

अब पूरे पूर्वांचल व बुंदेलखण्ड को मथेगा इंडिया गठबंधन

अखिलेश करेंगे रोड शो, बीजेपी को घेरने की रणनीति बनी

4पीएम न्यूज नेटवर्क



दिग्विजय झांसी और प्रयागराज में करेंगे सामा

पूर्व मध्यमन्त्री दिविकर यादि ललितपुर के लैटरिले में ज्ञासी लोकसभा बैठक से प्रारंभी प्रदीप जेन आदित्य के समर्थन में सामा करेंगे। वही यात 8.30 बजे नक्काशपुर ज्ञासी में भी सामा करेंगे। इसी क्रम में दिग्विजय यादि 16 मई को सुबह 11 बजे प्रयागराज में कांग्रेस प्रत्याशी उच्चाल यात्रा सिंह के समर्थन में



नेता अरुण कुमार यादि ज्ञासी में प्रेयावार्ता करेंगे।

केजरीवाल कल लखनऊ में अखिलेश से मिलेंगे

आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक व दिल्ली के सीएम अरविंद केजरीवाल 16 मई को लखनऊ में होंगे। वे याहां सपा अध्यक्ष अखिलेश यादि से मुलाकात करेंगे। दोनों की साझा प्रेस कांफ्रेंस भी होगी।



क्रेटो। प्रदीप कांग्रेस के नीडिया विलाग के बाद में दोपहर एक बजे कर्णाली में सामा करेंगे। नीडिया महासचिव व प्रदीप प्राप्ती अधिनायक पांड्या 16 मई को सुबह 11 बजे शावसी में समाजवा बैठक करेंगे। इसके बाद दोपहर एक बजे गोडा में कैप्टेनजन व गोडा लोकसभा थिर में समाज्य बैठक में शामिल होंगे।

भाजपा घटिया, झूटी और भष्ट पार्टी : शिवपाल

» खरगे ने कहा- यूपी में गठबंधन 60-70 सीटें जीतेगा

4पीएम न्यूज नेटवर्क

गरीब और महिलाओं का अधिकारी छाना चाहते हैं। अधिनायक बन हुकुमशाही चलाना चाहते हैं।

हर सामान की कीमत बढ़ने पर मोदी-योगी बात नहीं करते हैं। जब मौदी को झूटों का सरदार बोलता हूं तो लोग कहते हैं कि प्रधानमंत्री को ऐसा नहीं बोलना चाहिए, लेकिन जब वह एक काम भी अच्छा नहीं कर रहे हैं और झूठ पर झूठ बोले जा रहे हैं तो मैं और यहां सपा के राष्ट्रीय महासचिव शिवपाल सिंह यादि ने कहा कि भाजपा बहुत घटिया, झूटी और भष्ट पार्टी है।

खरगे बोले, यूपी में गठबंधन 60-70 सीटें जीतेगा। आने वाले चरणों में भी गठबंधन को ज्यादा बोट मिलने की सूचना है। फिर भाजपा को घेरते हुए बोले, मौदी फिर मनु का समय ले आना चाहते हैं। बहुमत बोलते हैं ताकि सर्विधान को बदल सकें। हम सर्विधान बचाने के लिए लड़ें-मरेंगे।

लखनऊ। चौथे चरण की समाप्ति के बाद अब यूपी में पांचवें चरण के लिए पार्टियों ने कमर कसाना शुरू कर दिया है। कांग्रेस व इंडिया गठबंधन अब पूर्वांचल व बुंदेलखण्ड में अपनी रैलियां करेगा और साथ ही बीजेपी सरकार को घेरने की तैयारी कर रहा है। सपा अध्यक्ष अखिलेश यादि 15 मई को बलरामपुर के गैसड़ी विधानसभा क्षेत्र और फैजाबाद में समाजवादी (इंडिया गठबंधन) के प्रत्याशियों के पक्ष में चुनावी जनसाधारणों को संबोधित करेंगे।

बलरामपुर में दोपहर 12: 30 बजे और फैजाबाद में दो बजे रहेंगे। सपा अध्यक्ष अखिलेश यादि 17 मई को लखनऊ में रोड शो करेंगे। इस आयोजन को सफल बनाने और चुनावी रणनीति तैयार करने के लिए सपा अध्यक्ष ने मंगलवार को अपने

पीएम की भाषा में केवल 'जहर' है : जयराम

» उनके हाव-भाव बता रहे वह घबरा गए हैं

4पीएम न्यूज नेटवर्क



नवीन पटनायक पर भी साधा निशाना

भुवनेश्वर। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता जयराम रमेश ने दावा किया कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के पक्ष में कोई 'लहर' नहीं है, बल्कि उनकी में केवल 'जहर' है। कांग्रेस महासचिव रमेश ने कहा कि 'निर्वत्मान' प्रधानमंत्री की संकेत दे रही है कि वह 'चिंतित और भ्रमित' है। 'उनको (प्रधानमंत्री को) अहसास हो गया है कि किसान, मजदूर, महिला और अन्य पिछड़ा वर्ग उनसे निराश हैं। इसलिए वह हिंदू-मुस्लिम, मुस्लिम लीग, कांग्रेस को टेम्पो में भरकर दिया गया कालाधन और 'मंगलसूत्र' की बात करने लगे हैं।'

रमेश ने दावा किया, "प्रधानमंत्री के पक्ष में जमीन पर कोई 'लहर' नहीं है बल्कि उनकी में केवल 'जहर' है। इससे पता चलता कि बदलाव का समय आ गया है। उन्होंने कहा कि पिछले चार चरण में 379 लोकसभा सीट के लिए चुनाव हो चुका है

सत्ता में नहीं लौटेंगे मोदी यही है एकमात्र गारंटी : ममता



नारिया के कल्याणी में एक दैली में ममता बनर्जी ने कहा कि गार्टी बाबू (मोदी की गार्टी पर काटाथ) परिचय बंगाल को बदलना कर रहे हैं। अब, जब सच्चाई सामने आ रही है (कठित वीडियो का जिक्र है), तो तीव्री धैर्यों से उन्हें न दिखाने के लिए कह रहे हैं। वे सच्चाई को घुणाने की कोशिश कर रहे हैं। भजपा ने राज्य की गवालियों में छाना राज्य की गवालियों की छानी की छानी राजा करने की साजिश रथी। बंगाल के बैराकपुर में अपनी चुनावी दैली के दैनान, प्रानकरी ने आरोप लगाया कि ममता बनर्जी की पार्टी तांगमूल कांग्रेस सदैयकता में अपने पिले कुर्की की घिप्पनी की कोशिश कर रही है, जहां सातास्त दल के नेताओं पर यौन उपीड़न और जीवन हड्डी का आरोप लगाया गया है।

और यह स्पष्ट हो गया है कि भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) दक्षिण में 'साफ' हो गई है और उत्तर, पश्चिम और पूर्वी भारत में

'हाफ' है। कांग्रेस महासचिव ने दावा किया कि इस चुनाव में विपक्षी 'इंडिया' गठबंधन को बहुमत मिलेगा।

बसपा के बगैर नहीं बन पाएगी केंद्र में सरकार : मायावती

» बुंदेलखण्ड राज्य बनाने का समर्थन किया

4पीएम न्यूज नेटवर्क

झांसी। बसपा का राष्ट्रीय अध्यक्ष मायावती ने लोकसभा चुनावों में बसपा को प्रदेश में तीसरा मोर्चा बनाने की कोशिश करते हुए सत्रापक्ष व विपक्षी गठबंधन पर हमला बोला। उन्होंने कहा कि इस बार बसपा के बगैर केंद्र में किसी की सरकार नहीं बन पाएगी। मायावती ने अपने पुराने गढ़ में वापसी की राह बनाते हुए एक बार फिर बुंदेलखण्ड राज्य बनाने का समर्थन किया।

जालौन और झांसी लोकसभा क्षेत्र के बसपा प्रत्याशियों के समर्थन में संयुक्त चुनावी सभा को संबोधित करते हुए मायावती ने कहा कि केंद्र की सत्ता में भाजपा इस बार आसानी से नहीं आ पाएगी। गरीबों व मध्यम वर्गीय लोगों के लिए सरकार ने कुछ

100 दिन सुनार.... एक दिन लोहार

बालाहिंडी



महा विकास आघाड़ी लोस चुनाव में अधिकतम सीट जीतेगा : आदित्य

» बोले- इंडिया गठबंधन की सरकार बनाने में योगदान देंगे

4पीएम न्यूज नेटवर्क

मुंबई। शिवसेना (यूपीटी) के नेता आदित्य ठाकरे ने दावा किया कि महा विकास आघाड़ी (एमवीए) गठबंधन लोकसभा चुनाव में महाराष्ट्र में अधिकतम सीट जीतेगा। ठाकरे ने कहा कि महाराष्ट्र देश के उन शीर्ष पांच राज्यों में शामिल होगा जो केंद्र में इंडिया गठबंधन की सरकार बनाने में योगदान देंगे।

ठाकरे ने यह भी दावा किया कि शिवसेना में विभाजन के बाद, मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे के नेतृत्व वाले गुट ने उनकी पार्टी को संदेश भेजा था कि उन्हें गढ़ के रूप में संबोधित न किया जाए।



ठाकरे ने कहा, "लेकिन, फिर गढ़ बदल ही होता है। महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना (मनसे) के साथ गठबंधन पर पूछे गए सवाल को

R3M EVENTS
ACTIVATION - EVENTS - EXHIBITION



बिहार से लेकर आंध्र तक विरासत बचाने की गुहार



जगन मोहन और चिराग पर सबकी नज़र

- » राजग व इंडिया गठबंधन में दोनों राज्यों में हैं टक्कर
- » विराग की प्रतिष्ठा दावं पर

नई दिल्ली। चौथे चरण के मतदान संपन्न हो चुके हैं। पूरे देश कई दिग्गज नेताओं की किसमत का फैसला इंवीएम में बंद हो चुका है। इसमें दक्षिणी राज्य आंध्र प्रदेश में जगन मोहन रेड्डी व बिहार में चिराग पासवान पर भी सबकी निगाह है। ये दानों नेता क्षेत्रीय दलों के बड़े वेहरे हैं। दोनों एक राजनीतिक विरासत के वारिस हैं। इसमें चिराग पासवान बड़े नेता राम विलास पासवान के पुत्र हैं जबकि जगन मोहन रेड्डी आंध्रा दिग्गज कांग्रेस नेता वाईएसआर राजशेखर रेड्डी के बेटे हैं। दोनों नेता इस अपनी शाख को और मजबूत करने के लिए मैदान में हैं। जहां चिराग बीजेपी व मोदी के साथ हैं जबकि जगन मोहन अकेले ही सबसे टक्कर ले रहे हैं।

आने वाले चुनावी परिणा ही बताएंगे कि किसको जनता ने कितना मजबू किया है। केला के लिए प्रसिद्ध बिहार के हाजीपुर संसदीय क्षेत्र दुनिया को लोकतंत्र का पाठ बढ़ाने वाले वैशाली जिले का ही हिस्सा है। गंगा और गंडक नदियों के संगम वाला यह क्षेत्र शुरू से ही समाजवादियों के प्रभाव वाला क्षेत्र माना गया है। इस कारण यहां का चुनाव कई मुद्दे पर लड़े जाते रहे हैं। इस चुनाव में ना केवल इस संसदीय क्षेत्र पर पूरे देश की नजर है, बल्कि कहा जा रहा है कि हाजीपुर लोकसभा सीट का परिणाम स्वर्गीय रामविलास पासवान के कर्मस्थली और उनकी सियासी विरासत को भी तय करेगा। इस चुनाव में भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) नीत एनडीए ने यहां से लोक जनशक्ति पार्टी (रामविलास) के अध्यक्ष चिराग पासवान को चुनाव मैदान में उतारा है, वहाँ विपक्षी दल के महागठबंधन ने राष्ट्रीय जनता दल (राजद) के नेता शिवचंद्र राम को प्रत्याशी बनाया है। बड़ी बात ये है कि चिराग की फाइट यानि शिवचंद्र राम से है और उन्हें सहारा भी एस का का ही है। वहाँ जगन मोहन के पिता राजशेखर रेड्डी कांग्रेस के दिग्गज नेता थे। कहा जाता है साल 2004 और 2009 में उन्होंने ही कांग्रेस को आंध्र प्रदेश में जीत दिलाई थी। किंतु 2009 में उनके निधन के बाद जगन मोहन की कांग्रेस में दाल नहीं गली। तो उन्होंने मार्च 2011 में बाइंसआर कांग्रेस नाम से अपनी नई पार्टी बना ली।

इस क्षेत्र में मुख्य मुकाबला दोनों गठबंधन के बीच ही माना जा हा है।

19.53 लाख से ज्यादा मतदाताओं वाले हाजीपुर संसदीय क्षेत्र में हाजीपुर, लालगंज, महुआ, राजापाकर, राघोपुर तथा महनार विधानसभा क्षेत्र शामिल हैं। हाजीपुर संसदीय क्षेत्र 1952 में सारण सह चंपारण संसदीय क्षेत्र का हिस्सा था। वर्ष 1957 में यह क्षेत्र अस्तित्व में आया।

चुनाव में रामविलास की इस कर्मभूमि से उनके युत्र चिराग पासवान चुनावी मैदान में उतरे हैं। इस चुनाव में जहां पासवान की जाति के आधार पर बोट, भाजपा और जदयू के कैडर बोट और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नाम पर भरोसा है, वहाँ राजद के प्रत्याशी को अपने सामाजिक समीकरण से चुनावी वैतरणी पार करने का विश्वास है।



जगन ने सबको पौकाया था

अपने पाल्हे ही विद्यानसमा चुनाव में जगन गोहन के प्रदर्शन के दौरान ने सभी को चौकं दिया बड़एसआर कंटेस पार्टी ने 27.88 प्रीविडी गोटे के साथ विधानसभा की 70 सीटें जीत ली। लोकसभा चुनाव में भी 9 सीटें पर जीत हासिल की। जगन गोहन के सामग्रे उनके सारे विरोधी प्रैक्टिक पड़ गए। इसके बाद अगले चुनाव में तो सभा भी हासिल कर ली।

सर्वर्ण की भी पसंद
हैं चिराग

माना जाता है कि दोनों गढ़वाल में शामिल दलों को अपने वेट बैक और कैटरपिलरों को अतिरंग समय तक सहन कर सकना चाहिए है। हालांकि राजद प्रत्याही शिरवंद राम के लिए राजद ने पूरा जोर लगाया है। बहवालूल, विद्यार्थी पासवान को सर्वाधिक जहां सर्वाधिकताओं के साथ-साथ नोटीफी और नोटीफिकेशन के नाम और कैटरपिलर के फैटरपिलर का साक्षात् है, वही शिरवंद राम को अपने वेट बैक पर लेती है। अब इनका भौतिक प्रयोग नहीं किया जाता तब तक है, यह तो चाह जून को चुनाव परिणाम के बाद ही पाता गलेगा। हाजीपुर में पांचवें चरण में 20 मई को मतदान होना है।

1957 से 1971 तक यह क्षेत्र केसरिया संसदीय क्षेत्र के नाम से जाना जाता था। पिछले चुनाव में यहां से रामविलास पासवान के भाई पशुपति कुमार पारस विजयी हुए थे। रामविलास ने यहां से रिकॉर्ड बोटों से जीतकर गिनीज बुक में नाम दर्ज कराया था। यहां की सियासत चार दशक तक रामविलास पासवान के इदं गिर्द घूमती रही है। पिछले चुनाव से इस बार परिस्थितियां बदली नजर आ रही हैं। पिछले चुनाव से अलग इस

चुनाव में रामविलास की इस कर्मभूमि से उनके पुत्र चिरग पासवान चुनावी मैदान में उत्तरे हैं। इस चुनाव में जहां पासवान को जाति के आधार पर बोट, भाजपा और जदयू के कैंडर बोट और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नाम पर भरोसा है, वहीं राजट के प्रत्याशी को अपने सामाजिक समीकरण से चुनावी वैतरणी पार करने का विश्वास है।

जगन मोहन और चिराग पर सबकी नज़र

ਲੋਜ਼ਾ ਵ ਵਾਰਿਏਸ਼ਾਰਿਸ਼ੀਪੀ ਕੋ ਅਪਨਾ ਜਨਾਧਾਰ ਬਣਾਨੇ ਕੀ ਚੁਨੌਤੀ

**राजद दे रहा
कड़ी टपकर**

मतदाताओं को अपनी ओर आकर्षित करने में दोनों गढ़बंधनों के नेता भी कोई कोरकसर नहीं छोड़ रहे हैं। रामविलास के निधन के बाद लोजापा दो गुटों में बंट गई। चिराग और उनके चाचा पारस में मतभेद हो गया। दोनों अलग अलग पार्टी का नेतृत्व कर रहे हैं। इस सीट पर दोनों ने दावेदारी की, लेकिन अंत में यह सीट चिराग के हाथ आ गई। हालांकि उनके चाचा पारस की पार्टी राष्ट्रीय लोजपा भी एनडीए के साथ है। पिछले चुनाव में चिराग जमुई से सांसद चुने गए थे। जातीय आधार पर इस क्षेत्र में यादव, राजपूत, भूमिहार, कुशवाहा और पासवान की संख्या अधिक है। अति पिछड़ा वर्ग के मतदाता भी चुनाव परिणाम को प्रभावित करने की ताकत रखते हैं।

उम्मीदवार बनाया है। यहां रेडी वोटर निर्णायक भूमिका में हैं। यहां उनके चर्चेरे भाई अविनाश रेडी मौजूदा सांसद हैं और एक बार फिर वाईएसआरसीपी ने उन पर भरोसा जताया है। अविनाश पर जगन मोहन रेडी का पूरा समर्थन है। ऐसे में शर्मिला अपने दो भाइयों के खिलाफ चुनावी मैदान में है।

ਜਗਨ ਏਡੀ ਕੋ ਚੁਨੌਤੀ ਦੇਂਗੀ ਬਹਨ ਸ਼ਰਮਿਲਾ



प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष भी बनाया गया।
कांग्रेस ने उन्हें कड़ापा सीट से लोकसभा

कमी कांग्रेस का गढ़ हुआ करता था आंध्र प्रदेश

संयुक्त आंध्र प्रदेश में कांग्रेस पार्टी राज्य में सबसे मजबूत राजनीतिक पार्टियों में से एक थी। करीब छह दशक तक यहां कांग्रेस पार्टी का दबदबा रहा था। साल 2009 तक 12 विधानसभा चुनाव में से 8 बार कांग्रेस ने पूर्ण बहुमत से सत्ता हासिल की। मगर 2014 में आंध्र प्रदेश से तेलंगाना अलग राज्य बनने के बाद कांग्रेस का वर्चर्स्य लगभग खत्म हो गया। पहले 2014 चुनाव में बोट प्रतिशत 11.71 रहा और फिर 2019 में सिमटकर 1.17प्रतिशत रह गया।

ਬੀਜੇਪੀ-ਟੀਡੀਪੀ ਕੀ ਬਢ ਰਹੀ ਤਾਕਤ

आंध में
किसका
पलड़ा
रहेगा
भारी

आंध्र प्रदेश उन चार राज्यों में से एक है जहां लोकसभा और विधानसभा चुनाव के लिए वोटिंग एक साथ हुई। आंध्र प्रदेश में सत्तारूढ़ वार्डएसआर कांग्रेस पार्टी (वार्डएसआरसीपी) और विपक्षी तेलुगु देशम पार्टी (टीडीपी) के बीच वर्द्धरक की लड़ाई है। भारतीय जनता पार्टी यहां तीन बार मुख्यमंत्री रहे चंद्रबाबू नायडु की पार्टी टीडीपी और जन सेवा से साथ मिलकर चुनावी मैदान में है। जन सेवा पार्टी का नेतृत्व अभिनेता-राजनेता पवन कल्याण कर रहे हैं। वहां जगन मोहन रेड़ी की पार्टी वार्डएसआरसीपी अकेले चुनाव लड़ रही है जो पिछले 5 सालों से सत्ता पर काबिज है। कांग्रेस के साथ सीपीआई और सीपीआई(एम) गठबंधन में शामिल है। 2019 आंध्र प्रदेश विधानसभा चुनाव में जगन रेड़ी की वार्डएसआर कांग्रेस पार्टी ने 175 में से 151 सीटें जीतकर बड़ी जीत हासिल की थी। 2019 आम चुनाव में भी राज्य की 25 लोकसभा सीटों में से 22 जीती थी।



सोमवार को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी हाजीपुर में चिराग के समर्थन में एक चुनावी रैली को संबोधित करते हुए रामविलास पासवान को याद किया। उन्होंने रामविलास पासवान को सामाजिक न्याय का सच्चा साधक बताया और कहा कि रामविलास जी की आत्मा को चिराग के सिफर्जी जीतने भर से शांति नहीं मिलेगी, उनकी आत्मा को शांति तब मिलेगी जब उन्हें रामविलास पासवान से ज्यादा गोट मिलेंगे।

मैग्नीशियम की कमी को दूर करेंगी ये चीजें

बेजान शरीर में भर जाएगी गजब की ताकत

बढ़ती उम्र में मांसपेशियों और हड्डियों को भरजूत रखने के लिए सिर्फ प्रोटीन, विटामिन, कैल्शियम और आयरन ही नहीं, बल्कि मैग्नीशियम भी बेहत जरूरी माना जाता है। इसकी कमी से निपटने की बत्ती बुझने लगती है बल्कि धीरे-धीरे शरीर भी खोखला हो जाता है। इसकी कमी से सेहत को कई मुश्किलों का सामना करना पड़ सकता है। अगर आप भी अक्सर, मांसपेशियों में ऐठन, नस चढ़ना, भूख न लगना या नींद में कमी जैसी परेशानियों का सामना कर रहे हैं, तो ये आर्टिकल आप ही के लिए है। यहाँ हम आपको बताएंगे, कि शरीर में मैग्नीशियम की कमी दूर करने के लिए आप किन 5 चीजों का रोजाना सेवन कर सकते हैं।



बड़े-बुजुर्ग लंबे समय से बादाम खाने की सलाह देते आ रहे हैं। आपको बता दें कि ये भी मैग्नीशियम के बढ़िया सोर्स में से एक है। गर्मियों में इसका सेवन करने के लिए आप रात में इसे पानी में भिंगोकर रख दें और सुबह खाली पेट खा लें। इससे इसकी गर्मी भी कम हो जाती है, और सेहत को मिलने वाले फायदे भी दोगुने हो जाते हैं। बादाम में मौजूद फोलेट, ओमेगा 3 फैटी एसिड जैसे तत्व दिमागी क्षमता बढ़ाने के लिए बहुत फायदेमंद होते हैं। इसका सेवन करने से मेमोरी पॉवर बढ़ती है और बच्चों का भी दिमाग तेज होता है। बादाम में मौजूद विटामिन ई की मात्रा बालों के लिए बहुत फायदेमंद होती है। बादाम का सेवन स्किन के लिए बहुत फायदेमंद माना जाता है।

बादाम

यह सोयाबीन से तैयार किया जाता है और प्रोटीन के साथ-साथ मैग्नीशियम भी भरपूर मात्रा में पाया जाता है। इसके सेवन से निपटने की बहुत होती है, बल्कि हार्ट भी हेल्दी रहता है। रोजाना एक केला खाने से सेहत को कई फायदे मिल सकते हैं। केले खाने से बॉडी में एनर्जी का एहसास होने लगता है। केले में तीन नेचुरल शुगर सूक्रोस, फ्रूटोस और ग्लूकोस मौजूद होते हैं जो कि शरीर को फैट फ्री, कोलेस्ट्रोल फ्री एनर्जी देते हैं। केला में भरपूर मात्रा में आयरन पाया जाता है। रोज केला खाने से खून की कमी की समस्या में धीरे-धीरे सुधार आने लगता है। केला रोग प्रातिरोधक क्षमता बढ़ाने में बेहद मददगार होता है।

टोफ़

आपके ऊपर निर्भर करता है। इसे ग्रिल करके कई टेरसी डिशेज तैयार की जा सकती हैं। ऐसे में ब्रेन हेल्प को भरपूर करने की बात हो या हड्डियों को दुरुस्त रखने की, टोफ़ का सेवन कई मामलों में फायदेमंद है।

कट्टू के बीज

कट्टू के बीज भी मैग्नीशियम से भरपूर होते हैं। इनका सेवन करके भी आप शरीर में इस जरूरी पोषक तत्व की कमी दूर कर सकते हैं। इन्हें सलाद से लेकर सुबह के नाश्ते में अलग-अलग तरीकों से आप इनका सेवन कर सकते हैं। पोषक तत्वों से भरपूर कट्टू के बीज वजन घटाने में मदद करते हैं। इन बीजों में फाइबर की मात्रा अधिक होती है, जो पाचन के लिए फायदेमंद होता है। कट्टू के बीज रक्तचाप और कोलेस्ट्रॉल के स्तर को भी कम करते हैं, जिससे दिल से जुड़ी बीमारियों का खतरा कम हो सकता है। अगर आप अच्छी नींद लेना चाहते हैं, तो सोने से पहले कट्टू के बीजों का सेवन फायदेमंद हो सकता है।



हंसना नाना है

रिश्तेदार - बेटा आगे जिंदगी में क्या करोगे... लड़का - कुछ भी करुंगा लेकिन किसी के घर जाकर उनके बच्चों से ऐसे सवाल नहीं करुंगा...!

पिता (अपनी बेटी से) - बेटी, पहले तुम मुझे पापा बुलाती थी, अब डैड क्यों कहने लगी हो... बेटी - वो पापा बोलने से मेरी लिपस्टिक खराब हो जाती है ना!!!

कलास में मास्टर जी ने बच्चों से पूछा - बताओ, कांटों भरे रास्ते पर आपका साथ कौन देगा, पति, पत्नी, भाई, बहन, मां-बाप, प्रेमी, प्रेमिका या दोस्त.. पप्पू खड़े होकर बोला - सर चप्पल...! फिर मास्टर जी ने भी चप्पल से की पप्पू की पिटाई...

पति-मुझे अजीब सी बीमारी हुई है, मेरी बीवी जब बोलती है तो मुझे सुनाई नहीं देता.. हकीम-माशाल्लाह ये बीमारी नहीं, ये तुम पर खुदा की रहमत हुई है..

एक महिला एक साधु के पास गई और बोली-महाराज! आपने प्रवर्चन में कहा था, अहंकार ही सबसे बड़ा पाप है। पर जब मैं आईना देखती हूं, तो सोचती हूं मैं कितनी सुदर हूं तो मुझे बहुत अहंकार हो जाता है, मैं क्या करूँ? साधु ने कहा- बेटी यह अहंकार नहीं, गलतफहमी है और गलतफहमी कोई पाप नहीं।

कहानी

एकलत्य की कथा

एक जंगल में एकलत्य नाम का एक बालक अपने माता-पिता के साथ रहता था। एकलत्य की धनुर्विद्या में बहुत रुचि थी, लेकिन जंगल में इसके लिए साधन उपलब्ध नहीं थे। इसलिए, वह गुरु द्रोणाचार्य उन दिनों पांडव और कौरवों की धनुर्विद्या सिखा रहे थे और उन्होंने भीष पितामह को वचन दिया था कि वह राजकुमारों के अलावा किसी को भी धनुर्विद्या का ज्ञान नहीं देंगे। जब एकलत्य अपना निवेदन लेकर गुरु द्रोणाचार्य के पास आया, तो उन्होंने उसे अपनी विवशता बताकर वापस भेज दिया। इस पर एकलत्य बहुत दुखी हुआ, लेकिन उसने यह प्रण लिया कि वह द्रोणाचार्य को ही अपना गुरु बनाएगा। उसने उनकी मिठी की मृत्यि बनाई और उसके सामने नीर कमान चलाने का अभ्यास करने लगा। देखते ही देखते ही एक उम्दा धनुर्वर्षी बन गया। एक दिन जब गुरु द्रोणाचार्य अभ्यास करने जंगल की ओर आए। उनके साथ एक बच्चा भी था। उस समय एकलत्य भी जंगल में धनुर्विद्या का अभ्यास कर रहा था। ऐसे में जब कुते को जंगल के एक और से आवाज आई, तो वह उस ओर जाकर भौंकने लगा, इस वजह से कुते को चुप करवाने के लिए एकलत्य ने उसके मुंह में कुछ इस प्रकार बाण चलाए कि उसका भौंकना भी बंद हो गया और उसे कोई चोट भी आई। जब द्रोणाचार्य ने कुते को देखा कि उन्हें अपनी आँखों पर विश्वास कर देखा, तो एकलत्य खड़ा था। अपने गुरु को देखकर एकलत्य ने उन्हें प्रणाम किया। द्रोणाचार्य ने उससे पूछा कि उसने यह विद्या किससे सीखी, तो एकलत्य ने बताया कि वह किस प्रकार उनकी मृत्यि के सामने प्रतिदिन अभ्यास करता है। यह सुनकर द्रोणाचार्य आश्चर्यचित किया हुआ। दरअसल, गुरु द्रोणाचार्य ने अर्जुन को वचन दिया था कि उससे बेहतर धनुर्धरी कोई नहीं होगा, लेकिन एकलत्य की विद्या उनके लिए साधन नहीं थी। ऐसे में उन्होंने कहा, मुझे गुरु दक्षिणा तो अपनी तक नहीं दी है। आपको दक्षिणा में धनुर्विद्या सिखा दी जाएगी। द्रोणाचार्य ने कहा कि मुझे तुम्हारे दाहिने हाथ का अंगुष्ठा चाहिए। एकलत्य ने तुरंत अपनी कृपाण काट कर गुरु द्रोणाचार्य के चरणों में रुख दिया। इस घटना की वजह से एकलत्य का नाम एक अदर्श शिष्य के रूप में आज भी याद किया जाता है।

7 अंतर खोजें



जानिए कैसा एहेना कल का दिन

लेखक प्रसिद्ध ज्योतिषविद हैं। सभी प्रकार की समस्याओं के समाधान के लिए कॉल करें- 9837081951



मेष
रोजगार प्राप्ति के प्रयास सफल रहेंगे। यात्रा मनोरंजक रहेंगी। समय की अनुकूलता का लाभ ले। मित्रों के साथ अच्छा समय बीतेंगे। वाणी पर नियंत्रण रखें।



ग्रुह
रचनात्मक कार्य सफल रहेंगे। मनपसंद भौजन का आनंद मिलेगा। काराबाबा वृद्धि की योजना बनेगी। जोखिम व जमानत के कार्य टालें। समय की अनुकूलता रहेंगी।



वृश्चिक
यात्रा मनोरंजक रहेंगी। सामाजिक कार्य करने की इच्छा जागृत होगी। व्यापार ठीक रहेगा। परिवार के साथ समय सुखमय बीत होगा। प्रसन्नता बनी रहेंगी।



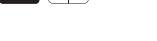
मिथुन
कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। काम में मन नहीं लगेगा। बाहर जाने की योजना बनेगी। मित्रों का सहयोग प्राप्त होगा। परिवार के साथ समय मनोरंजन में बहीत होगा। लेन-देन में जटदाजी न करें।



कर्क
उत्तराह्यक सूचना प्राप्त होगी। किसी प्रभावशाली व्यक्ति का मार्गदर्शन व सहयोग प्राप्त हो सकता है। मान-समाज मिलेगा। मित्रों की सहायता करने का मौका मिलेगा।



सिंह
उत्साहवर्धक सूचना प्राप्त होगी। आमसमाज मिलेगा। भूले-बिसरे साथियों से मुलाकात होगी। नए मित्रों और इच्छा जागृत होगी।



कन्या
नवीन वस्त्राभूषण की प्राप्ति पर व्यय होगा। व्यापार लाभदायक रहेगा। कोई बड़ा कार्य होने से प्रसन्नता रहेगी। दूसरों के काम में दखल न हो। यात्रा मनोरंजक रहेगी।



मकर
लाभ के अवसर हाथ आएंगे। यात्रा मनोरंजक रहेगी। मनोरंजन के साधन प्राप्त हो सकता है। यात्रा मनोरंजक व्यक्ति की योजना बनेगी। धर्म-कर्म में रुचि रहेगी। घर-बाहर प्रसन्नता रहेगी।



कुम्भ
हृकी हंसी-मजाक न करें। विवाद हो सकता है। किसी व्यक्ति की नाराजी से मन खराब होगा। मित्रों तथा रिश्तेदारों का सहयोग मिलेगा। प्रसन्नता रहेगी।



मीन
किसी प्रभावशाली व्यक्ति का मार्गदर्शन व सहयोग प्राप्त होगा। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। मित्रों का सहयोग व साथ मिलेगा। भाईयों से मतभेद दूर होंगे।



अब विदेश में अपना जलवा बिखेरेंगी तब्बू

क्रू के बाद तब्बू एक बड़े प्रोजेक्ट में नजर आने वाली है। देश में अपनी अदाकारी का जाहू चलाने वाली अभिनेत्री अब विदेश में अपने अभिनय का जलवा जल्द बिखेरती नजर आने वाली है। एक मीडिया रिपोर्ट के अनुसार अभिनेत्री टीवी सीरीज डयून प्रोफेसी में एक अहम किरदार में दिखेंगी। इस सीरीज में वे अपने किरदार को दोहराती नजर आएंगी।

यह टीवी सीरीज मूल रूप से 2019 में डयून-द सिस्टरहुड शीर्षक के तहत शुरू की गई थी।

यह ब्रायन हर्बर्ट और केविन जे एंडरसन के उपन्यास सिस्टरहुड ऑफ डयून से प्रेरित है। यह

कई पुरस्कार कर चुकी हैं अपने नाम

तब्बू भारतीय सिनेमा सबसे प्रतिभाशाली अभिनेत्रियों में से एक है। वे दो बार सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री का राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार जीत चुकी है। चीनी कम, हैदर, और अंधाधुन जैसी फिल्मों में अपनी भूमिकाओं से उन्होंने लोगों के दिलों में खास जगह बनाई है। वे सात फिल्मफेयर पुरस्कार भी अपने नाम कर चुकी हैं। तब्बू लाइफ ऑफ पाई, द नेमेसेक और ए स्टोरेबल बॉय जैसी विदेशी प्रोजेक्ट का हिस्सा रह चुकी हैं।

सीरीज लोगों को कब तक देखने को मिलेगी इस बात की जानकारी फिल्हाल सामने नहीं आई है।

सीरीज में तब्बू सिस्टर फ्रांसेस्का

टीवी सीरीज डयून प्रोफेसी में एक अहम किरदार में दिखेंगी।

सीरीज में दिखेंगे ये कलाकार

तब्बू के अलावा डयून-प्रोफेसी में एमिली वॉट्सन, ओलिविया विलियम्स, ट्रैविस फिमेल, जोहदी मे, मार्क रस्टॉना, सारा-सोफी बौसीना, जोश हूस्टन, वलो ली, जेड अनौका, फोओलीन कनिंघम, एडवर्ड डेविस, एओइफ हिंड्स, क्रिस मेसन, और

शालोम ब्रूने-फैंकलिन भी नजर आएंगे।

नाना पाटेकर के डर से थर-थर कांपते थे उत्कर्ष

ग दर 2 में सनी देओल के बेटे का किरदार निभा चुके अभिनेता उत्कर्ष शर्मा एक बार फिर पापा अनिल शर्मा की फिल्म में नजर आने वाले हैं, जिसका नाम है जर्नी। इस फिल्म की चर्चा बीते साल से हो रही है, जिसमें अभिनेता नाना पाटेकर नजर आने वाले हैं। फिल्म जर्नी की कहानी पिता पुत्र के रिश्तों पर होगी।

ऐसे में उत्कर्ष शर्मा नाना पाटेकर के बेटे की भूमिका निभाते नजर आएंगे। अभिनेता ने नाना के साथ काम करने को लेकर अपना एक्सपरियंस शेरावर किया है। अनुभवी कलाकारों के साथ काम करने से पहले अवसर नए कलाकारों के मन में थोड़ी हिचकिचाहट या डर होता है। अगर सामने नाना पाटेकर जैसे गंभीर छवि वाले और अनुभवी अभिनेता हो तो



यह डर और ज्यादा बढ़ जाता है। फिल्म जर्नी की शूटिंग में नाना के साथ शूट करने से पहले अभिनेता उत्कर्ष शर्मा के मन में भी ऐसा ही डर था।

हालांकि, बाद में नाना ने उन्हें यूं सहज महसूस करवाया कि सारा डर

गायब हो गया। इस बारे में दैनिक जागरण से बातचीत में फिल्म गदर 2 के अभिनेता उत्कर्ष बताते हैं, अपनी उम्र का देखते हुए नाना सर इतने ज्यादा अनुशासन में रहते हैं कि उनके साथ काम करने को लेकर मन में थोड़ा डर था। हालांकि, उनके साथ काम करने पर पता चला वह सादीपूर्ण इंसान है। वह कैरेक्ट के सामने बिल्कुल ऐसा व्यवहार कर रहे थे, जैसे स्क्रिट में उनकी भूमिका लिखी गई है। इससे बतार कलाकार मेरा काम थोड़ा आसान हो गया। उत्कर्ष शर्मा ने हिंदी सिनेमा में फिल्म जीनीयस से बॉलीवुड में कदम रखा था। इस फिल्म में उत्कर्ष के अपोजिट इशिता वौहान नजर आई थी। इससे पहले वह गदर पार्ट 1 में बाल कलाकार के रूप में भी नजर आए थे।

गया के मशहूर मानपुर पटवा टोली में बनाया जाता है बड़े पैमाने पर पीतांबरी



गया। सनातन धर्म में पीतांबरी वस्त्र का बहुत महत्व है। ये एक ऐसा वस्त्र है जो जीवन के साथ बनता है लेकिन उपयोग जीवन के बाद होता है। एक ऐसा वस्त्र है जिसे जो व्यक्ति बुनता है, वह जीवित रहते इसे पहनता नहीं और जो पहनता है, वह खुद देखता नहीं। बिहार का पवित्र स्थल गयाजी में ये बनता है। बिहार के मिनी मनेस्टर के नाम से मशहूर मानपुर के पटवा टोली और शिवरण लेन में बड़े पैमाने पर पीतांबरी बनाया जाता है। गयाजी पूरी दुनिया में न केवल पितरों की मोक्ष स्थली है, बल्कि यहां कई ऐसे उद्योग भी हैं जो राशीय और राज्य स्तरीय पहवान दिलाते हैं। पटवा टोली बिहार में पीतांबरी बनाने वाला एक मात्र स्थान है। यहां की पीतांबरी बिहार के साथ-साथ झारखेड़, पश्चिम बंगाल के लोगों की जीवन की अतिम यात्रा में साथ निभाता आ रहा है। पटवा टोली में सिर्फ 2-3 लोग ही बचे हैं जो हैंडलूम से पीतांबरी बनाने के काम से जुड़े हुए हैं। बाकी यहां अब पावरलूम से ही ये वस्त्र बनते हैं। कुछ वर्ष पहले तक यहां 30-40 लोग हैंडलूम से पीतांबरी बनाने का काम करते थे। अधिक महनत और कम मुनाफे के कारण इससे लोग ढूर होते जा रहे हैं। यहां तांती समाज के कुछ लोग हैं जो पीतांबरी बनाने के काम को संभाले हुए हैं। एक पीतांबरी बनाने में इन्हें दो दिन का समय लगता है और तीन रुपए लगता आती है। 6 रुपए थोक भाव में इसकी बिक्री होती है। बुनकरों को 3 रुपए की बचत होती है। यहां तैयार पीतांबरी बिहार समेत, झारखेड़, बंगाल, ओडिशा तक भेजी जाती है। पीतांबरी के कारोबार से जुड़े बुनकर सर्वेन्द्र कुमार पाण बताते हैं हैंडलूम से इक्का दुकान लोग ही पीतांबरी बनाते हैं। सरकार का ध्यान हैंडलूम पर नहीं है। हमें लोग भी नहीं मिलता। इसलिए इस व्यवसाय को हम नहीं बढ़ा पा रहे हैं। इस व्यवसाय से रोज 300-400 रुपये की आय होती है। गया के इस मोहल्ले में हैंडलूम के अलावा दो सौ से अधिक पावर लूम मरीन पर दशकों से केवल पीतांबरी बनाने का काम हो रहा है। इन मरीनों पर प्रतिमाह औसतन डेंड़ लाख पीस पीतांबरी बनाने जा रहे हैं। ये सूती, पॉलिएस्टर और खण्डिया कालिटी के होते हैं। इसकी कीमत थोक बाजार में पांच से 50 रुपये प्रति पीस है। पटवा टोली में 12 हजार पावर लूम पर रोज 1 हजार से अधिक कामगार काम कर रहे हैं। इनके अलावा रंगरेज, धागा छाटाइकर्मी, कपड़ा पॉलिशर्कर्मी सहित अलग-अलग कैटेगरी से जुड़े करीब 10 हजार से अधिक कामगार भी इस उद्योग से जुड़े हैं। इस कारोबार से करीब 25 हजार से अधिक परिवर्त जुड़े हैं जिनका भरण-पोषण हो रहा है।

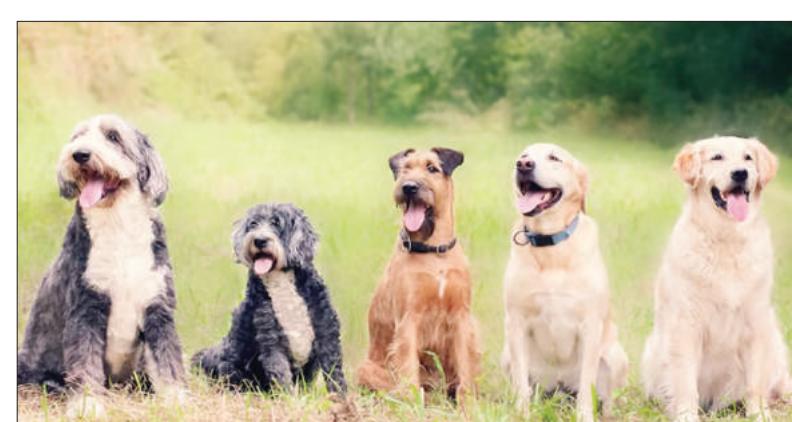
अजब-गजब

यहां का तानाशाह मानता है खुद को आजाद देश का शासक

इस देश में कुत्तों को भी दी जाती है मनुष्यों के बराबर नागरिकता

दुनिया में ऐसी तमाम चीजें हैं, जिनके बारे में हमें पता ही नहीं है। हालांकि जब इनकी जानकारी हमें होती है, तो हम आश्वर्यचकित हो जाते हैं। ऐसे ही अजूबे हैं दुनिया के वे छोटे-छोटे देश, जो गांव और मोहल्लों की आज ऐसे ही एक देश के बारे में आपको बताएंगे, जो एक माइक्रोनेशन यानि छोटा सा देश है। यहां सिर्फ 34 नागरिक ही रहते हैं। दिलचस्प बात तो ये है कि इन नागरिकों में से 4 कुत्ते भी शामिल हैं। इस देश का नाम रिप्लिक ऑफ मोलोसिया है। देश की आधिकारिक वेबसाइट के मुताबिक इसमें रहने वाले 34 नागरिकों की लिस्ट में 30 इंसान और 4 कुत्ते भी मौजूद हैं। इन्हाँ को बहुत जाती है। पीतांबरी के बारे में नहीं जेंडर लिस्ट में भी बाकायदा। 40 फीसदी महिलाओं और 50 फीसदी पुरुषों के साथ 10 फीसदी कुत्तों को भी जीवन रहता है। इनकी कीमत थोक बाजार में पांच से 50 रुपये प्रति पीस है। पटवा टोली में 12 हजार पावर लूम पर रोज 1 हजार से अधिक कामगार काम कर रहे हैं। इनके अलावा रंगरेज, धागा छाटाइकर्मी, कपड़ा पॉलिशर्कर्मी सहित अलग-अलग कैटेगरी से जुड़े करीब 10 हजार से अधिक कामगार भी इस उद्योग से जुड़े हैं। इस कारोबार से करीब 25 हजार से अधिक परिवर्त जुड़े हैं जिनका भरण-पोषण हो रहा है।

इस देश की अपनी अलग करेंसी भी है, जिसका नाम वेलोरा है। अर्थव्यवस्था को चलाने के लिए यहां Bank of



Molossia नाम का बैंक भी है और अपने चिप वाले सिक्के और प्रिंटेड नोट भी। ये देश अमेरिका में नेवादा के पास है और इसका तानाशाह केविन बॉय नाम का शख्स है। कुल 11 एकड़ के इस देश में सीमा 2. 28 एकड़ की बड़ी हुई है। यहां का तानाशाह केविन बॉय खुद को आजाद देश

का शासक मानता है। वो हमेशा मिलिट्री की वर्दी में रहता है, जिस पर की मेडल लटकते रहते हैं। ये देश अपनी किसी और खासियत के बजाय इसलिए मशहूर है व्योंगिक वो डॉग्स को नागरिकता देता है। शायद ही दुनिया में कहीं और कुत्तों को नागरिकता का अधिकार हासिल होगा।

बॉलीवुड मुझसे सफल है, लेकिन मैं उससे ज्यादा संतुष्ट हूँ: संजय कपूर



लीबुड के दिग्जे एक्टर अनिल कपूर और निर्माता-निर्देशक बोनी कपूर के भाई संजय कपूर ने साल 1995 में फिल्म 'प्रेम' से बॉलीवुड डेब्यू किया था। इस फिल्म में उनके अपोजिट नई-नवेली एक्ट्रेस तब्बू नजर आई थीं और संजय कपूर की पहली ही फिल्म बॉक्स-ऑफिस पर ढेर हो गई थी।

दशकों लंबे करियर के दौरान संजय कपूर महज घंटे ही ऐसी फिल्मों में नजर आए हैं जो बॉक्स-ऑफिस पर सफल रही हैं।

बॉलीवुड के दिग्जे परिवार से तालुक रखने और 'राजा' और 'सिर्फ तुम' जैसी बेहतरीन फिल्मों का हिस्सा रहने के बावजूद संजय कपूर दर्शकों पर कुछ खास छप नहीं छोड़ पाए। संजय कपूर ने भाई अनिल कपूर और बोनी कपूर संग तुलना पर अपनी तुपी तोड़ी है। भाई अनिल कपूर संग

सेवा और श्रद्धा से कोई काम नहीं हो रहा : प्रियंका

- » बोलीं- वर्तमान में एक नई तरह राजनीति चल रही
- » राजीव गांधी ने दी अमेठी को पहचान

□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

अमेठी। कांग्रेस प्रत्याशी किशोरी लाल शर्मा के समर्थन में कांग्रेस महासचिव प्रियंका गांधी ने कई सभाएं की। उन्होंने कहा कि पिछले पांच-दस सालों से यहां एक नई राजनीति आई। उसमें सेवा का नाम नहीं था, श्रद्धा का नाम नहीं था। आपकी जो सांसद है, वो यहां सिर्फ एक मकसद से आई। वह मकसद था उनका, कौन बताएगा। राहुल जी को हराना। उनका एक ही मकसद था कि यहां आकर राहुल गांधी के खिलाफ चुनाव लड़ेंगी और राहुल गांधी को हराएंगी। यही मकसद था। इस मकसद के लिए उन्होंने तमाम झूट फैलाए।

उन्होंने कहा कि उस जमाने में जब पिता राजीव गांधी प्रधानमंत्री थे, तब पूरा देश देखता था अमेठी की ओर, कहते थे कि देखो, कितना विकास हुआ है वहां। बल्कि तब आलोचना यह होती थी कि राजीव गांधी सारे विकास की जितनी भी निधि है, अपने ही संसदीय क्षेत्र में डाल रहे हैं। ये

आलोचना होती थी, लेकिन ये आलोचना नहीं हुई कि यहां विकास नहीं हो रहा है। तो ये सब आपकी परंपरा रही है। हमने आपके लिए वो समूह की परियोजना शुरू की थी महिलाओं के लिए, बहुत महिलाएं उसमें थी। उन्होंने कहा कि वे आपसे जमीन लूट रहे हैं। पूरे देश में फैला दिया कि हमने जमीन लूटने के लिए ये परियोजना बनाई। तो अब जितनी भी महिलाओं को लाभ हो रहा था उन परियोजना के होने से, बंद हो गया। परियोजना ही बंद करनी पड़ी, तमाम केस डाल दिए उन पर। उनका मकसद हमेशा से नकारात्मक रहा है, कोई सकारात्मक मकसद नहीं रहा। मकसद पूरा हो गया, पिछले चुनाव में भईया हार गए, तो फिर विकास, काम इन सबका नामी निशान नहीं। सिर्फ जब टीवी वाले आते हैं, मीडिया वाले आते हैं, तब आती हैं सामने और फिर भी झूठ फैलाती हैं। उसके बाद कोई दिखाई नहीं देता। तो आपके लिए कोई योजना

प्रियंका गांधी ने कहा कि भाजपा आज जनता का संघर्ष बढ़ा रही है। आज यह आई तो 20 साल पहले का चुनाव याद आ गया। 1999 का चुनाव याद आ गया। मेरी मां जब चुनाव लड़ी तो उनके

मैंने वही बात यह जो मेरे पिता जैन ने कहा था कि अमेठी की सेवा करेंगी। जब मैं बचपन में आई थी तो यहां की जमीन सफेद दिखाई थी। मैं अपने पिता से पूछी थी कि जमीन

सफेद यहां दिख रही है तो वे कहते थे कि इसमें नमक है। यह ऊपर है यह उपजाऊ लड़ी है लेकिन आज तैयार देखती हूं तो पाना चाहता है कि सारी जमीन उपजाऊ हो चुकी है।

नहीं

लाई हैं। तो यही होता है, जब गलत तरह की राजनीति आती है, जो सच्चाई पर आधारित नहीं होती है।

धर्म के नाम पर वोट लेने की कोशिश

उन्होंने कहा कि आज देश में जो राजनीति है, कमाल की राजनीति है। आज भाजपा का जो जेता है, वाहे वो प्रधानमंत्री हो, चाहे आपके बाहर के सांसद हों, ये सब सोचते हैं कि जनता के पास कोई जवाबदेही नहीं है। यदोंकि इन्होंने धर्म के आधार पर आकर आपसे वोट ले लेना है। उन्होंने प्रधानमंत्री पर गलत बयानबाजी का आरोप लगाया। कहा कि प्रधानमंत्री को कम से कम जनता को इतना बताना चाहिए कि दस सालों में किया गया है। फिर जूल की बातें कह रहे हैं। मंगलसूत्र को लेकर मैं उन्होंने प्रधानमंत्री को घेरा।



मप्र में कांग्रेस को मिलेगी बंपर जीत: कमलनाथ

- » बोले- बीजेपी सरकार ने नहीं पूरी की गारंटी

□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

भोपाल। मध्यप्रदेश में लोकसभा चुनाव का मतदान खत्म हो गया है। प्रदेश में चार चरणों में चुनाव संप्रति ही चुके हैं। प्रत्याशियों की किसमत का फैसला अब चार जून को होगा। पूर्व सीएम कमलनाथ ने चुनावों को लेकर अपना मत शेयर किया है। कमलनाथ ने अपने एक्स पर एक पोस्ट के माध्यम से कांग्रेस की जीत का दावा किया है। कमलनाथ ने एक्स पर लिखा है कि चौथे चरण की मतदान प्रक्रिया संपन्न होने के साथ ही मध्यप्रदेश की सभी लोकसभा सीटों के लिए मतदान प्रक्रिया पूरी हो गई है।

जनता का उत्साह और कार्यकर्ताओं की मेहनत देखकर यह स्पष्ट दिखाई देता है कि मध्यप्रदेश के मतदाताओं ने कांग्रेस पार्टी के



धोषणा पत्र को अपना आशीर्वाद दिया है। कमलनाथ ने आगे लिखा है कि मध्यप्रदेश की जनता बुद्धिमान है और उसने देखा कि किस तरह इंदौर और खजुराहो में भाजपा के इशारे पर विपक्ष के प्रत्याशियों को चुनावी मैदान से बाहर कर दिया गया। मुझे विश्वास है कि लोकतंत्र पर हुए इस हमले का मुंहतोड़ जवाब प्रदेश की जनता ने दिया है। मध्यप्रदेश के नागरिकों को धोषणा तथा झूठ में फर्क करना बखूबी आता है। जनता यही जीतनी है कि कोन से लोग चुनाव के समय गारंटीयां देते हैं और चुनाव के बाद उनसे मुकर जाते हैं।

ज्यादा वोटिंग से बीजेपी को मिला पैगाम

- » मुफ्ती बोलीं- हमारी जमीन नौकरियों को लेकर जितने भी फैसले हुए कबूल नहीं

□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

श्रीनगर। पीडीपी अध्यक्ष और अनंतनाग-राजीवी लोकसभा सीट से उम्मीदवार महबूबा मुफ्ती ने कहा कि मतदान बहुत अच्छा हुआ। लोग दिल्ली वालों को पैगाम देना चाहते हैं कि 2019 में आप ने जो फैसला किया। उसके बाद हमारी जमीन, नौकरियों को लेकर जितने भी फैसले किए वो जम्मू-कश्मीर के लोगों को कबूल नहीं हैं। पीडीपी नेता ने आरोप लगाया कि मैं चुनाव आयोग से पूछा चाहता हूं कि उन जगहों पर मतदान भीमा कर दिया गया जहां लोग जहिर तौर पर पीडीपी को वोट देने के लिए बड़ी संख्या में एकत्र हुए थे।

श्रीनगर में रिकॉर्ड मतदान पर उन्होंने कहा कि जिस तरह के हालात श्रीनगर, पुलवामा में हैं, वैसे ही हालात अनंतनाग, कुलगाम में ही हैं। वे अपनी आवाज संसद तक पहुंचाना बखूबी आता है। जनता यही जीतनी है कि कोन से लोग चुनाव के समय गारंटीयां देते हैं और चुनाव के बाद उनसे मुकर जाते हैं।



चाहते हैं। श्रीनगर लोकसभा निर्वाचन क्षेत्र में सोमवार को 36 प्रतिशत मतदान दर्ज किया गया, जो 1998 के बाद से सबसे अधिक है जब जम्मू-कश्मीर में उग्रवाद अपने चरम पर था, क्योंकि संविधान के अनुच्छेद 370 के निष्प्रभावी होने के बाद घाटी में बहली बड़ी चुनावी कवायद हुई थी। मुख्य निर्वाचन अधिकारी पांडुरंग के पोल ने कहा लगभग पिछले तीन दशकों में सबसे अधिक मतदान प्रतिशत रहा। उन्होंने कहा कि कुल मिलाकर मतदान शांतिपूर्ण रहा। लोकसभा चुनाव के

एक देश-एक चुनाव जम्मू-कश्मीर में क्यों नहीं किए : फारनक अब्दुल्ला

नेशनल कॉन्फ्रेंस (नेका) के अध्यक्ष फारनक अब्दुल्ला ने कह कि विधानसभा चुनाव के लिए उनकी पार्टी तैयार है। साथ ही उन्होंने किंवदंश देखा कि जो नीति सरकार एक देश-एक चुनाव की बात कर रही है। इन्होंने कहा, जो लोग इसके लिए अपनी नीति किया है। जिसकी कोना पैदली की यादे संजो हूं तो वह एक देश-एक चुनाव की बात कर रही है। हमने गुजराती की नीति किया। इन जगह नीति तैयार है, कल भी तैयार है, हर वर्क तैयार है।

चौथे चरण में मतदाताओं में भारी उत्साह देखने को मिला। अनुच्छेद 370 हटने और जम्मू-कश्मीर का विशेष राज्य का दर्जा समाप्त होने के साथ तालिका में लगभग चार दशकों में यहां चुनाव की बात तैयार है। ये एक देश-एक चुनाव की बात कर रहे हैं। हमने गुजराती की नीति किया। इन जगह नीति तैयार है, कल भी तैयार है, हर वर्क तैयार है।

पोरेल-ट्रिस्टन स्टॉप्स ने बिगड़ा एलएसजी का खेल

- » दिल्ली कैपिटल्स ने 19 रनों से दी लखनऊ को मात

□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

नई दिल्ली। दिल्ली के अरुण जेटले रेटिंगमें खेले गए आईपीएल 2024 मुकाबले में दिल्ली कैपिटल्स ने लखनऊ सुपर जायंट्स को 19 रनों से हरा दिया। इस दौरान अभिषेक पोरेल (58) और ट्रिस्टन स्टॉप्स (57*) ने अर्धशतकीय पारी खेली। वहीं इशांत शर्मा ने महज 34 रन देकर 3 विकेट अपने नाम किए। हालांकि, इस जीत के बावजूद दिल्ली के प्लेओफ में पहुंचने की उम्मीदें धूंधली नजर आ रही हैं। दिल्ली ने चार विकेट पर 208



रन बनाने के बाद एलएसजी की पारी को नौ विकेट पर 189 रन बनाये। अरशद रोक दिया। दिल्ली के लिए मैन ऑफ द मैच इशांत शर्मा ने तीन जबकि कुलदीप यादव, खलील अहमद, ट्रिस्टन स्टॉप्स और मुकेश कुमार ने एक-एक विकेट लिये। एलएसजी के लिए निकोलस पूरन ने चार विकेट पर 189 रन बनाये।

रन बनाने के बाद एलएसजी की पारी को नौ विकेट पर 189 रन बनाये। अरशद रोक दिया। दिल्ली के लिए मैन ऑफ द मैच इशांत शर्मा ने तीन जबकि कुलदीप यादव, खलील अहमद, ट्रिस्टन स्टॉप्स और मुकेश कुमार ने एक-एक विकेट लिये। एलएसजी के लिए निकोलस पूरन ने चार विकेट पर 189 रन बनाये।

प्लेओफ से बाहर हुई सुपरजायंट्स की टीम

वहीं दिल्ली की 14 टीमें ये हाथ सातवीं जीती हैं। टीम 14 अंक के साथ तालिका मेंगाइनस 0.377 के नेट रेट एट के साथ पांचवें स्थान पर है। तालिका में तीसरे और चौथे स्थान की टीम बैन्करी सुपर किंग्स (0.528) और सनदाराइजन्स हैं। टीम 14 अंक के साथ तालिका में सातवीं स्थान पर है। एलएसजी की 13 टीमें में यह सातवीं हात है। टीम 12 अंक के साथ तालिका में सातवीं स्थान पर है। एलएसजी को अपना आदिरी नैपै नूर्दी इडियोप्स के ख

स्वाति मालीवाल को लेकर दिल्ली में गरमाई सियासत

4पीएम न्यूज नेटवर्क

नई दिल्ली। सांसद व आप नेत्री स्वाति मालीवाल के साथ हुई अभद्रता पर दिल्ली की सियासत गरमा गई है। राज्यसभा सदस्य को इंसाफ देने की मांग करते हुए एमरिडी के सदन में भाजपा पार्षदों ने हँगामा किया। ऐसे में मेयर ने सिर्फ दो मिनट में सदन की कार्यवाही को स्थगित कर दी। दिल्ली महिला आयोग की पूर्व अध्यक्ष मालीवाल से हुई अभद्रता के मामले में भाजपा ने सदन में निंदा प्रस्ताव पेश किया। नेता विपक्ष राजा इकबाल सिंह ने मालीवाल से अभद्रता को शर्मनाक बताया।

इससे पहले मेयर डॉ. शैली ओबरायें 11 बजे बुलाई गई बैठक में पहुंचीं। सीट पर आने पर उन्होंने केजरीवाल को अंतरिम जमानत देने पर सुप्रीम कोर्ट को धन्यवाद दिया। भाजपा पार्षदों ने इसका जारीदार विरोध किया और मालीवाल को इंसाफ दो, दलित मेयर को कुर्सी पर बैठाओ, केजरीवाल इस्तीफा जैसे नारे लियाँ तखियाँ लेकर नारे लगाए। इस पर मेयर ने सदन की कार्यवाही को स्थगित कर

केजरीवाल के खिलाफ दायर याचिका राजनीति से प्रेरित : सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट ने दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल के खिलाफ दायर एक जननीति याचिका को राजनीति प्रेरित करते हुए खारिज कर दिया। सच ही, कह कि अदालत को राजनीति का अध्यात्म न बनाया जाए।

निहित स्थार्थ के लिए केजरीवाल आगे गाण्डी के दौरान पृष्ठभूमि में बीआर अवैदिक, भगत सिंह जैसे स्वतंत्रता ऐनानियों के नाम और राष्ट्रीय प्रीतों का दुलापयोग कर रहे हैं। याचिकार्ता का कहना था कि इस दुलापयोग को शोकने के लिए केंद्र को

शित कर्तव्यांकने का निर्देश दिया जाए। जिससे बीआर गवर्नर और जटिल संघीय मोहर की पीठ ने मंगलवार को इस याचिका पर विवाद करने से इन्हाँ पर दिया और साल उत्तरा कि कर्तव्य को राजनीतिक अध्यात्म वर्त्यों बनाया जा रहा।

किया। निगम की मई की इस साधारण सभा में कुल 15 प्रस्ताव लाए गए।

थे जिसे राजन बाबू फेफड़े एवं क्षय रोग अस्पताल परिसर में मोडिकल कॉलेज भवन निर्माण, शिक्षा विभाग में दैनिक भोगी कर्मचारियों की नियुक्ति, निगम अस्पतालों में आहार सामग्री खरीद की दर सुनिश्चित करने, उद्यान विभाग में मालियों की नियुक्ति से जुड़े कई और भी महत्वपूर्ण प्रस्तावों पर चर्चा होनी थी। यदि चर्चा होती तो शायद इनमें से कुछ प्रस्ताव पास भी हो सकते थे, लेकिन सदन की एक और बैठक बेनीजा रही।

मालीवाल के साथ बदसलूकी करने वाले को मिलेगी सज्जा : संजय सिंह

दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल के आवास में आग आड़नी पार्टी (आप) की राज्यसभा सांसद स्वाति मालीवाल से बदसलूकी मामले में आप तो युधी तोड़ी है। आप तो और राज्यसभा सांसद स्वाति मालीवाल संस्थान (एस्एस) में निधन हो गया। सुबह 9.28 बजे उन्होंने अंतिम सांस ली। वह पिछले कुछ दिन से वैटिलेट पर थीं। उनका पिछले तीन महीने से एस्स में इलाज किया जा रहा था। वह नियोनिया के साथ-साथ सेप्सिस से भी पीड़ित थी। माधवी राजे के निधन पर प्रदेश के संस्कृति, पर्यटन धार्मिक न्यास और धर्मस्व मंत्री धर्मद लोधी ने ट्रीट कर दुःख व्यक्त किया है।

4पीएम न्यूज नेटवर्क

नई दिल्ली। केंद्रीय मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया की मां माधवी राजे सिंधिया का बुधवार (15 मई) की सुबह दिल्ली के अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एस्एस) में निधन हो गया। सुबह 9.28 बजे उन्होंने अंतिम सांस ली। वह पिछले कुछ दिन से वैटिलेट पर थीं। उनका पिछले तीन महीने से एस्स में इलाज किया जा रहा था। वह नियोनिया के साथ-साथ सेप्सिस से भी पीड़ित थी। माधवी राजे के निधन पर प्रदेश के संस्कृति, पर्यटन धार्मिक न्यास और धर्मस्व मंत्री धर्मद लोधी ने ट्रीट कर दुःख व्यक्त किया है।

उन्होंने सोशल मीडिया पर लिखा, केंद्रीय मंत्री ज्योतिरादित्य सिंधिया की पूजनीय माताजी माधवी राजे सिंधिया के निधन का दःखल समाचार मिला। परमात्मा से प्रार्थना है कि दिवंगत आत्मा को अपने श्री चरणों में स्थान दें और शोकाकुल परिवार को यह दुःख सहने की शक्ति दें? शांति शांति !!।

प्रदेश में आज लू की घेतावनी गंदगी के अंबार से स्वच्छता की खुली कलई

कानपुर में पारा पहुंचा 43 डिग्री के पार

4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। बीते कुछ दिनों से गर्मी से मिली राह अब फिर खत्म होन जा रही है। मौसम विभाग ने कहा है कि बुधवार को प्रदेश में तेज अंधड़ व लू चलने के आसार हैं। सामान्य से नीचे चल रहे अधिकतम तापमान ने फिर रफ्तार पकड़ा शुरू कर दिया है। सोमवार को ही ज्यादातर इलाकों में 40 से नीचे चल रहा दिन का पारा, मंगलवार को चढ़ा हुआ दर्ज हुआ। जहाँ यह 40-41 डिग्री चल रहा था, वहाँ भी पारे में बढ़ोतरी दर्ज की गई है।

साथ ही मौसम विभाग ने 16 और 17 को लू चलने की चेतावनी जारी की है। अगले पांच दिनों में दिन के पारे में 4 से 6



डिग्री तक और रात के पारे में 2-3 डिग्री तक वृद्धि के आसार हैं। कानपुर में पारा 43 डिग्री रहा, जबकि सोमवार को यह 40.8 डिग्री सेल्सियस था। लखनऊ का तापमान 40.2 डिग्री रहा। सोमवार को लखनऊ का पारा 38.4 डिग्री सेल्सियस दर्ज हुआ था। इसी तरह पूरे यूपी के तापमान में दो डिग्री तक की बढ़ोतरी रही।

शिकायत के बाद भी नहीं सुनते अधिकारी-कर्मचारी

जोन-8 के रजनी खंड के लोग परेशान

4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। स्वच्छता अभियान से पूरे शहर को साफ करने का दावा करने वाले नगर निगम का कई जगहों पर फैली गंदगी पोल खाल रही है। ये अत्यवस्था तब है जब नगर निगम सफाई करवाने के लिए नये-नये प्रयोग करता रहता है। दरअसल, जोन आठ में रजनी खंड में छह महीने कूदा और गदगी से छुटकारा नहीं मिल रहा है। शिकायत के बाद भी नगर निगम जोन 8 के कर्मचारी और अधिकारी कोई काम नहीं कर रहे हैं।



यहाँ रजनी खंड में करीब 2000 से ज्यादा स्कवायर फॉट में कूदा पड़ा हुआ है। इसको लेकर कई बार शिकायत दर्ज कराई गई। रजनी खंड निवासी मुकेश बताते हैं कि पिछले दिनों शिकायत के बाद कुछ लोग आए थे लेकिन वह महज खानापूर्ति कर चले जाते हैं। फोटो खिंच लिया जाता है कि काम हो गया। उसके बाद अधिकारियों को भेज दिया जाता है। इन्होंने बताया कि नगर निगम की टीम सफाई के लिए आई थी।

जाता है। हालांकि कोई काम नहीं हो पाया।

आंध्र प्रदेश में बस में आग लगने से 43 लोगों की मौत

गुजरात में नर्मदा में एक ही परिवार के 7 लोग दुर्भागी

4पीएम न्यूज नेटवर्क

हैदराबाद। आंध्र प्रदेश के पालानाडु जिले के चिलकलुरिपेट के पास एक लौरी की चपेट में आने के बाद एक निजी बस में आग लगने से 43 लोगों की जलकर मौत हो गई। पुलिस ने यह जानकारी दी। वहाँ एक अन्य दर्दनाक हादसे की खबर गुजरात से आ रही है।

वहाँ नर्मदा नदी में नहाने गए एक

खदान में फंसे आठ लोग बाहर निकाले गए

जयपुर। नीम का थाना जिले में गंगलवार शत दिल्लियाँ कॉपर की लोगों को गंगलीन नीम लौटने से 1800 फीट की गहराई में 14 लोग फंस गए। कल तक आठ लोगों को बाहर निकाला गया। जिसके बाद एक लोग फंसे रहे।

पुलिस ने बताया कि आंध्र में हादसे में गंगलवार और बुधवार की दरमियानी

है। अंदर फंसे सभी लोग सुरक्षित हैं। दरअसल, नीम का थाना जिले में गंगलवार शत दिल्लियाँ कॉपर की लोगों को गंगलीन नीम से बड़ा रहा।

पुलिस ने बताया कि आंध्र में हादसे में गंगलवार और बुधवार की दरमियानी

बलिया में डंपर ट्रक की चपेट में आने से तीन लोगों की मौत

बलिया कोतवाली थाना खेत्र में एक डंपर ट्रक की चपेट में आने से तीन लोगों की मौत हो गई। अधिकारियों ने यह जानकारी दी। बलिया कोतवाली के प्रभागी संजय सिंह ने बुधवार को बलिया की शहरी कोतवाली के जलालपुर मोहल्ले में गंगलवार देव ताल लगभग डेंड बजे एक डंपर ट्रक ने जोटपट ट्रक कर गार दी। उन्होंने बताया कि डंपर ट्रक से तीन लोगों नोहित कुमार (24), जिले द्वारा (25) और गुरु यादव (26) की लोके पर ही मौत हो गई।

उन्होंने बताया कि घटना को सुनाया जिले में पुलिस ने एक पहुंची और तीनों शायों को अपने कब्जे में लेकर पोलिसार्टमेंट के लिए ले जाया।

तीनों गृहक बिहार राज्य के बक्सर जिले के एक

गारे थे।

रात को हुआ। घटना की जानकारी

मिलते ही हमने एम्बुलेंस और दमकल

विभाग को सूचित कर दिया।

आधुनिक तकनीक और आपकी सोच से भी बड़े आश्रयजनक उपकरण

चाहे टीवी खराब हो या कैमरे, गाड़ी में जीपीएस की जरूरत हो या बच्चों की ओर घर की सुरक्षा।

सिवयोरडॉटटेकनो हब प्रार्लि
संपर्क 9682222020, 9670790790