मूल्य 1 रु.
वर्षः 15 - अंक : 40, मुंबई, बुधवार, 28 मई, 2025 ■ RNI.NO. MAHHIN/2010/34146 ■ संपादकः दिलशाद एस. खान

# दैनिक मुंबई हलचल

भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त ®

अब हर सच होगा उजागर

DESI VILLAGE
RESTAURANT & CAFE
DUBAI

## महायुति में तय हो लक्ष्मण रेखा

## भुजबल की एंट्री से अजित पवार नाराज

### शाह से अकेले में की मुलाकात

**मुंबई हलचल/संवाददाता**

**मुंबई।** महायुति सरकार में कैबिनेट मंत्री के रूप में छगन भुजबल की एंट्री से डीसीएम अजित पवार नाराज हैं। भुजबल भले ही उनकी राकां पार्टी के विधायक हैं, लेकिन उन्हें मंत्री बनाने में सीएम देवेंद्र फडणवीस की बड़ी भूमिका है। यह बात खुद भुजबल खुले आम कह रहे हैं। अजित को इस बात का रंज है कि छगन भुजबल को मंत्री बनाने से पहले उनसे सलाह मशविरा नहीं किया गया। (शेष पृष्ठ 3 पर)

### भुजबल परोक्ष रूप से पेश कर रहे हैं चुनौती

2024 में विधानसभा चुनाव के नतीजे के बाद महायुति ने भारी बहुमत से सरकार का गठन किया था। अजित ने राकां की ओर से जिन मंत्रियों की लिस्ट भेजी थी, उसमें से भुजबल का नाम गायब था। उनके इस फैसले से सभी सकते में आ गए थे। भुजबल को भी इसका बड़ा सदमा लगा था। हालांकि इसके बावजूद वे पार्टी में बने रहे। इसी बीच बीड में मस्साजोग गांव के सरपंच की हत्या के मामले में मुंडे फंस गए और उन्हें मंत्री पद से इस्तीफा देना पड़ा।

## क्यों नहीं मिला वीर सावरकर को भारत रत्न?

### संजय राउत ने सरकार पर साधा निशाना, बोले- डिग्री बस कागज का टुकड़ा

**मुंबई हलचल/संवाददाता**

**मुंबई।** स्वतंत्रता संग्राम में अपना अहम योगदान निभाने वाले वीर सावरकर की जयंती के अवसर पर पीएम मोदी सहित कई नेताओं ने उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की। इस अवसर पर शिवसेना यूबीटी सांसद संजय राउत ने वीर सावरकर को भारत रत्न देने की मांग की। संजय राउत ने सरकार पर निशाना साधते हुए कहा कि अभी तक उन्हें भारत रत्न से क्यों सम्मानित नहीं किया गया। विदेश से भारत की धरोहर को वापस लाने के विषय में संजय राउत ने कहा कुछ दिन पहले महाराष्ट्र में छत्रपति शिवाजी महाराज ने जो अफजल खान का वध करने के लिए वाघ नख करोड़ों रुपये खर्च कर लंदन से खरीद कर लाए थे। इस पर विवाद शुरू है कि ये असली है या नकली है। (शेष पृष्ठ 3 पर)

## मुंबई में जलजमाव के ये है जिम्मेदार

### मनपा ने लिया तगड़ा एक्शन, लगा दिया 10 लाख का जुर्माना

**मुंबई हलचल/संवाददाता**

**मुंबई।** महाराष्ट्र में मानसून ने दस्तक दे दी है। मुंबई में पहली ही बारिश में सड़क व्यवस्था की पोल पट्टी खुल गई। मुंबई के कई इलाकों में जलजमाव हो गया, जिसके कारण लोगों को मुसीबतों का सामना करना पड़ा। इस मामले में मुंबई नगर निकाय ने भारी बारिश के बाद जलजमाव के कारण चार मिनी पंपिंग स्टेशन के संचालकों पर 10-10 लाख रुपये का जुर्माना लगाया है। शहर में सोमवार को भारी बारिश हुई, जिससे कई निचले इलाकों में जलजमाव हो गया और कुछ मार्गों पर उपनगरीय ट्रेन सेवाएं स्थगित करनी पड़ीं। किंग्स सर्कल, मंत्रालय, दादर टीटी ईस्ट, परेल टीटी, कालाचौकी, वडाला, हिंदमाता, केम्प्स कॉर्नर, चर्चगेट, चिंचपोकली और दादर जैसे इलाकों में जलजमाव के कारण वाहनों का आवागमन प्रभावित हुआ। (शेष पृष्ठ 3 पर)

## एलन मस्क के सपनों पर फिरा पानी!

### आसमान में फटा स्पेसएक्स का सुपर हैवी रॉकेट, 9वीं बार नाकाम हुआ लॉन्च मिशन

**मुंबई हलचल/संवाददाता**

**मुंबई।** एलन मस्क की अंतरिक्ष एजेंसी स्पेसएक्स ने एक विशाल रॉकेट का नौंवा परीक्षण किया, जिसे चंद्रमा और मंगल ग्रह पर इंसानों और सामान को भेजने के उद्देश्य से विकसित किया गया है। उड़ान के दौरान अंतरिक्ष यान ने नियंत्रण खो दिया और हिंद महासागर के ऊपर विस्फोट हो गया। यह घटना कंपनी की अंतरिक्ष से जुड़ी महत्वाकांक्षाओं के लिए एक नई चुनौती के रूप में सामने आई है। हालांकि, स्पेसएक्स के इंजीनियरों का मानना है कि इस अनुभव से भविष्य के अभियानों को और बेहतर बनाने के लिए महत्वपूर्ण सीख मिलेगी। यह स्टारशिप कार्यक्रम का नौवां प्रक्षेपण था, जो स्थानीय समयानुसार शाम 6:36 बजे टेक्सास के बोका चिका स्थित स्टारबेस से किया गया था। (शेष पृष्ठ 3 पर)

### अब तक का सबसे विशाल रॉकेट

27 मई को लॉन्च किया गया स्टारशिप अब तक का सबसे विशाल रॉकेट था, जिसे सुपर हेवी बूस्टर के रूप में जाना जाता है। इसने पहले चरण में 33 इंजनों की मदद से रॉकेट को अंतरिक्ष की ओर अग्रसर किया। यह नौवीं परीक्षण उड़ान थी, जिसकी शुरूआत काफी सफल रही और लोगों को इसके पूरी तरह सफल होने की उम्मीद बंधी। हालांकि, जल्द ही स्थिति बदल गई। स्टारशिप ने कक्षा तक तो सफलतापूर्वक पहुंच बनाई, लेकिन अंतरिक्ष यान अपने पेलोड बे का दरवाजा पूरी तरह नहीं खोल पाया। इस कारण नकली स्टारलिंक उपग्रहों को छोड़े जाने की योजना अधूरी रह गई।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

## हमारी बात

### दलील तो दमदार है

**वस्तु और सेवाओं में भारत को 44.4 बिलियन डॉलर का व्यापार लाभ होता है। लेकिन शिक्षा, डिजिटल सेवाओं, वित्तीय कारोबार, बौद्धिक संपदा, और हथियार बिक्री को भी शामिल किया जाए, तो 40 बिलियन डॉलर तक का फायदा अमेरिका को है।**

जब भारत- अमेरिका द्विपक्षीय व्यापार वार्ता के अगले दौर की तैयारी चल रही है, थिंक टैंक- ग्लोबल ट्रेड रिसर्च इनिशिएटिव (जीटीआरआई) ने महत्त्वपूर्ण आंकड़े पेश किए हैं। उनका इस्तेमाल भारत सरकार करे, तो द्विपक्षीय व्यापार वार्ता में बाजी पलट सकती है। वॉशिंगटन में हुई पिछली व्यापार वार्ता में तय हुआ था कि द्विपक्षीय समझौता तीन चरणों में होगा। उनमें पहले चरण में आयात शुल्क के मुद्दे शामिल होंगे। प्रयास है कि जैसे को तैसा टैरिफ पर ट्रंप प्रशासन की ओर से घोषित स्थगन अवधि पूरा होने- यानी आठ जुलाई से पहले ये चरण संपन्न हो जाए। चर्चा रही है कि इस चरण में भारत अमेरिकी आयात पर लगने वाले शुल्क में भारी कटौती के लिए राजी हो जाएगा। मगर, जीटीआरआई ने जो तथ्य बताए हैं, उनके मद्देनजर ऐसा करना देश के साथ न्याय नहीं होगा। इस संस्था के मुताबिक बात व्यापार के समग्र दायरे में हो रही है, तो सिर्फ वस्तु और सेवाओं से संबंधित आंकड़ों के आधार पर समझौता करने का कोई तर्क नहीं बनता है। इन दो क्षेत्रों में भारत को अमेरिका से 44.4 बिलियन डॉलर का व्यापार लाभ जरूर होता है, लेकिन अगर शिक्षा, डिजिटल सेवाओं, वित्तीय कारोबार, बौद्धिक संपदा पर दी जाने वाली रॉयल्टी, और हथियार बिक्री संबंधी आकंड़ों को भी शामिल किया जाए, तो 40 बिलियन डॉलर तक के फायदे में अमेरिका नजर आता है। चीन ने अमेरिका साथ अपनी व्यापार वार्ता में इन क्षेत्रों के आंकड़ों को भी शामिल किया है। तो कोई वजह नहीं है कि भारत ऐसा ना करे। अमेरिकी राष्ट्रपति डॉनल्ड ट्रंप ने टैरिफ की चर्चा में बार- बार भारत वे टैरिफ किंग कहते रहे हैं। मगर ये इल्जाम सुविधा से चुने हुए कुछ क्षेत्रों से संबंधित आंकड़ों पर आधारित है। इन्हें सीधे स्वीकार नहीं किया जाना चाहिए। वैसे, उम्मीद है कि भारत सरकार के पास जीटीआरआई की तुलना में कहीं अधिक ठोस आंकड़े होंगे। अधिकारी संभवतः उनका इस्तेमाल भी कर रहे हों। अब चूंकि ये तथ्य सार्वजनिक दायरे में आ गए हैं, तो इनसे वातार्कारों पर और दबाव बनने की आशा है। हो रहे समझौते को लोग इन तथ्यों की रोशनी में भी देखेंगे।

# विद्रोही कवि के नाम से प्रख्यात स्वतंत्रता सेनानी काजी नजरूल इस्लाम

**विदेशी** शासकों के खिलाफ लड़ाई में अपनी कलम को हथियार के रूप में इस्तेमाल करने वाले काजी नजरूल इस्लाम का जन्म 25 मई, 1899 को पश्चिम बंगाल के बर्दमान जिले के चुरिलिया गांव में हुआ था। उनके पिता का नाम काजी फकीर साहब और माता जाहेदा खातूम थीं। बचपन में ही उन्होंने अपने पिता को खो दिया था। इस प्रकार उन्हें अपने परिवार का भरण पोषण करने के लिए कई जगहों पर काम करना पड़ा। उन्होंने एक थिएटर ग्रुप के साथ काम किया और इसके लिए गीत और नाटक लिखे। हथियारों के प्रयोग का प्रशिक्षण प्राप्त करने के लिए वह 1917 में सेना में शामिल हुए, इस उद्देश्य के साथ कि विदेशी शासकों को विदा करना उनके लिए उपयोगी होगा। लेकिन 1919 में जब वे अपने मूल स्थान पर लौटे, तो वे साहित्यिक कार्यों में बस गए। उन्होंने भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस में सदस्यता ली और राष्ट्रीय आंदोलन के दौरान कार्यक्रमों में सक्रिय रूप से भाग लिया। वह उन गलतियों की आलोचना करने में कभी नहीं हिचकिचाते, जिन्हें उनकी अंतरात्मा स्वीकार नहीं करती थी। उन्होंने ब्रिटिश शासकों को उखाड़ फेंकने के लिए राष्ट्रीय आंदोलन में शामिल होने के लिए युवाओं को प्रेरित करते हुए क्रांतिकारी साहित्य का निर्माण किया। नतीजतन, उन्हें 'विद्रोही कवि' के रूप में ब्रांडेड किया गया। उन्होंने अपने लेखन में अंग्रेजों के कुशासन के खिलाफ तीखी आलोचना की। ब्रिटिश सरकार ने उनके लेखन से चिढ़कर उन्हें जेल भेज दिया। जेल में भी उन्होंने अधिकारियों के खिलाफ विद्रोह किया। उन्होंने कैदियों की स्थिति में सुधार की मांग को लेकर भूख हड़ताल शुरू की और जेल में 40 दिनों तक इसे जारी रखा। जेल से रिहा होने के बाद,

KHAZI NAZRUL ISLAM
(1899-1976)
http://www.bengaliwiki.com/page/Kazi+Nazrul+Islam

काजी नजरुल इस्लाम ने पूर्ण स्वशासन प्राप्त करने के लिए 1925 में 'श्रमिक प्रजा स्वराज्य दल' की शुरूआत की। उन्होंने दल की विचारधारा को बढ़ावा देने के लिए एक पत्रिका 'लंगल' का शुभारंभ किया। इस बीच, उन्होंने कम्युनिस्ट नेता मुजफ्फर अहमद से मुलाकात की और रूसी क्रांति के विकास से प्रभावित थे। इससे ब्रिटिश शासकों में आक्रोश व्याप्त हो गया। उन्होंने उन्हें कई बार जेल भेज दिया और उनकी पत्रिकाओं और उनकी कविता पर प्रतिबंध लगा दिया। लेकिन काजी नजरूल इस्लाम ने कभी भी अपने लेखन को नहीं रोका। बीमारी और गरीबी के बावजूद, उन्होंने ब्रिटिश शासकों, जमींदारों और साम्राज्यवादियों की आलोचना करते हुए अपना लेखन जारी रखा। वे न केवल एक वक्ता थे, बल्कि एक प्रतिभाशाली गायक भी थे। 1942 में काजी नजरुल इस्लाम बीमार पड़ गये और उसकी आवाज पूरी तरह से चली गई। उन्होंने लगभग तीन दशक केवल मौन में बिताए। आजादी के बाद, नजरूल इस्लाम को भारत और बांग्लादेश की सरकारों द्वारा कई पुरस्कारों और मानद डॉक्टरेट से सम्मानित किया गया था। काजी नजरूल इस्लाम को भारत सरकार ने 1960 में 'पद्मभूषण' से सम्मानित किया था। उन्होंने 29 अगस्त 1976 को ढाका में अंतिम सांस ली।

नोट-भारत सरकार ने काजी नजरूल इस्लाम साहब के सम्मान में सन 1999 में एक डाक टिकट स्मारक जारी किया।

संदर्भ-द इम्मोर्टल्स, सैय्यद नसीर अहमद द्वारा
सं- हसरत अली
शेरपुर जि. मुजफ्फरनगर उ. प्र.
प्रस्तुति = साजिद खान धनपुरी जिला शहडोल

# कलेक्टर ने जिले के दूर-दराज क्षेत्रों से आए लोगों की सुनी समस्याएं

**मुंबई हलचल/संवाददाता**

**शहडोल।** कलेक्टर डॉ. केदार सिंह ने आज कलेक्टर कार्यालय के सोन सभागार में आयोजित साप्ताहिक जनसुनवाई में शहडोल जिले के दूर-दराज क्षेत्रों से आए लोगों की समस्याएं व शिकायतें सुनी तथा निराकरण के निर्देश संबंधित अधिकारियों को दिए। जनसुनवाई में गोपाल दास नामदेव सेवा निवृत्ति सहायक ग्रेड-3 जिला पंचायत कार्यालय शहडोल ने सेवा निवृत्त पश्चात क्लेम राशि का भुगतान कराने बावत, रामटहल मिश्रा निवासी ग्राम जमुनी जनपद पंचायत ब्यौहारी ने हिरवार जलाशय की नहर को चालू कराने एवं टूटी नहर को सही करवाने बावत, जनपद पंचायत जयसिंहनगर की ग्राम

पंचायत बनचाचर निवासी अच्छेलाल यादव ने बीपीएल राशन कार्ड से एएवाई कार्ड बनवाने हेतु, रेशमी बैगा पिता लाला बैगा निवासी ग्राम पंचायत पिपरिया जनपद पंचायत सोहागपुर ने जाति प्रमाण पत्र बनवाने हेतु, लक्ष्मी नारायण सोनी निवासी घरौला मोहल्ला शहडोल ने बीपीएल कार्ड में बच्चे का नाम जुड़वाने हेतु, मो0 सादिर खान प्राथमिक शिक्षक प्राथमिक विद्यालय भर्री ने सातवां वेतनमान बकाया एरियर्स की राशि एवं अन्य स्वत्वों का भुगतान कराने हेतु आवेदन कलेक्टर डॉ केदार सिंह को दिए। जिस पर कलेक्टर ने प्राप्त आवेदनों के निराकरण हेतु संबंधित विभाग के अधिकारी की ओर आवेदन प्रेषित कर शीघ्रता के साथ निराकरण करने के निर्देश दिए। इसी प्रकार कलेक्टर ने जन सुनवाई में अन्य आवेदनों की भी सुनवाई की तथा संबंधित अधिकारियों की ओर आवेदन प्रेषित कर निराकरण के निर्देश दिए। जनसुनवाई में डिप्टी कलेक्टर श्री भागीरथी लहरे, सहित अन्य विभागीय अधिकारी उपस्थित थें। (साजिद खान)

मालिक,मुद्रक,प्रकाशक-**दिलशाद एस खान** द्वारा एस आर प्रिंटिंग प्रेस,मोहन अर्जुन कंपाउंड, वैशाली नगर दहिसर (पूर्व),मुंबई-68 से मुद्रित व मुंबई हलचल,साईं मंगल को ऑ हॉ सो बी-2-301,इस्माइल बाग नियर मालाड शॉपिंग सेंटर, एस वी रोड,मालाड (प) मुंबई से प्रकाशित RNI NO MAHHIN/2010/34146, फोन:**9619102478 /9821238815**
email: mumbaihalchal@gmail com संपादक: **दिलशाद एस खान,** समाचार पत्र में छपे किसी भी समाचार से संपादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। किसी भी विवाद का निपटारा न्याय क्षेत्र मुंबई होगा।

दैनिक
मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर



# ब्रिटेन के अग्रणी Warwick विश्वविद्यालय ने मुंबई में मनाई अपनी 60वीं वर्षगांठ

**मुंबई।** यूनिवर्सिटी ऑफ वारविक, जो यूके के शीर्ष संस्थानों में से एक है, ने मुंबई में एक खास मीडिया कार्यक्रम के साथ अपनी 60वीं वर्षगांठ मनाई। इस कार्यक्रम में वारविक के वैश्विक प्रभाव, नवोन्मेषी शोध और भारत के साथ उसके गहरे एवं सक्रिय संबंधों को उजागर किया गया, जिसमें उद्योग सहयोग और बदलाव लाने वाले पूर्व छात्रों का बढ़ता समुदाय शामिल है। इस महत्वपूर्ण अवसर पर यूनिवर्सिटी के वरिष्ठ अधिकारी यूके से मुंबई आए, जिनमें अजय तेली (ग्लोबल चीफ कम्युनिकेशन, मार्केटिंग और कंटेंट ऑफिसर) और सतनाम राणा-ग्रिंडले (डायरेक्टर, कॉरपोरेट ब्रांड कम्युनिकेशन) शामिल थे। उनका यह दौरा भारत में प्रतिभा विकास और अंतरराष्ट्रीय साझेदारियों को मजबूत करने के प्रति वारविक की प्रतिबद्धता को और पुष्ट करता है-खासकर भारत के साथ, जो विश्वविद्यालय के सबसे सक्रिय छात्र और पूर्व छात्र समुदायों में से एक है। कार्यक्रम में वारविक और टाटा के बीच 25 वर्षों से चले आ रहे गहरे सहयोग को भी प्रमुखता दी गई, जो शिक्षा और नवाचार में उद्योग के साथ जुड़ाव का बेहतरीन उदाहरण है। साथ ही, भारत और विश्व भर में

प्रभावशाली परियोजनाओं का नेतृत्व कर रहे वारविक के पूर्व छात्रों की उपलब्धियों का भी सम्मान किया गया।

**श्रेया मित्तल: Warwick से 100 करोड़ ब्रांड तक की प्रेरक कहानी**

इन उपलब्धियों के बीच एक खास नाम उभरा — श्रेया मित्तल, जिन्होंने 2024 में वारविक बिजनेस स्कूल से बीएससी मैनेजमेंट विद एंटरप्रेन्योरशिप की पढ़ाई पूरी की। उल्लेखनीय है कि वारविक बिजनेस स्कूल ने QS एग्जीक्यूटिव MBA रैंकिंग 2025 में वैश्विक स्तर पर पाँच स्थान की छलांग लगाते हुए 10वां स्थान हासिल किया है, और यूरोप में छठा तथा यूके में तीसरा स्थान प्राप्त किया है। श्रेया, भारत के सबसे तेजी से बढ़ते वेलनेस और लाइफस्टाइल ब्रांड, कावा एथलीजर की सह-संस्थापक और चीफ मार्केटिंग ऑफिसर (CMO) हैं। यह ब्रांड अब 100 करोड़ से अधिक मूल्यांकन के साथ स्थापित हो चुका है। साल 2020 में स्थापित कावा, श्रेया की उद्यमशीलता का प्रमाण है, जिसे वे वारविक में बिताए गए अपने समय का नतीजा मानती हैं। उनके अनुसार, कस्टमाइज़ेबल कोर्सवर्क ने उन्हें अकादमिक ज्ञान को वास्तविक समय में अपने स्टार्टअप में लागू करने का अवसर दिया। इसके साथ ही Warwick Entrepreneurs और Indian Society जैसे छात्र समुदायों ने उनके सफर में मजबूती दी। हर क्लास, हर अनुभव मैंने सीधे कावा में उतारा, श्रेया कहती हैं। वारविक सिर्फ एक विश्वविद्यालय नहीं, बल्कि मेरे लिए एक लॉन्चपैड था। वे ब्लूबेल रेजिडेंस, वारविक बिजनेस स्कूल और फैकल्टी ऑफ आर्ट्स बिल्डिंग को अपने खास अनुभवों के स्थलों के रूप में याद करती हैं। इस कैंपस ने मुझे वो सब कुछ दिया जिसकी मुझे जरूरत थी, और आज भी यह जगह मुझे अपने घर जैसी लगती है, वे मुस्कुराते हुए कहती हैं। वारविक अपनी 60 साल की सफलता का जश्न मनाते हुए अपने वैश्विक नजरिए को और विस्तृत करने पर फोकस कर रहा है, जिसमें भारत की भूमिका अहम है। 125 से अधिक देशों के 28,000 से ज्यादा छात्रों के साथ, वारविक वर्तमान में यूके के शीर्ष 10 और विश्व के शीर्ष 100 विश्वविद्यालयों में शामिल है। वारविक की कहानी सीमाएं तोड़ने की है-चाहे वह शोध हो, नवाचार हो, या ऐसे नेतृत्व का निर्माण जो भारत से वैश्विक स्तर पर प्रभावशाली उद्यम स्थापित कर रहे हैं, जैसे श्रेया, अजय तेली ने कहा। वारविक के 92% शोध को 'विश्व-स्तरीय' या 'अंतरराष्ट्रीय उत्कृष्ट' (REF) के रूप में मान्यता मिली है, जो इसे ज्ञान निर्माण और उद्योग सहयोग में एक वैश्विक अग्रणी बनाता है।

# एनसीपी-शरद चंद्र पवार पार्टी द्वारा नागरिकों के लिए निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर

**राष्ट्रवादी** कांग्रेस पार्टी-शरद चंद्र पवार, पार्टी के राष्ट्रीय महासचिव एवं विधायक दल के नेता, विधायक मा. श्री. डॉ. जितेंद्र आव्हाड साहब एवं ठाणे जिला अध्यक्ष मा. सुहास भाई देसाई के मार्गदर्शन में महाराष्ट्र राज्य संगठन सचिव रमझान शेख ने स्पंदन मल्टी स्पेशलिटी अस्पताल खारघर के सहयोग से नागरिकों की सुविधा के लिए तलोजा फेज 1, खारघर में निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया। अपनी सामाजिक प्रतिबद्धता को ध्यान में रखते हुए, राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी-शरद चंद्र पवार पार्टी नागरिकों के स्वास्थ्य के लाभ के लिए निःशुल्क स्वास्थ्य शिविरों का आयोजन करती है। इस पहल का मुख्य उद्देश्य आम जनता को गुणवत्तापूर्ण चिकित्सा सेवाएं उपलब्ध कराना तथा स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता पैदा करना है। शिविर में विभिन्न विशेषज्ञ चिकित्सक उपस्थित थे। रक्तचाप, रक्त शर्करा, हृदय रोग, दंत जांच, नेत्र जांच और फेफड़ों की जांच जैसी कई सेवाएं आम जनता के लिए उपलब्ध कराई गईं। नागरिकों ने इस गतिविधि में उत्साहपूर्वक भाग लिया और शिविर की अत्यधिक सराहना की। इस अवसर पर ठाणे जिला प्रशासन महासचिव राजेश साटम, ठाणे शहर विधानसभा सोशल मीडिया अध्यक्ष राहुल पाटिल, जयेश पाटिल सहित स्थानीय पदाधिकारी व कार्यकर्ता उपस्थित थे।

## (पृष्ठ 1 का समाचार)

### महायुति में तय हो लक्ष्मण रेखा

ऐसे में उन्होंने सह्याद्री गेस्ट हाउस में केंद्रीय मंत्री अमित शाह से अकेले मिल कर इस पर आपत्ति जताई। अजित चाहते हैं कि महायुति में एक लक्ष्मण रेखा तय होनी चाहिए, जिसके तहत गठबंधन में शामिल तीनों दल एक दूसरे के मामले में दखल न दें। सूत्रों के मुताबिक अजित ने अपने करीबी नेता धनंजय मुंडे को भी कहीं एडजस्ट करने की अपील की है। ऐसी रिपोर्ट है कि उनकी जगह भुजबल को मंत्री बनाए जाने से मुंडे का मूड ऑफ है। उन्हें लग रहा है कि भुजबल की कैबिनेट में एंट्री के बाद उनकी सरकार में वापसी की राह और भी मुश्किल हो गई है।

### क्यों नहीं मिला वीर सावरकर को भारत रत्न?

ये चुनाव से पहले लाकर गांव-गांव में घुमाए गए। नागपुर के भोसले की तलवार भी 70-80 लाख में खरीद कर लाने वाले है। अब वीर सावरकर की डिग्री लाने वाले है। मुंबई में एक प्रेस कॉन्फ्रेंस को संबोधित करते हुए शिवसेना (यूबीटी) सांसद संजय राउत ने कहा, स्वतंत्रता संग्राम के दौरान अंग्रेजों ने वीर सावरकर की (बैरिस्टर) डिग्री रोक दी थी। अगर वे (महाराष्ट्र सरकार) वीर सावरकर की बैरिस्टर की डिग्री बहाल कर रहे हैं, तो हम इसका स्वागत करते हैं। हालांकि, हम उन्हें भारत रत्न दिए जाने की मांग करते हैं।

### एलन मस्क के सपनों पर फिरा पानी!

रॉकेट में रिसाव की वजह से वह ऊंचाई पर संतुलन बनाए नहीं रख सका। स्पेसएक्स ने लाइव प्रसारण में कहा कि अब रॉकेट की सुरक्षित और नियंत्रित लैंडिंग संभव नहीं है। इससे पहले भी स्टारशिप को अपनी तीसरी परीक्षण उड़ान के दौरान ऐसी ही परेशानी का सामना करना पड़ा था। उसकी दो परीक्षण उड़ानों में रॉकेट कैरेबियन क्षेत्र के ऊपर फट गया था, जिससे उसका मलबा आसमान में फैल गया और हवाई जहाजों को अपने रास्ते बदलने पर मजबूर होना पड़ा था।

### मुंबई में जलजमाव के ये है जिम्मेदार

बृहन्मुंबई महानगर पालिका (बीएमसी) ने मंगलवार देर शाम जारी एक विज्ञप्ति में कहा कि चार जगहों - हिंदमाता, गांधी मार्केट, येलो गेट और चूनाभट्टी पर मिनी पंपिंग स्टेशन संचालकों पर जलजमाव के कारण 10-10 लाख रुपये का जुर्माना लगाया गया है।

# जीना एण्ड कंपनी ने संचालन की दक्षता बढ़ाने के लिए भिवंडी स्टोरेज युनिट का किया विस्तार

**मुंबई।** लॉजिस्टिक्स में 125 साल पुरानी दिग्गज - जीना एण्ड कंपनी जिसे भरोसेमंद एवं फ्यूचर रैडी फ्रेट समाधानों के लिए जाना जाता है, ने मुंबई के भिवंडी स्थित अपनी युनिट की स्टोरेज क्षमता का विस्तार किया है। 1.10 लाख वर्गफीट में फैले भिवंडी वेयरहाउस की क्लियर सेंटर हाईट 50 फीट और शॉल्डर हाईट 30 फीट है, जो बड़े पैमाने पर लॉजिस्टिक्स के लिए हाई-वॉल्युम स्पेस उपलब्ध कराती है। इस युनिट के डिजाइन में जी प्लस 7 और जी प्लस 6 हैवी ड्यूटी पैलेट रैकिंग सिस्टम, जी प्लस 7 मल्टी-टियर शेल्विंग सिस्टम है। वेयरहाउस में 2 फोर्कलिफ्ट, 2 स्टैकर्स और 14 हैण्ड पैलेट ट्रॉलीज भी हैं। इसका प्रत्यास्थ डिजाइन स्टोरेज की अनुकूलित क्षमता प्रदान करता है, जिससे विक्रेताओं को अपना कारोबार बढ़ाने में मदद मिलती है। इस विस्तार के तहत क्षमता को 20 फीसदी बढ़ाया गया है, साथ ही हैवी ड्यूटी रैकिंग के माध्यम से 1000 से अधिक अतिरिक्त पैलेट पॉजिशन्स शामिल की गई हैं। इसके

अलावा हाई वॉल्युम फ्रेट के प्रबन्धन एवं स्टोरेज क्षमता के विस्तार के लिए अतिरिक्त 16000 नए लोकेशन बिन्स भी शामिल किए गए हैं। जीना की भिवंडी युनिट में ग्रेविटी-फेड मटीरियल को हैंडल करने (गुरूत्वाकर्षण सामग्री को संभालने) के लिए स्पाइरल ढलान की सुविधा है, जिससे छोटे कन्साइनमेन्ट को उपरी से नीचली मंजिल तक आसानी से पहुंचाया जा सकता है। इस तरह पैकेजिंग एवं डिस्पैच प्रक्रिया के बीच आने वाले संचालन की बाधाएं हल हो जाती हैं। इस अवसर पर प्रेदीमन कौल, चीफ एक्जक्टिव ऑफिसर, जीना एण्ड कंपनी ने कहा, हमारे कारोबार के लिए विकास बेहद महत्वपूर्ण है। हमारी भिवंडी युनिट में यह क्षमता विस्तार संचालन को सुगम बनाएगा और इससे टर्नअराउण्ड समय में कमी आएगी। हम आने वाले समय में भी उपभोक्ताओं की जरूरतों के अनुसार अपने आप को अपग्रेड करते रहेंगे। इन्फ्रास्ट्रक्चर एवं टेक्नोलॉजी में सक्रिय निवेश हमें हमारे पार्टनर्स को सहज एवं सुविधाजनक सेवाएं प्रदान करने में सक्षम बनाता है। जीना एक अग्रणी थर्ड-पार्टी, आधुनिक लॉजिस्टिक्स सर्विस प्रदाता है, जो टेक-इनेबल्ड इन्वेंटरी मैनेजमेन्ट, पिक, पैक एवं ऑल वैल्यू ऐड्स, ई-कॉमर्स ऑपरेशन्स का प्रबन्धन तथा बॉक्स इन बॉक्स आउट सहित सभी सुविधाएं उपलब्ध कराती है। कंपनी वातावरण में तापमान नियन्त्रण और बॉन्डेड एफटीडब्ल्यूजैड सुविधाएं (फ्री ट्रेड वेयरहाउसिंग जोन) भी पेश करती है।

# अगर पृथ्वी पर रातें नहीं होतीं तो क्या होता जहां 6 महीने का दिन, वहां कैसे रहते हैं लोग

*लंदन। हम सभी को मालूम है कि पृथ्वी जब अपने अक्ष पर घूमती है तो दिन और रात होते हैं। ये पर्यावरणीय संतुलन के लिए जरूरी भी है, लेकिन क्या कभी आपने सोचा कि अगर पृथ्वी पर रातें होती ही नहीं तो क्या होता। पृथ्वी पर टैंपरेचर हमेशा बढ़ा होता। एक छोर पर खूब गरमी पड़ती तो दूसरी ओर का इलाका बर्फ से लदा होता। हम सभी की जिंदगी पर इसका बहुत असर होता। रात का समय सूर्य की गर्मी को ठंडा करने और पृथ्वी को थर्मल संतुलन बनाए रखने में मदद करता है। बिना रात के पृथ्वी का एक हिस्सा लगातार सूर्य की किरणों के संपर्क में रहता, जिससे तापमान में भारी वृद्धि होती। यह स्थिति ध्रुवीय क्षेत्रों को छोड़कर, जहां सूर्य की किरणें तिरछी पड़ती हैं, अधिकांश क्षेत्रों में असहनीय गर्मी पैदा कर सकती थी।*

## मनुष्य का दिमाग कुंद हो जाता और कई तरह की बीमारियां

### बहुत से जीव-जंतु खत्म हो जाते

पृथ्वी पर जीव-जंतुओं की कई प्रजातियों का जीवन ही दिन-रात के चक्र पर निर्भर हैं। रात की निशाचर प्रजातियां, जैसे उल्लू, चमगादड़ और कुछ कीट रात के अंधेरे में शिकार करते हैं, तभी एक्टिव रहते हैं। रात नहीं होतीं तो इन रात के जीव-जंतुओं की जैविक घड़ी पूरी तरह बिगड़ जाती है। उनकी भोजन खोजने की क्षमता, प्रजनन, और अस्तित्व खतरे में पड़ जाता. हो सकता है कि वो खत्म ही हो जाते। दिन में सक्रिय रहने वाली प्रजातियां भी प्रभावित होतीं। लगातार रोशनी से उनकी नींद और विश्राम का चक्र बाधित होता, जिससे तनाव और स्वास्थ्य समस्याएं बढ़ने लगतीं। बिना रात के उनका पूरा जीवन ही बदल जाता। उनकी भी आबादी में कमी आने लगती।



### फसलें और अनाज कम होने लगते

पौधों के लिए दिन-रात का चक्र उतना ही महत्वपूर्ण है जितना जीव-जंतुओं के लिए। पौधे दिन में प्रकाश संश्लेषण के माध्यम से ऊर्जा उत्पन्न करते हैं, लेकिन रात में वो आराम करते हैं। रात में वो कई तरह की जैव रासायनिक प्रक्रियाएं करते हैं।

### न रात होती, न चांद और न ही उनपर कविताएं

रात का मानव संस्कृति में गहरा महत्व है। कई सभ्यताओं में रात से जुड़े त्योहार, जैसे दीवाली, क्रिसमस की रात और रमजान की रातें सांस्कृतिक और धार्मिक महत्व रखते हैं। बिना रात के ये परंपराएं और उत्सव असंभव हो जाते। रात के समय की कहानियां, कविताएं, और कला जो चाँद, तारों, और अंधेरे से प्रेरित हैं, अपनी प्रासंगिकता खो देतीं।

### अनुसंधान पर खूब पड़ता असर

खगोल विज्ञान और तारों का अध्ययन असंभव हो जाता, क्योंकि रात के अंधेरे के बिना तारे दिखाई नहीं देते। चांद भी नजर नहीं आता। इसका असर से समुद्र में ज्वार भाटों का पैटर्न ही बदल जाता। रात नहीं होने से वैज्ञानिक अनुसंधान पर खूब असर पड़ता। टेलीस्कोप और वेधशालाएं बेकार हो जातीं, क्योंकि सूर्य की रोशनी तारों की चमक को दबा देती। तब कवि लोग चांद की खूबसूरती को लेकर कविताएं नहीं कर पाते।

### पृथ्वी पर कहां 6 महीने की रात और 6 महीने के दिन

पृथ्वी पर कई ऐसी जगहें हैं, जहां 6 महीने की रात और छह महीने का दिन होता है, ये इलाके ध्रुवीय क्षेत्रों में स्थित हैं, विशेष रूप से उत्तरी ध्रुव (आर्कटिक) और दक्षिणी ध्रुव (अंटार्कटिका) के आसपास। इसमें नार्वे, कनाडा, ग्रीनलैंड और अंटार्कटिका के कुछ इलाके आते हैं। यहां सामान्य जीव जंतु नहीं होते। छह महीने की रात और छह महीने का दिन ध्रुवीय भालू और पेंगुइन के अनुकूल हैं। यहां जो लोग रहते हैं वो खुद को इस चक्र के अनुकूल करने की कोशिश करते हैं।

डर से भाग जाते हैं लोग!

# पहले वेश्यालय था होटल, जहां भटकती है बच्चों की आत्मा

**लंदन।** दुनियाभर में कई ऐसे लोग हैं, जो भूत-प्रेत पर विश्वास नहीं करते हैं। लेकिन, भूतों से जुड़े किस्से और कहानियां अक्सर हमारे सामने आ जाते हैं, जिनके बारे में जानकर डर लगता है। आज हम आपको एक ऐसे होटल के बारे में बताने जा रहे हैं, जो कभी वेश्यालय हुआ करता था। लेकिन, आपको जानकर हैरानी होगी कि इसमें सालों से बच्चों की आत्मा भटकती है। हिम्मत करके कोई अगर रात गुजारने जाता भी है, लेकिन अगले ही पल डर के मारे भाग जाता है। इंग्लैंड के चेस्टर के इस 400 साल पुराने होटल का नाम ये ओल्ड किंग्स हेड है। इसे ब्रिटेन का सबसे भूतिया होटल कहा जाता है। हाल ही में इस होटल से जुड़ी एक वेब सीरीज 'माय हॉन्टेड रिलीज हुई, जिसके बाद होटल की चर्चा फिर से शुरू हो गई। ये ओल्ड किंग्स हेड से जुड़ी वेब सीरीज भले ही अब रिलीज हुई, लेकिन इसकी भूतिया ख्याति पुरानी है। 'मोस्ट हॉन्टेड' और 'स्काई पैरानॉर्मल: कैप्चर्ड' जैसे शो में इस होटल को दिखाया जा चुका है। ट्रिप एडवाइजर पर मेहमानों ने रोशनी के गोले और अजीब आवाजें देखने की बात कही है।



### कैमरों ने एक 'भूत मॉन्क' को पकड़ा

बता दें कि इस होटल में भूत मॉन्क, बच्चों की आवाजें और अपने आप हिलती कुर्सियां साफ-साफ नजर आती हैं। बाकायदा ऐसी घटनाएं सीसीटीवी फुटेज में भी कैद हो जाती हैं। फुटेज को देखना भी डरावना पल होता है। चेस्टर के लोअर ब्रिज स्ट्रीट पर 1622 में बना ये ओल्ड किंग्स हेड कभी वेश्यालय था, जो बाद में सराय बना। सदियों से यहां भूतिया घटनाएं सुनाई देती हैं, जिन्हें अब 'माय हॉन्टेड होटल' सीरीज में दिखाया गया है। 2012 में पैरानॉर्मल उत्साही हैरी अचिलियोस ने इसे खरीदा और 24/7 कैमरों से भूतों की तलाश शुरू की। अब यह 'माय हॉन्टेड प्रोजेक्ट' का हिस्सा है, जो पेनसिल्वेनिया, लिवरपूल और वेल्स में भी भूतिया जगहों की पड़ताल करता है।

### होटल के अंदर लगे हैं 16 नाइट-विजन कैमरे

जांचकर्ता डैनी मॉस कहते हैं, 'हमने हर कैमरा चेक किया, बाहर भी देखा, लेकिन यह आवाज सिर्फ सीढ़ी के कैमरे में थी। यह 100% भूतिया है। होटल में गुड़िया अपने आप शेल्फ से गिरती हैं और कुर्सियां पुराने वेश्यालय वाले हिस्से में हिलती हैं। रूम 5 के पास हाल ही में एक 'सीक्रेट वॉयड' में लकड़ी का डिब्बा मिला, जिसे देखने के लिए गो-प्रो और ड्रिल का इस्तेमाल करना पड़ा। डैनी बताते हैं, 'यह देखकर हम हैरान रह गए।' होटल में 16 नाइट-विजन कैमरे हर पल रिकॉर्ड करते हैं।

# पाकिस्तान, आतंकवाद के बीच अब भेद मिट चुका : प्रसाद

**पेरिस।** भाजपा सांसद रविशंकर प्रसाद ने मंगलवार को कहा कि पाकिस्तान और आतंकवाद के बीच भेद अब मिट चुका है। उन्होंने यह भी रेखांकित किया कि सरकार की नीति के रूप में आतंकवाद पड़ोसी देश के सैन्य शासन का हिस्सा है। फ्रांस के दौरे पर गए सर्वदलीय संसदीय प्रतिनिधिमंडल का नेतृत्व कर रहे प्रसाद ने फ्रांसीसी मीडिया के साथ बातचीत में पाकिस्तान से उपजे आतंकवाद को कतई बर्दाश्त नहीं करने के भारत के रुख से अवगत कराया। फ्रांस में भारतीय राजदूत के आवास पर आयोजित प्रेस वार्ता के दौरान, प्रतिनिधिमंडल ने आतंकवादियों को दफनाये जाने के दौरान पाकिस्तानी सैन्य अधिकारियों की मौजूदगी की तस्वीरें साक्ष्य के तौर पर पेश कीं और बताया कि किस तरह संयुक्त राष्ट्र द्वारा प्रतिबंधित 52 आतंकवादी संगठनों को पाकिस्तान में पनाह मिली हुई है। प्रसाद ने संवाददाताओं से कहा, 'पाकिस्तान और आतंकवाद के बीच भेद अब मिट गया है।'



## ऑपरेशन सिंदूर को लेकर पीएम मोदी का विपक्ष पर तंज

# 'इस बार सब कैमरे के सामने किया ताकि घर में कोई सबूत न मांगे'

*ऑपरेशन सिंदूर की सफलता के बाद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुजरात के गांधी नगर में मंगलवार को एक कार्यक्रम को संबोधित किया। उन्होंने कहा, 6 मई के बाद जो देखा गया, उसके बाद इसे हम प्रॉक्सी वॉर कहने की गलती नहीं कर सकते। इसका कारण है, जब आतंकियों के 9 ठिकानों को सिर्फ 22 मिनट तबाह कर दिया और इस बार तो सब कैमरे के सामने किया ताकि हमारे घर में कोई सबूत न मांगे।*

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

अब हमें सबूत नहीं देना पड़ रहा, उधर वाला खुद दे रहा है। ऐसा माना जा रहा है कि मोदी का यह बयान विपक्ष पर भी तंज है, क्योंकि उसने उरी आतंकी हमले के बाद पीओके में की गई भारतीय सेना की सर्जिकल स्ट्राइक को लेकर लगातार इसके सबूत मांगे थे। मोदी ने आगे कहा, पाकिस्तान में आतंकियों के जनाजे को स्टेट ऑनर दिया गया, ताबूत पर पाकिस्तानी झंडे लगाए गए, उनकी सेना ने सलामी दी, ऐसे में अब इसे प्रॉक्सी वॉर नहीं कहा जा सकता। आतंकी गतिविधि अब प्रॉक्सी वॉर नहीं बल्कि सोची-समझी रणनीति के तहत युद्ध ही है और उसका जवाब वैसे ही दिया जाएगा।

## लड़ाई में भारत से जीत नहीं सकता और इसीलिए शुरू किया प्रॉक्सी वॉर

गुजरात के गांधी नगर में रोड शो के दौरान प्रधानमंत्री।

### पाक जानता है वह हमसे जीत नहीं सकता

मोदी ने कहा कि पाकिस्तान के साथ जब युद्ध की नौबत आई तो तीनों बार भारत सैन्य शक्ति ने पाकिस्तान को धूल चटाई है। पाकिस्तान समझ गया कि वह लड़ाई में भारत से जीत नहीं सकता और इसीलिए उसने प्रॉक्सी वॉर शुरू किया। आतंकियों को सैन्य प्रशिक्षण देकर भारत भेजता है और निर्दोष लोगों को निशाना बनाया जाता है। पाकिस्तान को जब भी मौका मिला वो मारते रहे और हम सहते रहे. उन्होंने कहा कि हम शांति प्रिय देश हैं लेकिन जब बार-बार हमारे सामर्थ्य को ललकारा जाए तो यह याद रखना चाहिए कि यह देश वीरों की भी भूमि है।

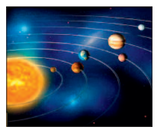
### सिंधु जल-समझौते से साधा निशाना

गांधीनगर में पीएम मोदी ने कहा कि हम सबका भला चाहते हैं और मुसीबत में मदद भी करते हैं। लेकिन बदले में खून की नदियां बहती हैं। देश को कैसे बर्बाद किया गया है, इसका एक उदाहरण सिंधु जल समझौता है। उसकी बारीकी में जाएंगे तो आप लोग चौंक जाएंगे। इस समझौते में तय हुआ है कि जम्मू कश्मीर की नदियों पर बने बांधों की सफाई का काम नहीं किया जाएगा। सफाई के लिए इन बांधों के गेट 60 साल तक नहीं खोले गए, जिसमें 100 फीसदी पानी भरना चाहिए था, उसकी क्षमता कम होते-होते दो से तीन फीसदी रह गई। उन्होंने कहा कि क्या देशवासियों को उनके हक का पानी नहीं मिलना चाहिए था। हमने अभी ज्यादा कुछ किया नहीं है और उनके पसीने छूट रहे हैं। हमने अभी सिर्फ बांध थोड़े से खोलकर कूड़ा-कचरा निकाला है और इतमें में वहां बाढ़ आ गई है।

19 साल लगेंगे सूर्य के पास पहुंचने में

# धरती से प्लेन लेकर पायलट उड़े तो शुक्र शनि ग्रह कितने साल में पहुंचेगा?

**वॉशिंगटन।** आज के समय में धरती से स्पेस में प्लेन का सफर संभव नहीं है। अभी तो इसके लिए बड़े बूस्टर वाले लॉन्च व्हीकल की जरूरत होती है। इसे रॉकेट कहते हैं। हालांकि, अगर कॉमर्शियल विमान का धरती से दूसरे ग्रह पर आना-जाना संभव हो जाए तो कितना समय लगेगा? क्या आपने कभी सोचा है। सोशल मीडिया पर जब एक वीडियो शेयर किया गया तो स्पेसएक्स के मालिक एलन मस्क भी खुद को लिखने से रोक नहीं पाए।





### धरती से मंगल कब पहुंचेगा

धरती के करीब मंगल ग्रह पर 900 किमी प्रति घंटे की स्पीड से प्लेन 9.9 साल में पहुंचेगा। धरती से बुध तक पहुंचने में प्लेन को 11.6 साल का समय लगेगा। इसी तरह से धरती से ग्रह की दूरी बढ़ने के साथ ही प्लेन के पहुंचने का समय भी बढ़ जाएगा। धरती से उड़े प्लेन को जूपिटर तक पहुंचने में 79.7 साल का वक्त लगेगा।

### 5.3 साल में पहुंच जाएगा शुक्र ग्रह पर

आइए जानते हैं कि अगर सब कुछ संभव हो जाए तो धरती से प्लेन लेकर उड़े पायलट को शुक्र से लेकर प्लूटो तक पहुंचने में कितना समय लग सकता है। यहां 900 किमी प्रति घंटे की स्पीड भी पहले से माना गया है। अनुमान के मुताबिक धरती से उड़ा प्लेन शुक्र ग्रह पर 5.3 साल में पहुंच जाएगा। दिलचस्प बात यह है कि इन ग्रहों की तुलना में सूर्य के पास पहुंचने में इस प्लेन को केवल 19 साल ही लगेंगे।

### शनि तक पहुंचने में लगेंगे 161.7 साल

धरती से सैटर्न यानी छल्ले वाले ग्रह शनि तक पहुंचने में शायद एक इंसान की पूरी आयु निकल जाए और दूसरा पूरा जीवन भी। हां, 900 किमी की स्पीड से धरती से उड़े प्लेन को शनि तक पहुंचने में 161.7 साल लगेंगे। यूरेनस तक पहुंचने में 345 साल और नेपच्यून तक पहुंचने में 552 साल और प्लूटो पर विमान को लैंड कराने में 744 साल लगेंगे।

# 20 साल बाद सोया हुआ ब्लैक होल फिर से एक्टिव, खगोलशास्त्री भी दंग

रात का आसमान कभी शांत माहौल वाली जगह माना जाता था, इक्का-दुक्का हवाई जहाज दिखने के अलावा वहां सुकून नजर आता था। लोग, तारे देखते-देखते रात काट लेते थे। हालांकि तकनीकी दक्षता बढ़ने के साथ बीते कुछ सालों में आसमान ब्रह्मांड की नई-नई खोजों के लिए एक गतिशील कैनवास बन गया है। ज़्विकी ट्रांजिएंट फैसिलिटी जैसी आधुनिक दूरबीनें अब रात के आसमान को बड़ी गहराई से देखकर स्कैन कर रही हैं और उनकी रियल टाइम तस्वीरें भी उतार रही हैं। अचानक उठने वाले प्रकाश और चमक के साथ घटने वाली घटनाओं को कैप्चर किया जा रहा है।

### कुछ न कुछ चलता रहता है ब्रह्मांड में

आसमान में भौगोलीय घटनाओं का चल रहा शो अभी खत्म नहीं हुआ है। ब्रह्मांड में क्या हो रहा है? इसे अब पहले की तुलना में ज्यादा बेहतर तरीके से देखा जा सकता है। दिसंबर 2019 में, खगोलविदों ने देखा कि लंबे समय से शांत एक सर्पिल आकाशगंगा एसडीएसएस 1335+0728 का केंद्र अचानक कई रोशनियों के साथ चमक उठा। करीब 300 मिलियन प्रकाश वर्ष दूर स्थित, इस आकाशगंगा में बीते 20 सालों से अधिक समय तक कोई हलचल या गतिविधि का संकेत नहीं मिला था। अचानक वैज्ञानिकों को पता चलता है कि इस आकाशगंगा का केंद्र एक विशाल ब्लैक होल का घर है जो सूर्य के द्रव्यमान से लगभग 10 लाख गुना बड़ा है और उसमें हलचल दिख रही है। उससे भारी रोशनी और ऊर्जा का प्रवाह दिखता है। यानी दशकों से मृतपाय पड़ा ब्लैक होल फिर से जिंदा हो रहा है। खगोलविदों ने इसकी अलग-अलग तरीकों से जांच की तो उनका ध्यान उस थ्योरी की ओर गया, जहां एक तारा ब्लैक होल के गुरुत्वाकर्षण से अलग हो जाता है। जो ब्लैक होल के जागने का संकेत होता है।

### 4 साल पहले की वो रोशनी

पहले आसमान में जब अचानक कोई रोशनी उठती थी या कोई खौगोलिय घटना होती थी, उसे सही से देख पाना संभव नहीं होता है। कुछ ऐसा ही एक आश्चर्य घटनाक्रम 2019 के अंत में घटा। जब एक शांत आकाशगंगा, एसडीएसएस1335+0728, पृथ्वी से लगभग 300 मिलियन प्रकाश वर्ष की दूरी पर स्थित कन्या नक्षत्र में अचानक चमक उठी।इसके बाद जो जानकारी और तस्वीरें मिलीं उसने खगोलविदों को 5 साल से अधिक समय तक मोहित कर रखा है।

# कमिश्नर ने सुनी लोगों की समस्याएं, अधिकारियों को दिए समय सीमा में निराकरण करने के निर्देश

**शहडोल।** कमिश्नर शहडोल संभाग श्रीमती सुरभि गुप्ता की उपस्थिति में आज कमिश्नर कार्यालय शहडोल के अमरकंटक सभाकक्ष में साप्ताहिक जनसुनवाई आयोजित की गई। जनसुनवाई कार्यक्रम में कमिश्नर शहडोल संभाग श्रीमती सुरभि गुप्ता ने शहडोल संभाग के दूर-दराज से आए लोगों की समस्याएं और शिकायतें सुनी और समस्याओं तथा शिकायतों का निराकरण समय-सीमा में करने के निर्देश संबंधित विभाग के अधिकारियों को दिए। जनसुनवाई में अनूपपुर जिले की जनपद पचांयत पुष्पराजगढ़ की ग्राम पंचायत गिजरी निवासी इंन्द्रपाल सिंह, माया बाई, सुखलाल सिंह ने अपने ग्राम पंचायत गिजरी में विद्युतीकरण कराने बावत, ममता साहू सहायक रसोईया नेताजी सुभाष चन्द्र बोस बालक छात्रावास लालपुर ने एक माह का बकाया वेतन दिलाए जाने बावत, उमरिया जिले की ग्राम पंचायत धमोखर निवासी लक्ष्मी रैदास ने उपनिरीक्षक स्वर्गीय श्री बुद्धलाल वर्मा की मृत्यु पश्चात पुत्र सुरेश कुमार को अनुकंपा नियुक्त दिलाए जाने हेतु आवेदन कमिश्नर शहडोल संभाग श्रीमती सुरभि गुप्ता को दिए। जिस पर कमिश्नर ने प्राप्त आवेदनों के निराकरण हेतु संबंधित विभाग के अधिकारी की ओर आवेदन प्रेषित कर शीघ्रता के साथ निराकरण करने के निर्देश दिए। इसी प्रकार अन्य अवेदकों ने भी अपनी शिकायतें एवं समस्याओं संबंधी आवेदन कमिश्नर को दिए। जिस पर कमिश्नर शहडोल संभाग श्रीमती सुरभि गुप्ता ने संबंधित विभाग के अधिकारियों को आवेदन प्रेषित कर कार्यवाही करने के निर्देश दिए। जनसुनवाई में उपायुक्त राजस्व श्रीमती मिनिषा पाण्डेय, संयुक्त आयुक्त विकास श्री मगन सिंह कनेश, उपायुक्त जनजातीय कार्य विभाग श्रीमती ऊषा सिंह सहित अन्य विभागीय अधिकारी उपस्थित रहे।




# आखिर किसने किया योगी के खिलाफ भ्रष्टाचार का दुस्साहस, कानपुर में सरकारी जमीन पर बिल्डर का होटल ? चर्चा में 11 करोड़

**कानपुर।** यहां के जीटी रोड स्थित करोड़ों की जमीन पर बिल्डर का अवैध रूप आलीशान होटल बनवा दिया गया। इसके लिए 11 करोड रुपए खर्च किए जाने के लिए चर्चा है। मामले में मुख्यमंत्री से कार्रवाई की भी मांग की गई है। अब तक मिली जानकारी के मुताबिक यह जमीन जीएस वी एम मेडिकल कॉलेज की बताई जाती है। सूत्रों से मिली जानकारी के मुताबिक आर्थिक लाभ के लिए जनहित के खिलाफ भ्रष्टाचार का अक्षम्य अपराध मात्र कुछ के लिए नहीं बल्कि करोड़ों के लाभ में सफलता से जुड़ा है और जब कोई लाभ करोड़ों से जुड़ा होता है तो यह सब किसी एक के बस की बात नहीं होती। और लोग सहयोग भी तभी प्रदान करते हैं, जब उन्हें इसमें अपना भी बड़ा फायदा होने वाला होता है। कुल मिलाकर मेडिकल कॉलेज की करोड़ों की बताई जाने वाली सरकारी जमीन पर एक प्रभावशाली बिल्डर द्वारा बड़े होटल का निर्माण चर्चा का विषय बना हुआ है, जिसका केंद्र बिंदु बताए जाते हैं, मेडिकल कॉलेज के एक बड़े पदाधिकारी।

# प्रेस क्लब ऑफ वर्किंग जर्नलिस्ट्स द्वारा 30 मई हिन्दी पत्रकारिता दिवस पर पत्रकारों का सम्मान

## सांगली महाराष्ट्र के पत्रकार संपत राव जाधव को किया जाएगा सम्मानित

**मुंबई।** पत्रकार सुरक्षा एवं कल्याण के लिए प्रतिबद्ध अखिल भारतीय संगठन प्रेस क्लब ऑफ वर्किंग जर्नलिस्ट्स द्वारा आगामी 30 मई 2025 को हिन्दी पत्रकारिता दिवस के अवसर पर देश भर के क्रांतिकारी पत्रकारों सहित गैर हिन्दी भाषी क्षेत्र के पत्रकारों को विशेष सम्मान के लिए चुना गया है। संगठन के संस्थापक अध्यक्ष डॉ सैयद खालिद कैस के निर्देश पर संगठन की राष्ट्रीय संगठन महासचिव मुंबई (लेखिका) शशि दीप द्वारा आज नामों की घोषणा की गई। गौरतलब हो कि इस दिन को विशेष बनाने का मुख्य उद्देश्य हिन्दी पत्रकारिता का सम्मान और प्रचार प्रसार है। संगठन द्वारा चयनित इस साल सम्मानित होने वाले पत्रकारों में महाराष्ट्र मुंबई से रामानुज भट्टर, गौरव राजपुरोहित, हीना खान, शेफाली सिन्हा, परवेज अख्तर, सांगली से सम्पत राव जाधव हैं वहीं, पश्चिम बंगाल कोलकाता से शाश्वती दास, रवीना घोष, संपा दास, गुड्डु गुप्ता, अर्पिता दास, मध्य प्रदेश से हाफिज शाह शाजापुर, पुष्पा चन्देरिया भोपाल, विजय चिडार रायसेन, जहीर उद्दीन शैख उज्जैन, इरशाद खान बैतूल, अल्ताफ खान धार, अरविंद शर्मा अशोक नगर, और तेलंगाना राज्य से मीर मोहम्मद, मोहम्मद शीराज, केरल राज्य से जॉय एस थॉमस, असम से अर्नव शरमा, आन्ध्रप्रदेश से टी आसीफ इकबाल, छत्तीसगढ़ से सुधीर तंबोली आजाद, और हरियाणा से डिम्पल कुमार शामिल है। इस पहल का ध्येय पत्रकारिता जो कि लोकतंत्र का चौथा स्तंभ है, वर्तमान में कठिन दौर व अत्यधिक प्रतिस्पर्धा से गुजर रहा है को सशक्त करना तथा पत्रकारों जो कि कई पीड़ा/परेशानियों से गुजर रहे हैं उन्हें इस सम्मान से खुशी और आत्मविश्वास देना है ताकि उन्हें निष्ठापूर्वक कार्य करने में आसानी होगी।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

# व्यवहार रोजगार की पहली प्राथमिकता: चंद्रकांति नागे

## हिमांशु ब्यूटी पार्लर चारामा में हुआ विदाई समारोह का आयोजन, बच्चों को प्रमाण पत्र वितरित किये गये

**चारामा, कांकेर।** हिमांशु ब्यूटी पार्लर एकेडमी चारामा जिला कांकेर में प्रशिक्षण प्राप्त करने वाले स्टूडेंट के लिए विदाई समारोह का आयोजन किया गया। दो महीने से अधिक प्रशिक्षण प्राप्त करने वाली छात्रा महिलाओं को प्रमाण पत्र वितरित किये गये। इस अवसर पर हिमांशु ब्यूटी पार्लर एकेडमी की संचालिका चंद्रकांति नागे ने प्रशिक्षणार्थियों का आह्वान किया कि अपना रोजगार ईमानदारी और मधुर व्यवहार से करके ही आप आगे बढ़ सकते हैं। व्यवहार बिना किसी भी काम में सफलता नहीं पाई जा सकती। कार्यक्रम की मुख्य अतिथि डॉक्टर ममता रामटेके और विशेष अतिथि हेमलता सोनी कोरर भानु प्रतापपुर ने गायत्री माता के छायाचित्र पर दीप प्रज्वलित कर समारोह की शुरूआत की। चंद्रकांति नागे ने बताया कि कार्यक्रम में बीस प्रशिक्षणार्थी उपस्थित थे। उन्हें चंद्रकांति नागे की ओर से थ्रेडिंग चेयर,वैक्स हीटर,हेयर डायल, पेन, डायरी कॉपी और सर्टिफिकेट प्रदान किया गया। चंद्रकांति ने बताया कि उनसे प्रशिक्षित बच्चे प्रदेश के विभिन्न जिलों में पचास से ज्यादा पार्लर चलाकर सम्मानपूर्वक जिंदगी गुजर बसर कर रहे हैं। कार्यक्रम के सफल आयोजन में नई उड़ान फाउंडेशन की डायरेक्टर उषा शर्मा का विशेष सहयोग रहा। इस अवसर पर गायत्री साहू, आरती नेताम, महेश्वरी, गुनेश्वरी, भगवती, तनुजा देवांगन, दिव्या देवांगन, प्रमिला साहू, हेमलता सोनी, ज्योति, दिव्या, रामेश्वरी, अनिता व सुनीता रजक भी उपस्थित थे।

## इंटरनेट सेवा प्रदाता कंपनी के कार्यक्रम में संचार मंत्री बोले

# 'संपर्क' को वस्तु नहीं, संवैधानिक प्रतिबद्धता के रूप में लें दूरसंचार कंपनियां : सिंधिया

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

केंद्रीय संचार और पूर्वोत्तर क्षेत्र विकास मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया ने मंगलवार को कहा कि दूरसंचार सेवा प्रदाताओं को संपर्क (कनेक्टिविटी) को केवल एक वस्तु के रूप में नहीं, बल्कि एक संवैधानिक प्रतिबद्धता के रूप में देखना चाहिए। साथ ही इसके लिए उन्हें सामर्थ्य, उपलब्धता, पहुंच व तेज डेटा गति जैसे प्रमुख कारकों को ध्यान में रखना चाहिए।

- कंपनियों को तेज डेटा गति जैसे कारकों को ध्यान में रखना चाहिए

इंटरनेट सेवा प्रदाता संस्था आईएसपीएआई और सरकार समर्थित निक्सी द्वारा आयोजित कार्यक्रम में मंत्री ने कहा कि पांच दिन पहले भारत, दुनिया की पांचवीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था से चौथी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बन गया। उन्हें दूरसंचार क्षेत्र का प्रतिनिधित्व करने में गर्व महसूस होता है। हम 14 से 16 प्रतिशत की वार्षिक वृद्धि दर के साथ-साथ पूर्वोत्तर में 12-13 प्रतिशत की वृद्धि दर के साथ आगे बढ़ रहे हैं।

**खास**

- भारत पांचवी से चौथी बड़ी अर्थव्यवस्था बन गया
- हम 14 से 16 फीसदी की वार्षिक वृद्धि दर से बढ़ रहे

**एमबीएम का सबसे बड़ा सरकारी निवेश :** मंत्री ने कहा कि 1,39,000 करोड़ रुपये के निवेश के साथ राष्ट्रीय ब्रॉडबैंड मिशन (एनबीएम) दुनिया का सबसे बड़ा सरकारी निवेश है जो देश के कोने-कोने में प्रत्येक गांव तक नेटवर्क उपलब्ध कराएगा। सिंधिया ने कहा, " प्रधानमंत्री ने संकल्प किया है कि एनबीएम 2.0 के माध्यम से हमें हर एक गांव को जोड़ना चाहिए।

### पहुंच गुणवत्ता व सुरक्षा पर हो विशेष ध्यान

*मंत्री ने कहा, " ....आप भारत की डिजिटल ज्योति के रखवाले हैं। संपर्क को केवल एक वस्तु के रूप में नहीं, बल्कि एक संवैधानिक प्रतिबद्धता के रूप में देखें।" उन्होंने दूरसंचार परिचालकों और इंटरनेट सेवा प्रदाताओं (आईएसपी) को सामर्थ्य, उपलब्धता, पहुंच, गुणवत्ता, सुरक्षा व कृत्रिम मेधा एवं इंटरनेट ऑफ थिंग्स (आईओटीत) जैसी उभरती प्रौद्योगिकियों पर ध्यान केंद्रित करने को कहा।*

### भारत में एक डेटा की कीमत 287 रुपए हुआ करती थी

*मंत्री ने कहा कि भारत में जहां एक जीबी डेटा की कीमत 287 रुपये हुआ करती थी, वहीं वर्तमान में इसकी कीमत केवल नौ रुपये है। सिंधिया ने कहा, " 11 सेंट पर, भारत आज दुनिया में सबसे सस्ता डेटा प्रदाता है। औसत वैश्विक लागत 2.59 अमेरिकी डॉलर है।" उन्होंने कहा कि यदि डेटा तरल सोना या काला तेल है, तो भारत उस तरल सोने और काले तेल का गढ़ है।*

### एक दशक से 11वीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बना हुआ

मंत्री ने कहा, " ऐसा कोई वजह मौजूद नहीं है कि भारत विश्व की डेटा राजधानी न बने। प्रधानमंत्री ने बहुत स्पष्ट रूप से कहा है कि यदि यह भारत की सदी है, और यह वास्तव में भारत की सदी है...भारत एक दशक में दुनिया की 11वीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था से 5वीं सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था बन गया है।" उन्होंने इंटरनेट सेवा प्रदाताओं से देश भर में संपर्क का विस्तार करने के लिए ग्रामीण ब्रॉडबैंड परियोजना भारतनेट का लाभ उठाने को कहा।

### 100 एमबीपीएस की गति सुनिश्चित करनी होगी

लेकिन केवल हर एक गांव को ही नहीं, हमें हर एक स्कूल को भी जोड़ना होगा। हमें हर एक अस्पताल को जोड़ना होगा क्योंकि यह हमारी नैतिक जिम्मेदारी है।" उन्होंने कहा कि एनबीएम 2.0 ब्रॉडबैंड नेटवर्क का 95 प्रतिशत 'अपटाइम' (सेवा) और पूरे नेटवर्क में न्यूनतम 100 एमबीपीएस की गति सुनिश्चित करेगा।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

# अपेंडिक्स के लक्षणों को पहचान कर ऐसे करें घरेलू उपचार

**अपेंडिक्स की समस्या 10 से 30 साल तक के लोगों को ज्यादा होती है। इसका कारण गलत खान-पान और लाइफ स्टाइल है। अपेंडिक्स हमारी आंत का एक छोटा-सा हिस्सा होता है, जिसके दो सिरे होते होते हैं। एक सिरा बंद और एक खुला। अगर कभी खुले सिरे से खाना अंदर चला जाए तो बंद सिरे से बाहर नहीं आ पाता। इससे अपेंडिक्स में इंफैक्शन होने लगता है, जिससे धीरे- धीरे पेट के दाई ओर सूजन और दर्द होने लगती है। इस दर्द से बचने के लिए लोग ऑपरेशन का सहारा लेते हैं। इसको करवाते समय बहुत पीड़ा सहन करनी पड़ती है। ऐसे में आप घरेलू तरीकों का इस्तेमाल करके भी अपेंडिक्स के दर्द से छुटकारा पा सकते हैं। आज हम आपको अपेंडिक्स के लक्षण और इसके घरेलू इलाज के बारे में बताएंगे।**

## अपेंडिक्स के प्रकार

**1. एक्यूट अपेंडिक्स**
यह अपने नाम की तरह ही बहुत जल्दी बढ़ती जाती है। कई बार तो एक्यूटट अपेंडिक्स 2-3 घंटों या कुछ ही दिनों में भी पैदा हो जाती है। जिस समय यह शरीर में विकसित होती है तो उस समय कब्ज, उल्टी जैसे कई कारण दिखाई देने लगते हैं। इन शुरूआती लक्षणों को पहचान कर इसका इलाज शुरू करवा सकते हैं।

**2. क्रोनिक अपेंडिक्स**
इस तरह की अपेंडिक्स ज्यादा नहीं होती। इसके लक्षण दिखाई ही देते हैं। यह कुछ समय के बाद खुद ही समाप्त भी हो सकती है।

**अपेंडिक्स के लक्षण**
पीठ में दर्द
भूख में कमी
चक्कर और उल्टी आना
दस्त या कब्ज
पेशाब करते समय दर्द
मलाशय, पीठ या पेट में दर्द
ठंडा लगना और शरीर का कांपना
गैस नहीं निकाल पाना

## अपेंडिक्स के घरेलू इलाज

**1. अदरक**
अपेंडिक्स के दर्द और सूजन को समाप्त करने के लिए अदरक रामबाण है। रोजाना 2 बार अदरक की चाय पीने से कुछ ही दिनों में फर्क दिखाई देने लगेगा।

**2. पालक**
अपेंडिक्स आंत के बीच में होता है। इससे बचने के लिए रोजाना पालक का सूप या इसकी सब्जी बना कर खाएं। पालक शरीर को स्वस्थ रखने का काम करता है।

**3. सेंधा नमक**
इस समस्या से पीड़ित व्यक्तियों को अपने खान-पान का खास ध्यान देना चाहिए। खाना खाने से पहले 1 टमाटर काटकर उसमें सेंधा नमक डाल कर खाएं। इससे कुछ ही समय के बाद पेट की दर्द और सूजन कम होने लगेगी।

**4. तुलसी**
तुलसी पेट के लिए लाभकारी होती है। रोजाना तुलसी वाली चाय पीने से पेट संबंधित समस्या नहीं होती। आप चाहें तो सुबह खाली पेट तुलसी को चबा- चबा कर भी खा सकते हैं। ऐसा करने से भी अपेंडिक्स में राहत मिलती है।

**5. छाछ**
अगर आप घरेलू तरीके से इस समस्या से राहत पाना चाहते हैं। तो रोजाना छाछ का सेवन करना शुरू करें। अपेंडिक्स के दर्द से छुटकारा पाने के लिए छाछ में काला नमक डालकर पीना लाभकारी है। इससे शरीर में जमा गंदगी बाहर निकल जाती है।

# ब्यूटी की परेशानियां एल्युमिनियम फॉयल से होंगी दूर

एल्युमिनियम फॉयल का उपयोग हर घर में किया जाता है। इसका इस्तेमाल ज्यादातर रोटी और पराठों को गर्म करने के लिए किया जाता है, पर क्या आप जानते हैं कि इसकी सहायता से स्किन, ब्यूटी और बालों से संबंधित परेशानियों को आसानी से दूर किया जा सकता है। आज हम आपको ब्यूटी को बढ़ाने के लिए किस तरह एल्युमिनियम फॉयल का इस्तेमाल कर सकते हैं। तो आइए जानते हैं उन तरीकों के बारे में।

**1. नेल पेंट उतारने में सहायक**
कई बार नेल पेंट रिमूवर का इस्तेमाल करने पर भी नाखूनों पर लगा नेल पॉलिश उतरने का नाम ही नहीं लेता। ऐसे में आप घर में पड़े एल्युमिनियम फॉयल की सहायता से जिद्दी नेल पॉलिश को बहुत आसानी से निकाल सकते हैं। नेल पेंट हाटने के लिए सबसे पहले कॉटन में नेल पेंट रिमूवर लागाएं। अब इसको नाखूनों पर अच्छे से लगाएं। इसके बाद फॉयल से कॉटन को पूरी तरह ढक कर थोड़ा दबाएं। कुछ मिनटों के लिए ऐसा ही करें और फिर हटा लें। इस तरह करने से कुछ ही समय में ग्लिटर नेल पेंट आसानी से नाखूनों से निकल जाएगा।

**2. पफी आईज**
पफी आईज से छुटकारा पाने के लिए अपने चेहरे के आकार का एल्युमिनियम फॉयल लें। अब इसको आंख, नाक और मुंह के पास से ठोड़ा सा काट लें। फॉयल को काटने के बाद इसको ठंडा होने के लिए फ्रिज में रखें। अब इसको 10- 15 मिनट के लिए चेहरे पर लगाएं। ऐसा करने से पफी आईज की परेशानी खत्म हो जाएगी।

**3. कर्ली हेयर**
एल्युमिनियम फॉयल की सहायता से आसानी से बालों को कर्ली किया जा सकता है। इनमें कुंडल डालने के लिए फॉयल को पतले- पतले लेयर्स में काट लें। अब इनको छोटे-छोटे सेक्शन में ट्विस्ट करें और फॉयल को इसे उनमें रैप करें। रात भर ऐसा ही रहने दें। सुबह उठकर इसको निकाल दें।

**4. हेयर मास्क**
हेयर मास्क लगाने के बाद सिर को एल्युमिनियम फॉयल से पूरी तरह के ढक लें। ऐसा करने से मास्क पूरी तरह स्कैल्प में समा जाएगा। इससे बालों को हेयर मास्क का फायदा मिलेगा।

**5. बालों को हाईलाइट करना**
बालों को हाईलाइट करने के लिए अब पार्लर जाकर पैसे खर्च करने की आवश्यकता नहीं है। आप घर बैठे ही आसानी से एल्युमिनियम फॉयल की सहायता से बालों को हाईलाइट कर सकते हैं। बालों के जिस हिस्से को हाईलाइट करना है। उन बालों के नीचे में फॉयल को रखें। अब बालों पर ब्रश की मदद से हेयर प्रोडक्ट अप्लाई करें। इसके बाद एल्युमिनियम फॉयल उस पर लपेट दें। आधे घंटे बाद इसे हटाकर बालों को धो लें। बिना पैसे के घर पर बैठे ही आसानी से बाल हाईलाइट हो जाएंगे।

# मशरूम खाने से सेहत की ये 8 परेशानियां होती हैं दूर

**मशरूम खाने में स्वादिष्ट होने के साथ-साथ सेहत के लिए भी बहुत फायदेमंद होता है। वैसे तो मशरूम की सब्जी हर कोई खाना पसंद करता है लेकिन शायद ही कोई इसके फायदे जानता हो। एंटी-ऑक्सीडेंट्स, प्रोटीन, विटामिन डी, सेलेनियम और जिंक से भरपूर मशरूम का इस्तेमाल कई दवाइयां बनाने के लिए किया जाता है। इसमें मौजूद पौषक तत्व आपके शरीर को कई खतरनाक बीमारियों से बचा कर रखते है। इसके अलावा इसका सेवन इम्यून सिस्टम को भी मजबूत करता है। आइए जानते है कई गुणों से भरपूर मशरूम का सेवन करने से आप किन बीमारियों से बच सकते है।**

**1. कैंसर का खतरा**
इसमें बीटा ग्लाइसीन और लिनॉलिक एसिड होता है, जो आपको प्रोस्टेट और ब्रेस्ट कैंसर के खतरे को कम करता है।

**2. वजन कम करना**
मशरूम का सेवन करने से वजन जल्द से जल्द कम करने में मदद मिलती है। आप इसे उबाल कर ब्रेकफास्ट में शामिल कर सकते है।

**3. शुगर लेवल**
मशरूम में काबोर्हाइड्रेट्स की मात्रा कम होने के कारण यह ब्लड शुगर लेवल को कंट्रोल करने में मददगार होते है। डायबिटीज मरीजों के लिए यह सबसे अच्छा फूड है।

**4. इम्युनिटी पावर**
सेलिनियम से भकपूर मशरूम इम्यून पॉवर को बढ़ाने के साथ-साथ सर्दी-खांसी और जुकाम जैसी समस्याओं को शरीर से दूर रखते है।

**5. दिल के रोग**
इसमें पाएं जाने वाले न्यूट्रिएंट्स और एंजाइम दिल के रोगों का खतरा कम करते है। इसलिए हफ्ते में कम से कम 3 बार इसका सेवन जरूर करें।

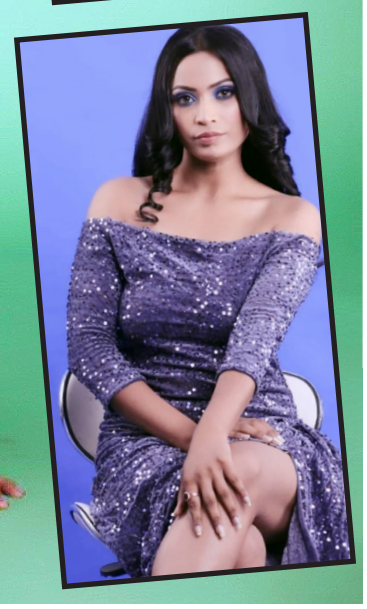
**6. पेट की समस्याएं**
काबोर्हाइड्रेट्स की मात्रा से भरपूर मशरूम का सेवन अपच, पेच दर्द, कब्ज, गैस और एसिडिटी की समस्या को भी दूर करता है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

# अभिनेत्री कोमल गुप्ता ने मेहनत के दम पर बनाया खास मुकाम

**मॉडल और अभिनेत्री कोमल गुप्ता** ने अपनी लगन, मेहनत और दृढ़ संकल्प के बलबूते एंटरटेनमेंट इंडस्ट्री में एक मजबूत पहचान बना ली है। फैशन की दुनिया से अपनी करियर की शुरूआत करने वाली कोमल ने अब तक कई चर्चित वेब सीरीज और हाई-प्रोफाइल फोटोशूट्स में हिस्सा लिया है, जिससे उन्होंने ना सिर्फ ग्लैमर इंडस्ट्री में अपनी जगह बनाई, बल्कि दर्शकों के बीच भी खास पहचान हासिल की। कोमल गुप्ता ने हाल ही में मीडिया से बातचीत के दौरान बताया कि वह अब टेलीविजन इंडस्ट्री में कदम रखने जा रही हैं। उन्होंने कहा, 'मैंने हमेशा अपने काम को लेकर गंभीरता और ईमानदारी बरती है। मेहनत ही मेरी सबसे बड़ी ताकत रही है। अब मेरा पूरा ध्यान टेलीविजन की ओर है और मैं जल्द ही किसी अच्छे और दमदार किरदार के साथ सीरियल में नजर आ सकती हूं।' कोमल का मानना है कि हर कलाकार के लिए अलग-अलग प्लेटफॉर्म्स पर काम करना एक सीखने और निखरने का बेहतरीन मौका होता है। उन्होंने आगे कहा, 'मैं हर तरह के किरदार निभाना चाहती हूं - चाहे वो सरल घरेलू लड़की का रोल हो या एक मजबूत महिला की भूमिका। मुझे चुनौतीपूर्ण भूमिकाएं पसंद हैं जो मुझे एक एक्ट्रेस के तौर पर आगे बढ़ने में मदद करें।' कोमल की यह सोच साफ तौर पर दर्शाती है कि वह अपने करियर को लेकर न केवल गंभीर हैं, बल्कि उसमें विविधता और गहराई लाने के लिए पूरी तरह तैयार हैं। उन्होंने बताया कि कई प्रोडक्शन हाउसेज से बातचीत चल रही है और उम्मीद है कि दर्शक जल्द ही उन्हें एक नए अवतार में छोटे पर्दे पर देख पाएंगे। फैशन और मॉडलिंग की दुनिया से अभिनय की ओर कदम बढ़ाना कोई आसान सफर नहीं होता, लेकिन कोमल गुप्ता ने यह रास्ता न सिर्फ तय किया है बल्कि हर पड़ाव पर खुद को साबित भी किया है। अब वह छोटे पर्दे पर अपनी उपस्थिति दर्ज कराने को पूरी तरह तैयार हैं। दर्शकों को भी अब उनके टेलीविजन डेब्यू का बेसब्री से इंतजार है। उनके फैंस यह जानने के लिए उत्साहित हैं कि वह किस सीरियल में और किस किरदार के साथ नजर आएंगी।

**जल्द सीरियल में नजर आने की तैयारी**



# कार्तिक आर्यन का जलवा

**आज** के दौर में जहां अवॉर्ड शोज अक्सर चकाचौंध और पक्षपात के आरोपों से घिर जाते हैं, वहीं जी सिने अवॉर्ड्स 2025 ने एक ताजा और सराहनीय उदाहरण पेश किया। इस साल का समारोह केवल सितारों की चकाचौंध तक सीमित नहीं रहा, बल्कि यह भारतीय सिनेमा के असली टैलेंट को सम्मान देने वाला एक दिल से किया गया जश्न साबित हुआ। इस बार का शो इसलिए खास रहा क्योंकि यहां कला को नाम से ऊपर रखा गया। चैनल द्वारा दी गई जानकारी के अनुसार, कुछ बड़े नामों की अनुपस्थिति के बावजूद, अवॉर्ड्स निष्पक्षता और निरंतरता के साथ दिए गए। श्रद्धा कपूर, जो कार्यक्रम में उपस्थित नहीं हो सकीं, को स्त्री 2 में उनके दमदार प्रदर्शन के लिए सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री का पुरस्कार मिला। साथ ही यह फिल्म व्यूअर्स चॉइस बेस्ट फिल्म भी बनी। निमार्ता दिनेश विजान ने श्रद्धा की ओर से पुरस्कार स्वीकार करते हुए उनके द्वारा एक हटके और जोखिम भरे विषय को चुनने के फैसले की सराहना की। कार्तिक आर्यन इस शाम के सबसे चर्चित नामों में से एक रहे। उन्हें चंदू चैंपियन के लिए सर्वश्रेष्ठ अभिनेता (जूरी) और भूल भुलैया 3 के लिए व्यूअर्स चॉइस बेस्ट एक्टर का अवॉर्ड मिला।

# प्रियंका चोपड़ा की गोद में सुकून से लिपटी मालती

**ग्लोबल आइकन प्रियंका चोपड़ा** इन दिनों अपनी बेटी मालती मैरी के साथ सुकून भरे पल बिता रही हैं। सोशल मीडिया पर एक्टिव रहने वाली प्रियंका ने हाल ही में एक ऐसी तस्वीर साझा की है, जिसने फैंस के दिल को छू लिया। यह फोटो न सिर्फ एक मां-बेटी के गहरे रिश्ते को दशार्ती है, बल्कि उसमें प्रकृति की खूबसूरती और एक शांत जीवनशैली की झलक भी नजर आती है। प्रियंका चोपड़ा ने अपनी इंस्टाग्राम स्टोरी पर मालती संग एक प्यारा सा पल शेयर किया, जिसमें वे अपनी बेटी को गोद में लिए समंदर के किनारे बैठी हैं। आसमान में उमड़-घुमड़ करते बादल, शांत समुद्र और मां-बेटी की इस प्यारी तस्वीर ने फैंस को भावुक कर दिया है। इस मोमेंट में प्रियंका चोपड़ा ने ब्लैक टोपी और जैकेट पहनी हुई है, जबकि मालती ने हल्के गुलाबी रंग का टॉप और न्यूट्रल शेड्स की पैंट पहनी हुई है। मां-बेटी की ये जोड़ी निहारते हुए बिल्कुल एक फ्रेम में प्यार और सुकून की तस्वीर पेश करती है। प्रियंका चोपड़ा अक्सर अपनी बेटी के साथ बिताए गए निजी लम्हों को अपने फैंस के साथ साझा करती रहती हैं।