

संपादकीय

अमेरिका खेलेगा कश्मीर कार्ड?

उचित ही यह सवाल उठाया गया है कि डॉनल्ड ब्लोम का पीओके जाना और उस क्षेत्र को पाकिस्तान की भाषा के अनुकूल संबोधित करना क्या कोई सामान्य घटना है, या इसके जरिए अमेरिका ने भारत को कोई संदेश देने की कोशिश की है?

भारत में अमेरिका के राजदूत एरिक गार्सेटी ने कश्मीर मामले पर टिप्पणी की। उन्होंने कहा कि इस विवाद को भारत और पाकिस्तान को आपस में हल करना है। गार्सेटी से यह सवाल पाकिस्तान स्थित अमेरिकी राजदूत डॉनल्ड ब्लोम की पाकिस्तान कब्जे वाले कश्मीर (पीओके) की यात्रा के सिलसिले में पूछा गया था। ब्लोम ने अपने इस दौर के समय उस इलाके को 'आजाद जम्मू एवं कश्मीर' कह कर संबोधित किया। कूटनीतिक हलकों में उचित ही यह सवाल उठाया गया है कि ब्लोम का पीओके जाना और उस क्षेत्र को पाकिस्तान की भाषा के अनुकूल संबोधित करना क्या कोई सामान्य घटना है, या इसके जरिए अमेरिका ने भारत को कोई संदेश देने की कोशिश की है? उधर गार्सेटी का इसे द्विपक्षीय विवाद बताना भी क्या उसी संदेश का हिस्सा है। कम-से-कम भारत की वर्तमान सरकार यह नहीं मानती कि इस विवाद को हल करने में पाकिस्तान की कोई भूमिका है। जहां तक विवाद का प्रश्न है, तो वह सिर्फ पीओके पर है। जबकि अमेरिकी राजदूतों ने जिस रूप में कश्मीर विवाद का जिक्र किया, उससे नहीं लगता कि उन्होंने भारत के रुख का समर्थन किया हो।

घटनाओं का महत्त्व उसके संदर्भ से जुड़ा होता है। कनाडा के साथ भारत के बड़े विवाद के क्रम में भारत और पश्चिमी देश आमने-सामने खड़े होते नजर आ रहे हैं। अचानक भारत को लेकर अमेरिकी और ब्रिटिश अखबारों की भाषा तल्ख हो गई है। उनमें भारत को याद दिलाया जाने लगा है कि उसकी उतनी ताकत नहीं है, जितना वह समझ रहा है। यह भी कहा गया है कि भारत के साथ रिश्ता गहरा करने पर जो द्विपक्षीय सहमति अमेरिका में रही है, उसमें अब दरार पड़ सकती है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की राजनीति और उनकी सरकार की अनेक घरेलू नीतियों को लेकर वहां आलोचनात्मक स्वर तीखे हो गए हैं। इस तरह संदेश देने की कोशिश की जा रही है कि पश्चिम की चीन को घेरने की मजबूरी के महदेनजर भारत यह ना माने कि वह पश्चिमी हितों का खुला उल्लंघन कर सकता है। स्पष्टतः यह पश्चिमी रुख भारतीय विदेश नीति के सामने एक नई चुनौती बन कर आया है।

भारत में यूट्यूब, शॉर्ट्स के मौद्रीकरण से गूगल को भविष्य के लिए काफी उम्मीद

नई दिल्ली। गूगल के स्वामित्व वाला यूट्यूब अधिकांश भारतीयों के लिए स्ट्रीमिंग के साथ-साथ कंटेंट क्रिएट करने के लिए एक प्रमुख विकल्प बन गया है। तकनीकी दिग्गज अब बड़े पैमाने पर मंच का मौद्रीकरण करने की प्रक्रिया में है। साथ ही निर्माता की आमदनी दिन दूनी रात चौगुनी बढ़ाने में भी मदद कर रहा है। यूट्यूब अब भारत में हर पांच ऑनलाइन लोगों में से चार का पसंदीदा मंच बन गया है। इसके शॉर्ट-वीडियो-मेकिंग ऐप शॉर्ट्स की लोकप्रियता भी बढ़ी है। देश में 18 से 44 वर्ष के 96 प्रतिशत लोग यूट्यूब शॉर्ट्स का उपयोग करते हैं।

कंपनी के अनुसार, वैश्विक स्तर पर औसतन 70 अरब दैनिक व्यूज के साथ भारतीय दर्शकों के बीच यूट्यूब शॉर्ट्स की लोकप्रियता लगातार बढ़ रही है। फरवरी में, गूगल ने इंस्टाग्राम रील्स के साथ प्रतिस्पर्धा करने के लिए आधिकारिक तौर पर क्रिएटर्स के साथ यूट्यूब शॉर्ट्स पर विज्ञापन राजस्व साझा करना शुरू किया। इससे पहले, क्रिएटर्स को प्लेटफॉर्म पर केवल लंबे वीडियो से कमाई होती थी। देश में पिछले 12 महीनों में टीवी पर



शॉर्ट-वीडियो कंटेंट देखने वाले 88 प्रतिशत ऑनलाइन लोग 18-44 साल के थे। गूगल इंडिया के निदेशक एवं मार्केटिंग पार्टनर सत्य राघवन कहा, भारत में यूट्यूब

लॉन्च करने के बाद से 15 साल में कनेक्टिविटी और कंटेंट में एक असाधारण सर्वांगीण डिजिटल परिवर्तन हुआ है। आज, लोगों ने अपने लिए एक असीम दर्शक अनुभव तैयार किया है जो उनके स्मार्टफोन और कनेक्टेड टीवी तक विस्तृत है। जून 2022 की तुलना में 2023 में भारत में चैनलों द्वारा यूट्यूब पर अपलोड की गई सामग्री के कुल घंटों में 40 प्रतिशत से अधिक की वृद्धि के साथ, उस महीने में 35 साल से अधिक उम्र के वयस्कों ने प्रति दिन औसतन 70 मिनट से अधिक यूट्यूब देखा।

खाली पेट पिएं चुकंदर का जूस, शरीर के साथ-साथ दिल को रखेगा एकदम फिट

सेहतमंद रहना है तो दिल को हेल्दी रखना बेहद जरूरी है। शरीर के साथ-साथ दिल को सेहतमंद रखना है तो सुबह उठकर खास डाइट को फॉलो करें। खाली पेट कुछ खास जूस को अपनी डाइट का हिस्सा बनाना चाहिए। यह खास ड्रिंक कोलेस्ट्रॉल के लेवल को कंट्रोल में रखता है। आपका दिल कितना ज्यादा हेल्दी है यह आपके खानपान और लाइफस्टाइल से जुड़ा हुआ है। दिल आपका सेहतमंद रहे इसके लिए ऑर्टरी और वेन्स को हेल्दी रहना बेहद जरूरी है।



दिल के बेहतर स्वास्थ्य के लिए खाली पेट इन ड्रिंक्स को पिएं

चुकंदर का जूस चुकंदर का जूस कई तरह के पोषक तत्वों से जुड़ा हुआ है। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि बीटरूट पोषक तत्वों का पावरहाउस होता है। इसमें काफी मात्रा में नाइट्रेट होता है। जो ब्लड सर्कुलेशन को अच्छा रखता है। साथ ही साथ बीपी को कंट्रोल में रखता है। खाली पेट चुकंदर का जूस पीने से आपके दिल को काफी ज्यादा फायदा होता है।

गर्म नींबू पानी अपने दिन की शुरुआत एक गिलास गर्म नींबू पानी से करें। नींबू विटामिन सी और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होता है। जो सूजन को कम करने और रक्तचाप को कम करने में मदद कर सकता है। यह पाचन और विषहरण में भी सहायता करता है। स्वस्थ हृदय का समर्थन करता है।

हरी चाय ग्रीन टी कैटेचिन नामक एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होती है। जो हृदय स्वास्थ्य में सुधार से जुड़ा हुआ है। खाली पेट एक कप ग्रीन टी पीने से कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने और ब्लड सर्कुलेशन के कार्य में सुधार करने में मदद मिल सकती है।

हल्दी दूध (गोल्डन मिल्क) हल्दी में करक्यूमिन होता है, जो एक शक्तिशाली सूजन रोधी योगिक है। गर्म दूध में एक चम्मच हल्दी मिलाते से एक सुखदायक पेय बनता है जिसे गोल्डन मिल्क कहा जाता है। नियमित रूप से सेवन करने पर यह सूजन को कम करने और हृदय स्वास्थ्य का समर्थन करने में मदद कर सकता है।

क्रेनबेरी जूस क्रेनबेरी एंटीऑक्सीडेंट और पॉलीफेनॉल्स से भरपूर होते हैं जो हृदय रोग के जोखिम को कम करके हृदय स्वास्थ्य का समर्थन कर सकते हैं। अतिरिक्त शर्करा से बचने के लिए बिना मिठास वाला क्रेनबेरी जूस चुनें। इन जूसों को आप खाली पेट अगर रोजाना पिएंगे तो इससे शरीर सेहतमंद तो रहेगा ही साथ ही साथ दिल भी हेल्दी रहेगा।

शब्द सामर्थ्य- 200

बाएं से दाएं

- संघर्ष, दौड़धूप (बड़्), सुपुत्र, लायक पुत्र
- ताकतवर, बलशाली
- खुशनु, सुरभि, सुगंध
- अकारण, व्यर्थ, बेवजह
- गर्म तेल आदि में खाद्य वस्तु छोड़कर पकाना
- यात्रा
- पुत्र
- जो मर गया हो
- छोटे कद का
- वामन, बौना
- सोप का सिर, गुण, कला, कौशल
20. निरुत्तर
- बेमिसाल
- गोल हरे दानों वाला एक प्रसिद्ध पौधा
- या इस पौधे की फली
- 24.माता, जननी
25. संतान, आना, बलगम आदि का बाहर आना
14. तुरंत, झटपट
15. स्त्री, नारी, अबला
17. एक और एक चौथाई
19. आदमखोर
21. दुनिया, संसार, जग
22. वर्ष को छः ऋतुओं में एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना रहता है
23. बुद्धि, दिमाग।

ऊपर से नीचे

- पानी में डूबा हुआ, जल प्लावित
- पाकेटमार, जेब काटने वाला
3. एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना समाधान, खेत जोतने का यंत्र
4. औषधालय
6. युक्ति, उपाय
8. गोला, तर, भोगा हुआ
11. झटके से मुंह से आवाज के साथ हवा बाहर आना, बलगम आदि का बाहर आना
14. तुरंत, झटपट
15. स्त्री, नारी, अबला
17. एक और एक चौथाई
19. आदमखोर
21. दुनिया, संसार, जग
22. वर्ष को छः ऋतुओं में एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना रहता है
23. बुद्धि, दिमाग।

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 199 का हल

पी	चि	दं	ख	र	म	स	
ट	भ	ला	ई	अ	स	म	
ना	म	स	मा	धि	झ		
ज	व	वे	न	का	र	ना	
बा	बू	आ	य	क	र		
र	की	व			प्र	था	
ज		रू	प	क	ज	न	
हा	पा	ना	म	ची	न		
ज	हां	प	ना	ह	ता	न	ना

सू-दोक्- 200

	7			1		3	
1	9			5			
		3				1	
		5				3	
3				2		5	
				3		2	
4						7	
7	8		1		6		
		6		7		9	1

नियम

- कुल 81 वर्ग हैं, जिसमें 9 वर्गों का एक खंड बनाया है।
- हर खाली वर्ग में 1 से 9 के बीच का कोई एक अंक न भर सकते हैं।
- बाएं से दाएं और ऊपर से नीचे के प्रत्येक कालम, कालम और खंड में 1 से 9 अंक में से किसी भी अंक का दुरुपयोग एक बार ही कर सकते हैं।

सू-दोक् क्र.199 का हल

5	2	4	9	6	7	8	1	3
3	6	7	4	1	8	2	9	5
8	1	9	3	2	5	4	6	7
6	3	5	1	9	4	7	2	8
7	9	8	5	3	2	6	4	1
2	4	1	7	8	6	5	3	9
4	5	3	6	7	9	1	8	2
9	8	6	2	5	1	3	7	4
1	7	2	8	4	3	9	5	6

चुकंदर का जूस

चुकंदर का जूस कई तरह के पोषक तत्वों से जुड़ा हुआ है। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि बीटरूट पोषक तत्वों का पावरहाउस होता है। इसमें काफी मात्रा में नाइट्रेट होता है। जो ब्लड सर्कुलेशन को अच्छा रखता है। साथ ही साथ बीपी को कंट्रोल में रखता है। खाली पेट चुकंदर का जूस पीने से आपके दिल को काफी ज्यादा फायदा होता है।

गर्म नींबू पानी अपने दिन की शुरुआत एक गिलास गर्म नींबू पानी से करें। नींबू विटामिन सी और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होता है। जो सूजन को कम करने और रक्तचाप को कम करने में मदद कर सकता है। यह पाचन और विषहरण में भी सहायता करता है। स्वस्थ हृदय का समर्थन करता है।

फुकरे 3 के आगे पस्त हुई द वैक्सीन वॉर

सिनेमाघरों में इस हफ्ते विवेक अग्निहोत्री की फिल्म द वैक्सीन वॉर, फुकरे 3 और चंद्रमुखी 2 के बीच भिड़त देखने को मिली, जिसमें पहले दिन से ही बॉक्स ऑफिस पर फुकरे 3 बढ़त बनाए हुए है। दूसरी ओर शाहरुख खान की फिल्म जवान का चौथे हफ्ते में भी टिकट खिडकी पर जलवा बरकरार है और यह बाकी सभी फिल्मों को कड़ी टक्कर दे रही है। आइए जानते हैं कि शुक्रवार को किस फिल्म ने कितनी कमाई की है।

फुकरे 3 का शुक्रवार की तीसरी किस्त फुकरे 3 का फुकरे 3 और ड्रामे से भरपूर है, जिसे दर्शकों की ओर से शानदार प्रतिक्रिया मिल रही है। फिल्म ने

शब्द सामर्थ्य- 200

बाएं से दाएं

- संघर्ष, दौड़धूप (बड़्), सुपुत्र, लायक पुत्र
- ताकतवर, बलशाली
- खुशनु, सुरभि, सुगंध
- अकारण, व्यर्थ, बेवजह
- गर्म तेल आदि में खाद्य वस्तु छोड़कर पकाना
- यात्रा
- पुत्र
- जो मर गया हो
- छोटे कद का
- वामन, बौना
- सोप का सिर, गुण, कला, कौशल
20. निरुत्तर
- बेमिसाल
- गोल हरे दानों वाला एक प्रसिद्ध पौधा
- या इस पौधे की फली
- 24.माता, जननी
25. संतान, आना, बलगम आदि का बाहर आना
14. तुरंत, झटपट
15. स्त्री, नारी, अबला
17. एक और एक चौथाई
19. आदमखोर
21. दुनिया, संसार, जग
22. वर्ष को छः ऋतुओं में एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना रहता है
23. बुद्धि, दिमाग।

ऊपर से नीचे

- पानी में डूबा हुआ, जल प्लावित
- पाकेटमार, जेब काटने वाला
3. एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना समाधान, खेत जोतने का यंत्र
4. औषधालय
6. युक्ति, उपाय
8. गोला, तर, भोगा हुआ
11. झटके से मुंह से आवाज के साथ हवा बाहर आना, बलगम आदि का बाहर आना
14. तुरंत, झटपट
15. स्त्री, नारी, अबला
17. एक और एक चौथाई
19. आदमखोर
21. दुनिया, संसार, जग
22. वर्ष को छः ऋतुओं में एक ऋतु जिसमें मौसम सुहावना रहता है
23. बुद्धि, दिमाग।

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 199 का हल

पी	चि	दं	ख	र	म	स	
ट	भ	ला	ई	अ	स	म	
ना	म	स	मा	धि	झ		
ज	व	वे	न	का	र	ना	
बा	बू	आ	य	क	र		
र	की	व			प्र	था	
ज		रू	प	क	ज	न	
हा	पा	ना	म	ची	न		
ज	हां	प	ना	ह	ता	न	ना

फेस्टिवल सीजन से पहले एलपीजी सिलेंडर की कीमतों में भारी बढ़ोतरी

नई दिल्ली। लाखों उपभोक्ताओं के लिए एक बड़ा झटका देते हुए, तेल विपणन कंपनियों (ओएमसी) ने रविवार से वाणिज्यिक एलपीजी सिलेंडर की कीमतों में 209 रुपये के बढ़ोतरी की है। उद्योग के सूत्रों ने यह जानकारी दी। कीमतों में बढ़ोतरी के बाद नई दिल्ली में 1 अक्टूबर से 19 किलोग्राम वाले वाणिज्यिक एलपीजी सिलेंडर की कीमत अब 1,731.50 रुपये होगी। इस बढ़ोतरी के तत्काल प्रभाव से बाहर खाना महंगा हो जाएगा।

यह फैसला ओएमसी द्वारा 1 सितंबर से वाणिज्यिक एलपीजी सिलेंडर की कीमतों में 158 रुपये की भारी कटौती करने के ठीक

मुक्केबाज परवीन ने एशियाई खेलों में पदक के साथ ओलंपिक कोटा सुनिश्चित किया

हंगझोउ। विश्व चैम्पियनशिप की कांस्य पदक विजेता भारतीय मुक्केबाज परवीन हुड्डा ने महिलाओं की 57 किग्रा स्पर्धा के सेमीफाइनल में जगह बनाकर एशियाई खेलों में पदक सुनिश्चित करने के साथ पेरिस ओलंपिक कोटा हासिल किया।

विश्व चैम्पियनशिप में 63 किग्रा में पदक जीतने वाली परवीन ने रविवार को उज्बेकिस्तान की सितोरा तर्डिबेकोवा को सर्वसम्मत फैसले से हराया।

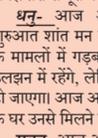
इस मुकाबले में मौजूदा एशियाई चैम्पियन शुरू से ही अपने लय में दिखीं। उन्होंने अपनी लंबाई का फायदा उठाते हुए 21 साल की प्रतिद्वंद्वी को बाएं और दाएं दोनों ओर से मुक्के जड़े।

परवीन ने शुरुआती दौर में आक्रामक रवैया अपनाया लेकिन इसके बाद तर्डिबेकोवा को अपने करीब आने का मौका दिया और फिर सटीक पंच जड़े।

तर्डिबेकोवा ने भी इस दौरान कुछ अच्छे मूव बनाकर परवीन को पंच जड़े लेकिन यह काफी नहीं था। दो बार की विश्व चैम्पियन निकहत जरीन (50 किग्रा), प्रीति पवार (54 किग्रा), लवलीना बोरोगेहन (75 किग्रा) और नरेंद्र बेरवाल (92 किग्रा से अधिक) पहले ही अपने-अपने वर्ग में ओलंपिक कोटा हासिल कर चुके हैं।

महिला वर्ग में 50 किग्रा, 54 किग्रा, 57 किग्रा और 60 किग्रा में सेमीफाइनल में पहुंचने वाले और 66 किग्रा तथा 75 किग्रा में फाइनल में पहुंचने वाले मुक्केबाजों को पेरिस ओलंपिक का कोटा मिलेगा।

पुरुष वर्ग में सात वजन वर्गों से स्वर्ण और रजत पदक विजेताओं को ओलंपिक कोटा मिलेगा।



आज का राशिफल

मेघ- आज का दिन आपके लिए नई खुशियां लाने वाला है। आज जरूरी काम से आपकी यात्रा होगी। संतान की सफलता आपको खुश करेगी, लोग आपको बधाई देंगे आपके घर आएंगे। * शुभ राग- गोल्लन

वृष- आज आपके दिन की शुरुआत आपके अनुकूल होने वाली है। आज आप वर्किंग प्लेस पर खुब मेहनत करेंगे। अपनी उपलब्धियों पर गर्व महसूस होगा। रिटल स्ट्रेट बिजनेस के लोग, नया हाउसिंग प्रोजेक्ट लॉन्च कर सकते हैं।

मिथुन- आज आपका दिन उत्साह से भरा रहने वाला है। आपका सोचा हुआ काम, आज पूरा हो जाएगा। बिजनेस साझेदार के साथ किए गए कामों से आज आपको फायदा होगा।

कर्क- आज आपका दिन लाभदायक रहने वाला है। आज मेहनत का परिणाम आपके फेवर में होगा, बस आप मेहनत पर कंसंट्रेट करें। किसी काम में अपनों की मदद मिलने से आपका उत्साह बढ़ेगा।

सिंह- आज आपका दिन जीवन में एक नई दिशा लेकर आयेगा। आज कोई इम्पोर्टेंट काम सहयोगियों की मदद से पूरा हो जायेगा। आज आप किसी बात को लेकर नेतृत्व करेंगे जिसमें अन्य लोगों का भी सहयोग रहेगा।

कन्या- आज आपका दिन बहुत बड़िया रहने वाला है। आपको किसी मल्टीनेशनल कंपनी से जॉब का ऑफर आएगा। किसी जरूरी काम पर आज विचार करने का पूरा मौका मिलेगा समय का पूरा सदुपयोग करें।

तुला- आज आपके दिन की शुरुआत अच्छी होने वाली है। आज अधिकारी वर्ग का सहयोग पाने में आसानी होगी, विगडते काम बनेंगे। बच्चों के प्रति आपका प्रेम आपको उनका प्रिय बना देगा।

वृश्चिक- आज आपका दिन खुशियों से भरा रहने वाला है। आज किसी धार्मिक स्थल पर जाएंगे, जहां आप कुछ जरूरतमंद लोगों की मदद करेंगे। हर काम को धैर्य और समझदारी से पूरा करने की कोशिश करेंगे।

धनु- आज आप अपने दिन की शुरुआत शांत मन से करेंगे। पुराने लेन-देन के मामलों में गड़बड़ी होने से आप थोड़ी उलझन में रहेंगे, लेकिन जल्द ही सब ठीक हो जाएगा। आज आप अपने खास रिश्तेदार के घर उनसे मिलने जाएंगे।

मकर- आज आपका दिन मिला-जुला रहेगा। आज किसी पुराने दोस्त से मिलने उसके घर जाएंगे, पुरानी यादें ताजा होंगी। आज यात्रा करने से बचने की कोशिश करें। आपको थकान और आलस्य महसूस हो सकता है। आज प्राइवेट शिक्षकों का दिन व्यस्तता से भरा रहेगा।

कुंभ- आज आप का दिन नई उमंगों के साथ शुरू होने वाला है। इस राशि के जो लोग बेकरी बिजनेस के क्षेत्र से जुड़े हैं, उन्हें आज उम्मीद से ज्यादा लाभ हो सकता है। कला व साहित्य के लोगों के लिए आज का दिन बड़िया रहेगा। इस राशि के स्टूडेंट्स अपने करियर को लेकर चिंतित होंगे बेहतर हैं अपने गुरु से परामर्श लें।

मीन- आज आपके दिन की शुरुआत अच्छी होने वाली है। आज आपकी आर्थिक स्थिति बेहतर रहेगी। आज पैसों के मामले में उन्नति के नये रास्ते खुलेंगे। साथ ही आपको अपने काम, परिवार, और दोस्तों के बीच संतुलन बना कर रखना चाहिए।