



रोहित का संन्यास: अब कौन होगा... 7 महाराष्ट्र में फिर उठा मराठा आरक्षण... 3 योगी सरकार ब्राह्मण विरोधी रवैया... 2

# सभी एक सुर में बोले- हम एक हैं

## सर्वदलीय बैठक में सरकार के साथ पूरा विपक्ष एकजुट

- » कांग्रेस, राजद, बीजद समेत सभी दल रहे शामिल
- » ऑपरेशन सिंदूर अभी जारी पाक को मुंहतोड़ जवाब देगे

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

नई दिल्ली। सरकार ने ऑपरेशन सिंदूर के बाद सर्वदलीय बैठक बुलाई इसमें उसने सभी राजनीतिक पार्टियों के प्रतिनिधियों को पाक के खिलाफ किए गए कार्रवाइयों की जानकारी दी। उधर बैठक के बाद सभी दलों ने सरकार के साथ खड़े होने की बात दोहराई। बैठक में प्रमुख दलों के नेताओं ने भाग लिया और इसकी अध्यक्षता रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने की, जिसके दौरान कांग्रेस ने कहा कि उन्होंने सरकार को पूर्ण समर्थन दिया है।

सूत्र बता रहे हैं कि सरकार की ओर से कहा गया है कि ऑपरेशन सिंदूर में 100 से ज्यादा आतंकी मारे गए हैं। वहीं केंद्र ने पड़ोसी देश के साथ चल रहे संघर्ष के बारे में राजनीतिक दलों को जानकारी देने के लिए बुलाई गई सर्वदलीय बैठक के दौरान कहा कि पाकिस्तान के खिलाफ ऑपरेशन सिंदूर अभी भी जारी है, जबकि सीमा पर स्थिति तेजी से बदल रही है। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह की अध्यक्षता में हुई सर्वदलीय बैठक में गृह मंत्री अमित



### सरकार का खुलासा- ऑपरेशन सिंदूर में मारे गए 100 आतंकी

सर्वदलीय बैठक में एक बड़ा खुलासा हुआ है। सरकार ने बताया कि ऑपरेशन सिंदूर में 100 आतंकी मारे गए हैं। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने ऑपरेशन सिंदूर को लेकर बड़ी प्रतिक्रिया दी। उन्होंने कहा, ऑपरेशन सिंदूर अभी चल रहा है। इस वजह से इससे जुड़ी महत्वपूर्ण जानकारी को साझा नहीं किया जा सकता।

शाह, विदेश मंत्री एस जयशंकर और मंत्री जेपी नड्डा और निर्मला सीतारमण ने भाग लिया।

### सभी नेताओं ने अपने सुझाव दिए

केंद्रीय संसदीय कार्य मंत्री किरें रिजिजू ने कहा कि बैठक की अध्यक्षता रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने की, जिन्होंने सभी को ऑपरेशन सिंदूर के बारे में जानकारी दी और सभी नेताओं

ने अपने सुझाव दिए। सभी नेताओं ने ऐसे समय में परिपक्वता दिखाई है जब हम सब मिलकर काम कर रहे हैं। सभी ने ऑपरेशन सिंदूर के लिए सशस्त्र बलों की सहजता की और उन्हें

बधाई दी, और कहा कि हम सरकार और सशस्त्र बलों का समर्थन करेंगे। हमें कुछ सुझाव भी मिले हैं। रक्षा मंत्री ने कहा कि हम सिर्फ शासन करने के लिए सरकार नहीं बनाते।

### हमारा पूरा समर्थन : राहुल

सर्वदलीय बैठक के बाद कांग्रेस सांसद और लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी ने कहा कि हमने सरकार को अपना पूरा समर्थन दिया है। जैसा कि मल्लिकार्जुन खरगे जी ने कहा, उन्होंने (सरकार ने) कहा कि कुछ चीजें हैं जिन पर हम चर्चा नहीं करना चाहते हैं।

### भारत सरकार और सेना जवाब देने में सक्षम : संजय सिंह

आप सांसद संजय सिंह ने कहा ने पहले कहा कि बैठक में भारतीय सेना द्वारा की गई कार्रवाई के बारे में हमें जानकारी दी जाएगी। कल जिस तरह से उन्होंने ऑपरेशन सिंदूर के तहत

नौ आतंकी ठिकानों पर हमला किया, जिसके बाद मसूद अजहर पिल्लाता हुआ और यह कहता हुआ

नजर आया कि वह धमकी भरा प्रेस रिलीज जारी करेगा, उससे पता चलता है कि भारतीय सेना ने पाकिस्तान के अंदर पोषित और पोषित आतंकी सचतनों को बड़ा सबक सिखाया है।

### हमने सरकार की बातें सुनीं सब सरकार के साथ : खरगे

कांग्रेस सांसद और राज्यसभा में विपक्ष के नेता मल्लिकार्जुन खरगे ने कहा कि बैठक में हमने सुना कि उन्हें (केंद्र को) क्या कहना था। उन्होंने यह भी कहा कि वे राष्ट्रीय सुरक्षा के मुद्दे के कारण कुछ गोपनीय जानकारी साझा नहीं कर सकते। हमने उनसे कहा कि हम सब सरकार के साथ हैं।



### राजनीतिक दल जनता की आवाज : रिजिजू

किरेन रिजिजू ने कहा कि राजनीतिक दल जनता की आवाज होते हैं और नेताओं का एक स्वर में बोलना। मुझे लगता है कि यह भी हमारी सफलताओं में से एक है। ऑपरेशन सिंदूर की पहली स्ट्राइक के बाद जो चल रहा है, उसके बारे में बताना ठीक नहीं है, और इसलिए अधिकारियों को मीटिंग में नहीं बुलाया गया। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह की अध्यक्षता में हुई सर्वदलीय बैठक में गृह मंत्री अमित शाह, विदेश मंत्री एस जयशंकर और मंत्री जेपी नड्डा और निर्मला सीतारमण ने भाग लिया।



# भारत अलर्ट, पाकिस्तान में धमाकों की गूंज

- » सीरियल ब्लॉस्ट से सहमा लाहौर
- » ईरान के विदेश मंत्री पहुंचे भारत

4पीएम न्यूज़ नेटवर्क

नई दिल्ली। भारत के पाकिस्तान पर हमले के बाद पाकिस्तान में दहशत का माहौल है। ताजा खबर पाकिस्तान के पंजाब प्रांत के लाहौर के गोपाल नगर और नसीराबाद इलाके में वाल्टन रोड पर वाल्टन एयरपोर्ट के पास हुए सीरियल बम धमाकों से लाहौर दहल गया है। पाकिस्तान के सुरक्षा अधिकारियों ने इसे आतंकी हमला बताया है।

बम धमकों को तहरीक-ए-तालिबान पाकिस्तान और बलूच अलगाववादी संगठनों से जोड़ कर देखा जा रहा है। भारत की एयरस्ट्राइक के बाद हुए इन धमकों कि गिरफ्त में पूरा पाकिस्तान है। एक दिन



पहले ही भारत ने पाकिस्तान के कई आतंकी ठिकानों पर हमला किया था। इसके मद्देनजर जंग की आशंकाएं बढ़ गई हैं। इस बीच भारत ने भी अपनी सुरक्षा बढ़ा दी है। भारत की ओर से ऑपरेशन सिंदूर सफलतापूर्वक लांच किये जाने के बाद करीब 430 नागरिक उड़ानों को रद्द कर दिया गया है। यह देश की कुल शेड्यूल उड़ानों का करीब 3 प्रतिशत है।

### इन एयरपोर्ट को बंद किया गया

जिन एयरपोर्ट्स को बंद रखा गया है, उनमें श्रीनगर, जम्मू, लैह, चंडीगढ़, अमृतसर, लुधियाना, पटियाला, बटिंडा, हलावा, पठानकोट, गुंठर, शिमला, गगल, धर्मशाला, किशनगढ़, जैसलमेर, जोधपुर, बीकानेर, मुंद्र, जामनगर, राजकोट, पोर्बंदर, कांडला, केशोर, गुज, ग्वालियर और हिंडन शामिल हैं। एयरलाइन ने कहा, हमारे सभी प्रतिनिधि सक्रिय रूप से ग्राहकों की सहायता कर रहे हैं, कुछ मामलों में संपर्क होने में अपेक्षा से अधिक समय लग सकता है। कृपया निश्चित रहें, हम आपकी सहायता के लिए यहाँ हैं।

### महत्वपूर्ण है ईरानी विदेश मंत्री की यह यात्रा

ईरान के विदेश मंत्री सर्द अब्बास अराघची की भारत यात्रा अतिमहत्वपूर्ण है। वह ऐसे समय में भारत पहुंचे हैं जब पाक-भारत तनाव चरम पर है। उनका ये दौरा भारत और ईरान के बीच राजनीतिक संबंधों को और मजबूत करेगा। भारत के दौरे पर आने से कुछ दिन पहले अराघची पाकिस्तान के दौरे पर पहुंचे थे। विदेश मंत्रालय के आधिकारिक प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने भी अराघची का जोरदार स्वागत किया और उनके दौरे के महत्व पर जोर दिया। विदेश मंत्रालय के आधिकारिक प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने भी अराघची की जोरदार स्वागत किया और उनके दौरे के महत्व पर जोर दिया। अराघची यात्रा के दौरान 20वीं भारत-ईरान संयुक्त आयोग की बैठक की सह-अध्यक्षता करेंगे और हैदराबाद हाउस में विदेश मंत्री जयशंकर के साथ द्विपक्षीय वार्ता करेंगे। दोनों विदेश मंत्रियों के बीच वार्ता में भारत और पाकिस्तान के बीच बढ़ते तनाव पर भी चर्चा होने की उम्मीद है। विदेश मंत्री से वार्ता के बाद अराघची राष्ट्रपति भवन में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू से मुलाकात करेंगे।



### अमेरिका ने मदद की पेशकश की

अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने चिंता जताई है और कहा है कि वह इस मामले में मदद के लिए तैयार है। उन्होंने कहा कि भारत और पाकिस्तान के बीच बढ़ता हुआ यह झगड़ा जल्द से जल्द ठक जाए। भारत-पाकिस्तान मिलकर आपस में मामला सुलझाए। ट्रंप ने कहा है कि इस विषय पर अगर मैं कुछ मदद कर सकता हूँ तो मैं तैयार हूँ। यह बहुत दुखद है। मेरी स्थिति यह है कि मैं दोनों के साथ मिलकर काम करता हूँ।



इसके साथ ही 27 एयरपोर्ट्स 10 मई तक बंद रखने का एलान किया गया है। फ्लाइटएयर24 प्लेटफॉर्म के फ्लाइट ट्रैकिंग

डेटा के मुताबिक, पाकिस्तान और भारत के पश्चिमी गलियारे का एयरस्पेस का ज्यादातर हिस्सा नागरिक विमानों से फ्री था।



# महाराष्ट्र में फिर उठा मराठा आरक्षण का मुद्दा महायुति में बिखराव की कोशिश में यूबीटी शिवसेना

» जरांगे पर बरसे एनसीपी नेता भुजबल  
» शिवाजी को लेकर भी राट  
□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क



## शिवाजी पर रूक-रूक होती है तकरार

मुंबई। जाति जनगणना का शोर अभी थमा नहीं है। पर राज्यों में अलग-अलग आरक्षण के मुद्दे हवा में उछलते रहते हैं। राजस्थान हरियाणा में जाटों का आरक्षण तो महाराष्ट्र में मराठा आरक्षण पर सभी सियासी दल अपनी जुबान तेज किए रहते हैं। वहीं कहीं न कहीं आपस में इसको लेकर मनमुटाव भी यदाकदा सामने आते रहते हैं।

महाराष्ट्र में आरक्षण कार्यकर्ता जरांगे निशाने पर आ गए हैं। राकांपा के नेता छगन भुजबल ने कहा उनकी वजह से मराठा समुदाय को नुकसान पहुंचा है। जरांगे के फिर से सक्रिय होने के बारे में पूछे जाने पर भुजबल ने कहा, "उनकी सक्रियता से कोई लाभ नहीं हुआ है। वास्तव में उन्होंने मराठा समुदाय को सबसे अधिक नुकसान पहुंचाया है। उन्होंने राज्य भर के गांवों में शांति भंग की है। उधर इन सबके बीच सियासी माहौल भी बना हुआ है।"

महाराष्ट्र के पालघर जिले में एक व्हॉट्सएप समूह में मराठा सम्राट छत्रपति शिवाजी महाराज के खिलाफ कथित तौर पर आपत्तिजनक टिप्पणी करने पर एक व्यक्ति से स्थानीय लोगों ने मारपीट की और बाद में पुलिस ने उसे गिरफ्तार कर लिया। पुलिस ने रविवार को यह जानकारी दी। एक अधिकारी ने बताया कि घटना 28 अप्रैल को नालासोपारा पूर्व के विजय नगर इलाके में एक आवासीय सोसाइटी की है जहां आरोपी

अक्षयदीप भरतकुमार विसवाडिया को पीटा गया। पुलिस के अनुसार, गुजराती और मराठी पहचान को लेकर एक व्हॉट्सएप समूह पर तीखी बहस जारी थी और इसी दौरान आरोपी ने शिवाजी महाराज के बारे में कथित तौर पर अपमानजनक टिप्पणियां कीं। अधिकारी ने बताया कि इससे नाराज स्थानीय लोगों के एक समूह ने विसवाडिया को घेर लिया और कथित तौर पर उससे मारपीट करने के बाद उसे पुलिस के हवाले

कर दिया। सोशल मीडिया पर एक वीडियो सामने आया है जिसमें व्यक्ति की पिटाई की जा रही है। पुलिस ने शिकायत के आधार पर विसवाडिया के खिलाफ भारतीय न्याय संहिता (बीएनएस) की धारा 299 (धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाने के इरादे से जानबूझकर और दुर्भावनापूर्ण कार्य), 356 (2) (मानहानि) और 352 (शांति भंग करने के इरादे से जानबूझकर अपमान) के तहत प्राथमिकी दर्ज की है।

## गांवों में सामाजिक सौहार्द को बिगाड़ने की कोशिश : भुजबल

राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी (राकांपा) के वरिष्ठ नेता और महाराष्ट्र के पूर्व मंत्री छगन भुजबल ने मराठा आरक्षण कार्यकर्ता मनोज जरांगे पर तीखा हमला करते हुए उन पर उस समुदाय को नुकसान पहुंचाने का आरोप लगाया, जिसके हितों की रक्षा का दावा वे करते हैं। साथ ही उन्होंने गांवों में सामाजिक सौहार्द को बिगाड़ने का भी आरोप लगाया। अन्य पिछड़ा वर्ग (ओबीसी) के प्रमुख नेता भुजबल ने महाराष्ट्र में लंबे समय से विलंबित स्थानीय निकाय चुनाव कराने और उनमें ओबीसी के लिए आरक्षण देने के उच्चतम न्यायालय के फैसले पर संतोष व्यक्त करते हुए कहा कि 'किसी को परेशान होने की जरूरत नहीं है।' जरांगे के फिर से सक्रिय होने के बारे में पूछे जाने पर भुजबल ने कहा, "उनकी सक्रियता से कोई लाभ नहीं हुआ है। वास्तव में उन्होंने मराठा समुदाय को सबसे अधिक नुकसान पहुंचाया है। उन्होंने राज्य भर के गांवों में शांति भंग की है।" जरांगे ने मराठा आरक्षण के लिए एक सप्ताह पहले रा'य सरकार के खिलाफ फिर से विरोध प्रदर्शन करने के लिए अगस्त के आखिरी सप्ताह में मुंबई तक रेली निकालने की घोषणा की थी। पिछले दो वर्षों में कई बार भूख हड़तालें कर चुके जरांगे ओबीसी श्रेणी के तहत सरकारी नौकरियों और शिक्षा में मराठा समुदाय के लिए आरक्षण की मांग कर रहे हैं।



## महायुति पर डोरे डाल रही महा विकास अघाड़ी

महायुति के सत्तारूढ़ गठबंधन में भाजपा, पवार की एनसीपी और उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे की अगुवाई वाली शिवसेना शामिल है। कांग्रेस, उद्धव ठाकरे के नेतृत्व वाली शिवसेना (यूबीटी) और शरद पवार के नेतृत्व वाली एनसीपी (एसपी) विपक्षी ब्लॉक एमवीए के घटक हैं। शिवसेना (यूबीटी) नेता विनायक राउत ने कहा कि अगर महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री अजित पवार मुख्यमंत्री बनना चाहते हैं, तो उन्हें महा विकास अघाड़ी (एमवीए) में वापस लौटना

चाहिए। राउत ने जोर देकर कहा कि पवार सत्तारूढ़ महायुति गठबंधन में मुख्यमंत्री नहीं बन सकते। महायुति के सत्तारूढ़ गठबंधन में भाजपा, पवार की एनसीपी और उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे की अगुवाई वाली शिवसेना शामिल है। कांग्रेस, उद्धव ठाकरे के नेतृत्व वाली शिवसेना (यूबीटी) और शरद पवार के नेतृत्व वाली एनसीपी (एसपी) विपक्षी ब्लॉक एमवीए के घटक हैं। राउत ने कहा, अजित पवार जिस गठबंधन में हैं, उसमें वे कभी सीएम नहीं बन सकते।

अगर उन्हें सीएम बनना है, तो उन्हें एमवीए में वापस आना चाहिए। सीएम बनने का सपना देखने के बजाय, उन्हें ऐसी जगह आना चाहिए, जहां उन्हें वह अवसर मिल सके। राउत वर्तमान में शिवसेना (उद्धव बालासाहेब ठाकरे) गुट के सचिव के रूप में कार्य करते हैं। उन्होंने पिछले दो कार्यकालों में लोकसभा में महाराष्ट्र के रत्नागिरी-सिंधुदुर्ग निर्वाचन क्षेत्र का प्रतिनिधित्व भी किया है। 2023 में, पवार शरद पवार के नेतृत्व वाली राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी

(एनसीपी) से अलग हो गए और आठ अन्य एनसीपी नेताओं के साथ एकनाथ शिंदे के नेतृत्व वाली कैबिनेट में शामिल हो गए। विभाजन के बाद, उन्होंने पार्टी के नाम और उसके घड़ी चिह्न पर नियंत्रण हासिल कर लिया। अजित पवार महाराष्ट्र के सबसे लंबे समय तक डिप्टी सीएम रहने वाले व्यक्ति माने जाते हैं, जिन्होंने पहले छह बार इस पद पर कब्जा किया है। उन्होंने अतीत में अपनी मुख्यमंत्री पद की महत्वाकांक्षाओं के बारे में सार्वजनिक रूप से बात की है।

पिछले साल के विधानसभा चुनावों में, भाजपा (132 सीटें), एनसीपी (41 सीटें) और शिवसेना (57 सीटें) वाले महायुति गठबंधन ने 288 में से 230 सीटें जीतकर मजबूत बहुमत हासिल किया, जबकि महा विकास अघाड़ी (एमवीए) को सिर्फ 46 सीटें मिलीं। उल्लेखनीय है कि उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे और अजित पवार के बीच शीत युद्ध चल रहा है और दोनों नेता जानबूझकर एक-दूसरे के कार्यक्रमों में भाग लेने से बच रहे हैं।

# डोलेगा नीतीश का सिंहासन : आरसीपी सिंह और पीके की जोड़ी बिगाड़ेगी खेल

» वर्तमान में जेडीयू की स्थिति मजबूत  
□□□ 4पीएम न्यूज़ नेटवर्क



### सबसे बड़ी पार्टी का सवाल

राज्य के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने अगर इस बार विधानसभा चुनाव में नंबर वन की पार्टी बनने का संकल्प लिया है, तो वर्ष 2010 के चुनाव में प्राप्त 115 सीटों से ज्यादा हासिल करना चाहते हैं। और इसके लिए नीतीश कुमार ने जिक्रमेदारी भी तय कर दी है। इसकी जिक्रमेदारी कार्यकारी अध्यक्ष संजय झा और पूर्व के राष्ट्रीय अध्यक्ष राजीव रंजन उर्फ लालन सिंह के कंधों पर तो सौंपी है। संगठन के कई पदाधिकारी को भी निर्देश दिया है। दरअसल, यह नीतीश कुमार का चुनावी संकल्प है। मगर कार्यकर्ता या फिर पदाधिकारी के स्तर पर एक संवेदना यह काम कर रही है कि नीतीश कुमार के नेतृत्व में होने वाले विधानसभा चुनाव परिणाम को विशाल सफलता के साथ उन्हें तोड़के के तौर पर 115 सीटों से ज्यादा जीत के रूप में दे।

चुनाव में जेडीयू ने 139 सीटों पर चुनाव लड़कर 88 सीटों पर जीत का परचम लहराया था। वर्ष 2010 के विधानसभा चुनाव में पार्टी ने कुल 141 विधान सभा

सीटों पर चुनाव लड़कर 115 सीटों पर जीत हासिल की थी। वर्ष 2015 के विधानसभा चुनाव में जेडीयू ने 101 सीटों पर लड़कर 71 सीटों पर जीत हासिल की थी। वर्ष 2020 के विधानसभा चुनाव में पार्टी 115 सीटों पर लड़ी और खराब प्रदर्शन करते हुए 43 सीटों पर जीत दर्ज की।

## रुकावट ही रुकावट

वर्ष 2010 वाली स्थिति को पार पाना नीतीश कुमार भी असंभव ही मानते होंगे। इस रस्ते पर कम बाधाएं नहीं हैं। सबसे बड़ी बाधा तो गठबंधन दलों के बीच हिस्सेदारी का खेल है। एनडीए के भीतर पांच दल हैं। इनके बीच संभावित सीटों की हिस्सेदारी के बाद जेडीयू को अधिक से अधिक 100 सीटें मिलेंगी। वर्ष 2010 में जेडीयू 141 सीटों पर लड़कर 115 सीटों पर जीत हासिल की थी। दूसरी बड़ी बाधा नीतीश कुमार के विरोध में इस चुनाव में कई नई पार्टियां खड़ी हैं।

## विरोधियों ने की घेराबंदी

ध्यान रहे कि नीतीश कुमार के रणनीतिकार प्रशांत किशोर की पार्टी, नीतीश कुमार की ही पार्टी के अध्यक्ष रहे आरसीपीसिंह की पार्टी, सुशासन के नाम पर शिवदीप लाडे की पार्टी, सब के सब नीतीश कुमार के वोट बैंक पर ही निशाना साध रहे हैं। पहले एक घिराण पासवान की पार्टी ने जेडीयू को 115 से 43 सीटों पर ला कर खड़ा कर दिया। अब इतनी तमाम पार्टियों का असर इस विधानसभा चुनाव में देखा जाना शेष है। पार्टी के भीतर गुटबाजी का भी असर संभावित है। अतिपिछड़ा, पिछड़ा और दलित वोट की संघमारी में राजद कितना सफल होता है, इसका असर भी दिखेगा।



# तरबूज से तैयार करें ये व्यंजन

गर्मी के मौसम में तेज धूप और उमस से शरीर जल्दी थकावट महसूस करने लगता है। गर्मियों का मौसम आते ही बाजार में तरबूज और खरबूजा बाजार में मिलने लगता है। ये इस मौसम में शरीर को काफी राहत पहुंचाने का काम करता है। तरबूज को जैसे तो ऐसे ही काटकर खाया जाता है, लेकिन आप चाहें तो इससे अलग-अलग पकवान भी बनाकर खा सकते हैं। मीठा रसदार तरबूज कई आवश्यक पोषक तत्वों और एंटी-ऑक्सीडेंट यौगिकों से युक्त होता है। इस सुपरफूड में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण के साथ-साथ विटामिन-सी होता है, जो रोग प्रतिरोधक क्षमता को बेहतर करने और रोग पैदा करने वाले बैक्टीरिया से लड़ने में मदद कर सकता है। ऐसे में इसे डाइट में शामिल करना अच्छा है। आप भी गर्मी के मौसम में अलग-अलग तरह से तरबूज का सेवन कर करें।

**गर्मियों में खाकर हो जाएंगे तरबूजा**



## मोहब्बत का शरबत

दिल्ली में मिलने वाला मोहब्बत का शरबत पीने में काफी स्वादिष्ट लगता है। इसे बनाने के लिए सबसे पहले तो दूध में चीनी घोल लें। चीनी घोलने के बाद इसमें बर्फ के टुकड़े डालें। दूध को ठंडा करने के बाद इसमें तरबूज के एकदम बारीक टुकड़ों को भी डाल लें। अब मोहब्बत का शरबत तैयार है, आसानी से इसका सेवन करें।

## तरबूज का रायता

चिलचिलाती गर्मी से हर कोई परेशान है। साथ ही साथ हेल्थ से जुड़ी परेशानियों का खतरा भी बढ़ जाता है। अक्सर ऐसा होता है कि चिलचिलाती गर्मी में कुछ ठंडा, तीखा और हेल्दी खाने का मन करता है। गर्मियों के मौसम में दही के सेवन को अच्छा माना जाता है। गर्मियों के मौसम में तरबूज का रायता न खाएं, ऐसा तो हो ही नहीं सकता। इसे बनाने के लिए सबसे पहले तो फ्रिज में रखे ठंडे दही का इस्तेमाल करें। दही को हल्का ब्लेंड करने के बाद उसमें थोड़ा सा नमक मिलाकर डाल दें। अब इसमें ऊपर से भुना हुआ जीरा और सूखा हुआ पुदीना डालें। बस तरबूज का रायता तैयार है।



## तरबूज पॉपिकल्स

गर्मी में आम, तरबूज, खरबूज, लीची जैसे फल कितने भी खाओ मन नहीं भरता। अगर इनकी आइसक्रीम मिल जाए तो मजा ही आ जाता है। ऐसे में तरबूज पॉपिकल यानी की तरबूज की आइसक्रीम बना सकते हैं। इसे बनाने के लिए तरबूज के साथ साथ शहद या फिर चीनी और नींबू की रस की जरूरत और पड़ेगी। सबसे पहले तरबूज के बीज निकाल लें। फिर इन तीनों चीजों को एक साथ ब्लेंड करने के बाद मिश्रण को पॉपिकल मॉल्ड्स में डालें और फ्रीजर में 4-5 घंटे के लिए सेट होने के लिए रख दें। ठंडा होने पर पॉपिकल्स निकालकर आनंद लें। ये बच्चों को काफी पसंद आएगा।

## तरबूज स्मूदी

यदि आप स्मूदी बनाने का सोच रही हैं तो इसकी विधि जान लें। इसे बनाने के लिए आपको 2 कप कटा हुआ तरबूज, 1/2 कप दही, एक चम्मच शहद, एक चम्मच नींबू का रस और पुदीने के पत्तों की जरूरत पड़ेगी। सभी चीजों को अच्छी तरह से मिक्सी में डालकर ब्लेंड करें और फिर इसमें आइस वयूब डालकर ठंडा ही परोसें। इसको पीने से आपका पेट भी भर जाएगा।

## तरबूज का जूस

कई बार गर्मी की वजह से लो एनर्जी, डिहाइड्रेशन और चक्कर आने जैसी समस्याएं भी हो जाती हैं। ऐसे में शरीर को हाइड्रेट और एनर्जेटिक बनाए रखने के लिए तरबूज का जूस एक बेहतरीन विकल्प हो सकता है। तरबूज में 90 प्रतिशत तक पानी होता है, जो शरीर में पानी की कमी को पूरा करने में मदद करता है। तरबूज का जूस बनाना काफी आसान है। इसे बनाने के लिए कटा हुआ तरबूज, चीनी चौथाई कप, नींबू का रस और थोड़े से पानी की जरूरत पड़ेगी। इसे बनाने के लिए तरबूज के टुकड़ों को ब्लेंड करके उसमें शक्कर और नींबू का रस डालें। इसके बाद इसमें थोड़ा सा ठंडा पानी मिलाकर दो से तीन आइस वयूब्स भी आप इसमें डाल सकते हैं।



## हंसना मना है

पत्नी ने गुस्से में पति से कहा: मैं तंग आ गई हूँ रोज की किच-किच से.. मुझे तलाक चाहीये! पति: ये लो चॉकलेट खाओ.. पत्नी (रोमांटिक होते हुए): मना रहें हो मुझे.. पति: नहीं रे पगली, मां कहती है, अच्छा काम करने से पहले, मीठा खाना चाहिए।

पप्पू: पापा बुलेट दिला दो, बाप: पड़ोसन की लड़की को देख बस से जाती है.. पप्पू: यही तो देखा नहीं जाता!

पप्पू अपनी पत्नी से: अच्छा ये बताओ 'बिदाई' के समय तुम लड़कियां इतनी रोती क्यों हो? पत्नी: 'पागल' अगर तुझे पता चले.. अपने घर से दूर ले जाकर कोई तुमसे 'बर्तन मंजवाएगा' तो तू क्या नाचेगा।

मेरे एक पड़ोशी है, जिनका नाम है 'भगवान' और उनकी लड़की का नाम है भक्ति, मम्मी बोलती है कि बेटा भगवान की भक्ति में मन लगाया कर' अब मम्मी को कैसे समझाऊं की भक्ति में तो मन लगाता हूँ, पर भगवान नहीं मान रहे।

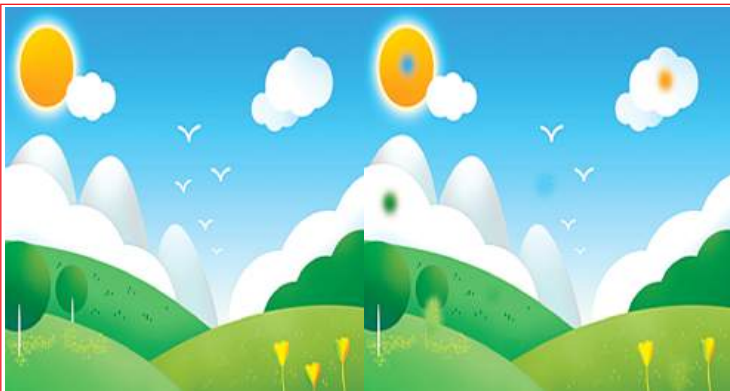
संता- भाई कल सर्कस देखने चलेंगे। बंता- मैं अपनी बीवी को भी लाऊंगा, संता- अगर तेरी बीवी और साली दोनों शेर के पिंजरे में गिर गयी तो किसे बचाएगा। बंता- भाई मैं तो शेर को बचाऊंगा, आखिर दुनिया में शेर बचे ही कितने हैं...

## कहानी | चूहा और सूरज

एक बार की बात है एक छोटा सा लड़का था जो बर्फ से ढकी पहाड़ी पर रहता था। एक दिन वह घूमते-घूमते नीचे मैदान में आ गया लेकिन मैदान में बहुत गर्मी थी। लड़के ने एक सुंदर सा फरो का गर्म कोट पहन रखा था। जिसकी वजह से सूरज की गर्मी के कारण उसकी ठंड भाग गयी। उसने अपना गर्म कोट उतार कर फेंक दिया किन्तु कुछ ही देर में उसका शरीर पसीने से तरबतर हो गया। उसको सूरज पर बड़ा गुस्सा आया। उसने कहा सूरज का कोई उपयोग नहीं है, इसलिए लड़के ने सोचा कि इस सूरज का कुछ किया जाना चाहिए। उसने सूरज को दंड देने का फैसला किया। वह एक तंत्रिक के पास गया और उसे एक जाल बनाने को कहा। फिर अगली सुबह वह पहाड़ी की चोटी पर गया और जैसे ही सूरज ऊपर आया उसने उसे जाल में पकड़ लिया। जिसकी वजह से उस दिन सूर्य उदय नहीं हुआ और जानवर अपने भोजन के लिए नहीं जा सके, उन्होंने देखा कि सूरज जाल में फंसा है। तब परेशान जानवरों ने चूहे को मना बुझा कर जाल काटने भेजा और उस समय चूहा बहुत बड़ा होता था। चूहे ने जाल को अपनी तेज दांतों से काट दिया और सूरज को आजाद किया। यह देखकर सभी जानवर खुश हो गए लेकिन चूहा सूरज की गर्मी के कारण बहुत छोटा हो गया। यही कारण है कि चूहा अब भी बहुत छोटा दिखाई देता है।

कहानी से सीख- इस कहानी से हमें यह सीख मिलती है कि हमें कभी भी ऐसा काम नहीं करना चाहिए जिससे की दूसरों को तकलीफ हो और उनका जीवन संकट में आ जाए।

## 7 अंतर खोजें



## जानिए कैसा रहेगा कल का दिन

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



पंडित संदीप आत्रेय शास्त्री

<b>मेष</b> 	धर्म-कर्म में रुचि रहेगी। कोर्ट व कचहरी के काम मनोकूल रहेगे। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। कबुद्धि हावी रहेगी। चिंता तथा तनाव रहेगे। मित्रों से संबंध सुधरेगे।	<b>तुला</b> 	शत्रु परत होंगे। सुख के साधन जुटेंगे। सामाजिक प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। पराक्रम बढ़ेगा। लंब समय से रुके कार्य सहज रूप से पूर्ण होंगे। कार्य की प्रशंसा होगी।
<b>वृषभ</b> 	वाहन व मशीनरी के प्रयोग में सावधानी रखें। पुराना रोग परेशानी का कारण रह सकता है। दूसरों के कार्य में दखल न दें। बड़ों की सलाह मानें। लाभ होगा।	<b>वृश्चिक</b> 	घर में अतिथियों का आगमन होगा। व्यय होगा। दूर से शुभ समाचार प्राप्त होंगे। जोखिम उठाने का साहस कर पाएंगे। आत्मविश्वास में वृद्धि होगी। अज्ञात भय रहेगा।
<b>मिथुन</b> 	प्रेम-प्रसंग में अनुकूलता रहेगी। परिवार के किसी सदस्य के स्वास्थ्य की चिंता रहेगी। बेकजह कहासुनी हो सकती है। कानूनी अड़चन दूर होगी।	<b>धनु</b> 	आंखों का ख्याल रखें। अज्ञात भय सताएगा। वाणी पर नियंत्रण रखें। कानूनी अड़चन आ सकती है। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। अप्रत्याशित लाभ हो सकता है।
<b>कर्क</b> 	किसी अपने के व्यवहार से स्वाभिमान को ठेस पहुंच सकती है। शारीरिक कष्ट संभव है। कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। शत्रु परत होंगे। वाणी पर नियंत्रण रखें।	<b>मकर</b> 	स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। किसी अपरिचित पर अतिविश्वास न करें। विवाद से क्लेश होगा। दूसरों के उकसाने में न आएँ। अप्रत्याशित खर्च सामने आएँगे।
<b>सिंह</b> 	घर के सदस्यों के स्वास्थ्य व अध्ययन संबंधी चिंता रहेगी। विद्यार्थी वर्ग सफलता हासिल करेगा। किसी आनंदोत्सव में भाग लेने का मौका मिलेगा।	<b>कुम्भ</b> 	शारीरिक कष्ट संभव है तथा तनाव रहेगे। सुख के साधन प्राप्त होंगे। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। बकाया वसूली के प्रयास सफल रहेगे। लाभ के अवसर हाथ आएंगे।
<b>कन्या</b> 	शत्रु हानि पहुंचा सकते हैं। दुःखद समाचार मिल सकता है। व्यर्थ भागदौड़ रहेगी। लाभ के अवसर हाथ से निकलेंगे। बेवजह कहासुनी हो सकती है।	<b>मीन</b> 	चोट व रोग से परेशानी संभव है। आराम तथा मनोरंजन के साधन उपलब्ध होंगे। यश बढ़ेगा। व्यापार वृद्धि होगी। नई योजना बनेगी जिसका तत्काल लाभ नहीं मिलेगा।

**सि**द्धार्थ मल्होत्रा और जाह्नवी कपूर की नई फिल्म परम सुंदरी का इंतजार कर रहे फैंस के लिए खुशखबरी है। इस रोमांटिक कॉमेडी फिल्म का पहला टीजर इस वीकएंड रिलीज होने जा रहा है। फिल्म को तुषार जलोटा ने निर्देशित किया है।

परम सुंदरी का 58 सेकंड का टीजर 9 मई, 2025 को रिलीज होने वाली फिल्म भूल चूक माफ के साथ सिनेमाघरों में दिखाया जाएगा। भूल चूक माफ में राजकुमार राव और वामिका गब्बी मुख्य भूमिका में हैं। टीजर में दर्शकों को सिद्धार्थ और जाह्नवी की जोड़ी की एक प्यारी झलक देखने को मिलेगी। यह कहानी एक उत्तर भारतीय लड़के और एक दक्षिण भारतीय लड़की की है, जिनके अलग-अलग दुनिया एक दूसरे से टकराती हैं और दोनों प्यार में पड़ जाते हैं। केरल के खूबसूरत बैकवाटर की



# 25 जुलाई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी परम सुंदरी

पृष्ठभूमि में फिल्माई गई इस फिल्म प्यार, हंसी और अनोखे ट्विस्ट से फिल्म के निर्माता दर्शकों का मनोरंजन करने की कोशिश करेंगे। परम सुंदरी की स्क्रिप्ट आरश

वोरा और गौरव मिश्रा ने लिखी है। फिल्म का संगीत सचिन-जिगर ने तैयार किया है और गीत अमिताभ भट्टाचार्य ने लिखे हैं। सनेमैटोग्राफी संतानकृष्णन ने की है। डायरेक्टर तुषार जलोटा इससे पहले ओटीटी फिल्म दसवीं बना चुके हैं। वह बर्फी



और पद्मावत जैसी फिल्मों में असिस्टेंट डायरेक्टर के तौर पर काम कर चुके हैं। यह उनकी पहली थियेटर

रिलीज फिल्म है। परम सुंदरी 25 जुलाई, 2025 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। फिलहाल, फिल्म की टीम इसकी आखिरी शूटिंग में जुटी है।

**बॉलीवुड मसाला**

## निशात केस से आहत हिना खान ने सुनाई खरी-खोटी

**हि**ना खान ने अपने इंस्टाग्राम पर कश्मीर के श्रीनगर के निशात में हुए यौन उत्पीड़न और हत्या पर अपनी नाराजगी जताई। अभिनेत्री ने अपनी पोस्ट में बलात्कार और यौन उत्पीड़न के बीच अंतर को समझाया। उन्होंने इस तरह के अपराध के लिए शराब को दोषी ठहराने पर भी विचार साझा किए।

हिना खान ने अपनी इंस्टाग्राम स्टोरी पर एक लंबा नोट साझा किया। उन्होंने लिखा, 'क्या कोई इन मूर्खों को यौन उत्पीड़न और बलात्कार के बीच का अंतर सिखा सकता है? बलात्कार बलात्कार है। हत्या हत्या है। यौन उत्पीड़न का विवरण अलग हो सकता है लेकिन यह बलात्कार से पहले का संकेत है। इसका मतलब केवल यह है कि अपराधी इसे नहीं कर सके ना की उन्होंने इसे नहीं किया। एक बलात्कारी खुद के अलावा बाकी सभी को दोषी ठहराता है। उस अपराधी की तरह व्यवहार न करें।'

अभिनेत्री ने आगे कहा कि शराब, धर्म, समुदाय, भूगोल या पोशाक के नाम पर बलात्कार, यौन उत्पीड़न को उचित ना ठहराएं। अभिनेत्री ने कहा, 'यह राक्षस हर जगह, हर समुदाय, हर धर्म में मौजूद हैं। अवसर की तलाश में हैं। शराब कई चीजों का कारण बनती है, लेकिन यह एक अच्छे आदमी को बलात्कारी नहीं बनाती! शराब को दोष देना बंद करें। अच्छे पुरुष शराब को उसी तरह संभाल सकते हैं जैसे वह एक महिला की तुलना में बेहतर शारीरिक शक्ति को संभालते हैं।'

**बॉलीवुड मन की बात**

## मुझे छोटे शहरों के किरदारों से कहीं न कहीं एक जुड़ाव है : राजकुमार राव



**रा**जकुमार राव इन दिनों अपनी आगामी फिल्म 'भूल चूक माफ' के प्रमोशन में व्यस्त हैं। उनकी यह फिल्म जल्द ही रिलीज होने वाली है। इस बीच अभिनेता ने प्रेस कॉन्फ्रेंस में कहा कि फिल्मों में वे जो किरदार निभाते हैं, चाहे वह आम आदमी हो या छोटे शहर का कोई व्यक्ति, वह उनके लिए स्वाभाविक हैं, क्योंकि उन्होंने वह जीवन जिया है। राजकुमार राव ने अपने 15 साल के करियर में 'काई पो चे', 'सिटीलाइट्स', 'बरेली की बर्फी', 'न्यूटन' और 'स्त्री' जैसी फिल्मों में छोटे शहर और आम लोगों के किरदारों को निभाया है। अभिनेता ने कहा, 'मैंने यह जीवन जिया है, मैंने इस तरह के किरदारों को करीब से देखा है। चूंकि मैंने वह जीवन जिया है, इसलिए इन किरदारों से कहीं न कहीं एक जुड़ाव है।' राजकुमार राव और वामिका गब्बी 'भूल चूक माफ' में एक साथ काम कर रहे हैं। इस फिल्म का निर्देशन करण शर्मा ने किया है। इस फिल्म में राजकुमार राव रंजन की भूमिका में हैं, जो अपनी गर्लफ्रेंड तितली (वामिका गब्बी) के साथ शादी के दिन का बेसब्री से इंतजार कर रहा है। फिल्म को लेकर राजकुमार राव ने कहा, 'कॉमेडी कला का एक बहुत ही खास रूप है। यह आसान नहीं है, लेकिन करण का शुकिया, उन्होंने इतनी अच्छी कहानी लिखी। निर्माता दिनेश विजान का शुकिया, उन्होंने इसे इतने अच्छे तरीके से पेश किया और अब यह पूरी तरह से आपकी है।' अभिनेत्री वामिका गब्बी ने इस फिल्म में तितली का किरदार निभाया है। अपने किरदार को लेकर कहा, 'मुझे बहुत खुशी है कि लोगों ने मेरे द्वारा निभाए गए सभी किरदारों को पसंद किया है। जब मैंने उन्हें पढ़ा, तो मैंने उनसे जुड़ाव महसूस किया। इसलिए, मुझे लगता है कि मेरे दर्शक भी उनसे जुड़ाव महसूस करेंगे। मैं बहुत आभारी हूँ कि 'भूल चूक माफ' मेरे पास आई। मुझे तितली का किरदार निभाने में मजा आया। यह बहुत मजेदार था। मुझे लगता है कि कई लड़कियां उससे जुड़ाव महसूस करेंगी।' करण शर्मा के निर्देशन में बनी फिल्म भूल चूक माफ 09 मई को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। इस फिल्म में राजकुमार राव और वामिका गब्बी के अलावा सीमा पाहवा अहम किरदार में निभाएंगे। इस रोमांटिक कॉमेडी फिल्म का दर्शकों को बड़ी बेसब्री से इंतजार है।

## ये लड़की अपने पैर के नाखूनों को बेचकर कमाती है पैसे, एक बार में कमा लेती है 42 हजार रुपये

आजकल पैसे कमाना कोई बड़ी बात नहीं है, बस आपको कमाने के तरीकों के बारे में पता होना चाहिए। बहुत से लोग जीवनभर घिसते रहते हैं, मेहनत करते हैं, तब जाकर वो इतने रुपये कमा पाते हैं कि आराम की जिंदगी जी सकते हैं। मगर कुछ लोग पैसे कमाने के ऐसे तरीके खोज निकालते हैं कि कम मेहनत में उन्हें ज्यादा फायदा हो जाता है। ऐसा ही एक लड़की ने भी किया। ये लड़की अपने पैर के नाखूनों को बेचकर पैसे कमाती है। एक बार में इसने 42 हजार रुपये तक कमा लिए और चौकाने वाली बात ये है कि उसके खरीदार किसी के पिता होते हैं, यानी बाप की उम्र के लोग रहते हैं। इंस्टाग्राम यूजर विवियन के अकाउंट को यूं तो 5 हजार लोग ही फॉलो करते हैं, मगर उनकी रील्स खूब वायरल होती हैं। कारण है उनका अजीबोगरीब बिजनेस आइडिया। वो अपने रील्स में अपने बिजनेस आइडिया के बारे में बताती हैं। दरअसल, विवियन अपने पैर के नाखून काटकर लोगों को बेचती हैं। उनके नाखूनों को करीब 500 डॉलर (42 हजार रुपये) तक में खरीदा जाता है। एक वायरल वीडियो में उन्होंने दिखाया कि वो कैसे पैर के नाखून नेल कटर से काटती हैं, फिर उसे एक पैकेट में भरती हैं और फिर फीट फाइंडर नाम की एक वेबसाइट पर बेच देती हैं। इस वीडियो पर उन्होंने लिखकर बताया कि किसी के पिता ने उनके नाखूनों को 500 डॉलर में खरीद लिया। जब आप उनके अकाउंट पर दूसरे वीडियो देखेंगे, तब आपको और भी ज्यादा हैरानी होगी। वो इसलिए क्योंकि वो पैरों से जुड़े अजीबोगरीब बिजनेस कर के पैसे कमा रही हैं। वो सिर्फ अपने पैरों की फोटो को सोशल मीडिया पर पोस्ट कर के पैसे कमाती हैं, इसके अलावा कुछ लोग उनसे उनके इस्तेमाल किए हुए फुट मास्क मांगते हैं। कुछ लोग मोजे पहनी हुई फोटो मांगते हैं। लड़की के वायरल हो रहे वीडियो को 2 करोड़ से ज्यादा व्यूज मिल चुके हैं जबकि कई लोगों ने कमेंट कर अपनी प्रतिक्रिया दी है। एक ने कहा कि ऐसा नहीं करना चाहिए, लोग नाखूनों से काला जादू कर लेते हैं। एक ने कहा कि उस अंजान आदमी के पास लड़की का डीएनए होगा। एक ने कहा कि आखिर कटे हुए नाखून लेना किसे पसंद होगा!



## अजब-गजब किशनगंगा और नीलम नदी के बीच नहीं है कोई फेंसिंग

# भारत-पाकिस्तान वो बॉर्डर, जहां नदी के पार से बातें कर लेते हैं दोनों मुल्कों के लोग

भारत और पाकिस्तान एक ही जमीन के दो टुकड़े हैं। हालांकि पाकिस्तान के आतंकी गतिविधियों में लिप्त रहने की वजह से दोनों देशों के बीच तनाव बना रहता है। हाल ही में पहलगाम में हुए हमले के बाद से ही भारत-पाकिस्तान के बीच टेंशन कुछ ज्यादा ही बढ़ गई। इसका जवाब भी भारत ने आतंकी ठिकानों को तबाह करके दे दिया। भारत में ज्यादा आतंकियों की एंट्री पीओके के सीमाई इलाकों से होती है। हालांकि PoK का एक इलाका ऐसा भी है, जहां कोई फेंसिंग नहीं लगाई गई है।

यूं तो भारत और पाकिस्तान बॉर्डर पर तनाव हमेशा ही बना रहता है लेकिन आपको जानकर हैरानी होगी कि PoK का एक इलाका ऐसा भी है, जहां दोनों मुल्कों के बीच कोई कटीली बाड़ तक नहीं है। यहां दोनों मुल्कों के लोग एक-दूसरे से बातें कर सकते हैं। उनके नाम पूछते हैं, एक-दूसरे को ग्रीट करते हैं और फिर टाटा-बाय-बाय करके चले जाते हैं।

पाकिस्तान और भारत की सीमा पर एक ऐसी जगह है, जहां दोनों देशों के लोग घूमने आते हैं। ये जगह है किशनगंगा नदी के किनारे,



जिसे भारत में इस नाम से तो पाकिस्तान में नीलम नदी के नाम से जाना जाता है। ये झेलम नदी की एक उपनदी है, इसके प्रवाह मार्ग का कुछ हिस्सा पाकिस्तान के अवैध कब्जे वाले कश्मीर में है। सोनमर्ग शहर के पास ये नदी कृशनगर झील से शुरू होती है। बदोआब गांव के पास द्रास से आने वाली एक उपनदी इसमें मिल जाती है। कुछ दूर तक नियंत्रण रेखा के साथ-साथ चलकर ये गुरेज के पास कच्छ के गिलगित-बाल्टिस्तान इलाके में दाखिल हो जाती

है। इसके कुल 245 किलोमीटर के मार्ग में से 50 किलोमीटर भारतीय नियंत्रण वाले इलाके में आता है। सोशल मीडिया पर इससे जुड़े कई वीडियो भी वायरल होते रहते हैं, जिसमें लोग इस पार से उस पार खड़े लोगों से बात कर लेते हैं। किशनगंगा और नीलम नदी के बीच कोई फेंसिंग नहीं है, ऐसे में इस किनारे से जब लोग आवाज देते हैं, तो दूसरे छोर पर खड़े लोग इसका जवाब भी देते हैं। एक दूसरे को हाथ हिलाकर ग्रीट भी करते हैं और बाय भी करते हैं।



