

थिंक राजस्थान

वर्ष: 01

अंक: 12

पृष्ठ: 8

अंग्रेजी/हिन्दी (दैनिक)

जयपुर, रविवार 26 जुलाई, 2026

मूल्य: ₹10.00

प्रभात

RNI NO. RJMUL/26/A4290

छात्र आंदोलन की ऐतिहासिक जीत!!!

शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान का इस्तीफा

दीपके बोले- वे कहते थे इस सरकार में इस्तीफे नहीं होते, लेकिन झुकती है दुनिया, झुकाने वाला चाहिए

जंतर-मंतर पर चल रहे छात्र आंदोलन के बीच केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान ने इस्तीफा दे दिया है। नीट पेपर लीक मामले में देशभर के छात्र पिछले कई दिनों से आंदोलन कर रहे हैं। जंतर-मंतर पर आंदोलन में बड़ी संख्या में स्टूडेंट्स हिस्सा ले रहे। छात्रों की पहली डिमांड शिक्षा मंत्री प्रधान का इस्तीफा थी। प्रधान

ने शनिवार दोपहर को मंत्रिपद से इस्तीफा दे दिया। अपने इस्तीफे में उन्होंने कहा कि युवाशक्ति ही देश की असली ताकत है और पिछले 10 दिनों के घटनाक्रम को देखकर मन दुखी हो गया। सोशल मीडिया पर शेयर किए गए पोस्ट में धर्मेंद्र प्रधान ने कहा, "मेरे युवा साथियों, मैं पिछले 4 दशकों से अधिक समय से

छात्र, शिक्षक और शिक्षा सुधार के लिए समर्पित रहा हूं। मेरा सदैव यह विश्वास रहा है कि एक सशक्त, समावेशी और दूरदर्शी शिक्षा व्यवस्था ही सशक्त राष्ट्र की आधारशिला होती है। मैं देश के युवाओं की आकांक्षाओं, भावनाओं और उनकी न्यायोचित अपेक्षाओं का गहरा सम्मान करता हूं।"



» सोनम वांगचुक ने क्या कहा?

जलवायु कार्यकर्ता सोनम वांगचुक ने शनिवार को केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे को लोकतंत्र की जीत बताते हुए इसका श्रेय देशभर में छात्रों के नेतृत्व वाले आंदोलन और लोगों की भागीदारी को दिया। वांगचुक ने 'एक्स' पर एक पोस्ट में कहा, लोकतंत्र की जीत, प्रत्यक्ष लोकतंत्र... जो सीधे सड़कों से निकला है। उन्होंने इसे शांति, धैर्य और दृढ़ता की जीत बताया और नीट प्रश्नपत्र लीक मुद्दे को लेकर राष्ट्रव्यापी आंदोलन में भाग लेने के लिए कॉकरोच जनता पार्टी (काँजपा), देश की 'जेन-जेड' और आम लोगों को बधाई दी। उन्होंने कहा, "काँजपा, देश की जेन-जेड को बधाई और देश के हर कोने से डर को छोड़कर खड़े होने के लिए सभी नागरिकों का धन्यवाद। इस विरोध प्रदर्शन में शामिल हुए और अस्पताल में भर्ती होने से पहले 26 दिन की अनिश्चितकालीन भूख हड़ताल करने वाले वांगचुक ने कहा कि यह आंदोलन अब जवाबदेही तय करने से आगे बढ़ना चाहिए।

» 'जंतर-मंतर खाली करें'... धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे के बाद पुलिस का लाउडस्पीकर से ऐलान

केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान के 25 जुलाई 2026 की शाम को इस्तीफा देने के तुरंत बाद दिल्ली पुलिस एक्शन में आ गई है। जंतर-मंतर पर लाउडस्पीकर लेकर घूम रहे पुलिसकर्मी लगातार आंदोलनकारी छात्रों से जगह खाली करने की अपील कर रहे हैं। पुलिस का कहना है कि क्योंकि प्रदर्शनकारियों की मुख्य मांग (शिक्षा मंत्री का इस्तीफा) पूरी हो चुकी है, इसलिए अब जंतर-मंतर को खाली कर दिया जाना चाहिए। एक महीने से भी ज्यादा समय से चल रहे इस व्यापक आंदोलन का असर केवल सड़कों के ट्रैफिक और रूट डायवर्जन तक सीमित नहीं रहा, बल्कि लुटियंस दिल्ली के प्रमुख व्यावसायिक केंद्रों पर भी इसका गहरा असर पड़ा।



काँकरोच जनता पार्टी का राजधानी दिल्ली के जंतर-मंतर पर जारी छात्र आंदोलन खत्म हो गया है।

छात्रों का आंदोलन खत्म, धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे के साथ ही सरकार ने मान लीं CJP की सारी मांगें



काँकरोच जनता पार्टी के डेलीगेशन से बातचीत के बाद केंद्रीय मंत्री जेपी नड्डा ने कहा, 'आज हमारी लंबी बातचीत हुई। वे एक लिखा हुआ ड्राफ्ट लाए थे जिसमें उन्होंने आंदोलन में चल रहे केस के बारे में 4 पॉइंट्स रखे थे। इसके साथ ही, हमने बाकी 2 मांगों पर भी बात की: कोई बदले की कार्रवाई न की जाए, मुआवजा दिया जाए और उनके 5 पॉइंट

वाले चार्टर पर विचार किया जाए। हम उन्हें FIR की कॉपी देंगे और कोई कार्रवाई नहीं होगी। दूसरी बात जो कही गई है, वह यह है कि मुआवजे के बारे में सरकार ने साफ कहा कि हमें भी सहानुभूति है। हम सभी ने कहा है कि नियम और कानून के हिसाब से मुआवजा होगा, जो भी ज्यादा से ज्यादा हो सकेगा, उन्हें दिया जाएगा।'



दिल्ली के जंतर-मंतर पर सीजेपी के प्रदर्शन और केंद्रीय शिक्षा मंत्री के पद से धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे के बीच कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने देशभर के छात्रों और युवाओं को बधाई देते हुए इस निर्णय को देश की शिक्षा व्यवस्था में बदलाव की दिशा में बड़ा कदम बताया है। राहुल गांधी ने कहा है कि धर्मेंद्र प्रधान

का इस्तीफा हमारे एजुकेशन सिस्टम को नया आकार देने की दिशा में एक बहुत बड़ा कदम है। दिल्ली के जंतर-मंतर पर सीजेपी के प्रदर्शन और केंद्रीय शिक्षा मंत्री के पद से धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे के बीच कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने देशभर के छात्रों और युवाओं को बधाई देते हुए

डरो मत! सरकार को हटाने का समय आ गया है, धर्मेंद्र प्रधान के इस्तीफे के बीच राहुल गांधी

इस निर्णय को देश की शिक्षा व्यवस्था में बदलाव की दिशा में बड़ा कदम बताया है। राहुल गांधी ने कहा है कि धर्मेंद्र प्रधान का इस्तीफा हमारे एजुकेशन सिस्टम को नया आकार देने की दिशा में एक बहुत बड़ा कदम है। राहुल गांधी ने कहा- देश भर के छात्रों को बहुत-बहुत बधाई। हमको आप सभी पर गर्व है।

भागवत बोले- नई पीढ़ी को आदेश न दें, बातचीत करें

आरएसएस प्रमुख मोहन भागवत ने शनिवार को दिल्ली में कहा, 'आज की नई पीढ़ी बहुत सारे सवाल पूछती है। हमें आदेश देने की बजाय उनसे बातचीत करनी चाहिए। उन्होंने कहा कि उन्हें हर बात के पीछे का तर्क समझाना चाहिए, न कि आदेश देना चाहिए। संवाद के जरिए ही उन्हें सही दिशा दिखाई जा सकती है। हम मनमानी करेंगे, शक्ति से सबके मालिक बनेंगे, ऐसा नहीं हो सकता। मोहन भागवत ने कहा कि समाज और परिवार में संवाद की परंपरा को मजबूत करना समय की आवश्यकता है। उनके अनुसार बदलते समय के साथ युवाओं की सोच, अपेक्षाओं और जिज्ञासाओं को समझना भी उतना ही महत्वपूर्ण है। उन्होंने कहा कि यदि युवाओं के प्रश्नों का धैर्यपूर्वक और तर्कसंगत उत्तर दिया जाए, तो उनमें सही निर्णय लेने की क्षमता विकसित होती है और वे समाज के प्रति

अपनी जिम्मेदारियों को बेहतर ढंग से समझ पाते हैं। उन्होंने कहा कि किसी भी संगठन या समाज की मजबूती आपसी विश्वास, संवाद और सहयोग की भावना पर निर्भर करती है। केवल अधिकार या आदेश के आधार पर स्थायी परिवर्तन संभव नहीं है, बल्कि सकारात्मक संवाद और सहभागिता से ही लोगों को साथ लेकर आगे बढ़ा जा सकता है। उन्होंने युवाओं से भी समाज और राष्ट्र के विकास में सक्रिय भूमिका निभाने का आह्वान किया। भागवत ने कहा कि बदलते सामाजिक परिवेश में पारिवारिक अनुसार बदलते समय के साथ युवाओं की सोच, अपेक्षाओं और जिज्ञासाओं को समझना भी उतना ही महत्वपूर्ण है। उन्होंने कहा कि यदि युवाओं के प्रश्नों का धैर्यपूर्वक और तर्कसंगत उत्तर दिया जाए, तो उनमें सही निर्णय लेने की क्षमता विकसित होती है और वे समाज के प्रति



समाज और मजबूत राष्ट्र के निर्माण का आधार है। उन्होंने अपने संबोधन में इस बात पर भी जोर दिया कि किसी भी विषय पर मतभेद होना स्वाभाविक है, लेकिन उनका समाधान संवाद, समझ और आपसी सम्मान के माध्यम से ही संभव है। उन्होंने कहा कि समाज के सभी वर्गों के बीच सकारात्मक संवाद और सहयोग की भावना को बढ़ावा देना समय की महत्वपूर्ण आवश्यकता है। अपने संबोधन में मोहन भागवत ने कहा कि समाज में सकारात्मक परिवर्तन

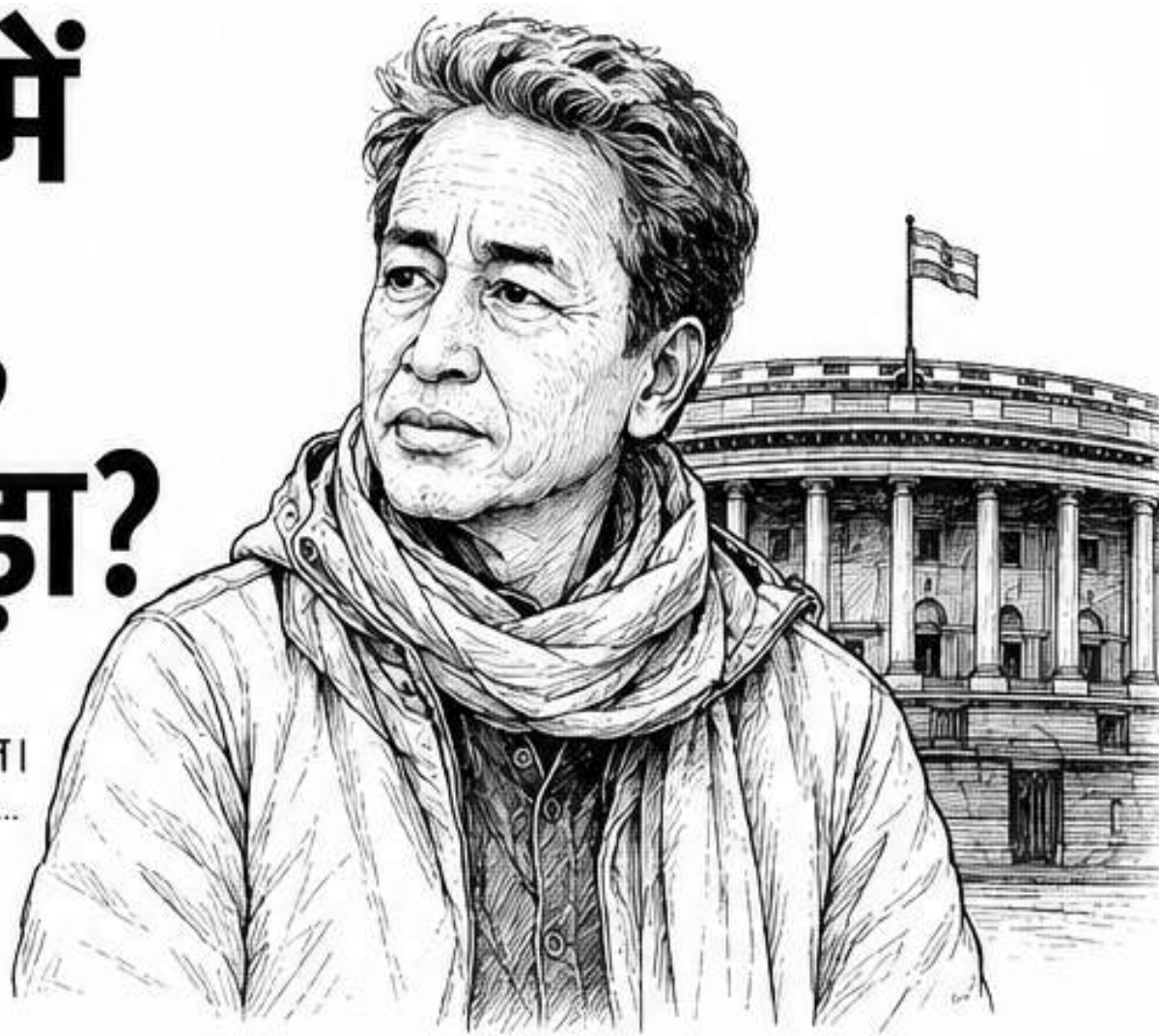
लाने के लिए केवल उपदेश पर्याप्त नहीं होते, बल्कि स्वयं के आचरण से उदाहरण प्रस्तुत करना भी आवश्यक है। उन्होंने कहा कि जब वरिष्ठ पीढ़ी अपने व्यवहार, अनुशासन और मूल्यों के माध्यम से प्रेरणा देती है, तब युवा स्वाभाविक रूप से उन आदर्शों को अपनाने के लिए प्रेरित होते हैं। उन्होंने कहा कि वर्तमान समय में तकनीक और सूचना के बढ़ते प्रभाव के कारण युवाओं के सामने अनेक प्रकार की जानकारीयें उपलब्ध हैं।

क्या हमारा तंत्र हमें इंसान समझता है, या सिर्फ एक आंकड़ा?

सोनम वांगचुक के अनशन से लेकर शिक्षा मंत्री के इस्तीफे, शिक्षा व्यवस्था और लोकतंत्र के वास्तविक अर्थ तक, एक गहन पड़ताल।



प्रदीप बीदावत



सोचिए एक पल के लिए। आपने अपनी पूरी जिंदगी में सिर्फ एक चीज कमाई है—सम्मान और प्रतिष्ठा। आपने कोई चुनाव नहीं लड़ा, किसी राजनीतिक दल की सदस्यता नहीं ली, किसी से एक रुपया नहीं मांगा। आपने केवल अपना काम किया—साल दर साल, पूरी निष्ठा और खामोशी के साथ।

और फिर एक दिन... आप वह सब कुछ दांव पर लगा देते हैं। अपना शरीर, अपनी सेहत, अपनी पूरी जिंदगी।

18 जुलाई 2026। दिल्ली का एक सरकारी अस्पताल। स्ट्रेचर पर एक 59 वर्षीय व्यक्ति को लाया जाता है—एक ऐसा इंसान जिसने बीते 21 दिनों से पानी के अलावा कुछ ग्रहण नहीं किया। नाम है—सोनम वांगचुक।

यह आलेख केवल एक व्यक्ति की कहानी नहीं है। यह एक ऐसा बुनियादी सवाल है जो शायद हम में से अधिकांश ने कभी अपने आप से नहीं पूछा—क्या हमारा प्रशासनिक और राजनीतिक तंत्र हमें जीता-जागता इंसान समझता है, या हम उसके लिए सिर्फ एक संख्या, एक आंकड़ा भर हैं?

“ परीक्षा चयन करती है, शिक्षा निर्माण करती है। ”

एक आंदोलन का अस्पताल तक पहुंचना: समय-चक्र

सबसे पहले इस घटनाक्रम के पूरे समय-चक्र को चरणबद्ध तरीके से समझना आवश्यक है, क्योंकि यदि आपने केवल अखबारों की सुर्खियाँ देखी हैं, तो आप शायद आधी सच्चाई ही जानते हैं।

28 जून, 2026। सोनम वांगचुक दिल्ली में आमरण अनशन पर बैठते हैं। ध्यान दीजिए— ‘आमरण’ यानी प्राण रहने तक। यह कोई एक दिन का सांकेतिक उपवास नहीं था। यह एक संवेदनशील नागरिक का व्यवस्था को स्पष्ट संदेश था कि ‘मैं तब तक नहीं रुकूंगा, जब तक हमारी आवाज सुनी नहीं जाती।’

उनकी मांग क्या थी? इसमें उनका कोई निजी स्वार्थ नहीं था। वह उन लाखों विद्यार्थियों के हक में खड़े हुए थे, जिनकी वर्षों की अथक मेहनत को परीक्षा प्रश्नपत्र लीक होने की एक घटना ने मिट्टी में मिला दिया था। परीक्षाएं रद्द हुईं, धांधली के गंभीर आरोप लगे, यहां तक कि शिक्षा मंत्री के इस्तीफे की मांग भी उठी।

युवाओं के आक्रोश की गूंज और शिक्षा मंत्री का इस्तीफा

और यह मांग अब एक ऐतिहासिक वास्तविकता बन चुकी है। परीक्षाओं में हुई धांधली और जंतर-मंतर सहित पूरे देश में युवाओं के भारी आक्रोश के दबाव में अंततः केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान ने अपना त्यागपत्र प्रधानमंत्री को सौंप दिया। उन्होंने अपने त्यागपत्र में स्पष्ट किया कि तीन मई 2026 को हुई नीट-यूजी परीक्षा में भारी अनियमितताएं पाई गईं, जिसकी जांच सीबीआई को सौंपी गई है और अब आगे बढ़ने से इसे कंप्यूटर-आधारित परीक्षा के रूप में आयोजित किया जाएगा। मंत्री ने अपने इस्तीफे में लिखा कि देश की युवाशक्ति को भ्रम के कुचक्र में नहीं फंסने दिया जाएगा। उन्होंने यह कदम इसलिए उठाया ताकि ‘राष्ट्र विरोधी ताकतें’ इस स्थिति का लाभ न उठाएं, देश की एकता बनी रहे और कोई भी विभाजनकारी गतिविधियां न उभरें। यह इस्तीफा भले ही एक राजनीतिक कदम हो, लेकिन यह इस बात का प्रमाण है कि जब युवा शक्ति अपने अधिकारों के लिए खड़ी होती है, तो सत्ता के शीर्ष को भी जवाबदेह होना पड़ता है। अब जरा उन छात्रों की स्थिति की कल्पना कीजिए—जो महीनों और सालों तक अपनी नींद, अपना सामाजिक जीवन और अपनी तमाम खुशियां त्याग कर केवल एक परीक्षा की तैयारी करते हैं। और फिर अचानक पता चलता है कि प्रश्नपत्र पहले ही बाजार में बिक चुका था। उस विद्यार्थी के परिश्रम और त्याग का क्या मूल्य रह गया? समाज के इसी आक्रोश और गहरी निराशा को सोनम वांगचुक ने अपनी आवाज दी।

दिन बीतते गए। एक सप्ताह, दो सप्ताह... शासन-प्रशासन की ओर से कोई ठोस और सकारात्मक उत्तर नहीं आया। और फिर, अनशन के 21वें दिन—यानी 18 जुलाई को—उनके शरीर ने जवाब देना शुरू कर दिया। उन्हें तत्काल अस्पताल में भर्ती कराया पड़ा। स्थिति इतनी गंभीर हो गई कि दिल्ली उच्च न्यायालय को स्वयं हस्तक्षेप करते हुए यह आदेश देना पड़ा कि उनकी स्वास्थ्य स्थिति पर लगातार और गहन निगरानी रखी जाए।

यहीं एक क्षण रुककर विचार करने की आवश्यकता है—एक ऐसे पूर्ण लोकतंत्र में, जहां स्वतंत्र अदालतें हैं, संसद है, सक्रिय पत्रकारिता है और तमाम संवैधानिक संस्थाएं मौजूद हैं—वहां भी यदि एक जिम्मेदार नागरिक और युवाओं को अपनी बात सुनाने के लिए अपने प्राणों को ही अंतिम हथियार बनाना पड़े या जंतर-मंतर पर धरना-प्रदर्शन करने पड़े, तो क्या यह स्थिति हमें विचलित नहीं करती चाहिए?



समय-चक्र



28 जून, 2026

सोनम वांगचुक का दिल्ली में आमरण अनशन प्रारंभ।



18 जुलाई, 2026

स्वास्थ्य बिगड़ने पर अस्पताल में भर्ती।



शिक्षा मंत्री का इस्तीफा

परीक्षाओं में धांधली पर जवाबदेही तय होने के बाद त्यागपत्र।



न्यायालय का हस्तक्षेप

दिल्ली उच्च न्यायालय ने स्वास्थ्य निगरानी के लिए आदेश।



असली पेंच: यह केवल पेपर लीक की कहानी नहीं है

आइए, एक वैकल्पिक प्रयोग करते हैं। मान लीजिए कि कल से हमारे देश की हर परीक्षा शत-प्रतिशत एन्क्रिप्टेड हो जाए। कोई प्रश्नपत्र लीक न हो, कहीं कोई ‘मकसद’ न हो, किसी अफसर का हस्तक्षेप न रहे और आधुनिक तकनीक के माध्यम से हर प्रक्रिया पूरी तरह सुरक्षित हो जाए। सवाल यह है—क्या तब स्थिति में हमारी शिक्षा व्यवस्था को ‘संकट’ माना जाएगा? इसका स्पष्ट उत्तर है—नहीं। और इसके पीछे का कारण बहुत गहरा है।

जब सरकारी नौकरी के एक असंख्य लोगों के बीच किसी पद के लिए लाखों उम्मीदवार तरह बांटने और छंटनी करने का आवेदन करते हैं, तो वह परीक्षा असल में कोई प्रतिभा का परीक्षा की नहीं, बल्कि अवसरों का मापन नहीं रह जाती—वह एक ‘राशनिंग व्यवस्था’ बन जाती है, जिसमें सीमित अवसरों को

“ लोकतंत्र का वास्तविक अर्थ केवल मतदान नहीं, बल्कि निरंतर संवाद है। जब संवाद टूटता है, तो लोकतंत्र में अविश्वास पनपता है, और जब अविश्वास बढ़ता है, तो नागरिक को सड़क पर उतरना पड़ता है—कभी अनशन पर, कभी आंदोलन पर। ”

राजस्थान/ प्रादेशिक

सरदारशहर में शारीरिक शिक्षकों की जिला स्तरीय दो दिवसीय वाकपीठ सम्पन्न



एजेंसी, थिंक राजस्थान

सरदारशहर। 25 जुलाई 2026 को स्थानीय राजकीय महाविद्यालय (एसबीडी कॉलेज) सरदारशहर डॉक्टर कविता शर्मा प्राचार्य एसबीडी कॉलेज की अध्यक्षता में संपन्न हुआ। इस अवसर पर सज्जन सिंह सैनी, जिला शिक्षा अधिकारी माध्यमिक शिक्षा चूरू ने अपने उद्बोधन में कहा शारीरिक शिक्षक विद्यालय की रीढ़ की हड्डी होती है तथा विद्यालय का नेतृत्व प्रधानाध्यापक के बाद शारीरिक शिक्षक ही करता है। विशिष्ट अतिथि श्रीमान संतोष महर्षि मुख्य जिला शिक्षा अधिकारी चूरू ने अपने उद्बोधन में कहा कि जिले के शारीरिक शिक्षक खेल के माध्यम से चूरू का नाम रोशन करेंगे तथा उन्होंने स्वस्थ प्रतिस्पर्धा का वातावरण विद्यालय में निर्माण करने का आह्वान किया। कार्यक्रम में सहयोग करने वाले केकेसी ग्रुप के किशोर सिंह तथा करणी शिक्षण संस्थान के भानु प्रकाश भी उपस्थित रहे। वाकपीठ में रामलाल जाखड़, डिंपल, मुकेश जोशी, घोंसाराम, सुभाष चंद्र शर्मा, बाबूलाल स्वामी, योगेश खोंची, रामकुमार सारण, मामराज, सुरूचि प्रजापत, ललित वर्मा, मनोहरी चाहर, हंडुबाला वर्मा, गोविंद गौड़ सहित सैकड़ों शारीरिक शिक्षक उपस्थित रहे। संचालन रामनिरंजन महर्षि ने किया।

समृद्ध ग्राम्य अभियान को मिला द्वितीय स्थान, वित्तीय समावेशन में उत्कृष्ट कार्य पर सम्मान

एजेंसी, थिंक राजस्थान

भरतपुर। समृद्ध ग्राम्य अभियान संस्था द्वारा भारतीय स्टेट बैंक (एसबीआई) की वित्तीय समावेशन योजना के अंतर्गत राज्य के 13 जिलों में किए जा रहे उल्लेखनीय कार्यों के लिए संस्था को राज्य स्तर पर द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ है। इस उत्कृष्ट उपलब्धि पर संस्था के योजना समन्वयक नितिन शर्मा को एसबीआई के मुख्य महाप्रबंधक ओंकार नाथ चौधरी, उप महाप्रबंधक विश्वनाथ यादव, सहायक महाप्रबंधक आर.के. गुप्ता तथा हीरा मीणा द्वारा प्रशस्ति-पत्र एवं प्रतीक चिह्न प्रदान कर सम्मानित किया गया। संस्था के सचिव सीताराम गुप्ता ने बताया कि समृद्ध ग्राम्य अभियान पिछले कई वर्षों से भारतीय स्टेट बैंक के सहयोग से ग्रामीण क्षेत्रों में वित्तीय समावेशन को मजबूत बनाने का कार्य कर रहा है। वर्तमान में संस्था द्वारा राज्य के विभिन्न जिलों में 198 ग्राहक सेवा केंद्र (सीएसपी) संचालित किए जा रहे हैं, जिनके माध्यम से ग्रामीण एवं दूरस्थ क्षेत्रों के लोगों को बैंकिंग सेवाएं उनके गांव में ही उपलब्ध कराई जा रही हैं।

दौसा की बेटी कीर्ति शर्मा ने बढ़ाया राजस्थान का मान : भारत की सबसे कम उम्र की पतंजलि महिला जिला प्रभारी बनीं

एजेंसी, थिंक राजस्थान

दौसा। पतंजलि महिला योग समिति की जिला प्रभारी कीर्ति शर्मा ने भारत की सबसे कम उम्र की महिला जिला प्रभारी के रूप में अपनी कार्यकुशलता, समर्पण एवं संगठन क्षमता से एक उल्लेखनीय पहचान स्थापित की है। योगरूढ़ि स्वामी रामदेव ने टीवी एवं आस्था चैनल पर प्रसारित कार्यक्रम के दौरान कीर्ति शर्मा के कार्यों की आत्मीयता एवं सम्मानपूर्वक प्रशंसा की। यह उपलब्धि न केवल उनके लिए, बल्कि संपूर्ण दौसा जिले एवं राजस्थान के लिए गौरव का विषय है। अल्पायु में जिला प्रभारी का दायित्व निभाते हुए कीर्ति शर्मा ने 65 से अधिक साधकों को प्रेरित कर पतंजलि योगपीठ, हरिद्वार तक पहुँचाया तथा पूरे कार्यक्रम का सफल एवं सुव्यवस्थित संचालन किया। उनके नेतृत्व, अनुशासन और सेवा भावना की व्यापक सराहना हो रही है। इस



अवसर पर कीर्ति शर्मा ने उपस्थित साधकों एवं पदाधिकारियों को संबोधित करते हुए कहा कि योग केवल स्वास्थ्य का माध्यम नहीं, बल्कि राष्ट्र निर्माण, संस्कार निर्माण और समाज सेवा का सशक्त अभियान है। उन्होंने हरिद्वार यात्रा के सफल आयोजन तथा संगठन द्वारा किए जा रहे योग एवं सेवा कार्यों की जानकारी देते हुए इस उपलब्धि का श्रेय सभी साधकों, कार्यकर्ताओं एवं

जिला स्तरीय दो दिवसीय वाकपीठ का समापन

एजेंसी, थिंक राजस्थान

सरदारशहर। जिला स्तरीय दो दिवसीय वाकपीठ एसबीडी राजकीय महाविद्यालय में डॉ. कविता शर्मा प्राचार्य की अध्यक्षता में संपन्न हुआ। इस अवसर पर मुख्य अतिथि जिला शिक्षा अधिकारी माध्यमिक शिक्षा चुरू सज्जन सिंह सैनी ने अपने उद्बोधन में कहा कि शारीरिक शिक्षक विद्यालय की रीढ़ की हड्डी होती है तथा विद्यालय का नेतृत्व प्रधानाध्यापक के बाद शारीरिक शिक्षक ही करता है।

विशिष्ट अतिथि मुख्य जिला शिक्षा अधिकारी चूरू संतोष महर्षि ने कहा कि खेल के माध्यम से चूरू का नाम रोशन करेंगे तथा स्वस्थ प्रतिस्पर्धा का विद्यालय में निर्माण करें साथ ही शारीरिक शिक्षक मैदान में अधिक से अधिक समय उपस्थित हो कर दोहराया। उपस्थित सभी लोगों ने विश्वास व्यक्त किया कि कीर्ति शर्मा के नेतृत्व में पतंजलि महिला योग समिति आने वाले समय में योग, स्वास्थ्य जागरूकता, संस्कार निर्माण एवं राष्ट्र सेवा के क्षेत्र में नए कीर्तिमान स्थापित करेंगी।

धर्मेन्द्र प्रधान का इस्तीफा युवाओं की जीत, पीएम मोदी स्थिति स्पष्ट करें : हनुमान बेनीवाल

जयपुर, थिंक राजस्थान

जयपुर। राष्ट्रीय लोकतांत्रिक पार्टी (RLP) के संयोजक और नागौर सांसद हनुमान बेनीवाल ने केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे की खबरों पर तीखी प्रतिक्रिया व्यक्त की है। सांसद बेनीवाल ने कहा कि शिक्षा मंत्री द्वारा सोशल मीडिया पर अपना त्यागपत्र प्रधानमंत्री को सौंपने की जानकारी देना देश के लाखों मेहनतकश युवाओं और छात्र एकता की बहुत बड़ी जीत है। सांसद हनुमान बेनीवाल ने प्रधानमंत्री से मांग की है कि वे बिना किसी देरी के देश के सामने आकर स्थिति स्पष्ट करें। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री को सार्वजनिक रूप से यह घोषणा करनी चाहिए कि सरकार ने शिक्षा

मंत्री का त्यागपत्र स्वीकार कर उसे आगे की प्रक्रिया के लिए बढ़ा दिया है। बेनीवाल ने पीएम के वीडियो संदेशों पर चुटकी लेते हुए कहा कि प्रधानमंत्री वीडियो अपडेट्स के जरिए युवाओं के हितों की बड़ी-बड़ी बातें कर रहे थे, लेकिन यदि उन्हें वास्तव में देश के युवाओं को कोई सकारात्मक संदेश देना था, तो उन्हें शिक्षा मंत्री को इस्तीफा देने का मौका देने के बजाय खुद ही बर्खास्त कर देना चाहिए था। शिक्षा मंत्री की नैतिकता पर सवाल उठाते हुए आरएलपी प्रमुख ने कहा कि यदि धर्मेन्द्र प्रधान में थोड़ी सी भी नैतिक जिम्मेदारी बची होती, तो वे आंदोलन के शुरुआत में ही पद छोड़ देते। NEET धांधली और पेपर

लोक मामले की जांच जब केंद्रीय जांच एजेंसी (CBI) को सौंपी गई थी, निष्पक्षता बनाए रखने के लिए उसी समय इस्तीफा आ जाना चाहिए था। उन्होंने आरोप लगाया कि सरकार और मंत्री की हठधर्मिता के कारण जंतर-मंतर से लेकर संसद भवन तक शक्तिपूर्ण प्रदर्शन कर रहे सैकड़ों निर्दोष युवाओं को लाठियां खानी पड़ीं और वे घायल हुए। सांसद बेनीवाल ने केंद्र सरकार की कार्यशैली पर हमला बोलते हुए कहा कि सरकार की जिद और अडिगल रुख के कारण ही संसद के मानसून सत्र का पूरा पहला सप्ताह हंगामे की भेंट चढ़ गया और देश का कीमती समय व्यर्थ हुआ। उन्होंने दोहराया कि आखिरकार देश के

एकजुट युवाओं की ताकत के आगे सरकार को एक बार फिर झुकने पर मजबूर होना पड़ा है। सांसद हनुमान बेनीवाल ने कहा कि छात्र हितों से जुड़े मुद्दों पर सरकार को संवेदनशीलता के साथ निर्णय लेने चाहिए। उन्होंने आरोप लगाया कि प्रतियोगी परीक्षाओं में कथित अनियमितताओं और पेपर लीक की घटनाओं ने लाखों अभ्यर्थियों का विश्वास प्रभावित किया है। उन्होंने मांग की कि पूरे प्रकरण की निष्पक्ष और समयबद्ध जांच कर दोषियों के खिलाफ कड़ी कानूनी कार्रवाई सुनिश्चित की जाए। उन्होंने यह भी कहा कि प्रतियोगी परीक्षाओं की विश्वसनीयता बनाए रखना सरकार की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी है।

सर्वश्रेष्ठ विद्यालय समेत जीतीं 5 प्रमुख ट्रॉफियां, कैडेट्स का भव्य अभिनंदन



एजेंसी, थिंक राजस्थान

भरतपुर। संयुक्त वार्षिक प्रशिक्षण शिविर (CATC) 2026 में अभूतपूर्व प्रदर्शन करते हुए 'सर्वश्रेष्ठ विद्यालय' की ओवरऑल ट्रॉफी अपने नाम करने वाले 'आर्मी पब्लिक स्कूल' (एपीएस), भरतपुर के होनहार एनसीसी कैडेट्स का विद्यालय प्रांगण में भव्य अभिनंदन किया गया। ऐतिहासिक सफलता के उपलक्ष्य में आयोजित इस विशेष सम्मान समारोह के दौरान विजेता कैडेट्स और उनके मार्गदर्शक सीटीओ का गर्मजोशी से स्वागत किया गया। उल्लेखनीय

है कि इस प्रतिष्ठित प्रशिक्षण शिविर में एपीएस भरतपुर के कैडेट्स ने अनुशासन, नेतृत्व क्षमता, बौद्धिक प्रतिस्पर्धाओं और सांस्कृतिक मंच पर अपनी श्रेष्ठता साबित की। सांस्कृतिक प्रस्तुति (प्रथम स्थान): टीम एपीएस — जिसमें लक्ष्मी व हर्षिता (कक्षा 10वीं), अनुष्का (कक्षा 9वीं) तथा तेजस्वी, रिया फौजदार व अनन्या (कक्षा 8वीं) शामिल रहीं। कैडेट्स की इस शानदार उपलब्धि पर विद्यालय प्रबंधन समिति के चेयरमैन एवं

में पुलिस प्रशासन द्वारा जो बर्बरता की उनके खिलाफ कानूनी कार्रवाई एवं कुछ पुलिस जो लिप्त है, उनको निर्लंबित करना चाहिए। इन मौके आजाद समाज पार्टी के जिलाध्यक्ष संतोष मीणा, भीम आर्मी जिलाध्यक्ष जसवंत सिंह , अंकित बैसला, महुआ रमेश बैरवा,

लालसोट से मोहनलाल वर्मा, चोकडायत, पुरषोत्तम, राजू बनियाना, गिराज कानपुरा, विनोद अलूदा, राज कानू, दीपक राजवास, डालचंद नरनियां, सुशील, महेन्द्र रामपुरा, धीरज कारोलिया, केदार नांगल, राजाराम जैनवाल मौजूद रहे।



यह छात्रों की जीत है! संविधान और लोकतंत्र के आगे झुकी तानाशाही सरकार: टीकाराम जूली



धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे के बाद शहीद स्मारक पर ढोल-नगाड़ों के साथ छात्रों ने किया डांस

जयपुर। केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान द्वारा अपने पद से इस्तीफा दिए जाने की खबर मिलते ही राजधानी जयपुर में छात्रों का उत्साह चरम पर पहुंच गया। दिल्ली के जंतर-मंतर पर हुए लाठीचार्ज और नीट (NEET) सहित प्रदेश की विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं में हुए पेपर लीक के विरोध में जयपुर के शहीद स्मारक पर बड़ी संख्या में स्टूडेंट्स पहुंचे।

शिक्षा मंत्री के इस्तीफे के बाद छात्रों ने शहीद स्मारक पर नाच-गाकर और जश्न मनाकर अपनी खुशी का इजहार किया। जश्न मनाने के बावजूद छात्रों का रुख पूरी तरह से नरम नहीं पड़ा है। शहीद स्मारक पर मौजूद छात्रों ने स्पष्ट किया कि जब तक राष्ट्रपति और प्रधानमंत्री द्वारा धर्मेन्द्र प्रधान का इस्तीफा आधिकारिक रूप से स्वीकार नहीं कर लिया जाता, तब

तक उनका यह विरोध प्रदर्शन जारी रहेगा। परीक्षा धांधली और पेपर लीक के विरोध में छात्र नेता शुभम रेवाड़ अपने समर्थकों के साथ लगातार तीसरे दिन भी भूख हड़ताल पर डटे हुए हैं।

यूनियनसिटी परिसर में छात्रों का जमावड़ा लगा हुआ है और लगातार सुरक्षा व परीक्षा व्यवस्था में सुधार की मांग उठाई जा रही है।

जयपुर, थिंक राजस्थान

जयपुर। राजस्थान विधानसभा में नेता प्रतिपक्ष टीकाराम जूली ने केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे पर तीखी प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए इसे देश के युवाओं, छात्रों और लोकतंत्र की जीत करार दिया है। उन्होंने कहा कि धर्मेन्द्र प्रधान का इस्तीफा हमारे शिक्षा तंत्र को फिर से संवारने की दिशा में बहुत बड़ा कदम है। यह इस देश के लोकतंत्र की ताकत है कि तानाशाही रवैया अपनाने वाली सरकार को देश की उठती हुई मांग और युवाओं के आक्रोश के आगे झुकना पड़ा। उन्होंने कहा कि सड़क से संसद तक नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी और कांग्रेस का संघर्ष रंग लाया है, जिन्होंने युवाओं के मुद्दे को पूरी ताकत से उठाया। शाबाश देशभर के छात्रों, आप सभी पर गर्व है! सड़कों पर आकर लोकतंत्र, संविधान और अपने भविष्य की रक्षा में डटकर खड़े होने वाले हर एक युवा, हर छात्र को बहुत-बहुत बधाई। नेता प्रतिपक्ष ने केंद्र सरकार के रवैये पर गहरा रोष जताते हुए कहा कि जिन निर्दोष बच्चों पर पुलिस ने लाठियां बरसाईं, जिनके साथ बर्बरता की गई, और जिन पर आंसू गैस के गोले छोड़े गए, वे न्याय की गुहार लगा रहे थे। हमारी अभी भी 2 मुख्य मांगें बाकी हैं—प्रधानमंत्री

छात्रों और भारत के भविष्य को सम्मान देते हुए माफी मांगें और छात्रों पर हिंसा के दोषियों पर सख्त कार्रवाई हो। प्रधानमंत्री जी को देश के युवाओं से निसंकोच माफी मांगनी चाहिए। प्रधानमंत्री जी ने लंबे समय तक शिक्षा मंत्री का बचाव करने का प्रयास किया, लेकिन आखिरकार देश के छात्रों की हुंकार के आगे उनका बचाव खोखला साबित हुआ। राज्य सरकार की विफलताओं को उजागर करते हुए नेता प्रतिपक्ष ने कहा कि राजस्थान के मुख्यमंत्री दावा कर रहे हैं कि उनके कार्यकाल में कोई पेपर लीक नहीं हुआ, जबकि हकीकत यह है कि प्रदेश में लगभग एक दर्जन पेपर लीक की घटनाएं हो चुकी हैं। यहां की सरकार ने पेपर लीक के गंभीर मामलों को महज नकल के मामलों में बदलकर दबाने का काम किया है। इसके साथ ही, राजस्थान के शिक्षा मंत्री राज्य में शिक्षा के गिरते नामांकन और लगातार बढ़ते ड्राॅपआउट रेट पर कोई जवाब देने के बजाय बेतुकी बयानबाजी कर रहे हैं। जूली ने भाजपा के शीर्ष प्रादेशिक नेतृत्व और राज्य के शिक्षा मंत्री की बयानबाजी पर कड़ा प्रहार करते हुए कहा कि भाजपा प्रदेश अध्यक्ष आंदोलित छात्रों को 'भाड़े के टट्टू' बताकर उनका अपमान कर रहे हैं।

लायंस क्लब्स की प्रथम रीजन एडवाइजरी मीट : दिखावे के बजाय पीड़ित मानवता की सच्ची सेवा पर दें जोर

एजेंसी, थिंक राजस्थान

भरतपुर। लायंस क्लब इंटरनेशनल एवं प्रांत 3233 E-1 के तत्वावधान में वर्ष पर्यंत संचालित होने वाली मानव सेवा गतिविधियों की श्रृंखला के तहत 'रीजन 13 सोमनाथ' की प्रथम रीजन एडवाइजरी मीट का भव्य आयोजन शहर के एक निजी होटल में किया गया।

कार्यक्रम का शुभारंभ अतिथियों द्वारा मां सरस्वती की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलन और वंदना के साथ हुआ। मीट के मुख्य अतिथि रीजन चेयरपर्सन लायन विनोद कुमार सिंघल रहे, जबकि अध्यक्षता लायन जे.पी. अग्रवाल ने की। अति विशिष्ट अतिथि के रूप में कैबिनेट



डिस्ट्रिक्ट सेक्रेटरी (अवाइर्स) पीएमजेएफ लायन रामकुमार गुप्ता तथा विशिष्ट अतिथि के रूप में रीजन एडमिनिस्ट्रेटर लायन ओम प्रकाश गुप्ता, रीजन सेक्रेटरी लायन मंजु गुप्ता व हॉस्ट क्लब लायंस क्लब भरतपुर रॉयल्स के अध्यक्ष लायन रमेश चंद वर्मा मंचासीन रहे। आयोजक 'लायंस क्लब भरतपुर रॉयल्स' के पदाधिकारियों

व सदस्यों—लायन बृजमोहन गुप्ता, लायन अमित खंडेलवाल, लायन मनु राणा, लायन सत्यव्रत आर्य, लायन जयकिशन चाहर, एमजेएफ लायन सुधीर सिंघल, लायन एम.आर. बसवाड़ा, लायन राहुल सिंह, लायन कविता वर्मा, लायन श्वेता गुप्ता, लायन सविता सिंघल, लायन ज्योति आर्य और लायन महिमा राणा ने पथरीं हुए सभी अतिथियों का माला एवं दुपट्टा पहनाकर भावभीना सम्मान किया। कार्यक्रम में अध्यक्षीय उद्बोधन देते हुए लायन जे.पी. अग्रवाल ने लायनवाद के सिद्धांतों की व्याख्या की और सभी सदस्यों से पूरी निष्ठा के साथ सेवा कार्यों में जुटने का आह्वान किया।

मनोरंजन समाचार

फैशन गर्ल मुग्धा गोड्से का सफर, कभी पेट्रोल पंप पर किया काम, आज करोड़ों की मालकिन



फैशन इंडस्ट्री और ग्लैमर की दुनिया जितनी चमकदार नजर आती है, उसके पीछे का सफर उतना ही संघर्षभरा होता है। छोटे शहर से निकलकर रैंप के जरिए देश के सबसे बड़े फैशन प्लेटफॉर्म पर छा जाना और फिर बॉलीवुड की सिल्वर स्क्रीन पर अपनी दमदार अभिनय क्षमता का लोहा मनवाना आसान बात नहीं है। अभिनेत्री मुग्धा गोड्से का सफर इस बात का जीता-जागता उदाहरण है। कहते हैं कि संघर्ष इतनी खामोशी से करो कि कामयाबी शोर मचा दे। अभिनेत्री मुग्धा गोड्से की जिंदगी इस बात की एक बेहतरीन मिसाल है। भले ही, आज के समय अभिनेत्री किसी भी पहचान की मोहताज नहीं हैं, लेकिन एक वक्त ऐसी भी था, जब उन्हें करियर की शुरुआत में काफी संघर्षों का सामना करना पड़ा था। 26 जुलाई 1986 को पुणे में जन्मी मुग्धा गोड्से ने अपनी जिंदगी के शुरुआती वर्षों में गुजारा करने के लिए छोटे-मोटे काम किए। कहा जाता है कि गुजर-बसर के लिए अभिनेत्री ने पेट्रोल पंप पर भी काम किया है। एक दौर ऐसा भी था, जब वह पूरे दिन में सिर्फ 100 रुपए ही कमा पाती थीं, लेकिन अपनी कड़ी मेहनत और लगन के दम पर आज वह करोड़ों की मालकिन हैं। अभिनेत्री काम करने के साथ-साथ कई स्थानीय ब्यूटी कॉन्टेस्ट में भी हिस्सा लिया करती थीं। हालांकि, मुग्धा की जिंदगी तब बदली, जब उन्होंने ‘र्लैडरेग्स मेगा मॉडल हंट’ में भाग लेकर सफलता हासिल की थी।

ई-रिक्शा चलाने, सब्जी बेचने से लेकर देश के लिए मेडल जीतने तक का सफर, झंडू बोले- मेहनत का फल मिला



भारत के पैरा पावरलिफ्टर झंडू कुमार ने कॉमनवेल्थ गेम्स 2026 में जीते ब्रॉज मेडल को अपनी वर्षों की मेहनत और लगन को समर्पित किया। उन्होंने कहा कि ई-रिक्शा चलाने और सब्जियां बेचने जैसे मुश्किल सफर ने सफल होने के उनके इरादे को और मजबूत किया। पुरुषों के हैवीवेट पैरा पावरलिफ्टिंग इवेंट में ब्रॉज मेडल जीतने के कुछ ही दिन बाद भावुक झंडू ने ‘आईएनएस’ को बताया कि उन्हें हमेशा से भरोसा था कि उनकी मेहनत का फल जरूर मिलेगा। झंडू ने कहा, “मैंने अपना गुजारा करने के लिए ई-रिक्शा चलाया, सब्जियां बेचीं और बहुत संघर्ष किया। हालांकि, मैंने अपने सपने को कभी नहीं छोड़ा। मुझे हमेशा विश्वास था कि एक दिन मैं अपने देश के लिए जरूर मेडल जीतूंगा।” दो अलग-अलग ग्रुप में हुई इस स्पर्धा में झंडू ने ग्रुप बी में 130.9 का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करते हुए पहला स्थान हासिल किया। उन्होंने युगान्डा के डेनिस म्बाजीरा (114.1) और ऑस्ट्रेलिया के बेन राइट (110.9) को स्पष्ट अंतर से पीछे छोड़कर पदक की दावेदारी मजबूत की। हालांकि, कुल संयुक्त स्टैंडिंग में नाइजीरिया के रितुवान इदरीस ने 132.8 के सर्वश्रेष्ठ लिफ्ट के साथ गोल्ड मेडल अपने नाम किया। वहीं, इंग्लैंड के मैथ्यू हार्डिंग ने 131.0 के लिफ्ट के बूते सिल्वर मेडल जीता, जबकि झंडू का 130.9 का प्रयास उन्हें ब्रॉज मेडल जीताने के लिए काफी साबित हुआ। झंडू सिल्वर मेडल जीतने से महज 0.1 प्वाइंट पीछे रह गए। प्लेटफॉर्म पर उनके शानदार प्रदर्शन के साथ-साथ उनकी प्रेरणादायक कहानी भी चर्चा का विषय रही, जिसने गेम्स में भारत के लिए मेडल जीतने वाले इस खिलाड़ी के पीछे छिपे साहस और दृढ़ संकल्प को उजागर किया। झंडू का ब्रॉज मेडल वर्षों के त्याग और लगातार कड़ी मेहनत का इनाम है, जिसमें उन्होंने आर्थिक तंगी का सामना करते हुए भी अपने खेल के सपनों को पूरा करना जारी रखा। झंडू ने इस मेडल के साथ ही ग्लासगो में भारत का मेडल टैली में खाता भी खोला। साधारण पृष्ठभूमि से उभरते हुए झंडू की यह सफलता एथलीटों के लिए प्रेरणा का स्रोत है।

डिनर की दो प्लेटें और कूल लुक, नागा चैतन्य और शोभिता की ‘केमिस्ट्री’ ने जीता फैस का दिल



अभिनेता नागा चैतन्य ने सोशल मीडिया पर एक मजाकिया पोस्ट साझा कर बताया कि शादी के करीब दो साल बाद उनकी पत्नी और अभिनेत्री शोभिता धुलिपाला ने पहली बार उनके लिए डिनर बनाया। नागा चैतन्य ने अपने सोशल मीडिया अकाउंट पर एक तस्वीर साझा की, जिसमें शोभिता डाइनिंग टेबल के पास खड़ी नजर आ रही हैं। उनके हाथ में खाने से भरी दो प्लेटें हैं। इस दौरान वह गुलाबी रंग की ओवरसाइज्ड टी-शर्ट पहने दिखाई दे रही हैं। इस तस्वीर के साथ चैतन्य ने लिखा, “शादी के करीब दो साल बाद पत्नी ने मेरे लिए डिनर बनाया। लगता है आज मैंने कुछ सही किया है।” चैतन्य की इस मजाकिया पोस्ट पर शोभिता ने भी तुरंत प्रतिक्रिया दी।

माहिका शर्मा - इकोनॉमिक्स में ग्रेजुएशन, मॉडलिंग-एक्टिंग का रुख, हार्दिक पंड्या से नाम जुड़ने पर मिली लोकप्रियता

मॉडल और अभिनेत्री माहिका शर्मा अब किसी पहचान की मोहताज नहीं हैं। अर्थशास्त्र में ग्रेजुएशन करने के बाद माहिका ने मॉडलिंग और एक्टिंग का रुख किया। हालांकि, उनकी लोकप्रियता में तेजी से इजाफा भारतीय क्रिकेटर हार्दिक पंड्या को डेट करने के कारण हुआ। माहिका का जन्म 26 जुलाई, 1994 को हरियाणा में हुआ। हालांकि, उनकी स्कूली शिक्षा नई दिल्ली स्थित नेवी चिल्ड्रन स्कूल में हुई। इसके बाद उन्होंने अपनी ग्रेजुएशन इकोनॉमिक्स और फाइनेंस में पूरी की। माहिका ने ग्रेजुएशन पूरी करने के बाद कई जगह इंटरशिप भी की। हालांकि, इसके बाद उन्होंने मॉडलिंग और एक्टिंग की दुनिया में अपना करियर बनाने का फैसला किया। उन्होंने अपने करियर का आगाज एक प्रीलांसर के तौर पर की।

माहिका इसके बाद रैंपर रागा की एक म्यूजिक वीडियो में नजर आईं और फिर कुछ फिल्मों में उन्होंने छोटी

भूमिकाएं भी निभाईं। वह तनूष्क, वीवो जैसे बड़े ब्रांड्स की ओर से विज्ञापनों में भी दिखाई दीं। एक्टिंग के साथ-साथ माहिका ने कई मशहूर फैशन डिजाइनर के लिए रैंप वॉक

साल 2024 में माहिका को इंडियन फैशन अवॉर्ड्स में मॉडल ऑफ द ईयर अवॉर्ड भी मिला। वहीं, माहिका एले मैग्जीन मॉडल ऑफ द सीजन भी रह चुकी हैं। माहिका योगा टीचर

माहिका द्वारा शेयर किए गए एक वीडियो में हार्दिक की एक झलक नजर आई और उनका जर्सी नंबर 23 भी लिखा हुआ नजर आया। हालांकि, अपने 32वें जन्मदिन

हार्दिक के साथ कई बार देखा गया। माहिका की कुछ तस्वीरों को खींचने के अंदाज को लेकर हार्दिक ने अपने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म ‘इंस्टाग्राम’ पर स्टोरी शेयर करते हुए



किया, जिसमें तरुण तहिलियानी, मनीष मल्होत्रा, रितु कुमार और अमित अग्रवाल जैसे बड़े नाम भी शामिल रहे।

भी हैं। हालांकि, माहिका सबसे ज्यादा चर्चा में भारतीय ऑलराउंडर हार्दिक पंड्या से जुड़ने के बाद आईं।

से पहले ही हार्दिक ने माहिका के साथ तस्वीरें शेयर करते हुए अपने रिलेशन को ऑफिशियल कर दिया। इसके बाद माहिका को मैदान पर

नाराजगी जाहिर की थी। हार्दिक पंड्या के साथ अपने रिश्ते को सार्वजनिक किए जाने के बाद माहिका शर्मा की लोकप्रियता में

बाढ़ प्रभावित असम को मदद की जरूरत, भूमि पेड़नेकर की लोगों से अपील, ज्यादा से ज्यादा करें दान



असम में पिछले कुछ समय से बाढ़ के कारण हालात बेहद गंभीर बने हुए हैं। इस बड़ी आपदा को देखते हुए अभिनेत्री भूमि पेड़नेकर ने शनिवार को सोशल मीडिया के जरिए लोगों से मदद की अपील की। भूमि पेड़नेकर ने इंस्टाग्राम अकाउंट पर वीएफ डियो जारी किया, जिसमें वह असम के बाढ़ पीड़ितों की सहायता के लिए आगे आने की अपील करती नजर आ रही हैं। जारी किए गए वीडियो में अभिनेत्री कहती हैं, “नमस्ते, देश में इस समय जो कुछ भी हो रहा है, उसके बारे में हम सभी जानते हैं। मैं

लोगों के जोश और एकजुटता को सलाम भी करती हूं, लेकिन देश का एक हिस्सा ऐसा भी है, जिसे इस समय हमारी सबसे ज्यादा जरूरत है और वह असम। उन्होंने असम के हालातों के बारे में बताते हुए कहा, “असम इस समय भयंकर बाढ़ का सामना कर रहा है। वहां के हालात इतने खराब हैं कि 7.5 लाख से अधिक लोगों को सुरक्षित जगहों पर ले जाना पड़ा है। अब तक 40 से ज्यादा लोगों की जान जा चुकी है और यह संख्या लगातार बढ़ रही है। पूरे के पूरे गांव बाढ़ में बह गए हैं।

पशु भी बह गए हैं। लोगों ने अपनी मेहनत की सारी कमाई और घर-बार खो दिया है। अभिनेत्री ने जोर देते हुए कहा कि इस मुद्दे पर ज्यादातर लोग बात ही नहीं कर रहे हैं। उन्होंने उम्मीद जताते हुए कहा कि जैसे पिछले साल पूरा देश पंजाब, जम्मू, बिहार और महाराष्ट्र के लोगों की मदद के लिए आगे आया था। ठीक उसी तरह सभी लोग असम के साथ खड़े हों। उन्होंने कहा, “उस समय आप सभी ने राहत सामग्री और जरूरत की चीजें भेजकर मानवता का शानदार उदाहरण पेश किया था।

अब फिर वही समय आ गया है। इस बार असम को हमारी मदद की जरूरत है।” भूमि ने लोगों से अपील की कि वे भोजन, गद्दे, स्वच्छता से जुड़ी सामग्री और राहत एवं बचाव कार्यों के लिए जितना हो सके, दान करें। उन्होंने कहा, “अगर आप वहां की तस्वीरें और वीडियो देखेंगे तो आपका दिल टूट जाएगा। हालात बेहद दर्दनाक हैं और असम को सच में हमारे सहयोग की जरूरत है। मैं सभी से अनुरोध करती हूँ कि अपनी क्षमता के अनुसार ज्यादा से ज्यादा दान करें और इस संदेश को भी आगे बढ़ाएं, ताकि हमारी मदद असम के जरूरतमंद लोगों तक पहुंच सके। जय हिंद।” अभिनेत्री ने वीडियो शेयर करते हुए लिखा, “असम बाढ़ में डूब रहा है। आप हर बार उनकी मदद के लिए आगे आए हैं। अब एक बार फिर उनके साथ खड़े होने का समय है।” भूमि पेड़नेकर की अपील के बाद सोशल मीडिया पर कई लोगों ने असम के बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों के लिए सहायता अभियान को समर्थन दिया। विभिन्न स्वयंसेवी संगठनों, सामाजिक संस्थाओं और स्थानीय प्रशासन की ओर से राहत

एवं बचाव कार्य लगातार जारी हैं। प्रभावित क्षेत्रों में लोगों तक भोजन, स्वच्छ पेयजल, दवाइयां, अस्थायी आश्रय और अन्य आवश्यक सामग्री पहुंचाने के प्रयास किए जा रहे हैं। उन्होंने लोगों से अपील की कि केवल आर्थिक सहायता ही नहीं, बल्कि राहत सामग्री और जागरूकता फैलाने में भी सहयोग करें। भूमि ने कहा कि प्राकृतिक आपदाओं के समय सामूहिक प्रयास और मानवीय संवेदनाएं सबसे बड़ी ताकत होती हैं। उन्होंने लोगों से अधिक से अधिक जरूरतमंद परिवारों तक सहायता पहुंचाने में योगदान देने का आग्रह किया। असम में बाढ़ की स्थिति पर राज्य प्रशासन और राष्ट्रीय आपदा मोचन बल (एनडीआरएफ) सहित विभिन्न एजेंसियां लगातार निगरानी बनाए हुए हैं। प्रभावित इलाकों में बचाव अभियान चलाया जा रहा है तथा सुरक्षित स्थानों पर बनाए गए राहत शिविरों में विस्थापित लोगों को आवश्यक सुविधाएं उपलब्ध कराने का प्रयास किया जा रहा है। प्रशासन ने लोगों से सतर्क रहने और केवल आधिकारिक सूचनाओं का ही पालन करने की अपील की

है। प्राकृतिक आपदा के इस कठिन दौर में विभिन्न क्षेत्रों की हस्तियां भी राहत कार्यों के समर्थन में सामने आ रही हैं। भूमि पेड़नेकर की अपील भी इसी कड़ी का हिस्सा है, जिसमें उन्होंने देशवासियों से असम के बाढ़ प्रभावित लोगों की हरसंभव सहायता करने और मानवता के इस प्रयास में सहभागी बनने का अनुरोध किया है। भूमि पेड़नेकर ने अपने संदेश में यह भी कहा कि प्राकृतिक आपदाएं केवल किसी एक राज्य या क्षेत्र की समस्या नहीं होतीं, बल्कि पूरे देश की सामूहिक जिम्मेदारी होती हैं। उन्होंने लोगों से आग्रह किया कि वे बाढ़ प्रभावित परिवारों के प्रति संवेदनशीलता दिखाएं और राहत कार्यों में जुटे विश्वसनीय संगठनों के माध्यम से सहयोग करें। उनके अनुसार, छोटे-छोटे योगदान भी संकट की इस घड़ी में हजारों लोगों के लिए बड़ी राहत साबित हो सकते हैं। उन्होंने कहा कि राहत शिविरों में रह रहे बच्चों, महिलाओं और बुजुर्गों को विशेष सहायता की आवश्यकता है। अभिनेत्री ने अपने प्रशंसकों से सोशल मीडिया का सकारात्मक उपयोग करने का भी आग्रह किया।

पंजाब के शिक्षा मंत्री कब देंगे इस्तीफा , कॉकरोच जनता पार्टी से श्वेता तिवारी ने पूछे सवाल



अभिनेत्री श्वेता तिवारी ने केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे पर प्रतिक्रिया दी है। उन्होंने शनिवार को इंस्टाग्राम पर एक पोस्ट करते हुए कॉकरोच जनता पार्टी (सीजेपी) के संस्थापक अभिजीत दिपके से सवाल पूछा कि पंजाब के शिक्षा मंत्री का इस्तीफा कब होगा? श्वेता तिवारी के वीडियो में दिपके कह रहे हैं कि अब जब धर्मेन्द्र प्रधान ने इस्तीफा दे दिया है, तो वे कैबिनेट में किसी

लिफ्ट उमड़ पड़े। विरोध प्रदर्शन दिल्ली से पहले मेट्रो शहरों और फिर छोटे कस्बों तक फैल गए। विरोध प्रदर्शन तब और तेज हो गए जब 18 जुलाई की सुबह दिल्ली पुलिस ने सोनम वांगचुक को जंतर-मंतर पर विरोध स्थल से जबरदस्ती हटा दिया, जबकि राष्ट्रीय राजधानी के जंतर-मंतर पर कई दिनों तक चले छात्रों के बड़े विरोध-प्रदर्शनों और विरोध-प्रदर्शनों के बाद शनिवार को धर्मेन्द्र प्रधान ने इस्तीफा दे दिया। छात्र परीक्षा में गड़बड़ियों, खासकर नीट-यूजी पेपर लीक को लेकर उनका इस्तीफा मांग रहे थे। उनका इस्तीफा 20 जुलाई को जंतर-मंतर पर प्रदर्शनकारियों के खिलाफ दिल्ली पुलिस की सख्त कार्रवाई के बाद आया है। पुलिस की इस कार्रवाई से पूरे देश में आक्रोश फैल गया और नाराज लोग बड़ी संख्या में जंतर-मंतर पर छात्रों का समर्थन करने के

लिफ्ट उमड़ पड़े। विरोध प्रदर्शन दिल्ली से पहले मेट्रो शहरों और फिर छोटे कस्बों तक फैल गए। विरोध प्रदर्शन तब और तेज हो गए जब 18 जुलाई की सुबह दिल्ली पुलिस ने सोनम वांगचुक को जंतर-मंतर पर विरोध स्थल से जबरदस्ती हटा दिया, जबकि राष्ट्रीय राजधानी के जंतर-मंतर पर कई दिनों तक चले छात्रों के बड़े विरोध-प्रदर्शनों और विरोध-प्रदर्शनों के बाद शनिवार को धर्मेन्द्र प्रधान ने इस्तीफा दे दिया। छात्र परीक्षा में गड़बड़ियों, खासकर नीट-यूजी पेपर लीक को लेकर उनका इस्तीफा मांग रहे थे। उनका इस्तीफा 20 जुलाई को जंतर-मंतर पर प्रदर्शनकारियों के खिलाफ दिल्ली पुलिस की सख्त कार्रवाई के बाद आया है। पुलिस की इस कार्रवाई से पूरे देश में आक्रोश फैल गया और नाराज लोग बड़ी संख्या में जंतर-मंतर पर छात्रों का समर्थन करने के

सार समाचार

ट्रंप के सामने प्रेस की स्वतंत्रता पर डब्ल्यूएचसीए का जोर



वाशिंगटन। व्हाइट हाउस कॉरिस्पोंडेंट्स एसोसिएशन (डब्ल्यूएचसीए) ने शुक्रवार (स्थानीय समय) को अपने सालाना डिनर में फर्स्ट अमेंडमेंट और फ्री प्रेस की भूमिका का जोरदार बचाव किया। उन्होंने राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप से कहा कि पत्रकारों की आलोचना तो जायज है, लेकिन प्रेस की आजादी को कमजोर करने की कोशिशें अमेरिकी लोकतंत्र की नींव के लिए खतरा हैं। ट्रंप का परिचय देने से पहले, रीशेड्यूल किए गए व्हाइट हाउस कॉरिस्पोंडेंट्स डिनर में डब्ल्यूएचसीए की निवर्तमान अध्यक्ष वेइजिया जियांग ने कहा कि राष्ट्रपति और प्रेस के बीच संबंध अक्सर झगड़े वाला होता था, लेकिन आखिर में यह अमेरिकी जनता की सेवा करने वाले संवैधानिक सुरक्षा पर आधारित होता है। जियांग ने कहा, “हालाँकि, प्रेस की आलोचना करने और उसे कमजोर करने की कोशिश करने में एक फर्क है, एक अस्तित्व का फर्क है। एक हम सभी को बेहतर बनाता है। दूसरा ठीक वही है जिसे फाउंडर रोकना चाहते थे।”

जियांग ने सीधे राष्ट्रपति ट्रंप को संबोधित करते हुए कहा कि राष्ट्रपति और पत्रकारों के बीच सवाल-जवाब लोकतांत्रिक प्रक्रिया का अहम हिस्सा है। उन्होंने कहा, “जब हम सवाल पूछते हैं, तो आप जवाब में अपनी बात रखते हैं। आप हमें जवाब देते हैं और फिर हम आपसे दोबारा सवाल करते हैं।” जियांग ने ट्रंप के कारोबारी अनुभव का जिक्र करते हुए कहा, “आप हमेशा से सौदे करने वाले व्यक्ति रहे हैं।” उन्होंने मुस्कुराते हुए कहा, “तो यही हमारा सौदा है। फर्स्ट अमेंडमेंट कोई बातचीत का विषय नहीं, बल्कि तय व्यवस्था है।” तीन महीने पहले व्हाइट हाउस कॉरिस्पोंडेंट्स डिनर के मूल कार्यक्रम के दौरान हुई गोलीबारी के कारण समारोह को स्थगित करना पड़ा था।

यूनेस्को ने वेस्ट बैंक और लेबनान के ऐतिहासिक स्थल विश्व धरोहर सूची में शामिल



सोल। यूनेस्को (संयुक्त राष्ट्र की शिक्षा, विज्ञान और सांस्कृतिक संगठन) ने इजरायल की आपत्तियों को दरकिनार करते हुए वेस्ट बैंक के एक प्रमुख पुरातात्विक स्थल और दक्षिणी लेबनान के पांच ऐतिहासिक किलों को विश्व धरोहर सूची में शामिल कर लिया है। इनमें लेबनान का ब्यूफोट कैसल (किला) भी है जिस पर हाल ही में इजरायल ने कब्जा किया था। क्रूसेडर काल का यह ऐतिहासिक किला कलाअत अल-शकीफ के नाम से भी जाना जाता है। इसे मई में लेबनान में हिजबुल्लाह के खिलाफ अभियान के दौरान इजरायली सेना ने अपने कब्जे में लिया था। विश्व धरोहर सूची में डालने का निर्णय शुक्रवार को दक्षिण कोरिया के बुसान में आयोजित यूनेस्को की बैठक में लिया गया।

पाकिस्तान में सत्ता का असली केंद्र अब भी सेना, राजनीतिक संकट गहरा रहा: रिपोर्ट



तेल अवीव। पाकिस्तान में सत्ता केवल निर्वाचित सरकार के हाथों में नहीं है, बल्कि देश की राजनीतिक व्यवस्था एक “हाइब्रिड सिस्टम” के तहत संचालित होती है, जिसमें सेना राष्ट्रीय सुरक्षा और नागरिक राजनीति दोनों में निर्णायक भूमिका निभाती है। यह दावा राजनीतिक शोधकर्ता वास शेनॉय ने ‘द टाइम्स ऑफ इजरायल’ में प्रकाशित एक रिपोर्ट में किया है। रिपोर्ट के अनुसार, प्रधानमंत्री शहबाज शरीफ के नेतृत्व वाली मौजूदा सरकार को 2024 के आम चुनावों की निष्पक्षता पर उठे सवालों, पूर्व प्रधानमंत्री इमरान खान और उनके समर्थकों की गिरफ्तारी एवं राजनीतिक अलगाव, मीडिया पर कथित प्रतिबंध, न्यायपालिका की स्वतंत्रता में कमी और देश में अल्पसंख्यकों के खिलाफ हिंसा जैसे मुद्दों के कारण वैधता के संकट का सामना करना पड़ रहा है। जो हालात हैं उससे धारणा मजबूत हुई है कि चुनाव की महत्ता कम हो गई है। इन परिस्थितियों ने पाकिस्तान के लाखों नागरिकों के बीच यह धारणा मजबूत की है कि अब चुनाव के जरिए शांतिपूर्ण सत्ता परिवर्तन संभव नहीं रह गया है। इसके चलते संवैधानिक राजनीति पर लोगों का भरोसा कमजोर हुआ है और जनक्रोध सीधे राज्य की संस्थाओं की ओर बढ़ रहा है। शेनॉय ने यह भी कहा कि पाकिस्तान का सुरक्षा माहौल लगातार बिगड़ रहा है। उनके अनुसार, तहरीक-ए-तालिबान पाकिस्तान (टीटीपी) ने खासकर खैबर पख्तूनख्वा में अपने हमले तेज कर दिए हैं, जबकि बलूच अलगाववादी दक्षिण-पश्चिमी क्षेत्र में सरकार को चुनौती दे रहे हैं। इसके अलावा इस्लामिक स्टेट-खुरासान (आईएस-के) और अन्य सांप्रदायिक संगठन भी सक्रिय हैं।

सीरिया में हाईवे पर बसों की भीषण टक्कर में 35 लोगों की मौत, हादसे में कई लोग घायल

सीरिया में हाईवे पर बसों की टक्कर में कम से कम 35 लोगों की मौत हो गई। जानकारी के मुताबिक मध्य सीरिया में दो यात्री बसों की टक्कर में कम से कम 35 लोगों की मौत हो गई और कई अन्य घायल हो गए। यह घटना पलमीरा और अल-सुखना शहरों के बीच एक हाईवे पर हुई। एपी की एक रिपोर्ट के अनुसार, यह हाईवे दमिश्क-दीर एज-जोर हाईवे था। कतर स्थित मीडिया प्लेटफॉर्म ने यह भी बताया कि जिस हाईवे पर यह दुर्घटना हुई, वह 400 किलोमीटर लंबा एक महत्वपूर्ण हाईवे है जो देश के पूर्वी हिस्से को राजधानी से जोड़ता है। लोगों को सुरक्षित बाहर निकालने का काम चल रहा है। रिपोर्ट में देश की सरकारी



मीडिया एजेंसी SANA (सीरियन अरब न्यूज़ एजेंसी) का हवाला देते हुए बताया गया है कि घायलों को निकालने और उन्हें होम्स मिलिट्री हॉस्पिटल ले जाने के लिए दुर्घटना वाली जगह पर हेलिकॉप्टर भेजे गए हैं। सुरक्षा और बुनियादी ढांचे से जुड़ी चुनौतियों के बावजूद, जिस रास्ते पर यह हादसा हुआ, उसका इस्तेमाल बहुत ज्यादा होता है।

सीरिया के गृह मंत्रालय ने बताया कि एक बस में सुरक्षा बलों के जवान सवार थे, जबकि दूसरी बस में आम नागरिक थे। आपदा प्रबंधन और आपातकालीन प्रतिक्रिया मंत्री राएड अल-सालेह ने कहा कि उनके देश में इस साल जनवरी से अब तक लगभग 2,000 दुर्घटनाएं हो चुकी हैं। खबरों के मुताबिक, पलमीरा और अल-सुखना के बीच

डिनर में ट्रंप ने कही ऐसी बात कि हिल गए लोग, बाद में बोले- ‘मैं तो मजाक कर रहा था’

वाशिंगटन। अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने व्हाइट हाउस कॉरिस्पोंडेंट्स एसोसिएशन डिनर में अपने संभावित तीसरे राष्ट्रपति कार्यकाल को लेकर ऐसा मजाक किया कि वहां मौजूद लोग कुछ देर के लिए चौंक गए। हालाँकि, इसके तुरंत बाद उन्होंने खुद ही साफ कर दिया कि वह सिर्फ मजाक कर रहे थे। दरअसल, व्हाइट हाउस कॉरिस्पोंडेंट्स डिनर को इस साल दोबारा आयोजित किया गया था। WHCA कार्यक्रम को संबोधित करते हुए ट्रंप ने कहा कि जैसे उनका दूसरा राष्ट्रपति कार्यकाल पहले से बेहतर है, उसी तरह यह



दोबारा आयोजित डिनर भी पहले से बेहतर है। ट्रंप ने कार्यक्रम के दौरान कहा कि व्हाइट हाउस कॉरिस्पोंडेंट्स डिनर में आकर मुझे खुशी हो रही है। उन्होंने कहा कि मेरी राष्ट्रपति पद की तरह दूसरी बार सब कुछ और बेहतर है, और तीसरी बार तो इससे भी

बेहतर होगी। ट्रंप के इतना कहते ही कार्यक्रम में मौजूद लोग चौंक गए, क्योंकि अमेरिकी संविधान के मुताबिक कोई भी व्यक्ति दो बार से ज्यादा राष्ट्रपति नहीं चुना जा सकता। इसके कुछ ही पल बाद ट्रंप मुस्कुराते हुए बोले, 'मैं सिर्फ मजाक कर रहा हूँ।' अमेरिकी

संविधान के 22वें संशोधन के तहत कोई भी व्यक्ति 2 बार से अधिक राष्ट्रपति नहीं चुना जा सकता। यह संशोधन 1951 में लागू किया गया था। यह नियम राष्ट्रपति फ्रैंकलिन डी. रूजवेल्ट के लगातार 4 बार राष्ट्रपति चुने जाने के बाद बनाया गया था। डोनाल्ड ट्रंप इस समय अपने दूसरे राष्ट्रपति कार्यकाल में हैं। हालाँकि हाल के महीनों में वह कई बार सार्वजनिक मंचों से 2 कार्यकाल की सीमा से आगे भी पद पर बने रहने को लेकर हल्के-फुल्के अंदाज में टिप्पणी कर चुके हैं। हालाँकि ऐसा करने के लिए अमेरिकी संविधान में संशोधन

पानी पर उतरने की कोशिश में चट्टान से टकराया विमान, 11 लोग थे सवार, अमेरिका से आई बड़ी खबर



सिएटल। अमेरिका के वाॅशिंगटन राज्य में कनाडा सीमा के पास स्थित एक दूरदराज द्वीप के पास गुरुवार शाम एक सीप्लेन यानी पानी पर उतरने वाला विमान दुर्घटनाग्रस्त होकर चट्टानों से टकरा गया। हादसे के बाद विमान में आग लग गई, लेकिन आसपास मौजूद नावों और अमेरिकी तटरक्षक बल की तेज कार्रवाई की बदौलत विमान में सवार सभी 11 लोगों को सुरक्षित बाहर निकाल लिया गया। सैन जुआन काउंटी शेरिफ ऑफिस के मुताबिक, हादसे में एक व्यक्ति की हालत गंभीर बनी हुई है। कई यात्रियों के सिर में चोट लगी है और हड्डियां भी टूटी हैं। हालाँकि शुक्रवार तक कम से कम 5 यात्रियों को अस्पताल से छुट्टी भी दे दी गई थी।

यह दुर्घटना गुरुवार शाम करीब 5:20 बजे हुई। विमान में एक पायलट और 10 यात्री सवार थे। सीप्लेन वाॅशिंगटन के निर्जन सूसिया आइलैंड स्टेट पार्क के पास दुर्घटनाग्रस्त हुआ। यह द्वीप सैन जुआन द्वीप समूह के उत्तरी हिस्से में स्थित है, जो गर्मियों में फेरी सर्विस, व्हेल देखने और ट्रेकिंग के लिए लोकप्रिय पर्यटन स्थल माना जाता है। सोशल मीडिया पर सामने आए वीडियो में देखा जा सकता है कि विमान पानी के ऊपर बहुत नीचे उड़ रहा था। अचानक वह एक ओर झुक गया और पहले केवल एक फ्लोट के सहारे पानी को छुआ। इसके बाद विमान थोड़ी देर के लिए फिर हवा में उछला, लेकिन नियंत्रण खोने के बाद जमीन से टकरा गया। प्रत्यक्षदर्शी डेव ईस्टमैन उस समय अपनी छोटी नाव में समुद्र में मौजूद थे। उन्होंने बताया कि शुरुआत में उन्हें लगा कि विमान उनकी नाव से टकरा जाएगा, लेकिन बाद में वह द्वीप की ओर नीचे उड़ता दिखाई दिया।

ईरान की होर्मुज स्ट्रेट पर रणनीतिक नियंत्रण की तैयारी, कमेटी को भेजे गए 12 ड्राफ्ट बिल

तेहरान। ईरान की संसद मजलिस में होर्मुज स्ट्रेट के रणनीतिक प्रबंधन और नियंत्रण को लेकर बड़ा कदम उठाया गया है। ईरानी मीडिया ने पार्लियामेंट्री प्रवक्ता के हवाले से शनिवार को बताया कि ईरान की संसद ने होर्मुज स्ट्रेट पर रणनीतिक नियंत्रण लागू करने के मकसद से 12 ड्राफ्ट बिल राष्ट्रीय सुरक्षा और विदेश नीति कमेटी को भेजे हैं। ईरानी मीडिया, ईरान इंटरनेशनल के अनुसार, इसमें मैरीटाइम जोन कानूनों को संशोधित करने का प्रस्ताव शामिल है। इसे इस हफ्ते एक ही बिल में मिला दिया जाएगा, जिसके बाद वोट के लिए फ्लोर पर भेजा जाएगा। ज्यूडिशियरी, सिविल और आर्थिक मामलों से जुड़ी सेंकेंडरी कमेटियां समुद्री नौवहन नियमों, साझा फंडिंग व्यवस्था और नियमों का पालन न करने पर कानूनी दंड जैसे प्रमुख प्रावधानों की समीक्षा कर रही हैं।

ईरान के विदेश मंत्री अब्बास अराघची ने कहा कि ईरान को अमेरिका से कोई अच्छा बर्ताव नहीं मिला। वाशिंगटन फारस की खाड़ी में तेहरान द्वारा तय किए गए रास्ते के बजाय एक नए शिपिंग रूट को बढ़ावा दे रहा है। किर्गिस्तान में शंघाई कोऑपरेशन ऑर्गनाइजेशन के विदेश मंत्रियों की मीटिंग के अवसर पर अराघची ने कहा कि यह ध्यान देने वाली बात है कि अमेरिका ने एक नया रास्ता खोला है और जहाजों से इसका इस्तेमाल करने पर जोर दिया। ईरान के पास इस बात के सबूत हैं कि तेहरान के बताए रास्ते का इस्तेमाल करने की योजना बना रहे जहाजों के साथ बातचीत की गई थी और उन्हें दक्षिणी रास्ता लेने के लिए उकसाया गया था। इसे उन्होंने लड़ाई के मैदान के लिए एक नया समीकरण बताया।

अमेरिका में नौकरी करने का ख्वाब देखने वालों को झटका! सीनेट में पेश हुआ H-1B से जुड़ा बिल, इसमें वीजा पर 3 साल की रोक लगाने का है प्रावधान



अमेरिका जाकर वहां नौकरी करने का सपना देखने वालों को झटका लग सकता है। दरअसल, अमेरिका के एक सीनेटर ने सीनेट में H-1B वीजा से जुड़ा एक नया बिल पेश किया है। इस बिल का उद्देश्य 3 साल के लिए नए H-1B वीजा जारी करने पर रोक लगाने और ट्रंप प्रशासन की तरफ से लगाई गई 1 लाख डॉलर की फीस को कानूनी रूप देना है। हालाँकि, इस फीस को फेडरल कोर्ट पहले रद्द कर चुकी है। मॉंटाना से ट्रंप की रिपब्लिकन पार्टी के सीनेटर टिम शीही ने कहा कि अमेरिका को ऐसे वीजा जारी करने से रकना चाहिए जिनसे अमेरिकी कर्मचारियों के अधिकार कमजोर हो रहे हैं। जान लें कि H-1B वीजा एक नॉन-इमिग्रेंट वीजा है जो अमेरिका की कंपनियों को खास प्रकार के कामों के लिए कुशल विदेशी कर्मचारियों को जॉब पर रखने की अनुमति देता है। इन कामों के लिए कर्मचारियों को थ्योरेटिकल या टेक्निकल एक्सपर्ट होना चाहिए। अमेरिकी टेक्नोलॉजी कंपनियां हर साल भारत-चीन जैसे देशों से हजारों कर्मचारियों को जॉब पर रखने के लिए इसी H-1B वीजा पर निर्भर हैं। सीनेटर टिम शीही ने कहा कि मेरी तरफ से पेश किया गया बिल End H-1B Abuse Act, इस प्रोग्राम को उसके असली उद्देश्य पर वापस लाएगा और अमेरिकी कर्मचारियों को प्रॉटेक्ट देगा। यह कानून उन कमियों को दूर करेगा जिनसे H-1B वीजा के गलत प्रयोग को बढ़ावा मिलता है। बिल सिक्वोरिटी के सख्त नियम बनाता है और हमारे नेशनल सिक्वोरिटी से जुड़े हितों को प्राथमिकता देता है। इस H-1B बिल में रैंडम लॉटरी के बजाय हमेशा के लिए वेतन-आधारित चयन प्रणाली लाने का प्रपोजल भी है। इसके अलावा, बिल में एक ही वक्त में कई जगह काम करने और थर्ड-पार्टी स्टाफिंग-एजेंसी मॉडल पर रोक लगाने का भी प्रावधान भी रखा गया है। यदि यह विधेयक आगे बढ़ता है और कानून का रूप लेता है, तो इसका सबसे अधिक प्रभाव उन विदेशी पेशेवरों पर पड़ सकता है जो अमेरिका में रोजगार के लिए H-1B वीजा पर निर्भर हैं। विशेष रूप से भारत जैसे देशों के आईटी, इंजीनियरिंग, डेटा साइंस, ऑर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और अन्य तकनीकी क्षेत्रों के लाखों संभावित आवेदकों के लिए अवसर सीमित हो सकते हैं। हालाँकि, फिलहाल यह केवल एक प्रस्तावित विधेयक है और इसे कानून बनने के लिए अमेरिकी कांग्रेस की विधायी प्रक्रिया के विभिन्न चरणों से गुजरना होगा। विशेषज्ञों का मानना है कि यदि नए H-1B वीजा जारी करने पर अस्थायी रोक लगती है और चयन प्रक्रिया को वेतन आधारित बना दिया जाता है, तो कंपनियां अधिक वेतन वाले और उच्च कौशल वाले उम्मीदवारों को प्राथमिकता दे सकती हैं। इसी मुद्दे को लेकर अमेरिकी राजनीति में लंबे समय से बहस होती रही है।

‘चीन और रूस ईरान की मदद नहीं करते, करेंगे तो बहुत बुरा होगा’, ट्रंप ने NATO को भी धमकाया



ईरान के साथ जारी युद्ध के बीच अब अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने चीन और रूस को लेकर बड़ी बात कही है। उन्होंने दूध सोशल पर लिखा, चीन के बीजिंग में हमारी हालिया मुलाकात में राष्ट्रपति शी ने मुझसे कहा कि वे किसी भी हालत में इस्लामिक रिपब्लिक ऑफ़ ईरान को हथियार नहीं देंगे और न ही बेचेंगे और इस बात में चीनी कंपनियां भी शामिल थीं। हमारे रिश्तों को देखते हुए, मैं उनकी बात पर भरोसा करता हूँ और वैसे भी, मैं उन पर बहुत बड़े एहसान भी कर रहा हूँ। इसी तरह, यूक्रेन में

चल रही भयानक जंग के बावजूद (राष्ट्रपति जेलेंस्की के साथ भी रिश्ते वैसे ही बने हुए हैं) राष्ट्रपति पुतिन ने मुझसे कहा कि वे ईरान को हथियार नहीं बेचेंगे। ट्रंप ने चीन और रूस को लेकर आगे कहा, वे समझते हैं कि मैं यूक्रेन को हथियार नहीं बेचता, बल्कि NATO देशों को बेचता हूँ, वे पूरी कीमत चुकाते हैं, और उन हथियारों का आगे कैसे इस्तेमाल होता है, मुझे इसकी कोई जानकारी नहीं होती। इसलिए, मेरी राय में, ईरान के मामले में अक्सर जिन दो बड़े देशों का जिक्र होता है, वे इसमें शामिल नहीं हो रहे

हैं। अगर वे ऐसा करते, तो यह उनके लिए बहुत बुरा होता, निश्चित रूप से यह उनके हित में नहीं होता। इस मामले पर ध्यान देने के लिए धन्यवाद! अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने शुक्रवार को यूरोपीय संघ पर भारी एंटी-ट्रस्ट जुर्माना लगाकर अमेरिकी टेक्नोलॉजी कंपनियों को गलत तरीके से निशाना बनाने का आरोप लगाया और संघ पर टैरिफ लगाने व जांच शुरू करने की धमकी दी। उन्होंने इस कार्रवाई को भेदभावपूर्ण बताया और चेतावनी दी कि उनका प्रशासन इसका जवाब देगा।

गोलीबारी के बाद पहली बार कॉरिस्पोंडेंट्स डिनर में पहुंचे ट्रंप, बोले- राजनीतिक हिंसा के सामने नहीं झुकेंगे

वाशिंगटन। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने शुक्रवार (स्थानीय समय) को कहा कि वह अगले वर्ष भी व्हाइट हाउस कॉरिस्पोंडेंट्स डिनर में शामिल होंगे। राष्ट्रपति के रूप में इस वार्षिक कार्यक्रम में अपनी पहली पूर्ण उपस्थिति के दौरान उन्होंने मजाक, राजनीतिक टिप्पणियां और एकता की अपील की। उन्होंने खास तौर पर उस हफ्ते काबू कर लिया था। गोलीबारी का जिक्र किया, जिसके कारण पिछले डिनर को स्थगित करना पड़ा था। सैकड़ों पत्रकारों, प्रशासनिक अधिकारियों और अन्य मेहमानों को संबोधित करते हुए ट्रंप ने पुष्टि की है कि वह भविष्य में भी इस वार्षिक परंपरा का हिस्सा बने रहेंगे। इससे पहले अप्रैल में व्हाइट हाउस कॉरिस्पोंडेंट्स एसोसिएशन (डब्ल्यूएचसीए) के डिनर के दौरान एक हमलावर ने गोलीबारी कर दी थी। हालाँकि, कानून प्रवर्तन एजेंसियों ने उसे समय रहते काबू कर लिया था। इसके बाद इवेंट को कुछ समय के लिए टाल दिया गया। उस समय अमेरिकी राष्ट्रपति ने डिनर का आयोजन बाद में करने की बात कही थी। ट्रंप ने कहा, “हम

अगले साल फिर यहां लौटेंगे।” उनके इस बयान पर मौजूद लोगों ने तालियां बजाईं। हमले को याद करते हुए ट्रंप ने इसे लोकतंत्र पर सीधा हमला बताया और कहा कि यह समारोह इस बात का संदेश है कि राजनीतिक हिंसा न तो निर्वाचित नेताओं को डरा सकती है और न ही प्रेस को। उन्होंने कहा, “आज रात हम फिर एकजुट हुए हैं और इस जघन्य हमले का जवाब अदृट संकल्प के साथ दे रहे हैं। हम राजनीतिक हिंसा के सामने झुकने वाले नहीं हैं।”

SPORTS NEWS

Pakistan batter ruled out of West Indies and England Tests due to lower back injury

In a major blow to Pakistan Cricket, with the side all set to take on the West Indies in a two-game Test series, the side's star batter Abdullah Fazal has been ruled out of the upcoming Test series due to a lower back injury. According to a statement by the PCB (Pakistan Cricket Board), Fazal sustained the injury during a training session. He sustained the injury while training at the Brian Lara Cricket Academy in Tarouba. Furthermore, no replacement has been announced as of yet. It is interesting to note that at 23 years old, Fazal has emerged as one of the biggest prospects for Pakistan cricket. He was the highest run-getter for Pakistan in his debut Test, scoring half-centuries in both innings. Furthermore, in Pakistan's recent tour against the West Indies, Abdullah Fazal amassed 50 and 48 runs across the two innings, putting in another good showing. The PCB's statement did not mention the exact cause of Fazal's injury.

Kris Srikkanth backs the inclusion of veteran all rounder in India's ODI squad



The ODI World Cup 2027 is looming on the horizon, and there is no doubt that the Indian team is being regarded as one of the biggest favourites for the title in the upcoming tournament next year. There are several big names who are set to play in the tournament, with discussions going around the inclusion of many. Ahead of the competition, there have been major discussions around the inclusion of veteran all-rounder Ravindra Jadeja. One of the best players for the Indian team over the years, Jadeja has not found himself in the scheme of things for India in recent months. Speaking on the same, former India cricketer Kris Srikkanth took centre stage and talked about how Jadeja should be included in India's ODI squad and should go to play in the ODI World Cup as well. Furthermore, Srikkanth talked about how at least three spinners should be present in India's ODI squad, and that composition should be used in the ODI World Cup as well. The side, led by Shreyas Iyer, registered a win in the first T20I of the series, and they would hope to put in another good showing as they take on Zimbabwe in the second T20I in Harare on July 25th.

Former Indian cricketer lays out difference between playing in the IPL and on foreign soil



The Indian team is all set to take on Zimbabwe in the second T20I of the ongoing three-game series. The two sides are slated to meet at the Harare Sports Club on July 25th for the clash. It is worth noting that the Indian team won the first T20I of the series and will look to clinch the three-game affair in the upcoming clash itself. It is worth noting that India came into the series on the back of consecutive T20I series losses against England and Ireland. The side registered its first win under Shreyas Iyer's leadership as they took on Zimbabwe in the first T20I. Speaking after the game, former India cricketer Ravichandran Ashwin took centre stage and talked about the difference between the players competing in the IPL and how different an atmosphere is presented when they play in foreign conditions. "This comes with the territory if you are representing India, and people will criticise if you lose. If you win, it is about to happen. There is a stark difference in the exposure of players in the IPL and Zimbabwe players. But it is not so easy against Zimbabwe because the conditions there are different. There was a lot of help for bowlers at the start. If India had batted first, the Zimbabwe bowlers would have given us a little bit of a tough fight," Ashwin said in a video on his YouTube channel. "Many times a player gets a lot of confidence at a particular venue, and that was seen," Ashwin said.

India equalled own world record with another stunning show against Zimbabwe in second T20I



India equalled the world record for the most 200-plus totals in a calendar year after posting 219/5 against Zimbabwe in the second T20I in Harare. The total was India's ninth score of 200 or more in T20Is in 2026, matching the benchmark they established in 2024. No other Full Member nation has recorded more than 200+ totals in a single calendar year, which highlights India's sustained batting dominance. India also registered seven 200-plus totals in 2023, giving them three entries among the five highest yearly tallies in T20I history. Notably, the innings recovered impressively after an early setback. Zimbabwe removed Abhishek Sharma and Vaibhav Sooryavanshi inside the powerplay, leaving India under pressure despite Sooryavanshi's brisk 20 from nine deliveries. Ishan Kishan and captain Shreyas Iyer repaired the innings with a 66-run stand before Kishan combined with Tilak Varma in a decisive 94-run partnership that shifted complete control towards the visitors. Kishan top-scored with 81, reaching his half-century in 31 balls before accelerating through the closing stages. Tilak remained unbeaten on 60 from just 29 deliveries, bringing up his fifty in only 23 balls as India collected 61 runs in the final five overs. India defeated Zimbabwe by 90 runs in the second T20I. After dominating the show with the bat, the bowlers once again produced a stunning show, with Prince Yadav and debutant Yash Thakur handing the visitors a perfect start. Zimbabwe lost three wickets in the powerplay and following which, the dismissals came at regular intervals. Prince, in the meantime, had to leave the field following a hamstring injury, which resulted in captain Shreyas trying part-time options such as Tilak and Abhishek. Interestingly, both did a commendable job. Tilak picked up the prized wicket of Ryan Burl, while Abhishek ended with a three-wicket haul, securing India's win. It was also Shreyas' first series win as India captain following consecutive defeats to Ireland and England. He needs to build on this and establish himself as a dependable captain. India continued their remarkable dominance in T20 cricket by equalling the world record for the most 200-plus totals in a calendar year, posting 219/5 against Zimbabwe in the second T20I in Harare before sealing a comprehensive 90-run victory.

Sahal Abdul Samad strikes as Mohun Bagan beat East Bengal in Durand Cup opener



Mohun Bagan began their Durand Cup campaign with a hard-fought 1-0 victory over arch-rival East Bengal at the Salt Lake Stadium. Sahal Abdul Samad struck the decisive goal early in the second half at the Kolkata derby on Saturday. The midfielder's 52nd-minute finish from close range proved enough to separate the two sides in a fiercely contested Group B opener, handing new head coach Panagiotis Dilmperis a winning start. Notably, the breakthrough came after Mohun Bagan's aggressive high press forced a costly error from the East Bengal defence. Kiyan Nassiri won possession near the penalty area before driving to the byline and squaring the ball across the six-yard box. Manvir Singh's attempted backheel missed the delivery, but the loose ball fell kindly for Sahal, who calmly slotted into an unguarded net to give the Mariners the lead. Substitute Chungnunga tested Vishal Kaith from a tight angle before Rashid failed to convert the rebound from close range. Moments later, Ramirez's glancing effort from a dangerous cross struck the outside of the post, coming within inches of an equaliser.

Vini Jr's Brazil coming to India for a friendly match? Everything you need to know

Brazil are set to return to international action with a three-match programme during the first FIFA international window following the 2026 FIFA World Cup. One of those fixtures could take place in India if ongoing discussions are successfully concluded. The Brazilian Football Confederation (CBF) has completed their schedule for the upcoming international break, with



two confirmed friendlies against Australia on September 25 in Townsville and September 29 in Brisbane. The governing body is also working towards staging a third friendly in Kolkata at the beginning of October, although the identity of the opposition has not yet been decided. According to ESPN Brazil, negotiations over the proposed fixture in India remain at an advanced stage.

Ishan Kishan, Tilak Varma dominate Zimbabwe in second T20I; India seal series in Harare



Despite many of the first-team members being rested, India had no difficulty in dealing with Zimbabwe, who arrived for the three-match series with an ODI and a one-off Test win against Bangladesh. In the second T20I in particular, the Chevrons were once again outplayed in both the batting and bowling departments, as the Shreyas Iyer-led side registered a 90-run win at the Harare Sports Club. It also marked Iyer's maiden series win as captain in international cricket. Batting first, Abhishek Sharma once again suffered as the southpaw departed for eight runs. After his dismissal, Vaibhav Sooryavanshi took over the business, hitting a couple of boundaries, but the 15-year-old once again struggled to keep up with the momentum. The opener went back, scoring 20 as the pressure fell on the middle order. Ishan Kishan took responsibility and bailed the team out of any sort of trouble. The keeper-batter made 81 runs off 44 balls. Initially, he built an important 66-run partnership with Shreyas, who made 25 runs. Later, Tilak Varma completely changed the course of the game, batting at a strike rate of over 200. Eventually, he made 60 runs off 20 balls as India posted 219 runs on the board in the first innings. It was once again a comfortable night for the bowlers. Yash Thakur sent Brian Bennett for 32 runs to register his maiden international wicket. The Zimbabwe opener was looking in solid touch and after his dismissal, wickets fell like a house of cards. Prince Yadav picked up two wickets before he was forced to walk off with a hamstring injury. Ravi Bishnoi and Abhishek Sharma dominated the middle overs, as the latter picked up three wickets. Tilak Varma also bowled an over and picked up the prized wicket of Ryan Burl.

Where to watch Pakistan vs West Indies 1st Test live on TV and stream online in India?



West Indies host Pakistan for a two-match Test series, starting Saturday, July 25 in Tarouba, Trinidad. Babar Azam, who returned to captaincy, will seek Pakistan's first win in the World Test Championship cycle, but most importantly, prove his credentials in the longest format of the game with his bat and also leadership credibility. Notably, Shan Masood was removed as captain after a disappointing run that included a Bangladesh whitewash. However, Pakistan have retained an experienced core featuring Mohammad Rizwan, Imam-ul-Haq, Mohammad Abbas and Saud Shakeel, whose availability depended on fitness clearance, as they look to stabilise their red-ball fortunes ahead of a tougher tour of England later this summer. West Indies, meanwhile, will be led by Roston Chase and have refreshed their squad after a difficult period in Test cricket. Left-arm spinner Joshua Bishop has earned his maiden Test call-up following consistent domestic performances, while opener Kirk McKenzie returns in place of the injured John Campbell. The hosts will, however, be without fast bowler Alzarri Joseph, who is unavailable for personal reasons, leaving a gap in their pace attack. The live streaming for the West Indies vs Pakistan 1st Test match will be available on Fancode.

India vs Zimbabwe 2nd T20I Pitch Report, how will surface in Harare play?

The stage is set for the 2nd T20I of the ongoing series between India and Zimbabwe. The two sides are slated to meet at the Harare Sports Club on July 25, and both teams will look to put in their best performance in the upcoming clash. It is interesting to note that the Men in Blue won the first game of the series, and they will hope for another good showing and will be aiming to clinch the series as well. Many eyes will be set upon 15-year-old Vaibhav Sooryavanshi; the youngster was brilliant for India in the first T20I of the series, and a similar performance will be expected from him in the second game as well. Mayank Yadav won the Player of the Match award for his performance, taking two wickets and conceding 18 runs in the four overs that he bowled in the clash.

औषधीय गुणों की खान है वन तुलसी, इन बीमारियों से छुटकारा दिलाने में है सहायक, जानें फायदे

तुलसी का नाम सुनते ही अक्सर हमारे दिमाग में श्याम या राम तुलसी की तस्वीर उभरती है, जो लगभग हर भारतीय घर के आंगन में पूजी जाती है। लेकिन आयुर्वेद में तुलसी की एक और खास प्रजाति का उल्लेख मिलता है, जिसे ‘वन तुलसी’ कहा जाता है। जंगलों और प्राकृतिक वातावरण में अपने-आप उगने वाली यह तुलसी सामान्य तुलसी से ज्यादा औषधीय गुणों से भरपूर होती है। इसे स्वास्थ्य के लिए किसी वरदान से कम नहीं माना जाता। आइए जानते हैं कि वन तुलसी किन-किन स्वास्थ्य समस्याओं और बीमारियों से छुटकारा दिलाने में कारगर है। वन तुलसी में एंटी-बैक्टीरियल



और एंटी-इन्फ्लेमेटरी गुण प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं। यह सर्दी, खांसी, कफ और ब्रोंकाइटिस जैसी समस्याओं में अचूक दवा का काम करती है। इसकी पत्तियों का काढ़ा

बनाकर पीने से जकड़न दूर होती है और बंद गले को आराम मिलता है। अगर आप गैस, अपच या पेट दर्द की समस्या से परेशान रहते हैं, तो वन तुलसी आपके काम आ सकती है।

इसकी पत्तियों का सेवन करने से पाचन क्रिया में सुधार होता है और पेट के हानिकारक बैक्टीरिया खत्म होते हैं। वन तुलसी एंटी-diseas) कहते हैं, जो शरीर में कॉलेस्ट्रॉल बढ़ने से होती है।

ऑक्सीडेंट्स और एंटी-फंगल गुणों से भरपूर होती है। इसका लेप चेहरे पर लगाने से कील-मुहासे, दाद-खाज और खुजली की समस्या दूर होती है। इसके पानी से सिर धोने से डैंड्रफ की छुट्टी हो जाती है। भागदौड़ भरी जिंदगी में वन तुलसी का सेवन प्राकृतिक ‘एडाप्टोजेन’ की तरह काम करता है। इसकी तीव्र और सुगंधित खुशबू तंत्रिका तंत्र को शांत करती है, जिससे तनाव, चिंता और सिरदर्द में तुरंत राहत मिलती है। बदलते मौसम में होने वाले बुखार और

संक्रमण से बचने के लिए वन तुलसी की पत्तियों की चाय पीना बेहद फायदेमंद है।



हर साल 25 जुलाई को विश्व आईवीएफ दिवस (World IVF Day) मनाया जाता है। IVF उन लोगों के लिए किसी वरदान से कम नहीं है, जो नेचुरली माता-पिता नहीं बन पा रहे हैं। साल 1978 में दुनिया की पहली आईवीएफ यानि इन-विट्रो फर्टिलाइजेशन

प्रसूति एवं स्त्री रोग विभाग, एलांटिस हेल्थकेयर, नई दिल्ली) ने बताया कि आज के दौर में जब महिलाओं में तेजी से बढ़ रही है। इसके पीछे बदलती लाइफस्टाइल, बढ़ती उम्र में शादी, तनाव, मोटापा, हार्मोनल असंतुलन, पॉलीसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (PCOS), एंडोमेट्रियोसिस और पुरुषों में शुक्राणुओं की गुणवत्ता में गिरावट जैसे कई कारण जिम्मेदार हैं।

आईवीएफ एक ऐसी उन्नत तकनीक है, जिसमें महिला के अंडाणु और पुरुष के शुक्राणु को प्रयोगशाला में फर्टिलाइज्ड किया जाता है। इसके बाद बने

एक्सपर्ट से मिलें। गर्भ में डाला जाता है। जिससे नॉर्मल प्रेगनेंसी हो सके। बिल्कुल ये जानना जरूरी है क्योंकि आईवीएफ में भी उम्र का महत्वपूर्ण रोल है। आईवीएफ की सफलता केवल तकनीक पर निर्भर नहीं करती, बल्कि महिला की उम्र सबसे महत्वपूर्ण कारकों में से एक है। 35 साल की उम्र के बाद अंडाणुओं की संख्या और क्वालिटी दोनों में कमी आने लगती है, जिससे प्रेगनेंसी की संभावना धीरे-धीरे घटती जाती है। अगर आप 1 साल से नेचुरली ट्राई कर रहे हैं और गर्भधारण नहीं कर पा रहे हैं तो बिना देर किए फर्टिलिटी

सिर्फ 10 मिनट की Walk भी दिला सकती है एंजायटी से छुटकारा, जानें वॉकिंग का Mental Health से क्या है कनेक्शन?



टहलना या यूं कहें वॉक करना हमारी सेहत के लिए फायदेमंद है इससे तो हम सभी भली भांति वाकिफ हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं वॉक करने से आपका मानसिक स्वास्थ्य भी दुरुस्त होता है। आजकल की भागति दौड़ती जिन्दगी में लोग एंजायटी का बहुत ज्यादा शिकार हो रहे हैं। ऐसे में इस समस्या से छुटकारा पाने के लिए सिर्फ 10 मिनट की वॉक ही काफी है। चलिए जानते हैं एंजायटी में वॉक करने से क्या फायदे मिलते हैं? कई अध्ययन हुए हैं जिससे यह पता चलता है कि अगर आप सिर्फ दस मिनट भी तेजी से चलते हैं तो इससे हैप्पी हार्मोन रिलीज होते हैं जिससे मूड पॉजिटिव होता है। ऐसे में नियमित तौर पर यह शारीरिक गतिविधि करने से तनाव और अवसाद धीरे धीरे कम होता है। वॉकिंग जैसी एक्सरसाइज करने से मसल्सल और दिमाग में ब्लड सर्कुलेशन तेजी से बढ़ता है, जिससे हम दिनभर ऊर्जावान महसूस करते हैं। जरूरी नहीं है कि वॉक करने के लिए आप घर के बाहर ही जाएं। आप घर की सीढ़ियों से चढ़ें और उतरें। इस दौरान आप की छत पर भी वॉक कर सकते हैं। हालांकि घर के बाहर वॉक करने से आपको

खुली हवा मिलेगी जो आपके दिमाग को शांत करने का काम करती है। खुली हवा में वॉक करने से मेंटल ट्रामा और स्ट्रेस से ब्रेक मिलता है। वॉक करने का कोई निश्चित समय नहीं है जब भी आपको मौका मिले आप टहल आयें। स्ट्रेस कम होता है: एंजायटी में वॉक करने से धीरे धीरे आपका स्ट्रेस कम होता है। वॉक करने से ये आपके दिमाग को शांत मिलती है जिससे अवसाद कम होता है। ओवरथिंकिंग होती है कम: एंजायटी में लोग ओवरथिंक बहुत ज्यादा करते हैं। वॉक करने से ओवरथिंकिंग कम होती है। जब भी आपको लगे आप बहुत ज्यादा सोच रहे हैं तो आप उस समय तुरंत वॉक पर निकल जाएं। नींद आती है अच्छी: एंजायटी में लोगों की नींद बहुत ज्यादा डिस्टर्ब होती है। ऐसे में वॉक करने से आपका शरीर थका रहता है और आपको एक बेहतर नींद आती है। विशेषज्ञों के अनुसार, नियमित रूप से पैदल चलना मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाए रखने का एक सरल और प्रभावी तरीका हो सकता है। एंजायटी से जूझ रहे लोगों के लिए नियमित दिनचर्या बनाना भी महत्वपूर्ण माना जाता है।

बरसात के मौसम में हल्का भोजन करना फायदेमंद, तला-भुना, मसालेदार खाने से बचें

आयुर्वेद में ऋतु का विशेष महत्व बताया गया है। छह ऋतुओं के दौरान शरीर में वात, पित्त और कफ दोष, पाचन अग्नि तथा शारीरिक बल में परिवर्तन होते हैं। इसलिए स्वस्थ रहने के लिए मौसम के अनुसार आहार में बदलाव करने की सलाह दी जाती है। आयुष मंत्रालय के अनुसार, वर्षा ऋतु में पाचन अग्नि स्वाभाविक रूप से कमजोर हो जाती है। इससे भोजन का पाचन धीमा पड़ सकता है और पाचन संबंधी समस्याएं बढ़ सकती हैं। ऐसे में ताजा, हल्का और गर्म भोजन करना सबसे उपयुक्त माना जाता है। बरसात के मौसम में अधिक आर्द्रता, ठंडी हवाओं और बादलों के कारण पाचन शक्ति प्रभावित होती है। गर्मी के मौसम में शरीर में इकठ्ठा हुआ पित्त भी इस दौरान असंतुलित हो सकता है। ऐसे में तला-भुना, तैलीय और अधिक मसालेदार भोजन पचाने में

कठिनाई होती है, जिससे अपच, गैस, पेट फूलना (ब्लोटिंग), एसिडिटी, पेट दर्द और जलन जैसी समस्याएं हो सकती हैं। इसके विपरीत, हल्का भोजन आसानी से पच जाता है और पेट पर अतिरिक्त बोझ नहीं डालता। हल्का भोजन शरीर को आवश्यक पोषण देने के साथ-साथ सुस्ती और भारीपन से भी बचाता है। मौसम में बदलाव के दौरान या रात के समय हल्का भोजन करने से नींद बेहतर आती है और भोजन करने से नींद बेहतर आती है और भोजन करने से नींद बेहतर आती है। आधुनिक विज्ञान के अनुसार भी कमजोर पाचन की स्थिति में हल्का भोजन मेटाबॉलिज्म के लिए भी बेहतर होता है। विशेषज्ञों के अनुसार, भोजन हमेशा ताजा, गर्म और कम मात्रा में करना चाहिए। जरूरत से अधिक भोजन करने से पाचन संबंधी परेशानियां बढ़ सकती हैं।

चिकन की जगह खाने की इन चीजों में भी होता है अच्छा खासा प्रोटीन

हेल्थ एक्सपर्ट्स अक्सर डाइट में प्रोटीन रिच फूड आइटम्स को शामिल करने की सलाह देते हैं। कई लोगों का ऐसा मानना है कि नॉन वेज फूड आइटम्स में ही प्रोटीन की अच्छी खासी मात्रा पाई जाती है। अगर आपको भी यही लगता है तो खाने की इन शाकाहारी चीजों के बारे में जानकर आपकी गलतफहमी भी दूर हो जाएगी। प्रोटीन न केवल आपकी बॉडी की डेवलपमेंट के लिए जरूरी है बल्कि प्रोटीन की मदद से आपकी मसल्स और बोनस को भी मजबूती मिल सकती है। आइए चिकन, अंडा और मछली के अलावा कुछ ऐसे वैजिटेरियन ऑप्शन्स के बारे में जानते हैं जिनका सेवन कर आप

अपनी बॉडी में प्रोटीन की कमी को दूर कर सकते हैं। दाल- दालों में प्रोटीन की अच्छी खासी मात्रा पाई जाती है। अगर आप चाहें तो दाल की जगह प्रोटीन रिच चने को भी अपनी डाइट में शामिल कर सकते हैं। बेहतर परिणाम हासिल करने के लिए दाल को कुक कर और चने को भिंगोकर खाया जा सकता है। टोफू- टोफू प्रोटीन के लिए एक बेहतरीन शाकाहारी ऑप्शन साबित हो सकता है। आपको बता दें कि टोफू को सैंडविच या फिर खाने की अलग-अलग चीजों में डालकर खाया जाता है।

भुना हुआ या कच्चा, जानें कौन सा मखाना सेहत के लिए है ज्यादा फायदेमंद?

हेल्दी स्नैक्स का नाम आते ही मखाना याद आता है। सेहत के लिए मखाने बहुत फायदेमंद माना जाता है। लोग मखाने को अलग-अलग तरीके से खाते हैं। कुछ लोग कच्चा मखाना खाते हैं तो कुछ घी में भूनकर खाते हैं। कई बार लोग इसकी खीर, मिठाई या चाट बनाकर भी खाते हैं। स्नैक्स के लिए मखाना अच्छा ऑप्शन है। मखाना खाने से कोलेस्ट्रॉल कम होता है। मखाना कैल्शियम से भरपूर होता है जो हड्डियों को मजबूत बनाने का काम करता है। हालांकि कुछ लोग मखाने को लेकर कंप्यूज रहते हैं कि कच्चा खाएं या फिर इसे रोस्ट करके खाना चाहिए। आइये जानते हैं। हेल्थ एक्सपर्ट्स की मानें मुताबिक कच्चे और भुने हुए मखाने दोनों ही सेहत के लिए फायदेमंद माने जाते हैं। मखाना हेल्दी स्नैक्स के रूप में आप डाइट में शामिल कर सकते हैं। अगर आप मखाने

को भूनकर खाते हैं तो ये लो कैलोरी और पोषक तत्वों से भरपूर स्नैक्स बन जाता है। वहीं कच्चे मखाने से इसका स्वाद काफी ज्यादा बढ़ जाता है। भुना मखाना खाने से शरीर को सभी जरूरी पोषक तत्व मिल जाते हैं और ये हेल्दी होता है। ड्राई या फिर कच्चा मखाना भी सेहत के लिए उतना ही फायदेमंद होता है। इसे आप किसी चीज में डालकर खाते हैं तो ठीक है नहीं तो ये कई बार दांतों में चिपकने लगता है। कुछ लोगों को कच्चे मखाने का स्वाद पसंद नहीं होता। उनके लिए भुना मखाना अच्छा विकल्प है। दोनों ही रूप में मखाना लो कैलोरी होता है। अगर आप इसे घी में भूनते हैं तो कैलोरी बढ़ जाती है। इसलिए वजन घटाने के लिए मखाना खाने से आपकी त्वचा हेल्दी रहती है और एंजिंग देरी से आती है।

शरीर को बनाना है ताकतवर? डाइट में शामिल करें ये ड्राई फ्रूट

खराब लाइफस्टाइल और अनहेल्दी डाइट प्लान की वजह से कई लोगों को अक्सर कमजोरी का सामना करना पड़ता है। अगर आपको भी हर समय ताकत की कमी महसूस होती है तो आपको एक ड्राई फ्रूट को अपनी डेली डाइट में जरूर शामिल करना चाहिए। इस ड्राई फ्रूट का नाम टाइगर नट है। अगर आप हर रोज टाइगर नट का सेवन करते हैं तो आपकी ओवरऑल हेल्थ को काफी हद तक इम्यूव किया जा सकता है। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि टाइगर नट को रेगुलरली खाने से न केवल आपकी स्ट्रेंथ बढ़ेगी बल्कि आप पूरे दिन एनर्जेटिक भी फील करेंगे। टाइगर नट में

पाए जाने वाले तमाम पोषक तत्व आपकी बॉडी को अंदर से मजबूत बनाने में मददगार साबित हो सकते हैं। टाइगर नट में प्रोटीन, फाइबर, विटामिन सी, हेल्दी फैट और विटामिन बी-6 की अच्छी खासी मात्रा पाई जाती है। इसके अलावा इस ड्राई फ्रूट में जिंक, फॉस्फोरस, मैग्नीशियम, सोडियम, कैल्शियम, पोटेशियम और आयरन भी पाया जाता है। टाइगर नट का सेवन करने से आपकी हड्डियों को भी मजबूती मिलती है यानी आपको जॉइंट पेन की समस्या से छुटकारा मिल सकता है। फाइबर रिच ये ड्राई फ्रूट आपके ब्लड शुगर लेवल को कम करने में भी कारगर साबित हो सकता है।

सावधान! किडनी में पथरी का खतरा बढ़ा सकती हैं खाने की ये चीजे



किडनी में स्टोन पैदा होने का एक कारण आपका खानपान भी हो सकता है। अगर आप भी अपनी किडनी की हेल्थ को मजबूत बनाए रखना चाहते हैं तो आपको अपने डाइट प्लान पर खास ध्यान देने की जरूरत है। आइए ऐसी चार चीजों के बारे में जानते हैं जो आपकी किडनी की हेल्थ को डैमेज कर सकती हैं।

मीट- आपकी जानकारी के लिए बता दें कि रेगुलरली मीट का सेवन करने से किडनी में स्टोन पैदा होने की संभावना काफी हद तक बढ़ सकती है। आपको किसी भी तरह के मीट को लिमिटेड में रहकर ही कंज्यूम करना चाहिए।

अपनी किडनी की हेल्थ को मजबूत बनाए रखने के लिए आपको अपनी डाइट में लंच मीट, कुकड मीट, कटा हुआ मीट और टंडा मीट शामिल करने से बचना चाहिए। टमाटर- अगर आप टमाटर का ज्यादा सेवन करते हैं तो आपको सावधानी बरतने की जरूरत है। टमाटर में पाए जाने वाला ऑक्सालेट अगर ज्यादा मात्रा में शरीर के अंदर जाएगा तो किडनी में स्टोन पैदा होने की संभावना बढ़ जाएगी। ध्यान रहे कि आपको टमाटर खाना पूरी तरह से बंद नहीं करना है यानी आपको इसका सेवन लिमिटेड में रहकर करना है। कोल्ड ड्रिंक्स- कोल्ड ड्रिंक्स पीने से आपकी ओवरऑल हेल्थ पर बुरा असर पड़ सकता है।

बाहरी दुनिया के शोर से पाएं मुक्ति, अपनाएं कर्णपीड़ासन और बढ़ाएं मानसिक एकाग्रता

आज की भागदौड़ भरी और तनावपूर्ण जीवनशैली में शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक शांति बनाए रखना भी एक बड़ी चुनौती बन गया है। ऐसे में कर्णपीड़ासन को एक महत्वपूर्ण योगासन माना जाता है। यह शरीर के लचीलेपन को बढ़ाने में सहायक माना जाता है और नियमित अभ्यास से तंत्रिका तंत्र को शांत रखने तथा मानसिक एकाग्रता बढ़ाने में मदद मिल सकती है। संस्कृत में यह शब्द तीन भागों से मिलकर बना है- ‘कर्ण’, जिसका अर्थ कान है; ‘पीड़ा’, यानी दबाव या खिंचाव; और ‘आसन’, अर्थात मुद्रा। इस योग मुद्रा में घुटनों द्वारा कानों पर हल्का दबाव डाला जाता है। योग परंपरा के अनुसार, यह आसन

बाहरी व्यवधानों से ध्यान हटाकर व्यक्ति को अपने भीतर की चेतना और एकाग्रता पर केंद्रित करने में सहायक माना जाता है। आयुर्वेद और योग परंपरा में कर्णपीड़ासन को हलासन का एक उन्नत रूप बताया गया है। नियमित अभ्यास से यह रीढ़ की हड्डी के लचीलेपन, पाचन क्रिया और मानसिक शांति में सहायक माना जाता है। यह आसन सामान्यतः हलासन और सर्वांगासन के बाद किया जाता है। इसमें पेट और कमर की मांसपेशियां शरीर के संतुलन को बनाए रखने में सक्रिय रहती हैं। इसे करने के लिए सबसे पहले पीठ के बल सीधे लेट जाएं और हथेलियों को जमीन की ओर रखें। फिर सांस लेते हुए पैरों को ऊपर उठाएं और उन्हें सिर

के पीछे ले जाकर हलासन की मुद्रा बनाएं। इसके बाद धीरे-धीरे घुटनों को मोड़ते हुए कानों के दोनों ओर जमीन पर टिकाने का प्रयास करें। हाथों को पीठ के सहारे रखें या जमीन पर सीधा रखें। सामान्य गति से सांस लेते हुए 30 से 60 सेकंड तक इस स्थिति में रहें। नियमित अभ्यास से यह आसन तनाव कम करने तथा मानसिक एकाग्रता और स्थिरता बढ़ाने में सहायक माना जाता है। हालांकि, गर्दन या रीढ़ की गंभीर चोट, हर्निया, अनियंत्रित उच्च रक्तचाप, ग्लूकोमा अथवा अन्य गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं से पीड़ित लोगों को यह आसन केवल योग प्रशिक्षक या चिकित्सक की सलाह पर ही करना चाहिए। योग विशेषज्ञों के अनुसार,

कर्णपीड़ासन का अभ्यास धीरे-धीरे और सही तकनीक के साथ करना चाहिए। चूंकि यह एक उन्नत योगासन माना जाता है, इसलिए शुरुआती अभ्यास करने वाले लोगों को पहले सर्वांगासन और हलासन में संतुलन एवं लचीलापन विकसित करना चाहिए। बिना पर्याप्त तैयारी के इस आसन का प्रयास करने से गर्दन, कंधों या पीठ पर अनावश्यक दबाव पड़ सकता है। नियमित अभ्यास से कर्णपीड़ासन रीढ़ की हड्डी और हैमस्ट्रिंग की मांसपेशियों में लचीलापन बढ़ाने में सहायक माना जाता है। इसके अलावा यह पीठ, कंधों और गर्दन की मांसपेशियों को सक्रिय करता है तथा शरीर के संतुलन और लचक में सुधार लाने में मदद कर सकता है।



धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे के बाद प्रल्हाद जोशी को शिक्षा मंत्रालय का अतिरिक्त प्रभार सौंपा गया

नई दिल्ली। धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे के बाद केंद्रीय मंत्री प्रल्हाद जोशी को शनिवार को शिक्षा मंत्रालय का अतिरिक्त प्रभार सौंपा गया। यह घटनाक्रम परीक्षा प्रश्नपत्र लीक के विरोध प्रदर्शनों के बीच हुआ है। राष्ट्रपति कार्यालय ने शनिवार को जारी एक आधिकारिक विज्ञप्ति के माध्यम से इस नियुक्ति की पुष्टि की। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की सलाह पर राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने धर्मेन्द्र प्रधान का केंद्रीय मंत्रिपरिषद से इस्तीफा तत्काल प्रभाव से स्वीकार कर लिया है। यह स्वीकृति संविधान के अनुच्छेद 75(2) के तहत की गई है। इसी बीच, राष्ट्रपति ने केंद्रीय मंत्रिमंडल मंत्री प्रल्हाद जोशी को शिक्षा मंत्रालय की अतिरिक्त जिम्मेदारी सौंपी है, जबकि वे खाद्य एवं उपभोक्ता मामलों के केंद्रीय मंत्री के रूप में अपना मौजूदा कार्यभार भी संभालते रहेंगे। देश के कई हिस्सों में जोर पकड़ने वाले इन विरोध प्रदर्शनों ने मंत्रालय को गहन जन और राजनीतिक जांच के दायरे में ला दिया था। शनिवार को आयोजित एक संयुक्त प्रेस

कॉन्फ्रेंस में केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री जेपी नड्डा और कॉकरोच जनता पार्टी के नेता सौरभ दास ने छात्रों से विरोध प्रदर्शन समाप्त करने और घर लौटने का आग्रह किया। वरिष्ठ मंत्रिमंडल मंत्री प्रल्हाद जोशी अब खाद्य एवं उपभोक्ता मामलों के मंत्रालय की जिम्मेदारियों के अलावा केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय का भी कार्यभार संभालेंगे। अधिकारियों ने कहा कि दोहरी प्रभार व्यवस्था का उद्देश्य शिक्षा मंत्रालय के कामकाज में बिना किसी बाधा के निरंतरता सुनिश्चित करना है। राष्ट्रपति के विज्ञप्ति में स्पष्ट किया गया है कि यह परिवर्तन तत्काल प्रभाव से लागू होगा, जिससे नई व्यवस्था बिना किसी देरी के प्रभावी हो सकेगी। प्रधानमंत्री की सलाह पर इस्तीफा स्वीकार करके और साथ ही अतिरिक्त प्रभार सौंपकर राष्ट्रपति मुर्मू ने प्रधान के पद छोड़ने और प्रल्हाद जोशी के नेतृत्व में अंतरिम व्यवस्था को औपचारिक रूप दे दिया है। शिक्षा मंत्रालय के किसी भी



दीर्घकालिक पुनर्गठन के संबंध में आगे की जानकारी उचित समय पर घोषित किए जाने की उम्मीद है। प्रल्हाद जोशी के अतिरिक्त प्रभार संभालने के साथ ही मंत्रालय की प्राथमिकता परीक्षा प्रणाली से जुड़े लंबित मामलों की समीक्षा, चल रही प्रशासनिक प्रक्रियाओं को गति देना और विभिन्न शैक्षणिक संस्थानों के साथ समन्वय बनाए रखना होगा। अधिकारियों के अनुसार, मंत्रालय की नियमित गतिविधियों, प्रवेश प्रक्रियाओं, शैक्षणिक योजनाओं और नीतिगत कार्यों को पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार जारी रखने के निर्देश दिए गए हैं।

इस बीच, प्रतियोगी परीक्षाओं में कथित अनियमितताओं और पेपर लीक के मुद्दे को लेकर राजनीतिक बयानबाजी भी तेज हो गई है। विपक्षी दल सरकार से शिक्षा व्यवस्था में व्यापक सुधार, जवाबदेही तय करने और परीक्षा प्रणाली को अधिक पारदर्शी बनाने की मांग कर रहे हैं। वहीं, सरकार का कहना है कि संबंधित मामलों की जांच जारी है और दोषियों के खिलाफ कानून के अनुसार कार्रवाई की जाएगी। शिक्षा क्षेत्र से जुड़े विशेषज्ञों का मानना ​​है कि मंत्रालय के सामने सबसे बड़ी चुनौती छात्रों और अभिभावकों का विश्वास दोबारा मजबूत करना होगा।

धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे के बाद आप का कैंडल मार्च; छात्रों के संघर्ष को बताया लोकतंत्र की बड़ी जीत: विजयपाल सिंह

चंडीगढ़। जंतर-मंतर पर छात्रों के प्रदर्शन के दौरान हुए लाठीचार्ज के विरोध और छात्रों के संघर्ष के समर्थन में आम आदमी पार्टी, चंडीगढ़ द्वारा शनिवार को सेक्टर-47 में कैंडल मार्च निकाला गया। केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे के बाद आयोजित इस मार्च में आप नेताओं और कार्यकर्ताओं ने छात्रों के साथ एकजुटता व्यक्त करते हुए केंद्र सरकार के रवैये पर तीखा हमला बोला। कैंडल मार्च की

अध्यक्षता काउंसलर जसबीर सिंह लाडी ने की। इस अवसर पर आम आदमी पार्टी चंडीगढ़ के प्रधान विजयपाल सिंह, गुरप्रीत कौर जी, ललित मोहन जी, मेधा जी और तुषार जी सहित पार्टी के पार्षद, वरिष्ठ नेता और बड़ी संख्या में कार्यकर्ता मौजूद रहे। इस अवसर पर जसबीर सिंह लाडी ने कहा कि छात्रों की आवाज को लाठियों के बल पर दबाने की कोशिश लोकतंत्र के लिए बेहद

शर्मनाक है। युवाओं के भविष्य से जुड़े सवालों का जवाब दमन से नहीं, बल्कि संवाद और जवाबदेही से दिया जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि कैंडल मार्च छात्रों के संघर्ष और उनके लोकतांत्रिक अधिकारों के प्रति सम्मान का प्रतीक है। विजयपाल सिंह ने कहा कि धर्मेन्द्र प्रधान का इस्तीफा छात्रों के संघर्ष और उनकी बुलंद आवाज की बड़ी जीत है।



भारी बारिश और भूस्खलन के बीच सीमा सड़क संगठन ने राजौरी, पुंछ और रियासी में संपर्क मार्ग बहाल किया

श्रीनगर। लगातार भारी बारिश और भूस्खलन के कारण जम्मू-कश्मीर के राजौरी, पुंछ और रियासी जिलों में कई प्रमुख सड़कें बंद हो गई थीं। ऐसे मुश्किल हालात में सीमा सड़क संगठन (बीआरओ) ने तेजी से कार्रवाई करते हुए प्रभावित इलाकों में सड़क संपर्क बहाल कर दिया, जिससे सुरक्षा बलों, राहत दलों, आवश्यक सेवाओं और स्थानीय लोगों की आवाजाही फिर से सामान्य हो सकी। 19 से 24 जुलाई के बीच हुई

लगातार बारिश के कारण कई स्थानों पर बड़े पैमाने पर भूस्खलन हुआ। इसके चलते कई अहम मार्ग मलबे से भर गए और लोगों का आवागमन प्रभावित हो गया। स्थिति की गंभीरता को देखते हुए सीमा सड़क संगठन ने तुरंत अपने कर्मचारियों, भारी मशीनों और अन्य संसाधनों को प्रभावित क्षेत्रों में भेजा। खराब मौसम और कठिन भौगोलिक परिस्थितियों के बावजूद सड़कों से मलबा हटाने का काम लगातार जारी रखा गया। सबसे अधिक असर राजौरी-पुंछ

राष्ट्रीय राजमार्ग पर पड़ा, जहां कई स्थानों पर भूस्खलन हुआ। संगठन की टीमों ने तुरंत मौके पर पहुंचकर सड़कों से मलबा हटाया, जिससे सुरक्षा बलों के वाहन, आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति और स्थानीय लोगों की आवाजाही दोबारा शुरू हो सकी। रियासी से महोर तथा राजौरी से बुढाल, महोर और गुल जाने वाले मार्गों पर भी कई जगह भूस्खलन हुआ। इसी तैयारी के कारण सड़कों को कम समय में फिर से चालू किया जा सका।



धर्मेन्द्र प्रधान का इस्तीफा छात्र शक्ति की ऐतिहासिक जीत, मोदी सरकार के अहंकार की करारी हार: एच.एस. लकी

युवाओं को रोजगार देने के बजाय उनके भविष्य को अनिश्चितता और भ्रष्ट व्यवस्था के हवाले कर दिया गया।



चंडीगढ़। प्रदेश कांग्रेस कमेटी द्वारा आज सेक्टर-17 प्लाजा में देशभर के छात्रों के समर्थन में प्रस्तावित तिरंगा मार्च, केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे की खबर सामने आने के बाद विजय तिरंगा मार्च में

बदल गया। इस विजय मार्च का नेतृत्व चंडीगढ़ प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष एच.एस. लकी ने किया। बड़ी संख्या में कांग्रेस नेताओं, पार्षदों, युवा कांग्रेस, एनएसयूआई के कार्यकर्ताओं, छात्रों और नागरिकों

ने हाथों में तिरंगा लेकर मार्च निकाला तथा छात्र शक्ति चिंदाबाद, तानाशाही मुर्दाबाद, पेपर लीक बंद करो, युवा विरोधी सरकार जवाब दो प्रतीक है। उन्होंने कहा कि पिछले कई दिनों से देशभर के छात्र पेपर लीक, परीक्षा प्रणाली में भ्रष्टाचार और युवाओं के भविष्य से खिलवाड़ के

खिलाफ लोकतांत्रिक आंदोलन चला रहे थे। सरकार ने उनकी आवाज को दबाने का प्रयास किया, लेकिन अंततः उसे छात्रों की ताकत के सामने झुकना पड़ा। एच.एस. लकी ने कहा कि मोदी सरकार बार-बार दावा करती रही कि उसकी सरकार में कोई इस्तीफा नहीं होता, चाहे कितनी भी बड़ी विफलता क्यों न हो। लेकिन आज देश के छात्रों ने यह मिथक तोड़ दिया। यह इस्तीफा साबित करता है कि लोकतंत्र में जनता और विशेष रूप से युवाओं की संगठित आवाज सबसे बड़ी ताकत होती है। उन्होंने कहा कि धर्मेन्द्र प्रधान का इस्तीफा अंत नहीं, बल्कि जवाबदेही की शुरुआत है। पेपर लीक केवल एक प्रशासनिक विफलता नहीं, बल्कि करोड़ों युवाओं के सपनों की हत्या है।

धर्मेन्द्र प्रधान के इस्तीफे के बाद पीएम मोदी का पहला पोस्ट, भगवान बुद्ध के आदर्शों का जिक्र किया

धर्मेन्द्र प्रधान के केंद्रीय शिक्षा मंत्री पद से इस्तीफे के बाद पीएम मोदी ने एक्स पर पहला पोस्ट सारनाथ के बारे में किया है। उन्होंने यूनेस्को (संयुक्त राष्ट्र शैक्षिक, वैज्ञानिक एवं सांस्कृतिक संगठन) के एक पोस्ट को दोबारा शेयर करते हुए लिखा कि यह भारतीय के लिए गर्व की बात है। इस पोस्ट में बताया गया था कि सारनाथ के प्राचीन बौद्ध तीर्थ स्थल को यूनेस्को ने अपनी वर्ल्ड हेरिटेज लिस्ट में शामिल किया है। पीएम मोदी ने लिखा, “हर भारतीय के लिए गर्व का पल! बहुत खुशी है कि उत्तर प्रदेश के सारनाथ को यूनेस्को की वर्ल्ड हेरिटेज लिस्ट में शामिल किया गया है। सारनाथ का भगवान बुद्ध से गहरा नाता है, जिनके ज्ञान, दया और मेलजोल का हमेशा आध्यात्मिक विरासत का जश्न मनाती है। यह दुनिया भर के और लोगों को सारनाथ आने और भगवान बुद्ध के आदर्शों से जुड़ने के लिए भी प्रेरित करेगी।” सारनाथ उत्तर प्रदेश की चौथी और देश की 45वीं यूनेस्को विश्व धरोहर है। लगभग 28 वर्षों बाद मिली यह मान्यता उत्तर प्रदेश के लिए भी विशेष महत्व रखती है।

केंद्रीय मंत्री भूपेन्द्र यादव ने रामगढ़ स्थित श्री खाटू श्याम मंदिर में विधिवत पूजा



अलवर। केंद्रीय वन एवं पर्यावरण मंत्री भूपेन्द्र यादव ने शनिवार को अलवर जिले के रामगढ़ स्थित श्री खाटू श्याम मंदिर में बाबा श्याम के दर्शन एवं पूजा अर्चना कर देश-प्रदेश में सुख, समृद्धि एवं खुशहाली की कामना की तथा ग्राम टोडली स्थित श्री उदासीन मंगल आश्रम में आयोजित श्रीमद्भगवत कथा कार्यक्रम में शिरकत कर पूज्य महंत श्री ब्रह्ममुनि महाराज का आशीर्वाद प्राप्त किया। केंद्रीय

पर्यावरण मंत्री ने कहा कि बाबा श्याम का मंदिर लाखों श्रद्धालुओं के लिए आस्था के केंद्र के रूप में उभर रहा है। उन्होंने कहा कि धार्मिक स्थल समाज में धार्मिक एवं सांस्कृतिक मूल्यों का संरक्षण करते हैं। उन्होंने आश्रम में श्रीमद्भगवत कथा पाठ का श्रवण कर कहा कि श्रीमद्भगवत कथा से प्राप्त आध्यात्मिक संदेश समाज में प्रेम, सेवा, सद्भाव और धर्म के मार्ग

पर चलने की प्रेरणा देते हैं। इस दौरान विधायक राजगढ़ सुखवंत सिंह सहित प्रबुद्ध नागरिक, जनप्रतिनिधिगण एवं बड़ी संख्या में आमजन मौजूद रहे। धार्मिक स्थलों पर मूलभूत सुविधाओं का विस्तार, स्वच्छता, बेहतर संपर्क मार्ग और श्रद्धालुओं की सुविधा से जुड़े कार्यों को प्राथमिकता दी जा रही है, ताकि देश-विदेश से आने वाले श्रद्धालुओं को बेहतर व्यवस्थाएं उपलब्ध हो सकें।

नई दिल्ली में भारी भीड़ और जाम, दिल्ली पुलिस ने जारी की एडवाइजरी, जरूरी न हो तो यात्रा से बचें



नई दिल्ली। जंतर-मंतर पर चल रहे कॉकरोच जनता पार्टी के प्रदर्शन के चलते नई दिल्ली के इलाके में भारी भीड़ और ट्रैफिक जाम की स्थिति है। दिल्ली पुलिस ने नई दिल्ली के इन इलाकों में भारी भीड़ ट्रैफिक कंजेशन को देखते हुए ट्रैफिक एडवाइजरी जारी की है। दिल्ली पुलिस ने लोगों से अपील की है कि वे फिलहाल नई दिल्ली की ओर जाने से बचें। पुलिस के मुताबिक, इलाके में असामान्य रूप से बड़ी संख्या में लोगों के जुटने के कारण यातायात व्यवस्था प्रभावित हुई है और कई मार्गों पर जाम की स्थिति बनी हुई है। दिल्ली पुलिस ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर जारी एडवाइजरी में कहा कि लोग

नई दिल्ली की ओर अनावश्यक यात्रा से बचें। अगर यात्रा करना जरूरी हो तो लोग वैकल्पिक रूट का इस्तेमाल करें, ताकि ट्रैफिक जाम के कारण होने वाली देरी से बचा जा सके। पुलिस ने लोगों से अपील की है कि वे यातायात व्यवस्था बनाए रखने में सहयोग करें और ट्रैफिक नियमों का पालन करें। साथ ही, लोगों को सलाह दी गई है कि संभव हो तो पब्लिक ट्रांसपोर्ट और मेट्रो का इस्तेमाल करें। नई दिल्ली जिले में कनॉट प्लेस, जंतर-मंतर और संसद मार्ग क्षेत्र के आसपास भी यातायात प्रभावित होने की आशंका है। दिल्ली पुलिस और ट्रैफिक पुलिस स्थिति पर लगातार नजर बनाए

हुए हैं। दिल्ली पुलिस ने लोगों से अपील की है कि वे ट्रैफिक से जुड़े रीयल-टाइम अपडेट के लिए केवल आधिकारिक स्रोतों पर भरोसा करें और सोशल मीडिया पर फैलने वाली अफवाहों से बचें। उधर, दिल्ली पुलिस जंतर-मंतर पर चल रहे प्रदर्शन से जुड़ी फर्जी और भ्रामक पोस्टों की पहचान करने के लिए सोशल मीडिया पर लगातार नजर रख रही है। मध्य जिले के डीसीपी रोहित राजबीर सिंह ने आज एक प्रेस कॉन्फ्रेंस में इसकी जानकारी दी। उन्होंने कहा कि लोगों में दहशत फैलाने और उन्हें गुमराह करने के उद्देश्य से सोशल मीडिया पर कई झूठे दावे और भ्रामक बातें प्रसारित की जा रही हैं।

‘26 दिनों का उपवास पवित्र और सर्वोच्च बलिदान, हमेशा आपके आभारी रहेंगे’



कॉकरोच जनता पार्टी का विरोध प्रदर्शन खत्म होने के बाद अभिजीत दीपके ने सोनम वांगचुक के प्रति आभार जताया है। उन्होंने सोनम वांगचुक की भूख हड़ताल की चार फोटो शेयर कीं। इसके साथ ही सोनम वांगचुक का आभार जताया और कहा कि उनके योगदान के लिए वह जो धन्यवाद देना चाहते हैं, उसे शब्दों में बयां नहीं किया जा सकता। अभिजीत दीपके ने सोनम वांगचुक की भूख हड़ताल की फोटो शेयर करते हुए लिखा, “सोनम वांगचुक के गांधीवादी सत्याग्रह ने पूरे देश को जगा दिया। इस देश के युवाओं के लिए 26 दिनों का उपवास एक पवित्र और सर्वोच्च बलिदान था। यह इतिहास में उस नैतिक शक्ति के रूप में दर्ज होगा जिसने हम सभी को असंभव मुश्किलों के खिलाफ

एकजुट किया। आपके योगदान के लिए हम शब्दों में अपना धन्यवाद पूरी तरह से नहीं बता सकते। हम आपसे प्यार करते हैं और आपके सत्याग्रह के लिए हमेशा आभारी रहेंगे।” एक्टिविस्ट सोनम वांगचुक ने खुशी जाहिर करते हुए कहा, “मैं सरकार और धर्मेन्द्र प्रधान के उठाए गए कदमों का स्वागत और सम्मान करता हूँ, और सभी देशवासियों को बधाई देता हूँ। यह आज हमने जो डेमोक्रेसी की जीत देखी है। मैं हमारी सीजेपी टीम को बधाई देता हूँ और धन्यवाद देता हूँ, जिन्होंने सबसे पहले यह मुद्दा उठाया, साथ ही उन वॉलंटियर्स को भी जिन्होंने उनका साथ दिया, देश भर के स्टूडेंट्स, युवाओं और बुजुर्गों को भी जो डेमोक्रेसी के लिए खड़े हुए। मैं उन सभी का सम्मान करता हूँ, और

सबसे जरूरी बात, जिस तरह से उन्होंने शांति बनाए रखी, उसका मैं सम्मान करता हूँ। मुझे उम्मीद है कि हम यह शांति बनाए रखेंगे और भविष्य में कहीं भी कोई गलत काम नहीं होगा। हमें सुधारों पर काम करने की जरूरत है। कोई देश सिर्फ हार मानने से नहीं बनता। एजुकेशन में सुधार होना चाहिए, और उस पर आगे काम होना चाहिए। मुझे पूरी उम्मीद है कि जिस उदारता से सरकार ने यह कदम उठाया है, वह सुधार की कोशिशों में भी दिखेगा। सिर्फ एजुकेशन में ही नहीं, बल्कि गवर्नंस में भी सुधार होगा। मुझे उम्मीद है कि अब से देश चलाने का तरीका बदलेगा। देश प्यार और स्नेह से चलेगा, डर से नहीं और इसे अन्याय के नहीं, सच्चाई के रास्ते पर ले जाया जाएगा।”