



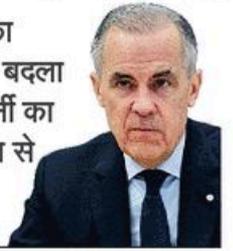
**इस्राइल में चलेगा UPI, मोदी के दौर में 16 समझौते**  
▶ देखें अंदर

# NBT

## नवभारत टाइम्स

एनबीटी में विज्ञापन देने के लिए 19001205474 पर कॉल करें। नवभारत टाइम्स का अंक प्राप्त करने के लिए 19001200004 पर कॉल करें या [subscribe.timesofindia.com](https://subscribe.timesofindia.com) पर जाएं।

**कनाडा का भारत पर बदला रुख, कार्नी का दौरा आज से**  
▶ देखें अंदर



# SAMSUNG

## Galaxy S26 Ultra

Galaxy AI 



[samsung.com](https://samsung.com)

**Pre-order now**

Please dispose of e-waste and plastic waste responsibly. Customers can WhatsApp on 180057267864 for information on e-waste/plastic waste. Image simulated. Samsung account login may be required for certain AI features. Actual UX/UI may differ. Samsung promotes responsible use of Artificial Intelligence (AI) features.





# नवभारत टाइम्स • विचार

नवभारत टाइम्स | मुंबई | शुक्रवार, 27 फरवरी 2026

राष्ट्रों के न तो स्थायी मित्र होते हैं, न स्थायी शत्रु, केवल स्थायी हित होते हैं। - हेनरी किस्सिंजर, अमेरिकी कूटनीतिज्ञ

## नई शुरुआत

भारत और कनाडा के रिश्ते पर हालिया बरसों में जमी कर्म अफिल रही है। पीएम मॉर्क कार्नी की यात्रा को इस नजरिये से देखा जाना चाहिए कि बदले वैश्विक हालात में कनाडा को भारत की अर्थव्यवस्था समझ आने लगी है। आज से शुरू हो रहा यह दौर द्विपक्षीय रिश्ते के लिए भी नई शुरुआत हो सकता है।

**टूटो से अलग।** पिछले साल मर्च में पर संभालने के बाद से कार्नी ने नई दिल्ली के साथ संबंधों को लेकर संतुलित रव्य दिखाया है। उनका रविय पूर्ववर्ति जेरिडन टूटो से मिलतुन अलग रहा, जिन्होंने अलगवादादी खलित्वादी इस्लामि विंग हिंदू हत्या का आवेप भारतीय एंजिनियर पर लगाया था और जिसकी वजह से द्विपक्षीय रिश्ते बिकतुन ही मिलते स्तर पर पहुंच गए थे।

**CEPA पर बात।** पिछले साल जून और फिर नवंबर में पीएम नरेंद्र मोदी और कार्नी की मुलाकत में से मुकदमा की भरपाई शुरू हुई थी। दोनों देशों ने 2030 तक 70 अरब डॉलर के खर्चि ज्वारण का लक्ष्य रखा है और समझौते से इस्तेमाल फिलेगी।

**नए मोर्के।** दोनों देश रिश्ते में मुकदमाओं और वैकॉन के बाद हुई प्रगति का जवाब जाना लेगे, तो उनके साथ नए क्षेत्रों में सहयोग बढ़ाने का भी मौका होगा। ज्वारण, ऊर्जा, तकनीकी क्षेि और शिक्षा पर इन से बातचीत शुरू हो रही है। कनाडा से भारत को युनिफियम आपूर्ति बढ़ाने की भी बात हो रही है। भारत विकल्प देख रहा है कि किस तरह से कनाडा से कच्चे तेल और अन्य कच्चे पदार्थों की खरीद बढ़ाई जा सकती है। साथ ही, पापुवा न्यू गिनी और टर्निफिल जैसे देश में निवेश पर विचार है।

**मजबूत आधार।** भारत और कनाडा के बीच 2024 में अरब ज्वारण 13.3 अरब डॉलर था। इसमें से कनाडा ने 5.3 अरब डॉलर का निर्यात किया था। रविय टूटो भी तेजी से बढ़ा है। यह कहना है कि दोनों देशों के बीच आर्थिक सहयोग की मजबूत जमीन मौजूद है और उसका फायदा उठाने का समय आ गया है।

**सहयोग की जरूरत।** दोनों देशों को अमेरिका की टैरिफ नीतियों के मुकाम उठाने पड़े हैं। अमेरिकी सुप्रीम कोर्ट के हालिया फैसले के बाद टैरिफ घटे कम हुआ हो, पर अर्थव्यवस्था बढ़ गई है। कार्नी उन चंड नीतियों में हैं, जिन्होंने टूटो की नीतियों के खिलाफ दावेस जैसे मंच पर चलने की हिम्मत की। वही, भारत ने भी विदेश नीति में किसी तरह के दावा को मनाने से इनकार किया। दोनों का आधार सहयोग उर्दे और मजबूती देगा।

## तिराहा

### ऑर्डर-ऑर्डर

सुधर्मा नया कहानी रंभार लई है। उस पर चर्च के लिए सुखनंदन ने सुधा पढ़ी तो वह न्यब रविय की भीमासि में उरत थी। आरंभ रूप में तो प्रश्नात्क दुट्टि मिली। 'जवाब तो था कि नई न्यब रविय आरंभ है, मुल्की का अरेशे पिठा आबादी की तरफों वाली। जो फले 420 हो अब 318 हो गए हैं। इस्लिय, पुराने को नर रविय से समझना पड़ रहा है। सुखनंदन ने कहा।

'अरे बाह! तब तो न्यब की गति तेज प्रेम शकर मिश्र होगी?' सुधर्मा के चेदरे पर उर्मीद चमकी। सुखनंदन मुस्कुराए, किन्तु किन्तरे कर बने। 'प्रिये! न्यब यह उगालीय पिंड है जो रविय के सूर्य की चिकन्य करता है। यह दशकों, शतकव्यंभे में कुल क्षण के लिए दिखता है, फिर लुप्त हो जाता है। इस्लिय, जलमत्तर की केवल मिल्कान को, उस पर प्रश्न मत करो।'

'लेकिन, पर में नोट मिले तो प्रश्न तो उठेगे, भ्रष्टाचार पर चर्चा भी होगी, फुटा-लिखा भी जाएगा?' सुधर्मा के उर में गुस्सा था। 'फुटे-लिखे लोगों के घर में नोट तो मिले हो, यह तो उनके अर्जित ज्ञान का फल है। दूसरे, भ्रष्टाचार और भ्रष्ट में अंतर होता है। भ्रष्टाचार वह है जिसमें किसी का फल उठाना जाए, भ्रष्ट वह है जो गला दबाने वाला स्वेजज से दे जाय। भ्रष्ट की परंपरा तो पृथी बने दुने से लेकर पृथी खुले रहने तक निरंतर चली आ रही है, और हमारे यहाँ परंपरा पर प्रश्न करने की परंपरा नहीं है। सुखनंदन ने समझाया। 'ले यह भ्रष्ट आचरण नहीं है?' सवाल जारी था। 'भ्रष्ट वह है जो 'हड सिद्ध हो जाए कि यह भ्रष्ट है और सिद्ध होता परम अत्यन्त है। ताजों में किसी एक को 'हड सिद्धि प्राप्त होती है। इस्लिय, सर्वसम्पति से भ्रष्टाचार को पिटा दिख गया है।' जवाब मिला।

'भ्रष्टाचार पिटा दिख गया है? कहाँ से, संस्था से?' सुधर्मा चौंकी। सुखनंदन ने हंस्ते हुए जवाब दिया, 'नहीं, किन्तु से।' फिर पूछा, 'जैसे कहानी कौन-नौ पढ़ी?' 'असफल की परदा।' जवाब आया ही था कि पढ़ी का अलार्म 'ऑर्डर-ऑर्डर' चिल्लाने लगा।

## एकदा

संकलन | सुभाष चंद्र शर्मा

### बर्लिन में विरोध

चात उन दिनों की है, जब जर्मनी में पढ़ाई कर रहा एक युवा भारत की दासत से दुखी था। वह बर्लिन के हम्बोल्ट विश्वविद्यालय में अर्थशास्त्र में पीएचडी कर रहा था। लेकिन उसका पत्र हर्षण दुखित रहता। वह ड्राइंग और चक्कर समझावादी अर्थशास्त्र का सुभाने चला, डॉ. आ. वामनराव लोहिया।

उन्के पिता ही तालक स्वतंत्रता आंदोलन में सक्रिय थे और पढ़ने के माध्यम से अंग्रेजी शासन के दमन और जन्मा की पीड़ा का रक्षण भजाने रहते। उन पत्रों ने लोहिया के भीतर प्रतिरोध की अग्नि और प्रचलित कर दी। इसी बीच विनोबा में लीग ऑफ नेशन का अधिवेशन हुआ, जिसका प्रतिनिधित्व कौनकर के महाशय कर रहे थे। लोहिया ने जब मंच से अंग्रेजी शासन की प्रशंसा सुनी, तो वह दुखी हो उठे और विरोध दर्ज करवाया। उन्हें तत्काल समाचार से बाहर कर दिया गया। आगे दिना एक समाचारपत्र में उनका पत्र प्रकाशित हुआ, जिसमें उन्होंने अंग्रेजी अत्याचारों और भगत सिंह, सुभाष, वामनू की फासी का उल्लेख कर विषय समुदाय से सारभे भारत की सवादी ली। यह पत्र उनके बौद्धिक सहाय और अट्टर राष्ट्रपति का प्रतिक्रम बन गई।



सुभाष चंद्र शर्मा

# नीतियों के कारण निशाने पर इस्राइली पीएम, संभलकर आगे बढ़े हिंदुस्तान नेतन्याहू को मजबूत न बनाए भारत

पीएम नरेंद्र मोदी के इस्राइल दौर के दोनों देशों के आपसी रिश्ते की ही नजर से देखा जाना चाहिए, लेकिन पश्चिमी



पीएम नरेंद्र मोदी

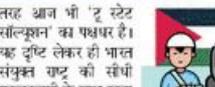


पीएम नरेंद्र मोदी और इस्राइल के प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू का मुलाकत

पृथिव्य के हालात अभी जैसे हैं, उसमें ग्लोबल मॉडिइ इसमें कुल अलग ही नजरिये से देखा जाे है। सबसे बड़ी बात तो यह कि अमेरिका किसी भी क्षण इंगन पर हवाई हमलों की इश्री लगा सकता है। अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रंप अपने 'स्टेट ऑफ द युनिन' संसोधन में हमले के संकेत दे चुके हैं और इंगन में मौजूद भारतीय नागरिकों को तत्काल वहां से निकल जाने की आधिकारिक सखार भी दी जा चुकी है।

**गाना संकट।** दूसरी बात इस्राइल की आंतरिक स्थिति से जुड़ी है। गाना पट्टी में पिछले तीन वर्षों में हुई 72 हजाय से ज्यादा मौतों में कार्नी बड़ा हिस्सा आया नाभिकों का, इसमें भी बच्चों का रहा है, जिन्हें हमला के लक्ष्यों में तो कतई शामिल नहीं माना जा सकता। इस तनाव इसके में आज भी लोगों को भयान, पानी और दवाएं नहीं मिल पा रही। गाना के राजनीतिक पक्षिय पर कोई बात नहीं हो रही, उल्टे फलस्तीन के दूसरे बड़े इलके नेट बैक के लोग जवाबदारी लेंगे जो वसे इस्लामिज्म के हफने इंसत रहे हैं।

**टू स्ट्रेट संकल्पन।** भारत सरकार इस्राइल को बखवत के समय से ही फलस्तीनियों के साथ खड़ी है और इस स्थिति में आज भी कोई बदलव नहीं आया। पश्चिमी पृथिव्य के इस सबसे तेजी टकराव में भारत फले की ही



## मोदी का इस्राइल दौर

- अतिरिधी छवि दिखानी है भारतीय पीएम की यात्रा
- फलस्तीनी नागरिकों की दुर्दशा पर भी होनी चाहिए बात
- इंगन से पहले जैसा रिश्ता बनाए रखने में अब मुश्किल

साथ कूटनीतिक संबंधों की बहाली से शुरू हुई प्रक्रिया का हिस्सा था। लेकिन चीन अभी आगे आ चुकी है।

**गहरता रिश्ता।** इस ओर से फूंक के साथ पिछले पांच वर्षों में भारत ने 20 अरब डॉलर से ज्यादा के टायरे अर्को खुलने शुरू हो रही है, लेकिन आसका है कि पीएम मोदी का यह दौर निवेश, ज्वारण व तकनीकी सहयोग से ज्यादा कहीं अधिक तेज बनेगा। इंगन से कहीं अधिक तेज बनेगा। इंगन से कहीं आगे बढ़ी मुश्किलें आ सकती हैं। (लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं)

# AI से रोजगार को लेकर डराने वाली बातें फ़िजूल

क्या आने वाले समय में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI) रोजगार नौकरियों को करने लगेगा? अभी यह बात थोड़ी असंभव-सी लगती है, लेकिन अगर ऐसा सब हो जाए तो? हो सकता है कि तब आज के अमीर आज जैसे ही हॉटिबन बनने न रह जाएं।

**ब्लॉग से चेतावनी।** अमेरिका की एक पहाईसल रिसर्च कंपनी Citirini ने अपने ब्लॉग में निवेशकों को चेतावनी दी है। The 2028 Global Intelligence Crisis फेरट में कहा गया है कि अगर AI एंजिनैस फेजेनर बर्कवर्ष कराने लगे, तो वही आर्थिक समस्या खड़ी हो सकती है। रिपोर्ट के अनुसार, नौकरियों खत्म होने से लोग लेन नहीं चुक पाएंगे, 2027 के अंत तक मॉकैट क्रेडिट हो सकता है और वैश्विक वैश्यामक इंडेक्स S&P की गति 57% तक गिर सकती है। 2028 तक अमेरिका में बेरोजगारी 4.3% से बढ़कर 10% तक पहुंचने की आसंका जादई गई है। रिसर्च फर्म का कहना है कि यह केवल एक संभावित स्थिति है, लेकिन AI से जुड़ी हाल की खबरों को देखते हुए इसे पूरी तरह नजरअंदाज भी नहीं किया जा सकता।

**खतरों की चर्चा।** पहलोंने भर फले खबर आई कि AI अब कानूनी दस्तावेजों की जांच कर सकता है। अब यह अपने कोबैलत सिस्टम अपडेट करके और कलमकार फले ही चिंतित है। डेटा विश्लेषण और केंद्रीय फाचनमें में इसकी ताकत दिख चुकी है, इस्लिय फेजेनर नौकरियों पर खतरों की चर्चा तेज हो गई है।

**पुस्तता पर सवाल।** क्या सब में AI फेजेनर नौकरियों पूरी तरह समाप्त लेगा? शक्य अभी नहीं। AI एंजिनैस धनत के माधुमे में अभी उर स्तर पर नहीं पहुंचे हैं। कंपनियों बड़े दावे करती हैं तकि

## कॉमन रूम



निवेशक पैने लगाने हैं, लेकिन अरली दुनिया कहीं ज्यादा उरिल है। एंजिफिक के कोबैलत पर विरग गए दावे के लिए IBM ने कहा था कि कोड रीडिंग और एडिटरियम का आधुनिकीकरण अलग-अलग बातें हैं। AI टूल नर प्रिनाशाळी ग्रैसुएरन जैसे हैं तिनके साथ जान है, पर अनुभव नहीं। एक अध्ययन में भी पाया गया कि अगर निगरानी न हो तो AI

एंजिनैस बार-बार गड़बड़ी करले हैं।

**बड़ेगा जोधियम।** अमेरिका में रिफंड 10% तक सखाना 2.5 खरब डॉलर से ज्यादा कमाने है, लेकिन कुल खर्च का आधा हिस्सा वही करले हैं। अगर ये वाउट-कॉलर कर्मचारी बेरोजगार हो जायेंगे, तो मांग घटेगी, लेन डिफिकल्ट बढ़ेंगे और वित्तीय स्थिरता डगमगा सकती है। कंपनियों का मुकाम और बजट गिरेगे, अमीरों पर भी असर पड़ेगा। उदाहरण देया तो मजदूर भी फ्राविली। Citirini के अनुसार, कुछ बड़ी AI फर्म पूरी अर्थव्यवस्था निश्चिंत कर सकती हैं, जो जोधियम बा है। लेकिन क्या कवाई हिसत बलाने है? यह बात सही है कि AI की वजह से कई काम कराने के लिए अभी की तुलना में कम लोगों की जरूरत पड़ेगी, लेकिन यह भी सच है कि इतना के बर काम नहीं चलने वाला।

## काटे की बात

सरकार या शिक्षा मंत्रालय की ओर से जुड़िशरी का अपमान करने की मंशा नहीं थी। NCERT किताब-जुड़िशरी विद्यार्थी में अदालत जो भी निर्देश दिए हैं, उनका पूरी तरह पालन किया जाएगा और जिम्मेदारी लय कर संभियो पर कार्रवाई होगी।



धर्मद प्रधान, कैबिनेट रिश्ता मंत्री

# 'धमाका' कर समय बताती है फ़ौजिया

राजस्थान के अजमेर की फौजिया खान रमजान के महीने में सेहरी और इफ्तार के उरत दौर दारलैं है। यह पूरा 16वीं शताब्दी में मुगल वंशशर अकबर ने शुरू की थी। दाज है कि फौजिया के परिकर के परा पीठियों से यह काम है।

## इकनैती महिला तोपची

सत्तवीं तक पढ़ी फौजिया अपनी मां और भाई-बहनों के साथ रहती है। छोटी दुल्हन घलावार परिवार का भरण-पोषण करती है। तोप चलाने के लिए दरगाह समिति से हर महीने 1,500 रुपये मिलते हैं। उन्होंने पिता के साथ 8 साल की उम्र में तोप चलाना शुरू किया था। 2008 में पिता का निधन हुआ, तो अकेले यह काम करले लीं। ईद वकरीद, जुम्मा पर भी तोप चलती हैं।



प्रतुति: अमिके मिश्र



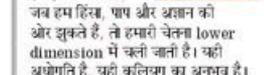
www.speakingtree.in

# युग कोई कालखंड नहीं, यह तो हमारी चेतना में बसता है

सुरक्षित गोस्वामी

यह प्रश्न बार-बार मन में उठता है कि क्या हम कलियुग में हैं? क्या सत्ययुग आने वाला है, या वह आ चुका है? सभ्यता धारणा यह है कि सत्ययुग, त्रेता, त्रापर और फिर कलियुग समय से जुड़े हुए हैं। परंतु यदि हम गहराई से देखें, तो पाएंगे कि युग केवल कालखंड नहीं, बल्कि मनुष्य की आंतरिक अवस्था के प्रतीक हैं।

'हरि मनो हे हिंस, पूणा, देव और प्रतिशोध की भावना जाग उठे, तो कहीं क्षण हमारे लिए कलियुग है। और यदि भीतर करण, दय, प्रेम और परोपकार का दौर चल उठे, तो वही हमारा सत्ययुग है। युग बाहर घटित होने वाली घटना नहीं, भीतर घटने वाली स्थिति है। यह समय का नहीं, चेतना का प्रश्न है। जब हमारी चेतना ऊपर उठती है - जब हम सत्य, करण और आत्मबोध की ओर बढ़ते हैं, तो हम एक उच्च आध्यात्म (higher dimension) में प्रवेश करले हैं। यह उध्गति हमें सत्ययुग की अनुभूति करती है। इसके विपरित, जब हम हिंस, पाप और अज्ञान की ओर झुकते हैं, तो हमारी चेतना lower dimension में चली जाती है। यही अधोगति है, यही कलियुग का अनुभव है।



AI Image

अंध और सत्य यह है कि जब अंधकार अंधविश्वास बढ़ जाता है, तब प्रकृश उरके अरुधन निकल होता है। जब मनुष्य दुःख, नाश और निराशा से परत जाता है, तो वह बाहर कोई माण दिखई नहीं देता, तब वह भीतर की ओर मुड़ता है। यही से उसकी आध्यात्मिक यात्रा शुरू होती है। वह अपनी विखरी हुई कर्मां को समेटकर भीतर की ओर खड़ा करत है। इसके विपरित, जब अंधविश्वास सुख-सुविधा और कंफर्ट जेन में रहत है, तब अंधकाय उरके लिए चुतीन बन जाता है। इस्लिय प्रश्न यह नहीं कि सत्ययुग आया या नहीं, प्रश्न यह है कि हमारे भीतर कौन-सा युग सक्रिय है। यदि हम अंधकार में बंधे हुए हैं, तो हम सत्ययुग का अनुभव कर सकते हैं। युग परिवर्तन की प्रतीक्षा मत कीजिए, अपने भीतर परिवर्तन की शुरुआत कीजिए, क्योंकि यह चेतना बदलती है, तभी युग बदलता है।



# MY MUMBAI

FRIDAY, FEBRUARY 27, 2026 | ADVERTORIAL, ENTERTAINMENT PROMOTIONAL FEATURE

**विजय अचलक मेरी सरी**  
अप्रीवमेंट्स, स्टूडियो, खुशियां,  
दुख, खुशी और जिंदगी- सब  
कुछ अब और भी ज्यादा मारने  
रखने लगा है, क्योंकि तुम  
मेरे साथ हो। मैं तुम्हारी पत्नी  
कहलाने के लिए बहुत-बहुत  
उत्सुक हूँ। आई लव यू।  
- रश्मिका मंदाना

**पारंपरिक रिवाजों के साथ  
रश्मिका-विजय ने रचाई शादी**

रश्मिका मंदाना और विजय देवक्रोव शादी के बंधन में बंध गए हैं। सत्य फिल्म इंडस्ट्री को यह फेमस जेडी एडवेंचर के एक रिश्ते में कोहना-तेलुगु परंपराओं से शादी के रिस्के में बंधी। इस टीवी, रश्मिका 'ज्या' अफ्रीका खान की दिग्दर्शन की हुई सट फालत की खादी और गेराना जूरी में बेहत बुझमाल लया रही थीं, जो विजय की आइडल री की थीं और सिंगिंग गैर अंग्रेजक में खुब फच रहे थे।

**'मैं विजय को पाकर सच में धन्य हूँ'**  
शादी की फोटो शेयर करते हुए रश्मिका ने लिखा, 'हैले दोस्तों, अब आपको मिलना है, मेरी पति रश्मिका विजय देवक्रोव से। जो इतना मिलने मुझे सिखाया कि सचवा फेम है। जिसे मुझे बाबा कि सुकून में रहना फच होता है। जो इतना जे हर रोज मुझे बहला के बड़े साने देकर सिखाया कि और हमेशा मुझे यह विचार दिलाया कि मैं अपनी बचपना से जो कलौ अभिक हासिल कर सका हूँ। वह अपने लिखने हैं। मैं इस अंश पर पूरी कितार लिख सकती हूँ। मैं सच में बहुत धन्य हूँ।'

**'बेस्ट फ्रेंड को अपनी पत्नी बना लिया'**  
विजय ने फोटो शेयर कर लिखा, 'एक दिन, मुझे उसकी कमी महसूस हुई। ऐसा लगा कि वो साथ लेते थे मेरा दिन ज्यादा अच्छा होना, मेरा रजाम ज्यादा बेवदी होना, मेरा कंबाउट ज्यादा मजेदार होना। मुझे मुझे उसकी जरूरत थी, घर पैसा सुकून और खिले महसूस करने के लिए, चले मैं कभी भी नहीं। जो, मैंने अपनी सबसे अच्छी दोस्त को अपनी पत्नी बना लिया।'

# यह मेरी जिंदगी का सबसे अच्छा वक्त है: मोना

जहीन अदाकारा मोना सिंह इस साल बॉर्डर 2 और हैपी पेटेल: खतरनाक जासूस जैसी फिल्मों और सीरीज कोहरा 2 में नजर आ चुकी हैं। सीरीज में पुलिस ऑफिसर धनवत कौर के जटिल किरदार के लिए तारीफें बटोर रही मोना से हमने का सबसे बातचीत: Upma.Singh@timesofindia.com

**'मेरी जिंदगी का यह अब तक सबसे बेहतरीन अनुभव है।'** इससे अच्छा वक्त है कि मुझे इतने अलग-अलग किरदार करने को मिल रहे हैं। मैं यही करने मुंबई आई थी और खुश हूँ कि अपना यह सपना अब भी मैं जी रही हूँ। यह खुशी जाहिर करने वाली अदाकारा हैं मोना सिंह। छोटे पर्दे की 'नसीब', 'ने आन फिल्मों और शोर्टेटी की सको बरोमेड फिल्मों में से एक हैं। साल के अंश में ही हैपी पेटेल: खतरनाक जासूस और बॉर्डर 2 जैसे फिल्मों के अलावा वह वेब सीरीज कोहरा 2 में नजर आ चुकी हैं। जल्द ही उनकी फिल्म सुबेदार भी आने वाली है। मोना को अपने किरदार का सको बेहतरीन दौर मिला है। 'अब कहती हैं, बहुत अडक लग रहा है कि जे-टीवी सालों से इतने मिलन की है, उसका फल चामने आ रहा है।'

**'होम औरतों को अपनी लड़ाई खुद लड़नी है'**  
मोना की हालिया सीरीज कोहरा 2 की जांचका धरती जिसे सिनेमा के इंसानों से पहले शुरू भी शिखर से इतनी मिलती है। पर नए भी चूक पर इसकी प्रतिक्रिया पर सबको बड़े बड़े दिए जाते हैं। का मेक अपे मुझे ऐसे अनुभव से गुजरी है? इस पर वह कहती हैं, 'यह बचने ही हमारी शैली की है। हमें हर वक़्त पर बसक जगत है कि ये मत करो। इशर मत करो। ये मत पाते। इतना मत होंगे। इसी शरीर करो, इससे मत करो। यहाँ काम करो, यहाँ मत करो। हमें हमेशा बचाव गवा है, उबाव गवा है पर अब बस सुकून बोलने का है। सो मैं मैं यही दिखाना गवा है कि मैं ही हम पंख में हैं। पुरुषासनकक समझ में हैं, पर कोई भी किरदार चुप नहीं है। सको शैली अपने लड़ाई अपने तरीके से लड़ रही हैं, ये बहुत ही शैली है कि अपने

**हीरो के बराबर हों फ्रीमल सेंट्रिक फिल्मों**  
का शोर्टेटी को तरह बड़े पर्दे पर भी शेरायली रहा, मेना सिंह, सको तंवर जैसी टप का एक पड़ाव पर कर चुकी उमरार ऐडिशन को मुझ मूकिया में लेकर फिल्मों बनाना संभव है? इस पर मेना का जवाब है, 'हमेशा सिनेमा इतना फुल है कि हमारे पास इतने रोजेब और डेटा है कि ये चलता है, ये नहीं चलता है। इसीलिए फिल्मों में एक गेट सेंट्रिक होना है। मैंने, यहाँ विमान सेंट्रिक कहलाने की बहुत कम है। साल में एक या दो फिल्मों सेंट्रिक होनी है। ये न चले तो बोल देते हैं कि ऐसे फिल्मों चलती नहीं। अगर आप जगत किम सेंट्रिक फिल्मों बनाने का काम से कम होनी वाली फिल्मों के बचकर बचाए। जेने को बचकर मैंने टॉलर, कैमरे के आगे और पीछे भी, तब मैं बचल आया। शोर्टेटी हम सको लिए बहुत गवा है। यहाँ हम सको मैक मिलता है एमपॉवर करने के लिए। प्रयोग करने के लिए तो बहुत कुछ है कि यह समय देख रही हूँ, वरना तो ये संभव ही नहीं है।'



**परिवार जैसे बन चुके हैं आतिश एस**  
मेना हाल ही में आतिश खान के नेबर को फिल्म हैपी पेटेल खतरनाक जासूस में नजर आईं। इससे पहले उनकी लाल रिश खान में भी अहम भूमिका में थी। आतिश खान के साथ अपने रिश्ते पर उन्होंने बताने, 'उ डिस्टिक्ट में आतिश खान केन-ऑन इल डेल कलक उलोने मेरी डिजिटली करवा है। लाल रिश खान से वो मेरे बेटे बन गए। मैं उनकी मम्मी बन गई। यहाँ, हैपी पेटेल में वो मेरे पाप बन गए, जे इमपार रिश रिफे मानसुत हुआ है। हमे एक दूसरे के लिए बहुत इज्जत है। मेरे लिए आतिश सर परिवार हैं। यह रिश बहुत खाल है। मैं इसे बहुत अफिया देखे हूँ। मेरा सपना था कि मैं आतिश खान जैसे ऐक्टर के साथ काम कर सकूँ। यह बहुत काल के ऐक्टर हैं और जो मेरे सपना कर रहे हैं। उ कर पूरा हुआ। मैं इसकी लिए खुद को बहुत सुरक्षित मानती हूँ।'

## 'बेटी की बीमारी का सुन टूट गई थी'

अपनी बेटी मालती की कोरवा जेनाम के जन्म के बाद के कठिन समय को शिंका कोरवा ने याद किया है। हाल ही में एक पॉडकास्ट में शिंका ने बताया कि जनवरी 2022 में उनकी बेटी 27 हफ्ते में ही पैदा हो गई थी। यह टकरा लिए बेहद भावनात्मक और डरा देने वाला वक़्त था।

शिंका ने कहा, 'जब मुझे यह पता कि बच्ची का जन्म हुआ तो पहले होने वाला ही, जो मैं पूरी तरह टूट गई थी। निक मुझे फ्रील अडवांस लेकर गए। सोचिद के समय में हललत और भी खराब थे। मालती का जन्म जन्म के समय सिर्फ 11 पाउंड 11 औंस था। यह करीब 110 लिबी तक NICU में रही। इस दौरान मैं दिन महामयून्य मंत्र, गायत्री मंत्र और 'ओम नमः शिवाय' धेरे अडवान में चलती थी, जबकि निक गिटार बजकर बेटी को गुने सुकनी थे।' उन्होंने कहा, 'करीब तीन महीने बाद जब मालती घर आई, तो पूरा परिवार बँटिर के सामने बैठा और मैं बहुत ज्यादा खुशक हो गई।'

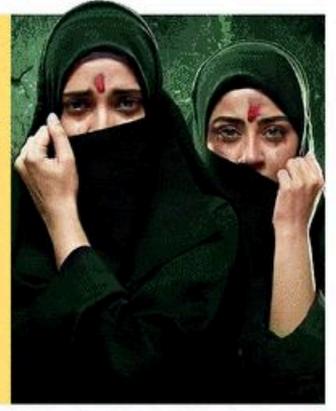


बेटी मालती के साथ शिंका का पोस्टा व निक जौनस

## Buzzstop

### फिल्म 'द केरल स्टोरी 2' की रिलीज पर लगी रोक

**द केरल स्टोरी 2** की रिलीज पर मेकर्स को बड़ा झटका लगा है। गुस्वार को हुई सुवादी में केरल हाईकोर्ट ने फिल्म की रिलीज पर 15 दिनों के लिए रोक लगा दी है। कोर्ट ने कहा कि फिल्म को लेकर जांचकारकों का डर शायद असली है, ऐसे में कोर्ट के फैसले के बिना रिलीज पर रोक लगाई जाती है। फिल्म पर केरल राज्य को बदनाम करने का आरोप लगा है।



## प्रेग्नेसी में योद्धा की तरह रहीं कैट: विकी कौशल

कटिंग कैफ और विकी कौशलने साल नवंबर में मात-पिता बने और बेटे का नाम विजय रखा। अब विकी ने पिता बनने के अनुभव पर बात की है। उन्होंने कहा, 'जिज्जत अभी तीन महीने का है। इस उम्र में पिता के पास अपने के लिए जगत बच नहीं होता। फिलहाल मैं उसके कोरा बच होने का इंतजार कर रहा हूँ, ताकि मैं भी ज्यादा जिम्मेदारी निभा सकूँ। अभी उसकी भी बचतक ही जिम्मेदारी निभा रही है। प्रिनेसे के टीडन एक एक बेटा यहाँ और अब मैं के रूप में भी यही मानसुती दिख रही हूँ। मुझे रन पर राई है, मैं उसको बहुत प्यार करता हूँ। पिक बनने के बाद आए बचलान पर विकी ने कहा, 'बेटे के जन्म के तुरंत बाद बचम के कारण शरर से बहुत जन्म मेरे लिए अडवान नहीं था। उन्होंने बेटे के बाद पर से दूर जन्म बहुत कठिन लगता है, पर अब वह बचत होना है उसे अपने पिता पर राई होना।'

## नाक बंद होना, खरटे और स्लीप एपनिया का इलाज न किया जाए तो यह जानलेवा हो सकता है - डॉ. विकास अग्रवाल

भारतीय मेडिसिन, मुंबई ने एक अहम मौक़े पर, 20-22 फरवरी, 2026 तक देश के पहले अंतर्राष्ट्रीय स्लीप सॉल्यूशन सम्मेलन की मेजबानी की। इस सम्मेलन में युनिया भर का ध्यान एक ऐसे स्वास्थ्य दशा की ओर खींचा जिसका अस्सर पता नहीं चलता, लेकिन इसके दूरगामी नतीजे होते हैं, यह है - खरटे और स्लीप एपनिया। यह सम्मेलन लेडकमून सेंट्रल सहाय में हुआ था, इसका आयोजन डॉ. विकास अग्रवाल जी ने किया था। डॉ. विकास अग्रवाल, युनिया में खरटे और स्लीप एपनिया सॉल्यूशन के विकास का दूसरा नाम है, जो युनिया भर के सॉल्यूशन द्वारा अपनाई जाने वाली नई तकनीकें पेशिया करते हैं।

इस इवेंट में युनिया भर के फेकल्टी और जेनेरेटस शामिल हुए, जिससे यह देश में स्लीप मेडिसिन और स्लीप सॉल्यूशन के क्षेत्र में अब तक की सबसे अडवान समारोह में से एक बन गई। इसकी अडविशत की ओर बढ़ाते हुए, सम्मेलन का उद्घाटन भारत के पूर्व चीफ जस्टिस जी. वाई. चंद्रचूड़ जी ने किया, जिनोंने इस बात पर जोर दिया कि स्लीप हेल्थ को सिर्फ एक मेडिकल मुद्दा नहीं, बल्कि एक बड़ी सार्वजनिक स्वास्थ्य और सामाजिक चिंता के तौर पर पहचाना मिल रही है।

सम्मेलन का आयोजन करने के पीछे के प्रेरणा के बारे में बात करते हुए, डॉ. अग्रवाल कुछ चीजें बताते हैं। उन्होंने कहा कि भारत की लगभग एक-तिहाई आबादी स्लीप एपनिया से परेशान है, यह एक ऐसी रोग है जिसमें नींद के दौरान सांस बंद कर सकती है। अगर इसका इलाज न किया जाए, तो इससे जायवितान, हाई ब्लड प्रेशर, हाई अडिटर, स्ट्रोक और आचनक मौत जैसी गंभीर रिस्के हो सकती है। इन खतरों के बावजूद, जागरूकता कम है। और कई मरीज नाक बंद होना, जोर से खरटे लेना और दिन में थकान को नुकसान में पहचानना जाना मामूली है। जिन बच्चों को खरटे आते हैं और मूँह से सांस लेते हैं, उन्हें अभी भी मामूली सर्वा-नुकाम समझकर नजरअंदाज कर दिया



डॉ. सुहास भोले - कांफ्रेंस प्रान्त्यक, डॉ. विजय कुमर - अग्रय, अग्रवाल (IASSA), डॉ. मिनिंद किंने - फरमी, डॉ. पारिष सुकून - अग्रय, इंटरनेशनल स्लीप सॉल्यूशन सोसायटी, डॉ. विकरस अग्रवाल, डॉ. मोहन कांफरवल - पदवी



डॉ. विकास अग्रवाल

जाना है, लेकिन इससे बच में काम करने में नाकामी और स्लीप एपनिया हो सकता है।

स्लीप एपनिया सड़क हासरी का एक बड़ा लेकिन अस्सर नवरअंदाज किया जाने वाला कारण भी है। दिन में बहुत थकावट, नींद आने से अलर्टनेस काभी कम हो जाती है, जिससे ड्राइवर को माइक्रोस्लीप और देर से रिस्का होना का खतरा रहता है। इसीलिए, स्लीप एपनिया को ठीक करने का अस्सर न केवल किसी की हेल्थ पर बल्कि बॉलक सेफ्टी पर भी पड़ता है। डॉ. अग्रवाल ने ड्राइविंग लाइसेंस देने से पहले स्लीप टेस्ट की जरूरत पर जोर दिया।

डॉ. अग्रवाल ने कहा कि अच्छी बात यह है कि स्लीप एपनिया का पता लगाया जा सकता है और इसका इलाज भी किया जा सकता है - खासकर जब इसका पता जल्दी चल जाए। नन-जिनिंक रिडी स्कैन, स्लीप स्टडीज और स्लीप ऐडिशन जैसे मॉडर्न आचनेटिक टूल से सामथ्या की राई पहचाना हो जाती है। कोम्बिना जैसी एडवांसड टेक्नोलॉजी ने खरिंकल इलाज को और बेहतर बना दिया है, जिससे प्रोसेसब न्यादा सुविधा, अस्सर और कम इनवेसिव हो गए हैं। यह प्रोसेसर डेक्कर, बंद रहित और न्यून रहित हो सकता है और यह छोटे बच्चों पर भी किया जा सकता है। उन्होंने इम्पॉरेस कंजिनेरी से स्लीप एपनिया के सभी इलाज के तरीकों को कवर करने का आवाहन किया है।

भारत में पहली बार इस अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन को

मेजबानी करके, डॉ. विकास अग्रवाल को उम्मीद है कि ये आम लोगों और मेडिकल प्रोफेशनल्स के बीच जागरूकता बढ़ाए, ग्लोबल सहयोग को बढ़ावा देगे, और अडिगर में यह फकक करेगे कि लगभग भारतीय बेहतर सांस ले सकें-और चैन से सो सकें।

पता: साइनस और स्नोरिंग क्लिनिक, काकड चेंबर, वरली - फोन : 8282827702 स्पेरलिटी इम्पैटि हॉस्पिटल, लाकुर कॉम्प्लेक्स, कादियली (पु.) - फोन 8928051646. वेबसाइट- www.sinusnsnoring.com ईमेल-vikasagrwalent@gmail.com

Celebrate Women's Day Week  
Get UP TO 50% OFF

QUEENS  
HANDLOOM SILKS & SAREES  
LEHENGAS / SUITS  
www.queenssilk.com

Marine Lines, Mumbai, M / S : 9769278015 / 9769278011  
queenssarees | queensemporium  
queenssilk@outlook.com | Open All 7 Days



फटाफट खबरें

'बहुत हावा रजिस्ट्रेशन नंबर'

NBT रिपोर्ट, मुंबई: सेबी के दायरे में आने वाली सभी सरकारी और उनके एजेंटों को रजिस्ट्रेशन नंबर देना होगा।

SEDEMAC का IPO 4 मार्च को

NBT रिपोर्ट, मुंबई: कंट्रोल्ड इंडस्ट्रियल इन्फ्रस्ट्रक्चर्स लिमिटेड (SEDEMAC) का IPO मार्च 4 को शुरू होगा।

'बढ़ सकती है ग्रीन स्टील की मांग'

NBT रिपोर्ट, नई दिल्ली: कान्फेडरेशन ऑफ इंडियन इस्टील (CII) - ग्रीन किलोवॉट सेक्टर की ओर से रिपोर्ट जारी की है।

सेबी लाया 'लाइफ साइकल फंड' बाजार नियामक ने म्यूचुअल फंड नियमों में किया बड़ा बदलाव

बाजार नियामक ने म्यूचुअल फंड नियमों में किया बड़ा बदलाव

NBT रिपोर्ट, मुंबई: बाजार नियामक सेबी (Sebi) ने म्यूचुअल फंड स्कीमों को कैटेगरी तय करने में बड़ा बदलाव किया है।



क्या है लाइफ साइकल फंड्स?

सेबी ने म्यूचुअल फंड की एक नई कैटेगरी 'लाइफ साइकल फंड्स' की शुरुआत की है।

इंडेक्स, ETF में क्या बदला?

इंडेक्स फंड और ईटीएफ के लिए एक नया कैटेगरी 'लाइफ साइकल फंड्स' की शुरुआत की है।

अहम तथें

- स्कीम के नाम में मुकदमा का दावा करने वाले फंड्स पर रोक।
रफूयुल आरिफ एंड एंडर्स स्वीने बंद होगी।
लाइफ साइकल फंड्स की शुरुआत 1 अप्रैल से होगी।

सिम कार्ड बिना WhatsApp नहीं चलेगा, 1 मार्च से नियम लागू होंगे

सरकार ने कहा, सिम बाइंडिंग की डेडलाइन नहीं टलेगी



ज्योतिरादित्य थिरिया

कंटेनर क्रिएटर्स को भी हिस्सा दें डिजिटल प्लेटफॉर्म: वैष्णव

NBT रिपोर्ट, नई दिल्ली: सुपान-प्रमाणित, रेसले और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के उपयोग को बढ़ावा देने के लिए डिजिटल प्लेटफॉर्म को बढ़ावा देने के लिए।

अध्यक्षों को भी ऑनलाइन ग्राहकों को जिम्मेदारी देनी है।
उन्होंने कहा कि वीडियो संवाद का समर्थन होगा।

अनिल अंबानी, RCOM पर CBI ने नया केस दर्ज किया

NBT रिपोर्ट, नई दिल्ली: केंद्रीय जांच ब्यूरो (CBI) ने उद्योगपति अनिल अंबानी और उनकी कंपनी रिवायल्स कम्युनिकेशंस (RCOM) के खिलाफ एक नया केस दर्ज किया है।

भारत आए US के मंत्री, ट्रेड पर गोयल से चर्चा

NBT रिपोर्ट, नई दिल्ली: वॉलिंग्टन एव उद्योग मंत्री गोयल ने म्यूचुअल फंड के बाजार में अमेरिकी निवेशकों को आमंत्रित करने के लिए।

सेंसेक्स 27 अंक गिरा, सोना-चांदी हुए सस्ते

NBT रिपोर्ट, मुंबई: गुरुवार को सेंसेक्स 27.46 अंक गिरकर 82,248.61 पर बंद हुआ।

मेरा गांव, मेरे पास

बिहार में बोले शाह- हर घुसपैठिये को बाहर निकालेंगे

कहा, BJP पश्चिम बंगाल विधानसभा चुनाव में दर्ज करेगी जीत
NBT रिपोर्ट, प्रयागराज: नवभारत टाइम्स के वरिष्ठ वैन शेरपा के आशेषों में बिहार के शाहवादी घुसपैठियों को बाहर निकालने का आह्वान किया।

'जिन लोगों को रंग से परहेज, वे होली के दिन अपने घर में रहें'

NBT रिपोर्ट, प्रयागराज: नवभारत टाइम्स के वरिष्ठ वैन शेरपा के आशेषों में बिहार के शाहवादी घुसपैठियों को बाहर निकालने का आह्वान किया।

शंकराचार्य केस: जांच में पीड़ितों के साथ रेप की पुष्टि!

NBT रिपोर्ट, प्रयागराज: नवभारत टाइम्स के वरिष्ठ वैन शेरपा के आशेषों में बिहार के शाहवादी घुसपैठियों को बाहर निकालने का आह्वान किया।

Advertisement for NBT Nav Bharat Times featuring a QR code, a man's photo, and promotional text for Pragati Ka Partner.

Advertisement for Gudri Padwa Festival Special National Silk Expo with details on dates, location, and offers.

बिहार: स्टेज पर दुल्हन को गोली मारने का आरोपी गिरफ्तार

NBT रिपोर्ट, प्रयागराज: बिहार के असार जिले के चौबसे में नवभारत टाइम्स के वरिष्ठ वैन शेरपा के आशेषों में बिहार के शाहवादी घुसपैठियों को बाहर निकालने का आह्वान किया।



SAMSUNG

Galaxy S26 Series  
Galaxy AI ✨



Pre-order now at ₹ 69999\* (1 unit)

Retail price of Galaxy S26 Ultra (512GB)	₹ 159999*
Exchange value of old device	₹ 70000**
Memory upgrade benefit	₹ 20000***
<b>Effective price (1 unit)</b>	<b>₹ 69999*</b>



**Free memory upgrade\*\***  
256GB to 512GB



**Get up to ₹ 3500\*\* off on**  
**Galaxy Buds4 Series with any**  
**model of Galaxy S26 Series.**



Offer valid till Mar 10, 2026

samsung.com

Please dispose of e-waste and plastic waste responsibly. Customers can WhatsApp on 180057267864 for information on e-waste/plastic waste. Image simulated. Products sold separately. S Pen embedded only in Galaxy S26 Ultra. Samsung account login may be required for certain AI features. Actual UX/UI may differ. Samsung promotes responsible use of Artificial Intelligence (AI) features. \*T&C apply. Offer price shown for 1 unit of Galaxy S26 Ultra 12GB | 512GB inclusive of exchange value of old device and memory upgrade benefit as detailed further below. Final pricing subject to dealer discretion. \*\*Retail price of 1 unit of Galaxy S26 Ultra 12GB | 512GB. Price inclusive of taxes. \*\*\*Approximate value on exchange of 1 unit of Galaxy S24 Ultra 12GB | 512GB. Exchange value varies basis model & condition of old device. Exchange at the sole discretion of dealer. \*\*\*\*Value of memory upgrade benefit from 256GB to 512GB. Pre-order customers of S26 Ultra 256GB are eligible for benefits of memory upgrade from 256GB to 512GB worth ₹ 20000. \*\*Discount of up to ₹ 3500 is applicable on purchase of Galaxy Buds4 Series together with any model of Galaxy S26 Series. Aforesaid calculations are for illustrative purposes. Final price at the sole discretion of retailer. Offer may be revised or withdrawn without any prior notice. All third party logos/brands are trademarks/registered trademarks of the respective brand/company.











**अमूल**  
खोआ

अमूल खोआ की गुणवत्ता,  
शुद्धता और विश्वास, मिठाई बनाए खास।



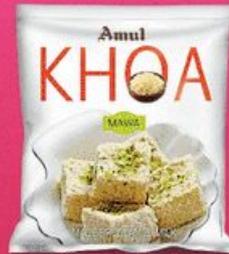
अमूल खोआ होम पैक

घर पर बर्फी, पेड़ा, गुलाबजामुन, गुजिया, गाजर का हलवा बनाने और विभिन्न व्यंजनों की गार्निशिंग करने के लिए उत्तम। 22% फेट के साथ।



खोआ के 200 ग्राम पैक पर रुपये 5 की छूट।

₹95 ₹ 90 / 200g



खोआ के 500 ग्राम पैक पर रुपये 10 की छूट।

₹225 ₹ 215 / 500g

अमूल खोआ होम पैक यहाँ उपलब्ध।

SHOP NOW



प्रिय मिष्ठान व्यापारीगण,  
अपनी मिठाई की गुणवत्ता और विश्वसनीयता को बढ़ाने के लिए  
अमूल खोआ का उपयोग करें।



26%  
मिल्क फेट

अमूल धाप खोआ

नरम और हल्का नम, 26% मिल्क फेट के साथ।  
गुलाबजामुन, कालाजामुन और रसदार मिठाइयों के लिए उपयुक्त।

₹450 ₹ 325 / kg

₹3900\* / 12kg BUCKET



19%  
मिल्क फेट

अमूल मीठा खोआ

मीठा खोआ बनाने के दौरान इसमें चीनी मिलाई जाती है।  
19% मिल्क फेट के साथ इसकी बनावट दानेदार होती है।  
पेड़ा और बर्फी जैसी मिठाइयों के लिए सही विकल्प।

₹480 ₹ 310 / kg



22%  
मिल्क फेट

अमूल पिंडी खोआ

कम नमी और सूक्ष्म दानेवाला, 22% मिल्क फेट।  
पेड़ा, बर्फी और मिल्क केक जैसी मिठाइयों के लिए उपयुक्त।

₹450 ₹ 325 / kg

₹3900\* / 12kg BUCKET



यह कूपन धारक को अमूल खोआ की उपरोक्त श्रेणी पर  
रूपये 10 प्रति किलो की विशेष छूट उपलब्ध  
लाभ प्राप्त करने के लिए अपने क्षेत्र के अमूल दूध या अमूल आइस क्रीम  
के वितरक को संपर्क करें अथवा नीचे दिए गये नंबर पर संपर्क करें।



DISCOUNT COUPON

₹10\*

per kg

Valid till 5th March 2026

\*Offer Price (incl. of all taxes). Conditions apply.

ऑर्डर तथा व्यवसायिक पूछताछ के लिए कृपया संपर्क करें: ठाणे: नितिन रहाटे: 9323249095, वैभव बाजपेयी: 7228999020;  
साउथ मुंबई: अक्षय: 8898398631, सचिन देशमुख: 9324513051; पश्चिमी मुंबई: प्रकाश गुळवे: 9762772776,  
बृजेशसिंह रणवीरसिंह झाला: 8200144390; विरार: सुशांत: 9833194630 या हमें amulsweets@amul.coop पर लिखें।





# उत्तराखंड उन्नति के पथ पर अग्रसर

## मजबूत हो रहा पर्यटन क्षेत्र का बुनियादी ढांचा, सुदृढ़ होती राज्य की अर्थव्यवस्था

उत्तराखंड विकास के नए चरण में प्रवेश कर रहा है, जहां हवाई, रेल और सड़क संपर्क की मजबूती यहां के पहाड़ों, मंदिरों और कस्बों के द्वारा पतले से कहीं अधिक व्यापक रूप से खोल रही है। बेहतर कनेक्टिविटी पर्यटन को सालभर के लिए सुगम बना रही है और स्थानीय अर्थव्यवस्था को नई गति दे रही है।



उत्तराखंड में एक अद्वितीय आध्यात्मिक शक्ति है, जो इसे अन्य सभी स्थानों से अलग पहचान देती है। इस देवभूमि की श्रद्धा, विरासत और परिवर्तन इसे विशिष्ट बनाती है। राज्य संभावनाओं के एक नए दौर में प्रवेश कर रहा है और दृढ़ संकल्प के साथ यह विश्व के प्रमुख आध्यात्मिक केंद्रों में अपना स्थान बना सकता है। आध्यात्मिक धर्मों के साथ उत्तराखंड एक आकर्षक वैश्वीय डेस्टिनेशन के रूप में उभर रहा है। 'वेड इन इंडिया' के विजन को आगे बढ़ाते हुए राज्य युनिटाई स्थानों को विश्वस्तरीय सुविधाओं से संपन्न कर सकता है, ताकि देशभर के लोगों यहां के शांत और दिव्य वातावरण में अपने विशेष अवसरों का उत्सव मना सकें।

— नरेंद्र मोदी, प्रधानमंत्री

हमारा विजन उत्तराखंड को वर्षभर सजीव रहने वाला वैश्विक पर्यटन गंतव्य बनाना है। कनेक्टिविटी को मजबूत करना, एअरवेज और आध्यात्मिक सर्किट को बढ़ावा देना तथा होमस्टे जैसी पहलों के माध्यम से गांवों को सशक्त बनाना हमारी प्राथमिकता है। हर सड़क, रेल, रोपवे और नीतिगत सुधार का उद्देश्य सतत आजीविका सुनिश्चित करना और देवभूमि की सांस्कृतिक एवं प्राकृतिक धरोहर को संरक्षित रखना है। पर्यटन हमारे लिए केवल एक उद्योग नहीं, बल्कि राज्य के लोगों के लिए अर्थिक विकास और सम्बन्धी प्रगति का एक महत्त्वपूर्ण स्तंभ है।

— पुष्कर सिंह धामी, मुख्यमंत्री

# होमस्टे को ग्रामीण पर्यटन से मिली नई रफ्तार

उत्तराखंड की पहाड़ियों में होमस्टे ग्रामीण धरो को अवसरों के द्वार में बदल रहे हैं। ये पहल न केवल पर्यटन को मजबूती दे रही है, बल्कि ग्रामीण आजीविका को भी सशक्त बना रही है। गांवों के शांत परिवेश में पर्यटकों को ठहराने का अवसर देकर होमस्टे स्थानीय समुदायों को सीधे पर्यटन अर्थव्यवस्था से जोड़ रहे हैं।

उत्तराखंड में होमस्टे पर्यटन - आवासीय ग्रामीण विकास के एक सशक्त माध्यम के रूप में उभर रहे हैं। कुमाऊं के शांत गांवों से लेकर गढ़वाल के दूरस्थ बंसियों तक, होमस्टे यात्रियों को केवल धूमने नहीं, बल्कि प्रकृति, संस्कृति और परंपरा के बीच रहने का अनुभव दे रहे हैं।

राज्य की होमस्टे नीति, जो मुद्रास्तर, दीन दयाल उपग्रहयान ग्रह आवास योजना के तहत संरक्षित है, निवासियों को अपने घरों के एक हिस्से को पर्यटकों के लिए अग्रसर में बदलने के लिए प्रोत्साहित करती है। इस नीति के अंतर्गत विभिन्न प्रोत्साहन, सरल एकीकरण प्रक्रिया और प्रचार समर्थन प्रदान किया जाता है, ताकि ग्रामीण परिवार पर्यटन क्षेत्र में सजीव भागीदार बन सकें।

इस पहल का प्रभाव उल्लेखनीय रहा है। होमस्टे मॉडल न केवल पर्यटकों को बेहतर सुविधाएं दे रहा है, बल्कि अग्रस्थान रूप से भी गांवों में आय के नए स्रोत खोल रहा है। इनसे पर्यटन का दबाव केवल मैनिफेस्ट, मसूरी और ऋषिकेश जैसे लोकप्रिय स्थलों तक सीमित नहीं रहता, बल्कि कम चर्चित और

होमस्टे केवल महान मनिकों तक सीमित होना नहीं चाहिए। ग्रामीण परिवारों को सशक्त बनाना, ग्रामीण विकास को गति देना, ग्रामीण, रोजगार और संस्कृतिक सर्किटों के रूप में भी अवसर प्रदान करने हैं। साथ ही स्थानीय कृषि उत्पादों, हस्तकलाओं और स्थानीय की मना बढ़ाती है, जिससे यात्रियों की सूझ अर्थव्यवस्था मजबूत होती है।



दूरस्थ क्षेत्रों तक भी पहुंचता है। होमस्टे मॉडल ग्रामीण और सतत पर्यटन को भी बढ़ावा देता है। पर्यटकों को स्थानीय रीति-रिवाजों, जीवनशैली और पर्यटन संरचना की परंपराओं को कब्र से सम्पर्क है, जिससे सांस्कृतिक आदान-प्रदान और पारस्परिक सम्मान को प्रोत्साहन मिलता है। उत्तराखंड में होमस्टे केवल ठहरने की सुविधा नहीं, बल्कि गांवों की आत्मनिर्भरता और सम्बन्धी विकास की दिशा में एक सशक्त ढांचा बन चुके हैं।

# ऋषिकेश में जुटेंगे दुनिया भर से योग प्रेमी

ऋषिकेश विश्वभर के योग प्रेमियों का स्वागत करने के लिए तैयार है, जहां अंतरराष्ट्रीय योग महोत्सव 2026 सम्पन्न स्वास्थ्य और सगम जीवनशैली को समर्पित एक सप्ताह का विशेष आयोजन लेकर आ रहा है।

अंतरराष्ट्रीय योग महोत्सव का आयोजन 16 से 22 मार्च 2026 तक ऋषिकेश के मुनि की रेती स्थित जीवमंदिर गंगा रिहॉट में किया जाएगा। इसका आयोजन महात्मा महात्मा विनायक निराम (जीवमंदिर) द्वारा किया जा रहा है। इस वर्ष का महोत्सव पारंपरिक योग अभ्यास से आगे बढ़ते हुए शारीरिक, मानसिक और जीवनशैली परिवर्तन के समग्र उत्सव के रूप में संकल्पित होने का संकल्प लेकर आ रहा है।

घिसले संस्करणों में जहां मुख्य रूप से आराम पर ध्यान केन्द्रित किया जाता था, वहीं इस बार मानसिक स्वास्थ्य, शारीरिक आहार और संतुलित जीवन पर विशेष जोर दिया जाएगा। यह आयोजन योग को केवल शारीरिक अभ्यास नहीं, बल्कि जीवन जीने की एक समग्र पद्धति के रूप में स्वीकार करने का प्रयास करेगा। महान योग सत्रों के साथ-साथ प्रतिभागियों को स्थानीय संस्कृति और परंपराओं की झलक का भी अनुभव मिलेगा, जिससे यह महोत्सव आ ध वा लमि क ता, स्वास्थ्य और सांस्कृतिक का अनूठा संगम बनेगा।



प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को 'श्री अंत उत्तराखंड' के तहत मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने

### हर मौसम में बेहतर सड़क संपर्क

वाराणस और वेदर रोड परियोजना का उद्देश्य यमुनोत्री, गंगोत्री, केदारनाथ और बद्रीनाथ तक सुगम एवं विश्वस्तरीय सड़क संपर्क प्रदान करना है। प्रमुख मार्गों के चौकीकरण और सुदृढ़ीकरण से मौसमी बाधाएं कम होंगी और सड़क सुरक्षा में सुधार होगा। साथ ही दिल्ली-देहरादून एक्सप्रेसवे दिल्ली और देहरादून के बीच यात्रा समय को काफी कम करेगा, जिससे उत्तराखंड की पहुंच और भी आसान होगी।

### पहाड़ों तक पहुंचती रेल कनेक्टिविटी

ऋषिकेश-पर्वतवाड़ा रेलवे परियोजना क्षेत्र की सबसे महत्वपूर्ण पहल परियोजनाओं में से एक है। इसके तहत होने पर गढ़वाल के कई महत्त्वपूर्ण कस्बों राष्ट्रीय रेल नेटवर्क से जुड़ जाएंगे। इससे वाराणस के तीर्थयात्रियों के सवाब-सवाब और अग्रसर पर्यटन को भी प्रोत्साहन मिलेगा। बेहतर रेल संपर्क से यात्रा कठिन घण्टीयों और दूरस्थ क्षेत्रों तक पहुंच अधिक विश्वस्तरीय बनेगी।

### वंदे भारत से तेज और आरामदायक यात्रा

देहरादून-दिल्ली और देहरादून-सहजपुर मार्ग पर बसे भारत एक्सप्रेस ट्रेनों की सुरक्षा और समर्थित रूप से विकसित कर रहे हैं। बेहतर कनेक्टिविटी न केवल यात्रा को आसान बना रही है, बल्कि स्थानीय व्यवसायों को प्रोत्साहन, रोजगार सृजन और पर्यटन सीजन को लंबा करने में भी सहायक है।

### राज्यभर में विस्तारित हवाई संपर्क

उड़ान योजना के तहत हेलीकोप्टर सेवाओं ने विशेषकर तीर्थ सीजन में पहाड़ी क्षेत्रों तक पहुंच को सुलभ बनाया है। इससे लंबी यात्रा अधिक पटती है और दूरस्थ क्षेत्रों तक हवाई मार्ग से

# उत्तराखंड: रोमांचक पर्यटन का स्वर्ग

बर्फ से ढकी ढलानों से लेकर तेज बहाव वाली नदियों और खुले आसमान तक, उत्तराखंड भारत में रोमांचकारी पर्यटन के नए आयाम गढ़ रहा है, ऐसे अनुभवों के साथ जो रोमांचित करें, चुनौती दें और प्रेरित करें।

और स्थानीय रहस्यता को भी बढ़ावा देता है। यह क्षेत्र की प्राकृतिक सुंदरता को दर्शाते करते हुए ग्रामीण पर्यटन के अवसरों को सृजन करता है। शीतकाल के दौरान अतीव शीतकालीन का प्रमुख केंद्र बन जाता है, जहां राष्ट्रीय स्वीडिंग अकादमी और शीतकालीन कनिष्ठ अकादमी स्थित हैं। अपनी स्वच्छ ढलानों और हिमालय के अद्भुत पृष्ठों के लिए प्रसिद्ध अतीव पेशेवर खिलाड़ियों और पर्यटकों दोनों को आकर्षित करता है। यह आयोजन उत्तराखंड को भारत के अग्रणी स्वीडिंग स्थलों में स्थापित पहचान देता है।

### समुदायों को स्वयं अर्थिक लाभ सुनिश्चित

कनेक्टिविटी और हिमालय की स्वच्छ सुंदरता को संरक्षित रखना है।

### उत्सवों से आगे बढ़ता रोमांच पर्यटन

दिल्ली झील महोत्सव उत्तराखंड के एअरवेज केन्द्र का प्रमुख आयोजन बन चुका है। विस्तृत दिल्ली झील पर आयोजित इस महोत्सव में जेट स्वीडिंग, कवायम, स्कींग वगैरह और बना

### राज्यभर में रोमांचक गतिविधियां

उत्सवों से आगे बढ़कर उत्तराखंड वर्षभर रोमांचक अनुभव प्रदान करता है। ऋषिकेश में विरार राफ्टिंग और भी रोमांचक पर्वत करने वाली के लिए प्रमुख आकर्षण बनी हुई है। केदारकाण्ड, पुराने की घाटी और हर की दूत जैसे ट्रेकिंग मार्ग देश-विदेश से पर्यटकों को आकर्षित करते हैं।

### रोमांचक पर्यटन के बीच यात्रा गहन

आध्यात्मिक आस्था और प्रकृति के अद्वितीय अनुभव का प्रतीक है।

### चार पवित्र धाम

सुनोत्री - देवी कुनन को समर्पित यह धाम यात्रा का प्रारंभिक पड़ाव है। ऊने-ऊने पर्वत और प्राकृतिक गर्म जलस्रोतों से विराट् स्वरूप पवित्र और श्रद्धा का प्रतीक है।

### धामों से आगे: प्रकृति और शक्ति

यात्रा के दौरान श्रद्धालु आसराज के उन स्थलों का भी भ्रमण करते हैं, जो आध्यात्मिक और प्राकृतिक अनुभव का प्रतीक हैं।

### भयंकर हिमालय की गांधी में बसी चार धाम यात्रा

उत्तराखंड की सबसे पूजनीय आध्यात्मिक यात्रा है, जो आस्था को अद्भुत प्राकृतिक सौंदर्य के साथ जोड़ती है।

### शीतकालीन चार धाम यात्रा

हाल के वर्षों में शीतकालीन चार धाम सर्किट का महत्व बढ़ा है, जिससे पारंपरिक रूप से केवल ग्रीष्मकाल तक सीमित रहने वाली इस दिव्य तीर्थयात्रा को वर्षभर की आध्यात्मिक यात्रा में परिवर्तित कर दिया है।

उत्तराखंड की चार धाम यात्रा भारत की सबसे पवित्र तीर्थयात्राओं में से एक है, जो प्रेमियों लक्षों को आकर्षित करती है। शीतकाल के दौरान अतीव शीतकालीन का प्रमुख केंद्र बन जाता है, जहां राष्ट्रीय स्वीडिंग अकादमी और शीतकालीन कनिष्ठ अकादमी स्थित हैं। अपनी स्वच्छ ढलानों और हिमालय के अद्भुत पृष्ठों के लिए प्रसिद्ध अतीव पेशेवर खिलाड़ियों और पर्यटकों दोनों को आकर्षित करता है। यह आयोजन उत्तराखंड को भारत के अग्रणी स्वीडिंग स्थलों में स्थापित पहचान देता है।

तेज पहुंच संभव होती है। यहीं देहरादून स्थित जॉर्जी ग्रैंड हवाई अड्डा का विस्तार किया जा रहा है और भविष्य में इसे अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे के रूप में विकसित करने की योजना है। इससे घरेलू और विदेशी पर्यटकों की संख्या बढ़ने की उम्मीद है, जिससे उत्तराखंड की वैश्विक पर्यटन पहचान मजबूत होगी।

उत्तराखंड गढ़वाल, देवभूमि, रोपवे परियोजनाओं और हवाई सेवाओं के उन्माद कर तीर्थ और पर्यटन क्षेत्र को आसान बना रहा है। इन पहलों का उद्देश्य यात्रा में सहने वाले समय को कम करना, दूरस्थ बनाना और पूरे वर्ष अर्थिक गतिविधि को मजबूत करना है।



### पर्यटन का नया युग

इन सभी परियोजनाओं से स्पष्ट है कि उत्तराखंड अपनी परियोजना प्रणाली को आधुनिक और समर्थित रूप से विकसित कर रहा है। बेहतर कनेक्टिविटी न केवल यात्रा को आसान बना रही है, बल्कि स्थानीय व्यवसायों को प्रोत्साहन, रोजगार सृजन और पर्यटन सीजन को लंबा करने में भी सहायक है।

मजबूत सड़क, रेल, रोपवे और हवाई नेटवर्क के साथ उत्तराखंड एक अधिक सुलभ, सुरक्षित और सतत पर्यटन गंतव्य के रूप में उभर रहा है, जहां प्राकृतिक सौंदर्य और आध्यात्मिक धरोहर का अनुभव अब और अधिक आरामदायक तथा सुविधाजनक हो गया है।

उत्तराखंड की चार धाम यात्रा भारत की सबसे पवित्र तीर्थयात्राओं में से एक है, जो प्रेमियों लक्षों को आकर्षित करती है। शीतकाल के दौरान अतीव शीतकालीन का प्रमुख केंद्र बन जाता है, जहां राष्ट्रीय स्वीडिंग अकादमी और शीतकालीन कनिष्ठ अकादमी स्थित हैं। अपनी स्वच्छ ढलानों और हिमालय के अद्भुत पृष्ठों के लिए प्रसिद्ध अतीव पेशेवर खिलाड़ियों और पर्यटकों दोनों को आकर्षित करता है। यह आयोजन उत्तराखंड को भारत के अग्रणी स्वीडिंग स्थलों में स्थापित पहचान देता है।



# उत्तराखंड की चार धाम यात्रा: आस्था और प्रकृति का अनूठा संगम

हाल के वर्षों में शीतकालीन चार धाम सर्किट का महत्व बढ़ा है, जिससे पारंपरिक रूप से केवल ग्रीष्मकाल तक सीमित रहने वाली इस दिव्य तीर्थयात्रा को वर्षभर की आध्यात्मिक यात्रा में परिवर्तित कर दिया है।

उत्तराखंड की चार धाम यात्रा भारत की सबसे पवित्र तीर्थयात्राओं में से एक है, जो प्रेमियों लक्षों को आकर्षित करती है। शीतकाल के दौरान अतीव शीतकालीन का प्रमुख केंद्र बन जाता है, जहां राष्ट्रीय स्वीडिंग अकादमी और शीतकालीन कनिष्ठ अकादमी स्थित हैं। अपनी स्वच्छ ढलानों और हिमालय के अद्भुत पृष्ठों के लिए प्रसिद्ध अतीव पेशेवर खिलाड़ियों और पर्यटकों दोनों को आकर्षित करता है। यह आयोजन उत्तराखंड को भारत के अग्रणी स्वीडिंग स्थलों में स्थापित पहचान देता है।

### चार पवित्र धाम

सुनोत्री - देवी कुनन को समर्पित यह धाम यात्रा का प्रारंभिक पड़ाव है। ऊने-ऊने पर्वत और प्राकृतिक गर्म जलस्रोतों से विराट् स्वरूप पवित्र और श्रद्धा का प्रतीक है।

### धामों से आगे: प्रकृति और शक्ति

यात्रा के दौरान श्रद्धालु आसराज के उन स्थलों का भी भ्रमण करते हैं, जो आध्यात्मिक और प्राकृतिक अनुभव का प्रतीक हैं।

### भयंकर हिमालय की गांधी में बसी चार धाम यात्रा

उत्तराखंड की सबसे पूजनीय आध्यात्मिक यात्रा है, जो आस्था को अद्भुत प्राकृतिक सौंदर्य के साथ जोड़ती है।

### शीतकालीन चार धाम यात्रा

हाल के वर्षों में शीतकालीन चार धाम सर्किट का महत्व बढ़ा है, जिससे पारंपरिक रूप से केवल ग्रीष्मकाल तक सीमित रहने वाली इस दिव्य तीर्थयात्रा को वर्षभर की आध्यात्मिक यात्रा में परिवर्तित कर दिया है।

# मानसखंड सर्किट: कुमाऊं की आध्यात्मिक धरोहर

मानसखंड सर्किट आस्था, परंपरा और स्वाभाविक वैभव का पुनर्जागरण है, जो हिमालय की शाश्वत छटा के बीच अपनी दिव्यता बिखेरता है।

मनोसिद्ध की हरे कालिका, बागेश्वर - कैलाश मंदिर सूर्य और कालाश महोत्सव मंदिर। मध्यवर्त - पृथ्वी, देवीदुर्गा की कलश देवी और बालेश्वर मंदिर। नैनीताल - नैन देवी मंदिर और कैनी धाम। उष्ण सिंधु नगर - देवी शाला सुंदरी मंदिर। मानसखंड सर्किट पर्वत मंदिरों का सड़क है, यह भूमी-विस्तार परंपराओं को पुनर्जीवित करता है, स्वाभाविक की उज्ज्वलता को समने लता है और आध्यात्मिकता को संस्कृतिक गौरव से जोड़ता है। श्रद्धालुओं के लिए यह आस्था की यात्रा है, जहाँ कल्पितों के लिए इतिहास, संस्कृतियों और प्रकृति के संगम का अनुभव। मंदिर सभुओं के

पर्वत सर्किट के रूप में विकसित कर यह मिशन चार धाम जैसी सुव्यवस्थित यात्रा का अनुभव प्रदान करने की परिकल्पना करता है, साथ ही कुमाऊं की विशिष्ट पहचान को अग्रसर रखता है। कुमाऊं के मंदिर अपनी शान्तिपूर्ण सुंदरता के लिए प्रसिद्ध हैं - लक्ष्मी की नक्षत्राई, पलर की चौकस्ट, स्टेट की जे और हिमालयी परिवेश के साथ सम्मिलित विभिन्न प्रमाण। मिशन के अंतर्गत मंदिरों की संरचनात्मक मजबूती बहाल करने, मूर्तियों का संरक्षण करने, निम्नलिखित को पुनर्जीवित करने और शिल्पकारों की सुरक्षा पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है। साथ ही कुमाऊं रीति-रिवाजों और अग्रदत्तों को सुरक्षित रखने का प्रयास भी किया जा रहा है, ताकि आधुनिक सुविधाएं उन्मादी आध्यात्मिक गति को प्रेरित न करें। इस प्रकार चार धाम यात्रा केवल आस्था की यात्रा नहीं, बल्कि प्रकृति, संस्कृति और आध्यात्म का अद्भुत संगम है, जो उत्तराखंड की पहचान को और स्थापित करता है।

Text by Tareesh Datta

READER ENGAGEMENT INITIATIVE

**NOTE :-**

[ : राजस्थान पत्रिका , दैनिक जागरण delhi, नवभारत टाइम्स delhi, अमर उजाला delhi, हिन्दुस्तान delhi, Pioneer hindi delhi, जनसत्ता delhi, ]

**English NEWSPAPERS**

[ Times Of India delhi, Indian Express delhi, The Hindu delhi, Financial Express delhi, economic times delhi , the Pioneer english delhi , the tribune delhi ] ETC.

We are providing all news paper pdf hindi and English want to read daily newspapers by pdf please msg me on telegram

**2. आकाशवाणी (AUDIO)**

whatsapp Group ka link pane ke liye  
Newspaper\_pdf\_bot par jaye.

Click here to contact:-[https://t.me/Newspaper\\_pdf\\_bot](https://t.me/Newspaper_pdf_bot)

Or type in Search box of Telegram

@Newspaper\_pdf\_bot And you will find a channel

**BACKUP GROUP LINK**

<https://t.me/joinchat/5P9EL1JaQoYzNTI1>

# Hindi-English News Paper

## Website:- [onlineftp.in](http://onlineftp.in)