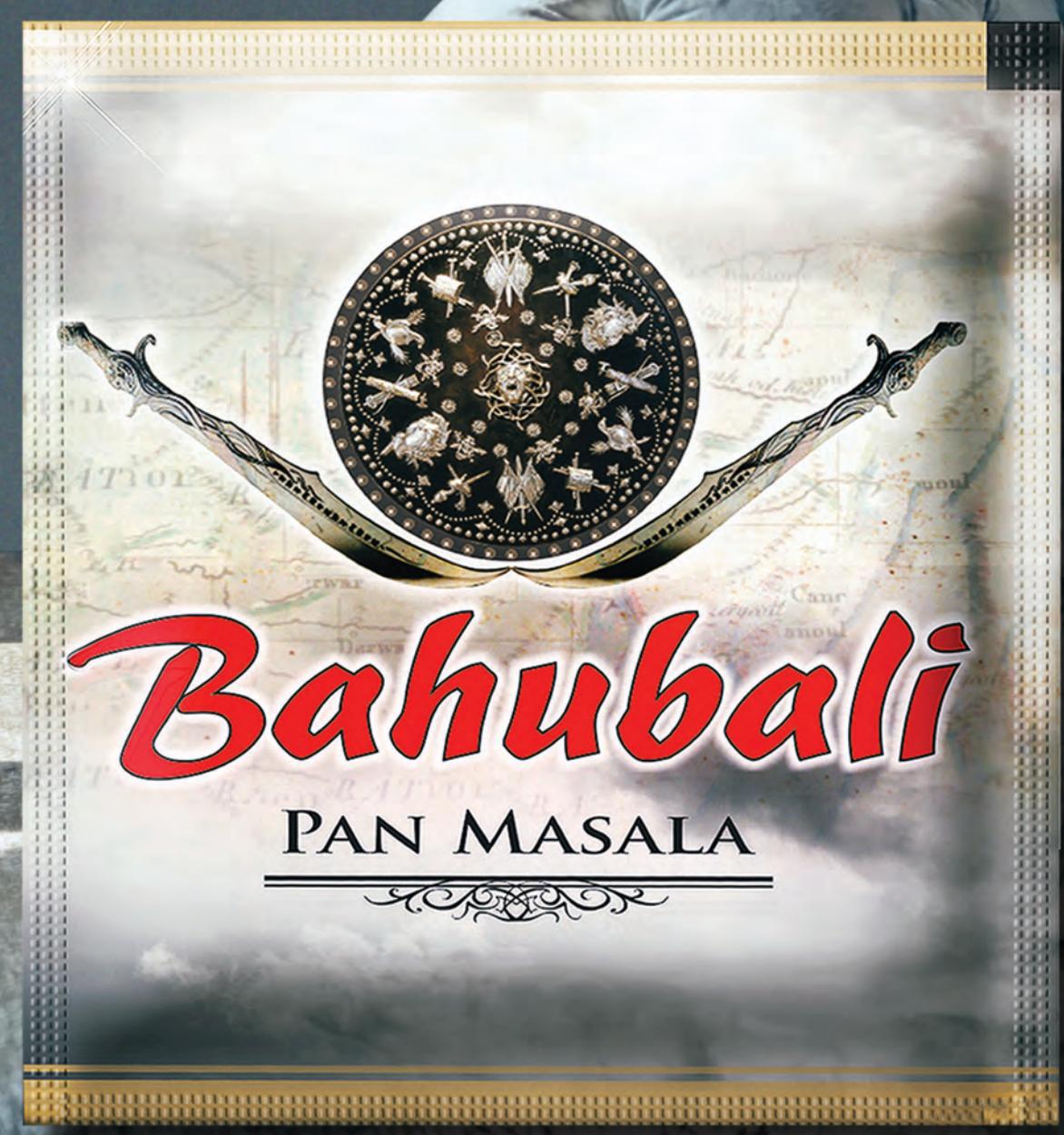




A quality product from



बाहुबली हो तो बाहुबली मांगा



www.panbahar.in

CHEWING OF PAN MASALA IS INJURIOUS TO HEALTH. NOT FOR MINORS





वर्ष-28 अंक : 90 (हैदराबाद, निजामाबाद, विशाखापट्टनम, तिरुपति से प्रकाशित) आषाढ अमावस्या 2080 रविवार, 18 जून 2023

जोड़ों के दर्द से तुरंत राहत

MY Dr. Pain Relief Oil
सभी प्रकार के दर्द के लिए उत्तम
बुद्धि पंच गंगा कंपाइंट कंपाइंट
For Trade Enquiry : 8919799808 | www.mydrpainrelief.com

प्रधान संपादक - डॉ. मिरीश कुमार संघी हैदराबाद नगर पृष्ठ : 16+32 मूल्य : 8 रुपये

मणिपुर में सुरक्षाबलों पर फायरिंग

थाने से हथियार लूटने की कोशिश, भाजपा ऑफिस, विधायक और महिला नेता के घर पर हमला



इफाल, 17 जून (एजेंसियां)। इफाल पर्शियम के इरांगाबाम थाने पर सैकड़ों लोगों ने भीड़ ने शुक्रवार देर रात भाजपा की महिला अध्यक्ष शारदा देवी के घर में तोड़फोड़ की कोशिश की। सुरक्षाबलों ने युवकों को खोड़ दिया। पांचवीं घटना राजधानी इफाल के पैलेस कंपाउंड की है। यहां 1 जून लोगों की भीड़ कंपाउंड को जलाने के लिए आई, लेकिन आरएफ के जवानों ने आस्‌गैस के गोले दागे और रबर की गोलियां चलाई, जिसके बाद भीड़ को हमला किया। हालांकि सेना के जवानों

ने भीड़ को भगा दिया। चौथी घटना राजधानी इफाल के पैलेस पर हमला की है। भीड़ ने शुक्रवार देर रात भाजपा की महिला अध्यक्ष शारदा देवी के घर में तोड़फोड़ की कोशिश की। सुरक्षाबलों ने युवकों को खोड़ दिया। पांचवीं घटना राजधानी इफाल के पैलेस कंपाउंड की है। यहां 1 जून लोगों की भीड़ कंपाउंड को जलाने के लिए आई, लेकिन आरएफ के जवानों ने आस्‌गैस के गोले दागे और रबर की गोलियां चलाई, जिसके बाद भीड़ को हमला किया। हालांकि सेना के जवानों

>14

हैदराबाद के कॉलेज में बुर्का पहनी छात्राओं को रोका

स्टूडेंट्स का दावा- अधे घटे इंतजार कराया, बुर्का हटाने के बाद ही एग्जाम देने दिया

हैदराबाद, 17 जून (एजेंसियां)। हैदराबाद के एक कॉलेज में बुर्का पहनी छात्राओं को एग्जाम देने के लिए अधे घटे इंतजार कराया गया। छात्राओं ने बताया कि वे केवल रासा रेडी डिग्री कालेज में उट्टू लैंडिंग के एग्जाम देने गई थीं, लेकिन बुर्का पहनने की वजह से उन्हें अंदर नहीं जाने दिया गया।

छात्राओं का आरोप है कि कॉलेज स्टफ़ के उन्हें कहा कि दूर्दृष्टि कॉलेज में बुर्का पहनने की इजाजत

हो सकती है, पर इस कॉलेज में नहीं है। छात्राओं ने कहा कि उन्हें एग्जाम देने के लिए अधे घटे तक इंतजार करना पड़ा। बुर्का हटाने के बाद ही उन्हें एट्री मिलता।

प्रेंटेस ने कहा, हमारे बच्चों को टारोट किया गया

जिन छात्राओं को बुर्का हटाना पड़ा, उनके प्रेंटेस ने कहा कि हमारे बच्चों को बुर्का की वजह से टारोट किया गया। एक शब्द से कहा कि कॉलेज में बुर्का पहनने की इजाजत

प्रेंटेस की रिकेस्ट भी नहीं सुनी, वैलिंग के बहेद बदलीमी स्टाफ़ को एंट्री गेट पर तैनात कर दिया।

इसके बाद प्रेंटेस ने जाकर राज्य के गृहमंत्री से शिकायत की।

गृहमंत्री बोले, अरक्षों को ज्यादा कपड़े पहनने चाहिए

इसके बाद प्रेंटेस ने तेलगुना के गृहमंत्री मोहम्मद महमूद ने कहा कि किसी हो गई। अरोपी

अधिकारी के दोनों हाथों पर किए

गए रासायनिक परीक्षण के

सकारात्मक परिणाम मिले। इस

घटना की जानकारी मिलने पर

तरह-तरह की चर्चा व्याप्त है।

>14

आंप्रेशन गंगा अद्य भावना का प्रतीक, डॉक्यूमेंट्री पर बोले पीएम मोदी

नई दिल्ली, 17 जून (एजेंसियां)। प्रधानमंत्री नंदें मार्दी ने कहा है कि युक्रेन से भारतीयों को निकालने के लिए 'आंप्रेशन गंगा' पर एक डॉक्यूमेंट्री अभियान से संबंधित पहलुओं पर बहुत जानकारीपूर्ण होगी। दरअसल, एक टीवी चैनल ने अपनी नई डॉक्यूमेंट्री फिल्म 'द इवैक्यूशन: आंप्रेशन गंगा' के लांच की घोषणा की है। इस डॉक्यूमेंट्री में भारत सरकार द्वारा चलाये गए बचाव अभियान की कहानी भी है। इस डॉक्यूमेंट्री को लेकर प्रधानमंत्री के साथ खड़े होने के हमारे दृढ़

संकल्प को दिखाता है। यह (डॉक्यूमेंट्री) भारत की अद्य भावना को भी दर्शाती है। यह डॉक्यूमेंट्री इस अभियान से संबंधित पहलुओं पर बहुत लिए यह बचाव अभियान चलाया था। पीएम मोदी ने एक द्वारे में कहा, आंप्रेशन गंगा हमारे लोगों के साथ खड़े होने के हमारे दृढ़

जानकारीपूर्ण होगा। डॉक्यूमेंट्री बताती है कि कैसे प्रधानमंत्री नंदें मार्दी ने युद्ध के बीच फैसले भारतीयों को निकालने के लिए अधे अभियान को नेतृत्व किया। इसमें वह कहते हैं, हर भारतीय के दिल में एक गहरा विश्वास है, कोई भी चुनौती हो, चाहे किनती भी कठिन परिस्थिति क्यों न हो, वे जानते हैं कि उनकी सकारात्मक उत्तराधारी से खड़ी है और उन्हें सुरक्षित घर बापस लाएगी। यह केवल नीति नहीं है, यह मानवता का हमारा विश्वास हातामा है। यह एक ऐसा बंधन है, जिसे हमने बार-बार मजबूत होते देखा है, जो हमारे राष्ट्र की अद्य भावना को दिखाता है।

भारत सरकार ने रूस-यूक्रेन युद्ध के बीच फैसले होने के इजाजत

से जिम्मेदारी लिए हैं।

अराधा की घोषणा की जानकारी है।

भारत-पाकिस्तान विवाद की जानकारी है।

महाभारत कथा- कैसे तालाब में गिरे वीर्य से पैदा हुई धृतराष्ट्र और पांडु की दादी सत्यवती



महाभारत की कथा के अनुसार नदी में एक मछली ने इस वीर्य को ग्रहण किया और गर्भवती हो गई। जब ये मछली एक मछवारे के जाल में फँसी तो उसमें उसे एक लड़का और लड़की मिले। महाभारत की कहानी की शुरुआत जिस स्त्री से होती है वो सत्यवती हैं, जिन्हें देखकर हस्तिनापुर के राजा शांत मोहित हो जात हैं। बाद में सर्थ उनकी सत्यवती से शादी होती है, जिससे उनके दो बेटे होते हैं और फिर प्रपोत्र पांडु और धृतराष्ट्र होते हैं। सत्यवती अपूर्व सुंदरी थीं लेकिन उनके पैदा होने के बारे में सुनेंगे तो हैरान रह जाएंगे। महाभारत में जब ऋषि व्यास के वैशम्पायन इस कथा को कहते हैं तो इसकी शुरुआत इसी अजीवोगरीब तरीके के जन्म से हो होती है। आप भी जानिए ये कैसे हुई।

जानें ये कस दुःख।
उस समय चेदि नाम का एक देश होता था, जिसके पुरुष वंश के राजा थे उपरिचर वसु। उपरिचर इंद्र के दोस्त थे। उनके विमान से आकाश का गमन किया करते थे, इसी वजह से उनका नाम उपरिचर पड़ गया। उपरिचर की राजधानी के करीब शुक्रितमत नाम की नदी थी। एक दिन राजा शिकार खेलने गया और अपनी रूपवती पत्नी गिरिका का स्मरण करने लगा। इससे वह कामासक्त हुआ। कथा कहती है, इससे उसका वीर्य स्खलित हो गया, उसने इसे एक बाज पक्षी को दिया और कहा कि इसे उसकी पत्नी तक पहुंचा दिया जाए। वीर्य से नदी की मछली गर्भवती हो गई। जब बाज वहाँ से इसे लेकर उड़ा तो रास्ते में उस पर आक्रमण हो गया। नतीजतन ये वीर्य नदी में गिर गया। उस समय नदी में एक अप्सरा रहती थी, जिसका नाम अद्रिका था, वह ब्रह्मशाप के चलते मछली में बदल गई थी और नदी में ही अपना समय काट रही थी। उसने वह वीर्य ग्रहण कर लिया। जिससे वह गर्भवती हो गई। जब देवब्रत को ये मालूम हुआ कि उसके पिता सत्यवती से विवाह करना चाहते हैं लेकिन इसमें अड़चन है तो वह खुद मछुआरे के पास पहुंचे और पिता के लिए उनकी बेटी का हाथ ही नहीं मांगा बल्कि भीष्म प्रतिज्ञा भी कर डाली।

मछली के गर्भ से मछुआरे को मिले एक लड़का और एक लड़की। दसवें महिने एक मछुवारे ने जाल फेंका और ये मोटी सी मछली उसके जाल में फँस गई। मछ्रों को उस मछली

अनमोल वचन
आपका हर एक पल जाने
के बाद कभी वापस नहीं
आएगा, इसलिए मुस्कुराने
का कोई भी मौका ना
रहेंगा।”

छाड़िया ।”
000000
“जो हुआ अच्छा हुआ, जो हो
रहा है अच्छा हो रहा है, जो
होगा वो भी अच्छा ही होगा ।

हारा या भाज्या हो हारा।
000000000
“जिसके पास उम्मीद है, वह
हार कर भी नहीं हारता।

००००००००००००
“श्रेष्ठ होना कोई कार्य
नहीं बल्कि यह हमारी
सभी अपनी तैयारी से आ

एक आदत है जिस हम
बार बार करते हैं।”
0000000
विजेता बोलते हैं कि मुझे
कछु करना चाहिए।

जबकि हारने वाले बोलते
हैं कि कुछ होना चाहिए।”
00000000
“जो समय बर्बाद करते
हैं, वह स्वयं को बर्बाद
करते हैं।”



गेहूं के आटे के ज्योतिषी उपाय

- 1. आर्थिक तंगी दूर करने का उपाय**
ज्योतिष शास्त्र के अनुसार यदि आप आर्थिक तंगी से गुजर रहे हैं आपके पास पैसा नहीं टिकता है और घर में अक्सर अनबन बनी रहती है तो गेहूं का आटा पिसवाने से पहले उसमें 100 ग्राम काले चने, 100 ग्राम तुलसी और दो रेशे केसर के डाल दें। इन सबको मिक्स करके शनिवार के दिन ही पिसवाएं। इस आटे का उपयोग रोटी बनाने में करें और इस भोजन को घर के सभी सदस्य ग्रहण करें। इस उपाय से बहुत जल्द पैसों से संबंधित परेशानी दूर होंगी। आय के नए स्रोत बनेंगे, घर का तनावपूर्ण माहौल भी धीरे-धीरे करके खत्म हो जाएगा।

2. ठहरने लगेगा पैसा
ज्योतिष शास्त्र के अनुसार यदि आपके पास पैसा आ रहा है लेकिन ठहरता नहीं है तो इसके लिए गेहूं के आटे में थोड़ी सी हल्दी मिलाएं। अब इस आटे को गुरुवार के दिन किसी गाय को खिला दें। इस उपाय से आपके पास धन ठहरने लगेगा। घर में पसरी नकारात्मक ऊर्जा खत्म हो जाएगी। धन आगमन के स्रोत बढ़ेंगे। नियमित रूप से आप चीटियों को भी आटा खिला सकते हैं।

3. कर्ज से मुक्ति का उपाय
शास्त्र के अनुसार यदि आप कर्ज में ढूबे हैं और उससे छुटकारा पाना चाहते हैं तो यह भूत आटे की रोटी बनाकर उसमें सरसों का तेल लगाएं। अब रोटी को शनिवार के दिन काले कुत्ते को खिला दें। इस उपाय से ना सिर्फ आपको कर्ज से छुटकारा मिलेगा बल्कि आपकी कई मनोकामना भी पूरी हो सकती है।

4. दूर होंगी समस्याएं
यदि आप किसी भी तरह की आर्थिक समस्या का सामना कर रहे हैं और उससे छुटकारा पाना चाहते हैं तो प्रत्येक शनिवार सुबह 10:00 बजे आटे या मिट्टी का धी का दीपक लेकर पीपल के पेड़ के नीचे जलाएं। इस उपाय से आपकी धन संबंधी समस्याएं दूर हो सकती हैं।

में पसरी नकारात्मक ऊर्जा खत्म हो जाएगी। धन आगमन के स्रोत बढ़ेंगे। नियमित रूप से आप चीटियों को भी आटा खिल सकते हैं।

3. कर्ज से मुक्ति का उपाय
शास्त्र के अनुसार यदि आप कर्ज में डूबे हैं और
उपर्युक्त उपाय लाने को चाहते हैं तो गुरु शंख अपने नी

उससे छुटकारा पाना चाहत है तो यह भूत आट का रोटी बनाकर उसमें सरसों का तेल लगाएँ। अब रोटी को शनिवार के दिन काले कुचे को खिला दें। इस उपाय से ना सिर्फ आपको कर्ज से छुटकारा मिलेगा बल्कि आपकी कई मनोकामना भी पूरी हो सकती है।

4. दूर होंगी समस्याएं
यदि आप किसी भी तरह की आर्थिक समस्या का सामना कर रहे हैं और उससे छुटकारा पाना चाहते हैं तो प्रत्येक शनिवार सुबह 10:00 बजे आटे या मिठ्ठी का घी का दीपक लेकर पीपल के पेड़ के नीचे जलाएं। इस उपाय से आपकी धन संवंधी समस्याएं दूर हो सकती हैं।

बच्चों को सुख-सुविधाओं से ज्यादा अच्छे संस्कार देने पर ध्यान देना चाहिए

बच्चों का जीवन कैसे सुधारा जाए, ये बात महाभारत से सीख सकते हैं। महाभारत में दो खास परिवार हैं, पहला पांडव और दूसरा है कौरव। पांडव परिवार में कुंती और पांच पुत्र थे। जटिल क्लॉनिंग परिवार में धृतराष्ट्र

जबकि कारवां परावार में धूतराष्ट्र
और गांधारी के साथ ही सौ पुत्र
थे। पांडवों के पास सुख-
सुविधाओं का अभाव था, जबकि
कौरवों के पास सारी सुख-
सुविधाएं थीं।

महाभारत में कुंती अपने पांच पुत्रों के साथ वन में रह रही थीं, क्योंकि धृतराष्ट्र और दुर्योधन नहीं चाहते थे कि पांडु के पुत्रों को राज्य मिले। धृतराष्ट्र का पुत्र दुर्योधन अधर्मी था। वह बचपन से ही संस्कृत पर्याप्त नहीं था।

स हां पादव पुत्रों का परशान कर
कुंती के पति पांडु शाप की वजह
थे। पांडु की दूसरी पत्नी माद्री भी
नहीं थी। इन दोनों के बाद कुंती
का पालन करना था। तीन पुत्र कुं
और दो पुत्र माद्री के थे।
कुंती जानती थीं कि जंगल में तो

सुविधा तो मिलेगी नहीं, इसलिए कुंती ने बच्चों का पालन करते समय संस्कारों पर ज्यादा ध्यान दिया। दूसरी ओर कौरब पक्ष में धृतराष्ट्र अंधे थे, गांधरी ने भी आँखों पर पांच बांध ली थी। दुर्योधन और उसके भाई लगातार गलत काम कर रहे थे, लेकिन माता-पिता ने उनकी ओर ध्यान ही नहीं

दिया। नतीजा ये हुआ कि सभी कौरव पुत्र अधर्मी हो गए। महाभारत युद्ध में जब श्रीकृष्ण को ये निर्णय लेना था कि किसके पक्ष में रहेंगे, तब उन्होंने धर्म मार्ग पर चल रहे पांडव पुत्रों को चुना। धूतराष्ट्र और गांधारी ने अपने पुत्रों को सुख-सुविधा की हर एक चीज़ दी थी, लेकिन अच्छे संस्कार नहीं दिए थे। संतान के मोह में धूतराष्ट्र ने दुर्योधन को सही-गलत का फर्क नहीं बताया। इस एक गलती की वजह से पूरा कौरव वंश नष्ट हो गया।

महाभारत की सीख
पांडव और कौरव परिवार को
देखकर हम समझ सकते हैं कि
बच्चों के पालन में सुख-सुविधाओं से
ज्यादा संस्कारों पर ध्यान देना
चाहिए। कुंती के संस्कारों की वजह से ही
सभी पांडव श्रीकृष्ण को पिय थे। हमें भी
बच्चों को सुख-सुविधा देने के साथ ही अच्छे
संस्कार भी देना चाहिए। तभी उनका भविष्य
बेहतर बन सकता है। इस संबंध में
लापरवाही की गई तो बच्चों को जीवनभर
परेशान होना पड़ सकता है।

हम बहनों ने डॉक्टरी का सपना देरखा, तीनों नीट पास

नई दिल्ली, 17 जून
(एक्स्प्रेसवलूसिव डेस्क)। 'कश्मीर' कहने को तो ये धरती का सर्वांग है। खूबसूरत वादियों, उन्हें पढ़ाई और रुप को सुकून देने वाला मासूम। लेकिन इन सब के बीच कश्मीर की एक स्थान हकीकत भी है जिनसे हम कश्मीरियों को दो-चार होना पड़ता है।

कश्मीर में जब अशांति होती, महिलों हमारा स्कूल बंद रहता। इंटरनेट बंद होता, बर से बाहर जाने पर भी डर लगता था।

लेकिन इन चुनौतियों के बीच हम तीन बहनों ने नीट क्वालिफाइड किया है। अब हम तीनों डॉक्टर बनेंगी।

ये कहना है तबा बधीर का। जिन्होंने तमाम चुनौतियों के बीच नीट परीक्षा पास की है। डॉक्टर बनने का यही तूबा ने अपनी और अपनी बहनों रुबाब और अर्बिश के इस सफर को याद किया है। आज के 'ये मैं हूँ' में कहानी तूबा और उनकी बहनों की।

तीन बहनें एक साथ बनेंगी

हम जुड़वां बहनें हैं और एक मेरी चचरी बहन। हम तीनों बचपन से साथ पढ़े हैं और खेले। बचपन में हम तीनों ने मिलकर

पथरबाजी होती तो लगता पढ़ाई छूटेगी, चिनार के पेड़, डल झील छूटने का लगता डर

डॉक्टर बनने का सपना देरखा।

इसके लिए हम तीनों ने साथ पढ़ाई की। अभी हमारा रिजल्ट आया और हम तीनों ने अच्छे नंबर्स के साथ नीट क्वालीफाई कर लिया है। मुझे 720 में से 645 नंबर मिल। मैं अपने शहर की टॉपर बनी। उमड़ी 720 में से 45 में एस्प्रेस या किसी दूसरे अच्छे मेडिकल कॉलेज में मेरा एडमिशन हो जाएगा।

सफर नहीं या आसान, कई बार लगता पढ़ाई छूट जाएगी

मेरा जन्म श्रीनगर में हुआ।

हमारा जन्म श्रीनगर के डॉक्टर ताड़ान इलाके में है। पापा की बेकरी शौप है।

डॉक्टर बनने का यही तूबा ने अपनी और

अपनी बहनों रुबाब और अर्बिश के इस सफर को याद किया है।

आज के 'ये मैं हूँ' में कहानी तूबा

और उनकी बहनों की।

तीन बहनें एक साथ बनेंगी

हम जुड़वां बहनें हैं और एक

मेरी चचरी बहन। हम तीनों बचपन से साथ पढ़े हैं और खेले।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपने बहनों को देखते हैं।

बचपन में हम तीनों ने मिलकर

स्कूल और अंडर बहनों

में जब अपने डर और

अपन

