



# डबल इंजन की सरकार में डबल ब्लंडर : अखिलेश

## कुम हादसे और एल भगदड़ पर सपा प्रमुख का तंज, ट्रेनों की बात कर रहे थे तो कमी कहाँ रह गयी

□□□ हयत अब्बास/4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। समाजवादी पार्टी के राष्ट्रीय अखिलेश यादव ने कहा है कि भाजपा के लोग बहुत मनमानी कर रहे हैं। इसीलिए पूरी व्यवस्था खराब हो गयी है। भाजपा सरकार में भ्रष्टाचार चरम पर है। कहने को तो बजट बढ़ा रहे हैं लेकिन यह सरकार और इसके विभाग बजट नहीं खर्च कर पा रहे हैं।

अखिलेश यादव ने सवाल पूछा है कि जब सरकार ने महाकुंभ को लेकर सौ करोड़ लोगों के स्थान का इंतजाम किया था तो चूक कहाँ हो गयी? भाजपा की डबल इंजन की सरकार ने डबल ब्लंडर क्यों किया। जब यूपी सरकार कह रही थी कि सौ करोड़ लोगों का इंतजाम कर रहे हैं, बस की व्यवस्था करने की बात कर रहे थे ट्रेनों के इंतजाम की बात हो रही थी तो कमी कहाँ रह गयी?

अखिलेश यादव ने कहा कि ऐसा लगता है कि सरकार को जिस स्तर की तैयारी करनी चाहिए थी वह नहीं किया गया। केवल अपना प्रचार करते रहे। व्यवस्था से ज्यादा ये अपने प्रचार में जुटे रहे। जब सरकार हर दिन बता रही है कि करोड़ों लोगों ने स्थान कर लिया है तो महाकुंभ भगदड़ में जान



## सजने लगा रामलीला मैदान दिल्ली में 20 को शपथ ग्रहण

» बीजेपी के सभी बड़े नेता होंगे शामिल, मुख्यमंत्री के नाम की घोषणा होगी कल

» आज शाम होगी बैठक तय किया जाएगा सीएम का नाम

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। दिल्ली में नए मुख्यमंत्री के शपथ ग्रहण समारोह को लेकर तैयारियां तेज हो गई हैं। सूरों के मृताविक, 20 फरवरी को शाम 4:30 बजे रामलीला मैदान में शपथ ग्रहण समारोह आयोजित किया जाएगा। हालांकि, नए मुख्यमंत्री के नाम पर अब भी सरपेस बरकरार है और भाजपा की ओर से अभी तक कोई आधिकारिक घोषणा नहीं की गई है।

रामलीला मैदान को भव्य समारोह के लिए तैयार किया जा रहा है। इस मौके पर पंडाल लगाने का काम शुरू हो चुका है और सुरक्षा के कड़े इंतजाम किए जा रहे हैं। वहीं, भाजपा के वरिष्ठ नेताओं ने शपथ ग्रहण स्थल का निरीक्षण किया। मैदान में टेंट और अन्य व्यवस्थाओं को लेकर अधिकारी लगातार निगरानी कर रहे हैं।

शपथ ग्रहण समारोह में भारतीय जनता पार्टी के बड़े नेता और केंद्रीय मंत्री शामिल होंगे। पीएम नरेंद्र मोदी, गृह मंत्री अमित शाह, भाजपा अध्यक्ष जे.पी. नड्डा सहित अन्य बड़े नेताओं के मौजूद रहने की संभावना है।



इसके अलावा, कई राज्यों के मुख्यमंत्री भी इस ऐतिहासिक पल के गवाह बन सकते हैं।

भाजपा ने हाल ही में दिल्ली में नई सरकार बनाने की कवायद तेज कर दी है। पार्टी के अंदर कई नामों पर चर्चा हो रही है, लेकिन अंतिम फैसला पार्टी आलाकमान करेगा। नए मुख्यमंत्री के नाम को लेकर कयासों का दौर जारी है, लेकिन आधिकारिक घोषणा का इंतजार किया जा रहा है। शपथ ग्रहण समारोह में हजारों लोगों के शामिल होने की संभावना को देखते हुए सुरक्षा व्यवस्था चाक-चौबंद की जा रही है। पुलिस और अन्य सुरक्षा एजेंसियां पूरी मुस्तैदी के साथ तैनात रहेंगी। इसके साथ ही समारोह स्थल और आसपास के इलाकों में ड्रोन कैमरों से निगरानी की जाएगी।

**सपा छात्रसभा ने संजय निषाद का फूंका पुतला**

» धर्मात्मा निषाद की मौत से नाराज सपाइयों ने हजरतगंज में जमकर काटा हंगामा

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क



## महाआयोजन के नाम पर राजनीतिक लाभ

अखिलेश यादव ने कहा कि सरकार अर्थव्यवस्था को तीसरे नम्बर पर ले जाने की बात कर रही है। इनफास्ट्रक्चर को दुनिया के बाबत होने की बात की जा रही है।

गवांने वालों की संख्या क्यों नहीं बता रही है। जो खो गए उनकी संख्या क्यों नहीं बता रहे हैं। सरकार ने 50 करोड़ लोगों को गिन लिया लेकिन मृतकों को क्यों नहीं गिन पायी।

चलता है कि भाजपा सरकार महा आयोजन की तैयारियों में राजनीतिक लाभ लेने में जुट जाती है। आयोजन से ज्यादा अपने प्राप्त एवं खर्च करती है। आयोजन की व्यवस्था यादे जितनी खराब हो, ये लोग अपनी जीवन घमानाएं हो रही उससे पता

अखिलेश यादव ने कहा कि ये जानकारी में आया है कि अब तक 60 करोड़ से ज्यादा लोग स्थान कर चुके हैं। यह सरकार आंकड़े कम बता रही है। ऐसा इत्यालिए कर है, वोकि जब कभी इसलिएटिव और नैनेजेटिव की स्टडी होगी तो भाजपा सरकार की पोल खुल जाएगी। इसलिए जानबूझ कर आंकड़े कम बता रहे हैं। अखिलेश यादव ने कहा कि सरकार को कुम का समय और बढ़ना चाहिए वयोंकि बहुत सारे बुजुर्ग लोग हैं, जो अभी साथ नहीं कर पाये हैं। जब सब अच्छा इंतजाम है तो समय और बढ़ा देना चाहिए।

## सुझाव को विदेशी समझती है सरकार

अखिलेश यादव ने कहा कि भाजपा सरकार राजनीतिक पार्टीयों, नेताओं और प्रत्यकारों के सुझाव और सलाह को अपना विरोध समझती है। हम लोगों का सुझाव और सलाह उन्हें बुरा लगता है। ये लोग इतने ज्ञानी हैं कि किसी सलाह को नहीं स्वीकार करते हैं। चीजों को अपने आप डिफाइन कर देते हैं। 144 साल की बात अपने आप डिफाइन कर दिए। ऐसा प्रचार किया कि लोग महाकुंभ के लिए निकल पड़े। मुख्यमंत्री जी ने तो बहुत आगे बढ़कर घोषणा कर दी कि 100 करोड़ लोगों की व्यवस्था कर दी है। अगर सौ करोड़ लोगों की व्यवस्था होती तो महाकुंभ में इतने लोगों की जान भगदड़ में नहीं जाती।

## यूपी विधानसभा का बजट सत्र कल से

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

लखनऊ। उत्तर प्रदेश विधानसभा का बजट सत्र 18 फरवरी मंगलवार से प्रारंभ होगा। इसके पहले सोमवार को विधानसभा अध्यक्ष सतीश महाना की अध्यक्षता में सर्वदलीय बैठक हुई। इसमें मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने भी हिस्सा लिया।

नेता सदन ने विपक्षी दलों से सदन की कार्यवाही को सुचारू रूप से चलाने का अनुरोध किया। मुख्यमंत्री ने विपक्षी दलों के नेताओं से कहा कि जनहित के मुद्दों को सदन में रखें एवं स्वस्थ चर्चा कर प्रदेश में विकास को और गति प्रदान करने में सरकार का सहयोग करें।

विधानसभा सत्र संचालन के संबंध में विधान भवन में सोमवार को सर्वदलीय बैठक हुई। इसकी अध्यक्षता विधानसभा अध्यक्ष सतीश महाना ने की। नेता सदन योगी आदित्यनाथ ने कहा कि सदन में स्वस्थ चर्चा होनी चाहिए। इससे प्रदेश का विकास भी होता है और जनता की समस्याओं का समाधान भी। जनप्रतिनिधि के रूप में जनता के हित से जुड़े हर मुद्दों पर सदन में सुचारू रूप से चर्चा होनी चाहिए। सीएम योगी ने कहा कि सदन के संचालन में किसी प्रकार की बाधाएं न आएं, इसका ध्यान सभी सदस्यों को रखना चाहिए। विधानसभा अध्यक्ष सतीश महाना ने भी सदन के सुचारू संचालन के लिए सभी सदस्यों का सहयोग मांगा। बैठक में उपमुख्यमंत्री ब्रजेश पाठक, वित्त मंत्री सुरेश खन्ना, नेता प्रतिपक्ष माता प्रसाद दपांडेय, कांग्रेस विधानमंडल दल की नेता आराधना मिश्रा, सुभासपा के विधायक बेदी राम, जनसत्ता दल लोकतांत्रिक पार्टी से विनोद सरोज समेत कई नेता मौजूद रहे।

## दस दिन बाद भी बीजेपी नहीं चुन पाई मुख्यमंत्री : आतिशी

» बोलीं- पीएम मोदी को अपने 48 विधायकों पर भरोसा नहीं

□□□ 4पीएम न्यूज नेटवर्क

नई दिल्ली। दिल्ली विधानसभा चुनाव के नतीजे आए अब लगभग 10 दिनों का समय बीत चुका है, लेकिन बीजेपी अब तक दिल्ली को उसका मुख्यमंत्री नहीं दे पाई है। इसको लेकर अब दिल्ली की कार्यवाहक मुख्यमंत्री आतिशी ने बीजेपी पर निशाना साधा है।

आतिशी ने कहा कि विधानसभा चुनाव के नतीजे आए 10 दिन हो गए, दिल्ली वालों ने उम्मीद की थी कि 9 फरवरी को बीजेपी सीएम का चेहरा घोषित करेगी। दिल्ली के नए सीएम अपने सहयोगी मंत्री के साथ 10 फरवरी को शपथ लेंगे। फिर उनका काम भी शुरू हो जाएगा। लेकिन जनता इंतजार करती रह गई। 10 दिन बाद भी बीजेपी सीएम का निर्णय नहीं ले पाई है।

आप सीनियर लीडर आतिशी ने कहा कि इससे यह यह सवित हो गया कि बीजेपी के पास दिल्ली की बाईं कोड विजय हो जाएगी। एक भी चेहरा नहीं है। आज साफ है कि प्रधानमंत्री को 48 विधायकों में से किसी पर भरोसा नहीं है।

## दिल्ली के लिए बीजेपी के पास विजय नहीं

दिल्ली की कार्यवाहक मुख्यमंत्री ने आगे बीजेपी को निशाने पर ले रहे हुए कहा कि बीजेपी के विधायक सरकार चलाने की योग्यता नहीं रखते हैं। सबका एक ही काम है लूट खासेट करना और दिल्ली के पैसे का बंदबांट करना है। इसके अलावा, आतिशी ने कहा कि भाजपा के पास दिल्ली के लिए कोई विजय नहीं है। वह सरकार नहीं चला सकते। यह कड़ी सच्चाई है जो चुनाव के तुरंत बाद जनता के सामने आ गई है।

## अभी से पावर कट थर्क

आतिशी ने कहा कि दिल्ली में पिछले दस साल से कोई पॉवरकट नहीं लगा रहे थे। 8 करोड़ी के बाट कई बैंकों ने 4 से 5 घंटे तक बिजली बंद होनी लगी है। उस समय बीजेपी ने कहा था कि अभी तो मैं सीएम हूं आप नेत्री ने कहा कि सरकार गठन से पहले यात्रा में जशीन लगाकर सांगाई कराई जा रही है तो कह रहे हैं कि दिल्ली सरकार तो एलजी साब्ब चला रहे हैं। बीजेपी वाले पहले यह तय कर लें कि उन्हें कहना चाहा है।

एक भी चेहरा नहीं है। आज साफ है कि प्रधानमंत्री को 48 विधायकों में से किसी पर भरोसा नहीं है।

## सपा छात्रसभा ने संजय

# दक्षिण में भाजपा पर शुरू हुआ तीखा वार

## केरल, कर्नाटक व तमिलनाडु में छाया नया सियासी दंग

- » कांग्रेस, डीएमके व यूडीएफ ने कसी कमर
  - » इन राज्यों में बीजेपी को रोकने की बनेगी रणनीति
- 4पीएम न्यूज नेटवर्क

नई दिल्ली। लोक सभा चुनावों में जबसे दक्षिण भारत में भाजपा ने वोटिंग शेरर बढ़ाई है तबसे वह वहां पर तेजी से सक्रिय हो रही है। इसी का नतीजा है कि उत्तर भारत में उठे मुद्दे वहां भी गंभीरता से उठाने लगी है। इसीक्रम में वह समय-समय पर वहां क्षेत्रीय पार्टियों समेत कांग्रेस को धेरती रहती है। जहां केरल के वायनाड में प्रियंका गांधी के सासद बनने के बाद वह वहां पर तेजी आक्रामक हो रही है। तो तमिलनाडु में डीएमके, तेलंगाना में कांग्रेस व वाईएसआर व कर्नाटक में कांग्रेस पर वार करने का कोई भी मौका नहीं छोड़ती है।

भाजपा की इसी सक्रियता को देखते हुए है अब इन राज्यों की पार्टियों ने भाजपा को घेरने की रणनीति पर काम करना शुरू कर दिया। कर्नाटक से लेकर केरल तक में केंद्र की नीतियों को लेकर आलोचनाओं का दौर शुरू हो गया है। जहां कर्नाटक में सीएम सिद्धारमैया ने जल जीवन मिशन पर भाजपा की आलोचना की व कर्नाटक के साथ धोखाधड़ी का लगाया आरोप लगाया तो केरल में वायनाडु पुनर्वास के लिए केंद्र के त्रिपुरा की शर्तों पर केरल मंत्री ने सवाल उठाए हैं। मुख्यमंत्री सिद्धारमैया ने आज जल जीवन मिशन (जेजेएम) को लेकर भाजपा की आलोचना की है। उन्होंने आरोप लगाया कि भाजपा ने जल जीवन मिशन के लिए राज्य को घोषित धनराशि जारी नहीं करके कर्नाटक के साथ धोखा किया है।



ऋण की शर्तों पर केरल में भाजपा की सरकार से दार

केरल के राजस्व मंत्री के राजने ने शनिवार को केंद्र द्वारा वायनाडु पुनर्वास के लिए स्वीकृत 529.50 करोड़ रुपये के ऋण की शर्तों को डरावना और वरुर मजाक बताया। उन्होंने कहा कि वायनाड के पुनर्वास



### भाजपा की भाषा बोल रहे हैं पलानीस्वामी : सीएम स्टालिन

तमिलनाडु के मुख्यमंत्री और सत्ताधारी डीएमके के अध्यक्ष एपके स्टालिन ने शनिवार को आरोप लगाया कि एआईएडीएमके महासचिव एदापद्मी के पलानीस्वामी इन दिनों भाजपा की भाषा बोल रहे हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि भजपा और एआईएडीएमके मिले हुए हैं। स्टालिन ने केंद्रीय बजट में तमिलनाडु की अनदेखी करने का भी आरोप लगाया और कहा कि बीते कुछ वर्षों से राज्य को कोई फंड नहीं



### नकारी जा रही हैं गठबंधन में दरार की बातें

उंगलिल ओलगवन अमियान के दैशन डीएमके अस्थाय ने मीडिया से बात की। इस दैशन उनसे पुकारिल जिले में पानी के टैके में मानव माल बिलाने की प्रतीक वायनाडु स्वीकृती सीपीआईजन और वीसीपे द्वारा की जा रही सीपीआई जप की मांग को लेकर सवाल विचार गया और पूछ गया कि वह गठबंधन में कोई मतभेद है? यहके जब तो स्टालिन ने कहा कि विचारों में मतभेद हो सकते हैं फिर यह वे परिवार हो सकते हैं कार्यालय या कोई और जाह। आगे विचारों को व्यक्त करना ही लोकतंत्र है। मणिपुर में शास्त्री शासन लगाने को लेकर पूछे गए सवाल पर स्टालिन ने कहा कि इसमें बहुत देशी की गई। इस दैशन स्टालिन ने अपनी सरकार की कई योजनाओं का विक्र किया। सीएम स्टालिन ने आरोप लगाया कि केंद्रीय बजट में तमिलनाडु की योजना की गई और बीते कुछ वर्षों से तमिलनाडु को बजट में कोई फंड नहीं मिला है।

एआईएडीएमके महासचिव के पलानीस्वामी ने कहा था कि दिल्ली विधानसभा चुनाव के नीति इडी गठबंधन के लिए बड़ा झटका है। जब पलानीस्वामी के बयान पर सीएम स्टालिन से प्रतिक्रिया मांगी गई तो उन्होंने कहा कि मैं पहले ही कह चुका हूं कि पालनीस्वामी का बयान

देखकर लगता है कि यह भाजपा का बयान है। एआईएडीएमके का शीर्ष नेतृत्व भाजपा की भाषा बोल रहा है। उन्होंने कहा कि एआईएडीएमके और भाजपा का पर्दे के पीछे गुप गठबंधन है और वे इसे साबित कर सकते हैं। डीएमके चीफ ने कहा कि पलानीस्वामी को बयान देने से पहले अपनी असफलताओं पर ध्यान देना चाहिए।

के लिए केंद्र द्वारा जारी राशि से यह स्पष्ट होता है कि वायनाड और केरल में भूस्खलन पीड़ितों के प्रति केंद्र सरकार का रवैया नहीं बदला है। राजने ने कहा कि केंद्र ने केरल को बिना शर्त वित्तीय सहायता देने के बजाय, ऋण के साथ कठोर शर्त लगाई हैं, जिसमें 31 मार्च तक पूरी राशि का उपयोग करना अनिवार्य है। साथ ही मामले में वायनाड के कुछ आपदा प्रभावित लोगों ने अपनी निराशा व्यक्त की है। उन्होंने कहा कि वे निराश हैं और आरोप लगाया कि केंद्र और राज्य सरकार उन्हें एक पाले से दूसरे पाले में गंद की तरह फेंक रहे हैं। उन्होंने कहा कि जब प्रधानमंत्री ने यहां आकर हरसंभव मदद का बाद किया था, तो हमें उम्मीदें थीं, लेकिन अब हमें केवल ऋण दिया गया है।

### भाजपा कर्नाटक के साथ धोखा कर रही : सिद्धारमैया

कर्नाटक के मुख्यमंत्री सिद्धारमैया ने शनिवार को जल जीवन मिशन (जेजेएम) को लेकर भाजपा की आलोचना की है। उन्होंने आरोप लगाया कि भाजपा ने जल जीवन मिशन (जेजेएम) के लिए राज्य को घोषित धनराशि जारी नहीं करके कर्नाटक के साथ धोखा किया है। साथ ही मुख्यमंत्री ने केंद्रीय जल शक्ति राज्य मंत्री वी सोमन्ना पर निशाना साधते हुए कहा कि



वे झूट बोल रहे हैं बता दें कि वी सोमन्ना ने लोकसभा में कहा था कि कर्नाटक को जल जीवन मिशन के तहत 28,623 करोड़ रुपये का आवंटन हुआ, लेकिन राज्य ने केवल 11,760 करोड़ रुपये खर्च किए। इस पर सिद्धारमैया ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्सपर जवाब देते हुए कहा कि

रुपये का आवंटन था, जिसमें केंद्र का हिस्सा 26,119 करोड़ रुपये और राज्य का हिस्सा 23,142 करोड़ रुपये था। उन्होंने आरोप लगाया कि केंद्र ने कर्नाटक को केवल 11,760 करोड़ रुपये जारी किए, जो उसकी प्रतिबद्धता का केवल 45 प्रतिशत है। जबकि राज्य ने 29,413 करोड़ रुपये खर्च किए। साथ ही उन्होंने यह भी आरोप लगाया कि केंद्र ने वित्तीय

वर्ष 2024-25 के लिए 3,804 करोड़ रुपये आवंटित किए थे, लेकिन केवल 570 करोड़ रुपये जारी किए गए, जबकि कर्नाटक ने अपने बजट से 4,977 करोड़ रुपये जारी किए। सिद्धारमैया ने कहा कि केंद्र का ध्यान जल जीवन मिशन को खत्म करने पर है, जबकि राज्य सरकार हर घर में सुरक्षित पेयजल सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध है।

### केंद्र केरल की मदद करने का दिखावा कर रहा : सतीशन

साथ ही विधानसभा में विपक्ष के नेता वीडी सतीशन ने भी केंद्र के फैसले की आलोचना की और इसे अव्यावहारिक बताया। उन्होंने कहा कि केंद्र केरल की मदद करने का दिखावा करते हुए उसका दम घोटने की कोशिश कर रहा है। बता दें कि इस ऋण को बीते साल केरल के वायनाड में जुलाई 2023 में हुए भूस्खलन में मारे गए 200 से अधिक लोगों के पुनर्वास के लिए स्वीकृत किया गया था, जिसे लेकर केंद्र की आलोचना की गई थी।



वहीं मामले में राज्य के वित्त मंत्री के एन बालगोपाल ने भी 31 मार्च तक पूरी राशि का उपयोग करने की शर्त को व्यावहारिक समस्या बताया। इसके अनुसार, केंद्र से जारी की गई राशि को 10 कार्य दिवसों के भीतर कार्यान्वयन एजेंसियों को भेजना जरूरी है। अगर इसमें देरी हुई, तो राज्य को व्याज का भुगतान करना होगा।

### ब्याज मुक्त ऋण असल में एक अनुदान : सुरेंद्रन

केरल भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष के, सुरेंद्रन ने वामपंथी सरकार और विपक्षी यूडीएफ पर पलटवार करते हुए कहा कि केंद्र द्वारा दिया गया 50 साल का ब्याज मुक्त ऋण असल में एक अनुदान है। उन्होंने कहा कि केरल सरकार और यूडीएफ को इस रकम को 50 साल बाद चुकाने की चिंता नहीं करनी चाहिए, क्योंकि पांच साल बाद इसकी जिम्मेदारी राष्ट्रीय पार्टी, यानी बीजेपी पर आ जाएगी। सुरेंद्रन ने तिरुवनंतपुरम में पत्रकारों से बात करते हुए कहा कि सरकार को इस मुद्दे पर चुप



रहने और राजनीतिक बयानबाजी करने के

बायां वायनाड में पिछले साल हुए भूस्खलन के पीड़ितों के पुनर्वास के लिए तुरंत इस रकम का उपयोग करना चाहिए। उन्होंने यह भी कहा कि 31 मार्च तक समयसीमा को बढ़ाकर अप्रैल या मई करने की मांग की जा सकती है, और केंद्र इस पर विचार करेगा। सुरेंद्रन ने यह भी बताया कि पुनर्वास कार्य राज्य सरकार की जिम्मेदारी थी, जैसा कि पूर्ववर्ती यूपीए सरकार ने तय किया था, लेकिन केंद्र जरूरत पड़ने पर मदद करेगा और भविष्य में भी करेगा।



# भुजी अदरक से बनी गोलियां खासी में देंगी

अदरक आपकी खांसी का इलाज करती है। इसलिए अगली बार जब आपको ऐलजी हो या लगातार खांसी प्रेशान करे तो गोली खाने या कफ स्थिर पीने की बजाय यह ड्राटपट और आसानी से तैयार होनेवाला घरेलू नुस्खा ट्राई कीजिए। अदरक श्वसन अंगों को सिकुड़ने से रोकता है। यह बलगम के निर्माण को आसान बनाता है जिससे खांसी सूखी नहीं रहती। अदरक में एंटीऑक्सिडेंट्स भी होते हैं जो गले और श्वसन नली से तिखाले तत्वों को बाहर निकालने का काम करता है, और आपको खांसी से आराम मिलता है। इसी तरह अदरक में मौजूद जिंजरोल्स, एंटी-इंफ्लेमेटरी तत्व भी आपकी समस्या को दूर करने में सहायता करते हैं। यहीं नहीं अदरक अपने एन्जीहिस्टमीन तत्वों के कारण नाक और श्वसन नली में होनेवाली ऐलजी को भी रोकता है और अस्थामा-ब्रोकाइटिस जैसे बीमारियों से आपको बचाता है। इसमें नमक मिलाने से एक दवा के तौर पर इसकी क्षमता बढ़ जाती है। नमक बलगम बनाने वाले अंगों पर असर करता है और बैविटरीया पनपने नहीं देता।

## विधि

अदरक को धोकर छील लें और छोटे-छोटे टुकड़े में काट लें। धीमी अंच पर तवे या पैन में अदरक के टुकड़ों को हल्का भूंग होने तक भूंग लें। अदरक की खुशबू अनें लगेगी और यह थोड़ी सूखी हो जाएगी। भुंगी हुई

अदरक को ठंडा होने के बाद मिक्सर या सिलबड़े पर पीसकर पेस्ट बना लें। एक पैन में गुड़ की धीमी अंच पर पिघलाऊं जब तक वह गाढ़ा सिरप न बन जाए ध्यान रखें कि गुड़ जलने न पाए, इसे बीच-बीच में हिलाते रहें। पिघले हुए गुड़ में शहद, अदरक का पेस्ट, काली मिर्च

पाउडर और इलायची पाउडर मिलाएं। इस मिश्रण को अच्छी तरह से मिलाकर थोड़ी देर पकाएं, जब तक यह एक समान न हो जाए। आप वाहें तो थोड़ा नींबू का रस भी मिला सकते हैं। मिश्रण को हल्का ठंडा होने दें ताकि इसे हाथों से छू सकें। अपने हाथों में थोड़ा धी लगाएं।

और मिश्रण से छोटी-छोटी गोलियां बना लें। इन्हें एक प्लेट में रखें और ठंडा होने दें ताकि ये सख्त हो जाएं। गोलियों को एयरटाइट डिल्बे में रखें। इन्हें 2-3 हफ्ते तक इस्तेमाल किया जा सकता है। खांसी और गले की खराश के लिए दिन में 2-3 बार इन गोलियों का सेवन करें।

# बिना धूप के ऐसे तैयार करें

## अचार

### विधि

सबसे पहले गाजर और मूली को अच्छी तरह से धोकर छील लें। अब इसे कटूकस कर लें। एक बड़े बर्तन में कटूकस किया हुआ गाजर और मूली एकत्र करके उसमें स्वादानुसार नमक, चुटकी भर हल्दी, लाल मिर्च पाउडर, सौंफ, मेथी दाना और अदरक डालकर अच्छे से मिला लें। एक कढ़ाई में सरसों का तेल, एक-दो चम्मच सिरका।

रहेगी। जब सभी सामग्री अच्छे से मिल जाए और मसाले व तेल गाजर-मूली के टुकड़ों में अच्छे से समान जाए तो समझिए अचार तैयार है। इसे आप तुरंत खाने के साथ सर्व कर सकते हैं। आप वाहें तो इसे कुछ घंटों के लिए रख भी सकते हैं। बिना फिज में स्टोर किए ये अचार एक हफ्ते तक ठीक रहता है। लेकिन अगर लंबे समय तक स्टोर करना हो, तो इसे एयरटाइट कंटेनर में रखकर फ्रिज में रख सकते हैं।



### सामग्री

दो गाजर कटूकस किए हुए, एक मूली कटूकस की हुई, (वाहें तो पतले और छोटे टुकड़ों में भी काट सकते हैं) एक चम्मच अदरक कटूकस किया हुआ नमक, हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, आधा चम्मच सौंफ, चुटकी भर मेथी दाना, दो चम्मच सरसों का तेल, एक-दो चम्मच सिरका।



बाजार में तरह-तरह की हर मौसम में सब्जियां आ जाती हैं, जो रंग-बिरंगी होने के साथ ही स्वाद और सेहत के लिए भी फायदेमंद होती हैं। इस मौसम में पालक-बथुआ के पराठे, आलू-प्याज के पराठे और मूली और गोभी के पराठे खाना लोग काफी पसंद करते हैं। इस तरह के खाद्य सामग्रियों का स्वाद अचार बढ़ा देता है। सर्दियों के मौसम में ताजा और लजीज अचार फटाफट बनाया जा सकता है। इस मौसम में खासतौर पर मूली गाजर का अचार बनाया जाता है, हालांकि सर्दियों में तेज धूप न निकलने के कारण अचार को सुखाने या गलाने की समस्या रहती है लेकिन गाजर और मूली का इंस्ट्रेट अचार बिना धूप में सुखाए भी आसानी से बन जाता है। इसे बनाने में न तो अधिक वक्त लगता है और न ही धूप की जरूरत होती है।



## हंसना मना है

लड़का- मैं आपकी बेटी से शादी करना चाहता हूं बाप- कितना कमा लेते हों। लड़का- 19000 हजार महीना। बाप- 15000 मैं अपनी बेटी को पाकेट मनी देता हूं। लड़का- वो मिलाके के ही बोल रहा हूं अंकल।

पत्नी - हमेशा मेरा आधा माथा दुखता है, लगता है डॉक्टर को दिखाना पड़ेगा। पति- अरे उसमें डॉक्टर को क्या बताना! वो तो जितना है उतना दुखेगा ही। बस तब से ही पति का पूरा बदन दुःख रहा है।

टीचर- मैं दो वाक्य दूंगा उसमें आपको अंतर बताना है। पहला वाक्य- उसने बर्तन धोए। दूसरा वाक्य- उसे बर्तन धोने पढ़े। पप्पू- पहले वाक्य में कर्ता अविवाहित है। और दूसरे वाक्य में कर्ता विवाहित है।

पति अपनी पत्नी से - मेरी शर्ट को उल्टी करके प्रेस करना। पत्नी- ठीक है, कुछ देर बाद, पति- मेरी शर्ट को प्रेस कर दिया क्या, पत्नी- नहीं अभी नहीं, पति- क्यों? पत्नी- अभी मुझे उल्टी ही नहीं आ रही तो उल्टी करके कैसे प्रेस करूँ। पति बोहोश।

### कहानी

### डर का सामना

हर किसी की जिंदगी में ऐसा पल जरूर आता है जब उसे किसी-न-किसी वजह से डर लगने लगता है। इस डर का सामना करने के लिए जानना जरूरी है स्वामी विवेकानंद द्वारा एक किस्सा। एक दिन की बात है स्वामी विवेकानंद मंदिर में दर्शन करने के बाद प्रासाद लेकर बाहर निकले। कुछ देर आगे चलने के बाद स्वामी के घर के रास्ते में उहें कुछ बंदरों ने घेर लिया। स्वामी थोड़ा आगे बढ़ते और वो बंदर उन्हें काटने को आते। काफी देर तक स्वामी विवेकानंद ने आगे जाने की कोशिश की, लेकिन वो ऐसा कर न पाए। आखिर में स्वामी विवेकानंद वहां से वापस मंदिर की ओर लौटने लगे। उनके हाथ से प्रसाद की थैली की छीनने के लिए बंदरों की टोली भी उनके पीछे भागने लगी। स्वामी डर गए और वो भी डर के मारे दोइने लगे। दूसरे से मंदिर के पास बैठा एक बूढ़ा सन्यासी सब कुछ देख रहा था। उसने स्वामी को भागने से रोका और कहा, बंदरों से डरने की जरूरत नहीं है। तुम इस डर का सामना करो और फिर देखो क्या होता है। स्वामी विवेकानंद सन्यासी की बात सुनकर वहां ठहरे और बंदरों की तरफ मुड़ गए। अपनी तरफ तेजी से बंदरों का आता देखकर स्वामी भी उनकी तरफ उतनी ही तेजी से बढ़ने लगे। बंदरों ने जैसे ही स्वामी विवेकानंद को अपनी तरफ आता देखा, तो वो डरकर भागने लग गए। अब बंदर आगे-आगे भाग रहे थे और स्वामी जी बंदरों के पीछे-पीछे। कुछ ही देर में सभी बंदर उनके रास्ते से हट गए। इस तरह स्वामी विवेकानंद ने अपने डर पर जीत हासिल की। फिर वो लौटकर उसी सन्यासी के पास गए और उनको इतनी बड़ी बात सिखाने के लिए धन्यवाद कहा। कहानी से सीख- कोई भी बीज डर का कारण तब तक बनी रहती है, जब तक हम उससे डरते हैं। इसी वजह से डर से डरने की जगह उसका सामना करना चाहिए। ऐसा करने से डर भाग जाता है।

### 7 अंतर खोजें



### जानिए कैसा दहेजा कल का दिन



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

<b>मेष</b>	कोर्ट व कचहरी के काम से छुटकारा मिल सकता है। कारोबार मनोनुकूल लाभ देगा। जीवनसाधारण में सहयोग मिलेगा। नौकरी की कार्य की प्रशंसा होगी। प्रमाद न करें।	<b>तुला</b>	भेट व उपहार की प्राप्ति हो सकती है। बेरोजगारी दूर करने के प्रयास सफल रहेंगे। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेंगी। कार्ड बड़ा काम हो सकता है।
<b>वृश्चिम</b>	स्थायी संपत्ति की खरीद-फरोख नहीं सकती है। लंबे समय से रुके कार्य पूर्ण होने के योग हैं। बड़ा लाभ हो सकता है। बेरोजगारी दूर करने के प्रयास सफल रहेंगे।	<b>वृश्चिक</b>	व्ययवहार द्वारा होगी। विवाद को बढ़ावा न दें। दुष्टजानों से सावधानी आवश्यक है। पुराना रोग उभर सकता है। जिमियम व जमानत के कार्य टाले। व्यवसाय टीक चलेगा।
<b>मिथुन</b>	विवाही वर्षा सफलता हासिल करेगा। पार्टी विधिक विवाह का आनंद प्राप्त होगा। नौकरी में कोई नया काम कर पाएगे। रवादिष व्यंजनों का आनंद प्राप्त हो सकता है।	<b>धनु</b>	रुका दुड़ा पैसा मिलने के योग हैं। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेंगी। राजकीय सहयोग मिलेगा। कारोबार में वृद्धि होगी। भारय का साथ मिलेगा। आलर्य न करें।
<b>कर्क</b>	कोई बड़ी परेशानी आ सकती है। भागदीड़ अधिक होगी। शोक समाचार प्राप्त हो सकता है। वाणी पर नियन्त्रण रखें। अपेक्षित कार्यों में विलंब होगा। आय होगी।	<b>मकर</b>	आर्थिक उत्तरि के लिए नई नीति बनाएं। कार्यप्रणाली में सुधार होगा। लंबे समय से रुके कार्य पूर्ण होने के योग हैं, प्रयास करते रहें। आय में वृद्धि होगी। जल्दबाजी न करें।

वि

की कौशल की सिंह गर्जना ने उनकी नई फिल्म 'छाव' को हिंदी में बैनी ऐतिहासिक फिल्मों में इस मामले में नंबर वन पर ला दिया है कि इसने बॉक्स ऑफिस पर सबसे ज्यादा कमाई करने वाली पांचों फिल्मों से बेहतर ओपनिंग पहले दिन की है। हिंदी सिनेमा में बैनी ऐतिहासिक फिल्मों में सबसे ज्यादा कमाई का रिकॉर्ड अब तक 'पद्मावत' के पास रहा है जिसने घरेलू बॉक्स ऑफिस पर 300 करोड़ रुपये से ज्यादा कमाए पर इसकी ओपनिंग सिर्फ 24 करोड़ रुपये की रही।

फिल्म 'छाव' के जरिये अभिनेता विक्की कौशल ने

अपना पंजा बॉक्स ऑफिस पर पहले ही दिन ही मार दिया है। फिल्म ने अपनी रिलीज के एक दिन पहले ही दिन 31 करोड़ रुपये से ऊपर की ओपनिंग ली है। ये विक्की कौशल के करियर में बतौर सोलो हीरो अब तक की सबसे बड़ी ओपनिंग भी है। 'छाव' विक्की कौशल के करियर की बिंगोस्ट ओपनर तो बन ही चुकी है, फिल्म ने अपनी लागत का 20 फीसदी से ज्यादा पहले दिन ही कमाकर वीकेंड को खुशगवार

## बॉलीवुड

## गपशप

डे पर फिल्म देखने तमाम जोड़े भी आए और उन्हें फिल्म में विक्की कौशल व रशिमका मंदाना के बीच श्री और सख्ती श्री के

संबोधनों वाला संवाद खुब पसंद आया। फिल्म के वलाइमेक्स में भी मां जगदंबा को याद करते संभाजी और योसुबाई को देख लोगों ने आंसू भी बहाए। इसके बाद आए फिल्म के खौफनाक वलाइमेक्स को लोग अभी बरसों याद रखेंगे।

किसी भी फिल्म का पहले दिन का कलेक्शन अगर अपने भैंसिंग और प्रचार बजट के 20 फीसदी या उससे ज्यादा होता तो उसके

हिट होने की संभावनाएं प्रबल हो जाती हैं। फिल्म 'छाव' 130 करोड़ रुपये में बनी है। उस लिहाज से फिल्म 'छाव' के रिलीज के पहले दिन 31 करोड़ रुपये से ज्यादा का कारोबार कर लेने से विक्की कौशल की प्रतिष्ठा भी हिंदी सिनेमा में बढ़ना तय माना जा रहा है। ये कलेक्शन इस साल किसी हिंदी फिल्म की अब तक की सबसे बड़ी ओपनिंग है। इसके पहले अक्षय कुमार और वीर पहाड़िया की फिल्म 'स्काई फोस' ने रिलीज के पहले दिन करीब 15.30 करोड़ रुपये का कारोबार किया था। अब तक हिंदी में बनी सारी ऐतिहासिक फिल्मों में ये सबसे बड़ी ओपनिंग है। इसके पहले ये रिकॉर्ड दीपिका पादुकोण, रणवीर सिंह स्टारर फिल्म 'पद्मावत' के पास था जिसकी ओपनिंग 24 करोड़ रुपये रही थी।

## फिर बड़े पर्दे पर दस्तक देगी सनी देओल की 'घातक'



हिं दी सिनेमा में साल 2025 में रिलीज करने का चलन तेजी से बढ़ता जा रहा है। ये जवानी ही दीवानी और सनम तेरी कसम की सफल री-रिलीज के बाद अब अंदाज अपना अपना के निर्माता भी अपनी वलासिक कॉमेडी फिल्म को अप्रैल में सिनेमाघरों में फिर से लाने की घोषणा कर चुके हैं। इसी कड़ी में अब एक और बड़ी खबर सामने आई है। सनी देओल अभिनीत फिल्म घातक भी बड़े पर्दे पर फिर से दस्तक देने जा रही है।

बॉलीवुड हांगामा की रिपोर्ट के अनुसार एक सूत्र ने साझा किया कि घातक को जब पहली बार साल 1996 में रिलीज किया गया था तो यह बॉक्स ऑफिस पर जर्बर्डस्ट हिट रही थी।

## अमेजन के जंगल से पहली बार बाहर आया लड़का नहीं रास आई दुनिया, 24 घंटों में ही लौटा वापस!



एक वर्ष था जब हर इंसान जंगलों में रहता था, वहीं पर अपनी दुनिया बसाता था। धीरे-धीरे जब शहरीकरण हुआ तो लोग शहरों में बसने लगे और जंगलों को छोड़ दिया। पर आज भी बहुत सी ऐसी जननाजिताएं हैं, जो जंगलों में रहती हैं। इन जननाजित के लोग, शहर या सभ्यता से दूर रहना पसंद करते हैं। इस जह जे जब ये ग्रामीण या शहरी इंसानों से मिलते हैं, तो बिल्कुल हैरान-परेशान नजर आते हैं। हाल ही में ब्राजील में ऐसा ही हुआ। यहां पर एक जननाजित का लड़का जंगल से बाहर आ गया और एक गांव में पहुंच गया। गांव वालों ने उसे लाइटर से आग जलाना सिखाया। हालांकि, वो लड़का 24 घंटे में ही अपने घर लौट गया। न्यूज एंजेसी असोशिएटेड प्रेस की रिपोर्ट के अनुसार 13-14 फरवरी के रोज ब्राजील के बेला रोसा इलाके में एक हैरान करने वाली घटना घटी। अमेजन के जंगलों के पास पुरुस नाम की नदी बहती है। नदी के पास ही एक ग्रामीण बसती है। वहां अचानक एक लड़का जंगलों से निकलकर आ गया। वो लड़का एक जननाजित का सदर्य था जो जंगलों में एकात्म में रहती है और सभ्यता से कभी नहीं मिलती-जुलती। लड़का पहली बार ग्रामीण इलाके में पहुंचा था। लोगों ने न्यूज एंजेसी को बताया कि वो खस्त लग रहा था, उसके एक लंगोट पहनी थी। उसके हाथ में दो लड़की की टहनियां जीसे वो लोगों की ओर हिलाकर डूशरा कर रहा था। ग्रामीणों का मानना है कि वो लड़का आग जलाने का इशारा कर रहा था। एक ग्रामीण वर्किंग ने उसे लाइटर से आग जलाना सिखाया। हालांकि, वो सीख नहीं पाया। ब्राजील की जननाजीवी मामलों की एजेसी, फुनाई के लोग जल्द ही वहां पहुंच गए और उस लड़के को मछली खाने को दिया गया। उसके बाद उसे पास के ही एक केयर सेंटर ले जाया गया, जिसे एजेसी के लोग ही चलाते थे। असोशिएटेड प्रेस की एक लेटेस्ट रिपोर्ट के अनुसार लड़के को शायद बाहरी दुनिया पसंद नहीं आई और वो 24 घंटों में ही अपने लोगों के पास वापिस जंगल लौट गया। लड़का बिना चप्पल के था। लड़के की जांच हुई, जिससे पता चला कि वो किसी बीमारी से तो ग्रस्त नहीं है। उसके बाद एजेसी ने ये भी सुनिश्चित किया कि ग्रामीण उस लड़का का पीछा कर के उसके इलाके तक न पहुंच जाए। ब्राजील में ये नियम है कि लोग या प्राणी इन जननाजित के लोगों से सक्रीय संपर्क नहीं साधते हैं, बल्कि जिस जगह पर वो दिखाई देते हैं, उस जगह को सुरक्षित इलाका बना देते हैं और उसे मॉनिटर करने लगते हैं, जिससे आगे कभी किसी जननाजित के लोग वहां पर आए, तो उनकी सुविधा का ध्यान रखा जा सके। लोकल लोगों ने लड़का का वीडियो बना लिया।

## अजब-गजब

## जापान के इस चिड़ियाघर ने बनाये अनोखे नियम

## इस जू में मर्दों का अकेले जाना है मजा, जोड़े के साथ जाने वालों को ही मिलती है इंट्री, वजह है कर देगी हैरान

आप क्या कहेंगे अगर आप ऐसी जगह पहुंचे जहां पर मर्दों का अकेले जाना मना हो। उन्हें उस क्षेत्र में या तो परिवार या फिर केवल दोस्तों (महिला का होना जरूरी) के साथ ही जाने की इजाजत हो। ऐसे में यह सवाल मन में उठता है कि यह लिंगभेट क्यों? क्या आज के आधुनिक समाज में ऐसी कोई जगह हो भी सकती है जहां ऐसा करने की जरूरत है। आप शायद यकीन ना करें। यह बहस का मुद्दा हो गया है। क्योंकि जापान के एक चिड़ियाघर ने ऐसा ही फरमान जारी किया है।

जापान में एक चिड़ियाघर की निदेशक मीसा मामा को यह फैसला लेने पर मजबूर होना पड़ा कि वहां पुरुष पर्यटकों को अकेले प्रवेश से वंचित कर दिया जाय। चाइना मॉनिंग पोस्ट के मुताबिक ऐसा उन्हें इसलिए करना पड़ा क्योंकि वहां बार बार उनके खुद के साथ छेड़छाड़ होने की घटनाएं असहनीय रूप से बढ़ गई थीं।

देश के टोचियी प्रान्त में स्थित, हीलिंग पैवेलियन एक इंटरैक्टिव चिड़ियाघर है। यहां लोग सूअर, बिल्ली, कुत्ते और भेड़ जैसे जानवरों के साथ समय बिता सकते हैं। इसे



पिछले साल मार्च में खोला गया था। इसका मकसद जानवरों के साथ बातचीत के जरिए चिकित्सकीय सोहबत देना था। इसमें पालतू जानवरों के साथ लोगों के लिए एक डॉग पार्क भी है। लेकिन अब चिड़ियाघर के प्रवेशद्वार पर नीति नहीं है, जो यह क्षेत्र में लोगों के साथ बातचीत की तरह बताया है। वहां मीसा का कहना है कि वे पुरुषों के खिलाफ नहीं हैं, लेकिन महिला आगुंतकों के सुरक्षा के लिए ऐसे कदम उठाने के लिए मजबूर हैं। कई लोगों ने मीसा का कहना भेदभाव की तरह बताया है। वहां मीसा का ध्यान ज्यादा ही सहन कर रही थी। पर आखिर काउंटर उन्हें यह कड़ा फैसला लेने के लिए मजबूर होना पड़ा। इस फैसले ने सोशल मीडिया पर विवाद खड़ा कर दिया है। कई लोगों ने इसे लिंग भेदभाव की तरह बताया है। वहां मीसा का कहना है कि वे पुरुषों के खिलाफ नहीं हैं, लेकिन महिला आगुंतकों के सुरक्षा के लिए ऐसे कदम उठाने के लिए मजबूर हैं। कई लोगों ने वैकल्पिक सुझाव भी दिए हैं। जिनमें ज्यादा से ज्यादा पुरुष स्टाफ को शामिल करना भी शामिल है।

## बॉलीवुड

## मन की बात

## पैसे होंगे तो इलेशनियप खुद आएगा : आतिफ असलम



आ तिफ असलम ने ब्रेकअप पर कुछ ऐसा कहा है कि ये बात लोगों की नजरों में आ गई है। उन्होंने कहा कि ब्रेकअप से इंसान का डेवलपमेंट होता है और उनके विचारों ने अनलाइन खुब सुर्खियां बढ़ेरी। कई लोगों ने उनकी सतह की सराहना की जबकि कुछ लोग इस पर बहस भी कर रहे हैं। आतिफ ने सारा भरवाना से शादी की है और उनके तीन बच्चे हैं। सिंगर ने अपने लोग में ब्रेकअप पर बताएँ कि वे ब्रेकअप के बारे में पूछा। आतिफ असलम ने फैन के सवाल का जवाब देते हुए कहा कि इसमें कुछ खास नहीं है, लेकिन उन्होंने अपने जीवन में अकेलेपन के दौर में यह गाना बनाया था। उन्होंने बताया कि वह उस समय ब्रेकअप से गुजर रहे थे फिर एक फैन ने उनसे सलाह मांगी, जिसमें उनसे बताया गया है कि वह उस समय ब्रेकअप हुआ है। आतिफ ने जवाब दिया कि उनके जीवन का सबसे अच्छा डिसीजन ब्रेकअप ही था, उन्होंने कहा कि अगर उन्होंने इसकी पहली ही होती तो नजरीने की जाती है। आतिफ ने कहा कि वे ब्रेकअप हुए हैं। आतिफ ने जवाब दिया कि उनके जीवन का सबसे अच्छा डिसीजन ब्रेकअप ही था, उन्होंने कहा कि अगर उन्होंने इसकी पहली ही होती तो नजरीने की जाती है। आतिफ ने कहा कि वे ब्रेकअप हुए हैं। आतिफ ने जवाब दिया कि उनके जीवन का सबसे अच्छा डिसीजन ब्रेकअप ही था, उन्होंने कहा कि अगर उन्होंने इसकी पहली ही होत



