

## विदेश यात्रा से लौटकर बिना

विश्राम अंतराल के सीधे प्रेस वार्ता करने पहुंचे सीएम डॉ मोहन यादव

त्वरित टिप्पणी  
अभिषेक शर्मा

► वार्ता में मौजूद रहे विदेश यात्रा में साथ रहे प्रशासनिक अधिकारी

► पत्रकारों के जवाब देने में उत्सुक दिखे सीएम मोहन यादव

► सुनाया यात्रा वृत्तांत और साझा किये अनुभव

स्टेट हैंगर पर जनप्रतिनिधियों से मुलाकात करते हुए भोपाल स्थित मुख्यमंत्री निवास पर प्रेस वार्ता में अपनी सफल विदेश यात्रा का वृत्तांत प्रस्तुत किया। अपने सभाओं में उहोने कहा मध्य प्रदेश अब टेक्नोलॉजी और उद्योग में नंबर 1 बनने जा रहा है कुल 78 हजार में ज्यादा का निवेश प्रसारित किया गया इसके तुरंत बाद दिल्ली से भोपाल सीधे एटर हैंगर पर जनप्रतिनिधियों से मुलाकात करते हुए और अब जमीनों और उद्योग में नंबर 1 बनने जा रहा है कुल 78 हजार में ज्यादा का निवेश प्रसारित किया गया इसके तुरंत बाद दिल्ली से भोपाल सीधे एटर हैंगर पर जनप्रतिनिधियों से मुलाकात करते हुए और भागीदारों से जबरदस्त उत्पाद मिलने पर संतोष व्यक्त किया है। उहोने कहा कि वह राज्य में सतत विकास और युवाओं को रोजगार देने के लिए तरपर है। अर्थात् ताकत, तकनीकी क्षमताओं और सांस्कृतिक संबंधों को बढ़ाने वाले मप्र कोल्पना करते हैं। सीएम ने कहा कि, लंदन और जमीनी की यात्रा के द्वेषन संतोष जनक निवेश आया है। सीएम डॉ मोहन यादव के विदेश यात्रा के बाद पहली बार प्रेस कांप्रेस में सीएम ने खुलकर सभी पत्रकारों की विदेश यात्रा को आरोपी आशीष अग्रवाल के समन्वय से प्रेस वार्ता में सभी को खुलकर सवाल करने का मौका मिला। ये पहली बार है जब किसी सीएम ने विदेश यात्रा से आते ही तुरंत बिना अंतराल के प्रेस वार्ता को सम्बोधित किया है, जिसमें मंत्रीण और स्थानीय विधायक और प्रमुख मीडियाकर्मी मौजूद रहे।

## सत्ता और संगठन का दिखा तालमेल

डॉ मोहन यादव के विदेश यात्रा के बाद पहली बार प्रेस कांप्रेस में सीएम ने खुलकर सभी पत्रकारों की विदेश यात्रा को लेकर संभावनाओं पर जवाब दिए जिसमें भाजपा मीडिया प्रभारी आशीष अग्रवाल के समन्वय से प्रेस वार्ता में सभी को खुलकर सवाल करने का मौका मिला। ये पहली बार है जब किसी सीएम ने विदेश यात्रा से आते ही तुरंत बिना अंतराल के प्रेस वार्ता को सम्बोधित किया है, जिसमें मंत्रीण और स्थानीय विधायक और प्रमुख मीडियाकर्मी मौजूद रहे।

## ब्रीफ न्यूज़

मुस्लिम पर्सनल लॉ बोर्ड  
के निशाने पर चंद्रघट्ट

नई दिल्ली। संबल और अजमेर शरीफ पर निशाने अदालतों के फैसलों ने पूर्व मुख्य न्यायाधीश डीवाइं चंद्रघट्ट को निशाने पर ला दिया है। उन पर आरोप लगाया जा रहा है कि उनके फैसले ने देश में धार्मिक स्थलों के सर्वेक्षणों और याचिकाओं के लिए दरवाजे खोल दिए। आल डिड्या मुस्लिम पर्सनल लॉ बोर्ड और समाजवादी पार्टी के सांसदों ने 2023 में चंद्रघट्ट की अध्यक्षता वाली परिसर के सर्वेक्षणों के नामनामी परिसर के सर्वेक्षणों की अनुमति देने वाले फैसले को गलत बताया है।

बांगलादेश में नरसंहार  
रोकने के दूर्घाट उठाए दूर्जुस

सरकार: कर्पसिंह

नई दिल्ली। बरिष्ठ काग्रेस नेता कर्पसिंह ने बांगलादेश में दूर्घाट मर्दों और नेताओं पर हाल में हुए हमलों की चुनाव नीतीजों को निर्दिष्ट की और मोहम्मद यूसुस के नेतृत्व वाली अंतरिम सरकार से नरसंहार को रोकने के लिए तकाल कदम उठाने तथा हिंदू समुदाय को उठानी की सुरक्षा का भरपारा दिलाने का आग्रह किया। यूर्ब कंद्रीय मंत्री ने कहा कि अहमदिया समुदाय और गिरजाघरों के साथ भी यही हुआ है और ये घटनाएं बेहद निर्दोषी हैं।

सिविकम में बस  
दुर्घटनाग्रस्त, 5 की मौत  
15 यात्री घायल हुए

गैंगटॉक। सिविकम के पायांग जिले में अटल सेतु पुल के पास एक बस दुर्घटनाग्रस्त हो गई। इस हादसे में पांच यात्रियों की मौत हो गई, जबकि 15 यात्राल हो गए। यह घटना दोपहर के तीन बजे की है, जब सिलान्यासी से गंगटॉक जा रही बस एनएच-10 से उतर गई और तीसरा नदी के तट पर दुर्घटनाग्रस्त हो गई। मृतकों और यात्रियों की पहचान की जा रही है। मृतकों में महिला भी शामिल है। घायलों को इलाज के लिए रंगारेज स्टेशन पर इसरो ने बताया कि अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन (आईएसएस) के 'एक्सोम-4 मिशन' के लिए चुने गए दो भारतीय गणनायात्रियों ने प्रशिक्षण का प्रारंभिक चरण पूरा कर लिया है। इसरो ने बताया कि अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन पर इसरो एवं अमेरिकी अंतरिक्ष एजेंसी नासा के संयुक्त प्रयास को पूरा करने के लक्ष्य की दिशा में 'एक्सोम मिशन 4' के लिए चुने गए दो गणनायात्रियों जिसमें प्राइम-यूप कैटरन शुभांशु शुक्रला और बैकअप-यूप कैटरन प्रांत बालकृष्णन नायर ने अगस्त

यूके-जर्मनी की यात्रा से लौटे सीएम डॉ मोहन यादव ने कहा-

## जबरदस्त रही यात्रा... मप्र में निवेश के लिए मिला भरपूर रिस्पांस

### 78 हजार करोड़ के मिले प्रस्ताव, हर क्षेत्र में होगा विकास

► दुर्घटनाके लिए आईटी सेक्टर को आगे बढ़ाना है

► हर पल का उपयोग प्रदेश की बेहतरी के लिए किया

सत्ता सुधार ■ भोपाल



अगे कहा कि, हमें दुर्घटनाके लिए आईटी सेक्टर को आगे बढ़ाना है। विदेश में हमने हर क्षेत्र के लिए तरपर है। अर्थात् ताकत, तकनीकी क्षमताओं और सांस्कृतिक संबंधों को बढ़ाने वाले मप्र कोल्पना करते हैं। सीएम ने कहा कि, लंदन और जमीनी की यात्रा के द्वेषन संतोष जनक निवेश आया है। सीएम डॉ मोहन यादव ने जनकारी देते हुए बताया कि, जमीनी से 18 हजार करोड़ के मिले प्रस्ताव के प्रस्ताव का कार्यकारी विकास के लिए तरपर है। अर्थात् ताकत, तकनीकी क्षमताओं और सांस्कृतिक संबंधों को बढ़ाने वाले मप्र कोल्पना करते हैं। सीएम ने कहा कि, लंदन और जमीनी की यात्रा के लिए 2014 से पहले आईटी को लिए किया गया है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भोपाल लौटे। विदेश यात्रा से लौटने पर सीएम हाउस में पत्रकारवारी में उन्होने कहा कि अग्रवाल को बढ़ाने के लिए तरपर है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भोपाल लौटे। विदेश यात्रा से लौटने पर सीएम हाउस में पत्रकारवारी में उन्होने कहा कि अग्रवाल को बढ़ाने के लिए तरपर है।

अगे कहा कि, जमीनी की यात्रा को मैं 2014 से पहले जोड़ रहा। 2014 से पहले आईटी को लिए 2014 में मोदी जी ने इंडिया को लिए किया गया है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भोपाल लौटे। विदेश यात्रा से लौटने पर सीएम हाउस में पत्रकारवारी में उन्होने कहा कि अग्रवाल को बढ़ाने के लिए तरपर है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भोपाल लौटे। विदेश यात्रा से लौटने पर सीएम हाउस में पत्रकारवारी में उन्होने कहा कि अग्रवाल को बढ़ाने के लिए तरपर है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भोपाल लौटे। विदेश यात्रा से लौटने पर सीएम हाउस में पत्रकारवारी में उन्होने कहा कि अग्रवाल को बढ़ाने के लिए तरपर है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भोपाल लौटे। विदेश यात्रा से लौटने पर सीएम हाउस में पत्रकारवारी में उन्होने कहा कि अग्रवाल को बढ़ाने के लिए तरपर है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भोपाल लौटे। विदेश यात्रा से लौटने पर सीएम हाउस में पत्रकारवारी में उन्होने कहा कि अग्रवाल को बढ़ाने के लिए तरपर है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भोपाल लौटे। विदेश यात्रा से लौटने पर सीएम हाउस में पत्रकारवारी में उन्होने कहा कि अग्रवाल को बढ़ाने के लिए तरपर है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भोपाल लौटे। विदेश यात्रा से लौटने पर सीएम हाउस में पत्रकारवारी में उन्होने कहा कि अग्रवाल को बढ़ाने के लिए तरपर है।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव शान्तिकारों को अपनी 6 दिवसीय लंदन और जमीनी की यात्रा से लौटने पर भ



# नाबालिंग बच्चियों की शादी के नाम पर हो रही खरीद फरोख्त : डॉ. सिंह

नाबालिंग बच्चियों की शादी करने का पिता ने लगाया आरोप, शिकायत के बाद भी नहीं हुई सुनवाई

सत्ता सुधार ■ भिंड

मध्यप्रदेश विधानसभा के पूर्व नेता प्रतिपक्ष डॉ. गोविंद सिंह के टिकसरा भवन पर प्रेसवार्ता आयोजित की गई। इस अवसर पर कांग्रेस जिलाध्यक्ष शमानिंह कुशवाहा, जिला शहर अध्यक्ष डॉ. राधेश्याम शर्मा भी मौजूद रहे। डॉ. सिंह ने कहा कि आज मध्यप्रदेश में अपराधियों के हास्पले इने बुलंद हो गए हैं कि कानून का जरा सा भी छोड़ नहीं है, क्योंकि भाजपा सरकार में कानून व्यवस्था पूरी तरह से चरमपंथ हुई है। लहर क्षेत्र में नाबालिंग बच्चियों की शादी के नाम पर खरीदी हो रही है।

उन्होंने कहा कि नाबालिंग लड़कियों का पीड़ित पिता रामप्रकाश शर्मा उर्फ वैध निवासी सिक्की करियावली थाना असवार जिला भिंड अपनी दो नाबालिंग



लड़कियों की शादी रुकवाने के लिए दर-दर भटक रहा है, पर उसकी सुनने वाला कोई नहीं है।

उन्होंने कहा कि पीड़ित पिता पुलिस से लेकर एसडीएम एवं कलंकटर तक फरियाद कर चुका है पर अभी तक कोई ठोस कार्यवाही नहीं की गई। उन्होंने कहा कि ऐसा लगता है

कि भिंड जिला प्रशासन कुम्भकर्ण

करने के तौर पर हो रहा है। डॉ. सिंह ने जिला प्रशासन को चेतावनी देते हुए कहा कि नाबालिंग लड़कियों की खरीद-फरोख्त एवं नाबालिंग बच्चियों की शादी को रुकवाए जाने के लिए ठोस कार्यवाही नहीं की गई।

एवं पती मोना को भी अपने पास रखें हैं, उनसे मिलने भी नहीं देते हैं।

प्रार्थी विवाह होकर ग्राम टोला में अपनी बहन के घर रह रहा है। पीड़ित पिता ने बताया कि उक दोनों नाबालिंग पुत्रियों की शादी लखन एवं अजय पैसा लेकर कर रहे हैं। लखन ने बैंडानी पूर्ण पैसे हड्डपने के लिए उक दोनों पुत्रियों की उप्र आधार कोड में गलत रूप से बढ़वा ले हैं। जो एक आरोपित करता है। पीड़ित ने कहा कि उसकी पात्री आधार कोड में गलत रूप से बढ़वा ले है, जो लालन के गोहद पुलिस ने फरियादी बच्चू सिंह पुत्र दुंडे जाट के आवेदन पर मृतक राकेश जाट के परिजन प्रदीप जाट, सुखवीर जाट, सोबरन जाट को आरोपी बनाया है।

फरियादी को जान से मारने की

नीती से कट्टे से फायर किया। गोली बाएं पैर में लगी। पुलिस ने प्रवीप,

सुखवीर, सोबरन के खिलाफ

मामला दर्ज किया।

शुक्रवार को 8 लोगों पर हुआ

था हत्या का मामला दर्ज

जाट, नवत सिंह जाट, भूरा जाट, नन्देंद जाट, नहे जाट, सत्यम जाट, रिषु जाट, और राहुल जाट के खिलाफ हत्या का मामला पहले ही दर्ज किया जा चुका है।

## सड़क हादसे में युवक की मौत के मामले में चालक को एक साल की सजा

गोहद। नेशनल हाईवे 719 पर डंफर की

टकर से युवक की मौत के मामले में न्यायिक

मजिस्ट्रेट प्रथम श्रेणी गोहद ने आरोपी

चालक को एक साल की सजा सुनाई है।

प्रकरण का संचालन जिला अधियोजन

अधिकारी अरविंद कुमार श्रीवास्तव के

निर्देशन में सहायता जिला अधियोजन

अधिकारी प्रीति यादव ने किया। यादव की

मीडिया सेल प्रभारी शैलेन्द्र कुमार शर्मा ने

बताया 10 फरवरी 2017 को ब्रह्मपुर चंद्र

गुप्ता अपनी कॉर्पोरेशन कार क्रमांक यूपी 92

एस 8553 से ग्वालियर से अपने घर

जालौन जा रहे थे। उनके साथ गाड़ी में राहुल

गुप्ता, कोमलचंद गुप्ता, प्रदुषन दीक्षित, संतोष

साह, आनंद महान अजय महान सवार थे।

गोहद। नेशनल हाईवे 719 पर डंफर की

टकर से युवक की मौत के मामले में न्यायिक

मजिस्ट्रेट प्रथम श्रेणी गोहद ने आरोपी

चालक को एक साल की सजा सुनाई है।

प्रकरण का संचालन जिला अधियोजन

अधिकारी अरविंद कुमार श्रीवास्तव के

निर्देशन में सहायता जिला अधियोजन

अधिकारी प्रीति यादव ने किया। यादव की

मीडिया सेल प्रभारी शैलेन्द्र कुमार शर्मा ने

बताया 10 फरवरी 2017 को ब्रह्मपुर चंद्र

गुप्ता अपनी कॉर्पोरेशन कार क्रमांक यूपी 92

एस 8553 से ग्वालियर से अपने घर

जालौन जा रहे थे। उनके साथ गाड़ी में राहुल

गुप्ता, कोमलचंद गुप्ता, प्रदुषन दीक्षित, संतोष

साह, आनंद महान अजय महान सवार थे।

गोहद। नेशनल हाईवे 719 पर डंफर की

टकर से युवक की मौत के मामले में न्यायिक

मजिस्ट्रेट प्रथम श्रेणी गोहद ने आरोपी

चालक को एक साल की सजा सुनाई है।

प्रकरण का संचालन जिला अधियोजन

अधिकारी अरविंद कुमार श्रीवास्तव के

निर्देशन में सहायता जिला अधियोजन

अधिकारी प्रीति यादव ने किया। यादव की

मीडिया सेल प्रभारी शैलेन्द्र कुमार शर्मा ने

बताया 10 फरवरी 2017 को ब्रह्मपुर चंद्र

गुप्ता अपनी कॉर्पोरेशन कार क्रमांक यूपी 92

एस 8553 से ग्वालियर से अपने घर

जालौन जा रहे थे। उनके साथ गाड़ी में राहुल

गुप्ता, कोमलचंद गुप्ता, प्रदुषन दीक्षित, संतोष

साह, आनंद महान अजय महान सवार थे।

गोहद। नेशनल हाईवे 719 पर डंफर की

टकर से युवक की मौत के मामले में न्यायिक

मजिस्ट्रेट प्रथम श्रेणी गोहद ने आरोपी

चालक को एक साल की सजा सुनाई है।

प्रकरण का संचालन जिला अधियोजन

अधिकारी अरविंद कुमार श्रीवास्तव के

निर्देशन में सहायता जिला अधियोजन

अधिकारी प्रीति यादव ने किया। यादव की

मीडिया सेल प्रभारी शैलेन्द्र कुमार शर्मा ने

बताया 10 फरवरी 2017 को ब्रह्मपुर चंद्र

गुप्ता अपनी कॉर्पोरेशन कार क्रमांक यूपी 92

एस 8553 से ग्वालियर से अपने घर

जालौन जा रहे थे। उनके साथ गाड़ी में राहुल

गुप्ता, कोमलचंद गुप्ता, प्रदुषन दीक्षित, संतोष

साह, आनंद महान अजय महान सवार थे।

गोहद। नेशनल हाईवे 719 पर डंफर की

टकर से युवक की मौत के मामले में न्यायिक

मजिस्ट्रेट प्रथम श्रेणी गोहद ने आरोपी

चालक को एक साल की सजा सुनाई है।

प्रकरण का संचालन जिला अधियोजन

अधिकारी अरविंद कुमार श्रीवास्तव के

निर्देशन में सहायता जिला अधियोजन

अधिकारी प्रीति यादव ने किया। यादव की

मीडिया सेल प्रभारी शैलेन्द्र कुमार शर्मा ने

बताया 10 फरवरी 2017 को ब्रह्मपुर चंद्र

गुप्ता अपनी कॉर्पोरेशन कार क्रमांक यूपी 92

एस 8553 से ग्वालियर से अपने घर

जालौन जा रहे थे









# मूक हत्यारा हाईपर टेंशन

जीवनशैली, काम का बढ़ता दबाव और जरूरत से अधिक महत्वाकांक्षी होना 20 से 30 आयु वर्ग के युवाओं में ब्रेन हैंडिंग का कारण बन रहा है। ब्रेन स्ट्रोक के मामले पहले बुजुर्ग अवस्था में देखे जाते थे वर्तोंके इसके लिए उच्च रक्तचाप और मधुमेह मुख्य कारण होते थे। हाल ही में ऐसे नईजों की संख्या में बृद्धि हुई है जिन्हें बहुत कम उम्र में ब्रेन हैंडिंग का सामाना करना पड़ता है और ऐसा उस जीवन शैली के कारण होता है जिसे वे अपनाते हैं। भारत में ब्रेन स्ट्रोक के मामले सालाना प्रति एक लाख लोगों पर 100 से 150 तक बीच होते हैं जिनमें से 15 से 20 फैसली गामले 30 से कम उम्र के युवाओं के हैं।

मानसिक तनाव, कामकाज के अधिक दबाव, अनियमित दिनवर्या, प्रतिस्पर्धात्मक वातावरण, अच्छी नीट का अभाव, गैर स्वास्थ्य और गलत समय पर खानापान की आदतें, व्यायाम का अभाव और जैनिक कारण ब्रेन हैंडिंग का कारण बन रहे हैं। इन सभी के चलते कम उम्र में ही उच्च रक्तचाप और मधुमेह का शिकार होना पड़ता है जो ब्रेन स्ट्रोक का कारण बनता है। उच्च रक्तचाप मस्तिष्क में रक्तसाव का मुख्य कारण होता है। कई बार मरीजों को उच्च रक्तचाप का पता नहीं होता और इसलिए उन्हें इस बात का अहसास तक नहीं हो पाता कि वे एक टाइम बम लिए बैठे हैं जो फटेने के इंतजार में हैं। कई बार उच्च रक्तचाप भी अधिक मानसिक दबाव को नहीं दर्शाता और यही तनाव बढ़ने पर खतरनाक साबित हो जाता है।

हालिया एक मामले में प्रतिस्पर्धात्मक परीक्षा की तैयारी कर रहे एक 22 वर्षीय युवक को अत्याताल में भर्ती कराया गया जिसे बेबू उच्च स्तर का हाईपर टेंशन था। उसे अधिकैशोषी की हालत में सिर के पिछों हिस्से में दर्द की शिकायत के साथ लाया गया था। सीटी रैकेन में उसके मस्तिष्क के आधार वाले हिस्से में बड़े रक्तसाव का पता चला। कई सप्ताह के बाद उसके उच्च रक्तचाप को नियन्त्रित किया जा सका। मरीज के शरीर के एक हिस्से में अभी सब मिलकर ब्रेन स्ट्रोक का कारण बनते हैं।

## अपनी त्वचा को यूं खूबसूरत रखें...

अपनी त्वचा की खूबसूरती किसे अच्छी नहीं लगती लेकिन इसे बरकरार रखने के लिए मशक्त भी करनी पड़ती है तो आप भी इनका ध्यान रखें। साफ, स्वस्थ और चमकदार त्वचा से हमारा कॉन्फीडेंस बढ़ता है। लेकिन प्राकृतिक रूप से त्वचा को स्वस्थ रखना आसान नहीं है। हालांकि ऐसे कई खाद्य पदार्थ हैं जो हाप्पी सिस्टम को साफ रखते हुए त्वचा को खूबसूरत बनाते हैं। स्क्रिन ट्रीटमेंट और फेसेपक के साथ ही हम त्वचा खाते हैं, यह भी बहुत महत्वपूर्ण है। इसलिए साफ और दमकती त्वचा पाने के लिए खाएं हॉली फड़ चुंबंदर (बीटरस्ट) - यह हमारे शरीर के जहरीले तत्वों को साफ करता है, रक्त और लिपर को साफ करता है और फी रेडिकल्स का सामना करता है। इसके साथ ही, चुंबंदर में पौटीशियम, आयरन, मैग्नीशियम, फास्फोरस, फाइबर और विटामिन ए, बी और सी पाया जाता है।

अनार (पॉम्पोरेट) - यह फल वर्ष भर उपलब्ध रहता है और आप इसका ज्यादा से ज्यादा फायदा उठा सकती हैं। यह हमें फी रेडिकल्स से बचाता है और खुन साफ करता है। अनार पैटीऑक्सीडेंट फल है जो रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है, कोलेस्ट्रोल को कम करता है और रक्त संचार को बेहतर बनाता है।

टमाटर - टमाटर का इस्तेमाल कर अपनी त्वचा को सूखी किरणों से बचाए। ये एकने को कम करता है और त्वचा की अौयालीनेस को भी घटाता है। टमाटर सनबर्न की टीक करने में भी सहायक होते हैं।

मिक्र सल्टीट्रॉयट - त्वचा की समस्याओं से बचने के लिए सुझाव दिया जाता है दूध से परहेज करें लेकिन आप इसके न्यू डियॅट्स, विटामिन्स और मिनरल्स को एज्वॉर्च करने के लिए इसके विकल्प प्रयोग कर सकती हैं। लैविटक एसिड और एंजाइम्स त्वचा को इम्प्रूव करते हैं।

बैरीज - एंटीऑक्सीडेंट्स आपत्तीर पर गहरे रंग के स्ट्रोबेरीज जैसे ब्लूबेरी, मलबेरी और स्ट्राबेरी में पाये जाते हैं। यह खाने की ललक को कम करता है जिससे वजन कम करने में मदद मिलती है।

सॉफ (फेनल) - सॉफ में दो जर्बर्डस्ट गुण पाये जाते हैं; प्लाला, यह एंटीऑक्सीडेंट और डिटोक्सिकायर है। साथ ही, यह त्वचा को टोन करता है और रक्त संचार बेहतर बनाता है। दूसरा, यह त्वचा को हाइड्रेट और मॉन्स्क्युराइज करता है।

पिपरमिंट (एक किस्म का पुदीना) - मिंट या पुदीना रसेस कम करता है और शास संभाल संबंधी परेशनियों को दूर करता है। पिपरमिंट त्वचा के भीतर एथेरोमा जैसे कुछ तत्वों का जमाव हो जाता है और वाहिनियों के कमज़ोर पड़ने लगती हैं। एथेरोमा के जमाव के कारण रक्त का वाहिनियों के भीतर एथेरोमा के कमज़ोर पड़ने लगती हैं। एथेरोमा के जमाव के कारण रक्त वाहिनियों के कमज़ोर पड़ने लगती हैं। एथेरोमा के जमाव के कारण रक्त की आपृति में कमी आती है और अंततः मस्तिष्क उत्क नष्ट हो जाते हैं। रक्त वाहिनियों के कमज़ोर पड़ने से मस्तिष्क के भीतर ही रक्त वाहिनियों फट जाती हैं जिससे रक्त का थका जम जाता है और ये सब मिलकर ब्रेन स्ट्रोक का कारण बनते हैं।



टाविसिन - टाविसिन का लैविटक एसिड और एंजाइम्स त्वचा को इम्प्रूव करते हैं। लैविटक एसिड और एंजाइम्स त्वचा को इम्प्रूव करते हैं।

टमाटर - टमाटर का इस्तेमाल कर अपनी त्वचा को सूखी किरणों से बचाए। ये एकने को कम करता है और त्वचा की अौयालीनेस को भी घटाता है। टमाटर सनबर्न की टीक करने में भी सहायक होते हैं।

मिक्र सल्टीट्रॉयट - त्वचा की समस्याओं से बचने के लिए सुझाव दिया जाता है दूध से परहेज करें लेकिन आप इसके न्यू डियॅट्स, विटामिन्स और मिनरल्स को एज्वॉर्च करने के लिए इसके विकल्प प्रयोग कर सकती हैं। लैविटक एसिड और एंजाइम्स त्वचा को इम्प्रूव करते हैं।

बैरीज - एंटीऑक्सीडेंट्स आपत्तीर पर गहरे रंग के स्ट्रोबेरीज जैसे ब्लूबेरी, मलबेरी और स्ट्राबेरी में पाये जाते हैं। यह खाने की ललक को कम करता है जिससे वजन कम करने में मदद मिलती है।

सॉफ (फेनल) - सॉफ में दो जर्बर्डस्ट गुण पाये जाते हैं; प्लाला, यह एंटीऑक्सीडेंट और डिटोक्सिकायर है। साथ ही, यह त्वचा को टोन करता है और रक्त संचार बेहतर बनाता है। दूसरा, यह त्वचा को हाइड्रेट और मॉन्स्क्युराइज करता है।

पिपरमिंट (एक किस्म का पुदीना) - मिंट या पुदीना रसेस कम करता है और शास संभाल संबंधी परेशनियों को दूर करता है। पिपरमिंट त्वचा के भीतर एथेरोमा जैसे कुछ तत्वों का जमाव हो जाता है और वाहिनियों के कमज़ोर पड़ने लगती हैं। एथेरोमा के जमाव के कारण रक्त का वाहिनियों के भीतर एथेरोमा के कमज़ोर पड़ने लगती हैं। एथेरोमा के जमाव के कारण रक्त की आपृति में कमी आती है और अंततः मस्तिष्क उत्क नष्ट हो जाते हैं। रक्त वाहिनियों के कमज़ोर पड़ने से मस्तिष्क के भीतर ही रक्त वाहिनियों फट जाती हैं जिससे रक्त का थका जम जाता है और ये सब मिलकर ब्रेन स्ट्रोक का कारण बनते हैं।

टाविसिन - टाविसिन का लैविटक एसिड और एंजाइम्स त्वचा को इम्प्रूव करते हैं। लैविटक एसिड और एंजाइम्स त्वचा को इम्प्रूव करते हैं।

टमाटर - टमाटर का इस्तेमाल कर अपनी त्वचा को सूखी किरणों से बचाए। ये एकने को कम करता है और त्वचा की अौयालीनेस को भी घटाता है। टमाटर सनबर्न की टीक करने में भी सहायक होते हैं।

मिक्र सल्टीट्रॉयट - त्वचा की समस्याओं से बचने के लिए सुझाव दिया जाता है दूध से परहेज करें लेकिन आप इसके न्यू डियॅट्स, विटामिन्स और मिनरल्स को एज्वॉर्च करने के लिए इसके विकल्प प्रयोग कर सकती हैं। लैविटक एसिड और एंजाइम्स त्वचा को इम्प्रूव करते हैं।

बैरीज - एंटीऑक्सीडेंट्स आपत्तीर पर गहरे रंग के स्ट्रोबेरीज जैसे ब्लूबेरी, मलबेरी और स्ट्राबेरी में पाये जाते हैं। यह खाने की ललक को कम करता है जिससे वजन कम करने में मदद मिलती है।

सॉफ (फेनल) - सॉफ में दो जर्बर्डस्ट गुण पाये जाते हैं; प्लाला, यह एंटीऑक्सीडेंट और डिटोक्सिकायर है। साथ ही, यह त्वचा को टोन करता है और रक्त संचार बेहतर बनाता है। दूसरा, यह त्वचा को हाइड्रेट और मॉन्स्क्युराइज करता है।

पिपरमिंट (एक किस्म का पुदीना) - मिंट या पुदीना रसेस कम करता है और शास संभाल संबंधी परेशनियों को दूर करता है। पिपरमिंट त्वचा के भीतर एथेरोमा जैसे कुछ तत्वों का जमाव हो जाता है और वाहिनियों के कमज़ोर पड़ने लगती हैं। एथेरोमा के जमाव के कारण रक्त का वाहिनियों के भीतर ही रक्त वाहिनियों फट जाता है जिससे रक्त का थका जम जाता है और ये सब मिलकर ब्रेन स्ट्रोक का कारण बनते हैं।

टाविसिन - टाविसिन का लैविटक एसिड और एंजाइम्स त्वचा को इम्प्रूव करते हैं। लैविटक एसिड और एंजाइम्स त्वचा को इम्प्रूव करते हैं।

टमाटर - टमाटर का इस्तेमाल कर अपनी त्वचा को सूखी किरणों से बचाए। ये एकने को कम करता है और त्वचा की अौयालीनेस को भी घटाता है। टमाटर सनबर्न की टीक करने में भी सहायक होते हैं।

# पहले भावनाओं को व्यक्त करने में मुश्किल होती थी: अनन्या पांडे

हाल ही में ट्रोलिंग और सोशल मीडिया नफरत पर अभिनेत्री अनन्या पांडे ने खुलकर बात की है। अनन्या ने एक शो में इस मुद्दे पर अपने अनुभव साझा किए। अनन्या ने कहा कि ट्रोलिंग और मानसिक रवास्था पर प्रभाव को समझते हुए, उन्होंने थेरेपी सेशन लिया था।

उन्होंने बताया, मैंने पहले थेरेपी ली है, अब उन्होंने नियमित नहीं रहती। मुझे अपनी भावनाओं को बात करने में मुश्किल होती थी, और मैं बहुत उदास रहती थी। सोशल मीडिया के साथ कभी-कभी ऐसा लाता था कि आप कुछ पढ़ते हैं और आपको यह एहसास नहीं होता कि यह आपको प्रभावित कर रहा है, वयोंकि आप सोचते हैं कि मैं ठीक हूं, लेकिन बात में यह आपके अवधेन में गहरे बैठ सकता है। इसके बाद, अनन्या ने बताया कि थेरेपी के माध्यम से वह अपनी भावनाओं को बेहतर तरीके से व्यक्त करने और मानसिक संतुलन बनाने में सक्षम हो पाई है।

ट्रोलिंग और कर्जी खबरों से निपटने के बारे में अनन्या ने कहा, इमानदारी से कहूं तो मेरे बारे में बहुत कुछ कहा गया है, इसलिए मुझे एक खास पल याद नहीं आता। लेकिन कभी-कभी जब मैं किसी कहानी को नियत्रित नहीं कर पाती, तो मुझे

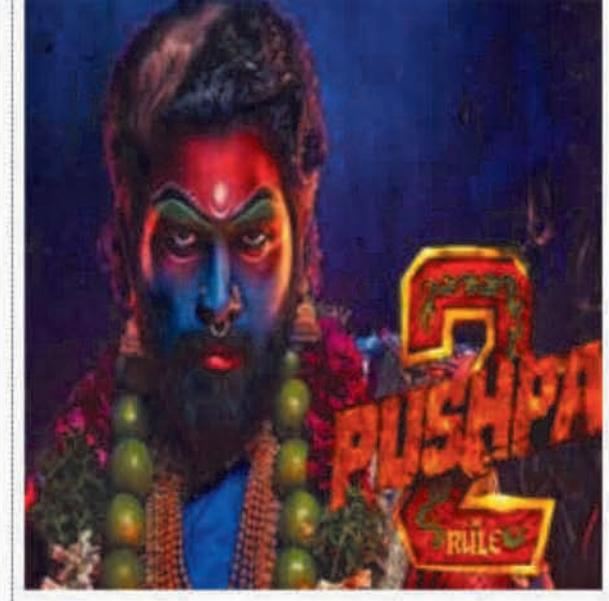
## नयनतारा: बियॉन्ड फेयरीटेल को लेकर चर्चा में नयनतारा



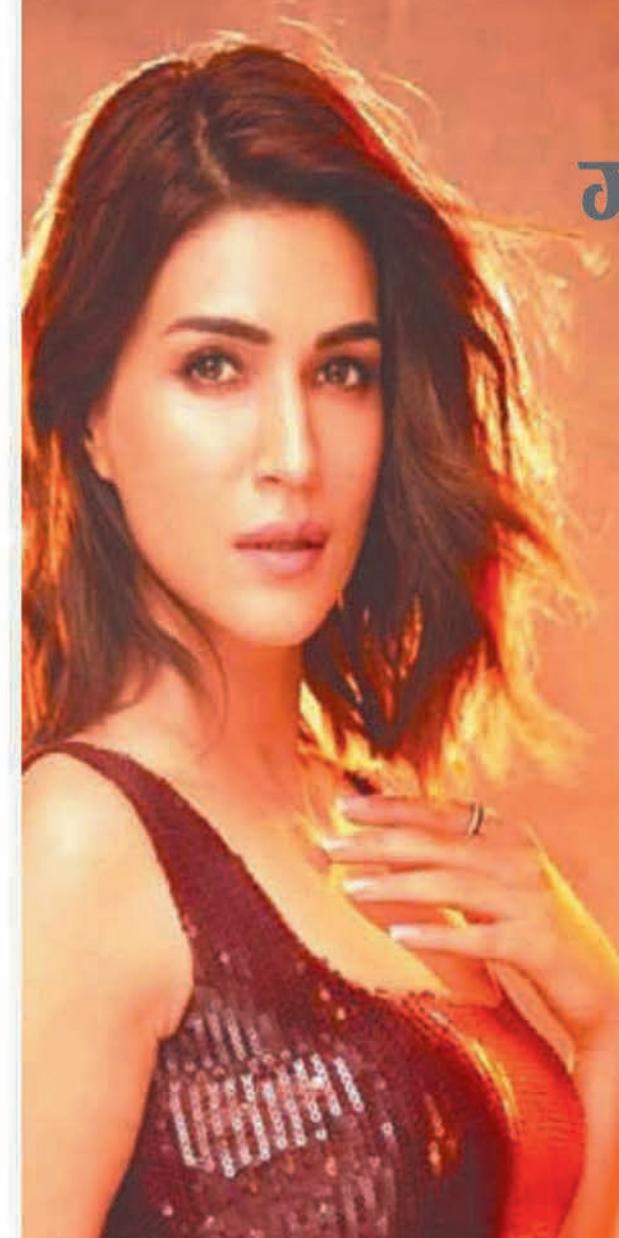
मशहूर एक्ट्रेस नयनतारा हाल ही में रिलीज हुई डॉक्यूमेंट्री नयनतारा-बियॉन्ड फेयरीटेल को लेकर चर्चा में है। एक समय ऐसा था कि जब नयनतारा को अपने वजन के कारण सोशल मीडिया पर ट्रोल किया गया था। यह घटना साल 2005 की है जब नयनतारा फिल्म गजनी में नजर आई थी और फिल्म के रिलीज के बाद, नयनतारा को उनके वजन को लेकर आलोचनाओं का समाना करना पड़ा। ट्रोलर्स ने उन्हें कहा कि वह फिल्म के लिए फिट नहीं थी, और उनके वजन का मजाक उड़ाया। इस ट्रोलिंग ने नयनतारा को काफी दखी किया था। नयनतारा ने इस बारे में कहा कि उन्होंने वहीं किया था कि जायरेटर को पढ़कर उन्हें बहुत बुरा लगता था। इसके बाद, 2007 में जब नयनतारा ने फिल्म बिल्ला में बिकीनी पहनकर एक सीन किया, तो उसे भी ट्रोल किया गया। नयनतारा ने इस बारे में कहा कि उन्होंने इस सीन सिर्फ़ डायरेटर के कहने पर किया था, न विकिरी को कुछ साबित करने के लिए। हालांकि, इन मुश्किलों के बावजूद नयनतारा ने हार नहीं आई और आज वह सात्र फिल्म इंडस्ट्री की सबसे पॉपुलर और टॉप एक्ट्रेस से एक बहुती है। सोशल मीडिया पर उनकी जबरदस्त फैन फॉलोइंग है और लोग उन्हें खूब पसंद करते हैं। इसके अलावा, नयनतारा और धनुष के बीच के विवाद नी भी मीडिया में खूब सुर्खियां बटोरी हैं।

## मनीषा कोइराला ने की आईएफएफआई में शिरकत

बालीवुड अभिनेत्री मनीषा कोइराला ने गोवा में चल रहे 55वें भारतीय अंतर्राष्ट्रीय फिल्म महोत्सव (आईएफएफआई) में शिरकत की। मनीषा ने इस दौरान कहा कि अभिनेत्री रह चुकी हैं शब्द उन्होंने उल्लेख की दर्शकों को अहत करने वाला है। मनीषा ने फिल्म निर्माता विश्वासाद्य मोटानी के साथ बिंग स्क्रीन से स्ट्रीमिंग तक सत्र के दौरान कहा, यह शब्द अक्सर महिला कलाकारों के लिए इस्तेमाल होता है, लेकिन ऑटोटी ने इस बारे को बल दिया है। इस दौरान उन्होंने सिनेमा और ऑटोटी प्लेटफॉर्म के भवित्व और वरिष्ठ कलाकारों पर इसके प्रभाव पर अपने विचार साझा किए। उन्होंने नुसा गुसा और अन्य वरिष्ठ अभिनेत्रियों का उदाहरण देते हुए कहा कि आज ऑटोटी प्लेटफॉर्म ने उम्र और लिंग के बंधनों को तोड़ दिया हुआ दर्शकों से भावनाएं दी हैं। मनीषा ने हाल ही में संजय लीला भास्तीली की बैबी सीरीज 'हीरामंडी-द डायरेटर' से ऑटोटी पर डेब्यू किया। इसमें उन्होंने एक बेशयालय की मालिकाजान की भूमिका निभाई, जो दर्शकों के बीच खूब सराही गई। इस सीरीज में उनके साथ सोनाक्षी पर अवधि और रविष कलाकारों पर इसके दृश्यों के बारे में बात की जाती है। मनीषा ने इससे पहले भास्तीली के साथ फिल्म 'खामोशी-द म्यूजिकल' में काम किया था, जो उनकी शुरुआती वर्चिट किल्नी में से एक थी। अब वह 'हीरामंडी' के दृश्यों से भास्तीली के बारे में बात की जाती है।



## इंडस्ट्री ने मुझे हमेशा गर्मजोशी से स्वीकारा कृति सेनन



भारतीय अंतर्राष्ट्रीय फिल्म महोत्सव (आईएफएफआई) में शिरकत करने हुए बालीवुड अदाकारा कृति सेनन ने नेपोटिज्म और फिल्म इंडस्ट्री में बाहरी लोगों के संघर्ष पर अपनी राय साझा की। कृति ने कहा, इंडस्ट्री ने मुझे हमेशा गर्मजोशी से स्वीकारा है। लेकिन जब आप फिल्मी बैक्यूअंड से नहीं होते, तो आपके लिए वहां पहुंचना थोड़ा मुश्किल होता है। आपको अपनी कारिलियत साबित करने और अपनी जगह बनाने में समय लगता है। उन्होंने कहा कि

फिल्मी पृष्ठभूमि न होने के कारण किसी व्यक्ति के लिए अपने सपनों के अवसर पाने में अधिक समय लगता है। प्रतिक्रियाओं के कारण पर दिखने से लेकर बड़ी फिल्मों पाने तक, सब कुछ मेहनत से ही संभव होता है। हालांकि,

अगर आप अपनी कड़ी मेहनत और लगन से काम करते रहें, तो आपको कोई नहीं रोक सकता। उन्होंने नेपोटिज्म पर इंडस्ट्री के साथ-साथ मीडिया और दर्शकों की बोहोचित किया। कृति ने बताया कि स्टार किंडस को बढ़ावा देने में दर्शकों और मीडिया की रुचि महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। उन्होंने कहा, इंडस्ट्री अकेले नेपोटिज्म के लिए जिम्मेदार नहीं है।

मीडिया और दर्शकों का योगान भी इसमें है। दर्शकों की रुचि के कारण मीडिया स्टार किंडस पर ध्यान केंद्रित करता है, जिससे इंडस्ट्री को लगता है कि दर्शकों की पसंद को ध्यान में रखते हुए फिल्में बनानी चाहिए। यह एक चक्र है। हालांकि, प्रतिक्रिया हमेशा अपनी जगह बनाती है। अगर आप दर्शकों के साथ जुड़ नहीं पाते, तो चाहे किसी भी पृष्ठभूमि से हों, टिक पाना मुश्किल है। काम की बात करें तो कृति को हाल ही में दो पाते में काजूल और शहीर शेख के साथ डबल रोल निभाते हुए देखा गया।

## मास्टर कलास के दौरान दर्शकों का दिल जीत लिया अनुपम खेर ने



बालीवुड अभिनेता अनुपम खेर ने अपनी मास्टर कलास के दौरान 55वें भारतीय अंतर्राष्ट्रीय फिल्म महोत्सव (आईएफएफआई) में दर्शकों का दिल जीत लिया। इस दौरान अनुपम ने इंस्टामार्क पर एक वीडियो पोस्ट करते हुए लिखा, कल आईएफएफआई में मेरी मास्टर कलास के बाद दर्शकों में से किसी महाशय ने एकिंठन के जंगल में शेर रहते हैं, सुना है उसे अनुपम खेर कहते हैं फैरराय। यह बोली है। मनीषा और अन्य अंग लगा रहे। कुछ भी हो सकता है। इसके साथ उन्होंने संघर्षवाद, मास्टरकला की शक्ति हेस्टिंग भी लिखा। अनुपम खेर सोशल मीडिया पर काफी सक्रिय रहता है और हाल ही में उन्होंने सिंगर सोनू निगम और एमएम कीरावती के साथ अपनी एक तस्वीर शेयर की। इस पोस्ट में अनुपम ने अपनी फिल्म 'तन्वी द ग्रेट' की गीत तन्वी द ग्रेट सॉन्ग के लिए सोनू निगम को ध्यान में रखते हुए फिल्में बनानी चाहिए। यह एक चक्र है। हालांकि, प्रतिक्रिया हमेशा अपनी जगह बनाती है। अगर आप दर्शकों के साथ जुड़ नहीं पाते, तो चाहे किसी भी पृष्ठभूमि से हों, टिक पाना मुश्किल है। काम की बात करें तो कृति को हाल ही में दो पाते में काजूल और शहीर शेख के साथ डबल रोल निभाते हुए देखा गया।

## रणिमका और विजय की मुलाकात की तरवीरें वायरल

हाल ही में, एक्ट्रेस रणिमका मंदना और विजय देवरकोंडा को एक लंग डेट पर देखा गया, और इस मुलाकात की तस्वीर सोशल मीडिया पर वायरल हो रही है। हालांकि, रणिमका ने अपनी एक तस्वीर शेयर की जिसमें दब लंग करते हुए नजर आ रही थी, और उन्होंने उसी लंग को पहना था, जो उनके विजय की तस्वीर के साथ लंग डेट पर देखा गया। यह तस्वीर वायरल हो जाने के बाद, वह रणिमका को गोप्य हो गया कि वह किसी साथ लंग डेट पर गए थे। रणिमका ने अपनी तस्वीर के साथ गुड फ्लूट को फोटो लिखा, जो उस समय दोनों एक साथ लंग डेट पर गए थे। रणिमका ने एक तस्वीर किया कि वह किसी के साथ रिलेशनशिप में है, हालांकि उन्होंने यह तस्वीर लिया कि वह कोन है। विजय ने यह भी कहा कि वह एक मज़बूत दोस्ती से पहले किसी रिश्ते में नहीं आते, और 35 साल की उम्र में वह सामान्य है कि वह अकेले रहता है। उनकी यह बात उस विचारधारा को प्रकट करती है कि रिश्ते की शुरुआत मज़बूत दोस्ती से होनी चाहिए, वयोंकि यह एक रिश्ता और स्वयं रिश्ते का आधार होता है। रणिमका के लिए हाज भी बहुत महत्वपूर्ण है, वयोंकि वह जल्दी

पृष्ठा-द रूल में नजर आ रही है। दूसरी ओर, विजय देवरकोंडा अपनी अंगों के लिए एक वीडियो पोस्ट करते हुए, जो उनके फैंस के लिए एक नई फिल्म का अंतर्जाल है। वहाँ देखने वाले देखते हैं कि रणिमका मंदना और विजय देवरकोंडा की रिश्तानशिप के बारे में एक अवधारणा की समय स्टॉटिंग की जाती है। दोनों ने अक्सर एक साथ स्टॉटिंग किया जाता है, और उनकी मुलाकातों को लेकर मीडिया में कई रिपोर्ट्स आते रही हैं। हालांकि, दोनों ने कभी भी अपने रिश्ते को लेकर कोई स्पष्ट बयान नहीं दिया था, जिससे उनके प्रशंसकों और मीडिय









## ब्रीफ न्यूज़

मप्र श्रम कल्याण मंडल द्वारा  
आयोजित खेल प्रतियोगिता  
में शामिल हुए मंत्री राजपूत

सागर। मध्यप्रदेश श्रम कल्याण मंडल द्वारा आयोजित एक दिवसीय श्रमिक खेल कूट प्रतियोगिता का आयोजन खेल परिसर मैदान में किया गया जहां 45 संघानों से लगभग 700 से अधिक प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया प्रतियोगिता में मुख्य अतिथि के रूप में खाद्य नागरिक आर्टिं पर्स उपचोका संरक्षण मंत्री श्री गोविंद सिंह राजपूत शामिल हुए जहां उन्होंने खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन करते हुए कहा कि हर टीम विजेता होती है खेल में हर जीत होती रहती है। जो टीम आज रह गई है वह कली जीती भी हर खिलाड़ी को अपने खेल के लिए इंहें समय देना चाहिए जिससे अगली बार वह और बेहतर प्रदर्शन कर सके। मंत्री श्री राजपूत ने प्रतियोगिता में शामिल विजेता, उप विजेता टीमों सहित खिलाड़ियों के लिए पुरुषकार वितरित करते हुए आयोजक समिति को बधाईयां एवं शेषकामनाएं दीं। इस अवसर पर प्रदर्शन संयुक्त मजदूर संघ के आश्रम, हर्ष वर्धन तोमर, कुद मल्टी फूड प्रॉप्रिल. से सीरेस सिंह, क्षेत्रीय अधिकारी सुनील जैन सहित, देवेन्द्र, पप्पू फुस्केले, जाहर सिंह, नेमी जैन, अनिल पीपरा शामिल रहे।

**बौद्धधम रथ यात्रा का बीना पहुंचने पर हुआ स्वतंत्र**

**बीना/सागर:** बौद्ध धम रथ यात्रा, बीना आगमन पर धर धरतीय सर्विता वीथिसत्त्व भारत रत्न डॉक्टर धीमपाल अंबेडकर जी की प्रतिमा पर भर्ते आनंद बौद्ध भर्ते हर्षवर्धन उपासक रेमेश बौद्ध के द्वारा माल्याणी कर पंचशील बौद्ध वंदना की गई। एवं बौद्ध भर्ते हर्षवर्धन जी का स्वागत वीथिसत्त्व समाजिक कार्यकर्ता उपासक दरशण कुमार अहिवार, हेमराज अहिवार, हीरालाल अहिवार, राम रतन अहिवार, महेंद्र अहिवार, तुलसीराम, श्यामलाल, करकेश बौद्ध, बी. डी. अहिवार, रामेश्वर अहिवार, नंदराम अहिवार, मनोज अहिवार, नंदकिशोर अहिवार, राहुल अहिवार, मनोहर अहिवार, राम प्रसाद अहिवार, राजेंद्र अहिवार, कमलेश अहिवार, राम रतन अहिवार, मुकुदी अहिवार, बालवीज बौद्ध, विमल, पन्नालाल, सुनील, अवधेश, शिखर्चंद अहिवार, वीरेंद्र राजेश्वरी, विजय कुमार अहिवार, रामप्रसाद अहिवार, सभी ने साल श्रीकल भोजन दान देकर भव्य स्वागत किया और सभी को दिनाकर 1 दिसंबर 2024 दिन रविवार को सांची चलो सांची चलो की अपील की गई और सभी को बौद्ध भिशु जी ने आशीर्वाद दिया।

## भजन संध्या के रूप में मनाया गया जन्मदिन यादगार बन गया: सुशील तिवारी महापौर प्रतिनिधि



सत्ता सुधार ■ सागर

स्नाक्षण धाम में पूर्व मंत्री एवं वर्तमान विधायिक भर्ते भृपेंद्र सिंह के पुत्र अभिराज सिंह के जन्मदिन के उत्तराखण्ड में भृपेंद्र सिंह एवं वर्षपूर्व मंत्री एवं वर्तमान विधायिक गोपाल भार्गव की जीड़ी ने सागर जिले में नए राजनीतिक समीकरण बनाने का कार्य प्रारंभ कर दिया है। अभिराज के जन्मदिन के अवसर पर पूर्व कैबिनेट मंत्री एवं वर्तमान विधायिक भर्ते भृपेंद्र भैया ने विजेता टीम के लिए यहां पहुंचकर आशीर्वाद प्रदान किया। महापौर

प्रतिनिधि सुशील तिवारी ने कहा कि यह कार्यक्रम यादगार है। इसी प्रकार के धार्मिक आयोजन जन्मदिन के अवसर पर होते हैं। इस कार्यक्रम की उपस्थिति चाहती है कि भृपेंद्र भैया के कितने चाहने वाले हैं। भृपेंद्र भैया, भृपेंद्र भैया ही रहेंगे। पूर्व मंत्री भार्गव ने कहा कि पिता यदि श्रेष्ठ काम करता है तो संतान की तरह धर्म और संस्कृति के मार्ग पर चलते हैं। अभिराज ने रामायण और महाभारत के प्रेरक उद्घार दिए हैं। इससे उनके संस्कारों की श्रेष्ठता का पता चलता है। पूर्व मंत्री पं भार्गव ने कहा कि जन्मदिन

पुण्य और बड़ी कमाई है कि उसके बच्चों में कोई दुर्दण नहीं आए। उन्होंने कहा कि इस भजन संध्या के कारक मेरे भतीजे विदेश नाच खानों की फूहड़ा के साथ मना जाते हैं। अनेक शादियों में निर्धारित अनुयायी रूप से अवरों खरबों रूपए खर्च किए जाते हैं। वे अपने पिता की बहुत से लोग मनाते हैं, अनेक नवधनाद्यों, उद्योगपतियों के जन्मदिन सी बीच और हिल स्टेनों पर मरम्भी शराबों, विदेश नाच खानों की फूहड़ा के साथ मना जाते हैं। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई अध्यक्ष, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गया है। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई महत्वपूर्ण पुस्तिकाल किया है। वे अपने पिता की तरह धर्म और संस्कृति के मार्ग पर चलते हैं। अभिराज ने रामायण और महाभारत के प्रेरक उद्घार दिए हैं। इससे उनके संस्कारों की श्रेष्ठता का पता चलता है। पूर्व मंत्री पं भार्गव ने कहा कि जन्मदिन

तो बहुत से लोग मनाते हैं, अनेक नवधनाद्यों, उद्योगपतियों के जन्मदिन सी बीच और हिल स्टेनों पर मरम्भी शराबों, विदेश नाच खानों की फूहड़ा के साथ मना जाते हैं। अनेक शादियों में निर्धारित अनुयायी रूप से अवरों खरबों रूपए खर्च किए जाते हैं। जिनका देश के गरीबों को कोई फायदा नहीं होता सिर्फ फिजूलखर्ची और खुद के वैभव का प्रदर्शन मात्र होकर रह जाता है। ऐसे वातावरण में भृपेंद्र जी को धन्यवाद

विधायिक, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गया है। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई अध्यक्ष, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गया है। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई अध्यक्ष, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गया है। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई अध्यक्ष, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गया है। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई अध्यक्ष, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गया है। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई अध्यक्ष, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गया है। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई अध्यक्ष, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गया है। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई अध्यक्ष, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गया है। कार्यक्रम में अतिथियों ने रूद्राक्ष धाम मर्मिंदर पर लिखी गई अध्यक्ष, श्रीमती सोमा सिंह प्रदेश विधायिक, देवेन्द्र सिंह, अनिल तिवारी, मनोज कटार, हेमचंद बजाज, श्रीमती संध्या भार्गव, राम अवसर पांडे, रामनिवास माहेश्वरी जी, सहित हजारों की संध्या में जीजा नेता, कार्यकर्ता, जिन्होंने इस पवित्र परिसर में भक्ति भाव और आश्चर्यिक अनुभूतियों के साथ ऐसा कार्यक्रम रखा जो पहचान बन गय

## ब्रीफ न्यूज़

मनु नेशनल चैपियनशिप में  
नहीं खेलेगी: राणा

नई दिल्ली। ओलंपिक कांस्य पदक विजेता निशानेबाज मनु भाकर ने एक बार फिर अंतर्राष्ट्रीय शूरू कर दिया है पर वह अपले महीने होने वाली नेशनल चैपियनशिप में थांग नहीं खेलेगी।

मनु ने पिछले माह अक्टूबर में दिल्ली में हुए आईएसएसएफ निशाने विश्वकप में भी फाइल से भी अपना नाम वापस ले लिया था। इस प्रकार ये दूसरा ट्रॉफी है जिसमें वह नजर नहीं आयेगी। मनु के कोच जसपाल राणा के अनुसार मनु ने अभी पर्यास अंतर्राष्ट्रीय में थांग नहीं खेलेगी।

ज्ञारखंड ने अरुणाचल को महज 27 गेंदों में हारा या, किशन ने खेली धूंआधार पारी

## ज्ञारखंड ने अरुणाचल को महज 27 गेंदों में हारा या, किशन ने खेली धूंआधार पारी

वानखेड़े स्टेडियम में इशान किशन ने सिप्प 23 गेंदों में 77 स्टों की शानदार नावद पारी खेली, जिससे ज्ञारखंड ने अरुणाचल प्रदेश के खिलाफ सैयद मुश्तक अली ट्रॉफी में शानदार जीत दर्ज की। किशन की यह पारी सनराइजर्स हैदराबाद (एसआरएच) द्वारा साफ्टहॉल होने के बाद सामने आई है। आईपीएल 2025 में नीलामी में अपने पूर्व घरेलू मैदान पर इशान ने यह पारी खेली जहां वह सात साल तक मुंबई के लिए खेले हैं।

ज्ञारखंड ने अरुणाचल प्रदेश को 93 रनों पर समेत खिलाफ और जीत हासिल की। अनुकूल रंग ने 4/17 के आंकड़े दिए। किशन ने शुरू अंतीम टॉफे से स्ट्राइक रेट से टी20 अंधशतक बनाया। किशन ने ही चौकों और छक्कों की ब्रावी लगा दी। उनके साथी



उत्कर्ष सिंह ने केवल छह गेंदों का सामना किया और 13 रन बनाए। किशन की धमाकेदार पारी और भी खास थी, क्योंकि इससे उन्हें उन खिलाड़ियों की विश्व सूची में डाल दिया, जिन्होंने मुंबई के प्रतिशित वानखेड़े स्टेडियम में 300 या उससे अधिक की ट्रॉफी में 148.83 की स्ट्राइक रेट के साथ 320 रन ही बना सके थे। सनराइजर्स हैदराबाद में इशान 14 होकर किशन खिलाकौर-बल्लेबाज के रूप में हेनरिक क्लासेन के साथ जोड़ी बना सकते हैं।

पर कहर बरपाया। उनसे पहले बेस्टइंडीज के दिग्गज कीरेन पोलार्ड और भारत के पूर्व स्टार बल्लेबाज सुरेश रौसे का चुके हैं।

आईपीएल 2025 में इशान किशन सनराइजर्स हैदराबाद की ओर ऐसे खेलते हुए नन्हे आयें। हैदराबाद ने ऊपर 11.25 करोड़ की बोली लगाई। नीलामी की शुरूआत में मुंबई ने उम्में दिलचस्पी दिखाई थी तोकिन वह 3.40 करोड़ की बोली पर बाहर हो गए। इसके बाद पंजाब ने जोर लगाया तोकिन इशान हैदराबाद टीम में चले गए। मुंबई ने अपने रहड़ टू मैच कार्ड का प्रयोग नहीं करने का फैसला किया, जिससे किशन हैदराबाद के साथ जुड़ गए। मुंबई के लिए अपने इशान 14 परियों में 148.83 की स्ट्राइक रेट के साथ 320 रन ही बना सके थे। सनराइजर्स हैदराबाद में इशान 14 होकर किशन खिलाकौर-बल्लेबाज के रूप में हेनरिक क्लासेन के साथ जोड़ी बना सकते हैं।



शनिवार को कैनबरा में प्रधानमंत्री एकादश बनाम भारतीय टीम के क्रिकेट मैच से पहले अस्ट्रेलिया के प्रधानमंत्री प्रधानमंत्री अल्बानीज ने रोहित शर्मा से हाथ मिलाया।

## टीम इंडिया की नई वनडे जर्सी लॉन्च, हरमनप्रीत कौन को आई पसंद

22 दिसंबर से बड़ौदा में होने वाली वनडे सीरीज में टीम पहनेगी नई जर्सी



एजेंसी ■ नई दिल्ली

भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) के सचिव जय शाह और भारतीय महिला क्रिकेट कप्तान हरमनप्रीत कौर ने मुंबई में बीसीसीआई दफ्तर में टीम इंडिया की नई वनडे जर्सी का लॉन्च किया है। उन्हें लॉन्च के लिए भी एक बड़ी बात होने जा रही है क्योंकि हमें लीग में बहुत सारे खिलाड़ियों में स्वर्ण पदक जीतने वाली भारतीय टीम में भी शामिल थे। अधिष्ठक हॉकी इंडिया लीग (एचआईएल) की नीलामी में दूसरे सुबसे महंगे खिलाड़ी रहे। उन्हें आचारी रार बगाल टाइगर्स ने 72 लाख रुपये में खरीदा था। वह पहली बार एचआईएल ट्रॉफी में खेलने को लेकर खुशी है। उन्होंने कहा, 'यह अंतर्राष्ट्रीय मैचों से अलग अनुभव होगा। एचआईएल भारतीय हॉकी के लिए भी एक बड़ी बात होने जा रही है क्योंकि हमें लीग में बहुत सारे खिलाड़ियों के साथ खेलने का अवसर मिलेगा।'

दृष्टिकोण अप्रीकार दौरे में हो सकती है बाबर आजम सहित इनखिलाड़ियों की तापारी

है। जसी का लुक पसंद आया। यह वास्तव में मुंबई है हमें एक विशेष वनडे जर्सी मिली है।

टीम इंडिया 15 दिसंबर से शुरू होने वाली सीरीप्रीत ओवरों की श्रृंखला के लिए वेस्टइंडीज और आयरलैंड की मेजबानी वनडे जर्सी का अनावरण किया। इंडिया टीम वेस्टइंडीज के खिलाफ 22 दिसंबर से बड़ौदा में होने वाली वनडे सीरीज में नई जर्सी पहननी चाहती है। ए दोनों वनडे सीरीज आयरलैंड के खिलाफ खेलेगी। ये दोनों वनडे सीरीज आयरलैंड के खिलाफ क्रिकेट के लिए क्रिकेटरों की जगह ले रही है।

**भारत की स्टार बल्लेबाज जेमिमा बायल, ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ खेलना सीढ़ी दिखाएं**

द्वितीये। भारत की बल्लेबाज जेमिमा बायल ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ खेलना सीढ़ी दिखाएंगी। बायल को एक खिलाड़ी के रूप में देखा जाता है। उन्होंने दो दिनों में दो रन बनाए। जो भारत में अपने साल होने वाले वनडे विश्व कप के लिए क्रिकेटरों की जगह ले रही है।

भारतीय बायल की विशेषता यह है कि वह अपने दो दिनों में दो रन बनाए।

यह अपने दो दिनों में दो रन बनाए।

