

दाम में ज़रा सा ज़्यादा क्वालिटी का पूरा वादा

कमला पसन्द



वही स्वाद, वही भरोसा

अब **₹6** में

 No Tobacco, No Nicotine

Not recommended for minors
 Chewing of pan masala is injurious to health

उद्देश दिखाना गया है। | पढ़ने किया।

* 30000 से ज़्यादा
मैट्रिक 12th स्टूडेंट्स
एडमिशन तक

भारतीय टीम ने बैट और बॉल से दबदबे वाला प्रदर्शन कर अहमदाबाद में पूरा किया अपना मिशन

सैमसन-किशन ने पूरा किया खिताबी अभिषेक

स्कोरकार्ड

धारा: सऊ लैसन्स को मैकरोथो बो नैमाम 89, अभिषेक शर्मा को स्कोरकार्ड बो रविदि 52, ईशान खिखन को पैमैन मे नीमाम 54, हार्दिक पटवर्ध को सेतनर मे हैनी। 18. सुपुनकरा कदम को रविदि मे नीमाम 0, शिवका यमन गौत अउठर 8.

शिखम पुदे गौत आउठ 26 एक्सप्रेशः 8 डोटसः 20 ओएसः मे 5 विंकिट पर 255 रन विकेट-1-98, 2-203, 3-204, 4-204, 5-226 विकेट पर

हैनी 4-0-49-1 रनेन फिलियार 1-0-5-0, उडयरा रातो 3-0-42-0, लोकी

[illegible]

ईशान ने भी बजाई धुन
 फारम में खाने होते ही कप्तान सेन्टर खुद अटेक पर आए और दूसरे छोर से रविन रविंद्र को लगवाया। रविन की गारंटी की वजह से, अर्जुन को बल्लेबाजी

हस्ता हा गेट पर जलनक कोकमना से आउठ हो गर। हालाकि, वृषभ ने धमने वा नाम यही पिया। ईशान किशन ने पारी को यही से शुरु किया जहा अभिषेक ने खतम किय था। आते ही उन्होंने दो रन के साथ टोटल को तीन

अभी मैं फूँट रहा और फिर इसी और
में दो घोर क साथ अपने हाथ जोड़े।
उन्होंने कम्युनिज्म, हेनरी और सैटनर पर
पावरफुल सिका लगाए हुए सिर्फ 23 गैर
में 50 गैरों का सफ़र पूरा कर डाला।

जब चौथे अंश में लॉरी फग्युसन आए तो अमिषेक खुल गए। इस अंश में टी20 के नंबर-1 बैटर अमिषेक और सज्जु दोनों के बल्ले के किनारे को उनकी गेंदी में घुमा,

लेकिन दोनों ही बा भारत के खाते में वाउचर आई। इसी ओवर में सीधे बल्ले से अभिषेक का लगाया सिक्का उनके लौटे आमचिश्वास की झलक ली दी गया। फर्काने खाते मरने राखित हुए और इस

ऑलर में भारत ने 24 रन टोककर अपनी पिछड़ी भी पूरी कर ली। यह टूर्नामेंट में भारतीय ओपनर्स की पहली हाक सेचुरी वाली पार्टनरशिप थी।

World Cup Special
Reel

भारत के नाम 8वीं

ICC ट्राफी आठवां खिलाता है। एक नजर ICC के 'टॉप ट्रोफी विनर्स' पर:



The collage includes a close-up of a cricket player's helmet and face, the ICC World Test Championship (WTC) trophy, and a pie chart illustrating the distribution of ICC trophies. The pie chart is divided into segments for different teams, with labels in Hindi: 'वनडे वर्ल्ड कप' (One Day World Cup) and 'T20 वर्ल्ड कप' (T20 World Cup).

कई कीर्तिमान ध्वस्त हो गए, 30 दिन के सफर में

टी20 वर्ल्ड कप
वेस्टइंडीज | पाकिस्तान | श्रीलंका

Year	Male (%)	Female (%)	Unknown (%)
2015	1	5	2
2016	1	3	1
2017	1	3	1

 टी20 वर्ल्ड कप	 बैपियस ट्रोफी	 टी20 वर्ल्ड कप	 बैपियस ट्रोफी	 टी20 वर्ल्ड कप
				

The advertisement features a large yellow bag of Rajdhani Super Maida (Refined Wheat Flour) on the left and a green bag of Rajdhani Macaroni on the right. A large red 'FREE!' stamp is overlaid on the top right. A yellow ribbon banner across the bags reads 'Macaroni 200g Worth ₹31.00 With 2 Packets of Rajdhani Maida 500g'. The bottom of the ad has a green banner with the text 'VICTORIA FOODS PVT. LTD.'.

अपम लोगों तक सीमित नहीं था। भारत सरकार के डिजिटल इन्फोमेशन अधिनियम धोड़े अड्डा, FSSAI के से जुड़े धीरज सोहन ने कैशे ख़ुस हलितों और संगेनमय लाम का लुग वडने पंहुवी थी।

Sunil Kataria

नवभारत टाइम्स • विचार

नवभारत टाइम्स | नई दिल्ली/एनसीआर | सोमवार, 9 मार्च 2026

भारत का राष्ट्रपति संविधान का संरक्षक और राष्ट्र की एकता का प्रतीक होता है।
- डॉ. सत्यनारायण राणा

गरिमा के खिलाफ

पश्चिम बंगाल में आदिवासी इंटरलोक संघाल कॉन्फ्रेंस में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू के दौर से जुड़ा विवाद केवल कार्यक्रम में व्यथना तक सीमित नहीं। यह मामला अब संवैधानिक गरिमा, प्रशासनिक जवाबदारी और चुनावी जननीति का नमूना बन चुका है। राष्ट्रपति का खुद सार्वजनिक रूप से छविप्रेषण की ओर इशारा करना भी सम्मानजनक नहीं है।

लक्ष्मणवर्मा के आरोप
विवाद की शुरुआत उस समय हुई जब कार्यक्रम स्थल अखिरा सभा में बदल दिया गया। स्थानीय प्रशासन का तर्क था कि भूत स्थान पीड़ितों का है। लेकिन, राष्ट्रपति ने खुद इस स्थान का दौरा किया और कहा कि जगह पवित्र थी। इसके अलावा प्रोटोकॉल के उल्लंघन और दूसरी लक्ष्मणवर्मा की बात भी कही जा रही है।

प्रोटोकॉल का उल्लंघन
प्रधान में राष्ट्रपति का पद जननीति से ऊपर माना जाता है। केंद्र और राज्य में सरकार चाहें किसी की भी हो, लेकिन राष्ट्रपति का कार्यक्रम कभी किसी जननीतिक विवाद में नहीं पड़ता। वह पद किसी व्यक्ति की नहीं, देश की गरिमा और प्रतिष्ठा से जुड़ा है। ऐसे में अगर राष्ट्रपति खुद यह महसूस करते हैं कि उनके सम्मान का धमाल नहीं रखा गया, तो कई सवाल खड़े होते हैं। राष्ट्रपति के प्रोटोकॉल को लेकर सख्त विवाद है, जिनका पालन हर हाल में करना होगा। राष्ट्रपति को आसानी पर राज्य के मुख्यमंत्री सिखे चलते हैं या उनको तब तक से जमिंदार उनका कोई भिन्नियत। बताव जा रहा है कि बंगाल में ऐसा नहीं हुआ।

राजनीतिक एंगल
केंद्र सरकार ने इस चुक पर राज्य सरकार से जवाब मांगा है। लेकिन, इस घटना से जुड़ा एक दूसरा पहलु भी है, जिसे नजरअंदाज नहीं किया जा सकता और वह है पश्चिम बंगाल की जननीति। राज्य में जटिल ही विभाजन का जवाब देने हैं और मुख्य उद्देश्य BJP व समाजवादी TMC के बीच पानी जा रही। चुनावी मैदान की यही तल्लु अब संवैधानिक परंपराओं में टिक रही है। TMC ने केंद्र पर राष्ट्रपति पद के राजनीतिक इस्तेमाल का आरोप लगाया है। सोम मंगल कानून कह रही है कि कोई प्रोटोकॉल नहीं टूटा।

मुख्य मुद्दा
यह कार्यक्रम संघाल आदिवासीयों से जुड़ा था। राष्ट्रपति खुद इस समुदाय से सम्बन्ध रखती हैं। लेकिन, अब प्रधान मुख्य पुरे से हटकर इस विवाद की ओर कक्षा गया। इस मामले से एक भी पता चलता है कि देश में कई बार वैसे आयेक्यों तक की तैयारी अखिरा वक्त तक चलती रहती है। अगर राष्ट्रपति के दौर से जुड़े खरे इंतजाम पहले ही पूरे होते, तो शायद यह विवाद खड़ा ही नहीं होता।

नशतर

तेल की धारा

होली से एक सप्ताह पहले मैंने महंगी पिकचरों खरीदी। दोस्त को दिखाई और बताया कि वह बहुत दूर तक रंग फेंक सकती है। अगले दिन मैंने महंगी पिकचरों से दोस्त पर रंग डाला। वह पाया था। आधा, मुझे लगा कि उसे लगाएगा पर उसने मेरे ऊपर रंग से पूरी बाट्टी उलट दी। मुझे अचानक बड़ ईशान जैसा महसूस होने लगा, जो उसके दोस्त का कहना है कि वह मेरी हीनता का बड़ा बड़ा रंग है।

शाम को नाल-फेकर मैं दोस्त के घर पहुंचा। मेरा मुंह अब भी लाल था और वह कहती, 'तेल नहीं लगाया था कब?' मैंने गुस्से में कहा, 'तेल है कहा? सारे जलान ते तूने मेरे फंस गए हैं।' दोस्त धुक्कया, 'वह ते गाड़ी में डालने वाला तेल है, लगाने वाला नहीं। तूने लेजको के खय यही दिक्कत है, बात कही से कही फूट कर देते हो।' मैंने कहा, 'लगावने वाला तेल होगा तभी तो गाड़ी वाला तेल मिलेगा।' दोस्त ने भी 'गुम' लगावने की बात पर ध्यान देने के चक्कर में वह ही भूल जाते हो कि किन्ना तेल बचा है।' उसे शान करने के लिए मैंने कहा, 'कुछ दिन में अमेरिका, इटाली और ईगन का घुड़ सम्मेलन हो जाएगा और सब सम्मेलन हो जाएगा।' उसका मुसकान बड़ गंभ, 'ना नी मन तेल होगा ना राधा नाचो।' मुझे मुकही खुशी, 'कौन-सा तेल लगाया यहाँ, कस काल या ईगन बाल?' अमेरिका अपना तेल ते बचाए हुए है और दूसरे देशों का तेल निकाल रहा है। हम लोग किसी का पक्ष नहीं ले रहे, फिर भी सम्मेलन तेल निकाल रहे हैं।' दोस्त खड़ा हो बहाने, पर उसे मुझ कुछ नहीं। मुझ पर बढाते हुए बोला, 'खा लो, फिर शुरूकी की घर करने है होली फिक्कत।' मैंने अपने बॉडीजक जीत की खुशी में खुद का पहा पीना फिक्कत। हम निकलते वाले हो थे कि भागीनी की आवाज आई, 'लैन्ड में तेल लेते आना, खय हो गया है।' दोनों ने एक-दूसरे को देखा और खिन्न-खिन्न दिए। मैंने मन ही मन कहा, कूटनीति हो, जननीति हो गुहनीति, तेल की जरूरत हर जगह है।

एकदा

संकलन : रेनु सैनी

बंधकों को कराया मुक्त

वर्ष 1947 में विभाजन की हिंसा के दौरान बड़े पैमाने पर महिलाओं को अगवा किया गया, जवरन उनका धर्म परिवर्तन कर दिया गया। अखिरकार भारत और पाकिस्तान की सरकारों के बीच एक समझौता हुआ, उसे एकलवर्ग पर्सन (रिवर्सी एंड रिटोरेस्यन) एक्ट के नाम से जाना गया। इस कानून को जमीन पर उतारने की जिम्मेदारी मुल्ला रायगोष के सौंपी गई। वह सुप्रसिद्ध वैधानिक विद्वान रायगोष की हानन थी। मुद्रुल्ला ने अखिरकार तैर पर जिम्मेदारी ली और पूर्ण सम्पन्न के साथ इस काम में जुट गई। वह अगवा महिलाओं को सुनिश्चित करने के लिए पंजाब के उन दूरदूर तक के गाँवों और कबीलाई इलाकों में गई, जहाँ भी सांस्कृतिक तनाव था। उन्होंने अपने प्रयासों से खुद का एक नेटवर्क बनाया। सांस्कृतिक लोग उन्हें गुप्त रूप से बताते थे कि किन घरों में महिलाओं को बंदी बनाकर रखा गया है। इस कार्य में उन्हें अनेक परेशानियाँ का सामना करना पड़ी, लेकिन उन्होंने हार नहीं मानी। उन्होंने लगभग 22,000 महिलाओं को उनके परिवारों से मिलवाया। उन्होंने बंधक महिलाओं के अस्तित्व को पताचल करने में भी निष्पक्ष भूमिका निभाई। उन्हें आज भी 'विभाजन की नक्षिण' के रूप में याद किया जाता है।



अक्षरा राजरल्लम

नेपाल में Gen-Z आंदोलन के बाद हुए संसदीय चुनाव में RSP सबसे बड़ी पार्टी Gen-Z के अरमान क्या पूरे होंगे?

नेपाल में Gen-Z आंदोलन के बाद हुए संसदीय चुनाव के नतीजों ने देश की जननीति में प्रतिक्रिया बढावा का संकेत दिया। इससे पहले 2006 की पहली जननीति के बाद हुए व्यापक शांति सम्मेलन के आधार पर 2008 में संविधान रचना के चुनाव कराए गए थे। तब पुण कमल दाहाल 'प्रचंड' की पार्टी कम्युनिस्ट पार्टी ऑफ नेपाल (माओवादी केंद्र) की जनता का अग्रत सम्प्रतिष्ठा था। मगर वह लोगों की अपेक्षाओं को पूरा नहीं कर सके। 2015 तक नेपाल एक सम्मेलनी संविधान भी नहीं बना पाया। संविधान लग्न होने के बाद भी जननीतिक नेतृत्व में स्थापित नहीं आया और कई प्रधानमंत्री बदलते रहे।

दूसरी बड़ी जननीति
पिछले साल सितंबर में हुए Gen-Z आंदोलन को नेपाल की दूसरी बड़ी जननीति माना जा रहा है। इसके बाद पहले बार पिछले हमने चुनाव हुए, जिसमें पारंपरिक दलों के खिलाफ नेपालीयों का गुस्सा साफ दिखा। इस बार चुनाव में रैपर से राजनेत बने बालेद शह (बलेन) की राष्ट्रीय स्वतंत्र पार्टी (RSP) बहुमत बनती दिख रही है। RSP ने 90 में से 72 सीटों पर जीत दर्ज की है। इसके अलावा, कम्युनिस्ट पार्टी ऑफ नेपाल (युनिफाइड मार्क्सवादी-लेनिनवादी) देश की दूसरी और नेपाली कांग्रेस तीसरी सबसे बड़ी पार्टी बनने वाली है।

वादी से मिला साथ
RSP के प्रधानमंत्री पद के उम्मीदवार बलेन ने अपने प्रमुख प्रतिद्वंद्वी और चार बार



प्रधानमंत्री रह चुके के पी पी शर्मा ओली की करीब 50,000 वोटों ने हथ दिया। बलेन का पदभार के मेयर रह चुके हैं और युवाओं में लोकप्रिय हैं। प्रधानकार के खिलाफ आवाज उठाने और व्यवस्था बदलने के बलेन ने Gen-Z का साथ दिया। इस चुनाव में इस बार फैसलुक, युवक का काफी प्रभाव था, जिससे युवाओं की भागीदारी बड़ी और एंटी एस्टैब्लिशमेंट बलना आसान हो गया।

जनता के ठेक
चुनाव से पहले नेपाल की राजनीतिक हालात काफी तनावपूर्ण थे। ओली की पार्टी और नेपाली कांग्रेस के गठबंधन पर Gen-Z आंदोलन दबाने के लिए हिंसा के आरोप लगे। सोशल मीडिया पर प्रतियोग और चीन के साथ ओली की बढ़ती नजदीकी से एक वक्त अमेरिका भी नाराज हो गया। दूसरी ओर, प्रचंड और ओली

जैसे पुर्वे नेतृत्व की धाक कम होने लगी और उनकी अपनी संसदीय से जनता ऊब गई। 2022 के चुनाव में नेपाली कांग्रेस सबसे बड़ी पार्टी बनी। प्रधानमंत्री रहते हुए ओली पर भ्रष्ट और निरंकुश रवैये के आरोप भी लगे। चुनाव पर दबाव बना सकते हैं और पार्टी के भीतर नेतृत्व को लेकर विवाद खड़ा हो सकता है। संविधान संशोधन, संकीर्ण व्यवस्था और ओली के नेतृत्व से जननीतिक बल बढ़ सकते हैं। नई सरकार को भाल और चीन के साथ संतुलित संबंध बनाए रखने होंगे, क्योंकि नेपाल के भारत के साथ विशेष रिस्ते, नेपाल और जल विवाद जैसे मुद्दे भी जुड़े हैं। यदि सरकार संतुलित नीति अपनाए और विकास व ऊर्जा क्षेत्र में भारत के साथ सहयोग बढ़ाए, तो इससे नेपाल की स्थिरता और शैक्षीय संतुलन दोनों को लाभ मिल सकता है।

(लेखक JNU के स्कूल ऑफ इंटरनेशनल स्टडीज के प्रोफेसर हैं)

नया चेहरा

- बालेद शह ने पीएम के पी पी ओली की हार
- नई सरकार के सम्मने सबको रोजगार देना सबसे बड़ी चुनौती
- लोगों ने स्वयं दिया, अब भरसे पर उतरना होगा खरा

बलेन की पिछले और उनका चुनावी खलना आसान हो गया। राजनीतिक पीढ़ी परिवर्तन। इसलिए, इस बार पारंपरिक दलों की जगह नई उत्पत्ती RSP और बलेन शह जैसे युवा नेतृत्व को सम्मान दिया जा रहा है। यह देश में पीढ़ीगत परिवर्तन का संकेत है। अब संकेत है कि क्या RSP बड़ा बदलाव ला पाएगी या प्रचंड सरकार की तरह जनता का भरोसा खो देगी। 2006 के बाद जनता को सम्मान,

फ्रिज की सफाई से किचन में ताज़गी का अहसास

मर्मी इस बार कुछ ज्यादा पहले आ गई। मौसम के चैलेंज से निपटने के लिए हमें बहारे फ्रिजों की सफाई करनी पड़ी। फ्रिजों में रेफ्रिजेंट एंश ही पक्का सच्यो का ज्ञान है, जिसके भरसे हम किचन छोड़ आसप से घेर की नंद से लेते हैं।

अभी तक फ्रिज को हरी-परी साफ-सफाई का साथ मिलता हुआ था। कई बार तो उसकी जरूरत भी खाना नहीं पड़ती, लेकिन अब हालात बदलने लगे। सफाई ज्यादा समय तक सुनिश्चित रखने के लिए अंदर खीं जाएंगी, पानी की बोतलों कातर में लगेगी और कोल्ड ड्रिंस भी मुक्कत हो जाएंगे। अगले दिन जाह मांगेंगे। कुल मिलाकर, काम बढ़ते वाला है। अब जरूरत है कि को नए तरीके से तैयार करने की, उसकी सफाई को। रेफ्रिजेंट की साफ-सफाई भी सूकन और आनंद दे सकती है, कसने

इस काम की बारीकियों को समझ आए। कई लोगों के लिए घरों का काम उनकी मानसिक जरूरत है, जो उस वक्त के लिए बाकी किताबों से दूर कर देते हैं। उन्हें रेफ्रिजेंट की सफाई भी ऐसा ही काम है, जो किचन में ताज़गी का अहसास लाता है। कई बार दरवाजा खोलते ही अंदर से एक मिर्ची-जुली गुंध आती है। यह पकड़ होती है जब चीजों की, जो अंदर रखी हैं या उनकी को भी रखी थीं। कई बार कोई एक गुंध ही बाकी सब पर हावी हो जाती है। जीवन में भी जो आते हैं, वे अपने पीछे अपना अहसास छोड़ जाते हैं। कुछ का असर गहरा और कुछ का घटप।

आमतौर पर रेफ्रिजेंट को साफन को बाहर निकालना, जो एक्सप्रायर हो चुके हैं उन्हें फेंक देना। केवल इतना कर लेने से जगह ज्यादा बड़ी लगने लगती है, ज्यादा व्यवस्थित और साफ। किसी सामान को उसकी एक्सप्रायर डेट तक पहुँचने देना और उसके बाद भी रखे रखना बड़ लालच है, जो हर किसी में होता है। थोड़ा-बहुत। तबले देखकर पहले उसे दालने रहते हैं कि अनी तो वक्त है, और जब वह तबले गुजर



जीवन आनंद रौलेट पांडेय

जाती है, तो अफसोस में भर उठते हैं। वक्त को समझने की ही खेत है सच। इसके बाद शुरू होती है पानी और क्लीनर से सतह को क्लेनने की कवायद। पीर-पीर अंदर की गुप्तगी गुंध खस होती जाती है और उसकी जगह ले लेती है ताज़गी पूरी खुश। पीछे के दर फेरे के साथ बिस्फोट का मिटने जाते हैं, निशान खो जाते हैं और अंदर का हर हिस्सा पहले से ज्यादा चमकदार लगने लगता है। बाहर की सफाई शुरू होती है अंदर का काम खस करने के बाद। पानी, बाकी स्क्वचन तक तक मानने नहीं रहती, जब तक भीतर पैल जायी हो। वह काम बहुत छोटा है, पर इसमें इस बात का संतोष है कि हमने गंदगी से मोचो लिखा। एक कदम पीछे हटकर देखिए, फ्रिज की चमकती सतह पर जीत का परचम दिखेगा आपको।

काटे की बात

मैं कोशिश करूँगा कि आप समझे जो भरसा मुझ पर किया है, उस पर खरा उल्लस। मेरे पिता (नीतीश कुमार) ने पिछले 20 सालों में जो काम किया, उस पर मैं, बिहार और पूरे देश गर्व करता हूँ।

निशांत कुमार, JDU का मेर बनने के बाद

बिल्ली, भेड़िये... टेंशन क्यों बढ़ाने लगे ये जानवर

जर्मनी में भेड़ियों का शिकार करने की अनुमति दे दी है। पिछले साल न्यूजीलैंड ने बिल्लियों को लेकर ऐसा आदेश दिया। अमेरिका हजारों जंगली सुअर मार चुका है। भारत में गैलगायी को शिकार की परमिशन है।

भारत में नीलगाय भारी
1,100 हमले 2024 में भेड़ियों के दर्ज हुए
4,300 भेड़-बकरों जैसे पालतु जानवर मारे गए
286 इलाकों में भेड़ियों की बड़ी दावादी है
212 भेड़ियों के झुंड और 708 खराब है
जुनिथ का हाल
20 लाख फेल फैसल को मार चुका है ऑस्ट्रेलिया
25 लाख जंगली बिल्लियाँ मरेगा न्यूजीलैंड

भारत में नीलगाय भारी
12 लाख नीलगाय करले भेड़ियों को खोदो
5,400 एकड़ फसल बिहार में बर्बाद कर दी
30% फसल नष्ट प्रदेश में पशुओं ने बर्बाद की
मार्ने के अग्रेश कले: अतिरिक्त आकासी से गुजरान, दूसरे जलो के लिए खारा, फसलों की हो रही बर्बादी।
प्रस्तुति: अनिल मिश्र

जब तक अधिकार कागजों पर, बराबरी अधूरी

आने की पहली बार पर खड़ी एक महिला की हिचकिचाहट, अडलत की तरिगी से खड़ी हुई आँखें और अधिष्ठा पिटिंग में चुन वैसी किर्माओं की बेचैनी - यही वो सच है, जो महिला हिंस के रंगीन केवरे के पीछे छुपे रहते हैं। हर साल 8 मार्च को नम बावरी की बात करते हैं, पर इसके बाद वह खामोश सवाल ख जाते हैं कि क्या कानून की किताबों में लिखी सम्पन्ना उस महिला तक पहुँच पाई, जिसे उसकी सबसे ज्यादा जरूरत है?

भारतीय संविधान का अनुच्छेद 14 सम्पन्नता का अधिकार देता है और अनुच्छेद 15 लिंग के आधार पर भेदभाव से रोकता। अडलतों ने भी बार-बार दोहराया है कि लैंगिक सम्पन्नता केवल औपचारिक घोषणा नहीं, ज्यादातर में उसी वास्तविकता होनी चाहिए। अर्थशास्त्री अमर्त्य सेन का विचार खाँदे बढ़ा प्रसिद्ध है कि अधिकार का होना काफी नहीं, उसे उपयोग में लाने

की क्षमता और अनुकूल परिस्थिति भी होनी चाहिए। यही अंदर है औपचारिक सम्पन्नता और वास्तविक सम्पन्नता में। कानून ने औपचारिक सम्पन्नता दी है, पर वास्तविक सम्पन्नता तब आणी जब महिला बिना भय और अपमान के इस अधिकार का उपयोग कर सके।

पीछे पड़े नैतिकता के सवाल
पिछले हिंसा या हिंसे में शोषण के विरुद्ध आवाज उठाने वाली महिला के साथ हिंसक दायं प्रविष्टान: खड़ा होत है। संविधान व्यवस्था ने इंडियन अमां बनाम बेकेरी शर्मा केस में माना था कि सहजिता में रहने वाली महिलाएं भी गरिमा और संरक्षण की अधिकारी हैं। अधिकार तो दिए जाते हैं, पर भरोसा नहीं। और तब भरोसे के अधिकार के कलक बागनी शब्द बनकर रह जाते हैं। कार्यक्षेत्र पर महिलाओं की सुरक्षा के लिए विवाहा बनाम नवरखन से लेकर कार्यक्षेत्र पर लैंगिक उन्नीडन निवारण अधिनियम 2013 तक, कानूनों ने सफाई के कि सुनिश्चित माहौल महिला का अधिकार किया है। लेकिन हकीकत यह है कि शिक्षा



कले वाली महिला को ही वह खतियन करना पड़ता है कि उसके साथ हुआ व्यवहार माना नही, उन्नीडन था। कई संस्थाओं में शिकायत व्यवस्था सिर्फ औपचारिकता है। इसी तरह, एक्स बनाम प्रभात सचिव, न्याय्य एवं परिवार कल्याण विभाग में सुविम कोर्ट ने कहा कि अविवाहित महिला को भी सम्पन्नता का अधिकार है। फिर भी कई जगहों पर महिलाओं को परिवार या अग्रजाल से अनुप्राप्त लेनी पड़ती है। डिजिटल युग ने महिलाओं को नए अवसर दिए हैं, लेकिन नई तरह की हिंसा भी बढ़ाई है। केएस गुप्तामणी बनाम भावत राय (2017) में सुप्रीम कोर्ट ने निजत के अधिकार को मौलिक

अधिकार माना, फिर भी निजी तस्वीरों का दुरुपयोग, ऑनलाइन उन्नीडन और AI से बने नकली चित्र महिलाओं की गरिमा को तुलनाम पहुँच रहे हैं। तकनीक पूरी तरह तटस्थ नहीं होती। वह अक्सर सम्पन्न के पुर्वे पुर्वाग्रहों को ही नेती से चलाती है। आसानी दुनिया में हुआ अपमान भी वास्तविक जीवन में पकरी चेहे देता है, जबकि कानून की प्रतिक्रिया कई बार देर से आती है।

व्यवस्था संवेदनशील हो
न्याय तक पहुँचने वाली महिलाओं के लिए आसान नहीं है। मुकदमे अक्सर बरबस तक चलते हैं। इस दौरान महिला को बसनी लताई के साथ-साथ सामाजिक दबाव और मानसिक कष्टन भी डेलनी पड़ती है। संकल्प राट्ट के लिए भेदभाव उन्नीडन अधिनियम भी मानता है कि न्याय में देरी अपने आप में अत्याचार है। सम्पन्ना जरूरी है कि कानून महिलाओं के अधिकारों की रक्षा करत है, लेकिन उम्मा अरत नही दिखेगा जब व्यवस्था संवेदनशील हो। कानून ने सतत दिशा दिख है, अब आगे का काम सम्पन्न और संस्थाओं का है।



रणथंभौर की मलिका 'मछली' के साथ योग का साक्षात्कार

मैंने योग और ध्यान की ख़ा 16 साल की उम्र में शुरू की थी। इसका फायदा यह हुआ कि जो कुछ पढ़ना, पूरी सबधानी और निष्ठा से जीवन में उतार लेता। तब मुझे इस बात का आश्वासन था कि वह मेरी अनुशासन मेरे भीतर एंश हार तरश रहा है, जो बरसों बाद फोटोग्राफी में मेरे काम आया। वाइल्डलाइफ फोटोग्राफी के लिए केवल एक अच्छे कैमरे की नहीं, गहन एकाग्रता और आंतरिक स्थिरता की भी जरूरत होती है। जब आप किसी पक्षी या जंगली जानवर की प्रतीक्षा करते हैं, तो आपको प्रकृति की लय के साथ एकाग्र होना पड़ता है।

मेरे ध्यान के अभ्यास ने मुझे बड़ शक्ति दी, जो एक फोटोग्राफर को फोटो पर्व के साथ एक जगह उठे रहने के लिए चाहिए होती है। एकाग्रता और कैमरे का वह मिलन रणथंभौर में मेरी पहली और एकमात्र टाइगर साइंटिंग के दौरान चमक पर था। वह खड़ा हुआ मेरे एक ध्यान जैसी थी। ध्यान का इश्वर ने पुरुषस्वामि हुए कहा, 'बिना ध्यान मन करना, वस अपनी दाईं ओर देखो।' वहाँ खड़ी थी 'मछली', रणथंभौर की महदूर मलिका। वह हमारी जीप से मुश्किल से 10 मीटर की दूरी पर थी। उस वक्त मेरे बरसों के ध्यान के अभ्यास ने जैसे मुझ पर कब्जा कर लिखा। मैंने कैमरा नहीं उठाया, बस उसे देखता रह गया। वह पूरी तरह से एक 'मिडिस्टान पोपेट' था- समय जैसे ठहर सा गया था और देखने वाला (मैं) और दृश्य (मछली) एक हो गए थे। मैं उस अनुभव में इतना डूब गया था कि भूल ही गया कि वहाँ फोटोग्राफ के लिए आया हूँ। दो मिनट बाद जब अन्य कैमरों के शटर की आवाजें आईं, तब मुझे होश आया और मैंने कुछ तस्वीरें फिक्क की। बरसों बाद, एक हार्ड डिस्क ब्रेक होने की वजह से ये सभी तस्वीरें हरा गईं। फ्रिज मिट गई। लेकिन, वह मूलकत इतनी पूर्ण थी कि उसके बाद मुझे कभी दोहरावा बाध देवने की चाहत नहीं हुई। तस्वीरें भले ही चली गईं, लेकिन ध्यानमय वह अनुभव मेरा जीवनन का 'मास्टरपीस' बन गया।

अध्यात्म इश्वर ने पुरुषस्वामि हुए कहा, 'बिना ध्यान मन करना, वस अपनी दाईं ओर देखो।' वहाँ खड़ी थी 'मछली', रणथंभौर की महदूर मलिका।



अध्यात्म इश्वर ने पुरुषस्वामि हुए कहा, 'बिना ध्यान मन करना, वस अपनी दाईं ओर देखो।' वहाँ खड़ी थी 'मछली', रणथंभौर की महदूर मलिका।

जन्मा जंखन

नीत में के वैमर्न टेंको का प्रयोग करा है देश

एक नुस्खे के बच्चों को खेत दाता दिया है, तो दूसरे ने मजदूरी

खाड़ी में जंग

तेल ठिकानों पर हमले से तेहरान में

तबाही का धुआं

■ एकपक्षी, तेहरान

युद्ध के बीच अमेरिका और इस्राइल ने तेहरान रत ईरान की राजधानी तेहरान और उसके आसपास स्थित तेल भंडारण ठिकानों पर बड़े हवाई हमले किए। ईरानी अधिकारियों के अनुसार, इन हमलों में चार तेल ठिकानों और पेट्रोलियम इन्फ्रास्ट्रक्चर के एक पेट्रोलियम के तेल भंडारण गंधा, जिसमें चार लोगों की मौत हो गई।

मैक्सिमल ईरानियन ऑफिशियल प्रोटेक्शन डिपार्टमेंट के प्रमुख केरामत वैसरकामी ने सरकारी टीवी को बताया कि हमले में मारे गए लोगों में कंपनी के कर्मचारी और दो तेल टैंकर चालक शामिल हैं। हमलों के बाद कई नगरों पर बीजों अलग लगे हैं, जिसे बाद में काबू में कर दिया गया।

हालांकि कई तेल भंडारण टैंक क्षतिग्रस्त हुए हैं। रिव्जर सुधार शहर में घुस की मेटी परत छोड़ दी। प्रचंडशक्ति के मुताबिक, सूरज निकलने के बाद गुरु आसमान काला दिखाई दे रहा था और हवा में जलती धुआं की तीखी गंध महसूस की जा रही थी।

तेहरान में कई जगह लगी आग: ईरानी मीडिया के अनुसार, तेहरान रत अमेरिकी और इस्राइली मिसाइलों ने तेहरान के तीन अलग-अलग जगहों में तेल और ईंधन भंडारण टैंकों को निशाना बनाया। शहर में एक अन्य ईंधन भंडारण टैंक में आग पर काबू पाने के लिए एककाबलमी लगातार काम कर रहे हैं। यहां सड़कें और जल निकासी नाली में भी लगे दिवाड़े दे रही थी। अधिकारियों के अनुसार, आग पूरी तरह बुझाने में अभी कई दिन लग सकते हैं। क्योंकि टैंकों में मौजूद ईंधन धीरे-धीरे जलकर सूख रहा है। तेहरान की आबादी लगभग 10 मिलियन है। स्थानीय मीडिया के अनुसार, एक शहर पेट्रोलियम का है जब युद्ध में किसी मिजिल ईंजिनड्रल नष्ट को निशाना बनाया गया है। हालांकि, ईरान की रेट डिफेंस फोर्सों के अनुसार, हमलों से देश भर में लगभग 10,000 मिजिलियन टुकरन को नुकसान हुआ है।

4 तेल स्टोरेज टैंक, एक पेट्रोलियम टर्मिनल को इस्राइल ने बनाया निशाना

ईंधन सप्लाई प्रभावित लोगों को घरों में रहने की सलाह



जहरीली गैस और एसिड बारिश की चेतावनी

■ ईरानी रेट डिफेंस ने घोषणा की है कि तेल छिपों में हुए विस्फोटों से हवा में बड़ी मात्रा में पड़ती लहसुनोकाई, सल्फर और नाइट्रोजन ऑक्साइड फैल गए हैं।

■ संरक्षा के मुख्यांक, ऊपर बारिश हो रही है तो इनसे खतरनाक और असुरक्षित अवस्था हो सकती है, जिससे त्वत्ता जलने और फेफड़ों को गंभीर नुकसान पहुंचने का खतरा है।

■ पड़ोसों अधिकारियों ने लोगों से घरों के आंदर रहने और अनावश्यक रूप से बाहर न निकलने की अपील की है।



‘माहौल बेहद डरावना हो गया’

■ CNN से बातचीत में तेहरान के एक निवासी ने कहा कि हमले के बाद शहर का माहौल बेहद डरावना हो गया है।

■ कहा, शहर अंधेरे में डूबा रहा और अलगाव पूरी तरह खाला था। रात में विस्फोट से सड़कमा होने में कुछ समय लग सकता है।

■ लोगों से अपील की गई है कि वे फिलहाल ईंधन का उपयोग सीमित रखें।

ईरानी तेल मंत्रालय ने की पुष्टि: तेहरान के पश्चिम में अलबोर्ज प्रांत के कराल शहर समेत तीन इलाकों में फैलू छिपे पर हमला हुआ था।

इस्राइली हमले में ईरान के F-14 लड़ाकू विमान नष्ट

इस्राइल डिफेंस फोर्स ने दावा किया है कि इसफहान हवाईअड्डे पर किए गए हवाई हमलों में ईरान के कई F-14 लड़ाकू विमान नष्ट कर दिए गए। सैन्य के अनुसार, हमलों में ऐसे डिफेंस और एयर डिफेंस सिस्टम भी निशाना बनाए गए जो इस्राइली जहाजों के विमानों के लिए खतरा बन सकते थे। ये अमेरिकी मिजिल F-14 विमान 1979 की इस्राइली क्रांति से पहले ईरान को दिए गए थे।



बेरुत के होटल पर हमला, 4 मौतें

इस्राइल ने रिव्जर तहक के बेरुत और उश्ली लेनान में किए हवाई हमले किए। बेरुत के एक होटल पर हुए हमले में चार लोगों की मौत हो गई और कई अन्य घायल हो गए। इस्राइली सैन्य ने कहा कि केराल में किया गया हमला सटीक था और इसका निशाना कुछ फोर्स के एक मुख्य कमांडर था। लेबनन के स्वतंत्र मजिने ने कहा कि 400 लोगों की मौत हो चुकी है।

ईरानी ड्रोन हमले में बहरीन का वॉटर प्लांट बना निशाना



■ एपी/एकपक्षी, दुबई/तेहरान

मध्य पूर्व में जारी युद्ध के बीच खाड़ी क्षेत्र में तनाव और बढ़ गया है। खाड़ी देश बहरीन ने आरोप लगाया है कि ईरान के एक ड्रोन हमले में देश के एक डिस्टिलेशन प्लांट को नुकसान पहुंचा और तीन लोग घायल हो गए। यह प्लांट समुद्र के खारे पानी को शुद्ध कर पीने योग्य बनाता है और बहरीन के लोगों को तलाक पानी उपलब्ध करता है।

बहरीन के गृह मंत्रालय ने एफएम पर जारी बयान में कहा कि रिव्जर सुधार हुए ईरानी ड्रोन हमले में नगरिक दावे को निशाना बनाया गया। मंत्रालय के अनुसार, 'ईरान की आक्रामक कार्रवाई में नगरिक विमानों पर अंधाधुंध बमबारी की गई, जिससे पानी के डिस्टिलेशन प्लांट को नुकसान पहुंचा।' यह हमला ऐसे समय हुआ है जब ईरान अपने खाड़ी पड़ोसी देशों को और ड्रोन और मिसाइल हमले तेज कर रहा है।

खाड़ी देशों के लिए गंभीर खतरा है ये प्लांट: डिस्टिलेशन प्लांट समुद्री पानी से नमक और अन्य तत्व हटाकर खारे पानी से शुद्ध बनाते हैं। खाड़ी क्षेत्र के देशों में प्राकृतिक स्रोत पानी के स्रोत बहुत कम हैं, इसलिए ये प्लांट वहां की पानी सप्लाई की वृद्धि करने हैं। खाड़ी देशों में करीब 400 डिस्टिलेशन प्लांट हैं। बहरीन की ज्यादातर पानी के पानी को जलक ऐसे ही प्लांटों से पुरी होती है। विश्वभर का कहना है कि अगर इन प्लांट्स को निशाना बनाया गया तो लाखों लोगों की पानी सप्लाई प्रभावित हो सकती है।

ईरान ने अमेरिका को ठहराया जिम्मेदार

बहरीन के आरोपों पर प्रतिक्रिया देते हुए ईरान ने कहा कि ऐसे हमलों की शुरुआत अमेरिका ने की थी। ईरान के डिफेंस मंत्री अब्बास अरसवी ने कहा कि अमेरिका ने ईरान के केराल क्षेत्र पर शिथ एक मोटी पानी के डिस्टिलेशन प्लांट पर हमला किया था। अरसवी के अनुसार, इस हमले के कारण करीब 30 लाख की पानी सप्लाई प्रभावित हुई है। उन्होंने कहा कि ईरान के बुनियादी ढांचे को निशाना बनाना खतरनाक कदम है और हमला करने वालों को इसके गंभीर परिणाम हो सकते हैं।

UAE ने इस्राइली रिपोर्ट को बताया फर्जी

इस्राइली मीडिया में आई उन खबरों को सचुत और अफैल (UAE) ने खरिज कर दिया है, जिसमें दावा किया गया था कि यूएई ने ईरान में पड़त रॉकेट और मिसाइलों के निशाने पर सटीक सटीक परीक्षा की रक्षा और विदेश मामलों की रमितियों के अत्यंत शिथिल अंत में एफएम पर लिखा, 'यह पूरी तरह फर्जी खबर है। जब हम कोई कार्रवाई करते हैं तो उसे सार्वजनिक रूप से बताते हैं।' एफएम सच में भी कहा कि इस्राइली अधिकारियों द्वारा यूएई के नाम पर इस तरह की खबर फैलाना अनुचित है।

ट्रंप बोले- ईरान की सेना कमजोर हुई

■ एकपक्षी, वाशिंगटन

ईरान के साथ जारी युद्ध के बीच अमेरिकी राष्ट्रपति डॉनल्ड ट्रंप ने दावा किया है कि लगातार हवाई हमलों के बाद ईरान की सैन्य ताकत लगातार कम हो चुकी है। वहीं इस्राइल के प्रमुख नेतृत्व ने साफ किया है कि ईरान के डिफेंस सैन्य अधिकारियों ने किसी समझौते के पूरी ताकत से जारी रखा। प्रचंडशक्ति ने ट्रंप ने कहा कि 28 फरवरी से शुरू हुए अमेरिका-इस्राइल के संयुक्त सैन्य अभियान ने ईरान की नौसेना, वायुसेना और मिसाइल क्षमताओं को गंभीर रूप से कमजोर कर दिया है।



ट्रंप ने कुवेत में मारे गए एक अमेरिकी सैनिकों को मजदूरी दी।

70 प्रतिशत रॉकेट लॉन्चर नष्ट: ट्रंप

■ ट्रंप के दावे के मुताबिक, अब तक ईरान के करीब 70 प्रतिशत रॉकेट लॉन्चर नष्ट कर दिए गए।

■ 44 नौसैनिक जहाज तबाह

■ ईरान की वायुसेना लगभग खाल

नेतृत्व दांचे पर असर

■ अमेरिकी राष्ट्रपति ने दावा किया कि सैन्य कार्रवाई का असर ईरान के नेतृत्व पर भी पड़ा है।

■ उन्होंने कहा कि पड़ते सीधे नेतृत्व को और फिर दूसरे स्तर के नेतृत्व को भी प्रभावित बनाया गया।

■ ट्रंप ने कहा कि अब तक ऐसे तीन नेतृत्व कर रहे हैं जिन्हें कोई

एक इंच ज़मीन पर भी कब्ज़ा नहीं करने देगे: ईरान

■ एकपक्षी, तेहरान

इस्राइल के साथ जारी युद्ध के बीच ईरान ने अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रंप के दावे को खरिज कर दिया है, जिसमें उन्होंने कहा था कि दुनिया के बाहर ईरान ने पश्चिम एशिया के अपने पड़ोसी देशों से घासी मंजी है। ईरान के राष्ट्रपति सुलेमानि ने दावा किया कि ईरान को ईरान की सीमाओं के सामने खड़े नहीं और अपनी ज़मीन का एक इंच भी कब्ज़ा नहीं होने देगा।

सरकारी मीडिया के अनुसार पेशेवरिकान ने अफमाल में पायाल नगरिकों से मुताकात के बाद कहा कि ईरान अपने ऊपर हमला करने वालों के डिफेंस मजबूती से खड़ा है और पूरी ताकत से जवाब देगा।

दुर्लभ इतिहास बहने को दुमनेने ने गलत तरीके से पेश किया है। ट्रंप ने दावा किया था कि ईरान ने खाड़ी देशों पर किए गए

गर्मी के दिन! अब घर में चाहिए

कैलास जीवित

मल्टि पर्पज आयुर्वेदिक कीम

आँखों की जलन

दुखाने पड़ने से चेहरा और आँखें साफ कीजिए, रत को सौते साफ कैलास जीवित आँखों की पलकों पर हल्कासा लेप लगाकर रूई की पट्टी रखिए, आँखों की जलन से आराम पाएँ और सान एवम् नद्री मित्र का अनुभव कीजिए।

कील-मुहाँसे

चेहरा दुखाने पड़ने से चेहरे के बाद धोकर नय गुलाब सुती कण्डोसे जीवन आँखों की पलकों पर हल्कासा लेप लगाकर रूई की पट्टी रखिए, आँखों की जलन से आराम पाएँ और सान एवम् नद्री मित्र का अनुभव कीजिए।

एडियोका फटना

पौव धोकर, कुछ देर तक मुँहपुने पानी में रखिए, नय बनने के बाद गुलाब सुती कण्डोसे से सुखारी, फटी एडियो पर कैलास जीवित धीरे से उम जमाए पर लगाएँ, बवासीर, फिजर्स से राहत मिलेगी, परहेज अवश्यकर।

बवासीर / फिजर्स

एक घण्टा कैलास जीवित में उतनी ही मात्रा पीसी शक्कर मिला कर रोज रत कण्डो से सुखारी, फटी एडियो पर कैलास जीवित धीरे से उम जमाए पर लगाएँ, बवासीर, फिजर्स से राहत मिलेगी, परहेज अवश्यकर।

हाथ पाँव और आँखों की जलन, मुहाँसे, मुँह के छाले, एडियोका फटना, कटना, जलना, झुलसना, डायपर-नैप्री रेश आदि के लिए गुणकारी। विकार अनेक, इलाज एक... आज ही खरीदिए।

Also available on amazon Flipkart netmeds Available in: 20g Tube, 30g, 60g, 120g, 230g Bottle

Manufacturer: ASUM, Pune: 020-24486865 | Customer Care: Prashant: 91300 26070 | asumkj@gmail.com | www.asum.com

Distributor: Delhi: Gopal Stores: 9610524934, Noida: Ajay Medical: 0120-2527981 Seelampur: Agarwal Ayurvedic: 9711251291, Saraswati Vihar: Saraswati Ayu: 27058720 Motnagar: Ishar Dass & Sons: 9313519596, Con. Circle: Nath: 9899441605, Gaziabad: Vaidhik: Shri Krishna Ayurved: 9873603747 Khan Market: Preet Medicos: 9899659582, Gurgaon: Vashishth Medical: 9873321179 Faridabad: Laxmi Ayurvedic: 9810083760

Also Available at Chandni Chowk, Bhagirathi Palace, Khari Baoli.

9 POWERFUL BENEFITS!

COMPLETE PROTEIN

All 9 essential amino acids needed for good health.

GOOD SOURCE OF PROTEIN

6 grams in a 1oz serving.

GOOD SOURCE OF FIBER

3 grams in a 1oz serving.

WEIGHT MANAGEMENT

Research suggests pistachios can help with natural weight maintenance.

HEART FRIENDLY

Pistachios are Heart-Check certified.

DIABETES SUPERSTAR

Research suggests pistachios may help support a healthy blood sugar.

ANTIOXIDANT POWERHOUSE

Research suggests pistachios have a high antioxidant activity.

EXERCISE RECOVERY

Research suggests pistachios can help with exercise recovery by decreasing muscle soreness.

SUPPORTS EYE HEALTH

Research suggests pistachios may improve eye health by supporting macular and eye health.

AMERICAN QUALITY PISTACHIOS California Grown AmericanPistachios.in

Available on all major e-commerce platforms and with key retailers across India.

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

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