संपादकीय

सुप्रीम कोर्ट की नाराजगी

सुप्रीम कोर्ट ने पूजा स्थल (विशेष प्रावधान) अधिनियम 1991 की वैधता से संबंधित मामले में नयी याचिकाएं दायर होने पर नाराजगी व्यक्त की। अदालत ने कहा नये अंतरिम आवेदन को केवल तभी अनुमति दी जा सकती है, जब कोई नया बिन्दु या नया कानूनी मुद्दा हो, जो लंबित याचिकाओं में न उठाया गया हो। प्रधान न्यायाधीश ने कहा, लोग नई याचिकाएं दायर करते रहते हैं और दावा करते हैं, उन्होंने नये आधार उठाए हैं। पीठ ने स्पष्ट कहा कि पहले तीन न्यायाधीशों की पीठ द्वारा सुनी गई लंबित याचिकाओं पर दो न्यायाधीशों की पीठ सुनवाई नहीं कर सकती।

शीर्ष अदालत ने दिसम्बर 2024 के अपने आदेश में विभिन्न हिन्दू पक्षों द्वारा दायर लगभग अ_ारह मुकदमों में कार्यवाही को प्रभावी तौर पर रोक दिया था, जिसमें वाराणसी की ज्ञानवापी, मथुरा की शाही ईदगाह मस्जिद व संभल की शाही जामा मस्जिद समेत दस मस्जिदों के मूल धार्मिक चरित्र का पता लगाने को सर्वेक्षण की माग की गई थी।

1991 में अयोध्या में विवादित बाबरी विध्वंस के बाद देश में पूजास्थल कानून लागू किया गया था, जिसके तहत आजादी से पूर्व मौजूद किसी भी धर्म के पूजास्थल को दूसरे धर्म के पूजास्थल में नहीं बदला जा सकता। जिन लोगों ने 1991 के इस अधिनियम की वैधानिकता को चुनौती दी, उनका आरोप है यह अधिनियम हिन्दुओं के साथ ही जैनियों, बौद्धों, सिखों को अपने पूजास्थलों को पुनः प्राप्त के लिए अदालतों में जाने से रोकता है। जिन पर कट्टरपंथी बर्बर आक्रमणकारियों द्वारा आक्रमण या अतिक्रमण किया गया था।

निचली अदालतों से लेकर शीर्ष अदालत तक जनहित याचिकाओं का अंबार है। इस पर जबरन विवाद उछालने, चर्चा में आने या राजनीतिक दलों द्वारा बहुसंख्यकों को प्रभावित करने के उद्देश्य से लगातार इन विवादास्पद धार्मिक स्थलों के खिलाफ याचिकाएं दायर की जा रही हैं। इन पर आक्रामक बयानबाजियां की जाती हैं और उन्मादी धार्मिक भावनाएं भड़काने का प्रयास होता रहता है।

जनहित याचिकाओं की आड़ में न्यायालय का वक्त जाया करने और भारी धनराशि का अपव्यय करने वाली मानसिकता पर सख्ती जरूरी है। सांप्रदायिक सौहार्द व सद्भावना बनाये रखने के लिहाज से अदालतें संतुलित निर्णय लेने को स्वतंत्र हैं। अदालतों द्वारा ही धार्मिक स्थलों को संरक्षित करने व विवादों को बिला-वजह तूल देने की प्रवृत्ति को थामा जा सकता है। ताकि देश में शांति रहे व विश्व पटल पर छवि धवल बनी रह सके।

हम चूक गए, गूगल ने कर दिखाया, सत्या नडेला ने बताई माइक्रोसॉफ्ट की सबसे बड़ी गलती

नई दिल्ली

माइक्रोसॉफ्ट के सीईओ सत्य नडेला ने स्वीकार किया कि उनकी सबसे बड़ी गलतियों में से एक यह थी कि वे इंटरनेट पर सर्च इंजन के दबदबे को सही समय पर नहीं समझ पाए। गूगल ने इस मौके का पूरा फायदा उठाया और इसे अपने सबसे बड़े व्यवसाय के रूप में विकसित किया।

नडेला ने बताया कि माइक्रोसॉफ्ट ने शुरुआत में यह सोचा था कि वेब हमेशा डिसेंट्रलाइज्ड रहेगा, यानी अलग-अलग वेबसाइट स्वतंत्र रूप से काम करेंगी। लेकिन वे यह नहीं समझ पाए कि सर्च इंजन ही वेब का सबसे महत्वपूर्ण बिजनेस मॉडल बन जाएगा।

उन्होंने इसे एक बड़ा सीखने वाला अनुभव बताया और कहा, हमने वेब पर सबसे बड़े बिजनेस मॉडल को समझने में चूक कर दी, क्योंकि हमने मान लिया था कि वेब सिर्फ स्वतंत्र रूप से बंटा हुआ रहेगा।

यूट्यूबर द्वारकेश पटेल के साथ बातचीत में नडेला ने कहा कि माइक्रोसॉफ्ट ने सर्च इंजन की अहमियत को कम आंका, जबकि गूगल ने इसे सही समय पर पहचान कर अपनी रणनीति को सफलतापूर्वक लागू किया।

नडेला ने कहा, कौन सोच सकता था कि सर्च इंजन वेब को व्यवस्थित करने का सबसे बड़ा तरीका बन जाएगा?

उन्होंने माना कि माइक्रोसॉफ्ट इसे समय पर नहीं समझ सका, जबकि गूगल ने इसे पहचाना और बेहतरीन तरीके से लागू किया। उन्होंने यह भी कहा कि सिर्फ तकनीकी बदलाव को समझना काफी नहीं है, बल्कि यह भी पहचानना जरूरी है कि असली लाभ कहां मिलेगा।

नडेला ने यह भी कहा कि व्यापार के तरीकों में बदलाव लाना, नई तकनीक सीखने से ज़्यादा मुश्किल होता है।

उन्होंने अपने करियर में आए कई बड़े तकनीकी बदलावों को याद किया, जैसे मेनफ्रेम कंप्यूटर से पर्सनल कंप्यूटर तक का सफर और उसके बाद क्लाइंट-सर्वर आर्किटेक्चर का विकास।

उन्होंने वेब के उभरने पर भी चर्चा की और बताया कि कैसे मोज़ेक और नेटस्केप जैसे ब्राउजर आने के बाद माइक्रोसॉफ्ट को अपनी रणनीति बदलनी पड़ी।

1992 में सन माइक्रोसिस्टम्स में काम करने के बाद माइक्रोसॉफ्ट से जुड़ने वाले नडेला ने तकनीकी दुनिया के कई बदलाव देखे हैं।

उन्होंने मैंगलोर यूनिवर्सिटी से इलेक्ट्रिकल इंजीनियरिंग की डिग्री ली है, यूनिवर्सिटी ऑफ विस्कॉन्सिन-मिल्वौकी से कंप्यूटर साइंस में मास्टर डिग्री और यूनिवर्सिटी ऑफ शिकागो से एमबीए किया है।

खुशखबरी, सरकारी बैंक ने होम और कार लोन किया सस्ता

नई दिल्ली

बैंक ऑफ महाराष्ट्र ने अपनी लोन के ब्याज दरों में कटौती करने का फैसला लिया है। इस कटौती के बाद बैंक के कस्टमर्स को काफी राहत मिलेगी। आरबीआई ने करीब 5 साल के बाद रेपो दरों में कटौती की थी।

सरकारी लेंडर बैंक ऑफ महाराष्ट्र (बीओएम) ने अपने होम और कार लोन समेत अपने खुदरा कर्ज पर ब्याज दर में 0.25 प्रतिशत की कटौती की है। भारतीय रिजर्व बैंक (आरबीआई) द्वारा रेपो दर में कटौती के बाद बीओएम ने यह कदम उठाया है। आरबीआई ने पांच साल के अंतराल के बाद गत सात फरवरी को रेपो दर को 0.25 फीसदी घटाकर 6.25 फीसदी किया था। इस दर पर बैंक, केंद्रीय बैंक से कर्ज लेते हैं। बीओएम ने रविवार को बयान में कहा कि इस कटौती के बाद होम लोन के लिए उसकी बेंचमार्क दर घटकर 8.10 फीसदी रह गई है, जो बैंकिंग उद्योग में सबसे कम दरों में से है। इसी के साथ कार लोन पर ब्याज दर घटकर 8.45 फीसदी पर आ गई है। इसी तरह, एजुकेशन लोन और रेपो से जुड़ी ऋण दर (आरएलएलआर) में चौथाई प्रतिशत की कमी आई है। बैंक ने पहले ही घर और कार लोन पर प्रोसेसिंग फीस माफ कर दिया है, इसमें कहा गया है। कम ब्याज दरों के साथ प्रोसेसिंग फीस की माफी कस्टमर्स को डबल प्रॉफिट दे रहा है। जानकारों की मानें तो जल्द ही आम लोगों को और भी फायदे मिलने वाले हैं।

इस बीच, पुणे स्थित ऋणदाता को सिटी में एक अंतर्राष्ट्रीय वित्तीय सेवा केंद्र बैंकिंग यूनिट स्थापित करने के लिए भारतीय रिजर्व बैंक की मंजूरी मिल गई है। यह शाखा भारत से ऑफशोर बैंकिंग ऑपरेशन करने वाली बीओएम की पहली इंटरनेशरनल ब्रांच के रूप में कार्य करेगी। इससे इंटरनेशनल बैंकिंग बिजनेस का विस्तार करने में मदद मिलेगी और बैंक अपने ग्राहकों को विशेष बैंकिंग सेवाएं प्रदान करने में भी सक्षम होगा।

पाकिस्तान में चैंपियंस ट्रॉफी 2025 के मैचों के दौरान आतंकी हमले का खतरा

नईदिल्ली। पाकिस्तान में इस समय खेली जा रही चैंपियंस ट्रॉफी 2025 के मैचों के दौरान आतंकी हमला होने का खतरा मंडराना शुरू हो गया है। रिपोर्ट्स के अनुसार, आतंकवादी संगठन स्लामिक स्टेट खुरासान प्रांत (आईएसकेपी) चैंपियंस ट्रॉफी के मैचों के दौरान पाकिस्तान में आतंकी हमला करने की योजना बना रहा है।

हालांकि, अभी तक आतंकी हमले का कोई विश्वसनीय स्रोत या पुख्ता साजिश सामने नहीं आई है, लेकिन सुरक्षा एजेंसियां अलर्ट हो गई है।

रिपोर्ट्स के अनुसार, भारत की खुफिया एजेंसियों को भी अपने विदेशी समकक्षों से इस संबंध में जानकारी मिली है। पाकिस्तान की खुफिया एजेंसी ने तो हमले की सूचना के बाद अलर्ट जारी कर दिया है।

बता दें कि आईएसकेपी सलाफी जिहादी समूह इस्लामिक स्टेट की एक क्षेत्रीय शाखा है जो दक्षिण-मध्य एशिया, मुख्य रूप से अफगानिस्तान और पाकिस्तान में सक्रिय है। इस संगठन ने पहले भी कई आतंकी हमलों को अंजाम दिया है।

मेटा भारत में अपने ऑपरेशंस का कर रहा विस्तार, शुरू की नई भर्ती

नई दिल्ली

दिग्गज टेक्नोलॉजी कंपनी मेटा भारत में अपने ऑपरेशंस का विस्तार कर रही है और इस कड़ी में इंजीनियरिंग और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) प्रोडक्ट स्पेशलिस्ट जैसे पदों पर भर्ती शुरू कर सकती है।

फेसबुक, इंस्टाग्राम और व्हाट्सएप की पेरेंट कंपनी मेटा ने बेंगलुरु में नया ऑफिस खोलने का ऐलान किया है।

मेटा ने अपनी वेबसाइट पर एक इंजीनियरिंग डायरेक्टर की भर्ती निकाली है जो बेंगलुरु में एक मजबूत तकनीकी टीम बनाने के लिए जिम्मेदार होगा।

यह भूमिका भारत में मेटा की दीर्घकालिक इंजीनियरिंग उपस्थिति को आकार देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी।

लिंक्डइन पर कई मेटा कर्मचारियों ने साझा किया कि बेंगलुरु सेंटर कंपनी की एंटरप्राइज इंजीनियरिंग टीम द्वारा स्थापित किया जा रहा है।

यह टीम मेटा के भीतर उत्पादकता बढ़ाने के लिए आंतरिक उपकरण बनाने पर ध्यान केंद्रित करती है।

कंपनी डेटा सेंटर संचालन और कस्टम चिप विकास सहित अपने बढ़ते एआई बुनियादी ढांचे का समर्थन करने के लिए हार्डवेयर इंजीनियर्स के पदों पर भी भर्ती कर रही है।

मेटा ने भारतीय बाजार में 2010 में प्रवेश किया था। कंपनी के गुरुग्राम, नई दिल्ली, हैदराबाद, मुंबई और बेंगलुरु में ऑफिस हैं।

मौजूदा समय में देश में मेटा का अधिकांश कार्यबल बिक्री, विपणन, व्यवसाय विकास, संचालन, नीति, कानूनी और वित्त जैसे कार्यों में लगा हुआ है।

वहीं, बेंगलुरु के नए ऑफिस में कंपनी की इंजीनियरिंग टीमें होंगी।

मेटा के प्रवक्ता के मुताबिक, कंपनी छोटी संख्या में बेंगलुरु में पेशेवर इंजीनियर्स की भर्ती करने की योजना बना रही है।

भारत मेटा के लिए सबसे बड़ा बाजार है, जहां एक अरब से अधिक लोग फेसबुक, इंस्टाग्राम और व्हाट्सएप सहित कंपनी के प्रोडक्ट्स का उपयोग करते हैं।

मोहम्मद हफीज ने विराट कोहली को बताया असली किंग, बाबर आजम पर दिया अहम बयान

नईदिल्ली

चैंपियंस ट्रॉफी 2025 में रविवार को खेले गए अहम मुकाबले में भारतीय क्रिकेट टीम ने पाकिस्तान को 6 विकेट से हरा दिया।

इस मैच में जहां पाकिस्तान के सलामी बल्लेबाज बाबर आजम 23 रन बनाकर पवेलियन लौट गए, वहीं भारतीय दिग्गज विराट कोहली (100*) ने 51वां शतक जडक़र भारत को आसान जीत दिलाई।

मैच के बाद पाकिस्तान के पूर्व बल्लेबाज मोहम्मद हफीज ने बाबर की जमकर आलोचना करते हुए कहा कि विराट कोहली क्रिकेट के असली किंग हैं।

हफीज ने मैच के बाद गेम ऑन है शो पर कहा, बाबर आजम असली किंग नहीं हैं। यह विराट कोहली हैं। उनके प्रदर्शन को देखिए। उन्होंने पूरी दुनिया में अपना दबदबा बनाया है। अपनी पीआर मशीनरी से बाहर निकलिए। हमें एक परफॉर्मर की जरूरत है।

उन्होंने आगे कहा, मुझे बाबर आजम बताइए, पिछले 10 सालों में सबसे बेहतरीन पाकिस्तानी खिलाड़ी कौन है। मुझे भारत के खिलाफ उनका कोई भी एक अच्छा प्रदर्शन तो बता दीजिए।

हफीज ने कहा, हम हमेशा शोएब अख्तर के भारत के खिलाफ प्रदर्शन को क्यों याद करते हैं। भारत-पाकिस्तान मैच में यूनिस खान का नाम बड़ा क्यों होता है। शोएब मलिक ने भारत के खिलाफ शानदार प्रदर्शन किया है।

उन्होंने कहा, बाबर, इंजमाम-उल-हक नहीं हैं। इंजी भाई कठिन परिस्थितियों में पाकिस्तान के लिए मैच जीतते थे। बाबर ने आज तक भारत के खिलाफ एक मैच नहीं जीता है। ऑस्ट्रेलिया या इंग्लैंड में उन्होंने कभी भी पाकिस्तान को जीत नहीं दिलाई है।

चैंपियंस ट्रॉफी में पाकिस्तान ने पहले खेलते हुए बाबर (23) और इमाम उल हक (0) के रूप में शुरुआती 2 विकेट जल्दी खो दिए।

उसके बाद सऊद शकील (62) और मोहम्मद रिजवान (46) ने शतकीय साझेदारी की। आखिर में खुशदिल शाह (38) ने टीम को 241 के स्कोर तक पहुंचाया।

जवाब में भारत से रोहित शर्मा (20), शुभमन गिल (46), कोहली (100*) और अय्यर (56) की पारियों की बदौलत 42.3 ओवर में 4 विकेट खोकर लक्ष्य हासिल कर लिया।

विराट कोहली ने रिकी पोंटिंग का बड़ा रिकॉर्ड तोड़ा, बने तीसरे सर्वाधिक रन बनाने वाले खिलाड़ी

नईदिल्ली

स्टार भारतीय बल्लेबाज विराट कोहली ने अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में ऑस्ट्रेलिया के पूर्व दिग्गज खिलाड़ी रिकी पोंटिंग के एक बड़े रिकॉर्ड को तोड़ दिया है।

कोहली अब अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट के सभी प्रारूपों में मिलाकर तीसरे सबसे ज्यादा रन बनाने वाले खिलाड़ी बन गए हैं।

उन्होंने दुबई इंटरनेशनल क्रिकेट स्टेडियम में आईसीसी चैंपियंस ट्रॉफी 2025 में पाकिस्तान के खिलाफ मैच के दौरान यह उपलब्धि हासिल की।

कोहली ने इस मैच में शानदार शतक लगाते हुए अपनी टीम को जीत दिलाई।

18 अगस्त, 2008 को श्रीलंका के खिलाफ अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में डेब्यू करने वाले कोहली ने अब तक टेस्ट मैचों में 9,230 रन और वनडे में 14,085 रन बनाए हैं।

उन्होंने 4,188 रन बनाकर टी-20 अंतरराष्ट्रीय मैचों से संन्यास ले लिया था।

अब तीनों प्रारूपों में मिलाकर उनके 27503 रन हो गए हैं।

पोंटिंग के नाम अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट में 27,483 रन दर्ज हैं। कोहली अब केवल सचिन तेंदुलकर (34,357) और कुमार संगाकारा (28,016) से पीछे हैं।

कोहली ने मैच में अपना 51वां वनडे शतक लगाया। उनका यह वनडे शतक 465 दिन बाद आया है। उनका अंतिम वनडे शतक नवंबर, 2023 में विश्व कप 2023 के सेमीफाइनल में न्यूजीलैंड के खिलाफ आया था।

इसके साथ कोहली सबसे तेज 14,000 वनडे रन बनाने वाले बल्लेबाज (287 पारी) भी बने हैं।

मैच की बात करें तो भारतीय टीम ने पाकिस्तान से मिले 242 रनों के लक्ष्य का आसानी से पीछा करते हुए मैच जीत लिया।

आज का राशिफल

मेष- आपका दिन व्यस्तता से भरा रहेगा। आज आपको पुरानी बातों के झंझट में पडऩे से बचना चाहिए। छोटी-छोटी बातों पर गुस्सा करने से कुछ लोग आपका विरोध कर सकते हैं, आपको अपने गुस्से पर नियंत्रण रखना चाहिए।

वृष- आज आपका दिन उमंग से भरा रहेगा। व्यापार को बढानें के कुछ नए तरीके आपके दिमाग में आयेंगे। आप अपनी बातों को अपने पिता से जरूर शेयर करें, इससे जीवन में चल रही परेशानियों का हल मिलेगा।

मिथुन- आज नए कार्यों करने में आपको भाग्य का पूरा साथ मिलेगा। आपका मन ईश्वर की भक्ति में लगा रहेगा, आप किसी मंदिर जा सकते हैं जहां आपको ख़ुशी मिलेगी। करियर में आप नये आयाम स्थापित करेंगे।

कर्क- आज आपका दिन व्यस्तता में बीतेगा। बॉस आपको नयी जिम्मेदारी सौंप सकते हैं, जिसे आप पूरी लगन और मेहनत से करेंगे, काम को लेकर आपकी तारीफ होगी। आपके आय के नए स्रोत बनेंगे, आपका आर्थिक पक्ष मजबूत रहेगा।

सिंह- आज का दिन आपके अनुकूल रहेगा। आज रोजमर्रा के कामों में आपको ज्यादा समय लग सकता है। आज कारोबार में पैसा लगाने से पहले बड़ो की राय लेना आपके लिए बेहतर होगा। बड़े बुजुर्गों के पैर छुए, धन-धान्य में बढ़ोतरी होगी।

कन्या- आज आपका दिन फेवरेबल रहेगा। आज घर के बड़ो की मदद से आपका जरूरी काम पूरा हो जायेगा। किसी रिश्तेदार से आपको अच्छी खुशखबरी मिलेगी। जीवनसाथी आज आपकी हर बात समझने की कोशिश करेंगे, इससे रिश्ते में नयापन आयेगा।

तुला- आज का दिन आपके लिए अच्छा रहेगा। आज परिवार वालों की सलाह आपके लिये महत्वपूर्ण रहेगी। आज आपके भौतिक सुख-सुविधाओं में बढ़ोतरी होगी। छात्र आज कुछ नया करने की कोशिश करेंगे, आपको अपने दिनचर्या में कुछ बदलाव करने की जरुरत है।

वृश्चिक- आज का दिन आपके लिए अच्छा रहेगा। आज आपके विरोधी आपके काम की सराहना करेंगे। आज आप अपनी बुद्धिमानी से सब काम संभाल लेंगे। नौकरी करने वाले लोगों को सहयोगीयो से मदद मिलेगी, जिससे आपका कार्य जल्दी पूरा हो जायेगा।

धनु- आज का दिन आपके लिए व्यस्तता से भरा रहने वाला है। आज रूका हुआ धन वापस मिलेगा, जिससे आपकी आर्थिक स्थिति और मजबूत होगी। आज आप समाजिक कार्यों में सहयोग देने की सोचेंगे।

मकर- आज का दिन आपके लिए बेहतर रहने वाला है। आज ऑफिस में सहयोगी आपके विचारों से प्रभावित होंगे, लेकिन दूसरों के कामों में दखल देने से आपको बचना चाहिए।

कुंभ- आज आपका दिन शानदार रहने वाला है। अचानक हुये धन लाभ से आज अपनी जरुरत का सामान खरीदेंगे। दाम्पत्य जीवन में और मधुरता आएगी। राजनीति से जुड़े लोगों के लिये आज का दिन काफी अच्छा रहने वाला है।

मीन- आज का दिन आपके लिए खुशियाँ लेकर आया है। आज शुभ समाचार मिलने के संकेत नजर आ रहे हैं। आपके मन में किसी व्यक्ति की मदद करने का भाव आयेगा। कुछ लोग आपके विरुद्ध प्लानिंग कर सकते हैं।

बॉक्स ऑफिस पर नहीं रुक रही छावा की आंधी, 400 करोड़ के करीब विक्की कौशल की फिल्म

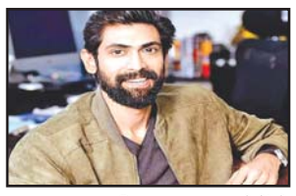
वैलेंटाइन डे के मौके पर रिलीज हुई विक्की कौशल की छावा पर दर्शक खूब प्यार लुटा रहे हैं. छत्रपति संभाजी महाराज की वीरता की गाथा लोगों के दिलों में छा गई है साथ ही फिल्म बॉक्स ऑफिस पर भी ताबड़तोड़ कमाई कर रही है. दूसरे संडे से पहले ही फिल्म ने वर्ल्डवाइड 300 करोड़ का आंकड़ा पार कर लिया था और अब फिल्म ये वीकेंड खत्म होने तक 400 करोड़ का आंकड़े से कुछ कदम ही दूर है.

विक्की कौशल की फिल्म ने रिलीज के 9वें दिन 87.23त्न की बढ़ोतरी दर्ज करते हुए 44 करोड़ की कमाई की है. इसके साथ फिल्म नौ दिनों में 286.75 करोड़ का घरेलू कलेक्शन कर लिया है. वर्ल्डवाइड कलेक्शन का आंकड़ा अभी सामने नहीं आया है लेकिन 8 दिनों में छावा ने 338.75 करोड़ का कलेक्शन कर लिया है. 9वें दिन फिल्म 400 करोड़ (अनुमानित) के आसपास होगी.

दिलचस्प बात ये है कि छावा, उरी द सर्जिकल स्ट्राइक को पछाडक़र विक्की कौशल की सबसे कमाऊ फिल्म बन गई है. उरी का लाइफटाइम कलेक्शन 245.36 करोड़ रूपये था वहीं वर्ल्डवाइड कलेक्शन 342.06 करोड़ रहा था. इस हिसाब से छावा विक्की के करियर की बिगेस्ट हिट बन गई है.

छावा के साथ बॉक्स ऑफिस पर हाल ही में रिलीज हुई अर्जुन कपूर, भूमि पेडनेकर और रकुल प्रीत सिंह की मेरे हसबैंड की बीवी चल रही है. ये फिल्म 21 फरवरी को सिनेमाघरों में रिलीज हुई. लेकिन छावा की कमाई पर इसका कोई असर नहीं पड़ा. इसके अलावा थिएटर में साउथ फिल्म थंडेल, कैप्टन अमेरिका और सनम तेरी कसम (री रिलीज) भी चल रही है.

राणा दग्गुबाती-प्रियदर्शी की फिल्म को मिला टाइटल, आनंदी-सुमा कनकला भी आएंगे नजर



फिल्म लीडर से अपने अभिनय की शुरुआत करने वाले साउथ अभिनेता राणा दग्गुबाती ने बाहूबली में भल्लालदेव के किरदार से दर्शकों के बीच अमिट छाप छोड़ी है। राणा जल्द ही प्रियदर्शन की फिल्म में नजर आएंगे, जिसका टाइटल नाम सामने आ चुका है।

अप्रैल 2024 में, श्री वेंकटेश्वर सिनेमा एलएलपी (एसवीसीएलएलपी) ने प्रियदर्शी अभिनीत एक रोमांचक नई परियोजना की घोषणा की जा चुकी है, लेकिन उसका टाइटल तय नहीं हुआ था। यह फिल्म अब चर्चा में है क्योंकि निर्माताओं ने इसके शीर्षक का खुलासा किया है। फिल्म का टाइटल है प्रेमांटे। टैगलाइन थ्रिल-यू प्राप्तिरस्तु के साथ, फिल्म में आनंदी मुख्य महिला भूमिका में हैं, जबकि लोकप्रिय तेलुगु एंकर सुमा कनकला एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं।

काम के दौरान थकान होने पर लें जापानी इनेमुरी झपकी

रोजाना ऑफिस में काम करते-करते थकान होना लाजमी है। इसके कारण ऊर्जा कम हो जाती है, तनाव बढऩे लगता है और उत्पादकता पर भी नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। हालांकि, काम के बीच केवल ब्रेक लेकर थकान को मिटाया नहीं जा सकता है। ऐसे में आप जापान की एक लोकप्रिय प्रथा को अपना सकते हैं, जिसे इनेमुरी झपकी यानि इनेमुरी नैप कहा जाता है। आइए इसके फायदे और करने का तरीका जानते हैं।

क्या होती है इनेमुरी झपकी?

इनेमुरी भीड़-भाड़ वाली जगहों पर झपकी लेने की एक सदियों पुरानी जापानी तकनीक है। इसके दौरान कर्मचारी अपने-अपने कार्यस्थलों पर ही आराम करते हैं।

यह प्रथा इसलिए शुरू की गई थी, क्योंकि जापान में लंबे समय तक काम करना आम माना जाता है और कर्मचारियों को आराम का समय नहीं मिल पाता है।

इनेमुरी में छोटी-छोटी झपकियां लेना शामिल होता है, जो दिमाग को तारों-ताजा करने और ऊर्जा को बढ़ाने में मदद करती हैं।

कैसे करें इनेमुरी झपकी का अभ्यास?

इनेमुरी झपकी लेने से पहले अपने मोबाइल में टाइमर लगा लें, ताकि आप देर तक न सो जाएं। अब एक आरामदायक अवस्था में बैठ जाएं और अपनी आखों को बंद कर लें।

अपने शरीर और दिमाग को आराम देने के लिए गहरी सांसें लें, जिसके बाद आपको नींद आ जाएगी। 15 से 20 मिनट की झपकी के बाद धीरे-धीरे आखें खोलें और स्ट्रेचिंग करें।

जब आप अपनी झपकी से उठेंगे तो आपको ऊर्जावान और सक्रीय महसूस होगा।

इनेमुरी झपकी के फायदे

इनेमुरी के दौरान छोटी-छोटी झपकियां ली जाती हैं, जो आपको अधिक सतर्क और केंद्रित महसूस करने में मदद कर सकती हैं।

इस प्रथा के जरिए कोर्टिसोल के स्तर को कम किया जा सकता है, जो तनाव पैदा करने वाला हार्मोन होता है।

साथ ही, इस तकनीक को अपनाने से आपकी रचनात्मक क्षमता बढ़ सकती है, तनाव से छुटकारा पाया जा सकता है और मूड भी बेहतर हो सकता है।

आप खुश रहने के लिए ये जापानी आदतें अपना सकते हैं।

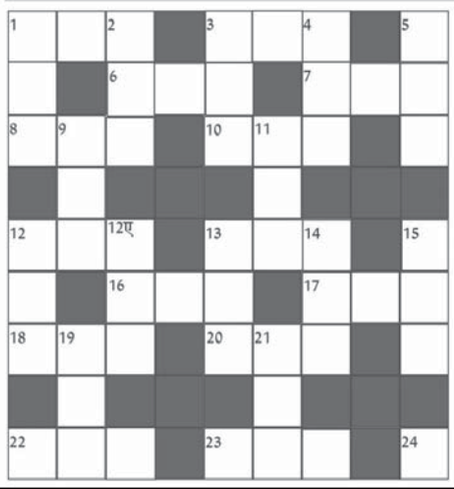
शब्द सामर्थ्य- 337

बाएं से दाएं

1. बात, घटना, माजरा, मुकदमा (उर्दू) 3. अलावा, अतिरिक्त 6. प्रेम, इच्छा 7. मां का बच्चे के प्रति प्रेम 8. गलती, जुर्म, गुनाह, दोष 10. मग्न, लीन, खुश, प्रसन्न 12. धनुष, समादेश, फौजी टुकड़ी 13. एक कल्पित पत्थर जो लोहे को छूकर सोना बना देता है 16. हिम्मत, साहस, सामर्थ्य 17. बनावटी, अनुकृति, असली का विलोम 18. अबोध, नासमझ 20. ब्रह्मापुत्र एक प्रसिद्ध हरिभक्त देवर्षि 22. गहरा नीला, काला 23. व्याकुल, बेसब्र 24. मन, चित्त, आदरसूचक तथा सहमति सूचक एक शब्द।

ऊपर से नीचे

1. स्वामी, नाथ 2. बेबस, मजबूर, विवश 3. अन्याय, अत्याचार, जुल्म 4. मध्य एशिया का एक देश 5. पुस्तक 9. बहादुर, वीर 11. सैनिक विद्रोह 12. नीच, अधम 12 ए. प्रणाम, झुकना 13. भरण-पोषण करना, परवरिश करना, छोटा झूला, हिंडोला 14. प्रमाण, प्रमाणिक कथन 15. स्वाभाविक ढंक, योग्यता, लियाकत, सभ्यता और शिष्टता, शऊर (उ.) 19. बिजली, तड़ित 21. रात में दिखाई न पड़ने का नेत्र संबंधी रोग।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 336 का हल

प	सं	द		सिं	हा	स	न	
ख		म	ज	दू	र		का	म
वा	द	क		र		सं	ब	ल
ड़		ल	ज्जा		म	स्का		य
	बा			बि	हा	र		
सु	धा	क	र		न			औ
रं		म		कि	ता	ब		स
ग		अ	र	सा		हु	ज्ज	त
	श	क्ल		न	मि	त		न

सू-दोकू- 337

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.336 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