्रतिबंधों में ढील दी है। विशेष रूप से ऊर्जा क्षेत्र में। वेनेजुएला के पास दुनिया के सबसे बड़े सिद्ध तेल भंडारों में से कुछ हैं। यह वैश्विक तेल परतंत्रण में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। सोमवार को काराकास स्थित अमेरिकी दूतावास ने सात साल बंद रहने के बाद फिर से काम शुरू कर दिया।

एवरेस्ट पर खतरनाक साजिश! टूरिस्ट के खाने में मिलाया जाता था केमिकल

काठमांडू, एजेंसी। दुनिया की सबसे ऊंची चोटी माउंट एवरेस्ट से जुड़ा एक चौंकाने वाला घोटाला सामने आया है, जिसने एडवेंचर टूरिज्म की दुनिया को हिला कर रख दिया है। नेपाल में हुई एक बड़ी जांच में खुलासा हुआ है कि कुछ गाइड और ट्रेकिंग एजेंसियां मिलकर विदेशी पर्यटकों के साथ सुनिश्चित धोखाधड़ी कर रही थीं। जांच एजेंसियों के मुताबिक, गाइड्स पर्यटकों के खाने में बेकिंग सोडा मिलाकर उन्हें जानबूझकर बीमार कर देते थे। इससे पर्यटकों को ऊटी-दस्त और कमजोरी जैसी समस्याएं होने लगती थीं, जो देखने में ऊंचाई पर होने वाली बीमारी (एल्टीट्यूड सिकनेस) या फूड पॉइजनिंग जैसी लगती थीं। जब पर्यटक अचानक बीमार पड़ जाते, तो उन्हें डबाकर तुरंत महंगे हेलिकॉप्टर रेस्क्यू के लिए राजी किया जाता। इसके बाद फर्जी मेडिकल रिपोर्ट और उड़ान दस्तावेज तैयार कर अंतरराष्ट्रीय इश्योरेंस कंपनियों से मोटी रकम वसूली जाती थी।

नेपाल पुलिस ने इस मामले में बड़ी कार्रवाई करते हुए 32 लोगों पर संगठित अपराध और धोखाधड़ी के आरोप लगाए हैं। इसमें ट्रेकिंग कंपनी के मालिक, हेलिकॉप्टर ऑपरेटर और कुछ अस्पतालों के अधिकारी भी शामिल हैं। जांच की शुरुआत इस साल जनवरी में हुई थी, जब तीन प्रमुख रेस्क्यू कंपनियों के छह अधिकारियों को गिरफ्तार किया गया। जांच में सामने आया कि इस पूरे नेटवर्क ने करीब 20 मिलियन डॉलर (लगभग 160 करोड़ रुपये) की धोखाधड़ी की। एक कंपनी पर आरोप है कि उसने 1,248 रेस्क्यू में से 171 मामलों को फर्जी दिखाकर 10 मिलियन डॉलर से ज्यादा की रकम हासिल की। दूसरी कंपनी ने 471 में से 75 रेस्क्यू फर्जी बताकर करीब 8 मिलियन डॉलर की ठगी की, जबकि तीसरी कंपनी ने 71 फर्जी मामलों के जरिए 1 मिलियन डॉलर से ज्यादा वसूले।



इन सभी मामलों में अभियोग पक्ष ने कुल 11.3 मिलियन डॉलर का जुर्माना लगाने की मांग की है। कोर्ट भी इस हार्ड-प्रोफाइल केस को प्राथमिकता के साथ देख रहा है। गौरतलब है कि नेपाल का पर्यटन उद्योग देश की अर्थव्यवस्था की रीढ़ माना जाता है और इससे सीधे या अप्रत्यक्ष रूप से 10 लाख से ज्यादा लोगों को रोजगार मिलता है। लेकिन इस तरह के घोटाले पहले भी सामने आ चुके हैं, जिससे अंतरराष्ट्रीय स्तर पर देश की छवि को नुकसान पहुंचा है। बीते कुछ सालों में कई बड़ी इश्योरेंस कंपनियों ने नेपाल में ट्रेकिंग करने वाले पर्यटकों को कवर देना भी बंद कर दिया था, क्योंकि ऐसे फॉड के मामले लगातार बढ़ रहे थे।

पाकिस्तान को तगड़ा झटका, मुस्लिम देश ने बंद कर दी बड़ी सुविधा, भारत को राहत

इस्लामाबाद, एजेंसी। पश्चिम एशियाई देश कतर ने एक बड़ा कूटनीतिक फैसला लेते हुए पाकिस्तानी नागरिकों के लिए वीजा ऑन अराइवल (पहुंचने पर वीजा) की सुविधा को तत्काल प्रभाव से निलंबित कर दिया है। जहां एक ओर पाकिस्तान इस समय कड़े यात्रा प्रतिबंधों का सामना कर रहा है, वहीं दूसरी ओर भारत और कतर के प्रगाढ़ होते रिश्तों का असर स्पष्ट दिख रहा है। युद्ध जैसी वैश्विक परिस्थितियों के बावजूद, कतर ने भारतीय नागरिकों के लिए वीजा नियमों को उदार बनाए रखा है। पाकिस्तानियों के लिए अनिवार्य हुआ पहले से वीजा लेना कतर में स्थित पाकिस्तानी दूतावास ने मंगलवार को एक आधिकारिक यात्रा परामर्श जारी करते हुए इस बदलाव की पुष्टि की है। दूतावास ने स्पष्ट किया है कि अब बिना पहले से प्राप्त वीजा के कतर पहुंचने वाले पाकिस्तानी यात्रियों को हवाई अड्डे से ही वापस भेजा जा सकता है। दूतावास ने इस फैसले के पीछे मौजूदा क्षेत्रीय हालात और कतर की अतिरिक्त सुरक्षा स्थितियों को मुख्य कारण बताया है। यात्रियों को निर्देश दिया गया है कि वे यात्रा की योजना बनाने से पहले आधिकारिक वेबसाइटों के माध्यम से जानकारी जुटाएं और कतरी वीजा केंद्रों से संपर्क करें। एक तरफ जहां पाकिस्तान के लिए नियम सख्त हुए हैं, वहीं भारत के साथ कतर के संबंध और भी मजबूत नजर आ रहे हैं। 28 फरवरी 2026 से कतर सरकार ने उन सभी प्रवेशी वीजा को अवधि को खतम : ही 30 दिनों के लिए बढ़ा दिया था, जो खत्म होने की कगार पर थे। यह विशेष राहत उन भारतीयों को दी गई थी जो पहले से वहां मौजूद थे। विशेषज्ञों का मानना है कि यह फैसला न केवल दोनों देशों के बीच के सुरक्षा संबंधों को दर्शाता है, बल्कि वैश्विक मंच पर पाकिस्तान की गिरती साख और भारत के बढ़ते प्रभाव का भी प्रतीक है। युद्ध और क्षेत्रीय तनाव के समय में भी भारतीयों के लिए इन सुविधाओं का निर्बाध जारी रहना नई दिल्ली और दोहा के बीच अटूट भरोसे को रेखांकित करता है।

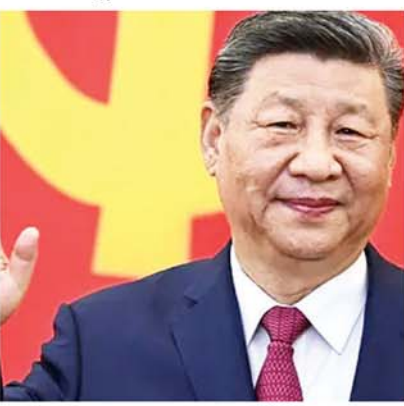


होर्मुज क्राइसिस: तेल संकट में भी चीन मजबूत

बीजिंग, एजेंसी। पश्चिम एशिया में तनाव के चलते स्ट्रेट ऑफ होर्मुज के बंद होने का खतरा दुनिया के कई देशों के लिए चिंता का कारण हुआ है। लेकिन हेरानो की बात यह है कि इस रास्ते से सबसे ज्यादा तेल आयात करने वाला चीन इस संकट से निपटने के लिए काफी हद तक तैयार नजर आता है। चीन खाड़ी देशों से भारी मात्रा में तेल लेता है, लेकिन उसने पिछले कई वर्षों में ऐसी नीतियां अपनाई हैं, जिससे उसकी ऊर्जा पर निर्भरता कम हो गई है। यही वजह है कि अन्य एशियाई देशों के मुकाबले चीन इस संकट को बेहतर तरीके से झेल सकता है। चीन की सरकारी मीडिया भी लोगों को यह भरोसा दिला रही है कि देश के पास अपनी ऊर्जा सुरक्षा मजबूत है और घबराने की जरूरत नहीं है। इलेक्ट्रिक वाहनों से कम हुई तेल की खपत

मजबूत बिजली व्यवस्था

चीन की बिजली व्यवस्था काफी हद तक अपने घरेलू संसाधनों पर आधारित है। यहां



बिजली उत्पादन में कोयले और तेजी से बढ़ती नवीकरणीय ऊर्जा (सोलर और पवन) का बड़ा योगदान है।

इस वजह से चीन को बिजली के लिए ज्यादा आयात पर निर्भर नहीं रहना पड़ता और ऊर्जा जरूरतों को आसानी से पूरा किया जा सकता है। साफ ऊर्जा के विस्तार से चीन को हर साल बढ़ती बिजली मांग को पूरा करने में भी मदद मिल रही है।

तेल के कई स्रोत और बड़ा भंडार

चीन अपनी तेल आपूर्ति को एक ही देश पर निर्भर नहीं रखता। वह रूस, वेनेजुएला

और ईरान समेत कई देशों से तेल खरीदता है, जिससे जोखिम कम हो जाता है। इसके अलावा चीन के पास बड़ा तेल भंडार भी है। अनुमान के मुताबिक, उसके पास इतना स्टॉक है कि वह होर्मुज के रास्ते आने वाले तेल की कमी को करीब सात महीने तक पूरा कर सकता है। यह रणनीति उसे अचानक आने वाले संकट से बचाने में मदद करती है। चीन का घरेलू तेल उत्पादन भी बढ़ा है और पिछले साल यह 43 लाख बैरल प्रतिदिन तक पहुंच गया, जो उसकी कुल जरूरत का एक बड़ा हिस्सा पूरा करता है। साथ ही, चीन ने पाइपलाइन नेटवर्क के जरिए रूस, मध्य एशिया और म्यांमार से तेल और गैस की आपूर्ति सुनिश्चित की है, जिससे समुद्री रास्तों पर निर्भरता कम होती है। हालांकि, भविष्य में और पाइपलाइन परियोजनाएं भी प्रस्तावित हैं, लेकिन उन्हें पूरा होने में अभी समय लगेगा।

भविष्य के लिए मजबूत तैयारी

विशेषज्ञों का मानना है कि चीन धीरे-धीरे विदेशी तेल पर अपनी निर्भरता कम कर रहा है। इलेक्ट्रिक वाहनों और वैकल्पिक ऊर्जा के चलते आने वाले समय में उसकी तेल मांग घट सकती है। इसका मतलब है कि भले ही आयात जारी रहे, लेकिन होर्मुज जैसे रास्तों पर निर्भरता पहले की तरह बढ़ा खतरा नहीं बनेगी। कुल मिलाकर, चीन ने पहले से ही ऐसी तैयारी कर ली है कि वह बड़े ऊर्जा संकट के दौरान भी अपनी अर्थव्यवस्था को संभाल सके।

बेलारूस राष्ट्रपति का शॉकिंग ऐलान: अब शांति नहीं चाहिए, हम युद्ध की तैयारी कर रहे!

मिन्स्क, एजेंसी। बेलारूस के राष्ट्रपति अलेक्जेंडर लुकाशेंको ने एक बड़ा और चौंकाने वाला बयान देते हुए कहा है कि उनका देश अब शांति के समय में नहीं है, बल्कि युद्ध की तैयारी कर रहा है। यह बयान ऐसे समय में आया है जब रूस-यूक्रेन वार के कारण पूरे यूरोप में तनाव लगातार बढ़ रहा है। लुकाशेंको ने सैन्य अधिकारियों के साथ बैठक में स्पष्ट कहा कि बेलारूस युद्ध नहीं चाहता, लेकिन आसपास के हालात को देखते हुए तैयार रहना जरूरी है। बेलारूस, रूस का करीबी सहयोगी है और उसने यूक्रेन युद्ध के दौरान मॉस्को का समर्थन भी किया है। विशेषज्ञों का मानना है कि यह बयान सिर्फ बयानबाजी नहीं, बल्कि एक रणनीतिक संकेत हो सकता है। इससे यह साफ होता है कि बेलारूस अपनी सेना को मजबूत कर रहा है और किसी भी संभावित संघर्ष के लिए तैयार रहना चाहता है। बेलारूस की सीमाएं सीधे रूस और यूक्रेन के पास हैं, साथ ही कई नाटो देशों के भी करीब हैं। ऐसे में यह बयान नाटो और पश्चिमी देशों के लिए चिंता का विषय बन गया है। इसका असर आम जनता पर भी पड़ सकता है जैसे ज्यादा सैन्य अभ्यास, रक्षा बजट में बढ़ोतरी और सुरक्षा नियमों का सख्त होना। लोगों के जीवन में अस्थिरता बढ़ सकती है। फिलहाल यह साफ नहीं है कि बेलारूस सीधे किसी युद्ध में शामिल होगा या सिर्फ अपनी सुरक्षा मजबूत कर रहा है। लेकिन इतना जरूर है कि इस बयान ने अंतरराष्ट्रीय स्तर पर हलचल मचा दी है और आने वाले दिनों में हालात पर सबकी नजर रहेगी।



ट्रंप ने किया ईरानी सेना को नष्ट करने का दावा, तेहरान ने इसाइल पर दागी मिसाइलें

वाशिंगटन, एजेंसी। पश्चिम एशिया में एक महीने से ज्यादा समय से चल रहे संघर्ष में हालात अब विस्फोटक और बेकाबू हो चुके हैं। इसाइल और अमेरिका का ईरान के साथ जारी भीषण टकराव अब अपने 34वें दिन में प्रवेश कर चुका है और हालात ज्यादा खतरनाक रूप ले चुका है। मिसाइलों की बारिश और लगातार धमाकों ने तबाही का मंजर खड़ा कर दिया है। यह युद्ध अब सीमाओं को तोड़कर वैश्विक खतरा बन गया है, जहां हर पल विनाश और अनिश्चितता का साया गहराता जा रहा है। इसाइली सेना ने कुछ देर पहले दो बयान जारी कर ईरान की धरती से इसाइल की ओर दागी गई मिसाइलों की चेतावनी दी है। चैनल 12 के मुताबिक, इन हमलों से उत्तरी इसाइल में दहशत फैल गई है और इनमें से एक मिसाइल में खतरनाक वारहेड लगा हुआ है।

तीन इंडोनेशियाई शांति सैनिकों की हत्या मामले की जांच में लग सकता है समय: यूएन प्रवक्ता स्टीफन दुजारिक ने कहा कि संयुक्त राष्ट्र को उम्मीद है कि जमीनी हालात चुनौतीपूर्ण होने और घटना स्थल तक पहुंचने में देरी के बावजूद वह जल्द ही जांच की स्थिति के बारे में जानकारी दे पाएगा। दुजारिक ने आगे कहा, 'इन जांचों में

समय लगता है, क्योंकि तकनीकी विशेषज्ञ घटनास्थल पर मौजूद भौतिक साक्ष्यों की जांच करते हैं, जबकि अन्य



विशेषज्ञ संदर्भ का अध्ययन करते हैं और संबंधित पक्षों से संपर्क करके जानकारी एकत्र और सत्यापित करते हैं। डेमोक्रेटिक सांसदों की ट्रंप के भाषण पर दी तीखी प्रतिक्रिया: अमेरिकी कांग्रेस के डेमोक्रेटिक पार्टी के सदस्यों ने राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के राष्ट्र के नाम संबोधन की कड़ी आलोचना की है। सोशल मीडिया पर की गई टिप्पणियों में डेमोक्रेटिक सांसदों ने ट्रंप के भाषण को घृणित और भयावह करार देते हुए कई सवाल उठाए हैं। कांग्रेस सदस्य याम्सीन अंसारी ने ईरान को पाषाण युग में वापस भेजने की ट्रंप की धमकी को नौ करोड़ लोगों वाले देश के बारे में बात करने का एक घृणित और भयावह तरीका

बताया। उन्होंने इस तरह की भाषा के इस्तेमाल पर गहरी चिंता जताई। कांग्रेस सदस्य जिम हड्डम ने कहा कि ट्रंप का भाषण समाप्त होने के एक घंटे के भीतर ही तेल की कीमतों में पांच डॉलर प्रति बैरल की वृद्धि हुई। वहीं, सीनेटर क्रिस वैन होलेन ने ट्रंप के इस दावे को झूठ करार दिया कि उन्होंने दो सप्ताह से अधिक समय पहले हम जुटाए थे। उन्होंने कहा, 'यह भ्रमिष्ठ व्यक्ति हमारे देश और दुनिया के लिए खतरा है।' वैन होलेन ने ट्रंप के बयानों को खतरनाक बताते हुए उनकी मानसिक स्थिति पर भी सवाल उठाए। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने दावा किया कि वाशिंगटन ने ईरानी सेना को नष्ट कर दिया है और अपने युद्ध उद्देश्यों को प्राप्त करने के करीब है। इस बयान के बाद ईरान ने इसाइल पर कई मिसाइलें दागी हैं। ईरान के इस हमले को अमेरिकी राष्ट्रपति के बयान के जवाब के तौर पर दहला जा रहा है। कुवैत में विभिन्न कारणों से जान गंवाने वाले 20 भारतीय नागरिकों के पार्थिव शरीर बुधवार को केरल के कोचीन हवाईअड्डे पर पहुंचे। इनमें तमिलनाडु के रामनाथपुरम जिले के मुथुकुलथुर निवासी स्थानसेल्वम कृष्णन का शव भी शामिल था।

ब्रीफ न्यूज

आईपीएल में आज होगा गुजरात टाइटंस और राजस्थान रॉयल्स में मुकाबला

शाम 07:30 बजे से शुरू होगा मैच अहमदाबाद। इंडियन प्रीमियर लीग (आईपीएल) में शनिवार शाम को गुजरात टाइटंस और राजस्थान रॉयल्स के बीच मुकाबला होगा। इस मैच में दोनो ही टीमें जीत के लिए कोई कसर नहीं रखेंगी। गुजरात की कप्तानी जहां शुभमन गिल के पास है। वहीं रॉयल्स की कप्तान युवा रियान पराग संभालेंगे। इस सत्र में गुजरात की टीम को जहां अपने पहले ही मैच में हार का सामना करना पड़ा था। वहीं रॉयल्स ने अपना पहले ही मैच जीता था। ऐसे में जहां गुजरात सत्र की पहले जीत दर्ज करने उतरेगी। वहीं राजस्थान अपनी जीत के सिलसिले को बरकरार रखना चाहेगी। इन दोनो ही टीमें के बीच पिछले आईपीएल सीजन दो मुकाबले हुए थे जिसमें से एक गुजरात ने जबकि एक राजस्थान ने जीता था। इनके बीच अंतिम मुकाबला जयपुर के सवाई मानसिंह स्टेडियम में खेला गया था जिसमें राजस्थान रॉयल्स की टीम ने जीत हासिल की थी।

दोनों ही टीमें की संभावित अंतिम ग्यारह गुजरात टाइटंस : शुभमन गिल (कप्तान), साई सुदर्शन, जोस बटलर (विकेटकीपर), रनेन फिलिप्स, वाशिंगटन सुंदर, शाहरुख खान, राहुल तेवतिया, राशिद खान, कमिगो रबाडा, मोहम्मद सिराज, प्रसिद्ध कृष्णा। राजस्थान रॉयल्स : रयान पराग (कप्तान), यशस्वी जायसवाल, भैव सूर्यवंशी, ध्रुव जुरेल (विकेटकीपर), शिमरोन हेतमायर, रविंद्र जडेजा, जोफ्रा आर्चर, नंदे बर्गर, संदीप शर्मा, रवि बिश्नोई, बृजेश शर्मा।

एक दशक बाद जिम्बाब्वे का दौरा करेगी ऑस्ट्रेलियाई टीम
सिडनी। ऑस्ट्रेलियाई क्रिकेट टीम इसी साल सितंबर में जिम्बाब्वे का दौरा करेगी। इस दौरे में ऑस्ट्रेलिया तीन मैचों की एकदिवसीय सीरीज खेलेगी। ऑस्ट्रेलियाई टीम एक दशक के बाद जिम्बाब्वे जा रही है। इससे पहले वह साल 2014 में जिम्बाब्वे गयी थी। सीरीज 15 सितंबर को शुरू होगी, जबकि दूसरा और तीसरा मैच 18 और 20 सितंबर को खेला जाएगा। ये सभी मैच हरारे स्पोर्ट्स क्लब में खेले जाएंगे। वहीं इस दौरे को लेकर जिम्बाब्वे बोर्ड उत्साहित है। उसका मानना है कि इससे टीम को आईसीसी पुरुष क्रिकेट विश्व कप 2027 की तैयारी का अवसर मिलेगा। टी20 विश्वकप के मेजबानों में दक्षिण अफ्रीका और नामीबिया के साथ जिम्बाब्वे, भी शामिल है। जिम्बाब्वे क्रिकेट के मैनेजिंग डायरेक्टर गिवमोर माकोनी ने कहा कि यह दौरा टीम के लिए एक अहम मोड़ पर आया है। उन्होंने कहा, हमें ऑस्ट्रेलिया का जिम्बाब्वे में फिर से स्वागत करते हुए बहुत खुशी हो रही है। यह एक बेहद रोमांचक एकदिवसीय सीरीज होने की उम्मीद है। शीर्ष स्तर की टीम के खिलाफ मैच से ही हमारी टीम आगे बढ़ेगी। ये टीम के विकास के लिए भी बहुत जरूरी है। पुरुष क्रिकेट विश्व कप 2027 नजदीक आ रहा है, ऐसे में यह दौरा हमें अपनी तैयारियों को मजबूत करने का एक अच्छा अवसर देता है। हम दक्षिण अफ्रीका और नामीबिया के साथ मिलकर इस टूर्नामेंट की मेजबानी की दिशा में आगे बढ़ रहे हैं।

टाइगर वुड्स ने राइडर कप से नाम वापस लेने के साथ ही खेल से ब्रेक लिया

न्यूयार्क। विश्व के नंबर एक दिग्गज रहे गोल्फर टाइगर वुड्स फिट नहीं होने के कारण राइडर कप गोल्फ टूर्नामेंट में भाग नहीं लेंगे। वुड्स ने खराब सेहत का हवाला देते हुए खेल से ब्रेक लेने की भी घोषणा कर दी है। वुड्स ने कहा है कि वह इलाज के लिए विदेश जा रहे हैं। वह पिछले कुछ समय से गोल्फ से जुड़ी गतिविधियों से दूर थे पर गुरुवार को उन्होंने औपचारिक रूप से राइडर कप की कप्तानी टुकरा दी साथ ही कहा कि वह इलाज के लिए विदेश जा रहे हैं। उन्हें अदालत ने इलाज के लिए देश से बाहर जाने की अनुमति भी दे दी है। वुड्स को पिछले सप्ताह नशे में गाड़ी चलाने के संदेह के कारण गिरफ्तार किया गया था हालांकि कुछ घंटे बाद ही उन्हें जमानत पर रिहा कर दिया गया था। इसी कारण उन्हें विदेश जाने से पहले अदालत से अनुमति लेनी पड़ी है। वुड्स ने एक बयान जारी कर कहा कि वह 'इलाज कराने और अपने स्वास्थ्य पर ध्यान केंद्रित करने के लिए' अनिश्चित काल के लिए खेल से दूर जा रहे हैं। उनके वकील डगलस डंकन ने दायर एक याचिका में न्यायाधीश से वुड्स को उपचार के लिए विदेश जाने की अनुमति देने का अनुरोध किया था। उन्होंने कहा कि वुड्स को इलाज के लिए विदेश इसलिए जाना पड़ रहा है क्योंकि अमेरिका में उनके लिए अपनी निजता बनाये रखना संभव नहीं है।

बार्सिलोना में यूईएफए महिला चैम्पियंस लीग फुटबॉल में खेलती हुई बार्सिलोना और रियल मैड्रिड की टीमों।

लंदन। आईबीएफ और डब्ल्यूबीसी वेल्डरवेट चैम्पियन वेल्स की लॉरेन प्राइस 13 महीने के इंतजार के बाद बॉक्सिंग रिंग में वापसी कर रही हैं। टोक्यो ओलिंपिक में गोल्ड मेडल जीतने वाली लॉरेन ने पिछले साल मार्च में नताशा जोनस को हराकर अपनी बादशाहत साबित की थी। लेकिन उसके बाद से उन्हें रिंग में उतरने का मौका नहीं मिला। अब शनिवार को वे च्यूटो रिको की अजेय बॉक्सर स्टेफनी पिनेरो एक्विनो के खिलाफ अपने खिलाफ का बचाव करने उतरेगी। इतने लंबे समय तक रिंग से दूर रहने के पीछे के कारणों पर लॉरेन ने बॉक्सिंग के अंदरूनी खेल और राजनीति को जिम्मेदार ठहराया। उन्होंने कहा, 'बाहर के लोगों को यह आसानी से समझ नहीं आता। लेकिन अक्सर यह आपके प्रमोटर, पैसों और कॉन्ट्रैक्ट की उलझनों पर निर्भर करता है। जब आप चैम्पियन बन जाते हैं, तो सामने वाले बॉक्सर बहुत ज्यादा पैसों की मांग करते हैं, जिससे मैच तय होने में समय लगता है।' लॉरेन का सफर उनके प्रमोटर 'बॉक्सर' की वित्तीय परेशानियों और कॉन्ट्रैक्ट के मुद्दों के कारण अटक हुआ था। इस दौरान उनके ट्रेनर रॉब मैक्रेकन ने उन्हें संभाला। लॉरेन का साफ कहना है कि वह बॉक्सिंग से जितना हो सके उतना पैसा कमाना चाहती हैं और अपने देश वेल्स में खास विरासत बनाना चाहती हैं। 31 वर्षीय लॉरेन की निजी जिंदगी में भी खुशियां दस्तक देने वाली हैं। 4 अप्रैल के इस मैच के बाद, वे 30 मई को बचपन की दोस्त कारला से शादी करेंगी। उन्होंने पिछले साल ही सगाई की थी। कारला बुजुर्गों की देखभाल से जुड़ा अपना एक बिजनेस चलाती हैं और बॉक्सिंग की दुनिया से उनका कोई लेना-देना नहीं है। लॉरेन कहती हैं कि इससे उन्हें बहुत सुकून मिलता है क्योंकि घर लौटने पर हर वक्त सिर्फ बाक्सिंग की बातें नहीं होती। लॉरेन की सफलता का सफर आसान नहीं रहा है। जब वह सिर्फ तीन दिन की थीं, तब शराब की लत के शिकार उनके माता-पिता ने उन्हें छोड़ दिया था। उन्हें उनके दादा-दादी ने गोद लिया। लॉरेन कहती हैं, 'मुझे अपने माता-पिता की याद नहीं आती। मैं बस अपने दादा-दादी की शुकुगुजार हूँ जिन्होंने मुझे हमेशा प्यार दिया और सिखाया कि कोई भी सपना छोटा या अजीब नहीं होता।

13 महीने बाद रिंग में लौट रहीं चैम्पियन लॉरेन प्राइस

कहा- पैसा कमाना, बॉक्सिंग में विरासत बनाना लक्ष्य; ओलिंपिक चैम्पियन शनिवार को स्टेफनी के खिलाफ उतरेगी

लंदन। आईबीएफ और डब्ल्यूबीसी वेल्डरवेट चैम्पियन वेल्स की लॉरेन प्राइस 13 महीने के इंतजार के बाद बॉक्सिंग रिंग में वापसी कर रही हैं। टोक्यो ओलिंपिक में गोल्ड मेडल जीतने वाली लॉरेन ने पिछले साल मार्च में नताशा जोनस को हराकर अपनी बादशाहत साबित की थी। लेकिन उसके बाद से उन्हें रिंग में उतरने का मौका नहीं मिला। अब शनिवार को वे च्यूटो रिको की अजेय बॉक्सर स्टेफनी पिनेरो एक्विनो के खिलाफ अपने खिलाफ का बचाव करने उतरेगी। इतने लंबे समय तक रिंग से दूर रहने के पीछे के कारणों पर लॉरेन ने बॉक्सिंग के अंदरूनी खेल और राजनीति को जिम्मेदार ठहराया। उन्होंने कहा, 'बाहर के लोगों को यह आसानी से समझ नहीं आता। लेकिन अक्सर यह आपके प्रमोटर, पैसों और कॉन्ट्रैक्ट की उलझनों पर निर्भर करता है। जब आप चैम्पियन बन जाते हैं, तो सामने वाले बॉक्सर बहुत ज्यादा पैसों की मांग करते हैं, जिससे मैच तय होने में समय लगता है।' लॉरेन का सफर उनके प्रमोटर 'बॉक्सर' की वित्तीय परेशानियों और कॉन्ट्रैक्ट के मुद्दों के कारण अटक हुआ था। इस दौरान उनके ट्रेनर रॉब मैक्रेकन ने उन्हें संभाला। लॉरेन का साफ कहना है कि वह बॉक्सिंग से जितना हो सके उतना पैसा कमाना चाहती हैं और अपने देश वेल्स में खास विरासत बनाना चाहती हैं। 31 वर्षीय लॉरेन की निजी जिंदगी में भी खुशियां दस्तक देने वाली हैं। 4 अप्रैल के इस मैच के बाद, वे 30 मई को बचपन की दोस्त कारला से शादी करेंगी। उन्होंने पिछले साल ही सगाई की थी। कारला बुजुर्गों की देखभाल से जुड़ा अपना एक बिजनेस चलाती हैं और बॉक्सिंग की दुनिया से उनका कोई लेना-देना नहीं है। लॉरेन कहती हैं कि इससे उन्हें बहुत सुकून मिलता है क्योंकि घर लौटने पर हर वक्त सिर्फ बाक्सिंग की बातें नहीं होती। लॉरेन की सफलता का सफर आसान नहीं रहा है। जब वह सिर्फ तीन दिन की थीं, तब शराब की लत के शिकार उनके माता-पिता ने उन्हें छोड़ दिया था। उन्हें उनके दादा-दादी ने गोद लिया। लॉरेन कहती हैं, 'मुझे अपने माता-पिता की याद नहीं आती। मैं बस अपने दादा-दादी की शुकुगुजार हूँ जिन्होंने मुझे हमेशा प्यार दिया और सिखाया कि कोई भी सपना छोटा या अजीब नहीं होता।

लंदन। आईबीएफ और डब्ल्यूबीसी वेल्डरवेट चैम्पियन वेल्स की लॉरेन प्राइस 13 महीने के इंतजार के बाद बॉक्सिंग रिंग में वापसी कर रही हैं। टोक्यो ओलिंपिक में गोल्ड मेडल जीतने वाली लॉरेन ने पिछले साल मार्च में नताशा जोनस को हराकर अपनी बादशाहत साबित की थी। लेकिन उसके बाद से उन्हें रिंग में उतरने का मौका नहीं मिला। अब शनिवार को वे च्यूटो रिको की अजेय बॉक्सर स्टेफनी पिनेरो एक्विनो के खिलाफ अपने खिलाफ का बचाव करने उतरेगी। इतने लंबे समय तक रिंग से दूर रहने के पीछे के कारणों पर लॉरेन ने बॉक्सिंग के अंदरूनी खेल और राजनीति को जिम्मेदार ठहराया। उन्होंने कहा, 'बाहर के लोगों को यह आसानी से समझ नहीं आता। लेकिन अक्सर यह आपके प्रमोटर, पैसों और कॉन्ट्रैक्ट की उलझनों पर निर्भर करता है। जब आप चैम्पियन बन जाते हैं, तो सामने वाले बॉक्सर बहुत ज्यादा पैसों की मांग करते हैं, जिससे मैच तय होने में समय लगता है।' लॉरेन का सफर उनके प्रमोटर 'बॉक्सर' की वित्तीय परेशानियों और कॉन्ट्रैक्ट के मुद्दों के कारण अटक हुआ था। इस दौरान उनके ट्रेनर रॉब मैक्रेकन ने उन्हें संभाला। लॉरेन का साफ कहना है कि वह बॉक्सिंग से जितना हो सके उतना पैसा कमाना चाहती हैं और अपने देश वेल्स में खास विरासत बनाना चाहती हैं। 31 वर्षीय लॉरेन की निजी जिंदगी में भी खुशियां दस्तक देने वाली हैं। 4 अप्रैल के इस मैच के बाद, वे 30 मई को बचपन की दोस्त कारला से शादी करेंगी। उन्होंने पिछले साल ही सगाई की थी। कारला बुजुर्गों की देखभाल से जुड़ा अपना एक बिजनेस चलाती हैं और बॉक्सिंग की दुनिया से उनका कोई लेना-देना नहीं है। लॉरेन कहती हैं कि इससे उन्हें बहुत सुकून मिलता है क्योंकि घर लौटने पर हर वक्त सिर्फ बाक्सिंग की बातें नहीं होती। लॉरेन की सफलता का सफर आसान नहीं रहा है। जब वह सिर्फ तीन दिन की थीं, तब शराब की लत के शिकार उनके माता-पिता ने उन्हें छोड़ दिया था। उन्हें उनके दादा-दादी ने गोद लिया। लॉरेन कहती हैं, 'मुझे अपने माता-पिता की याद नहीं आती। मैं बस अपने दादा-दादी की शुकुगुजार हूँ जिन्होंने मुझे हमेशा प्यार दिया और सिखाया कि कोई भी सपना छोटा या अजीब नहीं होता।

लंदन। आईबीएफ और डब्ल्यूबीसी वेल्डरवेट चैम्पियन वेल्स की लॉरेन प्राइस 13 महीने के इंतजार के बाद बॉक्सिंग रिंग में वापसी कर रही हैं। टोक्यो ओलिंपिक में गोल्ड मेडल जीतने वाली लॉरेन ने पिछले साल मार्च में नताशा जोनस को हराकर अपनी बादशाहत साबित की थी। लेकिन उसके बाद से उन्हें रिंग में उतरने का मौका नहीं मिला। अब शनिवार को वे च्यूटो रिको की अजेय बॉक्सर स्टेफनी पिनेरो एक्विनो के खिलाफ अपने खिलाफ का बचाव करने उतरेगी। इतने लंबे समय तक रिंग से दूर रहने के पीछे के कारणों पर लॉरेन ने बॉक्सिंग के अंदरूनी खेल और राजनीति को जिम्मेदार ठहराया। उन्होंने कहा, 'बाहर के लोगों को यह आसानी से समझ नहीं आता। लेकिन अक्सर यह आपके प्रमोटर, पैसों और कॉन्ट्रैक्ट की उलझनों पर निर्भर करता है। जब आप चैम्पियन बन जाते हैं, तो सामने वाले बॉक्सर बहुत ज्यादा पैसों की मांग करते हैं, जिससे मैच तय होने में समय लगता है।' लॉरेन का सफर उनके प्रमोटर 'बॉक्सर' की वित्तीय परेशानियों और कॉन्ट्रैक्ट के मुद्दों के कारण अटक हुआ था। इस दौरान उनके ट्रेनर रॉब मैक्रेकन ने उन्हें संभाला। लॉरेन का साफ कहना है कि वह बॉक्सिंग से जितना हो सके उतना पैसा कमाना चाहती हैं और अपने देश वेल्स में खास विरासत बनाना चाहती हैं। 31 वर्षीय लॉरेन की निजी जिंदगी में भी खुशियां दस्तक देने वाली हैं। 4 अप्रैल के इस मैच के बाद, वे 30 मई को बचपन की दोस्त कारला से शादी करेंगी। उन्होंने पिछले साल ही सगाई की थी। कारला बुजुर्गों की देखभाल से जुड़ा अपना एक बिजनेस चलाती हैं और बॉक्सिंग की दुनिया से उनका कोई लेना-देना नहीं है। लॉरेन कहती हैं कि इससे उन्हें बहुत सुकून मिलता है क्योंकि घर लौटने पर हर वक्त सिर्फ बाक्सिंग की बातें नहीं होती। लॉरेन की सफलता का सफर आसान नहीं रहा है। जब वह सिर्फ तीन दिन की थीं, तब शराब की लत के शिकार उनके माता-पिता ने उन्हें छोड़ दिया था। उन्हें उनके दादा-दादी ने गोद लिया। लॉरेन कहती हैं, 'मुझे अपने माता-पिता की याद नहीं आती। मैं बस अपने दादा-दादी की शुकुगुजार हूँ जिन्होंने मुझे हमेशा प्यार दिया और सिखाया कि कोई भी सपना छोटा या अजीब नहीं होता।



लंदन। आईबीएफ और डब्ल्यूबीसी वेल्डरवेट चैम्पियन वेल्स की लॉरेन प्राइस 13 महीने के इंतजार के बाद बॉक्सिंग रिंग में वापसी कर रही हैं। टोक्यो ओलिंपिक में गोल्ड मेडल जीतने वाली लॉरेन ने पिछले साल मार्च में नताशा जोनस को हराकर अपनी बादशाहत साबित की थी। लेकिन उसके बाद से उन्हें रिंग में उतरने का मौका नहीं मिला। अब शनिवार को वे च्यूटो रिको की अजेय बॉक्सर स्टेफनी पिनेरो एक्विनो के खिलाफ अपने खिलाफ का बचाव करने उतरेगी। इतने लंबे समय तक रिंग से दूर रहने के पीछे के कारणों पर लॉरेन ने बॉक्सिंग के अंदरूनी खेल और राजनीति को जिम्मेदार ठहराया। उन्होंने कहा, 'बाहर के लोगों को यह आसानी से समझ नहीं आता। लेकिन अक्सर यह आपके प्रमोटर, पैसों और कॉन्ट्रैक्ट की उलझनों पर निर्भर करता है। जब आप चैम्पियन बन जाते हैं, तो सामने वाले बॉक्सर बहुत ज्यादा पैसों की मांग करते हैं, जिससे मैच तय होने में समय लगता है।' लॉरेन का सफर उनके प्रमोटर 'बॉक्सर' की वित्तीय परेशानियों और कॉन्ट्रैक्ट के मुद्दों के कारण अटक हुआ था। इस दौरान उनके ट्रेनर रॉब मैक्रेकन ने उन्हें संभाला। लॉरेन का साफ कहना है कि वह बॉक्सिंग से जितना हो सके उतना पैसा कमाना चाहती हैं और अपने देश वेल्स में खास विरासत बनाना चाहती हैं। 31 वर्षीय लॉरेन की निजी जिंदगी में भी खुशियां दस्तक देने वाली हैं। 4 अप्रैल के इस मैच के बाद, वे 30 मई को बचपन की दोस्त कारला से शादी करेंगी। उन्होंने पिछले साल ही सगाई की थी। कारला बुजुर्गों की देखभाल से जुड़ा अपना एक बिजनेस चलाती हैं और बॉक्सिंग की दुनिया से उनका कोई लेना-देना नहीं है। लॉरेन कहती हैं कि इससे उन्हें बहुत सुकून मिलता है क्योंकि घर लौटने पर हर वक्त सिर्फ बाक्सिंग की बातें नहीं होती। लॉरेन की सफलता का सफर आसान नहीं रहा है। जब वह सिर्फ तीन दिन की थीं, तब शराब की लत के शिकार उनके माता-पिता ने उन्हें छोड़ दिया था। उन्हें उनके दादा-दादी ने गोद लिया। लॉरेन कहती हैं, 'मुझे अपने माता-पिता की याद नहीं आती। मैं बस अपने दादा-दादी की शुकुगुजार हूँ जिन्होंने मुझे हमेशा प्यार दिया और सिखाया कि कोई भी सपना छोटा या अजीब नहीं होता।

लंदन। आईबीएफ और डब्ल्यूबीसी वेल्डरवेट चैम्पियन वेल्स की लॉरेन प्राइस 13 महीने के इंतजार के बाद बॉक्सिंग रिंग में वापसी कर रही हैं। टोक्यो ओलिंपिक में गोल्ड मेडल जीतने वाली लॉरेन ने पिछले साल मार्च में नताशा जोनस को हराकर अपनी बादशाहत साबित की थी। लेकिन उसके बाद से उन्हें रिंग में उतरने का मौका नहीं मिला। अब शनिवार को वे च्यूटो रिको की अजेय बॉक्सर स्टेफनी पिनेरो एक्विनो के खिलाफ अपने खिलाफ का बचाव करने उतरेगी। इतने लंबे समय तक रिंग से दूर रहने के पीछे के कारणों पर लॉरेन ने बॉक्सिंग के अंदरूनी खेल और राजनीति को जिम्मेदार ठहराया। उन्होंने कहा, 'बाहर के लोगों को यह आसानी से समझ नहीं आता। लेकिन अक्सर यह आपके प्रमोटर, पैसों और कॉन्ट्रैक्ट की उलझनों पर निर्भर करता है। जब आप चैम्पियन बन जाते हैं, तो सामने वाले बॉक्सर बहुत ज्यादा पैसों की मांग करते हैं, जिससे मैच तय होने में समय लगता है।' लॉरेन का सफर उनके प्रमोटर 'बॉक्सर' की वित्तीय परेशानियों और कॉन्ट्रैक्ट के मुद्दों के कारण अटक हुआ था। इस दौरान उनके ट्रेनर रॉब मैक्रेकन ने उन्हें संभाला। लॉरेन का साफ कहना है कि वह बॉक्सिंग से जितना हो सके उतना पैसा कमाना चाहती हैं और अपने देश वेल्स में खास विरासत बनाना चाहती हैं। 31 वर्षीय लॉरेन की निजी जिंदगी में भी खुशियां दस्तक देने वाली हैं। 4 अप्रैल के इस मैच के बाद, वे 30 मई को बचपन की दोस्त कारला से शादी करेंगी। उन्होंने पिछले साल ही सगाई की थी। कारला बुजुर्गों की देखभाल से जुड़ा अपना एक बिजनेस चलाती हैं और बॉक्सिंग की दुनिया से उनका कोई लेना-देना नहीं है। लॉरेन कहती हैं कि इससे उन्हें बहुत सुकून मिलता है क्योंकि घर लौटने पर हर वक्त सिर्फ बाक्सिंग की बातें नहीं होती। लॉरेन की सफलता का सफर आसान नहीं रहा है। जब वह सिर्फ तीन दिन की थीं, तब शराब की लत के शिकार उनके माता-पिता ने उन्हें छोड़ दिया था। उन्हें उनके दादा-दादी ने गोद लिया। लॉरेन कहती हैं, 'मुझे अपने माता-पिता की याद नहीं आती। मैं बस अपने दादा-दादी की शुकुगुजार हूँ जिन्होंने मुझे हमेशा प्यार दिया और सिखाया कि कोई भी सपना छोटा या अजीब नहीं होता।

मैच-7 • पंजाब ने चेन्नई को 5 विकेट से हराया



श्रेयस का पचासा; म्हात्रे की मेहनत पर फिरा पानी

मुंबई। आईपीएल में पंजाब किंग्स की लगातार दूसरी जीत: चेन्नई को 5 विकेट से हराया, कप्तान श्रेयस की फिफ्टी; वैशाख ने 2 विकेट लिए। आईपीएल के 7वें मैच में पंजाब किंग्स ने चेन्नई सुपर किंग्स को 5 विकेट से हरा दिया। यह PBKS की लगातार दूसरी जीत और ऋष्य की लगातार दूसरी हार है। चेपेंक स्टेडियम में टॉस हारकर पहले बैटिंग करने उतरी चेन्नई ने 5 विकेट खोकर 208 रन बनाए। पंजाब ने 18.4 ओवर में 5 ही विकेट के नुकसान पर टारगेट हासिल कर लिया।

श्रेयस का पचासा; म्हात्रे की मेहनत पर फिरा पानी। मुंबई। आईपीएल में पंजाब किंग्स की लगातार दूसरी जीत: चेन्नई को 5 विकेट से हराया, कप्तान श्रेयस की फिफ्टी; वैशाख ने 2 विकेट लिए। आईपीएल के 7वें मैच में पंजाब किंग्स ने चेन्नई सुपर किंग्स को 5 विकेट से हरा दिया। यह PBKS की लगातार दूसरी जीत और ऋष्य की लगातार दूसरी हार है। चेपेंक स्टेडियम में टॉस हारकर पहले बैटिंग करने उतरी चेन्नई ने 5 विकेट खोकर 208 रन बनाए। पंजाब ने 18.4 ओवर में 5 ही विकेट के नुकसान पर टारगेट हासिल कर लिया।

श्रेयस अख्यर

50	रन
29	गेंद
4	चौका
3	छक्का

श्रेयस का पचासा; म्हात्रे की मेहनत पर फिरा पानी। मुंबई। आईपीएल में पंजाब किंग्स की लगातार दूसरी जीत: चेन्नई को 5 विकेट से हराया, कप्तान श्रेयस की फिफ्टी; वैशाख ने 2 विकेट लिए। आईपीएल के 7वें मैच में पंजाब किंग्स ने चेन्नई सुपर किंग्स को 5 विकेट से हरा दिया। यह PBKS की लगातार दूसरी जीत और ऋष्य की लगातार दूसरी हार है। चेपेंक स्टेडियम में टॉस हारकर पहले बैटिंग करने उतरी चेन्नई ने 5 विकेट खोकर 208 रन बनाए। पंजाब ने 18.4 ओवर में 5 ही विकेट के नुकसान पर टारगेट हासिल कर लिया।

IPL 2026 के टॉप-3 विकेट टेकर

विजयकुमार वैशाख	5 विकेट 2 मैच
जयदेव उनदकट SRH	4 विकेट 2 मैच
अंशुल कम्बोजे CSK	4 विकेट 2 मैच

IPL 2026 पॉइंट्स टेबल

रैंक	टीम	मैच	जीत	हार	अंक	NRR
1	PBKS	2	2	0	4	+0.637
2	RR	1	1	0	2	+4.171
3	RCB	1	1	0	2	+2.907
4	DC	1	1	0	2	+1.397
5	MI	1	1	0	2	+0.687
6	SRH	2	1	1	2	+0.469
7	GT	1	0	1	0	-0.509
8	LSG	1	0	1	0	-1.397
9	KKR	2	0	2	0	-1.964
10	CSK	2	0	2	0	-2.562

ऋषिकेश में बनेगा दिव्यांगों के लिए हाईटेक इंडोर बैडमिंटन हॉल

62.67 लाख का फंड मंजूर; प्रतिभाओं को मिलेगा नेशनल-इंटरनेशनल प्लेटफॉर्म। देहरादून। उत्तराखंड के मेधावी दिव्यांग खिलाड़ियों के लिए एक बड़ी और राहत भरी खबर है। राज्य में पहली बार खास तौर पर दिव्यांगजनों के लिए एक आधुनिक (हाईटेक) इंडोर बैडमिंटन हॉल का निर्माण किया जा रहा है। यह हॉल ऋषिकेश में बनेगा। सुविधाओं के अभाव में अपनी प्रतिभा न दिखाने वाले खिलाड़ियों को अब नेशनल और इंटरनेशनल लेवल पर चमकने का मौका मिलेगा। जिलाधिकारी सविन बंसल की इस संवेदनशील पहल पर काम भी शुरू हो गया है। इस पूरे प्रोजेक्ट के लिए जिला खनिज काउंटेराइन फंड से 62.67 लाख रुपए की राशि मंजूर की गई है। प्रोजेक्ट की 3 अहम बातें इंडोर बैडमिंटन हॉल के निर्माण के लिए प्रशासन ने जमीन चिह्नित कर ली है और निर्माण कार्य भी शुरू करवा दिया गया है। प्रोजेक्ट की जिम्मेदारी नगर निगम, ऋषिकेश को सौंपी गई है। डीएम ने 'अर्जेंट नीड बेसिस' पर पहली किस्त के रूप में 25.41 लाख रुपए पहले ही जारी कर दिए हैं। वहीं, संशोधित एस्टीमेट के बाद शेष 37.26 लाख रुपए की अतिरिक्त धनराशि भी मंजूर कर दी गई है। इस हॉल का डिजाइन दिव्यांगों की विशेष जरूरतों को ध्यान में रखकर तैयार किया जा रहा है, ताकि वे बिना किसी बाधा के अपनी प्रैक्टिस कर सकें। सुविधाओं के अभाव में नहीं छिपेगा टैलेंट कई बार ऐसा होता है कि दिव्यांग खिलाड़ियों में गजब की प्रतिभा होती है, लेकिन बुनियादी ढांचे और खेल सुविधाओं के अभाव में उनका टैलेंट दुनिया के सामने नहीं आ पाता।

देहरादून में सचिवालय सुपर लीग का आगाज

पहले दिन सचिवालय 'ए' और 'माइटी 11' की जीत; राहुल और संतोष बने 'मैन ऑफ द मैच'

देहरादून। राजधानी के रायपुर स्थित महाराणा प्रताप क्रिकेट ग्राउंड में बहुप्रतीक्षित 'सचिवालय सुपर लीग 2026' का शानदार आगाज हो गया है। टूर्नामेंट के पहले दिन शुक्रवार को दो रोमांचक मुकाबले खेले गए, जिनमें सचिवालय 'ए' और 'सचिवालय माइटी 11' ने शानदार खेल का प्रदर्शन करते हुए जीत का परचम लहराया। सागर की ताबड़तोड़ बल्लेबाजी, सचिवालय 'ए' ने 58 रन से जीता मैच टूर्नामेंट का उद्घाटन मुकाबला सचिवालय 'ए' और 'सचिवालय रॉयल स्ट्राइकर' के बीच खेला गया। पहले बल्लेबाजी करते हुए सचिवालय 'ए' के बल्लेबाजों ने मैदान के चारों तरफ शॉट लगाए और निर्धारित ओवरों में 6 विकेट के नुकसान पर 234 रनों का विशाल स्कोर खड़ा किया। टीम की तरफ से



सागर ने सबसे ज्यादा 87 रनों की शानदार पारी खेली, जबकि टीएच रॉयल ने 42 रनों का अहम योगदान दिया। रॉयल स्ट्राइकर की ओर से विवेक, रोहित, सूर्या और चंदन को 1-1 विकेट मिला। पहाड़ जैसे 235 रनों के लक्ष्य का पीछा करने उतरी सचिवालय 'रॉयल स्ट्राइकर' की टीम दबाव में बिखर गई और 8 विकेट खोकर 176 रन ही बना सकी। हालांकि, प्रदीप आगरी (57 रन) और नीरज गिरी (43 रन) ने एक छोर संभालकर संघर्ष किया, लेकिन टीम को जीत की दहलीज पार नहीं करा सके।

सागर ने सबसे ज्यादा 87 रनों की शानदार पारी खेली, जबकि टीएच रॉयल ने 42 रनों का अहम योगदान दिया। रॉयल स्ट्राइकर की ओर से विवेक, रोहित, सूर्या और चंदन को 1-1 विकेट मिला। पहाड़ जैसे 235 रनों के लक्ष्य का पीछा करने उतरी सचिवालय 'रॉयल स्ट्राइकर' की टीम दबाव में बिखर गई और 8 विकेट खोकर 176 रन ही बना सकी। हालांकि, प्रदीप आगरी (57 रन) और नीरज गिरी (43 रन) ने एक छोर संभालकर संघर्ष किया, लेकिन टीम को जीत की दहलीज पार नहीं करा सके।

केकेआर के खिलाफ मैच में आईपीएल कोड ऑफ कंडक्ट का उल्लंघन, एक डिमेरिट पॉइंट भी मिला

अभिषेक शर्मा पर मैच फीस का 25% जुर्माना

ईडन गार्डन्स। सनराइजर्स हैदराबाद के ओपनर अभिषेक शर्मा पर आईपीएल मैच के दौरान आचार संहिता के उल्लंघन के लिए जुर्माना लगाया गया है। कोलकाता नाइट राइडर्स के खिलाफ गुरुवार को ईडन गार्डन्स में खेले गए मुकाबले में उन्होंने आईपीएल कोड ऑफ कंडक्ट का उल्लंघन किया, जिसके चलते उन पर मैच फीस का 25% जुर्माना लगाया गया। इसके साथ ही उनके खाते में एक डिमेरिट पॉइंट भी जोड़ दिया गया है।

अभिषेक ने अपनी गलती स्वीकार कर ली है। आईपीएल द्वारा जारी बयान के अनुसार, उन्होंने लेवल-1 के अपराध के तहत मैच रेफरी द्वारा दी गई सजा को मंजूर कर लिया है।

अभिषेक शर्मा पर मैच फीस का 25% जुर्माना लगाया गया। इसके साथ ही उनके खाते में एक डिमेरिट पॉइंट भी जोड़ दिया गया है।



मैच रेफरी का फैसला ही अंतिम

कैच आउट होने पर नाराजगी जताई। मैच रेफरी ने अभी तक उस घटना का खुलासा नहीं किया है, जिसके कारण यह कार्रवाई की गई। हालांकि, माना जा रहा है कि अभिषेक शर्मा ने कैच आउट होने पर थर्ड अंपायर के फैसले पर नाराजगी जताई थी। दरअसल, 8.4 ओवर में अभिषेक शर्मा आउट हो गए। ब्लेसिंग मुजरबानी ने 112 किमी/घंटा की धीमी शॉर्ट ऑफ लेंथ गेंद फेंकी, जिस पर अभिषेक ने पुल शॉट खेला। गेंद डीप स्क्वेयर लेग की ओर गई, जहां बाउंड्री पर मौजूद वरुण चक्रवर्ती तेजी से अपने दाईं ओर भागे, नीचे झुककर शानदार डाइव लगाई और कैच पकड़ लिया।

अभिषेक ने अपनी गलती स्वीकार कर ली है। आईपीएल द्वारा जारी बयान के अनुसार, उन्होंने लेवल-1 के अपराध के तहत मैच रेफरी द्वारा दी गई सजा को मंजूर कर लिया है।

अभिषेक शर्मा पर मैच फीस का 25% जुर्माना लगाया गया। इसके साथ ही उनके खाते में एक डिमेरिट पॉइंट भी जोड़ दिया गया है।

अभिषेक शर्मा पर मैच फीस का 25% जुर्माना लगाया गया। इसके साथ ही उनके खाते में एक डिमेरिट पॉइंट भी जोड़ दिया गया है।

अभिषेक शर्मा पर मैच फीस का 25% जुर्माना लगाया गया। इसके साथ ही उनके खाते में एक डिमेरिट पॉइंट भी जोड़ दिया गया है।

अभिषेक शर्मा

48	21	4/4	228.57
रन	बॉल	4/6	स्ट्राइक रेट

