



## सशक्त नारी

झारखण्ड की  
आर्थिक प्रगति का आधार...

### मुख्यमंत्री मंईयां सम्मान योजना

18 से 50 वर्ष की पात्र महिलाओं को  
हर महीने ₹2,500 की आर्थिक सहायता

प्रति वर्ष कुल **₹30,000**

### सर्वजन पेंशन योजना

अब महिलाओं को वृद्धावस्था पेंशन  
के लिए 60 वर्ष का इंतजार नहीं करना होगा

**50 वर्ष से ऊपर आयु की सभी वर्ग की  
महिलाएं पेंशन की हकदार**

**हेमन्त सोरेन**  
मुख्यमंत्री, झारखण्ड

### सावित्रीबाई फुले किशोरी समृद्धि योजना

बालिका शिक्षा को बढ़ावा देने और बाल विवाह  
रोकने के लिए ₹40,000 तक की कुल सहायता

**कक्षा 8वीं से लेकर 18-19 वर्ष की आयु तक  
विभिन्न चरणों में प्रोत्साहन राशि**

### फूलो-ज्ञानो आशीर्वाद अभियान

हड़िया-शराब की बिक्री और निर्माण कार्य में लगी  
महिलाओं को सम्मानजनक स्वरोजगार  
शुरू करने के लिए **₹50,000 तक का ब्याज मुक्त ऋण**

## ...नारी शक्ति के साथ चल रही हेमन्त सरकार

### स्वरोजगार से स्वावलंबन

झारखण्ड की दीदियां अब खुद का  
भविष्य लिख रही हैं, 2.80 लाख से अधिक  
स्वयं सहायता समूह बैंकों से जुड़े।  
**₹17,374 करोड़ का सीधा ऋण  
वितरण, लाखों परिवारों के  
जीवन में आई समृद्धि**

### स्वस्थ पीढ़ी के लिए मातृत्व अवकाश

संविदा (अनुबंध/कॉन्ट्रैक्ट) के आधार पर  
नियुक्त महिला कर्मचारियों को  
**180 दिनों का मातृत्व अवकाश  
(maternity leave) देने का महत्वपूर्ण फैसला**

### ग्रामीण उत्पाद की पहचान पलाश मार्ट

सखी मंडल की दीदियों द्वारा बनाए गए उत्कृष्ट उत्पादों को  
**'पलाश' ब्रांड के तहत पहचान और बाजार**

### कला को सम्मान आदिवा ब्रांड

झारखण्ड की ग्रामीण कला, मेहनत और  
महिला प्रतिभाओं को नई पहचान देने का मजबूत माध्यम  
**ग्रामीण उद्यमिता, महिला स्वावलंबन और  
मजबूत ग्रामीण अर्थव्यवस्था का प्रयास**



# बिहार ऑब्जर्वर

झारखण्ड से प्रकाशित सर्वाधिक लोकप्रिय दैनिक



## असम में बोले हेमंत सोरेन, इस बार भाजपा को पता चल जाएगा कि राजनीति आदिवासियों को भी आती है

रांची (एजेंसी): अप्रैल माह में असम में विधानसभा का चुनाव संभावित है। इसको केंद्र में रखते हुए मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन मंगलवार को असम पहुंचे। वहां उन्होंने कार्यक्रमों में भाग लेते हुए संबोधित किया। इस अवसर में वह भाजपा का नाम लिए बगैर उस पर बहुरूपी उल्टे उल्टे कहें कि इस बार के चुनाव में ऐसा प्रयास होगा कि उन्हें समझ में आ जाए कि राजनीति सिर्फ उनकी को नहीं आती।

दिल्ली आदिवासियों को भी आती है। मुख्यमंत्री ने अपने भाषण की शुरुआत चाय से की। उन्होंने कहा कि असम ही नहीं पूरे देश के चाय का व्यापार केवल आदिवासियों को ही देना है। उन्होंने कहा कि असम ही नहीं पूरे देश के चाय का व्यापार केवल आदिवासियों को ही देना है। उन्होंने कहा कि असम ही नहीं पूरे देश के चाय का व्यापार केवल आदिवासियों को ही देना है।



व्या मिलता है, किसी से छुपा नहीं है। उन्होंने झारखंड से असम के आदिवासियों को जोड़ा। कि झारखंड में भी एक और आदिवासी की लंबी लड़ाई लड़ी गयी। लेकिन जब एक और आदिवासी नहीं मिला तो जंगल राज्य का विंगल फूटा गया। इसके

लिए संकल्प लिया गया। यह जानते हुए कि इस लड़ाई में अंतिम पंक्ति के सभी नेता मारे जाएंगे। दूसरी पंक्ति के नेता जाएंगे। तृतीय पंक्ति के नेता कार्यकर्ता झारखंड सजाएंगे और संघरे। वहीं हूंगा। उन्होंने आह्वान किया कि इसी तरह का संकल्प असम के

आदिवासियों, दिल्ली और असमवासियों को भी लेना होगा। एक छत्र के नीचे आना होगा। हेमंत सोरेन ने वहां के लोगों को समझाया। इस आर्थिक, सामाजिक और बौद्धिक रूप से असम राजनीतिक दुग्धन से कमजोर है। अब लड़ कर उसे

झारखंड वाला नारा काम नहीं आएगा। अब बौद्धिक और कानूनी रूप से भी हमें लड़ाई लड़नी पड़ेगी। इसके लिए एकजुट होना होगा। क्योंकि असम में सत्ता में काबिज लोग कुछ देना नहीं हैं। क्योंकि वे व्यापारी हैं। व्यापारी हमेशा अपने लाभ का न्यूनतम हिस्सा भी मजदूरी में देता है। मुख्यमंत्री ने आगे कहा कि इन्हें केवल गुजरात, मुंबई और दिल्ली का विकास करना है। इस विकास के लिए केवल मजदूर चाहिए और वे मजदूर आदिवासी, दलित और अल्पसंख्यक ही बने रहें। उन्होंने कहा कि झारखंड में सबसे अधिक खनिज संसाधन हैं। लेकिन इसकी हालत क्यों बदतर हो गयी। जहां खनिज नहीं है, वे विकसित राज्य बन गए। क्योंकि झारखंड के विकास को केंद्र में रख कर कमी नीतियां नहीं बनने दी गयीं। हमें सोचने में तैयार बने रहना है कि इसका बदला लेने का >>> 8

## प. बंगाल में मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार ने कहा... पात्र वोटर का नाम नहीं कटेगा, स्वतंत्र, निष्पक्ष और शांतिपूर्ण चुनाव कराना आयोग की प्राथमिकता

कोलकाता (इंफोएक्स): मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार ने मंगलवार को कहा कि किसी भी पात्र वोटर का नाम वोट लिस्ट से नहीं हटाया जाएगा। उन्होंने कहा कि पश्चिम बंगाल में स्वतंत्र, निष्पक्ष और शांतिपूर्ण चुनाव सुनिश्चित कराना आयोग की प्राथमिकता है। एएसआईआर का मकसद यह सुनिश्चित करना है कि वोट लिस्ट शुद्ध हो और पात्र वोटर को सूची में अपना नाम मिल जाए।



राजनीतिक दलों और अधिकारियों के साथ कई बैठकों के बाद कोलकाता में प्रेस कॉन्फ्रेंस को संबोधित करते हुए कुमार ने कहा कि पश्चिम बंगाल के लोग हमेशा से शांतिपूर्ण और सहभागी लोकतंत्र में विश्वास रखते आए हैं। हमारा लक्ष्य बंगाल में स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनाव और शांतिपूर्ण मतदान सुनिश्चित करना है। मुख्य चुनाव आयुक्त ने कहा कि पश्चिम बंगाल में लगभग 60 हजार वृद्ध हैं, जिनमें से लगभग 15 हजार प्रार्थना केंद्रों में हैं। कुमार ने यह भी घोषणा की कि मतदान प्रक्रिया के दौरान परदर्शिता बढ़ाने के लिए चुनाव आयोग राज्यभर के वृद्ध पर 100 प्रतिशत वेबकास्टिंग लागू करेगा।

लोगों ने फिर काले झंडे दिखाए

### नीशेरा में एक आतंकी मारा गया

श्रीनगर (इंफोएक्स): जम्मू-कश्मीर के शंकर-नीशेरा सेक्टर में एलओसी पर घुसपैठी की कोशिश के दौरान एक आतंकी मारा गया। भारतीय सेना ने बताया कि 10 मार्च 2026 को दोपहर करीब 3 बजे लाइन ऑफ कंट्रोल पर शंकर-नीशेरा के इलाके में दो आतंकीयों की एक हलक कर पाता चला था। सेना ने बताया कि सैनिकों ने तेजी से काम किया, और घुसपैठी को कोशिश को सफलतापूर्वक नाकाम कर दिया। दूसरे आतंकीयों की तलाश जारी है। सेना के प्रमुखिक जमीन और हवाई निगरानी की मदद से जा रही है। पिछले 5 दिनों में जम्मू-कश्मीर के राजकीय इलाके में सिक्योरिटी फेस में दूसरी बार घुसपैठी की कोशिश नाकाम की है।

### पुलिस फायरिंग में दो लोगों की मौत

शिमला (इंफोएक्स): मेघालय के वेस्ट गारो हिल्स जिले में मंगलवार सुबह हिंसक मौजूद को सितर-बितर करने के लिए सुरक्षाबलों ने फायरिंग की, जिसमें दो लोगों की मौत हो गई। यह घटना एएसआईआर चुनाव नॉमिनेशन प्रोसेस को लेकर तनाव के बीच हुई। वेस्ट गारो हिल्स के पुलिस सुपरिटेण्डेंट अन्नमेश टा संग्राम ने कहा कि यह घटना चिंतिगंज इलाके में हुई, जहां आदिवासी और गैर-आदिवासी युवा के बीच झड़प हो गई। संघर्ष में कहां, जिन दो लोगों की मौत हुई, वे चिंतिगंज के रहने वाले थे।

## ममता बनर्जी ने सुप्रीम कोर्ट के हस्तक्षेप के बाद अपना धरना समाप्त किया

नई दिल्ली (इंफोएक्स): पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने मंगलवार को दोषपूर्ण एएसआईआर प्रक्रिया के खिलाफ अपना धरना पांचवें दिन समाप्त कर दिया और कहा कि उच्चतम न्यायालय द्वारा मतदान की सूची संशोधन के संबंध में अपीलिया न्यायाधिकरण गठित करने के आदेश के बाद विरोध-प्रदर्शन को अस्थायी रूप से स्थगित किया जा रहा है।



उच्चतम न्यायालय द्वारा अपीलीय प्राधिकरण के गठन के कानून का स्वागत करते हुए बनर्जी ने कहा कि निर्वाचन आयोग द्वारा बंद किया गया मतदान अब खुल गया है, जिससे उन लोगों के लिए आशा की एक नई किरण जगी है। निम्नलि

नाम एएसआईआर के तहत तार्किक विमर्शों के कारण हटा दिए गए थे या विचारार्थीय हैं। मुख्यमंत्री ने धरना अस्थायी रूप से समाप्त करने की घोषणा करते हुए कहा कि उच्चतम न्यायालय का आदेश बंगाल की जनता की जीत है। सुप्रीम कोर्ट के हस्तक्षेप के बाद उच्चतम न्यायालय ने पश्चिम बंगाल में विशेष महान परीक्षण के दौरान मतदाता सूची से नाम हटा देने में लोगों की अपीलें सुनने के लिए एक स्वतंत्र अपीलीय न्यायाधिकरण स्थापित करने का मंगलवार को आदेश दिया, जिसकी अध्यक्षता उच्च न्यायालयों के पूर्व न्यायाधीश करीना न्यायालय ने उन प्रारंभों के खिलाफ भी सख्त चेतावनी दी, जो एएसआईआर >>> 8

## मुस्लिम महिलाओं के उत्तराधिकार अधिकारों पर सुप्रीम कोर्ट की बड़ी टिप्पणी

### यूसुफी लागू करने का सही समय आ गया

नई दिल्ली (इंफोएक्स): सुप्रीम कोर्ट ने मंगलवार को समान नागरिक संहिता (यूसुफी) पर महत्वपूर्ण टिप्पणी करते हुए कहा कि देश में अब इस विषय पर कानून से विचार करने का समय आ गया है। हालांकि कोर्ट ने स्पष्ट किया कि शरीयत कानून की प्रथाओं को रद्द करने जैसे संवेदनशील मुद्दे पर अंतिम फैसला लेना विधायिका का अधिकार क्षेत्र है।



नामले की सुनवाई मुख्य न्यायाधीश सर्वांगत मुस्लिम उत्तराधिकार को नियंत्रित करने वाला कोई अन्य स्पष्ट कानून मौजूद नहीं है। मुख्य >>> 8

एपीकेएन एक्ट, 1930 की कुछ धाराओं को चुनौती देने वाली याचिका पर सुनवाई कर रही थी, जिसमें इन्हें मुस्लिम महिलाओं के प्रति भेदभावपूर्ण बताया गया है। मुस्लिम महिलाओं के लिए कड़ी से बात सुनवाई के दौरान अदालत ने कहा कि यदि न्यायालय शरीयत कानून के उत्तराधिकार संबंधी मामलों को रद्द कर देता है, तो इससे एक कानूनी खालीपन पैदा हो सकता है, क्योंकि मुस्लिम उत्तराधिकार को नियंत्रित करने वाला कोई अन्य स्पष्ट कानून मौजूद नहीं है। मुख्य न्यायाधीश सर्वांगत ने याचिकाकर्ताओं की >>> 8

### पंजाब में बीजेपी के नेता अमित गोसाईं अकाली दल में शामिल

मुम्बई (इंफोएक्स): मंगलवार को पंजाब की राजनीति में एक बड़ा उलटफेर हुआ, जब भारतीय जनता पार्टी के वरिष्ठ नेता अमित गोसाईं ने इस्तीफा दे दिया और कुछ समय बाद अपने समर्थकों के साथ शिरोमणि अकाली दल में शामिल हुए। अकाली दल प्रमुख सुब्रह्मण्य सिंह बद्दल ने कुछ उर्हें पाठों में शामिल करवाया और साथ ही लुधियाना सेंट्रल से हलक झार्वर भी नियुक्त किया। बता दें कि गोसाईं पंजाब के पूर्व कैबिनेट मंत्री स्वर्गीय सतपाल गोसाईं के पोते हैं। बद्दल ने अमित गोसाईं का शिरोमणि अकाली दल में परिवार में स्वागत कर कहा कि अमित अपने दादा सतपाल गोसाईं के काम में उनका साथ देते रहे हैं।

## तेल संकट के बीच भारत की मदद पाइपलाइन से बांग्लादेश भेजा 5,000 टन डीजल

नई दिल्ली (इंफोएक्स): भारत और बांग्लादेश के बीच हुए पाइपलाइन समझौते के तहत डीजल की आपूर्ति शुरू हो गई। दोनों देशों के बीच ऊर्जा सहयोग को मजबूत करने की दिशा में ये द्विपक्षीय समझौता किया गया था। इसके तहत 5,000 टन डीजल की पहली खेप बांग्लादेश पहुंच चुकी है। बांग्लादेश पेट्रोसियम कॉर्पोरेशन के चेयरमैन मोहम्मद खानुर रहमान ने इस खेप के पहुंचने की पुष्टि की है। उन्होंने न्यूज एजेंसी को बताया कि हमारा भारत के साथ एक समझौता है। उस समझौते के मुताबिक, भारत पाइपलाइन के माध्यम से हर साल बांग्लादेश को 1,20,000 टन डीजल की आपूर्ति करेगा। खानुर रहमान ने आगे बताया कि भारत से अभी को 5,000 टन डीजल पहुंचा

है, जो इसी वार्षिक समझौते का एक हिस्सा है। अगले दो महीनों का लक्ष्य समझौते की शर्तों के मुताबिक, गुजराती छह महीनों के भीतर बांग्लादेश को कम से कम 90,000 टन डीजल का आयात करना होगा। बीपीसी चेयरमैन ने भविष्य की योजना साझा करते हुए कहा कि आज पहुंचने वाली खेप 5,000 टन की है। हमें उम्मीद है कि आने वाले महीनों के भीतर, हम पूरे छह महीनों के लिए निर्यातित कुल डीजल की मात्रा को देश में ले आएंगे।

बांग्लादेश के लिए किशोरी से अस्पाई भारत से पाइपलाइन के जरिए होने वाली ये डीजल सप्लाई बांग्लादेश के लिए काफी किफायती और समय बचाने वाली साबित होगी। >>> 8

## राजनाथ ने बताया कैसा होगा विकसित भारत का सैन्य बल, जारी हुआ रोडमैप

नई दिल्ली (इंफोएक्स): केंद्रीय मंत्री राजनाथ सिंह ने दिल्ली के सहाय ब्लॉक में आयोजित कार्यक्रम में 'साला बल विजन 2030' मंत्रियों के लिए तैयार भारतीय सेना का रोडमैप' जारी किया। यह दस्तावेज भारत को 2030 तक विश्वव्यापी राष्ट्र बनाने के लक्ष्य के अनुरूप सशस्त्र, एकीकृत और तकनीकी रूप से उन्नत बनाने की योजना प्रस्तुत करता है। इसका मुख्य उद्देश्य एफ़ीक़र रक्षा स्ट्रेटिजी द्वारा निर्धारित है, जिसका उद्देश्य बदलते भू-राजनीतिक और



तकनीकी माहौल में भारतीय रक्षा बलों को अधिक सशक्त बनाना है। विजन दस्तावेज में रक्षा बलों के भीतर रणनीतिक बल बनाने का >>> 8

रूपरेखा दी गई है। इसका लक्ष्य एक ऐसी सेना तैयार करना है जो तेजी से बदलती वैश्विक और क्षेत्रीय परिस्थितियों में सुरक्षा को प्रभावी ढंग से रोक सके, किसी भी संघर्ष की स्थिति में बहुआयामी प्रतिक्रिया दे सके और भारत के विस्तारित रणनीतिक हितों की रक्षा कर सके। इस योजना का एक महत्वपूर्ण स्तंभ तीनों सेनाओं-थल सेना, नौसेना और वायु सेना-के बीच बेहतर समन्वय और संयुक्त संसाधनों को बढ़ावा देना है। इससे योजना निर्माण, संचालन और क्षमता विकास में

अधिक प्रभावशीलता आएगी। दस्तावेज में भविष्य के युद्धों को ध्यान में रखते हुए मनाबर, उन्नत तकनीकों, कुशल सुदृष्टिमा, साइबर क्षमता और आधुनिक प्रशिक्षण पर विशेष जोर दिया गया है। इसके साथ ही रक्षा क्षेत्र में आधुनिकता को भी प्रमुख प्राथमिकता दी गई है। स्वदेशी तकनीकों और रक्षा उत्पादन को बढ़ावा देकर घरेलू रक्षा निर्माण को मजबूत करने की योजना है, जिससे न केवल वैश्व क्षमता बढ़ेगी बल्कि राष्ट्रीय आर्थिक विकास को भी गति मिलेगी।

## सीबीएसई 12वीं के पेपर पर छपे क्यूआर कोड पीएम मोदी की पुरी और जयशंकर के साथ हाईलेवल को स्कैन करते स्टूडेंट्स हुए रिकरोल के शिकार

इंटरनेट पर हड़कंप, परीक्षा अब एक अनोखे विवाद और मीम की वजह से चर्चा में

नई दिल्ली (इंफोएक्स): सीबीएसई की कक्षा 12वीं की गणित की परीक्षा अब एक अनोखे विवाद और इंटरनेट मीम की वजह से चर्चा में है। सोशल मीडिया पर यह दावा किया जा रहा है कि सोमवार को बोर्ड परीक्षा के प्रश्न पत्र पर छपे एक क्यूआर कोड को स्कैन करने पर छात्र सीधे इंटरनेट के सबसे मशहूर फ्रीक रिकरोल का शिकार हो गए। परीक्षा के बाद सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर छात्रों ने स्क्रीनशॉट साझा करते हुए दावा किया कि जब उन्होंने प्रश्न पत्र पर दिए गए क्यूआर कोड को स्कैन किया, तो उन्हें कोई शैक्षणिक सामग्री मिलने के बजाय रिक एप्लीकेशन का मशहूर नाना दिखाई देने लगा। इंटरनेट की भाषा में इसे रिकरोलिंग कहा जाता है, जहां किसी को धारा देकर इस म्यूजिक वीडियो पर भेजा जाता है। मीडिया रिपोर्ट में स्टूडेंट्स द्वारा शेयर किए गए



पोस्ट के मुताबिक पेपर पर क्यूआर कोड स्कैन करने पर रिक एप्लीकेशन का नेबर गीता गिव यू अप म्यूजिक वीडियो खुल गया, जिससे इसे आजानने वाले लोग असल में रिकरोल हो गए। यह दावा रैडिट जैसे फोरम पर तेजी से पॉपुलर हुआ, जहां स्टूडेंट्स ने स्क्रीनशॉट और रिप्लेक्सन पोस्ट किए। हालांकि अभी यह साफ नहीं है कि लिंक >>> 8

नई दिल्ली (इंफोएक्स): पश्चिम एशिया में जारी भीषण युद्ध के बीच देश में एलपीजी सिलेंडरों की किल्लत चल रही है। इस दिक्कत को देखकर मोदी सरकार ने इसके प्रबंधन को लेकर एग्सा लागू किया है। इसके केंद्र सरकार ने यह तय करने की कोशिश की है कि घरेलू उपभोक्ताओं को पर्याप्त एलपीजी सिलेंडर मिलते रहें। इस बीच पीएम नरेंद्र मोदी ने भी मंगलवार को इस मामले पर हाईलेवल मीटिंग की है। कैबिनेट में पीएम मोदी के साथ ही पेट्रोलियम मंत्री हर्षवर्धन सिंह पुरी और विदेश मंत्री जयशंकर भी मौजूद हैं। अंग के बीच रचना में स्टेट ऑफ होमिंगूज से संघर्ष को नाबित किया है। इससे भारत सहित कई एशियाई देशों में गैस



और तेल की किल्लत हो गई है। भारतीय रिजर्व बैंक को केंद्र की मोदी सरकार ने आदेश दिया है कि वे एलपीजी का उत्पादन बढ़ा दें। इसके अलावा कॉर्पोरेट सिलेंडरों की बजाय घरेलू गैस

सिलेंडरों की सप्लाई में इजाफा किया जाए। भारत सरकार ने बताया है कि लिंक सिलेंडरों की सप्लाई कम ना है। यही नहीं तेल के मामले में यह निर्भरता 15 फीसदी के करीब है। >>> 8

कॉर्पोरेट सिलेंडर की कम दिवा जा रहे हैं। होटल इंडस्ट्री ने इस पर आपत्ति भी जाहिर की है कि क्योंकि उनका काम कॉर्पोरेट सिलेंडरों से ही होता है। ऐसी स्थिति में होटल इंडस्ट्री के कामकाज के ही ठप हो सकता है। अगले कुछ दिन देश में एलपीजी सिलेंडर की सप्लाई के लिहाज से अहम हो सकते हैं। ऐसा इसलिए क्योंकि स्टूट ऑफ होमिंगूज से ही भारत को आने वाले उत्पादन तेल और गैस सप्लाई होता है।

ऐसी स्थिति में संकट गहरा गया है। भारत अपनी जल्दत का कुल 62 फीसदी एलपीजी आयात करता है। यही नहीं तेल के मामले में यह निर्भरता 15 फीसदी के करीब है। >>> 8

# एसएसपी की अध्यक्षता में मासिक अपराध समीक्षा बैठक संपन्न

**धनबाद (कांस) :** समाहपालय विधेय पुलिस मुख्यालय सभागार में फरवरी माह से संबंधित मासिक अपराध समीक्षा बैठक वरीय पुलिस अधीक्षक (एसएसपी) प्रभात कुमार की अध्यक्षता में आयोजित की गई। बैठक में ग्रामीण एसपी कपिल चौधरी, सिटी एसपी अश्विनी श्रवास्तव, प्रसिधु आर्यएसएस अश्विनी सिन्हा समेत जिले के सभी डीएसपी, एसडीपीओ, अंचल निदेशक, थाना प्रभारी, अपराध प्रभारी तथा विभिन्न शाखाओं के प्रभारी उपस्थित थे।

बैठक के दौरान जिले में अपराध की वर्तमान स्थिति, कानून व्यवस्था, रूढ़ कांडों के निष्पादन, लंबित मामलों की प्रगति तथा विभागीय कार्यों की समीक्षा विचारण से की गई। एसएसपी ने सभी अधिकारियों को अपराध निरोधक के साथ-साथ लंबित मामलों के शीघ्र निष्पादन पर विशेष ध्यान देने का निर्देश दिया। समीक्षा के दौरान बताया गया कि फरवरी माह में जिले भर में कुल 389 कंडा बंद किए गए, जबकि इसी अवधि में 402 लंबित कांडों का सफल निष्पादन किया गया। इस प्रकार रूढ़ मामलों से अधिक कांडों का निष्पादन कर पुलिस ने एक महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल की है।

लंबित कांडों के निष्पादन में तेजी से कार्रवाई के परिणामस्वरूप जिले में लंबित मामलों की संख्या में भी उल्लेखनीय कमी आई है। पहली बार लंबित कांडों की संख्या घटकर 1299 रह गई है, जबकि पिछले वर्ष यह संख्या करीब 4300 थी। पुलिस अधिकारियों ने इसे अपराध अनुसंधान और निष्पादन की दिशा में बढ़ी उपलब्धि बताया। बैठक में आरंभ एवट से जुड़े मामलों की

## प्रिंस खान गिरोह का गुर्गा दिलीप सिंह को रिमांड पर लेगी पुलिस



**धनबाद (कांस) :** विगत रविवार को धनबाद के फायरिंग रेंज में पुलिस मुठभेड़ के दौरान भागने में सफल रहा प्रिंस खान का गुर्गा दिलीप सिंह को पुलिस रिमांड पर लेकर पुरवाहाल करेगी। घटना के अगले ही दिन दिलीप सिंह की गिरफ्तारी बरवाजड़ा थाना क्षेत्र से की गई थी। एएसएसपी प्रभात कुमार ने स्पष्ट कर दिया है कि आतंकवाद कायम में संश्लोक कोई भी अपराधी पुलिस से नहीं बच पाएगी, सब की कुंआली पुलिस ने तैयार कर रखी है। प्रिंस खान गिरोह के गिरफ्तार अपराधकर्मी दिलीप सिंह को धनबाद पुलिस रिमांड पर लेगी। विगत रविवार को पुलिस मुठभेड़ के दौरान अपराधकर्मी दिलीप सिंह भागने में सफल रहा था। अगले ही दिन उसे बरवाजड़ा थाना क्षेत्र से गिरफ्तार कर लिया गया था जिसे जेल भी भेज दिया गया है। एएसएसपी प्रभात कुमार ने बताया कि पुलिस अब दिलीप सिंह को पुरवाहाल के लिए रिमांड पर लेगी। बता दें कि पुलिस मुठभेड़ में सुशोभा नामक अपराधी पुलिस की गोली का शिकार हुआ था। उसके पैर में दो गोली लगी थी। फिलहाल सुदृश पुलिस निगरानी में इलाजत है।

भी समीक्षा की गई। बताया गया कि पूर्व से लंबित 24 मामलों का सीडी ट्रयाल कराया जा रहा है। इसके परिणामस्वरूप फरवरी मा में आरंभ एवट के पांच मामलों में आरोपियों को मृत्यावली द्वारा जमाना सुनाई गई है। शेष मामलों की सुनवाई भी जेजे से जारी है।

एसएसपी ने लंबित कांडों के निष्पादन को लेकर भी सख्त निर्देश दिए। उन्होंने सभी थाना प्रभारियों को मार्च माह के दौरान कम से कम 40 प्रतिशत लंबित वारंटों का निष्पादन सुनिश्चित करने का निर्देश दिया। संश्लोक अपराध के खिलाफ जटिल ऑपरेशंस की नीति पर काम करते हुए फरार अपराधियों की गिरफ्तारी के लिए विशेष टीमों का गठन



आगामी ईद और रामनवमी पूर्व को देखते हुए जिले में विशेष सर्किट बनाने के निर्देश दिए गए हैं। एसएसपी ने सभी थाना प्रभारियों को आसामाजिक तत्वों की पहचान करने वाले विरुद्ध रिपोर्टिंग एक्शन लेने तथा कानूनी कार्रवाई सुनिश्चित करने को कहा। इसके अलावा भीड़भाड़ वाले इलाकों, बाजारों और मॉल में सुरक्षा व्यवस्था को अधिक मजबूत करने तथा गस्त बढ़ाने के निर्देश भी दिए गए।

पश्चिम बंगाल में होने वाले विधानसभा चुनाव को देखते हुए सीमावर्ती क्षेत्रों में भी सुरक्षा व्यवस्था सख्त कर दी गई है। पश्चिम बंगाल वेटेज जिले के एडीओ के साथ उच्चस्तरीय बैठक कर दोनों राज्यों के बीच आपराधियों की सूची का आदानप्रदान किया गया है। इसके आधार पर संश्लोक अपराधियों पर कड़ी निगरानी

## नौटकी में झमेला नाटक का उद्घाटन



**धनबाद (कांस) :** नौटकी में झमेला नाटक का उद्घाटन दीप प्रज्वलन कर किया गया। मौके पर श्रद्धालु चंद यादव, मनी महतो, बरिषा प्रसाद सिन्हा सहित कला निकेतन के कलाकारों द्वारा कला निकेतन रंगशाला में किया गया। यह

# उपायुक्त ने सुनी आम नागरिकों की शिकायतें

**धनबाद (कांस) :** उपायुक्त सह जिला दंडाधिकारी आदित्य रंजन ने अपने कार्यालय कक्ष में जनता दरबार का आयोजन कर जिले के पावरडीह, धैया, बाघमारा, तोपचांची, टुंडी, कतरास, सिंदरी, बरवाजड़ा, भूली, धनसार, कल्यासोल, जोड़पोखर, धनबाद सहित अन्य क्षेत्र से आए लोगों की शिकायतें सुनीं। जनता दरबार में अवैध कैंजा हटाने, जमीन हड़पने के उद्देश्य से जब्त बुनियाद काटने, मारपीट एवं रंगदारी मांगने से संबंध में, नगदी समेत सोना-चांदी चोरी होने, दुकान और मकान में जब्त ताला लगाने,



बार बार ओबीसी प्रमाण पत्र अशुद्ध कर देने, अवैध निर्माण करने, नाली निर्माण तथा बलमीनार चालू करने सहित अन्य आवेदन प्राप्त हुए। उपायुक्त ने सभी शिकायतों को गंभीरता से लेते हुए संबंधित विभागीय पदाधिकारियों को जांच कर निष्पानुसार त्वरित कार्रवाई करने का निर्देश दिया तथा आवेदकों को शीघ्र समाधान का आश्वासन दिया। उन्होंने स्पष्ट कहा कि आम नागरिकों की समस्याओं को निष्पक्ष एवं समबद्ध समाधान जिला प्रशासन की प्राथमिकता है। जनता दरबार में सहकर्मि निदेशक सामाजिक सुरक्षा निवाज अहमद भी मौजूद थे।

# एसएसपी ने लगाया जनता दरबार, सुर्नी आम लोगों की समस्याएं

**धनबाद (कांस) :** वरीय पुलिस अधीक्षक (एसएसपी) प्रभात कुमार ने अपने कार्यालय कक्ष में जनता दरबार आयोजित किया। इस दौरान जिले के विभिन्न थाना क्षेत्र से पहुंचे कई परिचायियों ने अपनी समस्याएं और शिकायतें सीधे एसएसपी के समक्ष रखीं। जनता दरबार में पहुंचे लोगों ने जमीन विवाद, मारपीट, ठगी, परिवारिक विवाद, धमकी और अन्य आपराधिक मामलों से जुड़ी शिकायतें लेकर अपनी बात रखी। एसएसपी प्रभात कुमार ने सभी परिचायियों से बारीबारी से मुलाकात कर उनकी समस्याओं को गंभीरता से सुना और प्रत्येक मामले की विस्तृत जानकारी ली।



मामलों की जानकारी प्राप्त होने के बाद एसएसपी ने संबंधित पदाधिकारियों को आवश्यक दिशा निर्देश देते हुए सभी शिकायतों की निष्पक्ष जांच कर शीघ्र कार्रवाई करने को कहा। उन्होंने स्पष्ट निर्देश दिया कि किसी भी शिकायत को लंबित नहीं रखा जाए और समबद्ध तरीके से उसका समाधान सुनिश्चित किया जाए। एसएसपी ने कहा कि आम जनता की समस्याओं का त्वरित समाधान का उद्देश्य यही है कि लोगों को अपनी शिकायतें सीधे पुलिस के अवरस मिले और समाधान हो सके। बता दें कि एसएसपी

# महापौर व वार्ड पार्षद 18 को करेंगे शपथ ग्रहण

**धनबाद (कांस) :** नगरपालिका (आम) निर्वाचन, 2025 में धनबाद नगर निगम के महापौर एवं वार्ड पार्षद तथा विरुद्ध नगर परिषद के अध्यक्ष व वार्ड पार्षद आगामी 18 मार्च 2026 को शपथ ग्रहण करेंगे।



इसकी जानकारी देते हुए जिला निर्वाचन पदाधिकारी (नगरपालिका) सह उपायुक्त आदित्य रंजन ने बताया कि धनबाद नगर निगम के नवनिर्वाचित महापौर एवं वार्ड पार्षदों के साथ 18 को 10 बजे पुरवाह में समाहपालय के प्रथम तल पर स्थित सभाकक्ष तथा विरुद्ध नगर परिषद के अध्यक्ष व वार्ड पार्षद के लिए समाहपालय के वृत्तीय तल पर स्थित कक्ष पर 12:30 बजे बैठक आयोजित की जाएगी। तत्पश्चात उन्हें शपथ दिखाई जाएगी।

धनबाद नगर निगम के उप महापौर व विरुद्ध नगर परिषद के उपाध्यक्ष के लिए 11:30 बजे से दोपहर 12:30 बजे तक नाम निर्देशन पर दखिल किया जाएगा। दोपहर 12:30 बजे से 2 बजे तक नाम निर्देशन पत्रों की छुट्टी की जाएगी। वहीं दोपहर 2 बजे से 4:30 तक विधिय मान्य अर्थव्यवस्था की सूची तैयार की जाएगी। दोपहर 4:30 बजे से 5:45 बजे तक नाम वापस लेने का समय निर्धारित है।

## युवक ने फांसी लगाकर की आत्महत्या

**धनबाद (कांस) :** धनबाद के सरपंचेला थाना क्षेत्र अंतर्गत मुल्लानगर इलाके से एक दृशनक घटना सामने आई है। यहाँ 19 वर्षीय युवक अजित कुमार खोसला ने अपने घर में फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली। घटना के बाद पूरे इलाके में शोक का माहौल है और परिजनों का रोतेक बुरा हाल है। परिजन के अनुसार अजित पिछले कुछ वर्षों से अस्थिर मानस से जूझ रहा था और उसका इलाज रूढ़ी में चल रहा था। अजित के अग्रज वृद्ध कृष्ण पांच वर्षों से मासिक रूप से परिवार था और उसका नियमित इलाज कराया जा रहा था। बताया जा रहा है कि घटना के समय घर में कोई नहीं था और वह कमरे में अकेला था। इसी दौरान उसने गमछे का फंदा बनाकर फांसी लगा ली। सुबह जब काफी देर तक कमरे का दरवाजा नहीं खुला तो मकान मालिक को शक हुआ। उन्होंने आवाज लगाई, लेकिन अंदर से कोई प्रतिक्रिया नहीं मिली। इसके बाद खिड़की से झांकर देखा गया तो युवक फंदे से लटकता हुआ दिखाई दिया। तुरंत इसकी सूचना परिजनों और सरपंचेला थाना पुलिस को दी गई। सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और कमेरा का दस्तावा साक्षर युवक को फंदे से नीचे उतारा। इसके बाद उसे पोस्टमॉर्टम के लिए धनबाद के शहीद निर्मल महतो मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल भेज दिया गया। परिजनों ने बताया कि खोसला परिवार पिछले 12-15 वर्षों से धनबाद में रह रहा है। युवक के अनामक स कदम से परिवार के लोग सदमे में हैं। फिलहाल पुलिस पूरे मामले की जांच में जुटी हुई है।

## नगर परिषद अध्यक्ष ने मेयर संजीव सिंह को दी बधाई



**धनबाद (कांस) :** विहार के कुशवा, अरवल जिला, नगर परिषद अध्यक्ष नारायण सिंह धनबाद सिंह मेयर संजीव सिंह को बधाई देते हुए नगर निगम प्रशासन में सफल कार्यकाल के लिए शुभकामनाएं दीं। धनबाद के समाजसेवी एएसएफ ने भी महापौर संजीव सिंह को उत्कृष्ट मेयर के रूप में सफल कार्यकाल का आशीर्वाद दिया। इस अवसर पर मजदूर नेता केडी पी.बी. उपस्थित थे।

# बीसीसीएल में अधिकार, समानता, सशक्तिकरण विषयक कार्यक्रम का आयोजन

**धनबाद (कांस) :** कम्युनिटी हॉल कोला नगर में आयोजित कार्यक्रम में बीसीसीएल शीर्ष प्रबंधन, दीक्षा महिला मंडल सहित कंपनी में कार्यरत महिला कर्मियों ने बड़ी संख्या में की अपनी सहभागिता की।

अधिकारीकर्मचारी तथा कंपनी के सभी क्षेत्रों की महिला कर्मियों ने सहभागिता की। कार्यक्रम की शुरुआत राष्ट्रगीत तथा कोल इंडिया गवर्नमेंट गीत के साथ हुई। इसके पश्चात अतिथियों का औपचारिक स्वागत किया गया तथा सामूहिक दीप प्रज्वलन के

नौन इत पब्लिक सेक्टर (बीएस) बीसीसीएल के तत्वव्यवधान में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित गतिविधियों की शुरुआत के अंतर्गत आज कोयला नगर स्थित सामुदायिक भवन में 'अधिकार, समानता, सशक्तिकरण'समी महिलाओं एवं लड़कियों के लिए' विषय पर एक महत्वपूर्ण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता दीक्षा महिला मंडल, बीसीसीएल की अध्यक्ष श्रीमती अरुणा अग्रवाल ने की। इस अवसर पर आईआईटी आईएसएम के हार्मोनोटीड एंड सोशल साइंस विभाग की प्रोफेसर रजनी सिंह बतौर अतिथि वक्त उपस्थित रही। कार्यक्रम में सीएसपी बीसीसीएल मनोज कुमार अग्रवाल, निदेशक (मानव संसाधन) सुनील कुशुप रथैया, निदेशक (सूचना/कर्मचारी/संचालन) सत्यं कुमार सिंह, निदेशक-तकनीकी (परिचालन एवं योजना) निरंजनी शर्मा, निदेशक (वित्त) राधेश कुमार सहित दीक्षा महिला मंडल की उपाध्यक्ष पुर्बिता पैयान, जना गिह, संचालिका रीम, नीता कुमार सहित क्षेत्रीय सशक्तिकरण की समाहित सदस्यों, कोयला भवन मुख्यालय की सभी महिला विभागाध्यक्ष,

सशक्तिकरण का लक्ष्य तभी पूर्ण रूप से प्राप्त किया जा सकता है, जब समान में महिलाओं को समान अवसर, शिखा सहित सभी क्षेत्रों में सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित की जाए। अपने संबोधन में सीएसपी का बीसीसीएल मनोज कुमार अग्रवाल ने कहा कि आज

महिला कर्मियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। अवरस पर सीएसपी बीसीसीएल सहित सभी कार्यकारी अतिथियों को प्रतीक चिन्ह एवं मोमेंटो प्रदान कर सम्मानित भी किया गया। समान रूप में महिला दिवस के अवरस पर मुख्यालय तथा विभिन्न क्षेत्रों में आयोजित

महिला कर्मियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। अवरस पर सीएसपी बीसीसीएल सहित सभी कार्यकारी अतिथियों को प्रतीक चिन्ह एवं मोमेंटो प्रदान कर सम्मानित भी किया गया। समान रूप में महिला दिवस के अवरस पर मुख्यालय तथा विभिन्न क्षेत्रों में आयोजित

महिला कर्मियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। अवरस पर सीएसपी बीसीसीएल सहित सभी कार्यकारी अतिथियों को प्रतीक चिन्ह एवं मोमेंटो प्रदान कर सम्मानित भी किया गया। समान रूप में महिला दिवस के अवरस पर मुख्यालय तथा विभिन्न क्षेत्रों में आयोजित

महिलाएं समाज के प्रत्येक क्षेत्र में उल्लेखनीय भूमिका निभा रही हैं, जो किसी भी प्रगतिशील समाज और राष्ट्र की प्रगति की आधारशिला है। उन्होंने कहा कि परिपक्व रूप से पुरुष प्रधान माने जाने वाले माइनिंग सेक्टर में भी आज महिलाएं बढ़-चढ़कर अपनी जिम्मेदारियां निभा रही हैं। यह महिला सशक्तिकरण, महिला अधिकार और समानता का सशक्त उदाहरण है। उन्होंने कहा कि बीसीसीएल के लगभग सभी विभागों में महिला अधिकारी और कर्मी कार्यरत हैं, जो संस्था के लिए गर्व का विषय हैं। उन्होंने उपस्थित सभी महिला श्रमकामनारों देते हुए उनके उज्वल सशक्तिकरण के लिए धारा रहे विभिन्न प्रयासों की जानकारी दी। उन्होंने कहा कि महिला

महिलाएं समाज के प्रत्येक क्षेत्र में उल्लेखनीय भूमिका निभा रही हैं, जो किसी भी प्रगतिशील समाज और राष्ट्र की प्रगति की आधारशिला है। उन्होंने कहा कि परिपक्व रूप से पुरुष प्रधान माने जाने वाले माइनिंग सेक्टर में भी आज महिलाएं बढ़-चढ़कर अपनी जिम्मेदारियां निभा रही हैं। यह महिला सशक्तिकरण, महिला अधिकार और समानता का सशक्त उदाहरण है। उन्होंने कहा कि बीसीसीएल के लगभग सभी विभागों में महिला अधिकारी और कर्मी कार्यरत हैं, जो संस्था के लिए गर्व का विषय हैं। उन्होंने उपस्थित सभी महिला श्रमकामनारों देते हुए उनके उज्वल सशक्तिकरण के लिए धारा रहे विभिन्न प्रयासों की जानकारी दी। उन्होंने कहा कि महिला

महिला कर्मियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। अवरस पर सीएसपी बीसीसीएल सहित सभी कार्यकारी अतिथियों को प्रतीक चिन्ह एवं मोमेंटो प्रदान कर सम्मानित भी किया गया। समान रूप में महिला दिवस के अवरस पर मुख्यालय तथा विभिन्न क्षेत्रों में आयोजित







# झारखंड के उच्च शिक्षण संस्थानों को मिला नया नेतृत्व, तीन विश्वविद्यालयों में कुलपतियों की नियुक्ति

रांची (एजेंसी): झारखंड के उच्च शिक्षण संस्थानों में शैक्षणिक और प्रशासनिक व्यवस्था को सुदृढ़ बनाने के उद्देश्य से राज्य के तीन प्रमुख विश्वविद्यालयों में नए कुलपतियों की नियुक्ति की गई है। लोकमन से जारी आधिकारिक अधिसूचना के अनुसार डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी विश्वविद्यालय (रांची), जमशेदपुर महिला विश्वविद्यालय तथा झारखंड राज्य बुला विश्वविद्यालय के लिए नए कुलपतियों का चयन किया गया है। यह नियुक्तियाँ संबंधित विश्वविद्यालय अधिनियमों के अंतर्गत कुलाधिपति को प्राप्त सैनैधानिक अधिकारों का प्रयोग करते हुए की गई हैं।



जारी सूचना के अनुसार लखनऊ विश्वविद्यालय में प्रोफेसर के रूप में कार्यरत शिवाविंद प्रो. राजीव मनोहर को डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी विश्वविद्यालय (डीएचपीएम), रांची का कुलपति नियुक्त किया गया है। वे पदभार ग्रहण करने की तिथि से अपना कार्यभार संभालेंगे। उनका कार्यालय अधिकतम तीन वर्ष तक या कुलाधिपति के निर्देशानुसार निर्धारित रहेगा। इसी क्रम में इंदिरा गांधी टिक्की महिला तकनीकी विश्वविद्यालय, नई टिक्की की

अतिरिक्त मुख्य सचिव, जब एवं तकनीकी शिक्षा विभाग के प्रधान सचिव, प्रधान महालेखाकार, विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (यूजीसी) तथा झारखंड के सभी विश्वविद्यालयों को प्रेषित कर दी गई है। साथ ही संबंधित विश्वविद्यालयों के रजिस्ट्रार को भी आगे की आवश्यक प्रशासनिक प्रक्रिया पूरी करने के निर्देश दिए गए हैं।

शिक्षा जगत से जुड़े विशेषों का मानना है कि अनुभवी और योग्यवर्ती कुलपतियों को नियुक्त करने का नेतृत्व संपि जाने से राज्य की उच्च शिक्षा व्यवस्था को नई गति मिल सकती है। इससे विश्वविद्यालयों में शैक्षणिक गुणवत्ता, अनुसंधान गतिविधियों और नवाचार को बढ़ावा मिलने की संभावना है।

उम्मीद की जा रही है कि नए कुलपतियों के नेतृत्व में विश्वविद्यालयों में पारदर्शी प्रशासन, बेहतर शैक्षणिक वातावरण और विद्यार्थियों के लिए गुणवत्तापूर्ण शिक्षा की दिशा में सकारात्मक पहलें देखने को मिलेंगी। साथ ही शोध, नवाचार और मान-विकास के क्षेत्र में भी नई पहलें सामने आ सकती हैं, जिससे राज्य की उच्च शिक्षा प्रणाली को दीर्घकालिक मजबूती मिलेगी।

# झारखंड में जेटेट परीक्षा टालने और नियमावली में देरी पर विपक्ष ने राज्य सरकार को घेरा

रांची (एजेंसी): झारखंड में जेटेट परीक्षा का मुद्दा घमने का नाम नहीं ले रहा है, वहीं अब इस विषय को जनप्रतिनिधि सदन में भी उठा रहे हैं। विपक्ष लगातार सरकार पर आरोप लगा रहा है कि राज्य सरकार झारखंड के नौनिहालों के भविष्य से खिलवाड़ कर रही है। राज्य में रोजगार और झारखंड के नौनिहालों के भविष्य को लेकर झारखंड सरकार का कार्य चिंताजनक और शर्मनाक है। राज्य में जेटेट की परीक्षा के लिए सरकार ने अब तक नियमावली भी नहीं बनाई है, जबकि सरकार ने उच्च न्यायालय में कहा है कि ३१ मार्च २०२६ तक परीक्षा आयोजित कर ली जाएगी। इन बचे २१ दिनों में कैसे नियमावली बनाई जाएगी और कब परीक्षा आयोजित की जाएगी, इस बारे में भी सरकार ने कोई स्पष्टता नहीं दी है।



मंगलवार को झारखंड विधानसभा में जमशेदपुर पूर्वी की विधायक पूर्णिमा साहू के पूछे हुए अल्प संचित सवाल के जवाब में सरकार ने कहा है कि डब्ल्यूपी० (एस०) सं० ५३५५/२०२५ हरिकेश महतो एवं अन्य बनाम राज्य सरकार एवं अन्य में उच्च न्यायालय द्वारा

दियांक ३१ मार्च २०२६ तक परीक्षा लेने का न्यायादेश परित किया गया है। लेकिन इसके अगले उतर में सरकार ने कहा है कि नियमावली का अभी कब ड्राफ्ट भी अनुमोदित नहीं किया गया है। गौरतलब है कि २०२५ में नई नियमावली बनाने के नाम पर ही आवेदन लेने के बावजूद परीक्षा टाल दी गई है।

वहीं अब विपक्ष का कहना है कि २ सालों में जो सरकार नियमावली भी नहीं बना पा रही है, उसका उच्च उम्मीद की जा सकती है। एक तो सरकार उच्च न्यायालय के अमानत कर रही है दूसरी ओर झारखंड के युवाओं के भविष्य के साथ भी खिलवाड़ कर रही है।

# खाड़ी संकट के बीच दुर्बल में फंसे झारखंड के नवदंपति सुरक्षित रांची लौटे; महंगा टिकट लेकर स्वदेश वापसी

रांची (एजेंसी): खाड़ी क्षेत्र में बड़े युद्ध तनाव के बीच दुर्बल में फंसे झारखंड के एक नवविवाहित दंपति आखिरकार सञ्चाल रांची लौटे आए। रांची निवासी ड-छठ अधिकारी युवा उराव और उनकी पत्नी डॉ. कंचन बादा हनीमूफ के लिए दुर्बल गए थे, लेकिन अचानक बड़े क्षेणीय तनाव और लगातार फ्लाइट रद्द होने के कारण करीब एक सप्ताह तक वहीं फंसे रहे। आज सुबह रांची के भगवान बिरसा मंच एयरपोर्ट पहुंचने पर परिजनों और शुभचिंतकों से फूलमालाओं से उनका भावमानी स्वागत किया।



जनकारी के अनुसार २२ फरवरी २०२६ को रांची में आदिवासी पारंपरिक रीति-रिवाजों के साथ अतुल उराव और डॉ. कंचन बादा का विवाह संपन्न हुआ था। विवाह के महज पांच दिन बाद, २७ फरवरी को दोनों अपनी पहली संयुक्त यात्रा के दुर्बल खाना हुए थे। उनकी वापसी ४ मार्च को तय थी, लेकिन मध्यपूर्व में अचानक बड़े तनाव ने उनकी यात्रा योजना को बदल दिया।

बार-बार फ्लाइट रद्द होने से बड़ी परेशानी अतुल उराव ने बताया कि दुर्बल से भारत लौटने की कई कोशिशों की गईं, लेकिन हर बार अंतिम समय में फ्लाइट कैंसिल हो जाती थी। लगातार रद्द हो रही उड़ानों के कारण स्थिति बेहद अनिश्चित और चिंताजनक हो गई थी।

अंततः ८ मार्च को उन्होंने करीब १.१२ लाख रुपये का महंगा टिकट लेकर मुंबई के लिए उड़ान ली। दुर्बल से मुंबई पहुंचने के बाद दंपति हवाईबाद के रास्ते आज सुबह रांची पहुंचे। अतुल

उराव ने कहा कि भारत की जमीन पर कदम रखने ही बेहद राहत महसूस हुई।

परिजनों और मित्रों में खुशी की लहर नवदंपति की सुरक्षित वापसी की खबर मिलते ही उनके परिवार, मित्रों और शुभचिंतकों में खुशी की लहर दौड़ गई। एक सप्ताह तक चिंता में दूबे परिजनों के लिए यह खबर राहत भरी रही। एयरपोर्ट पर पहुंचते ही परिजनों ने दोनों का फूलमालाओं से स्वागत किया और सुरक्षित वापसी पर खुशी जताई।

दंपति के रिश्तेदार और सामाजिक कार्यकर्ता अनिल अभिताम पन्ना ने उनकी सुरक्षित वापसी पर राहत व्यक्त करते हुए संकेत के समय बड़े हार्दिक किआर पं चिंता जताई।

उन्होंने कहा कि आपातकालीन परिस्थितियों में यात्रियों से अवधिगत कीमत बढ़ाना संबंधित मुद्दा है और ऐसी स्थिति में सरकार तथा गंभीर एजेंसियों को हस्तक्षेप करना चाहिए, ताकि संकट में फंसे नागरिकों को अनावश्यक आर्थिक बोझ न उठाना पड़े।

प्रभारी मनोज कुमार महतो दबलब के साथ मौके पर पहुंचे। जांच को प्रभावी बनाने के लिए डॉ. स्वायच्छ की टीम को बुलाया गया। टीम ने कोर्ट परिसर के सभी कमरे, गलियारों और सिंथेस कोनों की सघन तलाशी दी। पुलिस के बरिष्ठ अधिकारियों ने कोश और उसकी सहायता की तकनीकी टीम कर रहे हैं। फिनाल कोर्ट परिसर में आने-जाने वाले हर व्यक्ति पर कड़ी नजर रखा जा रही है। पुलिस का कहना है कि मामले को पूरी गंभीरता से लिया जा रहा है और साइबर सेल की मदद से डीमैक निवेदन के माध्यम से जांच की जा रही है। स्थिति फिलहाल नियंत्रण में है, लेकिन सुरक्षा में कोई ढील नहीं बर्ती जा रही है।

# 100 करोड़ टैक्स वसूली का लक्ष्य, निगम ने तेज किया अभियान

रांची (एजेंसी): रांची नगर निगम ने वित्तीय वर्ष २०२५-२६ की समाप्ति से पहले १०० करोड़ रुपये कर संग्रहण का लक्ष्य हासिल करने के लिए अभियान तेज कर दिया है। मंगलवार को उप प्रशासक गौतम प्रसाद साहू की अध्यक्षता में निगम के अधिकारियों और डीएस कलेक्शन एजेंसी के प्रतिनिधियों के साथ समीक्षा बैठक आयोजित की गई। जिसमें उप प्रशासक कहा कि वित्तीय वर्ष समाप्त होने में अब केवल २१ दिन शेष हैं। इसलिए सभी अधिकारी और कर्मी पूरी तत्परता से काम करते हुए लक्ष्य हासिल करने में जुट जाएं। उन्होंने निर्देश दिया कि वार्ड स्तर पर विशेष अभियान चलाकर अधिक से अधिक होलिंग टैक्स की वसूली सुनिश्चित की जाए।

# आईआईएम रांची ने देना का पहला अंतर-विषयक अनुसंधान पद्धति समूह किया स्थापित

रांची (एजेंसी): आईआईएम रांची ने प्रबंधन और सामाजिक विज्ञान अनुसंधान को नई दिशा देने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल करते हुए देना का पहला अंतर-विषयक अनुसंधान पद्धति समूह स्थापित किया है। यह पहल शोधकर्ताओं, शिक्षकों और विद्यार्थियों के लिए एक साझा

# मंच उपलब्ध कराएगी, जहां वे पारंपरिक विषयगत सीमाओं से आगे बढ़कर अनुसंधान पद्धतियों पर काम कर सकेंगे।

आईआईएम रांची ने प्रबंधन और सामाजिक विज्ञान अनुसंधान को नई दिशा देने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल करते हुए देना का पहला अंतर-विषयक अनुसंधान पद्धति समूह स्थापित किया है। यह पहल शोधकर्ताओं, शिक्षकों और विद्यार्थियों के लिए एक साझा मंच उपलब्ध कराएगी, जहां वे पारंपरिक विषयगत सीमाओं से आगे बढ़कर अनुसंधान पद्धतियों पर काम कर सकेंगे। आरएमपी के अध्यक्ष प्रो. कुमांग शरण ने कहा कि इस पहल का उद्देश्य शोध संस्कृति को मजबूत करना, राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय सहयोग को बढ़ावा देना और वैश्विक स्तर पर पद्धतिगत विकास में योगदान देना है। उन्होंने उम्मीद जताई कि यह मंच भविष्य में शोध और नवाचार को नई दिशा देगा।



उन्होंने बताया कि सामाजिक विज्ञान से जुड़े विषयों के अतिरिक्त आर्थिक विकास, सार्वजनिक नीति और पर्यावरणीय स्थिरता मजबूत अनुसंधान पद्धति पर आधारित होते हैं। लेकिन वर्तमान शैक्षणिक व्यवस्था में पद्धतिगत प्रशिक्षण अक्सर अलग-अलग विषयों तक सीमित रह जाता है। इसी चुनौती को ध्यान में रखते हुए आरएमपी की स्थापना की गई है। जिससे कि विभिन्न विषयों के शोधकर्ता एक-दूसरे के अनुभव और पद्धतियों से सीख सकें। साथ ही जटिल समस्याओं का बेहतर समाधान खोज सकें।

आरएमपी को एक ऐसे साक्षा में रूप में विकसित किया गया है, जहां प्रशिक्षण, नवाचार, सहयोग और ज्ञान के आदान-प्रदान की व्यवस्था होगी। हाल ही में इस समूह की

# जामताड़ा सिविल कोर्ट को बम से उड़ाने की धमकी, सुरक्षा सख्त, हार्ड अलर्ट पर पुलिस

जामताड़ा (एजेंसी): जिला न्यायालय परिसर में हड़कंप मच गया जब एक डेमोक्रे के जरीए कोर्ट को बम से उड़ाने की धमकी दी गई। धमकी कथित तौर पर तिमिनाड के एक संगठन के नाम से भेजी गई है। सूचना मिलते ही जिला प्रशासन और पुलिस महकमे में तुरंत सर्कलता बढ़ा दी गई। धमकी मिलने के बाद पुलिस प्रशासन 'अलर्ट मोड' में आ गया और सुरक्षा के महनेजर के नेतृत्व में कोर्ट की पूरी घेराबंदी कर दी गई। कोर्ट परिसर में चप्पे-चप्पे पर सुरक्षा बलों की तैनाती की गई। मुख्य अधिकारि दंडाधिकारी (अनु०) नीतीश कुमार सांगा ने स्वतः कोर्ट परिसर का निरीक्षण किया। इस दौरान हेड कांटेर डीएसपी संजय कुमार सिंह और जामताड़ा थाना

# बिना भवन वाले सब हेल्थ सेंटर, पीएचसी, सीएचसी के लिए 11322 लाख

रांची (एजेंसी): झारखंड में स्वास्थ्य सेवाओं को द्रुततर करने की दिशा में सरकार ने बड़ा कदम उठाया है। १५वें वित्त आयोग के तहत राज्य को हेल्थ सिस्टम में बड़े स्तर पर सुधार के लिए १६ अरब १६ करोड़ ७० लाख रुपये की राशि मिली है। इस राशि का उपयोग राज्य में हेल्थ सेंटर के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने, नए भवन निर्माण और डाइग्नोस्टिक सुविधाओं के विस्तार के लिए किया जाएगा। इससे ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य सेवाओं के सुधार में तेजी आएगी।

बिना भवन वाले सब हेल्थ सेंटर, ग्रामीण हेल्थ सेंटर (पीएचसी) और कम्यूनिटी हेल्थ सेंटर (सीएचसी) के निर्माण और विकास पर खर्च किया जाएगा। इसके लिए कुल ११३२२ लाख रुपये का प्रावधान किया गया है, जिससे उन स्वास्थ्य केंद्रों को अपना स्वास्थ



इसके लिए ११५४.५५ लाख रुपये आवंटित किए गए हैं। हेल्थ एंड वेलनेस सेंटर बनाने के बाद इन केंद्रों में प्राथमिक उपचार के साथ कई अन्य स्वास्थ्य सेवाएं भी उपलब्ध कराई जाएंगी।

शहर में स्वास्थ्य सेवाओं को बेहतर बनाने के लिए भी विशेष प्रावधान किया गया है। अर्बन ग्रामीण हेल्थकेयर सुविधाओं में डाइग्नोस्टिक इकाइयों, बिरका विकसित करने के लिए ११६८.२२ लाख रुपये की राशि आवंटित की गई है।

# पूछ एक का शीर्षा

## असम में बोले हेमंत--

एक ही तरीका है, चुनाव के समय सजग होना। अपने अधिकार और सम्मान के लिए बोट का सार्थक प्रयोग करना। बोट से ही सारा भविष्य है और सत्ता से किसी समयुप और समाज की तस्वीर और तस्करें बदलती हैं। उन्होंने यहां भी दुरुपयोग कि उनकी जेब में निर्वाचन आयोग के अनावा कई अन्य तरह की संस्थाएँ हैं। इन्हीं, सीबीआई और इन्फन टैक्स के माध्यम से इंडी-धकारते हैं। ईमान पर जारी सख्त की चर्चा करते हुए उन्होंने कहा कि अभी तो भी सिविलेंडर की कौमन बढ़नी है। अनेवाले दिनों में चालन, दारु, कफ़ड़ा, सबकी कीमतें बढ़ेंगी और इस्का अरार उन पर नहीं होगी। उन्होंने अंत में असम के आदिवासीयों को आश्वास किया कि उन्हें एहदती का दर्जा दिलाने का वह रास्ता निकालेंगे। सोमार का सौ बोट और लोहार के एक बोट की याद दिला देंगे।

## ममता बर्नर्जी ने--

प्रक्रिया के दौरान मतदाता सूची से बाहर कर दिये गये व्यक्तियों के दायरे और आवासियों को निपटाने के लिए तैनात न्यायिक अधिकारियों की निष्पक्षता को कमजोर करने के लिए किए जा रहे हैं। वहीं इससे पहले मुख्य चुनाव आयोग जांचि कुमार ने मंगलवार को कहा कि किसी भी प्राय बोट का नाम बोट लिस्ट से नहीं हटाया जाएगा। उन्होंने कहा कि प्राथम मंगाल में स्वतंत्र, निष्पक्ष और शांतिपूर्ण चुनाव सुनिश्चित करना चुनाव आयोग की प्राथमिकता है। एनएसए बोटिंग रिपोर्टिंग का महसूस है कि सभी सख्त बोटिंग को बोट देने का अधिकार मिले और कोई अव्यय विधित बोट लिस्ट में शामिल न हो। कोलकाता में चुनाव तैयारियों की समीक्षा के लिए दो दिन तक हूँ बेजोको के बाद उन्होंने कहा कि आयोग ने राज्य की कानून-व्यवस्था से जुड़ी एजेंसियों के अधिकारियों को निर्देश दिया है कि वे बिना किसी पक्षपात और दबाव के कानून का सख्ती से पालन करें।

## मुस्लिम महिलाओं के--

ओर से पेश बरिष्ठ अधिकारि प्रशांत भूषण से कहा कि सुधार की जल्दबाजी में ऐसा कदम उठाना उचित नहीं होगा जिससे महिलाओं को दर्शनमा में भी कम अधिकार मिल जाएं। उन्होंने पूछा कि यदि १९३० का शारियत कानून समाप्त हो जाता है तो उसके स्थान पर क्या व्यवस्था लागू होगी। सुनवाई के दौरान न्यायमूर्ति जयपालया बागचरी ने भी कहा कि याचिका में भेदभाव का मुद्दा मजबूत है, लेकिन सख्त विषय पर निर्णय अन्त संसद के लिए अधिक उपयुक्त होगा, क्योंकि संविधान के नीति-निर्देशक सिद्धांतों में समान नागरिक संहिता लागू करने का दायित्व विधायिका को दिया गया है। अलावत ने यह भी कहा कि पहले भी कई बार न्यायालय संसद से समान नागरिक संहिता लागू करने पर विचार करने की सिफारिश कर चुका है। पीठ के अनुसार, सामाजिक और व्यंजितन कानूनों में सुधार के लिए विधायी प्रक्रिया ही सबसे उपयुक्त रास्ता है।

## तेल संकट के--

इसने न सिर्फ परिवहन लागत में कमी

## रांची, बल्कि बंगलादेश के उत्तरी हिस्सों में भी

आज की तकनीकी संसाधनों की आसना हो जाएगी। ये पाइपलाइन प्रयोजनाना भारत की नेबरहुड फरंट नीति का एक अहम हिस्सा है। ये दिखाता है कि भारत अपने पड़ोसी देशों की बुनियादी जरूरतों और विकासताओं में सक्रिय रूप से मदद कर रहा है। भारत ने से मदद देने समय में की है जब मिडिल-ईस्ट का संकट बढ़ते दुनिया भर में तेल संकट का खतरा महसूस गया है।

## सीबीआई 12वीं के--

परीक्षा पेपर के सभी बर्चन पर दिखाई दिया या बमरल ड्रेज एक लिमिटेड केस को दिखाता है, जिससे यह पुष्टिहोड एकात्म के दिन की विज्ञाना और टेकनोलॉजी के लोककथाओं के बीच बढ़ते अंतरका हुआ है। हालांकि इस दावे को अलग से वेरिफाई करना अभी भी मुश्किल है। दिल्ली और पनजाब के कई परीक्षा केंद्रों में इस्तेमाल किए गए पेपर के कई की कॉपीयों को रिप्यू किया, जहां स्टूडेंट्स ने कहा कि क्यूआर कोड ने उन्हें किसी एम्बरनल लिंक या वेडिओ के बजाय ए और ब्यू जैसे सिंसर अल्फाबेट मार्कर पर भेज दिया। स्टूडेंट बोर्ड ऑफ सेक्युरी एजुकेशन, सीबीआई ने भी अब तक बमरल दावे पर कोई आधिकारिक बयान जारी नहीं किया है, जिससे यह पता चला है कि कहा जा रहा रिक्लम किसी दूसरे पेपर पर हुआ था या संकलित हो रहे इकीनवांट मुमराह करने वाले हैं। रिपोर्ट के मुताबिक किसी दूसरे केंद्रन परप की तस्वीरें अंतःसूचना फैलीं, युवर्न ने तुरंत अपनी हेरान्ती शेषर करला शुरु कर दी। इस घटना पर सीबीआई के एक प्रेड में एक यूजर ने लिखा, होनी \*#\*सीबीआई 12वीं को प्रिक्लम कर दिया!?, जिसमें स्टूडेंट्स के बीच हैरान्ती और मजाक का मिस्सरर दिखाया गया। दूसरों ने इस प्रेड के स्केल पर मजाक किया। एक कमेंट करने वाले ने मजाक में कहा कि चिंतने लोगों को रिक्लम हुआ, उससे यह सबसे अच्छा रिक्लम है जो मैंने देखा है, जबकि दूसरे ने मजाक में कहा कि २०२६ की शुक्रवात पहले ही बहल अच्की हो चुकी है। सभी को यह मजेदार नहीं लगा।

## पीएम मोदी की पूरी ओर--

ऐसी स्थिति में ज्यादा दिनों तक यदि स्टेट ऑफ होमजुड बंद रहा, तब फिर संकट बढ़ सकता। देश में अब बड़े पैमाने पर खाना बनाने के लिए लोगों की निर्भरता एलपीजी पर बढ़ गई है। दो दशक पुरानी स्थिति नहीं है। इसके बाद गैस की किल्लत देश में बड़े मुस्से का कारण भी बन सकती है। इसकारण मोदी सरकार ने इस परेशानी को प्राथमिकता से लिया है और एम्मा लागू करके एलपीजी की सप्लाई का कमीकषण कर दिया है। बात दें कि भारत अपनी गैस की जरूरत का करीब ८५ फीसदी हिस्सा सऊदी अरब से खरीद रहा है। इस्का अयात स्टेट ऑफ होमजुड के रास्ते ही होता है। अनी यह बंद है। इसकारण संकट गहराया है और सरकार फिलहाल सजाई के दूसरे रास्ते तलाश रही है। भारत में हर साल करीब ३१.२ मिलियन टन एलपीजी की खपत होती है। पीठा दें कि देश में कुल एलपीजी की खपत में ८० फीसदी हिस्सा मुल उपभोक्ताओं का ही है। इसके बाद १३ फीसदी हिस्सा उद्योग, होलर और ररेसॉट आदि में इस्तेमाल होता है।

## रांची (एजेंसी): झारखंड में स्वास्थ्य सेवाओं को द्रुततर करने की दिशा में सरकार ने बड़ा कदम उठाया है।

१५वें वित्त आयोग के तहत राज्य को हेल्थ सिस्टम में बड़े स्तर पर सुधार के लिए १६ अरब १६ करोड़ ७० लाख रुपये की राशि मिली है। इस राशि का उपयोग राज्य में हेल्थ सेंटर के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने, नए भवन निर्माण और डाइग्नोस्टिक सुविधाओं के विस्तार के लिए किया जाएगा। इससे ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य सेवाओं के सुधार में तेजी आएगी।

## रांची (एजेंसी): झारखंड में स्वास्थ्य सेवाओं को द्रुततर करने की दिशा में सरकार ने बड़ा कदम उठाया है।

१५वें वित्त आयोग के तहत राज्य को हेल्थ सिस्टम में बड़े स्तर पर सुधार के लिए १६ अरब १६ करोड़ ७० लाख रुपये की राशि मिली है। इस राशि का उपयोग राज्य में हेल्थ सेंटर के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने, नए भवन निर्माण और डाइग्नोस्टिक सुविधाओं के विस्तार के लिए किया जाएगा। इससे ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य सेवाओं के सुधार में तेजी आएगी।

## रांची (एजेंसी): झारखंड में स्वास्थ्य सेवाओं को द्रुततर करने की दिशा में सरकार ने बड़ा कदम उठाया है।

१५वें वित्त आयोग के तहत राज्य को हेल्थ सिस्टम में बड़े स्तर पर सुधार के लिए १६ अरब १६ करोड़ ७० लाख रुपये की राशि मिली है। इस राशि का उपयोग राज्य में हेल्थ सेंटर के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने, नए भवन निर्माण और डाइग्नोस्टिक सुविधाओं के विस्तार के लिए किया जाएगा। इससे ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य सेवाओं के सुधार में तेजी आएगी।

## रांची (एजेंसी): झारखंड में स्वास्थ्य सेवाओं को द्रुततर करने की दिशा में सरकार ने बड़ा कदम उठाया है।

१५वें वित्त आयोग के तहत राज्य को हेल्थ सिस्टम में बड़े स्तर पर सुधार के लिए १६ अरब १६ करोड़ ७० लाख रुपये की राशि मिली है। इस राशि का उपयोग राज्य में हेल्थ सेंटर के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने, नए भवन निर्माण और डाइग्नोस्टिक सुविधाओं के विस्तार के लिए किया जाएगा। इससे ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य सेवाओं के सुधार में तेजी आएगी।

## रांची (एजेंसी): झारखंड में स्वास्थ्य सेवाओं को द्रुततर करने की दिशा में सरकार ने बड़ा कदम उठाया है।

१५वें वित्त आयोग के तहत राज्य को हेल्थ सिस्टम में बड़े स्तर पर सुधार के लिए १६ अरब १६ करोड़ ७० लाख रुपये की राशि मिली है। इस राशि का उपयोग राज्य में हेल्थ सेंटर के बुनियादी ढांचे को मजबूत करने, नए भवन निर्माण और डाइग्नोस्टिक सुविधाओं के विस्तार के लिए किया जाएगा। इससे ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य सेवाओं के सुधार में तेजी आएगी।



# बादाम खाने से ज्यादा असरदार है एक्सरसाइज, दिमाग को बनाती है तेज

हैं और उनकी क्षमता कई गुना बढ़ जाती है। वहीं, केवल बादाम खाने से कुछ पोषक तत्व तो मिल जाते हैं, लेकिन अगर शारीरिक क्रिया है तो उसका पूरा लाभ दिमाग तक नहीं पहुँच पाता।

## बच्चों और बड़ों दोनों के लिए जरूरी

यह अध्ययन केवल बड़ों के लिए ही नहीं, बल्कि बच्चों के लिए भी अहम है। स्कूल जाने वाले बच्चे अगर रोजाना खेल-कूद, योग, योग या हल्की-फुल्की कसरत करें, तो उनकी कॉग्निटिव फ्लैसिलिटी यानी समझने और याद रखने की शक्ति तेजी से विकसित होती है। इसी तरह, बड़ों की उम्र के लोगों में भी एक्सरसाइज दिमाग को सक्रिय रखती है और भूलने की समस्या को घीमा करती है।

## एक्सरसाइज के फायदे

बेहतर याददाश्त: नियमित कसरत करने वालों में स्मरण शक्ति अधिक पाई गई है।

तनाव में कमी: एक्सरसाइज से एंडोर्फिन हार्मोन रिलीज होते हैं, जिससे मानसिक तनाव घटता है।

## बादाम की भी अपनी अहमियत

इसका मतलब यह नहीं है कि बादाम बेकार है। बादाम में विटामिन ई, ओमेगा-3 फैटी एसिड और एंटीऑक्सीडेंट्स पाए जाते हैं, जो

दिमागी कोशिकाओं को पोषण और सुरक्षा प्रदान करते हैं। लेकिन विशेषज्ञों का मानना है कि सिर्फ बादाम खाने से दिमाग तेज नहीं होगा, जब तक कि इसे नियमित व्यायाम और संतुलित आहार के साथ न जोड़ा जाए।

## निष्कर्ष

स्पष्ट है कि दिमाग की सेहत के लिए बादाम और अन्य पोषक तत्व जरूरी हैं, लेकिन सबसे ज्यादा असर डालती है नियमित एक्सरसाइज। अगर आप रोजाना 30 मिनट की हल्की सैर, योग, स्ट्रेचिंग या खेल-कूद को अपनी दिनचर्या में शामिल करते हैं, तो आपका दिमाग पहले से कहीं ज्यादा सक्रिय, तेज और स्वस्थ रहेगा।

हम अक्सर सुनते आए हैं कि बादाम खाने से दिमाग तेज होता है। बच्चों को परीक्षा से पहले, बड़ों को याददाश्त मजबूत रखने के लिए बादाम खाने की सलाह दी जाती है। लेकिन हाल की रिसर्च ने एक नया

पहलू सामने रखा है। वैज्ञानिकों के अनुसार, दिमाग की सेहत और उसकी कार्यक्षमता बढ़ाने में बादाम से कहीं ज्यादा असरदार है नियमित एक्सरसाइज।

## रिसर्च क्या कहती है?

विशेषज्ञों का कहना है कि जब हम एक्सरसाइज करते हैं तो शरीर का ब्लड सर्कुलेशन बढ़ता है। इसका सीधा असर दिमाग तक पहुँचने वाली ऑक्सीजन और पोषक तत्वों पर पड़ता है। प्रयोग ऑक्सीजन मिलने से दिमाग की कोशिकाएँ सक्रिय रहती

# गोरिल्ला और सियार: भीम की ताकत और रंगा की चालाकी



बहुत समय पहले की बात है, भारत के एक बहुत ही विशाल और हरे-भरे जंगल में, जिसका नाम 'चंदनवन' था, बहुत सारे जानवर मिल-जुलकर रहते थे। इसी जंगल में 'भीम' नाम का एक विशालकाय गोरिल्ला (ब्रह्मद्वंद्व) - विकिपीडिया रहता था। भीम शरीर से तो किसी पहाड़ जैसा मजबूत और ताकतवर था, लेकिन उसका दिल एक छोटे बच्चे की तरह बहुत ही साफ और भोला था। वह हमेशा दूसरे जानवरों को मदद करने के लिए तैयार रहता था।

उसी चंदनवन में एक 'रंगा' नाम का सियार (छुह्रभ्रह्र) भी रहता था। रंगा बहुत ही दुबला-पतला था, लेकिन उसका दिमाग बहुत ही चालाक और खुराकाली था। वह हमेशा कोई न कोई ऐसी तरकीब सोचता रहता था जिससे बिना मेहनत किए उसे अच्छा खाना मिल जाए। जंगल के सभी जानवर रंगा की चालाकी से वाकिफ थे, इसलिए कोई भी उससे ज्यादा बात नहीं करता था। गोरिल्ला और सियार का संबंध एक-दूसरे से शिल्पित उरठा था।

## रंगा सियार का लालच और एक योजना

एक दिन दोपहर के समय, रंगा सियार जंगल में घूम रहा था। तभी उसकी नजर एक बहुत ही ऊँचे पहाड़ की चोटी पर लटक रहे एक विशाल मधुमक्खी के छते पर पड़ी। उस छते से सुनहरे रंग का मीठा-मीठा शहद टपक रहा था। शहद देखकर रंगा के मुँह में पानी आ गया।

उसमें मन ही मन सोचा, 'वाह! कितना स्वादिष्ट शहद है! अगर यह मुझे मिल जाए तो कई दिनों तक मजे से खाऊँगा।' लेकिन वह लड़खड़ा कर उठा था और रंगा को मधुमक्खी के डंक से

बहुत डर लगता था। उसने सोचा कि यह काम तो कोई ऐसा जानवर ही कर सकता है जो बहुत ताकतवर हो और जिसे मधुमक्खियों के डंक का असर न हो। तभी उसे दूर से पेड़ की शाखाएँ तोड़कर फल खाता हुआ 'भीम' गोरिल्ला दिखाई दिया।

## झूठी तारीफ का जाल

रंगा सियार धीरे-धीरे भीम गोरिल्ला के पास पहुँचा और बहुत ही मीठी आवाज में बोला, 'प्रणाम भीम भैया! अरे वाह! आपकी यह विशाल भुजाएँ और यह ताकत! सच में, पूरे जंगल में आप जैसा कोई बलवान नहीं है। शेर और हाथी भी आपके सामने कुछ नहीं हैं।' भोला भीम अपनी तारीफ सुनकर बहुत खुश हुआ। उसने अपनी छत्ती ठोकते हुए कहा, 'धन्यवाद रंगा भैया! कहे, आज यहाँ कैसे आना हुआ?'

रंगा ने दुखी होने का नाटक करते हुए कहा, 'भैया, क्या बातक! आज सुबह जंगल के कुछ जानवर कह रहे थे कि भीम के पास सिर्फ शरीर है, दिमाग नहीं। वो कह रहे थे कि आइ डब्लोक है।'

यह सुनते ही भीम को बहुत गुस्सा आ गया। 'क्या? किसने कहा ऐसा? मैं किसी से नहीं डरता!'

रंगा ने तुरंत कहा, 'वही तो मैंने उन्हें समझाया। लेकिन वो बोले कि अगर भीम सच में इतना बहादुर है, तो वह 'खुनी पहाड़' की चोटी से वह जादुई छत्ता तोड़कर लाए, जिसे आज तक कोई नहीं छू पाया। मैंने सोचा कि मैं आपको बता दूँ।'

## भीम की नादानी और मधुमक्खियों का हमला

भीम ने बिना कुछ सोचे-समझे

अपनी ताकत साबित करने की ठान ली। वह तुरंत उस ऊँचे पहाड़ की तरफ दौड़ पड़ा। रंगा सियार एक सुरक्षित जगह के पीछे छिपकर मुस्कुराते हुए तमाशा देखने लगा।

भीम बड़ी ही आसानी से उस ऊँचे पहाड़ पर चढ़ गया। जैसे ही उसने रंग विशाल छत्ते पर हाथ डाला, हजारों मधुमक्खियों ने उस पर हमला कर दिया। भीम बहुत ताकतवर था, लेकिन छोटी-छोटी मधुमक्खियों के डंक से उसे भी बहुत दर्द होने लगा। फिर भी, अपनी बात साबित करने के लिए उसने छत्ता तोड़ा और पहाड़ से नीचे कूद गया।

नीचे आते ही भीम दर्द से कराहते हुए नदी की तरफ भागा ताकि मधुमक्खियों से बच सके। उसने वह शहद का छत्ता वहीं जमीन पर रख दिया था। मीठा देखकर चालाक रंगा सियार झण्डित से बाहर निकला, छत्ता उठाया और दूर एक गुफा में जाकर मजे से सारा शहद खा गया।

## सच्चाई का ज्ञान और भीम की सीख

जब भीम नदी से नहाकर वापस आया, तो उसने देखा कि नहा शहद का छत्ता है और न ही रंगा सियार। अस-पास के जानवरों ने भीम को बताया कि उन्होंने रंगा को शहद लेकर भागते हुए देखा था।

भीम को अपनी बेवकूफी पर बहुत पछतावा हुआ। उसे समझ आ गया कि रंगा ने उसकी झूठी तारीफ करके अपना स्वार्थ पूरा किया। भीम ने कसम खाई कि वह इस चोखेबाज सियार को ऐसा सबक सिखाएगा कि वह जिनगी भर याद रखेगा। शारीरिक ताकत तो भीम के पास थी ही, अब उसने अपनी बुद्धि का

इस्तेमाल करने की भी ठान ली।

## भीम का पलटवार

कुछ दिनों बाद, भीम ने रंगा को एक पेड़ के नीचे सोते हुए देखा। भीम ने अपनी एक नई योजना बनाई। वह धीरे से रंगा के पास गया और जोर से बोला, 'अरे वाह! मुझे तो यकीन ही नहीं हो रहा कि इतना बड़ा खजाना मुझे मिल गया।' रंगा को नींद टूट गई। 'खजाना' शब्द सुनकर उसके कान खड़े हो गए। उसने पूछा, 'क्या हुआ भीम भैया? कौन सा खजाना?'

भीम ने रहस्यमयी तरीके से कहा, 'अरे रंगा! तुम्हें पता है, उस पुरानी सूखी गुफा के अंदर बहुत सारा ताजा और स्वादिष्ट मांस रखा है। किसी शिकारी ने शायद वहाँ छुपाया है। लेकिन मैं तो शिकारी हूँ, मेरे किस काम का? मैं जा रहा हूँ।' रंगा सियार का लालच फिर जगमगा उठा। वह बिना कुछ सोचे उस पुरानी गुफा की ओर भाग खड़ा हुआ।

## चालाकी का अंत

जैसे ही रंगा ने उस अंधेरी गुफा में छलना लगाई, वह एक गहरे गड्ढे में गिर पड़ा। वह कोई खजाने की गुफा नहीं थी, बल्कि शिकारियों द्वारा जंगली सूअरों को पकड़ने के लिए खोदा गया एक गहरा

जाल (गड्ढा) था।

रंगा बाहर निकलने के लिए बहुत उरका, लेकिन गड्ढा बहुत गहरा था। वह रोने लगा और मदद के लिए चिल्लाने लगा, 'बचाओ! बचाओ! मुझे यहाँ से निकालो!' तभी ऊपर से भीम गोरिल्ला की आवाज आई। भीम ने गड्ढे में झाँकते हुए कहा, 'क्यों रंगा? खजाना मिल गया? दूसरों को मूर्ख बनाकर अपना काम निकालने का यही नतीजा होता है। तुम्हारी झूठी तारीफों ने मुझे मधुमक्खियों से डसवाया था, अब तुम्हारा लालच तुम्हें इस गड्ढे में ले आया।'

रंगा सियार हाथ जोड़कर रोने लगा, 'मुझे माफ कर दो भीम भैया। मैं कसम खाता हूँ कि अब कभी किसी को धोखा नहीं दूँगा। कभी किसी की झूठी तारीफ करके अपना मतलब नहीं निकालूँगा। बस मुझे एक बार बाहर निकाल लो।'

भीम दयालु था। उसने एक लंबी और मजबूत पेड़ की डाल तोड़ और गड्ढे में लटक दी। रंगा उस डाल को पकड़कर बाहर निकल आया। बाहर आते ही उसने भीम के पैर पकड़े और माफी मांगी। उस दिन के बाद से रंगा सियार ने अपनी चालाकी छोड़ दी और जंगल में मेहनत करके अपना पेट भरने लगा।

## सीख -

झूठी तारीफ से बचे: जो लोग हमारी बहुत ज्यादा और झूठी तारीफ करते हैं, अवसर उनका कोई न कोई नया विधा होता है। बुद्धि और बल का सही उपयोग: शक्ति शरीर से ताकतवर होना काफी नहीं है, दिमाग का सही इस्तेमाल करना भी बहुत जरूरी है। लालच बुरी बला है: रंगा सियार के लालच ने ही उसे मुश्किल में डाला। ताकत का सही इस्तेमाल करना: भीम ने बला देने के बजाय रंगा को सबक सिखाया और अंत में उसकी मदद करके अपनी महानता दिखाई।

# बदलती जीवन शैली के कारण बढ़ रही है हाई ब्लड प्रेशर की समस्या

बदलती जीवन शैली के कारण आजकल हाई ब्लड प्रेशर समस्या आम है, लेकिन इसे हल्के में लेना खतरनाक हो सकता है क्योंकि यह धीरे-धीरे गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं की जड़ बन जाती है।



हाई ब्लड प्रेशर के शुरूआती लक्षण सामान्यतः स्पष्ट नहीं होते, लेकिन समय के साथ यह स्थिति बढ़ती है और दिल और दिमाग से जुड़ी बीमारियों का खतरा बढ़ा देती है। खासकर जब बीपी बहुत ज्यादा बढ़ जाए तो हार्ट अटैक और ब्रेन स्ट्रोक का खतरा भी कई गुना बढ़ जाता है। हाई ब्लड प्रेशर तब होता है जब दिल को शरीर में ब्लड पंप करने के लिए सामान्य से ज्यादा दबाव लगाना पड़ता है। इस दबाव के कारण रक्त वाहिकाओं की दीवारें कमजोर और बलिष्ठ होने लगती हैं, जिससे गंभीर मामलों में वे फट भी सकती हैं। सामान्य ब्लड प्रेशर की रेंज 120/80 एमएम एचजी होती है, जबकि अगर सिस्टोलिक प्रेशर 130 से 139 के बीच और डायस्टोलिक प्रेशर 80 से 90 के बीच होता है तो इसे हाई ब्लड प्रेशर माना जाता है। विशेषज्ञों के अनुसार यदि ब्लड प्रेशर 140/90 एमएम एचजी से ऊपर बढ़ा जाए तो हार्ट अटैक का खतरा काफी बढ़ जाता है। इस स्थिति में जल्द ही डॉक्टर से सलाह लेना बेहद जरूरी हो जाता है ताकि आगे की गंभीरताओं से बचा जा सके।

हाई ब्लड प्रेशर को साइलेंट किलर भी कहा जाता है क्योंकि इसके कई मामलों में कोई स्पष्ट लक्षण नजर नहीं आते। फिर भी कुछ लोगों को तेज सिरदर्द, चक्कर आना, आंखों का लाल होना, नाक से खून आना, सीने में दर्द और जी मिचलाने जैसी समस्याएँ हो सकती हैं। इसलिए जो लोग बीपी से परेशान हैं या जो इस बीमारी के जोखिम में हैं, उन्हें नियमित रूप से अपना ब्लड प्रेशर जांचते रहना चाहिए। यदि ब्लड प्रेशर अनियंत्रित रहता है तो यह न केवल हार्ट अटैक बल्कि स्ट्रोक और किडनी जैसी गंभीर बीमारियों का भी कारण बन सकता है।

## पाउडर लगाते समय रखें ध्यान

आजकल की जिंदगी में लुकस का अहम स्थान है फिर वो चाहे ऑफिस हो या फिर कॉलेज या फिर आप एक हाउस वाइफ ही क्यों न हो। सुंदर और स्मूद त्वरता देकर हाइ किन्नी का ध्यान अपनी ओर खींच लेता है और ऐसे में इसकी चमक और निखार को बढ़ाने के लिए मेकअप की सहायता लेना कोई बुरी बात भी नहीं है। इसके लिए मेकअप की और इसे एलाई करने की सही जानकारी होना भी बहुत जरूरी है। ऐसे में ये जरूरी है कि मेकअप अललाई करने से पहले आपको उसके बारे में कुछ बेसिक बातें पता हों।

## पाउडर का सही इस्तेमाल

पाउडर लगाने से मेकअप निखर कर आता है लेकिन पाउडर लगाते वक़्त इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि पूरे चेहरे पर बराबर लगाए जा। परन्तु ये स्मूद लुक देने के बजाय भद्दा नजर आएगा।

## कंसिलर का इस्तेमाल

कंसिलर का इस्तेमाल ध्यान से करना चाहिए। उम्रिलियों से टैप करके इसे आंखों के नीचे और नाक के आस-पास लगाना चाहिए। उसके बाद कंसिलर ब्रश की मदद से इसे फाइनतु टच देना चाहिए।

## आंखों का मेकअप

आंखों की सुंदरता को और बढ़ाने के लिए आंखें मेकअप को टेड के अनुसार करना ही बेहतर होता है। ऐसे तो आंखों पर कलने से लगा काल और आईबैंडर की काफी बंद क सुंदर बना देता है लेकिन खास मौक पर इनके मेकअप पर ध्यान देना जरूरी होता है।



## यहां धधकते ज्वालामुखी पर विराजित हैं भगवान गणेश

गणपति हिंदू धर्म के प्रमुख देवताओं में से एक है और कोई भी काम करने से पहले सबसे पहले उनका आवाहन किया जाता है। भगवान गणेश प्रथम पुज्य हैं और उनके बिना किसी भी काम को शुरू नहीं किया जाता। आज हम आपको भगवान गणेश की 700 साल पुरानी एक ऐसी प्रतिमा के बारे में बताते हैं जो ज्वालामुखी पर विराजमान है।

### कहां है प्रतिमा

भगवान गणेश की ज्वालामुखी पर विराजित 700 साल पुरानी यह प्रतिमा इंडोनेशिया के माउंट ब्रोमो में मौजूद है। यहां पर गुरुनू ग्रोमो नाम का एक ज्वालामुखी है, जो सक्रिय है और इससे से लावारा धुआं निकलता रहता है और आग भी नजर आती है। कमाल की बात यह है कि श्री गणेश की यह प्रतिमा ठीक ज्वालामुखी के मुहाने पर स्थित है और कभी भी यह आग नहीं उगल पाता है। यही कारण है कि लोग ऐसा मानते हैं कि स्वयं श्री गणेश इस ज्वालामुखी से निकलने वाली आग से लोगों की रक्षा कर रहे हैं।

### भगवान करते हैं रक्षा

ज्वालामुखी के आसपास कई लोग निवास करते हैं, जिन्हें स्थानीय भाषा में टैनेगर कहा जाता है। ज्वालामुखी के मुहाने पर स्थित यह गणेश प्रतिमा इन लोगों के लिए बहुत पुजनीय है और सभी यहां पर दर्शन पूजन करने के लिए आते हैं। लोगों का मानना है कि स्वयं श्री गणेश उनकी रक्षा के लिए यहां विराजमान हैं।

### पवित्र माना जाता है पर्वत

श्री गणेश की प्रतिमा जिस पर्वत पर मौजूद है वह माउंट ब्रोमो के नाम से पहचाना जाता है, जिसका नाम भगवान ब्रह्मा से प्रेरित होकर रखा गया है। यह पहाड़ टैनेगर संकल्य नेशनल पार्क में स्थित है। इंडोनेशिया में ऐसे कई सारे मंदिर हैं जिन्हें देखकर आप आराम से समझ सकते हैं कि यहां पर हिंदू देवी देवताओं को कितना महत्व दिया जाता है।

## इंडोनेशिया में पूजनीय हैं हिंदू भगवान

आपको जानकर हैरानी होगी लेकिन इंडोनेशिया एक ऐसी जगह है जहां पर लगभग 141 ज्वालामुखी हैं और इनमें से 130 बिल्कुल सक्रिय हैं, लेकिन इसके बावजूद भी लोगों को कोई नुकसान नहीं पहुंच पाता। क्योंकि उनके बीच यह अस्था है कि श्री गणेश उनकी रक्षा करते हैं। यहां पर गणपति बप्पा को समर्पित कई सारे मंदिर भी मौजूद हैं। स्थानीय लोगों के मुताबिक उनके पूर्वजों में इन प्रतिमाओं को स्थापित किया था और तभी से इन्हें पूजा जा रहा है।

### कैसे पहुंचे माउंट ब्रोमो

अगर आप 700 साल पुरानी इस अमोखी प्रतिमा के दर्शन करना चाहते हैं तो उसके लिए आपको पलाइंट लेकर सुराबाया इंटरनेशनल एयरपोर्ट तक पहुंचना होगा। यहां से आपको बस मिलेगी जो आपको सुराबाया टर्मिनल तक छोड़ेगी। यहां से आप माउंट ब्रोमो की यात्रा शुरू कर सकते हैं। यहां तक जाने के लिए आपको स्थानीय गाइड का सहारा लेना होगा। वापस आने के लिए टैक्सी की जा सकती है।



## दुनिया भर में सिर्फ नर्मदा और केन नदियों में ही पाये जाते हैं दुर्लभ शजर पत्थर

बुंदेलखंड के बादा जिले की केन नदी प्रदेश की इकलौती और देश की दूसरी नदी है जो पत्थरों में रंगीन चित्रकारी करती है। इस नदी में मिलने वाले दुर्लभ पत्थर बेहद खूबसूरत होते हैं जो अपने भीतर दिखने वाली खूबसूरती के लिए मशहूर हैं। इन पत्थरों को शजर पत्थर कहा जाता है। फारसी में शजर पत्थर को कहा जाता है। खास बात यह है कि कोई भी दो शजर पत्थर एक जैसे नहीं होते, मतलब हर एक पत्थर में अलग-अलग चित्रकारी। दुनिया भर में शजर पत्थर सिर्फ भारत की दो नदियों केन और नर्मदा में ही पाये जाते हैं। अरब देशों में इस पत्थर को हकीक और भारत में स्फटिक कहते हैं। इन दिनों खरीद व बेचे जा रहे हैं।

मशीनों से तराशने के बाद शजर पत्थर में झाड़ियां, पेड़-पौधे, पशु-पक्षी, मानव और नदी की जलधारा के चमकदार रंगीन चित्र उभरते हैं। बादा के स्थानीय लोगों के मुताबिक, जब शरद पूर्णिमा

की चान्दी रात में किरणें शजर पत्थरों पर पड़ती हैं तो इन पर आकृतियां उभरती हैं। उनका कहना है कि चान्दी की किरणों जब पत्थर पर पड़ती हैं तो उनके बीच में जो भी आकृति आती है, वह इन पत्थरों पर उभर आती है। वहीं, वैज्ञानिकों का मानना है कि शजर पत्थर पर उभरने वाली आकृति फंगस ग्रोव है।

400 साल पहले हुई थी खोज हमेशा से ही केन नदी में मौजूद था, लेकिन 400 साल पहले अरब से आये लोगों ने इसकी पहचान की। यह इसकी खूबसूरती देखकर दंग रह गये थे। इन पत्थरों पर कुदरती रूप से पेड़, पत्ती की आकृति उठेरी थी, जिसके कारण उन्होंने इसका नाम शजर रख दिया।

### पौराणिक मान्यता

पौराणिक मान्यताओं के मुताबिक, केन नदी का पुराना नाम कर्णवती नदी था। बाद में इसे किनिया और फिर केन कहा जाने लगा। अब इसे केन नदी कहा जाता है। केन एक कुमारी कन्या है का उल्लेख महाभारत काल में मिलता है।

## शौकीन लोग अंगूठी में जड़वाते हैं



शजर पत्थरों का इस्तेमाल आभूषणों, कलाकृतियों जैसे ताजमहल, सजावटी सामान व अन्य वस्तु जैसे वाल हैमिंग में लगाने के काम में प्रयोग होता है। मुगलकाल में शजर पत्थरों के इस्तेमाल से बेजोड़ कलाकृतियां बनाई गईं। बादा और लखनऊ में शजर पत्थर से बने आभूषणों का बड़ा कारोबार होता है। शौकीन लोग इसे अंगूठी में नंग के तौर पर भी जड़वाते हैं। राष्ट्रीय पुरस्कार प्राप्त हस्तशिल्पी सारका प्रसाद सोनी बताते हैं कि शजर पत्थर की पहले कच्ची और विराई होती है, जिसके बाद इसे मनवाह आकर में ढाला जाता है। सोने या चांदी में जड़ने के बाद शजर की कीमत और बढ़ जाती है।



## शजर पत्थर को बिटेन ले गई थी महारानी विक्टोरिया

इंग्लैंड इंडिया कंपनी के शासनकाल में ब्रिटेन की महारानी क्वीन विक्टोरिया के लिए दिल्ली दरबार में नुमाइश लगाई गई थी। इन्हें यानी विक्टोरिया को शजर पत्थर इतना पसंद आया था वह इनसे अपने साथ ब्रिटेन भी ले गई थी। दुनिया भर में खासकर मुस्लिम देशों में शजर पत्थर की खासी हिमाज है। मुसलमानों के बीच में इस पत्थर का विशेष महत्व है। वह इसे कुदरत का नयाब तोहफा मानते हैं और इस पर कुरान की आयत लिखवाते हैं। इतना ही नहीं मक्का जाने वाले हजगारी इस पत्थर को लेकर जाते हैं। व्यापारियों के मुताबिक, ईरान में इसकी दुहमांगी कीमत मिलती है। कुछ लोगों का मानना है कि इस पत्थर को पहनने से बीमारियां दूर भ्रगत होती हैं।



दुनिया में एक से बढ़कर एक और अजीबोगरीब चीज मौजूद है जो अपनी खासियत से लोगों को हैरान कर देती है। कुछ जगह तो लोगों को आश्चर्य में डालने का काम करते हैं और जब इनके बारे में पता चलता है तो सभी के होश उड़ जाते हैं। समुद्र एक ऐसी चीज है जिसकी

खूबसूरती हमेशा से ही लोगों को दिल जीतती आई है। समुद्र में मस्ती का आनंद तभी लिया जा सकता है जब आपको अच्छी तरह से तैरना आता हो। लेकिन अगर तैरना नहीं आता है तो कोई भी समुद्र के किनारे पर रबरकी ही आनंद ले सकता है। आज हम आपको जिस

समुद्र के बारे में बता रहे हैं यहां तैराकी ना जानने वाले लोग भी तैर सकते हैं। क्योंकि यह एक ऐसी जगह है जहां आप चाह कर भी नहीं डूब पाएंगे। हम जिस जगह की बात कर रहे हैं उसे डेड सी के नाम से जाना जाता है क्योंकि आज आपको इसके बारे में बताते हैं।

उत्तर प्रदेश के बांदा में सिर्फ केन नदी में ऐसे पत्थर देखने को मिलते हैं, जिसमें कुदरत ने खुद कलाकारी की है। ये खास किस्म के पत्थरों को शजर पत्थर कहा जाता है। शजर का परिचय न मतलब पड़ होता है। इन पत्थरों पर उकरी कलाकारी देखकर लगता है कि जैसे किसी चित्रकार या कलाकार ने किया है। पत्थर पर उकेरी हुई पतियां, पेड़ और उनकी अजीब आकृति देखते ही बनती है। इन पत्थरों की पहचान 400 साल पहले हुई थी। अरब से आए लोगों ने इन पत्थरों की खूबियां समझी और मुगलों के समय इनकी कीमत और ज्यादा बढ़ गई। इन पत्थरों को जैलरी, डेकोरेशन सामान पर खूब इस्तेमाल किए जाते हैं। वैज्ञानिकों की मानें तो पत्थर पर ये कुदरती आकृति फंगल के विकास के कारण होती है।



## जापान का एशिमा ओहाशी ब्रिज

### आसान नहीं इस पर गाड़ी चलाना

दुनिया का तीसरा सबसे बड़ा ब्रिज जापान का एशिमा ओहाशी ब्रिज दिखने में जितना खतरनाक है, उससे कहीं ज्यादा डरावना इस पर गाड़ी चलाना है। इसे दुनिया का तीसरा सबसे बड़ा ब्रिज माना जाता है। यह ब्रिज नाकाउमी लेक के ऊपर बना है और इस ब्रिज को जीता बनाने के पीछे कारण है कि जहाज को ब्रिज के नीचे से जाने में दिक्कत न हो। यह ब्रिज साकाइमिनोटो और मात्सु शहरों को जोड़ता है। इस ब्रिज पर गाड़ी चलाना किसी रोलरकोस्टर राइड से कम नहीं है। यह ब्रिज साल 2004 में बनकर तैयार हुआ था। पहले ऊपर उठना और फिर खलने लेते हुए एकदम से नीचे आना आकर रोमांट खड़े कर देता है।

## वयों बनाना पड़ा ब्रिज का ऐसा डिजाइन

- ये ब्रिज नाकाउमी लेक पर बना है, जो मात्सु और साकाइमिनोटो शहरों को आपस में जोड़ता है।
- ब्रिज को सीधा खड़ा इसलिए बनाया गया है, ताकि लेक में शिप को ब्रिज के नीचे से जाने में दिक्कत न आए।
- दो लेन में क्रांकिट रोड वाला ये ब्रिज 1.7 किमी लंबा है और इसकी चौड़ाई 11.4 मीटर है।
- इसका कस्टमरेशन 1997 में शुरू हुआ और 2004 में पूरा हुआ।
- इस पुल के 6.1 फीसदी झुकाव शिमाने प्रांत की तरह और 5.1 फीसदी झुकाव टोटरी प्रांत की तरह है।
- अपने अजीबोगरीब डिजाइन के चलते ये पुल रोलरकोस्टर के जैसा नजर आता है।
- ब्रिज की खासियत देखते हुए देहासु मोटर कंपनी ने अपनी टाटो मिनिटो के एड में इसका जिक्र किया है।
- एड में इस पुल के जरिए गाड़ी की रिसटारती की जाव की बात कही गई है।



## रहस्यमय है ये समुद्र, यहां चाहकर भी डूबना है नामुमकिन

### कहां है डेड सी

यह खूबसूरत सा डेड सी यानी की मृत समुद्र जॉर्डन और इजरायल के बीच में मौजूद है। यह दुनिया की सबसे गहरी खारे पानी की झील के रूप में पहचाना जाता है। इस समुद्र में इतना नमक है कि देवाय के कारण यहां कोई नहीं डूबता।

### ऐसे मिला डेड सी नाम

इस समुद्र को डेड सी नाम मिलने के पीछे की वजह यह है कि इसमें अधिक मात्रा में नमक है जो इतना ज्यादा खारा है कि ना तो कोई जीव जंतु और ना ही पेड़ पौधे इसमें जीवित रह पाते हैं। इस पानी के नमक में बड़ी मात्रा में

जिक, मैग्नीशियम, कैल्शियम, पोटेश और सोडियम जैसे तत्व पाए जाते हैं। यही कारण है कि इसका इस्तेमाल नहीं किया जा सकता। इस समुद्र में मछलियां कोई अन्य समुद्री जीव और समुद्र में पाए जाने वाले एकोरिफ प्लांट्स भी नहीं पाए जाते हैं।

## त्वचा की बीमारी होती है दूर

यह डेड सी दुनिया भर में मशहूर है और अक्सर ही अपनी अजीबो खूबियों की वजह से लोगों के बीच चर्चा का विषय रहता है। अन्य समुद्री की तुलना में इस समुद्र में जो पानी है वह 33% ज्यादा खारा है। यहां के पानी की एक विशेषता भी है और कहा जाता है कि इसमें जो नमक है उसकी त्वचा संबंधी रोगों बीमारियां दूर हो जाती हैं। पानी की इसी विशेषता के चलते कई लोग यहां पर स्विमिंग का आनंद लेने के लिए पहुंचते हैं। यहां के पानी और मिट्टी के इस्तेमाल से कई व्यूटी प्रोडक्ट भी बनाए जाते हैं।



### टी20 विश्व कप जीतकर घर लौटे ईरानकिशन, हुआ जोरदार स्वागत

पना (एजेंसी)। भारत के शीर्ष क्रम के बल्लेबाज ईरान किशन मंगलवार को यहां अपने गृहमग्न पहुंचे जहां उनका जोरदार स्वागत हुआ। उन्होंने टी20 विश्व कप में भारत की खिताबी जीत में अहम भूमिका निभाई थी। ईरान की वापसी काफ़ी प्रेरणादायी रही जो कुछ महाने पहले तक राष्ट्रीय टीम की योजनाओं का हिस्सा भी नहीं थे। बार हथ के इस खिलाड़ी ने रिविदार को अहमदाबाद में न्यूजीलैंड के खिलाफ फाइनल में अथरातक लगाने से पहले मुंबई के खिलाफ मैच जिताने वाली पारी खेली थी। ईरान को फाइनल की तैयारी के दौरान घुबटा न में अपनी रिश्ते की बहन की मदद को भी सामना करना पड़ा था। पना पहुंचने पर ईरान ने कहा कि टीम भविष्य में और खिताब जीतने के लिए प्रतिबद्ध है। यह भारत का रिकॉर्ड तीसरा टी20 विश्व कप प्रतियोगिता है जो खिताब का स्वागत करने वाली पहली टीम भी नहीं। घरेलू क्रिकेट में पना की राफ़ा खाना के लिए खेलने वाले ईरान ने यह मुझे बहुत अच्छा लगा रहा है। टी20 विश्व कप जीत गई है। यह न सिर्फ़ हमारे लिए बल्कि पूरे देश के लिए शानदार पद है। मुझे उम्मीद है कि हम आगे भी खेलते रहेंगे और जीतेंगे। मेरा मानना है कि अगर मैं अच्छा प्रदर्शन करता हूँ तो इससे युवा खिलाड़ियों को प्रेरणा मिलेगी। मैं हमेशा युवाओं को बढ़ावा देने की कोशिश करता हूँ।



### बीसीसीआई का ऐलान

## आईसीसी टी20 वर्ल्ड कप जीतने वाली टीम इंडिया को मिलेगा 131 करोड़ रुपये इनाम



नई दिल्ली (एजेंसी)। बीसीसीआई ने आईसीसी पुरुष टी20 वर्ल्ड कप 2026 जीतने के बाद टीम इंडिया को 131 करोड़ रुपये नकद पुरस्कार देने की घोषणा की है। भारत ने अहमदाबाद में न्यूजीलैंड को हराकर 2026 आईसीसी टी20 वर्ल्ड कप जीता। जब आईसीसी ने इस जीत के लिए भारत को 3 मिलियन अमेरिकी डॉलर (लगभग 27.48 करोड़ रुपये) का पुरस्कार दिया। यहाँ, बीसीसीआई ने अपने बयान में

कहा, भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) ने आईसीसी पुरुष टी20 वर्ल्ड कप 2026 में शानदार प्रदर्शन करने के लिए टीम इंडिया को 131 करोड़ रुपये पुरस्कार देने की घोषणा की है। भारत ने अहमदाबाद के नरेंद्र मोदी स्टेडियम में फाइनल में न्यूजीलैंड को हराकर यह प्रतिष्ठित ट्रॉफी जीती, अपने रिकॉर्ड को खाकी और टूर्नामेंट के इतिहास में पहली बार किसी टीम द्वारा आईसीसी पुरुष टी20 वर्ल्ड कप

### आईसीसी द्वारा पुरस्कार

आईसीसी पुरुष टी20 वर्ल्ड कप 2026 जीतने पर भारतीय टीम को कुल 3 मिलियन अमेरिकी डॉलर (लगभग 27.48 करोड़ रुपये) का पुरस्कार मिला। इस टूर्नामेंट में रण और सुपर 8 चरणों में हर जीत पर टीम को लगभग 31,154 अमेरिकी डॉलर (लगभग 28.6 लाख रुपये) के प्रदर्शन बोनस भी दिए गए। इस प्रकार टीम इंडिया को बीसीसीआई और आईसीसी दोनों से भारी नकद पुरस्कार प्राप्त हुआ।

लगातार दो बार जीतने का रिकॉर्ड बनाया। इस जीत के साथ भारत वह पहली टीम बन गया जिसने आईसीसी पुरुष टी20 वर्ल्ड कप तीन बार जीता, और इस फॉर्मेट के इतिहास में सबसे सफल टीमों में अपनी जगह पक्की की।

बीसीसीआई खिलाड़ियों, सपोर्ट स्टाफ और सेलेक्टर्स को इस ऐतिहासिक उपलब्धि के लिए पुरः बधाई देता है और भविष्य में उनके निरंतर सफलता की कामना करता है।



## टी20 वर्ल्ड कप से जल्दी बाहर होने के बाद श्रीलंका का बड़ा फैसला

### पूर्व अफ्रीकी क्रिकेटर मैरी कर्स्टन को बनाया नया हेड कोच

कोलंबो (एजेंसी)। श्रीलंका क्रिकेट (एसएलसी) ने सोमवार को पूर्व दक्षिण अफ्रीकी क्रिकेटर मैरी कर्स्टन को पुरुष राष्ट्रीय टीम का नया मुख्य कोच नियुक्त करने की घोषणा की। श्रीलंका क्रिकेट बोर्ड के अनुसार कर्स्टन 15 अप्रैल 2026 से टीम के हेड कोच के रूप में कार्यभार संभालेंगी।

अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट में शानदार अनुभव - मैरी कर्स्टन का अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट में शानदार करियर रहा है। उन्होंने दक्षिण अफ्रीका के लिए 1993 से 2004 तक क्रिकेट खेला। अपने करियर के दौरान उन्होंने टेस्ट और वनडे क्रिकेट में कुल 14,087 रन बनाए। इसमें 21 टेस्ट शतक और 13 वनडे शतक शामिल हैं।

भारत की दिलाया था 2011 वर्ल्ड कप - कोच के रूप में भी कर्स्टन का रिकॉर्ड शानदार रहा है। वह 2008 से 2011 तक भारतीय पुरुष क्रिकेट टीम के मुख्य कोच रहे और उनके कार्यकाल में भारत ने 2011 का आईसीसी क्रिकेट वर्ल्ड कप जीता था। इसके बाद वह 2011 से 2013 तक दक्षिण अफ्रीका टीम के भी मुख्य कोच रहे, जहां उनके नेतृत्व में टीम ने सभी फॉर्मेट में नंबर-1 रैंकिंग हासिल की।

● टी20 वर्ल्ड कप 2026 में भी निभाई थी भूमिका - हाल ही में समाप्त हुए टी20 वर्ल्ड कप 2026 के दौरान मैरी कर्स्टन क्रिकेट नामीबिया के साथ बेतौर कंसल्टेंट जुड़े हुए थे। अब वह श्रीलंका क्रिकेट के साथ दो साल के लिए काम करेंगी।

● 2027 वर्ल्डकप की तैयारी पर अनुभव - मैरी कर्स्टन का अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट में शानदार करियर रहा है। उन्होंने दक्षिण अफ्रीका के लिए 1993 से 2004 तक क्रिकेट खेला। अपने करियर के दौरान उन्होंने टेस्ट और वनडे क्रिकेट में कुल 14,087 रन बनाए। इसमें 21 टेस्ट शतक और 13 वनडे शतक शामिल हैं।

● दो साल का होगा कार्यकाल - मैरी कर्स्टन का भारत के साथ 15 अप्रैल 2026 से 14 अप्रैल 2028 तक होगा। इस दौरान वह श्रीलंका की राष्ट्रीय टीम के अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट में बेहतर प्रदर्शन करने के लिए तैयार करेंगी।



## आईपीएल 2026- फैंस का इंतजार खत्म!

### लीग का आगमन 28 मार्च से, 12 मार्च को किया जाएगा सार्वजनिक

नई दिल्ली (एजेंसी)। आईपीएल 2026 के 19वें सीजन का इंतजार कर रहे क्रिकेट फैंस के लिए बड़ी खबर सामने आई है। भारतीय क्रिकेट कंट्रोल बोर्ड (बीसीसीआई) जल्द ही टूर्नामेंट के शेड्यूल का ऐलान कर देगा। रिपोर्ट्स के मुताबिक लीग का आगमन 28 मार्च से होगा, जबकि पहले चरण के मुक़ाबलों का कार्यक्रम 12 मार्च को जारी किया जाएगा। वहीं इस सीजन के उद्घाटन मैच में मौजूद चौपियन रॉयल चैलेंजर्स बंगलूर और पिछले साल की रनर-अप पंजाब किंग्स के आमने-सामने आम को संभारना जगह जगह रही है। मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार इस बार आईपीएल का कार्यक्रम दो चरणों में जारी किया जाएगा। न्यूज एजेंसी आईएनएस को जानकारी के मुताबिक, पहले चरण में टूर्नामेंट के शुरुआती मुक़ाबलों का शेड्यूल 12 मार्च को जारी किया जाएगा। बीसीसीआई संचित देवजी सिंघानिया ने भी इस बात की पुष्टि की है। उन्होंने आईएनएस से बातचीत में बताया कि 12 मार्च को आईपीएल 2026 के पहले 20 मुक़ाबलों का कार्यक्रम सार्वजनिक किया जाएगा। बाकी मैचों का शेड्यूल बाद में जारी किया जा सकता है।

न्यूजीलैंड के खिलाफ द्विपक्षीय सीरीज में उन्होंने तीन मैचों में सिर्फ 46 रन बनाए थे। इस खराब प्रदर्शन के कारण उन्हें टूर्नामेंट की शुरुआती फ्लेग इलेवन में जगह नहीं मिली और वह कई मैचों तक बेंच पर बैठे रहे।

सुपर-8 के बाद मिला मौका - सुपर-8 चरण में दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ भारत की बड़ी हार के बाद टीम में नैन्स जट्टल ने बदलाव करने का फैसला किया। इसके बाद सीमेंस को मौका मिला और टूर्नामेंट के अंतिम मुक़ाबलों में जबरदस्त बल्लेबाजी की।

### टी20 वर्ल्ड कप

## तैयार रहो, अगला मैच तुम्हारा है, गौतम गंभीर की इस बात ने बदल दी सैमसन की किस्मत

नई दिल्ली (एजेंसी)। भारतीय विकेटकीपर बल्लेबाज संजु सैमसन ने टी20 वर्ल्ड कप 2026 में शानदार प्रदर्शन करते हुए 321 रन बनाए। उन्होंने पूरे टूर्नामेंट में 80.25 की औसत और 199.37 की स्ट्राइक रेट से बल्लेबाजी की और 'प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट' का खिताब जीता। सैमसन ने अपनी इस सफलता का श्रेय भारतीय टीम के मुख्य कोच गौतम गंभीर को दिया, जिन्होंने एक छेटी टी सी बातचीत में उनके करियर का रुख बदल दिया।

जिम में हुई बातचीत ने बदली कहानी - सैमसन ने बताया कि टूर्नामेंट के दौरान डेलर के जिम में उनकी मुलाकात गौतम गंभीर से हुई थी। उसी समय गंभीर ने उनसे कहा कि वह आगले मैच के लिए तैयार रहें। गौतम ने कहा, जिम में निचबच्चों के खिलाफ मैच से पहले मेरी गैटी भाई से मुलाकात हुई। उन्होंने मुझे कहा कि 'संजु तैयार रहो, तुम अगला मैच खेलने वाले हो'। उस समय मैं पूरी तरह तैयार था और यही नैन्स का इंतजार कर रहा था।

वर्ल्ड कप से पहले खराब फॉर्म से जुड़ रहे थे सैमसन - टी20 वर्ल्ड कप से पहले सैमसन का प्रदर्शन अच्छ नहीं रहा था।



साबित कर दिया।

नैन्स आउट में लगातार तीन शानदार पारियां - मौका मिलने के बाद सैमसन ने टूर्नामेंट के अंतिम मुक़ाबलों में जबरदस्त बल्लेबाजी की।

### आईसीपीएल 2026 के आकर्षण का केंद्र होंगे गगनजीत भुल्लर

चंडीगढ़ (एजेंसी)। मौजूदा चौपियन गगनजीत भुल्लर 11 से 13 मार्च तक यहां होने वाले डेडवैन गोल्व प्रीमियर लीग (आईसीपीएल) के पहले चरण में आकर्षण का केंद्र होंगे। जिसमें कई अन्य शीर्ष खिलाड़ी भी भाग लेंगे। भुल्लर ने 2025 में आईसीपीएल में खिताब जीता था और इस बार उनके प्रदर्शन पर सभी की निगाह टिकी रहेगी। एशियाई टूर में 11 जीत के साथ भारत के सबसे सफल खिलाड़ी रहे भुल्लर के अलावा इस प्रतिस्पर्धा में पुखराज सिंह गिल भी भाग लेंगे, जिन्होंने 2025 में आईसीपीएल ऑर्डर ऑफ मैरिट जीत था। इन्होंने अलावा एशियाई टूर के स्टार करणवीर कोहर और अमन राज भी अपनी उपजुनी टी20 पेश करेंगे।

### टी20 वर्ल्ड कप ट्रॉफी के साथ सूर्याकुमार ने अडालज स्टैपेल में करवाया फोटोशूट

अहमदाबाद (एजेंसी)। टी20 वर्ल्ड कप 2026 जीतने के बाद भारतीय क्रमण सूर्याकुमार यादव ने मुंबई के ऐतिहासिक अडालज में याव का दौरा किया। इस दौरान उन्होंने आईसीसी टी20 वर्ल्ड कप ट्रॉफी के साथ तस्वीरें खिचवाईं। अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट परिषद (आईसीसी) द्वारा साक्षात्कार के बाद तस्वीरों में भारतीय क्रमण इस खूबसूरत ऐतिहासिक स्थल पर ट्रॉफी के साथ नजर आए।

गुजरात के प्रसिद्ध ऐतिहासिक स्थल पर फोटोशूट - अडालज स्टैपेल गुजरात के सबसे प्रसिद्ध ऐतिहासिक और पर्यटन स्थलों में से एक है। यह 15वीं सदी की शानदार वास्तुकला का उदाहरण माना जाता है और अपनी जटिल नक्काशी व डिजाइन के लिए मशहूर है। यह ऐतिहासिक बावड़ी अहमदाबाद और गंगोत्रीनर के बीच स्थित है और हर साल बड़ी संख्या में पर्यटकों और इतिहास प्रेमी यहां पहुंचते हैं।

### न्यूजीलैंड को हराकर जीता टी20 वर्ल्ड कप - सूर्याकुमार यादव का यह दौरा भारत की शानदार जीत के एक दिन बाद हुआ।

भारतीय टीम ने नरेंद्र मोदी स्टेडियम में खेले गए फाइनल में न्यूजीलैंड को 96 रन से हराकर टी20 वर्ल्ड कप 2026 का खिताब अपने नाम किया। इस जीत के साथ भारत ने लगातार दूसरा टी20 वर्ल्ड कप जीता और टूर्नामेंट के इतिहास में रिकॉर्ड तीसरा खिताब भी अपने नाम किया।

क्रिकेट से जुड़ा रहा है इस आगमन का खास रिश्ता - अडालज स्टैपेल का हाल के वर्षों में क्रिकेट से भी खास संबंध रहा है। 2023 क्रिकेट वर्ल्ड कप फाइनल से पहले यहां रोहित शर्मा और अर्जुन अंतोनियो के कप्तान पद संभालने से भी फोटोशूट कराया था।

सूर्याकुमार को देवेंद्र के लिए उम्मीदें फैंस - सूर्याकुमार यादव के इस दौर के दौरान बड़ी संख्या में फैंस भी बंधे हुए गए। लोगों ने भारतीय क्रमण और वर्ल्ड कप ट्रॉफी की एक झलक पाने की आशा जताई।

रिए बावड़ी के आसपास और आसपास के पर्यटकों पर भी बंध लगी थी। कई लोग स्टाफ की रिश्ता - अडालज स्टैपेल का हाल के वर्षों में क्रिकेट से भी खास संबंध रहा है। 2023 क्रिकेट वर्ल्ड कप फाइनल से पहले यहां रोहित शर्मा और अर्जुन अंतोनियो के कप्तान पद संभालने से भी फोटोशूट कराया था।



### मौजूदा इंडियन वेल्स चौपियन की शर्मनाक हरकत, हार के बाद तोड़ा रैकेट, दर्शकों पर भी चिल्लाई

इंडियन वेल्स (केलिफोर्निया) (एजेंसी)। मौजूदा चौपियन मीरा एड्रिया ने बीएनपी फिब्रस इंडियन वेल्स टैनिस टूर्नामेंट के महिला एकल के तीसरे दौर में हारने के बाद अपना रैकेट काँड़ खार पटक कर और फिर दर्शकों पर चिल्लाई हुई कोर्ट से बाहर चली गई। एड्रिया गैर बरीयता प्राप्त कैटेरीना सिनियार्कोवा से 4-6, 6-7(5), 6-3 से हार गईं। मैच के दौरान भी उनका व्यवहार अस्वच्छ नहीं रहा और हारने के बाद वह अपना अपना खार बेंदी। पहले रैकेट का टुकड़ा फेंकने के बाद एड्रिया ने अपना रैकेट फेंक दिया और फिर उसे तोड़ दिया जो दर्शकों का उल्लेख था। उन्होंने मैच प्यार के बाद अपना रैकेट फिर से फेंक दिया। वह सिनियार्कोवा से हाथ मिलाते के लिए टेप पर गईं। इसके बाद एड्रिया दर्शकों और इशारा करते और चिल्लाते हुए कोर्ट से बाहर चली गईं। एड्रिया ने बाद में कहा, मैं अपने व्यवहार से वास्तव में खुरा नहीं हूँ। मैंने आखिर से जो कुछ किया उस पर मुझे गर्व नहीं है। यह ऐसी जगह है जिसे पर मुझे वास्तव में जल्द से जल्द क्रम करने की जरूरत है।



### महिला एशियन कप फाइनल की उम्मीदें जिंदा रखने उतरेगा भारत, सामने चीनी ताइपे की कड़ी चुनौती

सिडनी (एजेंसी)। जापान से 0-11 से मिली करारी हार से अभी भी हार के बाद भी भारत को एक मंगलवार को वेस्टर्न सिडनी स्टेडियम में एएफसी महिला एशियन कप अर्ध-फाइनल 2026 के अपने आखिरी रण सी मैच में चीनी ताइपे के खिलाफ करी या मरो वाला मुक़ाबला जीतना होगा। ब्रू ट्रायसेंस को क्वार्टर फाइनल की अपनी उम्मीदें जिंदा रखने के लिए करी या मरो को गोल से जीतना होगा। नैन्स आउट स्टैपेल में आगे बढ़ने के बाद दूसरे चरण में विगतम को हारने की जरूरत होगी। भारत अमी दो मैचों में जीरो पॉइंट्स के साथ रूप में चौथे स्थान पर है, इससे पहले जापान से करारी हार मिलने से पहले वह विगतम को 1-2 से हार गई थी।

जापान छह पॉइंट्स के साथ रूप में सबसे आगे है, जबकि चीनी ताइपे और विगतम तीन-तीन पॉइंट्स के साथ क्रम से दूसरे और तीसरे स्थान पर हैं। तीनों रण से टॉप दो टीमों और तीसरे नंबर पर रहने वाली दो सबसे अच्छी टीमों क्वार्टर फाइनल में पहुंच रही हैं। ऐसे में भारत की उम्मीदें एक पक्की जीत और दूसरी जगहों पर अच्छे नतीजों पर टिकी हैं। भारत की हेड कोच अर्मीलिया वाल्टर ने जल्दी आगे बढ़ने चाहिए और अहम मुक़ाबले पर फोकस करना चाहिए। उन्होंने कहा, दोनों मैच बहुत आसान नहीं हैं। सबसे पहले हमें जो हुजु है उसे जल्द से जल्द गार करना होगा। हम इस मैच के लिए अच्छे तैयारी करनी होगी। मैच को एक तरह का फाइनल बताते हुए, वाल्टर ने कहा कि खिलाड़ियों को दांव पर लगी चीजों का पूरा अंदाजा था। उन्होंने कहा, हमें मैच को अहमियत का पता रहा है। खिलाड़ी फोकस करें, और हम अपने मौकों को पूरा करने पर काम कर रहे हैं। यह हमारे लिए फाइनल जैसा है।



### कराटे डो एसोसिएशन ऑफ बंगाल के खिलाड़ियों ने 5वीं के आईओ नेशनल कराटे चौपियनशिप में जीते 2 स्वर्ण और 2 कांस्य पदक

नई दिल्ली (एजेंसी)। नई दिल्ली के तात्कालीक इंडोर स्टेडियम में 26 फरवरी से 1 मार्च 2026 तक आयोजित 5वीं केआईओ नेशनल कराटे डो चौपियनशिप 2026 (अंडर-21, सीनियर और पैरा-कराटे वर्ग) में कराटे डो एसोसिएशन ऑफ बंगाल (केआरडो) के खिलाड़ियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए 2 स्वर्ण और 2 कांस्य पदक अपने नाम किए। इन खिलाड़ियों को हरी प्रमोटीय सैन के मार्गदर्शन में प्रशिक्षण मिला है।

हरी प्रमोटीय सैन पिछले 2 दशक से अफिक समय से पश्चिम बंगाल में कराटे के विकास से जुड़े हुए हैं। निर्यात प्रशिक्षण और प्रतियोगिताओं की तैयारी के माध्यम से उन्होंने कई युवा खिलाड़ियों को तैयार किया है, जिन्होंने समय-समय पर राष्ट्रीय स्तर पर राज्य का प्रतिनिधित्व किया है। प्रशिक्षण के अलावा वे कोच, रेफरी और प्रशासक के रूप में भी कराटे से जुड़ी गतिविधियों में सक्रिय रहे हैं और राज्य में खेल के विकास में योगदान दे रहे हैं।

वह चौपियनशिप कराटे इंडिया के नैन्स आउट स्टैपेल में आयोजित की गई। कार्यक्रम में कई प्रतिष्ठित अतिथि भी उपस्थित रहे, जिनमें पूर्व केंद्रीय मंत्री शाहनवाज हुसैन, अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक



सम्मिलित के पूर्व सदस्य और भारतीय ओलंपिक संघ के पूर्व अध्यक्ष डॉ. नरेंद्र शर्मा, तथा दिल्ली ओलंपिक एसोसिएशन के अध्यक्ष कुलदीप वरस शामिल थे।

रुकुथया दत्ता - स्वर्ण पदक (अंडर-21 महिला काताना)

सोहिनी चटर्जी - स्वर्ण पदक (अंडर-21 महिला कुमिटे 750 किग्रा)

शिवम पोद्दार - कांस्य पदक (सीनियर पुरुष कुमिटे 50 किग्रा)

देवीशंकर कर्मकार, एशिका घोष और श्रेया मंडल - कांस्य पदक (सीनियर महिला टीम काताना)

चौपियनशिप से पहले कराटे डो एसोसिएशन ऑफ बंगाल ने खिलाड़ियों और कोचों की विभिन्न प्रकार का सामग्री भी प्रदान किया। इसमें पंचक पदक क्रिकेट के लिए 2 लाख रुपये का मिडिल्ट इक्वैरमेंट, 25 खिलाड़ियों को 3,000 रुपये, तीन कोचों को 7,000 रुपये, सभी खिलाड़ियों की भागीदारी शुरू का भूतान, तथा खिलाड़ियों और कोचों के लिए ट्रेकिंग उपलब्ध करना शामिल था।

चौपियनशिप के बाद केएचबी के अध्यक्ष शशी प्रेमजीत सैन ने कहा, खिलाड़ियों ने इस प्रतियोगिता के लिए ईमानदारी और अनुशासन के साथ तैयारी की थी। उनका प्रदर्शन लंबे समय तक किंग यू अथॉरिटी का परिनिष्ठा कर रहे हैं। यह उपलब्धि एक ही कि वे राष्ट्रीय स्तर पर पश्चिम बंगाल का प्रतिनिधित्व कर रहे हैं और हमें उम्मीद है कि वे भविष्य में भी इसी सफलता के साथ आगे बढ़ेंगे। उन्होंने यह भी घोषणा की कि एसोसिएशन द्वारा प्रत्येक स्वर्ण पदक विजेता को 10,000 रुपये और प्रत्येक कांस्य पदक विजेता को 5,000 रुपये से सम्मानित किया जाएगा।

