

अमृत कल्पा टाइम्स

वर्ष : 18
अंक : 95

प्रयागराज शनिवार 21 दिसंबर 2024

पृष्ठ:- 8, मूल्य:- एक रुपया

सनातन धर्म सुरक्षित तो दुनिया में सब कोई सुरक्षित :सीएम योगी

लखनऊ, संवाददाता। उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने श्री अयोध्या धाम के अशर्फी भवन आश्रम में आयोजित भव्य अष्टोत्रशत 108 श्रीमद्भगवत् पाठ और पंच नारायण महायज्ञ में भाग लिया। सीएम योगी ने महायज्ञ में वैदिक मंत्रोच्चार के साथ प्रदेशवासियों के सुख, शांति और समृद्धि की कामना करते हुए आहुतियां अर्पित की। इस दौरान मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने सभा को संबोधित करते हुए कहा कि सनातन धर्म ही भारत का राष्ट्रीय धर्म है और इसे सुरक्षित रखना हम सभी का कर्तव्य है। उन्होंने कहा कि धर्म और संस्कृति के माध्यम से समाज में सकारात्मकता और शांति का प्रसार होता है। ऐतिहासिक मंदिरों पर आक्रमण की घटनाओं का जिक्र करते हुए उन्होंने कहा कि जो लोग इन पवित्र स्थलों को नष्ट करने का काम करते थे, उनका कुल और वंश नष्ट हो गया। और जगेब के परिवार के लोग आज रिक्षा



मंदिर का निर्माण और अयोध्या धाम का विकास इसका जीवंत उदाहरण है। यह यज्ञ न केवल सनातन धर्म की रक्षा और समाज में सकारात्मक ऊर्जा का प्रसार भी करता है। यह शाश्वत धर्म है, जो सृष्टि के आरंभ से ही चला आ रहा है। सीएम योगी ने कहा कि विरासत और विकास के बीच बेहतर सम्बन्ध होना चाहिए। उन्होंने अयोध्या में हो रहे विकास कार्यों का जिक्र करते हुए कहा कि जो लोग इन पवित्र स्थलों को नष्ट करने का काम करते थे, उनका कुल और वंश नष्ट हो गया। और जगेब के परिवार के लोग आज रिक्षा

सांसदों से जनता के विश्वास और अपेक्षाओं का सम्मान करने की धनखड़ की अपील

नयी दिल्ली, एजेंसी। राज्यसभा के सभापति जगदीप धनखड़ ने शुक्रवार को सांसदों से जनता के विश्वास और अपेक्षाओं का सम्मान करने की अपील करते हुए कहा कि दुनिया हमारे लोकतंत्र को देखती है, किंतु ही हम अपने आचरण से अपने नागरिकों को निराश करते हैं। ये संसदीय व्यवधान जनता के विश्वास और अपेक्षाओं का मज़ाक उड़ाते हैं। श्री धनखड़ ने सुबह सदन की कार्यवाही शुरू होने के बाद विषेषकर कांग्रेस सदस्यों के हांगामे के कारण कार्यवाही दोपहर 12 बजे तक स्थगित करने से पहले सांसदों से जयावदेही और आत्मनिरीक्षण का आवाहन भी किया। उन्होंने सदन में व्यवधान के बीच संसदीय कार्यवाही की विधियों पर चिंता व्यक्त करते हुए कहा, "माननीय सदस्यों, दुनिया हमारे लोकतंत्र को देखती है, किंतु ही हम अपने आचरण से अपने नागरिकों को निराश करते हैं। ये संसदीय व्यवधान जनता के विश्वास और अपेक्षाओं का मज़ाक उड़ाते हैं। परिश्रम के साथ सेवा करने का हमारा मौलिक कर्तव्य उपेक्षित है। जहाँ तक संगत संवाद होना चाहिए, वहाँ हम केवल अराजकता देखते हैं। मैं प्रत्येक सांसद से, चाहे वह किसी भी पार्टी का हो, अपने विवेक की जाँच करने का आग्रह करता हूँ।" उन्होंने कहा, "हमारे लोकतंत्र के नागरिक – मानवता का छठा हिस्सा – इस तमाशे से बेहतर के हकदार हैं। हम उन बहुमूल्य असरों को बर्बाद कर देते हैं, जो हमारे लोगों की भलाई के लिए काम आ सकते थे। मुझे उम्मीद है कि सदस्य गहराई से आत्मनिरीक्षण करेंगे, और नागरिक अपनी जयावदेही का प्रयोग करेंगे। ये पवित्र सदन ऐसे आचरण के हकदार हैं जो हमारी शपथ का सम्मान करते हैं, न कि ऐसे नाटक जो इसे धोखा देते हैं।"

बजट सत्र से पहले राहुल समेत विपक्षी नेताओं से मिलेंगे रिजिजू

नयी दिल्ली, एजेंसी। संसद का शीतकालीन सत्र शुक्रवार को संपन्न हो गया और इस दौरान हंगामे के कारण दोनों सदनों में कामकाज सुचारू ढंग से नहीं चल पाया तथा लोकसभा एवं राज्यसभा की उत्पादकता क्रमशः केवल 57.87 प्रतिशत और 40.03 प्रतिशत रही। संसदीय कार्य मंत्री किरण रिजिजू, संसदीय कार्य राज्य मंत्री अर्जुनराम मेधवाल एवं डॉ. एल मुरुगन ने संसद भवन परिसर में संवाददाता सम्मेलन में कहा कि संसद में विपक्षी सदस्यों के हांगामे एवं अमर्यादित व्यवहार के कारण संसद की गरिमा एवं संसद के कामकाज पर असर पड़ा है। उन्होंने कहा, "विषेष द्वारा किए गए हंगामे के कारण संसद की उत्पादकता कम हुई। हमने संसद को चलाने के लिए बहुत प्रयास किए। मैं उम्मीद करता हूँ और विषेष से अनुरोध भी करता हूँ कि वे संसद के बजट सत्र में इस तरह का हंगामा न करें।" श्री रिजिजू ने शीतकालीन सत्र के कामकाज का विवरण देते हुए कहा कि 2024 के शीतकालीन सत्र में लोकसभा में 20 एवं राज्यसभा में 19 बैठकें हुई हैं। लोकसभा में पांच विधेयक पेश किये गये और राज्यसभा में चार विधेयक पटल पर रखे गये। दोनों सदनों से भारतीय वायुयान विधेयक परित हो गया है। उन्होंने कहा कि सत्र में भारत के संविधान के निर्माण के 75 वर्ष पूरे होने के मौके पर 26 नवंबर को सेंट्रल हॉल में संविधान दिवस समारोह का आयोजन किया गया जिसे राष्ट्रपति द्वापदी मुर्म ने संबोधित किया। इसके बाद गत 13 एवं 14 दिसंबर को लोकसभा में और 16 एवं 17 दिसंबर को राज्यसभा में भारतीय संविधान की 75 वर्ष की यात्रा पर विसर्त चर्चा करायी गयी। लोकसभा में 15 घंटे 43 मिनट की चर्चा में 62 सदस्यों ने भाग लिया जबकि भारत–चीन संघों पर विदेशमंत्री राज्यसभा में 17 घंटे 41 की चर्चा में 80 सदस्यों ने भाग लिया।

र्म सभी के कल्पाण की बात करता है। उन्होंने वसुधैव कुटुंबकम का संदर्भ देते हुए कहा कि यह केवल सनातन धर्म है, जिसने हर जाति और मजहब के लोगों को विपत्ति के समय शरण दी है। सीएम योगी ने कहा कि भारत तब तक भारत है जब तक यहाँ सनातन धर्म सुरक्षित है। उन्होंने जोर देकर कहा कि इस धर्म के संरक्षण और संवर्धन के लिए सभी को मिलकर कार्य करना होगा। युगों-युगों से सनातन धर्म ने सृष्टि के साथ तालमेल बनाकर खुद को जीवंत बनाए रखा है। उन्होंने कहा कि भविष्य में इसे किसी भी प्रकार की विकृतियों या विसंगतियों से बचाने के लिए हमें सतर्क रहना होगा। भारत तब तक भारत के अंदर सनातन धर्म सुरक्षित है। इसकी रक्षा के लिए इसके संरक्षण के लिए एक लोग गंभीर रूप से ज्ञालसे हुए है। घायलों की पहचान करके उनके परिजनों को सूचना दी जा रही है। उन्होंने बताया कि एक नया वार्ड तैयार किया गया। इस दौरान आस पास के कई लोगों की मौत हो गई और 35 घायलों को अपनी जान बचाने का मौका नहीं मिल सका। कई लोग गाड़ियों से बाहर भी नहीं आ सके थे। भीषण अग्निकांड के बाद अजेमर रोड रिश्त भाकरोटा के पास एक पेट्रोल पंप के समीप एक लोग गंभीर रूप से ज्ञालसे हुए है। घायलों की पहचान करके उनके परिजनों को सूचना दी जा रही है। उन्होंने बताया कि एक नया वार्ड तैयार किया गया। इस दौरान आस पास के कई लोगों की आग की चपेट में आ गए। मौके पर अफरातफरी मच गई और क्षेत्र में दहशत फैल गई। शुरुआती दौर में 4 लोगों की मौत की सूचना सामने आई। इसके बाद एक लोग गंभीर रूप से ज्ञालसे हुए है। लोगों की मौत और घायलों को जान बचाने की आपात्कालीन जागरूकता और धूम्रपान के अपमान करते हुए लोग भाग कर जान बचा सके,

जयपुर में गैस टैंकर में आग लगने से 9 लोगों की मौत, 35 घायलों के सहायता उपलब्ध कराने के निर्देश भी दिया। शर्मा ने घटनास्थल का भी निरीक्षण किया। राज्यपाल हरिभाऊ किसनाराव बागडे ने घटना पर गहरा शोक जताया है। बागडे ने ईश्वर से दिवंगत आत्माओं को शांति एवं शोक संतप्त परिजनों को यह दुख सहन करने की शक्ति प्रदान करने की प्रार्थना की। उन्होंने हादसे में घायलों के जल्द स्वरथ होने की कामना की। हादसे के बाद वाहनों एवं अन्य में लगी आग को बुझाने के लिए कई दमकल गाड़ियों के बड़ी मशक्कत के बाद आग पर काबू पाया जा सका। भकरोटा के समीप हुए अग्निकांड के बाद अजेमर रोड पर लगे जाम को देखते हुए ट्रैकिंग को डाइवर्ट किया गया। शर्मा ने घटनास्थल में लाया गया था। हालांकि, इनमें चार लोगों की मौत हो गई और 35 घायलों का इलाज किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि घायलों में आधे लोग गंभीर रूप से ज्ञालसे हुए हैं। घायलों की पहचान करके उनके परिजनों को सूचना दी जा रही है। उन्होंने बताया कि एक नया वार्ड तैयार किया गया। यह खुशकिस्मत थे। हालांकि, इनमें चार लोगों की मौत हो गई और 35 घायलों का इलाज किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि घायलों में आधे लोग गंभीर रूप से ज्ञालसे हुए हैं। घायलों की पहचान करके उनके परिजनों को सूचना दी जा रही है। उन्होंने बताया कि एक नया वार्ड तैयार किया गया। यह खुशकिस्मत थे। हालांकि, इनमें चार लोगों की मौत हो गई और 35 घायलों का इलाज किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि घायलों में आधे लोग गंभीर रूप से ज्ञालसे हुए हैं। घायलों की पहचान करके उनके परिजनों को सूचना दी जा रही है। उन्होंने बताया कि एक नया वार्ड तैयार किया गया। यह खुशकिस्मत थे। हालांकि, इनमें चार लोगों की मौत हो गई और 35 घायलों का इलाज किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि घायलों में आधे लोग गंभीर रूप से ज्ञालसे हुए हैं। घायलों की पहचान करके उनके परिजनों को सूचना दी जा रही है। उन्होंने बताया कि एक नया वार्ड तैयार किया गया। यह खुशकिस्मत थे। हालांकि, इनमें चार लोगों की मौत हो गई और 35 घायलों का इलाज किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि घायलों में आधे लोग गंभीर रूप से ज्ञालसे हुए हैं। घायलों की पहचान करके उनके परिजनों को सूचना दी जा रही है। उन्होंने बताया कि एक नया वार्ड तैयार किया गया। यह खुशकिस्मत थे। हालांकि, इनमें चार लोगों की मौत हो गई और 35 घायलों का इलाज किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि घायलों में आधे लोग गंभीर रूप से ज्ञालसे हुए हैं। घायलों की पहचान करके उनके परिजनों को सूचना दी जा रही है। उन्होंन



सोनाक्षी सिन्हा के तीखे जवाब पर मुकेश खन्ना ने तोड़ी चुप्पी, बोले- 'मुझे खेद है'

मुकेश खन्ना का सोनाक्षी सिन्हा को लेकर दिया गया 'परवरिश' वाला बयान सुर्खियों में है। बयान पर 'दबंग' गर्ल के रिएक्शन के बाद अब मुकेश खन्ना का भी जवाब सामने आया है। सोशल मीडिया पर पोस्ट शेरर कर 'शक्तिमान' फेम अभिनेता ने मामले पर खेद जताया। मुकेश खन्ना ने मामले को स्पष्ट करने के लिए इंस्टाग्राम का सहारा लिया और स्टोरीज सेवशन पर एक पोस्ट शेरर कर कौश्ल में लिखा, बिधि सोनाक्षी, मुझे आश्चर्य है कि आपने रिएक्ट करने में डटना समझ लगा दिया।

मुझे पता था कि मैं 'कौन बनेगा करोड़पति' शो में उस घटना से आपका नाम लेकर आपको नाराज कर रहा था। लेकिन, मैं आपको बता दूँ कि मेरा आपको या आपके पिता को बदनाम करने का कोई गलत इरादा नहीं था। आपके पिता मेरे सीनियर हैं और मेरा उनके साथ बहुत सुलझा और अच्छा रिश्ता है। अभिनेता ने कहा, 'मेरा एकमात्र उद्देश्य आज की पीढ़ी जिसे जेन-जेड कहते हैं, जो गूगल और मोबाइल फोन की गुलाम बन गई है और उनका ज्ञान विकिपीडिया और

याद दिला दूँ कि उस दिन हॉट सीट पर मेरे साथ दो और महिलाएं थीं, जिन्हें उसी प्रश्न का उत्तर नहीं पता था, लेकिन आपने केवल मेरा नाम लिया। अभिनेत्री ने कहा, हाँ, मैं उस दिन भूल गई और यह एक मानवीय प्रवृत्ति है। मैं भूल गई कि संजीवनी बूटी किसके लिए लाई गई थी, लेकिन स्पष्ट रूप से आप भगवान राम द्वारा सिखाए गए क्षमा और भूल जाने के कुछ पाठ भी भूल गए। अगर भगवान राम मंथरा को माफ कर सकते हैं, अगर वह कैंपेणी को माफ कर सकते हैं। अगर वह युद्ध के बाद रावण को भी माफ कर सकते हैं, तो आप इस छोटी सी बात को कैसे भूल सकते हैं। ऐसा नहीं है कि मुझे आपकी माफी चाहिए। लेकिन हाँ, मैं चाहती हूँ कि आप इन बातों को भूल जाएं और एक ही घटना का बार-बार उठाना बंद करें, ताकि मैं और मेरा परिवार इन बातों को लेकर खबरों में आना बंद करे। चेतावनी देते हुए अभिनेत्री ने आगे लिखा था, "प्रिय मुकेश खन्ना सार जी, मैंने हाल ही में आपका एक बयान पढ़ा। आपने, एक शो में रामायण के बारे में पूछे गए प्रश्न का सही उत्तर न देने पर इसे मेरे पिता की गलती बताई थी और मेरी परवरिश पर सवाल उठाए थे। मैं सबसे पहले आपको

योशल मीडिया पर पोस्ट शेरर कर 'शक्तिमान' फेम अभिनेता ने मामले पर खेद जताया। मुकेश खन्ना ने मामले को स्पष्ट करने के लिए इंस्टाग्राम का सहारा लिया और स्टोरीज सेवशन पर एक पोस्ट शेरर कर कौश्ल में लिखा, बिधि सोनाक्षी, मुझे आश्चर्य है कि आपने रिएक्ट करने में डटना समझ लगा दिया।

मुझे पता था कि मैं 'कौन बनेगा करोड़पति' शो में उस घटना से आपका नाम लेकर आपको नाराज कर रहा था।

याद दिला दूँ कि उस दिन हॉट सीट पर मेरे साथ दो और महिलाएं थीं, जिन्हें उसी प्रश्न का उत्तर नहीं पता था, लेकिन आपने केवल मेरा नाम लिया। अभिनेत्री ने कहा, हाँ, मैं उस दिन भूल गई और यह एक मानवीय प्रवृत्ति है। मैं भूल गई कि संजीवनी बूटी किसके लिए लाई गई थी, लेकिन स्पष्ट रूप से आप भगवान राम द्वारा सिखाए गए क्षमा और भूल जाने के कुछ पाठ भी भूल गए। अगर भगवान राम मंथरा को माफ कर सकते हैं, अगर वह कैंपेणी को माफ कर सकते हैं। अगर वह युद्ध के बाद रावण को भी माफ कर सकते हैं, तो आप इस छोटी सी बात को कैसे भूल सकते हैं। ऐसा नहीं है कि मुझे आपकी माफी चाहिए। लेकिन हाँ, मैं चाहती हूँ कि आप इन बातों को भूल जाएं और एक ही घटना का बार-बार उठाना बंद करें, ताकि मैं और मेरा परिवार इन बातों को लेकर खबरों में आना बंद करे। चेतावनी देते हुए अभिनेत्री ने आगे लिखा था, "अगली बार जब भी आप मेरे पिता द्वारा की गई मेरी परवरिश के बारे में कुछ भी कहने के बारे में सोचें, तो याद रखें कि उन मूल्यों के कारण ही मैंने अपनी बात को सॉफ्ट तरीके से सम्मानपूर्वक कहा। इसके बाद आपने मेरे मूल्यों को लेकर कुछ बेबुनियाद बयान देने का फैसला किया, तो मुझे कठोर होना पड़ेगा।



निक जोनास की इस हरकत से नाराज हुए फैस, प्रियंका से बोले-अपने पति को करो कंट्रोल नहीं तो...

अभिनेत्री प्रियंका चोपड़ा जोनास के प्रशंसक उनके पति, गायक-गीतकार निक जोनास से उनके हालिया ट्वीट के बाद नाराज नजर आ रहे हैं जो अरबपति एलन मस्क को लेकर है। कुछ दिनों पहले टेस्ला के प्रमुख एलन मस्क जो दुनिया के सबसे अमीर आदमी भी हैं, ने टेस्ला ओनर्स सिलिकॉन वैली के एक्स पोस्ट पर प्रतिक्रिया दी, जिसमें कहा गया था कि डोनाल्ड ट्रम्प के 2024 के अमेरिकी राष्ट्रपति चुनाव जीतने के महेनजर कपनी का लाभ बढ़ा है। एलन ने ट्वीट को लोकप्रिय जोनास ब्रदर्स बीम के साथ फिर से शेयर किया, जिसमें निक जोनास और कैविन जोनास एक टेबल घुमा रहे थे, जब जो जोनास ने प्रवेश किया। एलन ने लिखा—अरे, टेबल कैसे पलट गई। इसी पर प्रतिक्रिया देते हुए, निक ने एलन मस्क की उंगली दिखाते हुए एक तस्वीर साझा की और यह भी लिखा—हमें वर्ष 3000 में ले चलो। यह ट्वीट कुछ ही समय में वायरल हो गया और इसे 27.1 मिलियन बार देखा गया। हालांकि, इससे निक जोनास और प्रियंका के प्रशंसक नाराज हो गए, जिन्होंने इस ट्वीट को निक द्वारा एलन मस्क का समर्थन करने के रूप में समझा। ऐसे में एक यूजर ने लिखा—अरे, टेबल कैसे पलट गई। एक अन्य ने लिखा—प्रियंका चोपड़ा अपने आदमी को पकड़ो। एक अन्य ने लिखा—प्रियंका कृप्या अपने पति को नियंत्रण में रखो। बाद में निक ने एक्स पर अपने क्रिसमस समारोह से प्रियंका चोपड़ा के साथ एक तस्वीर साझा की। निक द्वारा एलन का समर्थन करने पर प्रतिक्रिया वहाँ भी जारी रही। ऐसे में एक यूजर ने लिखा—प्रियंका कृप्या इस आदमी से फोन ले लें इससे पहले कि बहुत दर रहो जाए। एक अन्य ने देसी गर्ल को नसीहत दी—प्रियंका...लड़की, भागो। प्रियंका और निक ने 1 और 2 दिसंबर, 2018 को जोधपुर के उम्मेद भवन पैलेस में ईसाई और हिंदू परंपराओं के अनुसार शादी की। उन्होंने दो शादी के रिसेप्शन आयोजित किए, एक दिल्ली में और दूसरा मुंबई में। उन्होंने जनवरी 2022 में सरोगेसी के जरिए अपनी बेटी का स्वागत किया। इस साल की शुरुआत में, अभिनेत्री ने अपने आगामी प्रोजेक्ट द ब्ल्फ के सेट पर काम करते हुए जन्मदिन मनाया।



एक शानदार आयोजन होगा, जिसमें दुनिया भर के प्रशंसकों को खेल के रोमांच का अनुभव करने का मौका मिलेगा। केकेएफआई सभी खिलाड़ियों को समान अवसर प्रदान करने पर भी ध्यान केंद्रित कर रहा है, और इसलिए, पुरुषों और महिलाओं दोनों के लिए एक समान मंच स्थापित किया है। केकेएफआई के अध्यक्ष सुधांशु मित्र ने सलमान का आभार व्यक्त किया और कहा कि उनकी उपस्थिति विश्व कप में और अधिक लोगों का ध्यान आकर्षित करेगी। हम सुपरस्टार सलमान खान के प्रति आभार व्यक्त करते हैं कि उन्होंने अपने व्यस्त कार्यक्रम से समय निकालकर हमारे प्रिय मिट्टी के खेल के लिए समय निकाला। खेल के प्रति उनका जुनून वाकई प्रेरणादायक है और हमें पूरा विश्वास है कि वे आगामी विश्व कप के प्रति पूरे देश की रुचि जगाएंगे। हमने खो-खो विश्व कप के उद्घाटन संस्करण को एक शानदार सफलता बनाने में कोई कसर नहीं छोड़ी है और हम प्रशंसकों को यह देखने के लिए इंतजार नहीं कर सकते कि हमने उनके लिए क्या रखा है। भारतीय ओलंपिक संघ (आईओए) ने आधिकारिक तौर पर भारतीय खो-खो महासंघ (केकेएफआई) के साथ अपनी साझेदारी की पुष्टि की है और इस आयोजन के लिए अटूट समर्थन का वादा किया है।



हाल ही में 25 साल बाद भारत लौटी बॉलीयुड अभिनेत्री ममता कुलकर्णी महाकुंभ में शामिल होने के लिए पूरी तरह तैयार हैं। अभिनेत्री ने सोशल मीडिया पर वीडियो साझा कर बताया कि वह शाही स्नान में शामिल होंगी और गंगा में डुबकी लगाएंगी। सोशल मीडिया पर सक्रिय रहने वाली अभिनेत्री ममता ने इंस्टाग्राम पर अपना एक वीडियो पोस्ट किया। इसमें विलप में अभिनेत्री कहती नजर आई, "नमस्ते दोसरों, शुभ प्रवात, मैं कल दुर्बल वापस जा रही हूँ और जनवरी में कुम मेले में शामिल होने के लिए आज़ंगी। मैं इलाहाबाद में शाही स्नान करने और डुबकी लगाने के लिए वापस आज़ंगी। तब तक आप सभी अपना ख्याल रखिए। मैं अपने सभी प्रशंसकों की आभारी हूँ जिन्होंने मुझे ढेरों प्यार दिया और मुझे इतना प्यार देने के लिए आप सभी का बहुत-बहुत धन्यवाद। हाल ही में सोशल मीडिया

महाकुंभ 2025: शाही स्नान में शामिल होंगी ममता कुलकर्णी, लगाएंगी दुबकी

पर एक वीडियो साझा कर ममता ने भारत आने की जानकारी दी थी। विलप में कुलकर्णी कहती नजर आई, "नमस्ते दोसरों, शुभ प्रवात, मैं कल दुर्बल वापस जा रही हूँ और जनवरी में कुम मेले में शामिल होने के लिए आज़ंगी। मैं इलाहाबाद में शाही स्नान करने और डुबकी लगाने के लिए वापस आज़ंगी। तब तक आप सभी अपना ख्याल रखिए। मैं अपने देश को करीब 25 साल बाद भारत आमची मुंबई लौटी हूँ। यहाँ आकर मेरी पुरानी यादें ताजा हो गईं। फलाइट के उत्तरने से पहले मैं बहुत उत्साहित थी और अपने इधर-उधर देख रही थी। उन्होंने सालों बाद भारत लौटने के अपने अनुभव के बारे में बताया, मैंने अपने देश को याद रखा है। यह देखकर मैं भावुक हो गई थी। मेरी आंखों में अंसू आ गए थे। मैं जब मुझे इंटरनेशनल एयरपोर्ट से बाहर कदम रखा तो मैं बेहद खुश और उत्सुक थीं।



शरीर में दिखे ये लक्षण तो हो जाएं सर्वक, लिवर हो सकता है 75फीसदी खराब

शरीर के महत्वपूर्ण अंगों में से एक लिवर भी है। बाकी अंगों की तरह लीवर को स्वस्थ रखना भी आवश्यक है। खराब लाइफस्टाइल और गलत खाना-पान के कारण फैटी लिवर की समस्या हो सकती है। इस समस्या में लिवर का आकार निरंतर बढ़ता जाता है। फैटी लिवर से ग्रस्त व्यक्ति के पाचन की क्षमता भी कमज़ोर हो जाती है। यह समस्या लिवर को इतना नुकसान पहुंचाती है कि लिवर धीरे-धीरे खराब होना शुरू हो जाता है। ऐसी समस्या में लिवर ट्रांस्प्लांट के अलावा कोई दूसरा रास्ता भी नहीं बचता। 75% लिवर खराब होने पर आपके शरीर में यह संकेत दिख सकते हैं। तो चलिए जानते हैं इनके बारे में...

75: लिवर खराब होने के संकेत

. शरीर में कमज़ोर और थकान महसूस होना

. भोजन पचाने की क्षमता कम होना

. वजन का कम होना

. पेट में दर्द रहना

. पेट के ऊपरी हिस्से में दाहिनी ओर सूजन होना

. मतली होना

किस समय दिखते हैं ये लक्षण?

एक्सपर्ट्स के अनुसार, फैटी लिवर के शुरुआत में कुछ लक्षण नहीं दिखते परन्तु जब आपका लिवर 75% तक खराब हो जाता है तो शरीर में कुछ लक्षण दिखने शुरू हो सकते हैं। जैसे-जैसे यह समस्या बढ़ती जाती है लक्षण भी ज्यादा होने लगते हैं। इसी कारण रोगी को फैटी लिवर की समस्या का तब पता चलता है जब उसका लिवर 75% तक खराब हो जाता है।

ज्यादातार इस उम्र में चलता है बीमारी का पता

गलत खाना-पान और व्यस्त लाइफस्टाइल के कारण फैटी लिवर की समस्या होती है। लक्षण दिखने पर डॉक्टर की सलाह अवश्य लें और इसका पूरे तरीके से इलाज करवाएं। ज्यादातार बीमारी के लक्षण 40-60 की उम्र में दिखाई देते हैं।

एडवांस समस्या से भी परेशान हैं कई लोग

जब तक लोगों को फैटी लिवर की समस्या का पता चलता है तब तक लोग इस बीमारी के एडवांस लेवल तक पहुंच जाते हैं। इसी कारण रोगी का इलाज भी मुश्किल हो जाता है और खाना न पचा पाने के कारण यह समस्या ज्यादा बढ़ी हो जाती है, जिसके कारण रोगी का बचनी भी मुश्किल हो जाता है।



चश्मे के कवर को इन तरीकों से भी किया जा सकता है इस्तेमाल

आज के समय में हर कोई चश्मे का इस्तेमाल जरूर करता है। जहां कुछ लोग नजर कमज़ोर होने के कारण चश्मे का इस्तेमाल करते हैं तो कुछ लोगों के लिए यह एक फैशन स्टेटमेंट है। इसलिए, वे सनग्लासेस को अपने लुक का हिस्सा बनाते हैं। अमौरोर पर, ये चश्मे किसी बॉक्स में आते हैं। एक समय के बाद जब चश्मा टूट जाता है या फिर खराब व पुराना हो जाता है तो हम उस बाहर कर देते हैं, लेकिन उसका बॉक्स ऐसे ही रह जाता है। हालांकि, अगर आप चाहें तो इस खराब समझे जाने वाले बॉक्स को भी कई तरीकों से इस्तेमाल कर सकते हैं। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको ऐसे कुछ आसान तरीकों के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें अपनाकर आप ड्राई स्कैल्प की समस्या को आसानी से दूर कर सकते हैं—

लगाएं मास्क

विटर में ड्राई स्कैल्प की समस्या से निजात पाने के लिए उसकी नमी को बनाए रखना बेहद जरूरी है। ऐसे में सबसे अच्छा तरीका है कि आप स्पात्ह में एक बार डीप कंडीशनिंग हेयर मास्क जरूर लगाएं। इसके अलावा, आप ऐसे हेयर प्रोडक्ट्स को चुंबें, जो आपकी स्कैल्प को नेचुरली मॉइश्चराइज करने में मदद करते हैं।



डेली रुटीन में ऐसी कई चीजें होती हैं जो स्वास्थ्य के लिए बेहद लाभकारी साबित हो सकती हैं। अच्छी सेहत के लिए सभी दूध भी जरूर पीते हैं। दूध पीना स्वास्थ्य के लिए बेहद लाभकारी होता है परंतु यदि इसमें देसी धी डालकर पिया जाए तो सेहत को और भी कई तरह के फायदे हो सकते हैं। आपने हल्दी वाला दूध पिया होगा और इसके फायदे भी सुने होंगे लेकिन क्या आपने देसी धी वाला दूध पिया है? यदि नहीं तो आज आपको इस आर्टिकल के जरिए दूध में धी डालकर पीने के फायदों के बारे में बताएंगे। आइए जानते हैं...

पाचन होगा स्वस्थ

एक्सपर्ट्स की मानें तो दूध में एक चम्मच देसी धी मिलाकर पीने से पाचन सुधरता है। इससे पेट से जुड़ी

विटर में ड्राई स्कैल्प की समस्या को दूर करने के लिए अपनाएं ये उपाय

सर्दी के दिनों में ठंडी हवाएं ना केवल स्किन बल्कि स्कैल्प की नमी भी छीन लेती है। जिसके कारण स्कैल्प का रुखापन इस मौसम में काफी बढ़ जाता है। अमूमन इस मौसम में स्कैल्प ड्राईनेस के कारण खुजली, ड्रैंडफ आदि की समस्या बढ़ने लगती है। हम सभी अपने बालों की बेहतर केयर करने के लिए कई तरह के प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करते हैं। लेकिन कुछ बेसिक बातों का ध्यान रखना भूल जाते हैं। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको ऐसे कुछ आसान तरीकों के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें अपनाकर आप ड्राई स्कैल्प की समस्या को आसानी से दूर कर सकते हैं—

लगाएं मास्क

विटर में ड्राई स्कैल्प की समस्या से निजात पाने के लिए उसकी नमी को बनाए रखना बेहद जरूरी है। ऐसे में सबसे अच्छा तरीका है कि आप स्पात्ह में एक बार डीप कंडीशनिंग हेयर मास्क जरूर लगाएं। इसके अलावा, आप ऐसे हेयर प्रोडक्ट्स को चुंबें, जो आपकी स्कैल्प को नेचुरली मॉइश्चराइज करने में मदद करते हैं।

ऑयलिंग है जरूरी

समस्याएं नहीं झेलनी पड़ती और वजन कम करने में भी मदद मिलती है। यदि आपको कब्ज की समस्या रहती है तो आप गाय के दूध में धी मिलाकर पिएं।

एसिडिटी होगी दूर और इम्यूनिटी बनेगी मजबूत दूध में देसी धी डालकर पीने से अल्सर और एसिडिटी की समस्या खत्म होती है। इसके अलावा जलन की समस्या से भी राहत मिलती है। दूध में देसी धी डालकर पीने से हड्डियां और दूध के साथ इसका सेवन करना स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होता है।

सर्दी जुकाम से मिलेगी राहत

आयुर्वेद के अनुसार, धी और दूध का मिश्रण अमृत से कम नहीं होता। इसका सेवन करने से सर्दी-जुकाम जैसी

दूध में धी डालकर पीने से मिलेंगे ये फायदे, इम्यूनिटी भी बनेगी मजबूत

परेशानियां दूर होती हैं और इम्यूनिटी पॉवर मजबूत होती है। नियमित रूप से इस मिश्रण का सेवन करने से शरीर को और भी कई फायदे मिलते हैं।

जोड़ों का दर्द होगा दूर

यदि आपके जोड़ों में दर्द रहता है तो दूध में देसी धी मिलाकर पिएं। धी जोड़ों की चिकनाई बढ़ाता है और सूजन कम करता है। इसमें पाया जाने वाला ओमेगा-3 और ओमेगा-6 फैटी एसिड पाया जाता है। इसके अलावा दूध में मौजूद कैल्शियम हड्डियों को मजबूती देता है इससे पैरों की अकड़न भी दूर होती है।

शरीर को मिलेगी ताकत

दूध के साथ देसी धी पीने से शारीरिक ताकत बढ़ती है। इसका सेवन करने से आप लंबे समय तक कोई भी काम आसानी से कर सकते हैं, मांसपेशियां मजबूत बनती हैं, दूध पीने से हड्डियां और दांत भी मजबूत और हेल्दी बने रहते हैं।

स्किन बनेगी ग्लोइंग

इस मिश्रण का सेवन करने से स्किन का रुखापन और चमक भी आती है। ऐसे में यदि आप चाहते हैं कि स्किन ग्लोइंग बने तो आप इस मिश्रण का सेवन कर सकते हैं।

सर्दी जुकाम से मिलेगी राहत

आयुर्वेद के अनुसार, धी और दूध का मिश्रण अमृत से कम नहीं होता। इसका सेवन करने से सर्दी-जुकाम जैसी

नेचुरली मॉइश्चराइज करने में मदद करेगा। आप शैम्पू करने से अपले इसे अपनी स्कैल्प पर लगाएं। यह आपके स्कैल्प को हाइड्रेटेड रखने में मदद करेगा, ड्राई स्कैल्प से छुटकारा पाने में मदद करेगा।

सेब के सिरके से करें रिस

आप एक हिस्सा एप्पल साइडर विनेगर और दो भाग पानी को एक साथ मिलाएं। अब शैम्पू करने के बाद इससे अपने बालों को रिस करें। यह ना केवल स्कैल्प के पीएच को बैलेंस करने में मदद करेगा, बल्कि इससे स्कैल्प ड्राईनेस भी काफी हद तक कम होगी।

एलोवेरा का करें इस्तेमाल

अगर आपको विटर में स्कैल्प ड्राईनेस के कारण परेशान होना पड़ रहा है तो ऐसे में एलोवेरा जेल का इस्तेमाल करना एक अच्छा विचार हो सकता है। यह आपकी स्कैल्प को

विटर स्कैल्प ड्राईनेस को मैनेज करने का सबसे अच्छा तरीका है कि आप अपने बालों को हॉट ऑयल मसाज दें। दरअसल, जब आप बालों व स्कैल्प में ऑयलिंग करते हैं तो इससे उन

संक्षिप्त

एक फोन से जंग रोक दूंगा... दूंप यूं ही
नहीं बड़े-बड़े दावे कर रहे थे, पुतिन का
ये बयान तो ऐसा ही संकेत दे रहा

रूस के राष्ट्रपति लादिमिर पुतिन ने कहा कि वह अमेरिका के नवनिर्भयत राष्ट्रपति जोनल्ड ट्रॉप के साथ बातचीत में यूक्रेन युद्ध पर समझौता करने के लिए तैयार हैं। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि चर्चा के लिए कोई पूर्व शर्त नहीं है लेकिन किसी भी सौदे में वैध यूक्रेनी अधिकारियों को शामिल किया जाना चाहिए। रॉयटर्स की रिपोर्ट के मुताबिक, पुतिन ने कहा कि रूस राष्ट्रपति लादिमिर जेलेस्की समत किसी से भी



बातचीत के लिए तैयार हैं। अपने वार्षिक प्रश्नोत्तर सत्र के दौरान राज्य टीवी पर सवालों के जवाब देते हुए, पुतिन ने एक अमेरिकी समाचार चैनल के रिपोर्टर से कहा कि उन्होंने वर्षों से ट्रम्प के साथ बात नहीं की है, लेकिन संघर्ष पर चर्चा करने के लिए उनसे मिलने के लिए तैयार हैं। उन्होंने कहा कि रूसी सेना अग्रिम मौर्छा पर आगे बढ़ रही है और स्थिति तेजी से बदल रही है। पुतिन ने कई मूदों पर अपनी बात रखी। उन्होंने माना कि देश में महंगाई 9.3: के उच्च स्तर पर है, लेकिन उन्होंने इसे कम करने के लिए कंप्रीय बैंक के प्रयासों का भी जिक्र किया। रूसी सरकारी मीडिया ने बताया कि आम नागरिकों ने शो से पहले 20 लाख से अधिक सवाल पेश किए थे। पुतिन ने कहा कि वह सीरिया के अपदरथ राष्ट्रपति बशर अल-असद से अभी तक नहीं मिले हैं, जिन्हें मास्को में शरण दी गई है। हालांकि उनकी मुलाकात की योजना है और वह उनसे मिलने पर उस अमेरिकी पत्रकार ऑस्टिन टाइस की स्थिति के बारे में भी पूछेंगे जो 12 साल पहले सीरिया में लापता हो गया था। के बारे में पूछेंगे। उन्होंने कहा कि हम यह सवाल उन लोगों से भी पूछ सकते हैं जो सीरिया में जमीनी स्तर पर स्थिति को नियंत्रित करते हैं।

पाकिस्तान का बैलिस्टिक मिसाइल कार्यक्रम

अमेरिका के लिए खतरा : व्हाइट हाउस

वॉशिंगटन, एजेंसी। अमेरिकी राष्ट्रपति के आधिकारिक आवास एवं कार्यालय 'व्हाइट हाउस' के एक शीर्ष अधिकारी ने बृहस्पतिवार को कहा कि पाकिस्तान अत्यधिक मिसाइल तकनीक विकसित कर रहा है जिससे वह अमेरिका सहित विक्षिण एशिया के पार हमला करने में सक्षम हो जाएगा और एक प्रकार से यह बैलिस्टिक मिसाइल कार्यक्रम अमेरिका के लिए खतरा है। 'व्हाइट हाउस' के शीर्ष अधिकारी की यह टिप्पणी ऐसे वर्त में आई है जब अमेरिका ने पाकिस्तान के बैलिस्टिक मिसाइल कार्यक्रम में मदद के आरोप में सरकारी एयरोस्पेस एवं रक्षा एजेंसी 'नेशनल डेवलपमेंट कॉम्प्लेक्स' समेत चार पाकिस्तानी कंपनियों पर बृहस्पतिवार को प्रतिबंध लगाया है। प्रधान उपराष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार जॉन फाइनर ने यहां



कहा, "जो बाइडन प्रशासन ने लंबी दूरी की मिसाइल प्रणालियों विकसित करने से रोक लगाने की दिशा में कई कदम उठाए हैं। पिछले साल के दौरान, हमने पाकिस्तान के बैलिस्टिक-मिसाइल कार्यक्रम को समर्थन देने वाली गैर-पाकिस्तानी कंपनियों के खिलाफ प्रतिबंध लगाए थे।" उन्होंने कहा, "और कल हमने पाकिस्तान की सरकारी कंपनी 'नेशनल डेवलपमेंट कॉम्प्लेक्स' के खिलाफ प्रतिबंध जारी किए। जिसके बारे में अमेरिका का मानना छह्ये कि यह पाकिस्तान की लंबी दूरी की बैलिस्टिक मिसाइल को विकसित करने और उसे तैयार करने में सहायता की जा रही रखेगी।" अमेरिकी थिंक-टैंक 'कार्गेंसी एंड डेवलपमेंट फॉर इंटरनेशनल पीस' में फाइनर ने कहा, "स्पष्ट कहें तो हम पाकिस्तान पर उसके लंबी दूरी के मिसाइल कार्यक्रम को लेकर दबाव बनाए रखेंगे, साथ ही हम अपनी चिंताओं को दूर करने के लिए कूटनीतिक समाधान की तलाश भी जारी रखेंगे।"

श्री श्री रविशंकर पहले विश्व ध्यान दिवस पर संयुक्त राष्ट्र में मुख्य भाषण देंगे

न्यूयॉर्क स्थित संयुक्त राष्ट्र के मुख्यालय में प्रथम विश्व ध्यान दिवस के उद्घाटन सत्र के दौरान आध्यात्मिक गुरु श्री श्री रविशंकर मुख्य भाषण देंगे। अधिकारियों ने बृहस्पतिवार को यह जानकारी दी। यह वैश्विक ध्यान अभियान के लिए एक



पहल का नेतृत्व करके वैश्विक कल्याण में एक महत्वपूर्ण योगदान दिया है और इस प्रस्ताव को संयुक्त राष्ट्र महासभा द्वारा सर्वसम्मति से अपनाया गया। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की सरकार के नेतृत्व में किया गया यह ऐतिहासिक प्रयास, विश्व के साथ अपने ग्रामीण ज्ञान को साझा करने के प्रति भारत की प्रतिबद्धता को दर्शाता है। अधिकारियों ने बताया कि यह तिथि भारतीय परंपरा के अनुसार उत्तरायण शुरू होने पर पड़ती है, जो वर्ष का एक शुभ समय है और 21 जून को मनाए जाने वाले अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का पूरक है।

इजरायल के विलाफ उत्तरे 8 मुर्सिलम देश



यरुशलम, एजेंसी। आठ मुस्लिम देशों के गुप्त जी 8 की इजिस्ट में बड़ी बैठक हो रही है। पाकिस्तान और बांग्लादेश समेत इस बैठक में तुर्किए और ईरान जैसे देश भी हिस्सा ले रहे हैं। आर्थिक मूदों के अलावा इस बैठक में मुस्लिम देश फिलिस्तीन मुद्दे को भी उठाया जा सकता है। खासकर सीरियाई तखापलट के बाद इजरायल जिस तरह से आक्रमक हुआ है, उसे देखकर अंदाजा लगाया जा सकता है कि ये देश इजरायल के खिलाफ भी कोई प्रस्ताव ला सकते हैं।

विकासशील मुस्लिम देशों के संगठन में पाकिस्तान, बांग्लादेश, इंडोनेशिया, मलेशिया, नाइजीरिया, इजिस्ट, तुर्किए और ईरान शामिल हैं। संगठन का पूरा नाम डी 8 आर्गनाइजेशन फॉर इकोनॉमिक कोरअॉपरेशन

है। साल 1997 में मुस्लिम देशों की आर्थिक तरकीकी के लिए बना ये समूह एक मामले में खास है कि केवल इन्हीं आठ देशों की कूल आबादी सवा अरब है, जो दुनिया की मुस्लिम आबादी के 60 फीसदी जितनी

है। इसमें अरब देश जैसे सऊदी अरब, इराक, सीरिया, कतर और यूरेंशिया शामिल नहीं हैं। दक्षिण पूर्व एशिया से अफ्रीका तक फैले देशों का पहला एजेंडा आर्थिक बढ़त था। फिर इसमें सोशल दूरी भी शामिल होने लगे। इस

बार इसमें ईरान के राष्ट्रपति मसूद पेजेशकियन भी हिस्सा ले रहे हैं। ये एक दशक बाद किसी ईरानी लीडर की पहली इजिस्ट यात्रा है। जिसके कई मायने लगाए जा रहे हैं। ईरान के बाद इजरायल की कोशिश की। इसके बाद ईरान और उसके बीच पड़ी गांठ हल्की होती दिखाई दे रही है। ईरान के बाद इजरायल की यात्रा करने वाले एसएमई (छोटे और मध्यम उद्यमों) का समर्थन करना हमारे सामाजिक आर्थिक विकास और प्रगति के लिए महत्वपूर्ण है।

बैन हुए पाकिस्तान के परमाणु हथियार, अमेरिका का तगड़ा एक्शन, हिल गए सारे देश!



वॉशिंगटन, एजेंसी। पाकिस्तान खुद को बांग्लादेश का दोस्त बता रहा है। लेकिन पाकिस्तान को अमेरिका से भी झटका मिल रहा है। पाकिस्तान पर अमेरिका का बड़ा एक्शन हुआ है और उसके मिसाइल प्रोग्राम पर ब्रेक लगा दिया गया है। कर्ज, कंगाली से ज़ूँझ रहे पाकिस्तान को अमेरिका ने फिर बड़ा झटका दे दिया है। अमेरिका ने पाकिस्तान का सपना चकनाचूर कर दिया है। अमेरिका ने बैलिस्टिक मिसाइल से जुड़ी पाकिस्तान की चार बड़ी कंपनियों पर पाबंदी लगा दी है। पाकिस्तान की रक्षा एजेंसी एनडीसी यानी ने शनल डेवलपमेंट कॉप्लैक्स और अख्तर एंड संस प्राइवेट लिमिटेड, एफिलिएट से शाहीन-प्लस और अबाबिल परमाणु मिसाइलें हैं। इसलिए अमेरिका ने पाकिस्तान की लंबी दूरी के मिसाइल प्रोग्राम के खिलाफ उड़ी के मिसाइल को डेवलपमेंट कॉप्लैक्स यानी एनडीसी पाकिस्तान की खतरे को देखते हुए एकमें अमेरिका ने पाकिस्तान की चार संस्थाओं पर पाबंदी लगा दी है। पाकिस्तान की रक्षा एजेंसी एनडीसी यानी ने शनल डेवलपमेंट कॉप्लैक्स और अख्तर एंड संस प्राइवेट लिमिटेड, एफिलिएट से शाहीन-प्लस और अबाबिल परमाणु मिसाइलें हैं। इसलिए अमेरिका ने पाकिस्तान की लंबी दूरी के मिसाइल प्रोग्राम के खिलाफ उड़ी के मिसाइल को डेवलपमेंट कॉप्लैक्स यानी एनडीसी पाकिस्तान की खतरे को देखते हुए एकमें अमेरिका ने पाकिस्तान की चार संस्थाओं पर पाबंदी लगा दी है। पाकिस्तान की रक्षा एजेंसी एनडीसी यानी ने शनल डेवलपमेंट कॉप्लैक्स और अख्तर एंड संस प्राइवेट लिमिटेड, एफिलिएट से शाहीन-प्लस और अबाबिल परमाणु मिसाइलें हैं। इसलिए अमेरिका ने पाकिस्तान की लंबी दूरी के मिसाइल प्रोग्राम के खिलाफ उड़ी के मिसाइल को डेवलपमेंट कॉप्लैक्स यानी एनडीसी पाकिस्तान की खतरे को देखते हुए एकमें अमेरिका ने पाकिस्तान की चार संस्थाओं पर पाबंदी लगा दी है। पाकिस्तान की रक्षा एजेंसी एनडीसी यानी ने शनल डेवलपमेंट कॉप्लैक्स और अख्तर एंड संस प्राइवेट लिमिटेड, एफिलिएट से शाहीन-प्लस और अबाबिल परमाणु मिसाइलें हैं। इसलिए अमेरिका ने पाकिस्तान की लंबी दूरी के मिसाइल प्रोग्राम के खिलाफ उड़ी के मिसाइल को डेवलपमेंट कॉप्लैक्स यानी एनडीसी पाकिस्तान की खतरे को देखते हुए एकमें अमेरिका ने पाकिस्तान की चार संस्थाओं पर पाबंदी लगा दी है। पाकिस्तान की रक्षा एजेंसी एनडीसी यानी ने शनल डेवलपमेंट कॉप्लैक्स और अख्तर एंड

