







## मुहर्म की झलकियाँ

## कर्बला चौक पर लगा भेला मेला

कर्बला चौक पर वर्षों से मोहर्म के अवसर पर मेला लगता चला आ रहा है। इस वर्ष भी बड़े पैमाने पर मेला लगा जहां बद्दों के साथ बढ़े भी धूमते फिरते नजर आए। बच्चे खिलौना और हिंडोला चढ़ते नजर आए।

## सभी अखाड़ा पर मोहर्म कमेटी की नजर



सेंट्रल मोहर्म कमेटी रांची इस बार चौकस नजर आई। शहर में निकलने वाले सभी अखाड़े पर कमेटी नजर बाहर हुए थे। किसी तरह कि कोई अनहोनी ना हो इसका

खास खाल रखा जा रहा था। मोहर्म कमेटी के महासचिव अकील उर रहमान, अपाना बालाम, मोहम्मद इस्लाम, जावद गही, और इनके सेकेन्डरी बैक्स भी हुए थे। और जुलूस की निगरानी कर रहे थे।

## सैकड़ों शिविर लगाकर हुआ स्वागत



इस बार जुलूस में चलने वालों को परेशानी ना हो।

इसका खाल रखते हुए सैकड़ों शिविर जगह जगह लगाए गए थे जहां पर

पानी, शरबत,

खिड़ा, मीठा, जर्दा, फल फ्रूट, आदि का लंगर बढ़ता रहा।

## खबर मन्त्र संवाददाता

रांची। इमाम-ए-हुसैन की कुबार्नी की याद में मुहर्म के पहलाम का जुलूस शनिवार को निकाला गया। देशभक्ति गीत और या अली या हुसैन के नारों से पूरा शहर गूंज उठा। अपने अपने क्षेत्र से जुलूस दिन के करीब 11 बजे निकला। सभी जुलूस अल्बर्ट एका चौक के पास पहुंचा। अल्बर्ट एका चौक से जुलूस टैक्सी स्टैंड लेक रोड, मिलन चौक, उर्दू लाइब्रेरी, सर्जना चौक, शहीद चौक, और महावीर चौक तक गया। जुलूस में देशभक्ति और भाईचारे की झलक दिख रही थी। कई जुलूस तिर्यों के साथ निकले थे। जुलूस में शामिल हर हुसैनी इस्लाम जिंदा होता है हर कर्बला के बाद..। कर्बला की अजमत को लाखों सलाम, नाना के लाडले को लाखों सलाम... आदि नारे लगाते हुए जोरां से लोग हुसैन और जंग लड़ने वालों को पानी तक नक्कीर आलाम, डॉ एम हसनेन, सोहेल सईद, हाजी साहब अली आदि ने जुलूस का ख्याल लिया। वहीं हसैन मदिर पर सद्भावना समिति, महानगर दुर्गा पूजा समिति, श्री महावीर मंडल के पदाधिकारियों ने जुलूस का ख्याल लिया। जय सिंह यादव, पूर्व केंद्रीय मंत्री युहोधाकांत सहाय, महावीर मंडल के अध्यक्ष राजीव रंजन मिश्र, अंजुमन इस्लामिया के अध्यक्ष हाजी मुखार, अंजुमन के महासचिव डॉवर्टर तारिक, समेत कई लोगों ने जुलूस का ख्याल लिया। घोड़े पर धार्मिक संगठनों ने अखाड़ा के खलीफा और पदाधिकारियों पो गाड़ी, फूल माला पहनाकर और गले लगाकर ख्याल लिया।

## जुलूस में देशभक्ति, भाईचारे और सद्भावना की दिखी झलक



## जुलूस में शामिल लोगों की पिलाया शर्वत

मान्यता के अनुसार कर्बला की लड़ाई में शाहदार पानी की खाली इमाम हुसैन और जंग लड़ने वालों को पानी तक नक्कीर आलाम, डॉ एम हसनेन, सोहेल सईद, हाजी साहब अली आदि ने जुलूस का ख्याल लिया। वहीं हसैन मदिर पर सद्भावना समिति, महानगर दुर्गा पूजा समिति, श्री महावीर मंडल के पदाधिकारियों ने जुलूस का ख्याल लिया। जय सिंह यादव, पूर्व केंद्रीय मंत्री युहोधाकांत सहाय, महावीर मंडल के अध्यक्ष राजीव रंजन मिश्र, अंजुमन इस्लामिया के अध्यक्ष हाजी मुखार, अंजुमन के महासचिव डॉवर्टर तारिक, समेत कई लोगों ने जुलूस का ख्याल लिया। घोड़े पर धार्मिक संगठनों ने अखाड़ा के खलीफा और पदाधिकारियों पो गाड़ी, फूल माला पहनाकर और गले लगाकर ख्याल लिया।

## जुलूस पर गुलाबजल की बौछार

सेंट्रल मोहर्म कमेटी की ओर से लगाए गए स्टैंटों पर जुलूस को रोक कर उपाध्यक्ष आताम, डॉ एम हसनेन, सोहेल सईद, हाजी साहब अली आदि ने जुलूस का ख्याल लिया। वहीं हसैन मदिर पर सद्भावना समिति, महानगर दुर्गा पूजा समिति, श्री महावीर मंडल के पदाधिकारियों ने जुलूस का ख्याल लिया। जय सिंह यादव, पूर्व केंद्रीय मंत्री युहोधाकांत सहाय, महावीर मंडल के अध्यक्ष राजीव रंजन मिश्र, अंजुमन इस्लामिया के अध्यक्ष हाजी मुखार, अंजुमन के महासचिव डॉवर्टर तारिक, समेत कई लोगों ने जुलूस का ख्याल लिया। घोड़े पर धार्मिक संगठनों ने अखाड़ा के खलीफा और पदाधिकारियों पो गाड़ी, फूल माला पहनाकर और गले लगाकर ख्याल लिया।

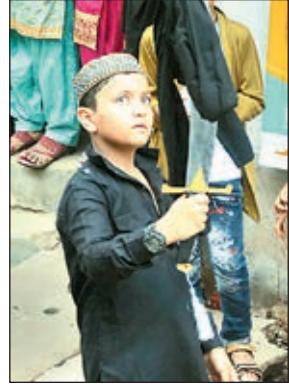
ये झांकी रहे आकर्षक का केंद्र  
दृश्यमान-3  
डराडा हाथीजाला का 18 फैट का तंजिया  
लोहरा कोचा का 15 फैट ऊचा तंजिया



इन इलाकों से निकला जुलूस ध्वताल अखाड़ा, इमामा बख्ता अखाड़ा, हरमू मुहर्म कमेटी, थड़पखना मुहर्म कमेटी, गाड़ी खाना मुहर्म कमेटी, मोराबादी मुहर्म कमेटी, लालपुर मुहर्म कमेटी, लीलू अली अखाड़ा मुहर्म कमेटी, समेत चार दर्जन से अधिक अखाड़ा से निकाला गया।

## हिंदू-मुस्लिम एकता का प्रतीक है मुहर्म

सेंट्रल मुहर्म कमेटी के महासचिव अंसुरुहमान ने बताया कि मुहर्म हिंदू-मुस्लिम एकता का प्रतीक रहा है। वह परपरा लंबे समय से चली आ रही है। मुहर्म के दौरान रांची की एकता देखने लायक होती है। वहां महावीर मंडल सहित कई समाजिक संगठनों के लोग शामिल होते हैं।



## महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत



महावीर चौक पर परंपरा को आगे बढ़ाते हुए परंपरा रही है क्या मोहर्म जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत सेंट्रल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर परंपरा को आगे बढ़ाते हुए परंपरा रही है क्या मोहर्म जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।

महावीर चौक पर जुलूस का स्वागत महावीर मंडल द्वारा किया जाता रहा है और रामनवमी दुर्गा पूजा आदि का स्वागत महावीर मंडल मोहर्म कमेटी द्वारा किया जाता रहा है।





## इटकी : गड्ढे ने गिरी कार, दो घायल

इटकी। इटकी बाबौदा मार्ग पर पुराना थाना के समीप इटकी कार अनियंत्रित होकर गड्ढे में गिर गया। जिससे कार में सवार आशीष मिंज व औरेंज मिंज जखी हो गए। मौके पर इटकी पुलिस ने कार को ग्रामीणों के मदर से बाहर निकाल कर थाना ले आयी। थाना प्रभारी के मुताबिक लालक शराब के नेश में कार चलाते थे जिसकी फाई ओर जरहा था। इसी दौरान असरुतित होकर कार गड्ढे में गिर गयी।

## सोनाहातू पूर्वी आजसू कमेटी की बैठक

सोनाहातू। आजसू पाटी की एक आश्रयक बैठक शिनिवार को होसाडी हांग विश्वास राधाराम मन्दिर परिसर में संपन्न हुई। जिसमें सगढ़न की मजबूती के विषयों पर चर्चा की हुई। इसके साथ-साथ किसानों को प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि नहीं मिलने के विषय पर भी विचार-विवरण किया गया और नाराजगी जाहाझ गई। बैठक में मुख्य रूप से बसंत महीने, संतोष गुप्ता, प्रभारी बर्मा, बिद्युषण सिंह मुड़ा, बसंत पातर, विश्वास राधाराम, सुकुमार मुड़ा, गौरी नाथ मुड़ा, राजराम मुड़ा, हरी मुड़ा, कृष्ण कुमार मुड़ा, रविन्द्र मुड़ा, मनाथ मुड़ा, बुधुआ अहीर समेत सभी कार्यकारीओं को प्रखड अध्यक्ष रमेश मुड़ा ने सगढ़न के प्रति जागरूक रहने को कहा।

## बैडो ने एकल अनियान संच की नासिक बैठक बैडो। एकल अभियान बैडो संच की मासिक समीक्षा बैठक का आयोजन शिनिवार को किया गया। बैठक में गांव के सांसारीं विकास पर व्यापक चर्चा की गई। वहीं बैठक में बैडो संच एकल अभियान से जुड़े सभी आरायों को पेन एवं कापी देकर सम्मानित किया गया। साथ ही फल एवं मिठाई की वितरण किया गया। वहीं मोके पर बैडो एकल अभियान प्रमुख सुकुमार महोत्सव प्रमुख वर्तमान सिंह संस्कार प्रमुख मुकेश कुमार रायएआर्या मुनी लकड़ाए लक्षण महली गीत देवी विष्णु साहू भोला महतो व अरती कुमारी आदि मौजूद थे।

## तमाङ विधानसभा युवा कांग्रेस कमेटी का विस्तार

तमाङ। युवा कांग्रेस के प्रदेश अध्यक्ष अभियानी राज के निर्देश पर तमाङ विधानसभा युवा कांग्रेस अध्यक्ष नीतीश पांडे ने तमाङ विधानसभा कमिटी का विस्तार किया है। कमेटी में दो उपाध्यक्ष, चार महासचिव, आठ सचिव और एक मंडिया प्रमारी बायां गया। नीतीश पांडे ने कहा कि बहुत जल्द तमाङ, तुंग, अडकी प्रखड अध्यक्षों सहित कमिटी की योग्यता होगी। कमेटी में उपाध्यक्ष त्रिलोचन सिंह मुण्डा, कुदरात हुसैन, महासचिव उमेश चंद्र महली, राजीव कुमार मुण्डा, राजकुमार सत्पर्माण, राम, सचिव गुरुप्रसाद, अरविंद कुमार, शंकर राम, सचिव प्रमुख रमेश मुण्डा, राजीव कुमार, शंकर राम, राजेश विंग मुण्डा, जानीवी महतो, तौसिक अहमद, जिंदेंद्र मुण्डा, मीडिया प्रभारी दीपचंद मधेश्वरी व मध्यसूदन प्रमाणिक मनोनित किए गए हैं।

## राहे प्रखड ने जना

## चाल नजुमदार का शहादत दिवस

राहे। भाकपा-माले के संस्थापक महासचिव कोंचारू मजूमदार का 51वां शहादत दिवस राहे प्रखड के गोमदा, मांडीठी, बेराबोडा और इडिसेरोंग ब्रांव में मनाया गया। छान्डोलालोंग में साथीयों के तरसीर पर मर्यादियों और दो मिनट की मौन धारण कर श्रद्धाजली दी गई। केन्द्रिय कमिटी के आहान पत्र का पाठ किया गया। वर्ताओं ने कहा कि 70 के दशक में कौव वारू मजूमदार ने नक्सलाती के किसान का नेतृत्व किया। आजादी के बाद सामी-जमीदारों के खिलाफ संर्वांग किया। इसमें दामोदर प्रजापाति, दिलाप माझी, डोमन मुंडा छोलाला महतो, सुरज मुंडा, राजकिशोर लोहरा, योगेश्वर मुंडा, वाणीश्वर माझी, राजू मुंडा आदि मौजूद थे।

# अकीदत के साथ मना मुहर्म, निकले जुलूस

## जगत इमाम हुसैन श्रद्धा के साथ किये गये याद

### खबर मन्त्र संवाददाता



रात में निकले मुहर्म के जुलूस में शामिल अखाड़ेधारियों।

### सुरक्षा के थे कड़े प्रबंध

इमाम हुसैन के शहादत की याद में रोजे रखे गये। कुरआनखानी भी की गयी। हुड़हुरी नयंटोली का जुलूस एवं कार्यक्रम को केंद्र रहा।

फुटकलटोली, सिमलिया, अग्नु, भोंडा, विजुलोली, कोटा, चालानेली, तिराग, बाजपुर, हिंसरो, पाली, अमाटांड, चंडी, मुरू, बड़कलटोली, चितरकोटा, पुर्णियो, पिर्पा व अलकमर कॉलोनी के इमामबाड़े में प्रतिहार पड़ी गयी।

अजय नाथ शाहदेव, भरत कांसी, अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा थी।

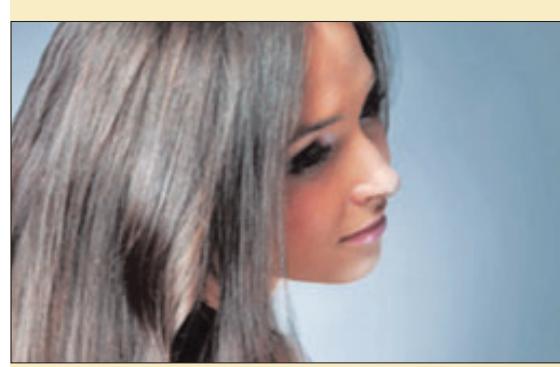
जुलूस के लिए शाम प्रातासन की ओर से सुरक्षा के पुख्ता इतजाम किये गये।

अंसारी, राजीव रंजन मिश्र, सुमन निर्वला भगत, थानेदर सपन महथा





## फूड पॉइंजनिंग में नींबू पानी पीने से मिलता आराम



गर्मी में फूड पॉइंजनिंग एक आम समस्या है। इसमें न सिर्फ पेट मरोड़ के साथ दर्द होता है, बल्कि डायरिया, उल्टी जैसी समस्याएं भी होती हैं। इसका मुख्य कारण गंदा यानी दूषित पानी पीना है। बर्फ गोला और गन्ने के जूस में बर्फ इस्तेमाल होता है, इससे भी यह संक्रमण हो सकता है। इसी तरह सड़कों के किनारे बिकने वाले सम्पासे, कचौरियों के साथ चटनी या पतासी के पानी के कारण भी ऐसा हो सकता है।

गर्मी में फूड पॉइंजनिंग एक आम समस्या है। इसमें न सिर्फ पेट मरोड़ के साथ दर्द होता है, बल्कि डायरिया, उल्टी जैसी समस्याएं भी होती हैं। इसका मुख्य कारण गंदा यानी दूषित पानी पीना है। बर्फ गोला और गन्ने के जूस में बर्फ इस्तेमाल होता है, इससे भी यह संक्रमण हो सकता है। इसी तरह सड़कों के किनारे बिकने वाले सम्पासे, कचौरियों के साथ चटनी या पतासी के पानी के कारण भी ऐसा हो सकता है।

पानी के कारण भी ऐसा हो सकता है। जानते हैं कुछ घटेलू उपायों के बारे में-दही-तुलसी पीने खाएं।

एक कटोरी दही लीजिए और उसमें तुलसी की पत्तियां, काली मिर्च और थोड़ा-सा नमक डालें। दिन में दो बार इसका सेवन करें। तुलसी की पत्तियों को पानी और चाय की पत्ती के साथ उबलाकर काढ़ा बना लें और दिन में दो बार लें। आप चांदे तो हल्की-सी चीजों भी डाल सकते हैं।

नींबू व सेब का सिरका खाली पेट नींबू पानी पीना चाहिए। इससे पेट के बैक्टीरिया मरते हैं। नींबू के रस में शहद मिलाकर भी लें। सेब का सिरका शरीर का मेटाबोलिज्म बढ़ाता है। वह पेट की अम्लीयता कम करता है। इसलिए खाने से खाली पानी में फूड पॉइंजनिंग में आराम मिलता है।

काली त्वचा को गोरा बनायें नींबू से :

रस निकालने के बाद नींबू के छिलकों

## फ ल-सब्जियों के छिलकों को हम जबकि ये छिलके भी स्वास्थ्य और सौंदर्य संबंधी अनेक

समस्याओं को दूर कर सकते हैं आयुर्वेद में सौंदर्यवर्धन हेतु छिलकों के प्रयोग को पुरानी पारंपरा रही है।

झाइयों को खत्म करें सतरे और नींबू के छिलकों से : सतरे और नींबू के छिलकों को सुखाकर महीने पीस लें इस चर्च में गाय का कच्चा दूध और थोड़ा गुलाबजल मिलाकर चेहरे पर उबटन की भाँति लगाएं सख्त जाने पर ताजे पानी से चेहरे पर धो लें इस प्रयोग से चेहरे पर पड़ी ज़ाइयां मिट जाती हैं।

अनार और संतरे के छिलकों से मुहासे का खात्वा : अनार और संतरे के छिलकों को हल्दी के साथ पीस लें इसमें थोड़ा-सा नींबू का रस मिलाकर चेहरे पर नियमित लगाने से मुहासों में काफी लाभ मिलता है।

काली त्वचा को गोरा बनायें नींबू से :

रस निकालने के बाद नींबू के छिलकों

को फेंके नहीं कोहनी, घुटनों, उंगलियों के पोर और तलवों पर इन्हे रगड़े इससे इन स्थानों पर जमी मैल आसानी से सफ हो जाती है और वहां की त्वचा भी कोमल हो जाती है।

## जाने आपकी त्वचा कैसी है?

■ टमाटर में त्वचा संबंधी कई प्रकार के विद्यमान, साइटिक एसिड, खनिज, क्षार आदि जौनूद होने के कारण टमाटर एक प्रकार का सौंदर्यवर्धक है, जिसे नींबू दिये गए तीरों से प्रयोग करके सौंदर्य में निखार लाया जा सकता है।

■ टमाटर के सुप में काली मिर्च डालकर नियमित पीने से कजियत दूर होती है, जिससे चेहरे पर वर्मक और शरीर में चुस्ती बरकरार रहती है।

■ टमाटर दूषित रक्त का शोधन करते हैं तथा चेहरे की त्वचा को गुलाबी आभा

■ टमाटर में त्वचा संबंधी कई प्रकार के विद्यमान, साइटिक एसिड, खनिज, क्षार आदि जौनूद होने की मोटी-मोटी गोंदों का ठाट कर गालों और आंखों के नींबू रखने से झाइयां और आंखों के काले धेरे हमेशा के लिए जिम जाते हैं।

■ सावानी ज्ञा टमाटर गुणकारी होने के बावजूद अत्यधिक मात्रा में सेवन करने से शरीर को हानि पहुंचाते हैं टमाटर की क्षार वाही क्वाय प्रत्येक बीज की अति खराब होती है जैसे झा पश्चरी के रोगियों को टमाटर का सेवन नहीं करना चाहिए अगर आप टमाटर के लाभ उठाना ही चाहते हैं तो आपको

जलने के निशान मिटायें पीते से : अक्सर महिलाएं किचन में खाना बनाने समय जल जाती हैं और उसके निशान पड़ जाते हैं इन निशानों पर पीते के छिलकों को रगड़ने से ये धीरे-धीरे मिट

## फलों के छिलकों और टमाटर से सौंदर्य कैसे निखारें

आप यह जानकर आश्चर्य करेंगे कि फलों के छिलकों और टमाटर सुन्दरता के लिए कितने फायदेमंद होते हैं यहाँ इस आर्टिकल में आज हम आपको इनके बारे में बतायेंगे इनमें से कुछ सरल और सफल प्रयोगों का विवरण यहाँ प्रस्तुत किया जा रहा है।

जांगों संतरे एवं नींबू के छिलकों से पाये

दांतों की चमक बढ़ाए नींबू के छिलकों से : इसी तरह दांतों को चमकाने के लिए नींबू के छिलकों को सपाह में एक दो बार दांतों पर राखें साथ ही इसके छिलकों को सुखा एवं पीसकर इसमें थोड़ा-सा पिसा हुआ नमक मिलाकर इसके अंजन की भाँति भी इसे मालाल कर सकती है।

दांतों की चमक बढ़ाए नींबू के छिलकों से : इसी तरह दांतों को चमकाने के लिए नींबू के छिलकों को सुखा एवं पीसकर इसमें थोड़ा-सा पिसा हुआ नमक मिलाकर इसके अंजन की भाँति भी इसे मालाल कर सकती है। इससे दांत के कीड़े भी दूर होते हैं। ध्यान रहे कि नींबू यों भी दांतों और मसूड़ों के स्वास्थ के लिए उत्तम माना गया है।



## गर्म चाय से आपके सेहत को हो सकता है नुकसान

चाय, एक ऐसा पेय, जो हम हिंदूस्तानियों की दिनचर्या का अहम हिस्सा बन गया है।

अधिकतर लोगों के लिए हर दिन की शुरुआत सुबह की चाय के साथ होती है। अमर आप भी चाय पीने के शौकिन हो तो हाल ही में हुए शोध पर आधारित यह खबर आपके लिए है। नियमित रूप से चाय पीने वाले लोगों का दिमाग चाय नहीं पीने वाले लोगों की अपेक्षा ज्यादा तंदुरुस रहता है। ये तो हो गई काफ़े की बात, लेकिन अक्सर गर्म चाय पीना हमारी सेहत को भारी उकसान से भी पहुंचा सकता है। इसमें हुए एक शोध में ऐसा दावा किया गया है कि नियमित रूप से चाय पीने वाले लोगों का दिमाग चाय नहीं पीने वाले लोगों की अपेक्षा ज्यादा तंदुरुस रहता है। ये तो हो गई काफ़े की बात, लेकिन अक्सर गर्म चाय पीना हमारी सेहत को भारी उकसान से भी चुकूती है। हर दिन नियमित रूप से 75 ड्रिंगी सेलिसियस या इसमें अधिक गर्म चाय की पीठों पर लगाने से सेहत के लिए फायदेमंद है। यह न केवल हमारे मूड/मिजाज में सुधार करता है, बल्कि हमारे गर्म चाय पीने वालों में इसके असरों को खतरा देखता है। दरअसल, गर्म चाय पीने वाले लोगों के ऊतकों को काफ़ी नुकसान पहुंचाती है। हर दिन नियमित रूप से 75 ड्रिंगी सेलिसियस या इसमें अधिक गर्म चाय की पीठों पर लगाने से इसके असरों को खतरा देखता है। इसके असरों को खतरा देखता है।



जिसमें उनकी सेहत संबंधी डाटा जटाया गया पैर्सिंग लें तो कहा कि हमारे एरिणाम मरिटिक के दाढ़े पर चाय पीने से पड़ने वाले सकारात्मक योगदान की पुष्टि करते हैं। इससे साबित होता है कि नियमित रूप से चाय पीने वाले लोगों का दिमाग चाय नहीं पीने वाले लोगों की अपेक्षा ज्यादा तंदुरुस रहता है। इसके असरों को खतरा देखता है। इसके असरों को खतरा देखता है।

पर भारी पड़ सकता है। जानकर हैरानी होती, लेकिन शोध के जो परिणाम आए हैं, उनके अनुसार गर्म चाय पीने वाले लोगों के साथ कैसर की समस्या पैदा हो सकती है। ब्रिटिश मेडिकल जर्नल में प्रकाशित शोध में चाय पीने के कारण अनेक लोगों को खतरा देखता है। इसके असरों को खतरा देखता है।

कैसर की प्रत्येक दिन लगाने से चाय पीने के लिए नियमित रूप से चाय पीने वाले लोगों की अपेक्षा ज्यादा तंदुरुस रहता है। इसके असरों को खतरा देखता है।

दरअसल, गर्म चाय पीने वालों में इसके असरों को खतरा देखता है। इसके असरों को खतरा देखता है।

दरअसल, गर्म चाय पीने वालों में इसके असरों को खतरा देखता है।

दरअसल, गर्म चाय पीने वालों में इसके असरों को खतरा देखता है।

दरअसल, गर्म चाय पीने वालों में इसके असरों को खतरा देखता है।

दरअसल, गर्म चाय पीने वालों में इसके असरों को खतरा देखता है।

दरअसल, गर्म चाय पीने वालों में इसके असरों को खतरा देखता है।

दरअसल, गर्म चाय पीने वालों में इसके असरों को खतरा देखता है









# पीएसएलवी-सी56 प्रक्षेपण के लिए उल्टी गिनती शुरू

एजेंसी

**अमेरिका के कई शहरों**  
ने हीट इनरेजेंसी घोषित  
गशिंगटन। अमेरिका में भीषण  
गर्मी को देखते हुए कई शहरों में  
हीट इमरजेंसी घोषित कर दी गयी  
है। अमेरिका की राष्ट्रीय मौसम  
सेवा की ओर से अलर्ट जारी  
किया गया है। राष्ट्रीय मौसम सेवा  
ने कहा है कि अमेरिका में 17  
करोड़ से अधिक लोगों के लिए  
कम से कम शनिवार दोपहर तक  
अत्यधिक गर्मी की बेतावी जारी  
की गई है। कई ज्ञानी पर दोपहर  
में हीट इंडेक्स रिंग्ग 100 डिग्री  
फारेनाइट (30 डिग्री सेल्सियस)  
से ऊपर हो गई। शिकाया, न्यूयॉर्क  
और फिलाडेलिया सहित देश के  
कुछ सदसें बड़े शहरों में गर्मी से  
परेशान ऐसे लोगों के लिए  
सार्वजनिक प्रस्तुतकालीनों और  
सापुदायिक केंद्रों में कूलिंग सेट्स  
खोले गए हैं जो गर्म तापमान से  
बचने में असर्पर्थ है।

नुर्बंध ने फिर 26/11

जैसे हजले की आशंका

मुर्बंध। मुर्बंध पुलिस ने कोलाबा  
रिश्त छावडा हाउस के पास से  
26/11 जैसे अतंकवादी हमलों का  
इनपुट मिला है। इसी वजह से  
मुर्बंध पुलिस ने छावडा हाउस के  
आसपास सुरक्षा बढ़ा दी है। यह  
इनपुट पुणे में गिरपतार दो  
आतंकवादियों से पूछाता के दौरान  
महाराष्ट्र एटी ट्रोरिस्ट स्टॉड  
(एटीएस) को मिला है पूणे में  
पुलिस ने होम्हमद इमरान और होम्हमद  
युसुस खान और मोहम्मद युसुस  
मोहम्मद याकूब साली नामक दो  
आतंकवादियों को पकड़कर  
एटीएस की साँपांथा। इन दोनों से  
पूछाता के बाद एटीएस ने कोलाबा  
रिश्त छावडा हाउस का गूला मैप  
दरामद किया गया है। इसके बाद  
एटीएस ने यह इनपुट मुर्बंध पुलिस  
को दिया, जिस पर कोलाबा के  
यहांसी सापुदायिक के छावडा  
हाउस और तकरे के आसपास की  
सुरक्षा बढ़ा दी गई है।

आंध में बाधों की  
संख्या हुई दोगुनी

तिरुपति। आंध प्रदेश के बन मंत्री  
पी.आर. रेणु ने शनिवार को  
बताया कि राज्य में 2010 के  
मुकाबले बाधों की संख्या लगभग  
दुगुनी हो गयी है। मंत्री ने बताया  
कि आंध प्रदेश में 2010 में 45 बाध  
थे जबकि 2023 में उनकी संख्या  
बढ़कर 80 हो गई है। श्री  
वैकटेश्वर प्राणी उद्यान में वैश्विक  
बाध दिवसके अवसर पर रेणु ने  
कहा कि राज्य बाधों के लिए सर्वग  
साधित हो रहा है।

बंगाल में पंचायत  
सदस्य की हत्या

कैनिंग। पश्चिम बंगाल के दक्षिण  
24 परगना जिले में अज्ञात  
बद्दलकारियों ने तृणमूल कांग्रेस  
(टीएमसी) के एक नवनिर्वाचित  
पंचायत सदस्य की गोली मारकर  
हत्या कर दी। पुलिस ने शनिवार  
को यह जानकारी दी। पुलिस ने  
बताया कि पंचायत सदस्य के साथ  
मौजूद एक अन्य व्यक्ति गोली  
लगाने से घायल हो गया है। उसका  
अस्पताल में इलाज चल रहा है।

**महाराष्ट्र : दो बसों ने**  
**टक्कर, छह की गौत**  
मुर्बंध। महाराष्ट्र के बुद्धपाणी जिले  
में शुक्रवार देर रात दो निजी बसों  
की टक्कर के अस्पताल में लगभग  
सहित छह लोगों की मौत हो गई<sup>1</sup>  
और 20 से अधिक लोग घायल हो  
गए। एक पुलिस अधिकारी ने यह  
जानकारी दी। बुद्धपाणी के पुलिस  
अधिकारक सुनील कडाने से बताया  
कि बस सरकार लोग अमरनाथ यात्रा  
पूरी करके दिग्गजी लौट रहे थे।  
उन्होंने कहा कि घायलों को  
अस्पताल में भर्ती कराया गया है।

**नाबालिंग से दुक्कर्न के**  
**आरोपियों के घट धृष्ट**

सतना। मध्य प्रदेश के सतना जिले  
के मैरह में 12 वर्षीय लड़की के  
साथ बताकार और बर्बता के दो  
आरोपियों के घरों को शायीय  
प्रशासन ने शनिवार सुबह धृष्ट  
कर दिया। एक अधिकारी ने यह  
जानकारी दी। उन्होंने बताया कि  
घटना गुरुवार को मैरह कर्कशे में  
हुई थी और दोनों आरोपियों को  
शुक्रवार को गिरपतार कर  
लिया गया था। पुलिस सूत्रों ने  
बताया कि गिरपतार आरोपियों ने  
लड़की के गुरुमां में कई कठोर  
पस्तु घुसा दी थी।

## श्रीहरिकोटा से आज सुबह 6.30 बजे छह सैटेलाइट होगा लांच

► इस मिशन से सिंगापुर के  
लोगों की जरूरतें होंगी पूरी

रडार मानविक्रिय पृथ्वी प्रेक्षण  
उपग्रह डीएस-एसएआर प्राथमिक  
उपग्रह है, जिसे कक्ष में स्थापित  
किया जाएगा। इसके साथ ही  
न्यूयॉर्स इंडिया लिपिटेड के इस  
वाणिज्यिक मिशन में छह अन्य  
उपग्रहों को भी कक्ष में भेजा  
जाएगा। न्यूयॉर्स इंडिया लिपिटेड  
इसका मिशन को अंजाम देना जा रहा  
है और इस मिशन से सिंगापुर के  
ग्राहकों के लिए उपग्रह  
को प्रक्षेपित किया जाएगा। इसको  
ने बताया कि पीएसएलवी-सी56



बजे रैकेट को प्रक्षेपित करने का  
कार्यक्रम है, जिसमें उपग्रहों  
के जरूरतें होंगी पूरी

रहा है। इसके साथ ही बैंगलोर  
में भी उपग्रहों की जरूरतें होंगी।

उपग्रहों के प्रथम लॉन्च पैड

से 30 जुलाई को सुबह 06.30

535 किलोमीटर की ऊंचाई पर  
निकटवर्ती भूमध्यसागरीय कक्ष  
(एसईओ) में स्थापित किए जाने  
की उम्मीद है। इससे ने शनिवार को  
बताया कि पीएसएलवी-  
सी56/डीएस-एसएआर विवरण के  
30 जुलाई, को सुबह 6.30 बजे  
प्रक्षेपित करने के लिए उल्टी गिनती  
सुख हो गई है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 360  
किलोग्राम वजन वाला डीएस-  
एसएआर उपग्रह डीएसएटीए और  
एसटी इंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विकसन के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर  
लॉन्च एंजीनियरिंग, एसएसए

एसएलवी-सी56 को जारी किया गया है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और कोर

लॉन्च एंजीनियरिंग, सिंगापुर के  
बीच सांसदों के लिए विवरण के  
उपग्रह पर उपग्रह को प्रक्षेपित  
करने का उपग्रह है।

अंतरिक्ष एजेंसी ने बताया कि 17  
वर्षीय उड़ान और को