

NEWS इन ब्रीफ

पीएलएफआई के एरिया कमांडर को जमानत रांची। झारखंड हाईकोर्ट के न्यायाधीश जस्टिस रंगोन मुखोपाध्याय और जस्टिस अम्बुज नाथ की खंडपीठ में गुरुवार को प्रतिबंधित उग्रवादी संगठन पीएलएफआई के एरिया कमांडर जेटा कच्छप की जमानत याचिका पर सुनवाई हुई। सुनवाई के बाद कोर्ट ने जेटा कच्छप को जमानत दे दी। जेटा कच्छप की ओर से अधिवक्ता सुजय दयाल ने अदालत में पक्ष रखा।

रांची हिंसा मामले के आरोपित को जमानत नहीं रांची। झारखंड हाईकोर्ट के न्यायाधीश जस्टिस राजेश कुमार की अदालत में गुरुवार को रांची में 10 जून, 2022 को हुई हिंसा के आरोपित इरफान अंसारी उर्फ जुवेर आलम को जमानत देने से इनकार कर दिया। इरफान ने झारखंड हाईकोर्ट में नियमित जमानत के लिए याचिका दाखिल की थी। कोर्ट ने जमानत अर्जी पर सरकार और आरोपित का पक्ष सुनने के बाद जमानत याचिका खारिज कर दी है। आरोपित इरफान 25 जुलाई, 2022 से न्यायिक हिरासत में है।

अमित और राजीव ने ईडी कोर्ट से मांगा समय रांची। ईडी के विशेष न्यायाधीश प्रभात कुमार शर्मा की अदालत में गुरुवार को पीआईएल मैनेज करने के एनजे में केश लेने के मामले की सुनवाई हुई। अदालत ने अगली सुनवाई के लिए 22 फरवरी की तिथि निर्धारित की है। सुनवाई के दौरान इस केस से जुड़े दोनों आरोपित व्यवसायी अमित अग्रवाल और झारखंड हाईकोर्ट के अधिवक्ता राजीव कुमार ने अदालत से डिस्चार्ज पिटीशन दाखिल करने के लिए समय देने का आग्रह किया। व्यवसायी अमित अग्रवाल की तरफ से अधिवक्ता विद्युत चौरसिया ने अदालत में पक्ष रखा। अधिवक्ता राजीव कुमार की ओर से रांची सिविल कोर्ट के वरिष्ठ अधिवक्ता शंभु अग्रवाल ने पक्ष रखा। ईडी ने पीआईएल मैनेज करने से जुड़े केस में कांड संख्या ईसीआईआर 05/2022 दर्ज की है। ईडी की ओर से विशेष लोक अभियोजक शिव कुमार उर्फ काका जी कोर्ट में उपस्थित थे।

साहिबगंज में 11 को होगी खड़गे की जनसभा रांची। कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे का साहिबगंज जिले में 11 फरवरी को जनसभा प्रस्तावित है। बड़हरवा के श्रीकुंड हाईस्कूल मैदान में उनका कार्यक्रम होगा, जिसमें हजारों कार्यकर्ता जुटेंगे। इसकी जानकारी झारखंड प्रदेश कांग्रेस कमेटी के महासचिव तनवीर आलम ने दी। तनवीर आलम ने बताया कि प्रस्तावित कार्यक्रम को लेकर जिला से लेकर पंचायत स्तर तक के कार्यकर्ता जुटे हुए हैं। इस कार्यक्रम को सफल बनाने को लेकर डोर टू डोर प्रचार प्रसार करने को कहा गया है।

झारखंड विधानसभा का बजट सत्र 27 फरवरी से होगा शुरू

नवीन मेल संवाददाता। रांची मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन की अध्यक्षता में गुरुवार को मंत्रिपरिषद की बैठक हुई। इसमें 25 प्रस्तावों को स्वीकृति दी गयी। राज्य सरकार ने झारखंड के 20 मॉडल स्कूलों को आवासीय स्कूल में बदलने का निर्णय लिया है। साथ ही इन स्कूलों की सूची बनायी गयी है। इसके अलावा राज्य में संचालित 203 कस्तूरबा गांधी बालिका आवासीय विद्यालय के शिक्षकेतर कर्मचारियों के मानदेय में 20 फीसदी बढ़ोतरी का निर्णय लिया गया है। राज्य सरकार के इस निर्णय से 1234 शिक्षकेतर कर्मचारियों को लाभ मिलेगा। इसके लिए राज्य सरकार तीन करोड़ 53



लाख रुपये वहन करेगी। बैठक के बाद कैबिनेट सचिव अजय कुमार सिंह ने फैसलों की जानकारी दी। पीपीपी मोड में डेवलप होंगे पर्यटन स्थल : कैबिनेट की बैठक में पर्यटन स्थलों को पीपीपी मोड में डेवलप करने संबंधित प्रस्ताव पर मुहर लगाई गई। बताया गया कि राज्य के पर्यटन स्थलों को पीपीपी मोड पर संचालित करने के लिए दिया जाएगा। चयनित एजेंसी पर्यटन स्थलों को डेवलप भी करेगी और उसे संचालित भी करेगी। साथ ही राज्य योजनामद में आनेवाले इंटर प्रशिक्षित उर्दू शिक्षकों को गैर योजनामद में लाने का निर्णय लिया

एक अकेला सब पर भारी

एजेंसियां। नई दिल्ली प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को कहा कि वह देश के लिए जीते हैं, देश के लिए सब कुछ कर रहे हैं। देश की जनता की रोजी-रोटी के लिए हमारी सरकार काम कर रही है। देश देख रहा है कि एक अकेला कितनों पर भारी पड़ रहा है। उन्होंने कहा: नारे बोलने के लिए भी लोग बदलने पड़ रहे हैं। मैं घंटे भर से जवाब दे रहा हूँ, रुका नहीं रहा। मैं देश के लिए कुछ करने के लिए निकला हूँ। इसलिए राजनीतिक खेल खेलेनेवालों के अंदर हौसला नहीं है। वे बचने का रास्ता ढूँढ रहे हैं। इससे पहले पीएम मोदी ने प्रश्नकार जैसे मुद्दों पर विपक्ष आइना दिखाया। उन्होंने कहा पिछले कुछ वर्षों में 27 लाख करोड़ रुपये डीबीटी के माध्यम से सीधा हितधारकों के खातों में गए हैं। इससे 2 लाख करोड़ रुपये से अधिक रकमा जो किसी इको-सिस्टम के हाथों में जा सकता था, वो बच गया। अब जिनको ये पैसा नहीं मिल पाया, उनका चिल्लाना स्वाभाविक है। प्रधानमंत्री ने कहा कि इनकी राजनीति, अर्थ नीति और समाज नीति वोटबैंक के आधार पर ही चलती थी, लेकिन हमने रेहड़ी-ठेले पटरीवालों की चिंता की। पीएम स्वनिधि और पीएम विकास योजना के जरिए हमने समाज के एक बड़े वर्ग का सामर्थ्य बढ़ाने का काम किया है।

एक परिवार ने 60 साल में गढ़े ही गढ़े दिए : प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे के संबोधन का भी जिक्र किया। उन्होंने कहा : कल विपक्ष के खड़गेजी ने कहा कि 60 साल में उन्होंने मजबूत बुनियाद बनाई। उनकी शिकायत थी कि बुनियाद हमने बनाई और क्रेडिट मोदी ले रहा है। 2014 में आकर जब मैंने बारीकी से चीजों को देखने का

राज्यसभा में क्या बोले मोदी

- मैं देश के लिए कुछ करने के लिए निकला हूँ
- 60 साल कांग्रेस के परिवार ने गढ़े ही गढ़े कर दिए थे
- जितना कीचड़ उछालोगे, कमल उतना ही ज्यादा खिलेगा
- जनता आपका खाता बंद कर रही है और आप रोना यहां रो रहे हो



कीचड़ उसके पास था, मेरे पास गुलाल
अपने संबोधन की शुरुआत में ही प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सदन में हंगामा कर रहे विपक्षी सांसदों पर तंज कसा। प्रधानमंत्री ने कहा : सदन में जो भी बात होती है, उसे देश गंभीरता से सुनता है और गंभीरता से लेता है। लेकिन ये दुर्भाग्यपूर्ण है कि कुछ लोगों की वाणी न सिर्फ सदन को, बल्कि देश को निराश करनेवाली है। इस प्रकार की प्रवृत्ति के सदस्यों को यही कहूँगा कि कीचड़ उसके पास था, मेरे पास गुलाल। जो भी जिसके पास था, उसने दिया उछाल। जितना कीचड़ उछालोगे, कमल उतना ही ज्यादा खिलेगा। कमल खिलाने में प्रत्यक्ष या परोक्ष आपका जो भी योगदान है, इसके लिए मैं उनका भी आभार व्यक्त करता हूँ।

प्रयास किया तो नजर आया कि 60 साल कांग्रेस के परिवार ने गढ़े ही गढ़े कर दिए थे। उनका इरादा नेकी का होगा, लेकिन गढ़े कर दिए थे। पंचायत से लेकर पार्लियामेंट तक इन्हीं की दुनिया चलती थी। देश भी आंख बंद करके उनका समर्थन करता था, लेकिन उन्होंने ऐसी कार्यशैली और कल्चर बनाया कि एक भी चुनौती का परमानेंट सॉल्यूशन निकालने का न सोचा, न सूझा और न प्रयास किया। हमारी सरकार की पहचान पुरुषार्थ के कारण बनी है। एक के बाद एक उठाए गए कदमों के कारण बनी है। आज हम परमानेंट सॉल्यूशन की दिशा में आगे बढ़ रहे हैं।

जनता ने खाता ही बंद कर दिया : प्रधानमंत्री ने फिर से कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे का जिक्र किया। कहा, 'खड़गेजी शिकायत कर रहे थे कि मोदीजी बार-बार मेरे चुनावी क्षेत्र में आते हैं। मोदीजी >>>शेष पृष्ठ 11 पर

कैबिनेट के अन्य फैसले

- 238 सूखाग्रस्त प्रखंड में राहत के लिए 268 करोड़ जेसीएफ से लोन लिया जायेगा। 20 लाख लाभुकों को खाद्य सुरक्षा दी जायेगी। जनवरी से दिसम्बर तक मुफ्त राशन दिया जायेगा।

- झारखंड विधानसभा का बजट सत्र 27 फरवरी से आहूत करने की स्वीकृति दी गयी। बजट तीन मार्च को पेश किया जायेगा। 17 दिन के कार्य दिवस में बजट सत्र 24 मार्च तक चलेगा।

- प्रभात कुमार झा की तीन वेतन वृद्धि की रोक को यथावत रखा गया।

- मुख्य सूचना आयुक्त (झारखंड) के वेतन और भत्ता समेत अन्य सेवा शर्तों में संशोधन को स्वीकृति।

- काँपी टेबल के निर्माण के लिए आउटलुक बुक का मनोनयन किया गया। इसमें 19 लाख रुपये की लागत आयेगी।

- चिरौदी स्थित तारामंडल के तीन वर्ष के संचालन और उसके प्रोजेक्टर को ठीक करने की जिम्मेदारी ऑर्बिट एनिमेट प्राइवेट लिमिटेड को दिया गया।

- राज्य के 20 मॉडल स्कूलों को आवासीय विद्यालय में परिवर्तित करने की स्वीकृति।

- रांची के एचईसी में अलग से स्टेट कमांड >>>शेष पृष्ठ 11 पर

गया है। रांची स्मार्ट सिटी प्रोजेक्ट के लिए एचईसी से ली गयी 647.08 एकड़ जमीन का जो बकाया राशि >>>शेष पृष्ठ 11 पर

शिबू सोरेन की तबीयत बिगड़ी, मेदांता में भर्ती

नवीन मेल संवाददाता। रांची मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन के पिता और झारखंड मुक्ति मोर्चा के सुप्रिीमो शिबू सोरेन की तबीयत गुरुवार को बिगड़ गयी। उन्हें आनन-फानन में रांची के मेदांता अस्पताल में भर्ती कराया गया है। नेफ्रोलॉजिस्ट डॉ. अमित की देखरेख में उनका इलाज चल रहा है। बताया जा रहा है कि सांस लेने में तकलीफ के बाद उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया। इस दौरान उनके साथ पुत्रवधू कल्पना सोरेन थीं। इसकी पुष्टि केंद्रीय प्रवक्ता सुप्रियो भट्टाचार्य ने की है। उल्लेखनीय है कि वर्ष 2020 में राज्यसभा सांसद शिबू सोरेन कोरोना से संक्रमित हो गए थे। तबीयत बिगड़ने के बाद डॉक्टरों की सलाह पर उन्हें रांची के मेदांता में भर्ती कराया गया था। शिबू सोरेन को सांस लेने में तकलीफ हो रही थी। इसके बाद डॉक्टरों के परामर्श पर उन्हें गुरुग्राम के मेदांता में भर्ती कराया गया था। इसके बाद वे स्वस्थ होकर रांची लौटे थे।

लातेहार के जंगल से मिला नक्सलियों के हथियारों का जखीरा



नवीन मेल संवाददाता। लातेहार जिले की पुलिस और अर्धसैन्य बलों ने नक्सलियों के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के दौरान एक जंगल से चार शक्तिशाली केन और दो प्रेशर कुकर बम के अलावा कई हथियार बरामद किए हैं। बरामद हथियारों में एक कारबाइन, दो राइफल, 33 जिंदा गोली समेत अन्य सामान हैं। बरामद सभी बम को बम निरोधक दस्ते के द्वारा जंगल में ही विस्फोट कर निष्क्रिय कर दिया गया। ये हथियार जंगल में एक सुरंगनुमा बंकर के भीतर छिपाकर रखे गए थे। जानकारी देते हुए सीआरपीएफ 214 बटालियन के द्वितीय कमान अधिकारी अभिनव आनंद ने बताया कि कमांडेंट को गुप्त सूचना मिली थी कि मनिंका थाना क्षेत्र

12 से 21 तक नक्सली मनायेंगे प्रतिरोध दिवस रांची। राज्य में नक्सली संगठन माओवादियों ने 12 से 21 फरवरी तक 10 दिवसीय प्रतिरोध दिवस मनाने की घोषणा की है। यह विरोध झारखंड को माओवादी मुक्त करने के नाम पर कार्रवाई को लोकर है। इस संबंध में गुरुवार को नक्सलियों के विहार झारखंड स्पेशल एरिया कमेटी के प्रवक्ता बादल ने प्रेस विज्ञप्ति जारी किया है। विज्ञप्ति में कहा है कि केंद्र सरकार और राज्य की हेमंत सरकार के निर्देश पर झारखंड को माओवादियों से मुक्त कराने के बहाने पुलिस द्वारा अभूतपूर्व बर्बर पुलिस हमले और आदिवासी मूलनिवासियों पर अघोषित युद्ध के खिलाफ 12 से 21 फरवरी तक 10 एक >>>शेष पृष्ठ 11 पर

के कुरूम खेता जंगल के इलाके में नक्सलियों के द्वारा हथियार और विस्फोटक सामग्री छिपाकर रखे गए हैं। सूचना के बाद सीआरपीएफ 214 बटालियन के कमांडेंट केडी जोशी के निर्देश पर सीआरपीएफ और जिला >>>शेष पृष्ठ 11 पर

पलामू सांसद ने लोकसभा में जंगली जानवरों का मुद्दा उठाया



नवीन मेल संवाददाता मेदिनीनगर। पलामू सांसद वीडी राम ने लोकसभा में नियम 377 के तहत पलामू संसदीय क्षेत्र के अंतर्गत जंगली जानवरों के आतंक से हो रही जान-माल की क्षति से संबंधित अति महत्वपूर्ण मामले को उठाया। उन्होंने कहा कि पलामू एवं गढ़वा जिला में आजकल जंगली जानवरों का आतंक इस कदर बढ़ा हुआ है कि लोग अपना घर द्वार छोड़कर एक जगह एकत्रित होकर रात गुजारने

मौत के घाट उतारा जा चुका है और एक व्यक्ति तथा एक बच्चा अस्पताल में इलाजत है। वन विभाग के द्वारा इस दिशा में प्रयास किया जा रहा है कि तेंदुए को पकड़ने के लिए महाराष्ट्र से एक शिक्षारी को भी बुलाकर इस कार्य में लगाया गया है। परंतु कोई लाभदायक परिणाम नहीं निकला है। स्थानीय वन विभाग के पदाधिकारियों का यह प्रयास नाकाफी है। इसके साथ-साथ हाथियों के >>>शेष पृष्ठ 11 पर

दीपिका के खिलाफ पीड़क कार्रवाई पर रोक

रांची। कांग्रेस की विधायक दीपिका पांडेय सिंह की याचिका पर गुरुवार को झारखंड हाईकोर्ट में सुनवाई हुई। सुनवाई के बाद अदालत ने राज्य सरकार को विस्तृत जवाब दाखिल करने का निर्देश दिया। दीपिका की याचिका पर झारखंड हाईकोर्ट के न्यायाधीश जस्टिस गौतम कुमार चौधरी की अदालत में सुनवाई हुई। अब इस मामले में 28 फरवरी को सुनवाई होगी। तब तक अदालत ने दीपिका के खिलाफ पीड़क कार्रवाई पर रोक के आदेश को विस्तार दिया है। गौरतलब है कि दीपिका ने अपने खिलाफ दर्ज प्राथमिकी निरस्त करने के लिए झारखंड हाईकोर्ट का दरवाजा खटखटाया था।

खुलासा महाराष्ट्र एटीएस का खुलासा, पुलिस मशीनरी को निशाना बनाना चाहता है फ्रंट

पीएफआई 2047 तक भारत को बनाना चाहता है इस्लामिक स्टेट

अतुल कृष्ण। नई दिल्ली महाराष्ट्र आतंकवाद निरोधी दस्ते (एटीएस) ने अपने आरोप पत्र में दावा किया है कि पाँपुलर फ्रंट ऑफ इंडिया (पीएफआई) 2047 तक पुलिस मशीनरी को निशाना बनाना चाहता है और भारत में इस्लामिक शासन स्थापित करना चाहता है। इसके लिए उन्हें कुछ मुस्लिम देशों से फंड मिल रहा था।

चार्जशीट में कहा गया है अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए, उन्होंने महाराष्ट्र में सात स्थानों पर गुप्त बैठकें कीं। आरोपी भारतीय संविधान की जगह शरिया कानून स्थापित करना चाहते हैं। आरोपियों ने अंतरराष्ट्रीय फर्मों की मदद से भारत में कानून व्यवस्था की स्थिति



को बाधित करने की योजना बनाई। एटीएस ने आरोपियों में से एक मजहर मंसूर खान के सेल फोन से एक पुस्तिका जब्त की, इसमें भयावह साजिश का उल्लेख किया गया था। बुकलेट में कहा गया है कि भारत की आजादी के 100 साल पूरे होने पर वे इस्लामिक स्टेट

मुस्लिम युवकों की पहचान केवल 'मुस्लिम' के रूप में की जाए

चार्जशीट में कहा गया है कि पीएफआई चाहती है कि मुस्लिम युवकों की पहचान केवल 'मुस्लिम' के रूप में की जाए न कि भारतीयों के रूप में। चार्जशीट से खुलासा हुआ है कि वे भोले-भाले मुस्लिम युवाओं को हथियार चलाने का प्रशिक्षण देने की योजना बना रहे थे। आरोपी यह दिखा कर पीड़ित कांड खेला चाहते थे कि देश में मुसलमानों को निशाना बनाया जा रहा है। आरोपियों में से एक के पास से जब्त की गई किताब से पता चला है कि वे चाहते थे कि कश्मीर और लक्षद्वीप के मुसलमान उनके साथ शामिल हों, क्योंकि इन जगहों पर बड़ी मुस्लिम आबादी है। आरोप पत्र में कहा गया है कि आरोपी भोले-भाले मुस्लिम युवकों को यह सोचने के लिए स्थानीय धार्मिक मुस्लिम नेताओं की मदद लेना चाहते थे कि मुस्लिमों को निशाना बनाया जा रहा है। आरोप पत्र में यह भी उल्लेख किया गया है कि पीएफआई >>>शेष पृष्ठ 11 पर

की स्थापना करेंगे। जिस बुकलेट को वे पीएफआई के सदस्यों को बांट रहे थे, उसमें इस बात का जिक्र था कि वे 2047 तक इस्लामिक स्टेट को कैसे हकीकत बनाएँगे। किताब के शीर्षक था- 'इंडिया 2047, टुवार्ड्स रूल ऑफ इस्लाम इन इंडिया'। आईएनएस के पास उपलब्ध चार्जशीट में चौंकाने वाले तथ्य सामने आए हैं। राष्ट्रीय जांच एजेंसी (एनआईए) ने पिछले साल एक राष्ट्रव्यापी कार्रवाई की थी। इस दौरान महाराष्ट्र में पीएफआई से जुड़े पांच लोगों को गिरफ्तार किया गया। इस मामले में एटीएस ने

लालगढ़-पंजरी में रेलवे फाटक लगाने को लेकर वर्षों से हो रही है मांग

1966 से आंदोलनरत हैं स्थानीय लोग, सांसद ने लोस में उठाया था मामला

नवीन मेल संवाददाता मेदिनीनगर। धनबाद रेल मंडल स्थित लालगढ़-पंजरी कला रेलवे ट्रेक पर फाटक लगाने या अंडर ब्रिज निर्माण की मांग वर्षों से की जा रही है। लेकिन सिर्फ आश्वासन मिलता रहा है। पंजरी व लालगढ़ रेल पार पथ या अंडर ब्रिज निर्माण कराने की मांग को ले स्थानीय लोग वर्ष 1966 से आंदोलनरत हैं। इसे लेकर लोगों ने कई बार जोरदार आंदोलन भी किया। साथ ही तत्कालीन पलामू सांसद शशांक मंजरी जो स्वतंत्र पार्टी से थे। उनसे मिलकर भी निर्माण की मांग रखी गई। बावजूद केवल सबों से आश्वासन मिलता



रहा। इतना ही नहीं पलामू के तत्कालीन लोकप्रिय सांसद कमला कुमारी से भी स्थानीय लोग मिलकर अपनी जरूरतों व आ रही परेशानियों को भी रखा। कमला को पलामू के लोग सर आंखों पर बैठाये रखे। 1967, 1971, 1980 व 1984 तक चार बार प्रतिनिधित्व का इन्हें मौका मिला था। लेकिन स्थानीय समस्याओं को दूर करने के प्रति तनिक भी रुचि नहीं दिखाई। 1977 में जनता पार्टी से रामदेवी राम सांसद बने। लोगों ने इनके समक्ष भी समस्याओं को रखा। लेकिन इनकी ओर से कभी भी सत्क भाला नहीं किया गया। इसके बाद पंजरी के टिकट पर 1991 में >>>शेष पृष्ठ 11 पर

शरीर में ये छोटे-छोटे बदलाव भी देते हैं हार्ट अटैक का संकेत

आगर आपको कुछ आसान से काम करने में कठिनाई हो रही है, जैसे कि बिस्तर बनाना या वीडियो तो यह हार्ट अटैक पड़ने का एक साइलेंट लक्षण है। तुरंत चेकअप के लिए जाना जरूरी है। जब एक हेल्थ केयर प्रोफेशनल्स को हफ्तों या महिनों बाद हार्ट डैमेज का पता चलता है, तो बहुत से लोग तभी जानते हैं कि उन्हें साइलेंट हार्ट अटैक का सामना करना पड़ा है। साइलेंट हार्ट अटैक को पहचानना मुश्किल हो सकता है अगर ऐसे संकेत या लक्षण गायब हैं जो अक्सर हार्ट अटैक से संबंधित नहीं होते हैं। जब हार्ट अटैक के कोई लक्षण नहीं होते हैं या छोटे लक्षण होते हैं तो इसे 'साइलेंट हार्ट अटैक' कहा जाता है। हार्ट अटैक जिसे अक्सर मायोकार्डियल इन्फ्रक्शन कहा जाता है, जो तब होता है जब



आपके दिल को पर्याप्त ऑक्सीजन नहीं मिल रहा होता है। इससे हार्ट डैमेज होता है। आमतौर पर, ब्लड क्लॉटिंग ब्लड को आपकी कोरोनरी धमनियों में से गुजरने से रोकता है, जिसकी वजह से हार्ट अटैक पड़ता है। एक कोरोनरी धमनी

क्रैम्स कभी-कभी आपके ब्लड फ्लो को रोक सकती है। आइए आगे उन संकेतों को समझें जो साइलेंट हार्ट अटैक का संकेत दे सकते हैं।

सीने में दर्द, बेचैनी

दिल का दौरा कभी-कभी अचानक,

गंभीर दर्द का कारण बन सकता है, जिससे इसकी पहचान करना आसान हो जाता है। ज्यादातर दिल के दौरों में सीने में मामूली दर्द या बीच में बेचैनी होती है। ये लक्षण आमतौर पर धीरे-धीरे दिखाई देते हैं और गायब हो सकते हैं और वापस आ सकते हैं। आप अपने शरीर के सबसे अच्छे जज हैं। अगर आपको संदेह है कि कुछ गलत है, तो आपको डॉक्टर के पास चेकअप के लिए जाना चाहिए।

मतली और फ्लू जैसे लक्षण

जो मिचलाना और उल्टी जैसे फ्लू जैसे लक्षण होने पर भी ये साइलेंट हार्ट अटैक के संकेतक हो सकते हैं। आपने पहले फ्लू का अनुभव किया होगा, इसलिए आप जान सकते हैं कि यह कैसा लगता है। ये लक्षण खतरनाक हो सकते हैं, इसलिए उन्हें इस तरह नजर अंदाज न करें।

सांस फूलना और चक्कर आना

सीढ़ियां चढ़ने के बाद आपको लगता है कि आपने अभी-अभी मैराथन दौड़ लगाई है, तो यह इस बात का संकेत हो सकता है कि आपका दिल ठीक से

काम नहीं कर रहा है। सांस फूलना साइलेंट हार्ट अटैक का एक सामान्य संकेत है और यह सीने में परेशानी के साथ या इसके बिना भी हो सकता है। इसके अलावा आप हल्कापन या चक्कर आने अनुभव कर सकते हैं, और आप बेहोश भी हो सकते हैं। हालांकि पुरुषों और महिलाओं दोनों को इसका अनुभव हो सकता है, लेकिन महिलाओं को सांस की कमी महसूस होने की संभावना अधिक होती है।

शरीर के अन्य अंगों में बेचैनी

हार्ट अटैक की वजह से आप वास्तव में अपने पूरे शरीर में बेचैनी महसूस कर सकते हैं, केवल अपने दिल में ही नहीं। हालांकि, इससे दिल के दौरों को पहचानना मुश्किल हो सकता है। आप अपनी पीठ, गर्दन, जबड़े और पेट में संकेत एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में अलग हो सकते हैं। उदाहरण के लिए, कुछ लोग दावा करते हैं कि दिल का दौरा पड़ने के बाद उन्हें जो दर्द होता है, ऐसा लगता है जैसे उनके चारों ओर रस्सी बंधी हुई है। इसके अलावा आपकी पीठ पर बहुत अधिक दबाव का अनुभव हो सकता है।

डिनर के बाद वाँक करने से मिल सकते हैं ये बेमिसाल फायदे

आप खुद को चाहें किसी भी रूप से फिजिकली एक्टिव रखें, लेकिन इसका पॉजिटिव असर आपके बाँडी हार्मोन पर नजर आता है। जब आप चहलकदमी करते हैं तो यह आपके ब्लड सर्कुलेशन में सुधार करता है और इससे शरीर में हैप्पी हार्मोन बूस्ट होते हैं। आपने अक्सर लोगों को कहते हुए सुना होगा कि खाना खाने के बाद हल्की चहलकदमी करनी चाहिए। यूँ तो नियमित रूप से वाँक करने के कई फायदे मिलते हैं। लेकिन अगर आप खाना खाने के बाद हल्की चहलकदमी करते हैं तो यह विशेष रूप से लाभदायी माना जाता है। हो सकता है कि आप खुद को फिट रखने के लिए घंटों वर्कआउट करते हों, लेकिन इसके बाद भी आपको डिनर के बाद हल्की चहलकदमी की आदत डालनी चाहिए।



चहलकदमी करते हैं तो यह आपके ब्लड सर्कुलेशन में सुधार करता है और इससे शरीर में हैप्पी हार्मोन बूस्ट होते हैं। जिससे आप खुद को अधिक खुश महसूस करने में मदद करते हैं।

पाचन में मददगार

खाने के बाद चहलकदमी करना इसलिए भी अच्छा माना जाता है, क्योंकि यह आपके आहार को बेहतर

तरिके से पचाने में मदद कर सकता है। कुछ लोग खाने के बाद तुरंत लेट जाते हैं। लेकिन इससे खाना सही तरह से पच नहीं पाता है। जिससे इनडाइजेशन से लेकर हार्ट बर्न तक कई तरह की समस्याएं शुरू हो जाती हैं। लेकिन खाने के बाद जब आप हल्की वाँक करते हैं तो इससे भोजन अच्छी तरह से पचता है। यह भोजन से पोषक तत्वों के अवशोषण को भी बढ़ाता है।

क्रैविंग से बचाने में मददगार

आपको शायद जानकर अजीब लगे, लेकिन अगर आप डिनर के बाद वाँक करते हैं तो इससे आपको फूड क्रैविंग्स को मैनेज करने में मदद मिलती है। दरसअल, जब आप रात के खाने के बाद टहलते हैं तो ऐसे में आपको थोड़ी थकान का अनुभव होता है। जिससे आपको नींद आती है और आप जल्दी सो जाते हैं। जिससे आपको क्रैविंग का अनुभव होने की संभावना कम हो जाती है।

वजन घटाने में मददगार

सही आहार के साथ-साथ व्यायाम करने से आपको अपना वजन कम करने में भी मदद मिलती है। रात को हँवी फूड खाने और तुरंत सो जाने से वजन बढ़ने सहित कई स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। लेकिन जब आप रात के खाने के बाद टहलते हैं तो यह सुनिश्चित करता है कि आप कुछ कैलोरी बर्न करते हैं और इसे हेल्दी वजन मैनेज करने में मदद मिलती है।

♦ **मिताली जैन**

सर्दी-खांसी होने पर अनानास का सेवन करना काफी अच्छा माना जाता है। ऐसा इसलिए है, क्योंकि अनानास में ब्रोमेलिन नामक एंजाइम होता है। इसमें मौजूद एंटी-इंफ्लेमेटरी एजेंट अपने म्यूकोलाइटिक गुणों के कारण म्यूकस को तोड़ सकता है। फलों का सेवन करना सेहत के लिए बेहद लाभकारी माना जाता है। ये कई तरह के विटामिन, मिनरल्स और पोषक तत्वों से युक्त होते हैं। हर फल सेहत को किसी ना किसी रूप में लाभ पहुंचाते हैं। लेकिन कुछ खास हेल्थ प्रॉक्लाम्स होने पर सही फल का चयन करना काफी अच्छा माना जाता है। मसलन, अगर आपको सर्दी-खांसी की समस्या है तो ऐसे में कुछ फल आपको राहत पहुंचाएंगे तो कुछ फल आपको नुकसान भी पहुंचा सकते हैं।

सर्दी-खांसी होने पर खाएं ये फल

अगर आपको सर्दी-खांसी की समस्या है तो ऐसे में आप कुछ खास फलों का सेवन कर सकते हैं। मसलन-

- सर्दी-खांसी होने पर अनानास का सेवन करना काफी अच्छा माना जाता है। ऐसा इसलिए है, क्योंकि
- अनार के रस में एंटीऑक्सीडेंट फ्लेवोनॉयड होता है। अध्ययनों से पता चलता है कि अनार के जूस के रोजाना सेवन से लंबे समय तक खांसी और जुकाम होने की संभावना लगभग 40 प्रतिशत तक कम हो सकती है। अनार के रस में एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटीबैक्टीरियल गुण भी पाए जाते हैं।
- कोल्ड व कफ होने पर कीवी

सर्दी-खांसी होने पर किन फलों का करें सेवन और किनसे करें परहेज



अनानास में ब्रोमेलिन नामक एंजाइम होता है। इसमें मौजूद एंटी-इंफ्लेमेटरी एजेंट अपने म्यूकोलाइटिक गुणों के कारण म्यूकस को तोड़ सकता है।

अनार के रस में एंटीऑक्सीडेंट फ्लेवोनॉयड होता है। अध्ययनों से पता चलता है कि अनार के जूस के रोजाना सेवन से लंबे समय तक खांसी और जुकाम होने की संभावना लगभग 40 प्रतिशत तक कम हो सकती है। अनार के रस में एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटीबैक्टीरियल गुण भी पाए जाते हैं।

कोल्ड व कफ होने पर कीवी

- सेब फ्लेवोनॉयड्स से भरे हुए हैं और इनका सेवन कई मायनों में लाभकारी माना गया है। यह आपके इम्युन सिस्टम को मजबूत बनाता है, जो आपको खांसी और सर्दी से बचाने में मददगार है।

खांसी और जुकाम के दौरान फलों से परहेज करें

स्वस्थ रहने के लिए किसी भी व्यक्ति को फलों का सेवन करना चाहिए। ध्यान दें कि ऐसा कोई विशेष फल नहीं है, जिसे इस अवस्था में खाने से परहेज करना चाहिए। बस आपको इस बात का विशेष तौर पर ध्यान रखना चाहिए कि आप फ्रिज में रखे फलों का सेवन न करें। उंडे होने के कारण ये फल आपकी समस्या को बढ़ा सकते हैं। इसके अलावा, कोशिश करें कि आप खट्टे फलों को भी खांसी और जुकाम के दौरान खाने से बचें। ऐसा इसलिए है क्योंकि पहले से ही खांसी और जुकाम से जूझ रहे व्यक्ति में खट्टे फल एसिड रिफ्लक्स का कारण बन सकते हैं।

साहित्य का चमकता सूर्य

हिंदी साहित्य जगत में मीत जर्मसतपुरी चमकते सूर्य की भाँति दिखाई देते हैं। कड़वे बोल (काव्य-संग्रह) में एक ओर जहां पाठकों को अपने धारदार तेवर से चकित कर रचनाओं से जोड़े रखते हैं, वहीं दूसरी तरफ स्वनलोक से हटाकर हकीकत से परिचय कराने के लिए धरातल पर ला बिठाते हैं। कवि ने इस पुस्तक में जो इंद्रधनुषी छटा बिखेरी है, वह अद्भुत है। मंचों पर इनकी प्रस्तुति श्रोताओं को आकृष्ट करती है। इनका पूरा नाम गुरमीत सिंह है। साहित्य जगत इन्हें मीत जर्मसतपुरी से जानता है। इनका जन्म, पिता सरदार इंद्रजीत सिंह व माता दलबीर कौर के घर पंजाब के एक गांव जर्मसतपुर में 12 अप्रैल 1979 को हुआ। इन्होंने स्नातक तक की शिक्षा प्राप्त की है। पढ़ने - लिखने का शौक तो इन्हें बचपन से ही था। साहित्यिक रूचियां जब परवान चढ़ी तो इन्होंने पंजाबी के साथ हिंदी में भी लिखना प्रारंभ किया। मीत जर्मसतपुरी एक अच्छे इंसान के साथ उच्च कोटि भाव के कवि हैं। कड़वे बोल में संकलित कविताओं में कवि ने दैनिक जीवन के व्यवहार में सजग रहने के लिए बार-बार आह्वान किया है। आप, कविताओं में टंडी हवा के झोंके तो कहीं गर्मी की लू का भी अनुभव करेंगे और प्रेम-वर्षा में सराबोर भी हो जाइएगा। सच कहने की आदत, मीत जर्मसतपुरी को अन्य कवियों से अलग कर महान बनाती है। सर्व-धर्म का भाव स्पष्ट रूप में उभर कर सामने आया है। कवि, गंगा- यमुना संस्कृति के संवाहक हैं, यह कहना अतिशयोक्ति नहीं होगी। रचनाओं के माध्यम से जहाँ सत्ता को ललकार के सवाल करना, वहीं उसका समाधान ढूँढना, आम जन जीवन का चित्रण, देश प्रेम, सामाजिक जागरण, कौमी एकता, वर्तमान व्यवस्था पर व्यापक चोट, मानवीय मूल्यों के पक्ष में खड़ा होना, इनकी लेखनी के केंद्र में हैं। सुजनशीलता में सभी रसों को स्थान दिया है, किंतु करुणा रस इनके दिल के काफी करीब है। व्यंग का रंग और बागियाना तेवर की झलक साफ- साफ



दिखाई पड़ती है। धर्म - जात के हर दिन झगड़े, फिर भी देश महान सा लगता। कवि ने हिंदी, उर्दू और इंग्लिश भाषा के सरल और सुगम शब्दों का प्रयोग किया है। कठिन शब्दों से भरसक बचने का प्रयास हुआ है। आवश्यकतानुसार कठिन शब्द भी अपने होने का एहसास कराते हैं। फल स्वरूप पाठक वर्ग के लिए पुस्तक बोधगम्य बन गई है। मीत जर्मसतपुरी व्यवसाय से जुड़े हैं। जन्मभूमि पंजाब और कर्म भूमि झारखंड से अथाह प्रेम है। यही नहीं उनके हृदय में विश्व बंधुत्व की भावना भरी हुई है। इनके साथ मेरी कई साहित्यिक यात्राएं हुई हैं। मीत जर्मसतपुरी देश के विभिन्न साहित्यिक कार्यक्रमों में सम्मानित हो चुके हैं। मैं खुद भी पटना, रामगढ़ आदि कार्यक्रमों का साक्षी रहा हूँ। कड़वे बोल (काव्य-संग्रह) 53 कविताओं का शीर्षकयुक्त आधार रखा है। कवि ने पुस्तक को क्रमशः दादा- दादी सरदार नाजर सिंह फौजी व माता गंगा कौर जी, कोरोना काल में प्राण त्यागने वाले भारतीय, किसान आंदोलन में शहीद किसान और मजदूरों के नाम समर्पित किया है। भूमिका सरोज झा झारखंडी की है। पुस्तक को प्रिन्सेप्स प्रकाशन ने प्रकाशित किया है। काँपाराइट कवि के पास सुरक्षित है। आगरण पृष्ठ आकर्षक व छपाई अच्छी है। पुस्तक में सम्मिलित कविताओं के मदेनजर कौमत् 130 रुपयक है जो अधिक प्रतीत नहीं होती। कुछेक काव्यात्मक दोष व प्रूफ रीडिंग की कमियां रह गई हैं। आशा है मीत जर्मसतपुरी भविष्य में हिंदी साहित्य को कड़वे बोल से भी अधिक सशक्त पुस्तकें देने में सफल होंगे।

समीक्षक : एम.जे.अजहर

शब्द पहली - 7670

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11			
	12	13	14	15		
16	17	18	19	20		
21	22	23	24	25		
26	27	28	29			
	30	31	32	33		
34	35	36	37	38		
39		40	41			

- बाएँ से दाएँ**
1. अधिकार-2
 3. समुद्र, दरिया-3
 6. आमंद, रस-2
 8. दवाना, कुचलना-3
 10. गुंडा, बदमाश-3
 12. पासों से भविष्य जानना-3
 14. नाप जोख करना-3
 17. जलजला-3
 19. असफल-3
 21. मगन, रत-2
 23. व्यक्ति, जीव-3
 25. सम्राट, मोश-2
 26. कार्य करने वाला-3
 28. उपनदी, कैनाल-3
 30. मां का प्रेम-3
 32. पढ़ना, अध्ययन-3
 35. पक्षाघात, फालिज-3
 37. सेनापति-3
 39. दूल्हा, बरदान-2
 40. पक्ष, एक ओर-3
 41. भीमा हुआ

- ऊपर से नीचे**
1. सीमा, सहद-2
 2. कटि, मध्यांग-3
 4. दुख, कष्ट-2
 5. गमन, विदा होना-3
 7. शराब का प्याला-2
 9. एक नमकीन लवण-3
 11. आलेप करना-3
 13. बोलने का तरीका-3
 15. अयोग्य, बेकार-3
 16. तहजीब, तमीज-3
 18. रत्न, बहुमूल्य नग-3
 20. व्यंग, परिहास-3
 22. मुलायम, नाजुक-3
 24. कौपी-3
 27. पंजज, नीरज, जलज-3
 29. निर्माण-3
 31. बल, दम, जोर-3
 33. नेत्र, आंख-3

शब्द पहली - 7669 का हल

श	द	न	ज	त	क	र
श	क	ल	ह	र	श	
त	न	ह	ख	लि	स	
क	क	र	ख	न	भ	
त	ते	का	खि	श	रा	रा
मी	अ	द	र	क	ज	
से	ह	रा	ह	आ	न	
ज	न	ज	हो	न	स	
म	म	क	र	स	न	म

सूडोकु नवताल - 6606

		2			3	
	9	8			2	6
1		3	6		9	
4	3					
	8		2		1	
					8	6
4		7	5			3
3	7	5		4	1	
2				8		

सूडोकु नवताल - 6605 का हल

4	6	2	3	5	8	9	1	7
8	1	7	9	2	6	3	5	4
3	5	9	1	7	4	8	2	6
6	4	1	5	3	7	2	8	9
2	7	5	8	4	9	6	3	1
9	3	8	2	6	1	4	7	5
1	2	3	6	9	5	7	4	8
5	9	4	7	8	2	1	6	3
7	8	6	4	1	3	5	9	2

■ प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरें जाने आवश्यक हैं।
 ■ प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3x3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो इसका विशेष ध्यान रखें।
 ■ पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते।
 ■ पहली का केवल एक ही हल है।

दैनिक पंचांग

10 फरवरी 2023 को सूर्योदय के समय की ग्रह स्थिति

शुक्रवार 2023 वर्ष का 41 वां दिन
 दिशाशूल पश्चिम ऋतु शिशिर।
 विक्रम संवत् 2079 शक संवत् 1944
 मास फाल्गुन (दक्षिण भारत में माघ)
 पक्ष कृष्ण
 तिथि चतुर्थी 07.59 बजे को समाप्त।
 नक्षत्र हस्त 00.18 बजे रात्र को समाप्त।
 योग धृति 16.44 बजे को समाप्त।
 करण बालव 07.59 बजे तदनन्तर कौलव 20.37 बजे को समाप्त।

ग्रह स्थिति	लग्नारंभ समय
सूर्य मकर में	कुंभ 06.50 बजे से
चंद्र कन्या में	मीन 08.23 बजे से
मंगल वृष में	मेघ 09.53 बजे से
बुध मकर में	वृष 11.33 बजे से
गुरु मीन में	मिथुन 13.32 बजे से
शुक्र कुंभ में	कर्क 15.45 बजे से
शनि कुंभ में	सिंह 18.01 बजे से
राहु मेघ में	कन्या 20.13 बजे से
केतु तुला में	तुला 22.24 बजे से
राहुकाल 10.30 से 12.00 बजे तक	वृश्चिक 00.38 बजे से धनु 02.54 बजे से मकर 05.00 बजे से

दिन का चौबीसघंटा	रात का चौबीसघंटा
चर 05.55 से 07.23 बजे तक	रोग 05.38 से 07.1 बजे तक
लाभ 07.23 से 08.51 बजे तक	काल 07.11 से 08.43 बजे तक
अमृत 08.51 से 10.19 बजे तक	लाभ 08.43 से 10.15 बजे तक
काल 10.19 से 11.47 बजे तक	उद्वेग 10.15 से 11.47 बजे तक
शुभ 11.47 से 01.15 बजे तक	शुभ 11.47 से 01.19 बजे तक
रोग 01.15 से 02.43 बजे तक	अमृत 01.19 से 02.51 बजे तक
उद्वेग 02.43 से 04.10 बजे तक	चर 02.51 से 04.23 बजे तक
चर 04.10 से 05.38 बजे तक	रोग 04.23 से 05.55 बजे तक

चौबीसघंटा शुभाशुभ- शुभत्व श्रेष्ठ शुभ, अमृत व लाभ, मध्यम चर, अशुभ उद्वेग, रोग व काल। सभी समय भारतीय मानक समय की मध्य रेखा बिन्दु के आधार पर है अतः आप अपने स्थानीय समयानुसार ही देखें।

आज का राशिफल

मेघ राशि : आज का दिन शुभ फलदायक रहेगा। कार्यक्षेत्र में कामकाज की अधिकता रहेगी, लेकिन परिजनों और सहयोगियों का भरपूर सहयोग मिलेगा, जिससे सभी कार्यों में सफलता मिलेगी।	वृष राशि : आज का दिन अच्छा रहेगा। कार्यक्षेत्र में सफलता मिलेगी और धनलाभ की संभावना रहेगी। निवेश से लाभ मिलेगा। कार्य विस्तार की योजना बना सकते हैं।	मिथुन राशि : आज का दिन शुभ फलदायी रहेगा। सोचे हुए काम पूरे हो सकते हैं। बिजनेस में सफलता मिलेगी और फायदा होगा। व्यापार विस्तार के लिए कोई नया फैसला ले सकते हैं।	कर्क राशि : आज का दिन सामान्य रहेगा। कार्यक्षेत्र में कठिन परिश्रम रहेगा, जिससे कार्यों में सफलता मिलेगी, लेकिन ऑफिस या फील्ड में किसी भी तरह की रिस्क न लें।
सिंह राशि : आज का दिन अच्छा रहेगा। कारोबार में लाभ मिलने का संभावना है। नये सौदे फायदेमंद रहेंगे, जिससे आर्थिक स्थिति मजबूत होगी, लेकिन कार्यभार की अधिकता से दिन भाग-वैद में गुजरेगा।	कन्या राशि : आज का दिन मिला-जुला रहेगा। कारोबार सामान्य रहेगा। आकस्मिक धनलाभ के योग बन रहे हैं, लेकिन अनावश्यक खर्च बढ़ने से आर्थिक स्थिति कमजोर होगी।	तुला राशि : आज का दिन सामान्य रहेगा। कारोबार में लाभ मिलेगा। अचानक फायदा होने के योग बन रहे हैं। कार्यक्षेत्र में परिश्रम की अधिकता रहेगी और कार्यों में सफलता मिलेगी।	वृश्चिक राशि : आज का दिन मिला-जुला रहेगा। कारोबार में परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है और कार्यक्षेत्र में मेहनत ज्यादा रहेगी।
धनु राशि : आज का दिन अच्छा रहेगा। व्यापार-धंधा अच्छा चलेगा। आकस्मिक धनलाभ होने की संभावना रहेगी। कारोबार विस्तार को लेकर नई योजनाएं बनाएंगे।	मकर राशि : आज का दिन सामान्य रहेगा। कार्यक्षेत्र और बिजनेस में कोई बड़ा बदलाव होने की संभावना बन रही है। पैसों से जुड़े किसी मामले में परेशानी उठानी पड़ सकती है।	कुंभ राशि : आज का दिन अच्छा रहेगा। कारोबार की परेशानियां खत्म होंगी। नया काम शुरू हो सकता है। अचानक धनलाभ के योग हैं, लेकिन लेन-देन से बचें। प्रॉपर्टी में निवेश लाभदायक रहेगा।	मीन राशि : आज का दिन मिला-जुला रहेगा। कारोबार में जोखिम भरे सौदों से बचना होगा। कार्यक्षेत्र में काम ज्यादा रहेगा। कठिन परिश्रम से रुके हुए कार्यों में प्रगति होगी।

KASHYAP'S DENTAL CLINIC

Facilities



Dr. Vaibhav Kashyap

Oral & Dental Surgeon, C.c. Endodontist & Implantologist Certified Orthodontist, MIDA

"Smiles & More"

छात्र-छात्राओं के लिए
50% की छूट



- ❖ आरसीटी
- ❖ पायरिया का ईलाज
- ❖ टेढ़े-मेढ़े दांतों का ईलाज
- ❖ स्माईल डिजाइन
- ❖ इनविजिवल क्लिप
- ❖ दंत रोपण
- ❖ फिक्स दांत लगाना
- ❖ अत्याधुनिक मशीन और तकनीक के द्वारा ईलाज

CHAMBER
SKYLINE - 4006, 4th Floor, Kadru, Opp. Dr. Lal's Hospital, Ranchi
Contact No. : 9199533383, 7903835453
Time : 9 am to 2 pm & 4 pm to 8 pm
Sunday : 9 am to 2 pm
E-mail : vaibhav.kashyap2011@gmail.com

NEWS इन ब्रीफ

फोन टैपिंग मामले में एनएसई की पूर्व प्रमुख चित्रा को जमानत

नई दिल्ली। दिल्ली उच्च न्यायालय ने गुरुवार को नेशनल स्टॉक एक्सचेंज (एनएसई) की पूर्व प्रबंध निदेशक और सीईओ चित्रा रामकृष्ण को कर्मचारियों के अवैध फोन टैपिंग से संबंधित प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) द्वारा दर्ज धन शोधन मामले में जमानत दे दी। ईडी ने पिछले साल सितम्बर में 2009 और 2017 के बीच एनएसई कर्मचारियों के फोन टैपिंग से संबंधित मनी लॉन्ड्रिंग की रोकथाम के मामले में राउज एक्वेन्यू कोर्ट में चार्जशीट दाख की थी। चार्जशीट एनएसई के रामकृष्ण और रवि नारायण और मुंबई के पूर्व पुलिस कमिश्नर संजय पांडे के खिलाफ दाख की गई थी।

अजीत डोभाल ने की पुतिन से मुलाकात



नई दिल्ली। रूस-यूक्रेन युद्ध के बीच रूस में राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार अजीत डोभाल ने गुरुवार को रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन से मुलाकात की। इस बार में रूस में भारत के दूतावास ने ये जानकारी दी है। बता दें कि अजीत डोभाल मार्को में अफगानिस्तान पर बहुपक्षीय सुरक्षा को लेकर हुई बैठक में शामिल होने पहुंचे हैं। गुरुवार को एनएसए अजीत डोभाल ने रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन से मुलाकात की है। रूस में स्थित भारतीय दूतावास की ओर से ट्वीट कर बताया गया कि एनएसए अजीत डोभाल ने राष्ट्रपति पुतिन से मुलाकात के दौरान द्विपक्षीय और क्षेत्रीय मुद्दों पर व्यापक चर्चा की। भारत-रूस रणनीतिक साझेदारी को लागू करने की दिशा में काम जारी रखने पर भी सहमति बनी।

तटरक्षक बल ने समुद्र से 12 किलो सोना किया बरामद

चेन्नई। राजस्व खुफिया निदेशालय (डीआरआई) और भारतीय तटरक्षक बल ने गुरुवार को तमिलनाडु के रामेश्वरम में मंडपम के पास समुद्र में फेंका गया 12 किलोग्राम सोना बरामद किया। अधिकारियों ने गुरुवार को यह जानकारी दी। डीआरआई को एक गुप्त सूचना मिली थी कि एक नाव रामेश्वरम तट की ओर जा रही है और इसमें तस्करी का सामान है। डीआरआई और तटरक्षक अधिकारियों ने बुधवार को एक नाव को रोका और पाया कि उसके चालक दल ने समुद्र में कुछ फेंका है। नाव में सवार लोगों को मुख्य भूमि पर ले जाकर उनसे पूछताछ की गई।

पत्नी के शव को गांव ले जाने के लिए नहीं थे पैसे, कंधे पर पति ढो रहा था

ओडिशा के शख्स की आंध्र पुलिस ने की मदद

125 किमी. की तय करनी थी दूरी, चार किमी. से अधिक की दूरी तय कर चुका था शख्स

बीमार पत्नी को इलाज के लिए विशाखापट्टनम लेकर आया था ओडिशा का सामुलु, रास्ते में हो गई मौत

एजेंसी। विशाखापत्तनम आंध्र प्रदेश के विजयनगरम जिले में ओडिशा के एक व्यक्ति ने अपनी पत्नी के शव को कंधे पर उठाकर चार



किलोमीटर से अधिक की दूरी तय की। ओडिशा के कोरापुट जिले के सुरदा

पत्नी के शव को कंधे पर उठाए हाइवे पर चल रहा था

वह पत्नी के शव को कंधे पर उठाकर नेशनल हाइवे पर चल रहा था, लेकिन कोई भी उसकी मदद के लिए नहीं रुका। किसी ने इस बारे में पुलिस को सूचना दी। सूचना पर गेट्याडा पुलिस स्टेशन के सर्किल इंस्पेक्टर तिरुपति राव और सब-इंस्पेक्टर किरण कुमार रामावरम मौके पर पहुंचे। पुलिस अधिकारी ने सामुलु से बात की, सभी विवरण एकत्र किए, उसे खाना और पानी दिया और शव को उसके गांव ले जाने के लिए एक एम्बुलेंस की व्यवस्था की। पुलिस अधिकारियों ने आवश्यक सहायता प्रदान करने के लिए ओडिशा में अपने समकक्षों को भी सूचित किया। विजयनगरम की पुलिस अधीक्षक दीपिका पाटिल और अन्य शीर्ष अधिकारियों ने पुलिस अधिकारियों के मानवीय भाव को सराहना की।

गांव के आदिवासी सामुलु के पास अपनी पत्नी गुरु (30) के शव को गांव ले जाने के लिए पैसों नहीं थे, जिसके चलते वह शव को अपने कंधे पर रख पैदल चलने लगा। उसे 125 किलोमीटर की दूरी तय करनी थी। जानकारी के

मुताबिक, सामुलु अपनी बीमार पत्नी को इलाज के लिए विशाखापट्टनम लेकर आया था। इलाज का खर्च वहन करने में असमर्थ सामुलु ओटो-रिक्शा में वापस घर जा रहा था।

हालांकि, रास्ते में महिला की हालत और बिगड़ गई और उसने विजयनगरम जिले के रामावरम पुल के पास ऑटो-रिक्शा में दम तोड़ दिया। जिसके बाद ऑटो रिक्शा चालक ने वाहन रोक दिया और उस व्यक्ति को शव के साथ नीचे उतरने को कहा। परिवहन की व्यवस्था करने के लिए पैसों नहीं होने के कारण, सामुलु ने शव को कंधे पर लाद लिया और अपने गांव की ओर निकल पड़ा।

बुलेट ट्रेन परियोजना का 'राष्ट्रीय महत्व'

बॉम्बे हाईकोर्ट ने गोदरेज की याचिका खारिज की

एजेंसी। मुंबई बंबई उच्च न्यायालय ने गुरुवार को मुंबई-अहमदाबाद बुलेट ट्रेन परियोजना को 'राष्ट्रीय महत्व' का बताते हुए गोदरेज एंड बायस मैनुफैक्चरिंग कंपनी की उस याचिका को खारिज कर दिया, जिसमें विक्रोली में उसकी जमीन के अधिग्रहण को चुनौती दी गई थी। न्यायमूर्ति आरडी धानुका और न्यायमूर्ति एम.एम. साठये की खंडपीठ ने फैसला सुनाते हुए कहा, परियोजना राष्ट्रीय महत्व और जनहित की है, इसमें हस्तक्षेप की आवश्यकता नहीं है। मुआवजे में कोई अवेधता नहीं पाई गई। शुक्रवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की प्रस्तावित मुंबई यात्रा की पूर्व संध्या पर मेगा-प्रोजेक्ट के लिए हरी झंडी दिखानेवाला फैसला एक राहत के रूप में आया है। जस्टिस धानुका ने यह भी कहा कि यह सामूहिक हित सर्वोपरि है। जब गोदरेज समूह के



वकील, वरिष्ठ अधिवक्ता नवरोज सीरवई ने सर्वोच्च न्यायालय में अपील करने के लिए आदेश पर रोक लगाने की मांग की, तो उच्च न्यायालय ने याचिका पर विचार करने से इनकार कर दिया। राज्य के एडवोकेट-जनरल आशुतोष कुंभकोनी ने अदालत को बताया कि गोदरेज समूह के स्वामित्व वाले हिस्से को छोड़कर परियोजना के लिए भूमि अधिग्रहण पूरा हो गया था, और अनुरोध किया कि कंपनी की याचिका को खारिज कर दिया जाना चाहिए। अतिरिक्त सॉलिसिटर-जनरल अनिल सिंह ने तर्क दिया कि गुजरात में भूमि अधिग्रहण पूरा हो गया है और परियोजना का काम शुरू हो गया है, जबकि महाराष्ट्र में 3 प्रतिशत अधिग्रहण किया जाना बाकी है। उन्होंने तर्क दिया कि गोदरेज की

अगस्त 2019 से सरकार और गोदरेज समूह के बीच विवाद

अगस्त 2019 से सरकार और गोदरेज समूह के बीच कंपनी की भूमि के अधिग्रहण को लेकर विवाद चल रहा है। लगभग 1.60 लाख-करोड़ रुपये की लागत वाली, बुलेट ट्रेन परियोजना 508 किलोमीटर लंबी होगी, जिसमें 21 किलोमीटर भूमिगत रूट शामिल है। भूमिगत सुरंग के प्रवेश बिंदुओं में से एक विक्रोली में गोदरेज के स्वामित्व वाली भूमि पर सरकार ने कब्जा कर लिया है। करीब 9.69 एकड़ जमीन के अधिग्रहण के बाद गोदरेज समूह ने मुआवजे को चुनौती दी थी।

याचिका परियोजना में देरी कर रही है और लागत में वृद्धि हो रही है, यदि मुआवजे की राशि चिंता का विषय है, तो एक अधिक भुगतान पर विचार किया जा सकता है, लेकिन परियोजना को और अधिक नुकसान नहीं पहुंचाया जा सकता।

ऑपरेशन दोस्त : राहत व बचाव कार्य के लिए भारत का छठा विमान तुर्की पहुंचा

विदेश मंत्री एस. जयशंकर ने ट्वीट कर दी जानकारी

एजेंसी। नई दिल्ली भूकंप प्रभावित तुर्किये की मदद के लिए भारत सरकार की तरफ से शुरू की गई मुहिम 'ऑपरेशन दोस्त' के तहत बचाव दल एवं राहत सामग्री के साथ भेजा गया छठा विमान गुरुवार को तुर्किये पहुंच गया। विदेश मंत्री एस जयशंकर ने इस संबंध में ट्वीट किया है- राहत और बचाव कार्यों के लिए बचाव



दल, बचाव उपकरण, दवा व चिकित्सा उपकरण तैयार हैं। इससे पहले बुधवार देर रात भारतीय वायुसेना के सी17 ग्लोबमास्टर विमान को बचाव दल व राहत सामग्री के साथ

केन्द्रीय विदेश राज्यमंत्री वी मुरलीधरन ने हिंडन एयरबेस से रवाना किया। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने संबंधित अधिकारियों को तुर्किये में भूकंप से प्रभावित लोगों को सहायता के लिए आवश्यक कदम उठाने का निर्देश दिया है। तुर्किये में भूकंप प्रभावित लोगों की मदद के लिए इससे पहले बुधवार देर रात भारतीय वायुसेना के सी17 ग्लोबमास्टर विमान को बचाव दल व राहत सामग्री के साथ

शिंदे ने दिव्यांग बच्चों के साथ मनाया जन्मदिन

मुंबई। मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे ने आज ठाणे के विकलांग एवं विशेष बच्चों के साथ केक काटकर अलग अंदाज में अपना जन्मदिन मनाया। इस अवसर पर मुख्यमंत्री द्वारा विधानसभा क्षेत्र के किसान नगर के बच्चों को भोजन व पुस्तकें वितरित की गईं। ठाणे में इस अवसर पर स्वयं दिव्यांग पुनर्वास केंद्र की ओर से गंगुबाई संभाजी शिंदे मल्टीपरपज सभागृह में दिव्यांग रोजगार मेला का आयोजन किया गया। मुख्यमंत्री शिंदे भी स्वयं उपस्थित थे। उन्होंने अपना जन्मदिन विकलांग बच्चों के साथ मनाया। विशेषतः उन्होंने बच्चों के साथ केक भी काटा। इस अवसर पर निःशक्तजनों के रोजगार के लिए उपयोगी स्वयं एप का अनावरण, स्वयं की छलांग की स्मारिका एवं वेबसाइट का अनावरण भी मुख्यमंत्री द्वारा किया गया।

राष्ट्रीय सुरक्षा के लिए जीएफआर का सख्ती से अनुपालन बेहद जरूरी

एजेंसी। जम्मू अंतर्राष्ट्रीय सीमा के पार से जम्मू-कश्मीर में ड्रोन से हथियार और ड्रग्स गिराना एक बड़ी सुरक्षा चुनौती बन गया है, ऐसे में संशोधित सामान्य वित्तीय नियमों (जीएफआर) का सख्ती से पालन इस खतरे को रोकने में मददगार साबित हो सकता है। जीएफआर 2017 के नियम 144 में 'सार्वजनिक खरीद के मौलिक सिद्धांत' नामक उप-नियम (7) को शामिल करके संशोधन किया गया है। इसमें लिखा है, इन नियमों में निहित कुछ भी होने के बावजूद, व्यव विभाग, लिखित आदेश द्वारा, प्रतिबंधों को लागू कर सकता है। इसमें भारत की रक्षा या राष्ट्रीय सुरक्षा सहित प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से संबंधित मामलों के आधार पर किसी देश या देशों से खरीद पर

अंतर्राष्ट्रीय सीमा के पार से जम्मू-कश्मीर में ड्रोन से हथियार और ड्रग्स गिराना बन गया है एक बड़ी सुरक्षा चुनौती

पूर्व पंजीकरण या स्क्रीनिंग, ऐसे प्रतिबंधों के उल्लंघन में कोई खरीद नहीं की जाएगी। इस संशोधन के बड़े निहितार्थ का मतलब है कि किसी भी ठेकेदार को उप-अनुबंध कार्यों को अनुमति नहीं है। संशोधित नियम पाकिस्तान, चीन, अफगानिस्तान, म्यांमार, नेपाल और बांग्लादेश जैसे पड़ोसी देशों से आयात होने वाली वस्तुओं और सेवाओं पर सख्त प्रतिबंध लगाएंगे। अमेरिका पर ड्रोन और चीनी गुब्बारों पर नए रिसे से ध्यान केंद्रित करने से जम्मू-कश्मीर और देश के बाकी

हिस्सों में सुरक्षा व्यवस्था में एक बड़ी खामी सामने आ गई है। विदेशी सामानों का एक बड़ा और अनिर्धारित उखाल है, विशेष रूप से चीन और पाकिस्तान से जम्मू-कश्मीर में। विशेषज्ञों को डर है कि सेल फोन और अन्य उपकरणों जैसी वस्तुओं में कोई भी अदृश्य चिप ड्रोन या जासूसी गुब्बारों और पड़ोसी देशों के उपग्रहों द्वारा उठाई जाने वाली सूचनाओं को रिले कर सकती है। यह हमारी राष्ट्रीय सुरक्षा के कवच में एक बड़ी बाधा है। बोली लगानेवाले की देनदारी अंततः उप-अनुबंधों के माध्यम से गायब हो जाएगी, क्योंकि जीएफआर में कोई टोस जांच और संतुलन उपलब्ध नहीं है। संशोधित नियम में प्रावधान है कि बोलीदाताओं से इस आदेश के अनुपालन के संबंध में निविदा दस्तावेजों में एक प्रमाण पत्र लिया जाएगा।



विजय सेतुपति बहुत ही मासूम हैं : शाहिद कपूर

बॉलीवुड एक्टर शाहिद कपूर अपने अपकमिंग सीरीज 'फर्जी' की रिलीज की तैयारी कर रहे हैं। पहली बार शाहिद ने साउथ इंडस्ट्री के लोकप्रिय स्टार विजय सेतुपति के साथ काम किया। शाहिद ने कहा कि उन्हें वह बेहद मासूम लगे। विजय के बारे में बात करते हुए, शाहिद ने आईएमडी ओरिजिनल 'बर्निंग क्वेश्चन' पर कहा : वह जिस तरह से सामने आते हैं, वह बहुत ही बच्चों जैसा और मासूम है। एक एक्टर के रूप में उनमें बहुत ईमानदारी है और वह एक अभिनेता के रूप में भी अप्रत्याशित है। वह एक प्योर आर्टिस्ट है। जब आप उनके साथ काम करेंगे, तो आप इन सब चीजों को महसूस कर पाएंगे।

सोनू सूद का बनाया गया मंदिर एक्टर बोले : मैं इसके लायक नहीं

बॉलीवुड एक्टर सोनू सूद के सम्मान में तेलंगाना की सीमा पर एक और मंदिर बनाया गया। इस पर एक्टर ने आभार व्यक्त करते हुए कहा कि वे बहुत सम्मानित महसूस कर रहे हैं। सेलिब्रिटी पैपराजी विरल भयानी द्वारा साझा किए गए एक वीडियो में सोनू सूद की एक मूर्ति दिखाई दे रही है, जिसके पीछे एक बैनर लगा हुआ है, इस पर लिखा हुआ है, भारत के असली हीरो सोनू सूद मंदिर। आईएनएस ने सोनू सूद से उनके सम्मान में बनाए जा रहे मंदिर के बारे में बात की। उन्होंने आईएनएस से कहा, हां, अभी-अभी एक और मंदिर के बारे में पता चला, जो आंध्र और तेलंगाना की सीमा पर बना है। यह चौथा मंदिर है। इससे पहले तेलंगाना, आंध्र और एक चेन्नई में मंदिर बनाया गया। मैं वास्तव में सम्मानित महसूस कर रहा हूँ, मेरे पास कहने के लिए शब्द नहीं हैं। मैं वास्तव में आभारी हूँ कि लोग मुझे इतना प्यार करते हैं, लेकिन मैं यह भी कहना चाहता हूँ कि मैं इसके लिए पूरी तरह से योग्य नहीं हूँ। मैं हमेशा कहानियों या किताबों में पढ़ता था और कभी-कभी खबरों पर भी कि लोग इतना प्यार करते थे। कभी नहीं सोचा था कि मुझे भी इतना प्यार दिया जाएगा, मैं बस हर एक व्यक्ति को धन्यवाद देना चाहता हूँ और वे लोग जो मेरा मंदिर बना रहे हैं, अगर कुछ स्कूल और अस्पताल बना सकते हैं जो लोगों को शिक्षा और जरूरतमंदों का इलाज देने में मदद करेंगे, इस ओर भी अपना कदम बढ़ाएं।

त्रिपुरा चुनाव भाजपा ने किसानों की सहायता राशि बढ़ाने का किया ऐलान आदिवासियों को और स्वायत्तता देने का वादा

एजेंसी। अगरतला त्रिपुरा विधानसभा चुनाव से एक सप्ताह पहले सत्तारूढ़ भाजपा ने गुरुवार को आदिवासियों को अधिक स्वायत्तता, किसानों की वित्तीय सहायता में वृद्धि और 'उन्नत त्रिपुरा, 'श्रेष्ठ त्रिपुरा' बनाने के लिए रबर, बांस और अगर आधारित उद्योगों की स्थापना का वादा किया। भाजपा ने कहा कि अगर वह 16 फरवरी के विधानसभा चुनावों के बाद सत्ता में लौटती है, तो वह महाराजा बीर बिक्रम माणिक्य जनजातीय



विश्वविद्यालय की स्थापना करेगी, पीएम किसान योजना के तहत 5 रुपये प्रति भोजन के हिसाब से दिन

आर्थिक सहायता राशि 6,000 रुपये से बढ़ा 8,000 रुपये प्रतिवर्ष करने, आयुष्मान भारत योजना के तहत प्रति परिवार वार्षिक कैप को 5 लाख रुपये से 10 लाख रुपये और सभी पंजीकृत लाभार्थियों को आवास उपलब्ध कराने का वादा भी किया गया है। भाजपा अध्यक्ष जेपी नड्डा ने पार्टी के घोषणापत्र - 'संकल्प पत्र 2023' जारी करते हुए अगरतला में एक क्षेत्रीय आयुर्विज्ञान संस्थान अस्पताल स्थापित करने की भी घोषणा की।

शाहरुख की 'पठान' के लिए पहली बार बंद किया गया बुर्ज खलीफा बुलेवार्ड



शाहरुख खान की फिल्म 'पठान' का एक सीन शूट करने के लिए पहली बार पूरे बुर्ज खलीफा बुलेवार्ड को बंद कर दिया गया। निर्देशक सिद्धार्थ आनंद ने खुलासा किया, पठान में एग्जीक्यूट करने के लिए सबसे टफ एक्शन चलती ट्रेन पर फाइट सीन को शूट करना था। इस सीन में चलती ट्रेन के साथ ऊपर मंडराते प्लेन को भी दिखाया था। यह

सब बुर्ज खलीफा बुलेवार्ड में होना था। ऐसा अभी तक कोई हॉलीवुड फिल्म नहीं कर पाई है। दुबई में इस सीक्वेंस को शूट करना मानो नामुमकिन लग रहा था। लेकिन दुबई पुलिस और अधिकारियों ने हमारे लिए इसे संभव बना दिया। उन्होंने कहा, मेरे दोस्त, जो बुलेवार्ड में रहते हैं, आए और उन्होंने मुझे बताया कि उन्हें इस दिन इस समय के बीच सकुंलर मिला है, आप बुलेवार्ड तक नहीं पहुंच पाएंगे, इसलिए कृपया अगला प्लान बनाएं। वे हैरान थे कि हे भगवान.. यह मेरी फिल्म के लिए है! सिद्धार्थ आगे कहते हैं, मैंने कहा कि मुझे विश्वास नहीं हो रहा है। यह संभव नहीं होता अगर वे हमारे विजन से सहमत नहीं होते।

टॉप 5 फाइनलिस्ट को दिखाई गई उनकी शो की जर्नी

'बिग बॉस 16' के ग्रैंड फिनले में केवल चार दिन बचे हैं। अपकमिंग एपिसोड में टॉप 5 कंटेस्टेंट्स की जर्नी वीडियो दिखाई जाएगी। चार महीने के झामा, झगड़े, राशन टास्क, नॉमिनेशन ड्रिक्स, वार और कत्तानी की दौड़ के बाद, शिव ठाकरे, प्रियंका चाहर चौधरी, एमसी स्टैन, शालिन भनोट और अर्चना गौतम ने फाइनल में अपनी जगह बनाई। प्रियंका को शो में उनकी जर्नी की झलक दिखाई गई। बिग बॉस ने उनकी बुलंद आवाज की तारीफ की है। एमसी स्टैन को उनकी जर्नी दिखाए जाने के बाद, 'बिग बॉस' कहते हैं कि वह सिर्फ पी-टाउन के ही नहीं, बल्कि पूरे देश के स्टार हैं।

