

**SHERKOTTI PAINTS**  
It's Time To Experience Something New!!  
  
CHOICE OF MILLIONS®  
**SHERKOTTI**  
A QUALITY PRODUCT FROM THE CHARNI GROUP  
[www.sherkottipaints.com](http://www.sherkottipaints.com)

For Trade Enquiries Contact: 9989442820

THE LARGEST CIRCULATED AND READ HINDI DAILY IN TELANGANA & ANDHRA PRADESH

# स्वतंत्र वार्ता



epaper.vaartha.com

जम्मू-कश्मीर के अनंतनाग में तीसरे दिन भी सर्च ऑपरेशन जारी रहा। अब तक 2 जवान शहीद हो चुके हैं। श्रीनगर, 12 अगस्त (एजेंसियां)। जम्मू-कश्मीर के अनंतनाग के कोकरनाग में तीसरे दिन भी सर्च ऑपरेशन जारी है। अनंतनाग में शनिवार (10 अगस्त) को सुरक्षातालों को आतंकियों के छिपे होने की खबर मिली थी। सेना और आतंकियों के बीच हुई गोलीबारी में हवलदार दीपक कुमार यादव और लास नायक प्रवीण शर्मा शहीद हो गए थे। फारसिंग में 2 नायरिक भी यायल हुए थे, इनमें से एक नायरिक की रविवार को अस्पताल में मौत हो गई थी। रविवार (11 अगस्त) शाम को उधमपुर में भी सेना और आतंकियों के बीच मुठभेद हुई थी।

वर्ष-29 अंक : 142 (हैदराबाद, निजामाबाद, विशाखापुण्ड्रम, तिरुपति से प्रकाशित) श्रावण शु.8 2081 मंगलवार, 13 अगस्त-2024

प्रधान संपादक - डॉ. गिरीश कुमार संघी हैदराबाद नगर \* पृष्ठ : 16 मूल्य : 8 रुपये

**कल अंतिम दिन**

**GRAND monsoon SALE**  
**FLAT 100% at Pure Gold Rate ON COMPLETE STOCK**  
**NO making | NO wastage**

**SHIVRAJ LAXMICHAND JAIN JEWELLERS**  
Exclusive Traditional & Designer Jewellery Collection  
EXCLUSIVE DESIGNER • GOLD • DIAMOND • POLKI • SILVER • JEWELLERY COLLECTION - 2024  
\* TOMORROW LAST DAY \*  
6-3-111/2, ADJACENT TO WESTSIDE SOMAJIGUDA CIRCLE, HYDERABAD. 96 80 916 916 / 83 84 916 916 / 63 09 916 916 / 97 80 916 916

शिवराज लक्ष्मीचंद जैन ज्वेलरी में खासीदिए 916 सार्व ज्वाला बुलू सोने के भाव में...  
**OLD GOLD EXCHANGE FACILITY AVAILABLE**  
**DIAMOND JEWELLERY** FLAT 15% DISCOUNT on diamonds  
**SILVER JEWELLERY** FLAT 20% DISCOUNT on silver jewellery  
**WEDDING PRICES GUARANTEED** विवाह से ज्वाला बुलू  
**20000+ LATEST DESIGNS** READY TO EXPLORE

के. कविता की जमानत अर्जी पर सुप्रीम कोर्ट में सुनवाई खत्म

सुबीआई और ईडी को दिया नोटिस

नई दिल्ली, 12 अगस्त (एजेंसियां)। भारत राष्ट्र समिति (बीआरएस) नेता कविता ने सुप्रीम कोर्ट का दरबाजा खट्टरतया है। आज उक्ती जमानत याचिका पर सुनवाई हुई। बता दें, कथित दिल्ली आवकारी नीति धोनशोध से जुड़े भ्रष्टाचार और अवाकारी नीति धोनशोध से जमानत देने से इनकार करने के मामलों में जमानत देने से इनकार करने के फैसले का चुनौती दी गई है। सुप्रीम कोर्ट ने आवकारी नीति मामलों में बीआरएस नेता की जमानत याचिका पर सुबीआई और प्रवर्तन निरेशालय (ईडी) को नोटिस जारी किया है। दिल्ली हाईकोर्ट ने एक जुलाई को दोनों मामलों में कविता की जमानत याचिकाओं को खारिज करते हुए कहा था कि बीआरएस नेता दिल्ली आवकारी नीति धोनशोध से जुड़े भ्रष्टाचार और अवाकारी नीति धोनशोध से जमानत देने से इनकार करने के फैसले का खत्म करना चाहती है।

हिंडनबर्ग में अमेरिकी बिजनेसमैन जॉर्ज सोरोस का पैसा लगा, कांग्रेस इनकी टूलकिट का हिस्सा



मुंबई, 12 अगस्त (एजेंसियां)। भारत राष्ट्र संसद रविवार क्रिप्टो कोर्ट ने एक बैठक में बिंबें के आरोपों पर कहा कि देश की जनता ने कांग्रेस के आरोपों पर कहा कि देश की जनता ने कांग्रेस का नकार दिया है। इनके बाद टूलकिट की वापसी के साथ गिरोह के साथ मिलकर भारतीय शेयर बाजार को खत्म करना चाहती है।

राविवार, ने सोमवार (12 अगस्त) को कांग्रेस पर ये आरोप किये हैं। हिंडनबर्ग के मैन इवेस्टर अमेरिकी बिजनेसमैन भारत विद्युती उन्हें देखा है। पीएम मंदिर से नकरत करते-करते देश से नकरत करने लगे हैं। भाजपा सासद सुधार युवाओं ने कहा कि पिछले कुछ साल में देखा जा रहा है जब सासद सत्र जारी होता है, उसी समय ऐसे आरोप आते हैं। पीएम

पर डॉक्यूमेंटी, हिंडनबर्ग रिपोर्ट उदाहरण है। साफ है कि विपक्ष के तार विदेशों से जुड़े हैं। दूरअसल, हिंडनबर्ग रिपोर्ट में सेबी चेयरपर्सन पर लगे आरोपों के बाद राहुल गांधी ने पूछा था कि अगर निवेशकों का नुकसान होता है तो इनका जिम्मेदार कौन होगा। पीएम जीपीसी जांच से बच्चों डाटे हैं, यह अब पूरी तरह साफ हो गया है। कोई ही भारत लोकतांत्रिक देश है, लेकिन विदेशी अमेरिकी बिजनेसमैन जॉर्ज सोरोस :

जॉर्ज सोरोस का जन्म 12

अरविंद केजरीवाल इस केस में मांगेंगे माफी सुप्रीम कोर्ट से खोले- थोड़ा समय दें।

नई दिल्ली, 12 अगस्त (एजेंसियां)। बीजेपी नेता के बारे में बृद्धकृत ध्रुव राठी के बिंबों की शेयर तो मामले में जेल में बंद दिल्ली के सामाजिक मामलों के बीच सुप्रीम कोर्ट से समय की मांगी की। उन्होंने कहा कि वह इस केस में मांगेंगे, लेकिन उन्हें इसके लिए समय की जरूरत है। अरविंद केजरीवाल ने साफ किया है कि वह शिकायतकर्ता के मुताबिक मामी की वापसी 'ओपन सोसाइटी फाउंडेशन' ने 1999 में वहली बार इन दोनों कोर्टों से एंटी की।

2014 में इसने भारत में दवा, न्याय व्यवस्था को बेहतर बनाने और विकलांग लोगों को मदद करने वाली सस्थाओं को फंड देना शुरू किया। 2016 में भारत संसद ने देश में इस संस्था के जरिये होनी वाली फंडिंग परोक्ष रागा दी। अगस्त 2023 में जन्मी वापसी के बीच अपमान किया गया था। इस संस्था के बिंबों को दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने शेरकर दिया था।

बीजेपी नेता का आरोप है कि केजरीवाल ने बीड़ियों से शेयर करने की जांच के उनकी महा घोटाले की जांच के लिए संयुक्त संसदीय समिति (जेपीसी) का गठन किया जाए। उन्होंने कहा कि मामले में सेबी ने काफी सक्रियता दिखाई। उसने हिंडनबर्ग को 100 सम्मन, 1100 पत्र और ईमेल जारी किए और 12 हजार पृष्ठों वाले 300 दस्तावेजों की जांच की है। लेकिन मुख्य

कांग्रेस ने मांगा सेबी प्रमुख माध्वी का इस्तीफा

कहा- सुप्रीम कोर्ट सीबीआई या एसआईटी से कराए जांच



बात है कि कार्बोर्वाई नहीं की गई। जराम समेत ने कहा कि 14 फरवरी, 2023 को मैंने सेबी और भाजपा पर हमला बोला है। कांग्रेस ने सेबी प्रमुख भाजपा बोला है। साथ ही सुप्रीम कोर्ट से भाजपा मामले की जांच सीबीआई के लिए उन्होंने बाद सेबी ने जांच तो की, लेकिन यह नहीं बताया कि अदाणी ने न्यूतम सार्वजनिक शेयरधारिता से संबंधित नियम 19ए का उल्लंघन किया है या नहीं।

उन्होंने दावा किया कि सेबी की अपनी 24 जांच में से दो के बंद करने में असमर्थ रही।

बात है कि कार्बोर्वाई नहीं की गई।

कांग्रेस महासचिव जयराम रमेश ने कहा कि अदाणी मामले में सेबी समझौता कर सकती है। इसलिए मोदीनी महा घोटाले की जांच के लिए संयुक्त संसदीय समिति (जेपीसी) का गठन किया जाए।

मराठा क्रांती ठोक मोर्चा के नेता संसद के शेरद पवार की बीच हुई बैठक पर आरक्षण कार्यकर्ता मनोज जरांगे ने भी प्रतिक्रिया दी। उन्होंने आरोप लगाया कि उन्होंने शेरद पवार और उनके नायरिकों की ओर से भारतीय वित्तीय बाजार के कोर्ट से मामले की जांच से भारतीय वित्तीय बाजार के प्रधानमंत्री की भूमिका निभाने की गयी।

शरद पवार ने मराठा नेताओं से की मुलाकात

पुणे, 12 अगस्त (एजेंसियां)। एक मराठा संगठन के सदस्यों ने सोमवार को गोल्डवाटी कांग्रेस पार्टी (शरद, चंद्र पवार) के प्रमुख से उनके आवास पर मराठा कोर्ट की जांच के लिए उनके साथ बोलाया जाएगा। शरद पवार ने अपने रुख स्पष्ट करने का कहा। इससे एक दिन पहले सोमवारपूर्व में प्रदर्शनकारीयों ने शरद पवार की बारों की दौरी की जांच की गयी।

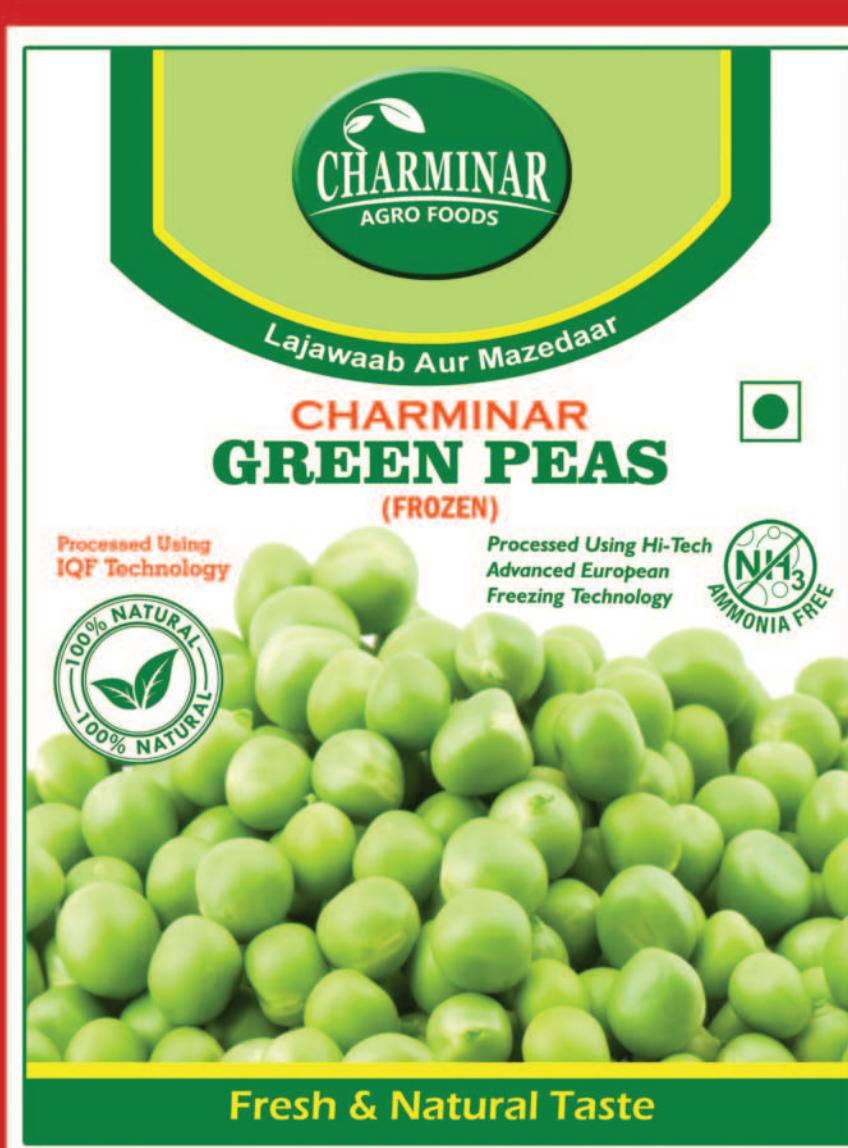
मराठा क्रांती ठोक मोर्चा के नेता संसद के शेरद पवार की बीच हुई बैठक पर आरक्षण कार्यकर्ता मनोज जरांगे ने भी प्रतिक्रिया दी। उन्होंने आरोप लगाया कि उन्होंने शेरद पवार और उनके नायरिकों की ओर से भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के अन्य नेता मराठा समुदाय में दरार डालने की कोशिश कर रहे हैं। उन्होंने शरद पवार और केरै पाटिल की मुलाकात को मराठों को बाटों का एक जाल बताया।



## CHARMINAR AGRO FOODS

A Unit of Charminar Group of Companies

FROZEN GREEN PEAS (1Kg, 500g, 200g), FRENCH FRIES (2.5Kg, 1.25Kg, 500g), SWEETCORN (1kg, 500g)  
STOCK AVAILABLE NOW!!



For Trade Enquiries Contact: +91 7676340872

## पुणे एयरपोर्ट पर दो संदिग्ध गिरफ्तार

फर्जी टिकट लेकर लखनऊ जाने की कर रहे थे तैयारी

पुणे, 12 अगस्त (एजेसियां)। एयरपोर्ट पर दो संदिग्ध व्यक्ति को पकड़ा गया है। उनकी पहचन सलीम खान और नसीरद्दीन खान के रूप में हुई है। ये दोनों फर्जी टिकट को मदद से इंडोगो के विमान से उड़ाने की फिर कर में थे। पुणे से लखनऊ की उड़ान करने वाले थे। पुलिस ने अब आरोपियों की बैकाउंट डर्टिंग के खंगाल रही है तो साथ ही आतंकी की नक्शन की जांच में भी जुट गई है। बाकी अन्य एंगल पर जांच चल रही है। फर्जी टिकट से उड़ान भरने के पीछे उनका क्या मकसद था, यह जानकारी अभी पता नहीं चल पाई है। फिलहाल पुलिस दोनों से पूछताछ कर रही है।

विहिप नेता विकास बग्गा हत्याकांड में वाइट भोज़ा गिरफ्तार, पंजाब पुलिस को मिली सफलता

चंडीगढ़, 12 अगस्त (एजेसियां)। पंजाब पुलिस को विहिप नेता विकास बग्गा हत्याकांड में बड़ी सफलता मिली है। काउंटर इंटीलिजेंस, लुधियाना और लुधियाना कमिनिटर पुलिस से विकास बग्गा की हत्या के मामले में चाहिए भारोड़ मुक़र मिश्रो को गिरफ्तार कर लिया है। मामले की जांच राज्यीय जांच एजेसी कर रही है। इस मामले में गोड़ा, के दो संदिग्ध व्यक्ति थे। पंजाब और जम्मू कश्मीर में संदूक्त छापेयांकी के पर्शणमस्त्ररूप दोनों की गिरफ्तारी हुई। वह तो विकास प्रभाकर बौद्धपाली की नंगल इकाई के अध्यक्ष थे, जिनकी 13 अप्रैल 2024 को पंजाब के रूपनगर जिले के नंगल शहर में उनकी दुकान पर मोरतरायाकिल सवार दो अज्ञात लोगों ने गोली मारकर हत्या कर दी थी। दोनों हमलावरों ने रूपनगर रेलवे स्टेशन के पास स्थित बग्गा की कफेक्कानी की दुकान में घुसकर उन पर गोलियां चलाई थीं और फिर भौंके से फरार हो गए थे।

## शशि धर्तर ने की पीएम मोदी की तारीफ बांग्लादेश से भारत को नहीं कोई खतरा

नई दिल्ली, 12 अगस्त (एजेसियां)। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता शशि धर्तर ने शेष हसीना को शरण देने को लेकर पीएम मोदी की जमकर तारीफ की है। उन्होंने कहा कि अगर कांग्रेस की उन्होंने कहा कि अगर कांग्रेस की मदद नहीं करते तो वह भी हसीना की मदद जरूर करती। शशि धर्तर ने कहा कि आगे हसीना की मदद नहीं करते तो दोस्त देशों का गलत संदेश जाता। उन्होंने यह भी कहा कि बांग्लादेश में राजनीतिक बदलाव से भारत को कोई खतरा नहीं है। शशि धर्तर ने दावा किया कि वह अंतिम सरकार के

## अनिश्चितता बढ़ेगी और घोर अव्यवस्था पैदा होगी

एंजाम टालने को लेकर सुनवाई से सुप्रीम कोर्ट का इनकार



नई दिल्ली, 12 अगस्त (एजेसियां)। सुप्रीम कोर्ट ने अजय बग्गा को यूजीसी-नेट (नेशनल प्रतिज्ञिलिटी ट्रेस) परीक्षा रद्द करने के सरकार के फैसले को चुनौती देने वाली कुछ परीक्षार्थियों की याचिका को सिरे से खारिज कर दिया है। कोर्ट ने याचिका को रद्द करते हुए कहा कि इस पर इस समय सुनवाई करने से अव्यवस्था पैदा होगी। चौप जरिस्टस डी वाई चंद्रचूड़ और जरिस्टस जे बी पारदीवाला और जरिस्टस मनोज मिश्रा की बेंच के खंगाल रही है तो साथ ही आतंकी की नक्शन की जांच में भी जुट गई है। बाकी अन्य एंगल पर जांच चल रही है।

'बड़े लेवल पर इससे अव्यवस्था पैदा हो जाएगी'

तीन सदस्यीय बैच ने मामले पर कहा कि सरकार 21 अगस्त को नए रिसे से एंजाम आयोजित कर रही है और छात्रों के मन में इस समय एक प्रकार की तसलीकी की भावना होनी चाहिए। बैच ने जिक्र किया कि यूजीसी परीक्षा को रद्द करते हुए खारिज कर दिया था कि यह एक बड़ा द्वारा दायर कर दिया गई थी, जिसके बाद यूजीसी को आशिक रूप से किए से खोलने के लिए पंजाब, हरियाणा के डीजीपी को आसापस के जिलों के साथ एक सताना में बैठक करने का निर्देश दिया है। शंभू बॉर्डर को बैठक करते हुए खारिज छात्रों को बाहर कर दिया गई है।

चौप जरिस्टस ने मामले पर वकील से कहा था, आप (वकील) क्यों आए हैं? छात्रों को खुद यहां आने दीजिए।

इस जनहित याचिका को अस्तवार करते हुए हम इसके गुण-दोष पर कुछ नहीं कहेंगे। बैच ने याचिका दायर करने वाले एडवोकेट उज्जवल गौड़ से कहा था कि वह कानूनी मामलों पर ध्यान केंद्रित करें और ऐसे मुझे को पीड़ित व्यक्तियों के लिए।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम कोर्ट

सुप्रीम कोर्ट के बैठक करने के लिए अंगरेजी भाषा की जांच में जट गई। पुलिस अधिकारी ने भौंके पर हुंचकर लोगों की शुल्किस को लेकर पोस्टमार्टिंम के लिए भिजवा दिया और मामले में नामदार है।

दोनों साइड से एक लेन सुनवाई-सुप्रीम क









# मासिक दुर्गा अष्टमी, 13 अगस्त को

पूजा विधि, शुभ मुहूर्त और उपाय

हिन्दू धर्म में मासिक दुर्गाष्टमी का पर्व हर महीने बड़े ही उत्साह से मनाया जाता है। यह पर्व जगत की देवी मां दुर्गा को समर्पित होता है। इस दिन मां दुर्गा की विधि-विधान से पूजा की जाती है। साथ ही मां दुर्गा की निमित्त व्रत रखा जाता है। इस व्रत के पुण्य-प्रताप से भक्तों की हर इच्छा पूरी होती है। साथ ही जीवन में आने वाली पूर्णशानियों से छुटकारा मिलता है और खुशियों का आगमन होता है। इस बार सावन माह की अष्टमी तिथि पर व्रत और इदं योग का निर्माण हो रहा है। इस दिन रवि योग का भी संयोग बना है। साथ ही वृद्ध और कौलव करण योग भी बन रहे हैं।

इन योग में मां दुर्गा की पूजा करने से हर मनोकामना अवश्य ही पूर्ण होती है। मंचांग के अनुसार, सावन माह के शुक्रवार की अष्टमी तिथि 12 अगस्त दिन सोमवार को सुबह 07 बजकर 56 मिनट पर शुरू होगी। वहीं, अष्टमी तिथि का समाप्तन 13 अगस्त दिन मंगलवार को सुबह 09 बजकर 31 मिनट पर होगा। उत्तरातिथि के अनुसार, मासिक दुर्गाष्टमी का पर्व 13 अगस्त को ही मनाया जाएगा।

## माता दुर्गा को प्रसन्न करने के उपाय

मां दुर्गा का लाल रंग अति प्रिय है। इसलिए मासिक दुर्गाष्टमी के दिन लाल रंग के कपड़े पहनें। इससे आपको मां की विशेष कृपा प्राप्त होगी।



## मां दुर्गाष्टमी का महत्व

मासिक दुर्गा अष्टमी के दिन व्रत रखने और मां की उपासना करने से सभी भक्तों को शुभ फलों की प्राप्ति होती है। भगवती दुर्गा को उत्तम लाल-पूरी, खीर-पूर आदि का भोग लाया जाता है और देवी दुर्गा की मूर्ति या तरसीर की मंत्रा से विधि-वृद्धक पूजन करने से समर्पक छट्टों से छुटकारा मिलता है। इसी के साथ माता को पूजा, चने और हलवे का भोग लाए और इस दौरान मां दुर्गा सज्जशी का पाठ करें। अंत में माता दुर्गा के समर्पणी की दीपक जलाएं और आरती करें।

देवी पूजन मन्त्र  
1 ॐ जयन्ती मंगला काली भद्रकाली कपालिनी । दुर्गा क्षमा शिवा धारी स्वाहा रथधा नमोऽस्तुते ॥  
2 या देवी सर्वभूतेषु शक्तिरूपेण संस्थिता । नमस्तरथै नमस्तरथै नमस्तरथै नमोऽस्तुते ॥

दुर्गाष्टमी के दिन मां दुर्गा को एक चांदी का सिक्का जरूर अर्पित करें। व्रत का पारण करने के बाद उस सिक्के को घर की तिजोरी में छुपाकर रखें। इस उपाय को करने से आपको

व आपके परिवर्तवालों को माता दुर्गा की विशेष कृपा प्राप्त होगी, जिससे अर्थिक तगी धीरे-धीरे केवाद उस सिक्के को घर की तिजोरी में दूर होने लगती।

दुर्गाष्टमी के दिन मिठ्ठी से बना घर खरीदकर घर लाएं। इससे घर में सुख-शांति, समृद्धि, धन-धन्य और खुशहाली का वास होगा।

माता दुर्गा को प्रसन्न करने के लिए मासिक

पूरे घर और मौद्रिक में गंगाजल का छिड़काव करके उसे शुद्ध करें।

मंदिर में माता दुर्गा को फटो या मूर्ति को स्थापित करें और व्रत का संकल्प लें।

मां का रसीया या हल्दी से तिक्का करें। साथ ही उड़म लाला, फूल, फल और शृंगार के पांच सामान अर्पित करें।

इसी के साथ माता को पूजा, चने और हलवे का भोग लाए और इस दौरान मां दुर्गा सज्जशी का पाठ करें।

अंत में माता दुर्गा के सामने वीं की दीपक जलाएं और आरती करें।

देवी पूजन मन्त्र

1 ॐ जयन्ती मंगला काली भद्रकाली कपालिनी । दुर्गा क्षमा शिवा धारी स्वाहा रथधा नमोऽस्तुते ॥  
2 या देवी सर्वभूतेषु शक्तिरूपेण संस्थिता । नमस्तरथै नमस्तरथै नमस्तरथै नमोऽस्तुते ॥

दुर्गाष्टमी के दिन मां दुर्गा को एक चांदी का सिक्का जरूर अर्पित करें। व्रत का पारण करने के बाद उस सिक्के को घर की तिजोरी में दूर होने लगती।

माता दुर्गा को प्रसन्न करने के लिए मासिक

पूरे घर और मौद्रिक में गंगाजल का छिड़काव करके उसे शुद्ध करें।

मंदिर में माता दुर्गा को फटो या मूर्ति को स्थापित करें और व्रत का संकल्प लें।

मां का रसीया या हल्दी से तिक्का करें। साथ ही उड़म लाला, फूल, फल और शृंगार के पांच सामान अर्पित करें।

इसी के साथ माता को पूजा, चने और हलवे का भोग लाए और इस दौरान मां दुर्गा सज्जशी का पाठ करें।

अंत में माता दुर्गा के सामने वीं की दीपक जलाएं और आरती करें।

देवी पूजन मन्त्र

1 ॐ जयन्ती मंगला काली भद्रकाली कपालिनी । दुर्गा क्षमा शिवा धारी स्वाहा रथधा नमोऽस्तुते ॥  
2 या देवी सर्वभूतेषु शक्तिरूपेण संस्थिता । नमस्तरथै नमस्तरथै नमस्तरथै नमोऽस्तुते ॥

दुर्गाष्टमी के दिन मां दुर्गा को एक चांदी का सिक्का जरूर अर्पित करें। व्रत का पारण करने के बाद उस सिक्के को घर की तिजोरी में दूर होने लगती।

माता दुर्गा को प्रसन्न करने के लिए मासिक

पूरे घर और मौद्रिक में गंगाजल का छिड़काव करके उसे शुद्ध करें।

मंदिर में माता दुर्गा को फटो या मूर्ति को स्थापित करें और व्रत का संकल्प लें।

मां का रसीया या हल्दी से तिक्का करें। साथ ही उड़म लाला, फूल, फल और शृंगार के पांच सामान अर्पित करें।

इसी के साथ माता को पूजा, चने और हलवे का भोग लाए और इस दौरान मां दुर्गा सज्जशी का पाठ करें।

अंत में माता दुर्गा के सामने वीं की दीपक जलाएं और आरती करें।

देवी पूजन मन्त्र

1 ॐ जयन्ती मंगला काली भद्रकाली कपालिनी । दुर्गा क्षमा शिवा धारी स्वाहा रथधा नमोऽस्तुते ॥  
2 या देवी सर्वभूतेषु शक्तिरूपेण संस्थिता । नमस्तरथै नमस्तरथै नमस्तरथै नमोऽस्तुते ॥

दुर्गाष्टमी के दिन मां दुर्गा को एक चांदी का सिक्का जरूर अर्पित करें। व्रत का पारण करने के बाद उस सिक्के को घर की तिजोरी में दूर होने लगती।

माता दुर्गा को प्रसन्न करने के लिए मासिक

पूरे घर और मौद्रिक में गंगाजल का छिड़काव करके उसे शुद्ध करें।

मंदिर में माता दुर्गा को फटो या मूर्ति को स्थापित करें और व्रत का संकल्प लें।

मां का रसीया या हल्दी से तिक्का करें। साथ ही उड़म लाला, फूल, फल और शृंगार के पांच सामान अर्पित करें।

इसी के साथ माता को पूजा, चने और हलवे का भोग लाए और इस दौरान मां दुर्गा सज्जशी का पाठ करें।

अंत में माता दुर्गा के सामने वीं की दीपक जलाएं और आरती करें।

देवी पूजन मन्त्र

1 ॐ जयन्ती मंगला काली भद्रकाली कपालिनी । दुर्गा क्षमा शिवा धारी स्वाहा रथधा नमोऽस्तुते ॥  
2 या देवी सर्वभूतेषु शक्तिरूपेण संस्थिता । नमस्तरथै नमस्तरथै नमस्तरथै नमोऽस्तुते ॥

दुर्गाष्टमी के दिन मां दुर्गा को एक चांदी का सिक्का जरूर अर्पित करें। व्रत का पारण करने के बाद उस सिक्के को घर की तिजोरी में दूर होने लगती।

माता दुर्गा को प्रसन्न करने के लिए मासिक

पूरे घर और मौद्रिक में गंगाजल का छिड़काव करके उसे शुद्ध करें।

मंदिर में माता दुर्गा को फटो या मूर्ति को स्थापित करें और व्रत का संकल्प लें।

मां का रसीया या हल्दी से तिक्का करें। साथ ही उड़म लाला, फूल, फल और शृंगार के पांच सामान अर्पित करें।

इसी के साथ माता को पूजा, चने और हलवे का भोग लाए और इस दौरान मां दुर्गा सज्जशी का पाठ करें।

अंत में माता दुर्गा के सामने वीं की दीपक जलाएं और आरती करें।

देवी पूजन मन्त्र

1 ॐ जयन्ती मंगला काली भद्रकाली कपालिनी । दुर्गा क्षमा शिवा धारी स्वाहा रथधा नमोऽस्तुते ॥  
2 या देवी सर्वभूतेषु शक्तिरूपेण संस्थिता । नमस्तरथै नमस्तरथै नमस्तरथै नमोऽस्तुते ॥

दुर्गाष्टमी के दिन मां दुर्गा को एक चांदी का सिक्का जरूर अर्पित करें। व्रत का पारण करने के बाद उस सिक्के को घर की तिजोरी में दूर होने लगती।

माता दुर्गा को प्रसन्न करने के लिए मासिक

पूरे घर और मौद्रिक में गंगाजल का छिड़काव करके उसे शुद्ध करें।

'मिमी' में अपने कमाल के फिल्म में बतौर एक्ट्रेस भी काम करती नजर आए गी। उसके

कृति ने बॉलीवुड में एक

अलग जान बनाई है।

अपने सफल अभिनय

करियर और अब

प्रोडक्शन में कदम

खण्डन के साथ,

वह फिल्म

इंडस्ट्री में नई

उपलब्धियां

हासिल कर

रही है।

कृति

सेनन की

अगले गी

फिल्म है

'दो पत्ती'।

यह उसके

लिए इस

मायने में

भी खास है

कि इसके

साथ वह

बतौर

अलग

जान बनाई

है। अपने

व्यक्तिगत

पहाड़ियों पर

आधा रित

एक

करोड़ चक

मिस्ट्री थ्रिलर

है। इस साल

के अंतिम

यह फिल्म

ओटीटी पर

रिलीज़ हो

गी।

कृति

इस

में अपने

कमाल की

बातें देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

सेनन की

अगली बातें

देखें।

कृति

स

# स्वास्थ्य/सौदर्य

स्वतंत्र वार्ता, हैदराबाद

मंगलवार, 13 अगस्त, 2024 9



## अनार-सेब सब फेल, बाजी मार गया ये हरा फल, खत्म करता है कैंसर सेल्स, ब्लड प्रेशर भी रखे काबू



हरे केले में फिलोलिक्स यौगिकों का प्रतिशत सबसे अधिक होता है। यह फारटोकेमिकल्स पेट और छोटी अंतों के कामकाज को बेहतर बनाकर पाचन को मजबूत बनाते हैं।

### केला खाने के फायदे

ब्लड प्रेशर कंट्रोल कर दिल को रखता है स्वस्थ हरे केले में दिल की सेहत के लिए सभी जरूरी पोषक तत्व होते हैं। पोटेशियम का एक बढ़िया स्रोत होने की वजह से यह एक नैयुरल वासांडिलेटर के रूप में काम करता है, जो मांसपूर्णशियों को सिकोइन, ब्लड प्रेशर कंट्रोल करने और हार्ट रिदम को बनाए रखता है।

### डायबिटीज के मरीजों का सच्चा साथी

हरे केले में मौजूद पेटिन और रेसिस्टेंट स्टार्च दोनों भोजन के बाद ब्लड शुगर को कंट्रोल करने में मदद कर सकते हैं। इसके अलावा कच्चे केले का ग्लाइसेमिक इंडेक्स लेवल सिर्फ 30 है और यही वजह से यह किंविटीज के मरीजों का साथी है।

### डायबिटीजी सेल्स का करता है सफाया

हरे केले एंटीऑक्सिडेंट के भूमिका और जीवी रीडिकल से लड़ता है और हेल्दी सेल्स को ऑक्सीजेटिंग डैमेज से बचाता है। इसमें विटामिन सी, बीटा-कैरोटीन और ल्यूटीन और जैकर्कैन्थन जैसे अन्य फाइटोन्यूट्रिएंट्स भरे होते हैं। यह सभी सूजन को कम करते हैं।

### ब्लड कंट्रोल करने में सहायक

रेसिस्टेंट स्टार्च और पेटिन दोनों हरे केले में पाए जाने वाले फाइबर हैं। फाइबर वजन कम करने या कंट्रोल करने के लिए जूरी है। फाइबर की वजह से हरे केले के सेवन से भूख को कम करने में मदद मिलती है।

### ब्लड कंट्रोल करने में सहायक

जीवी रीडिकल और पेटिन दोनों हरे केले में पाए जाने वाले फाइबर हैं। फाइबर वजन कम करने या कंट्रोल करने के लिए जूरी है। फाइबर की वजह से हरे केले के सेवन से भूख को कम करने में मदद मिलती है।

## एक्सिडेंटी या हैपरएक्सिडेंटी से हार्ट अटैक का खतरा तो लौकी का जूस पिएं



अम्लता दो तरह की होती है एक होती है पेट की अम्लता और एक होती है रक्त की अम्लता, अपेक्षे पेट में अम्लता जब बढ़ती है तो आप कहेंगे पेट में जलन सी हो रही है।

खट्टी-खट्टी डकार आ रही है, मुँह से पानी निकल रहा है और अगर ये अम्लता और खट्टी जाये तो हैपरएक्सिडेंटी होगी और यही पेट की अम्लता बढ़ते-बढ़ते जब रक्त में आती है, तो रक्त की अम्लता होती है। खट्टी-खट्टी डकार आ रही है, मुँह से पानी निकल रहा है और अगर ये अम्लता और खट्टी जाये तो हैपरएक्सिडेंटी होगी और यही पेट की अम्लता बढ़ते-बढ़ते जब रक्त में आती है, तो रक्त की अम्लता होती है। खट्टी-खट्टी डकार आ रही है, मुँह से पानी निकल रहा है और अगर ये अम्लता और खट्टी जाये तो हैपरएक्सिडेंटी होगी और यही पेट की अम्लता बढ़ते-बढ़ते जब रक्त में आती है, तो रक्त की अम्लता होती है। खट्टी-खट्टी डकार आ रही है, मुँह से पानी निकल रहा है और अगर ये अम्लता और खट्टी जाये तो हैपरएक्सिडेंटी होगी और यही पेट की अम्लता बढ़ते-बढ़ते जब रक्त में आती है, तो रक्त की अम्लता होती है।

जिसे दुधी भी कहते हैं।

जिसे आप सज्जों के रूप में खाते हैं। यदि आपका पाचन नंदा और ज्यादा श्वारीय चीज़ क्या है और सब घर में आसानी से उपलब्ध रहती है, तो वह है लौकी।

जिसे आप करते हैं।

जिसे आप करते ह













## ‘हर घर तिरंगा’ को एक यादगार जन आंदोलन बनाएँ : डॉ. शिल्पा रेड्डी

भाजपा महिला मोर्चा ने ‘हर घर तिरंगा’ स्कूटी रैली निकाली



हैदराबाद, 12 अगस्त (स्वतंत्र वार्ता)। भारतीय जनता पार्टी ने 77वें स्वतंत्रता दिवस से पहले तेलंगाना भाजपा महिला मोर्चा ने 12 अगस्त को कोतापेट और तासानाका, हैदराबाद में स्कूटी रैली का आयोजन किया।

इस अवसर पर तेलंगाना भाजपा राज्य महिला मोर्चा अध्यक्ष डॉ. शिल्पा रेड्डी ने कहा कि इस साल के त्वरित्राता दिवस के करीब आते ही, आइफ फिर हर घर तिरंगा नागरिकों से साथ अपनी सेल्फी साझा करने और अपनी प्रोफाइल तस्वीरों को भारतीय ध्वज में बदलने का आग्रह किया।

इसके एक हिस्से के रूप में वार्ता)। भारतीय जनता पार्टी ने 77वें स्वतंत्रता दिवस से पहले तेलंगाना भाजपा महिला मोर्चा ने 12 अगस्त को कोतापेट और तासानाका, हैदराबाद में स्कूटी रैली का आयोजन किया।

इस अवसर पर तेलंगाना भाजपा राज्य महिला मोर्चा अध्यक्ष डॉ. शिल्पा रेड्डी ने कहा कि इस साल के त्वरित्राता दिवस के करीब आते ही, आइफ फिर हर घर तिरंगा नागरिकों से साथ अपनी सेल्फी साझा करने और अपनी प्रोफाइल तस्वीरों को भारतीय ध्वज में बदलने का आग्रह किया।

चीन के आदेश का पालन कर रहे हैं राहुल गांधी : बंडी संजय

केंद्रीय गृह राज्य मंत्री ने नेता प्रतिपक्ष पर साधा निशाना

कर्मीनगर, 12 अगस्त (स्वतंत्र वार्ता)। केंद्रीय गृह राज्य मंत्री बंडी संजय कुमार ने सोमवार को आरोप लगाया कि कांग्रेस नेता राहुल गांधी चीन के आदेश पर बांगलादेश में असांति पर चुप हैं। उन्होंने कहा कि राहुल गांधी चीन के मसूबों को लागू कर रहे हैं। यहां हर घर तिरंगा रैली के द्वारा मीडिया के सात बात करते हुए उन्होंने कहा कि कांग्रेस नेता अपने चाचा सैम पिंटोदा की भाषा बोल रहे हैं।

उन्होंने कहा कि हर घर तिरंगा



अधियान के तहत हर घर पर डिडा फहराया जा रहा है, सेमिनार

आग्रह करते हैं कि आप भी ऐसा करके हमारे तिरंगे का जश्न मनाने में मेरा साथ दें। और हां, अपनी सेल्फी जरूर शेयर करें। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नेंद्र मोदी ने जुलाई में अपने मन की बात कोठरिम के 112वें संस्करण में हर घर तिरंगा कार्यक्रम को राष्ट्रीय उत्सव के रूप में मनाने का आद्वान किया था। शिल्पा रेड्डी ने कहा कि भाजपा 11 अगस्त से 13 अगस्त तक घर पर विधानसभा क्षेत्र में तिरंगा यात्रा निकाली। 14 अगस्त में सभी जिलों में मौन जलूस निकालकर विभाजन स्मृति दिवस मनाया जाएगा। 13, 14 और 15 अगस्त को सभी घरों और व्यापारियों के विकासान्न एवं अधिकारी ने एप्पिल के लिए आक्षय ध्वज का राष्ट्रीय ध्वज। फहराया जाएगा और ‘पूरा देश भगवा, सफेद और हो रा के साथ में बदल जाएगा।’ डॉ. शिल्पा रेड्डी ने कहा कि पार्टी का लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि तिरंगा पूरे देश में हर वृथत तक पहुंचे। 2022 से भाजपा देश के लोगों के साथ मिलकर हर घर तिरंगा अधियान के बड़े जोश और उत्साह के साथ मन रही है। इस अधियान में एक बार फिर देश भर के नागरिकों की व्यापक भागीदारी बढ़ाने को मिलेगी।

केंद्रीय गृह राज्य मंत्री के विकास नेता प्रतिपक्ष पर साधा निशाना

कर्मीनगर, 12 अगस्त (स्वतंत्र वार्ता)। केंद्रीय गृह राज्य मंत्री बंडी संजय कुमार ने सोमवार को आरोप लगाया कि कांग्रेस नेता राहुल गांधी चीन के आदेश पर बांगलादेश में असांति पर चुप हैं। उन्होंने कहा कि राहुल गांधी चीन के मसूबों को लागू कर रहे हैं। यहां हर घर तिरंगा रैली के द्वारा मीडिया के सात बात करते हुए उन्होंने कहा कि कांग्रेस नेता अपने चाचा सैम पिंटोदा की भाषा बोल रहे हैं।

उन्होंने कहा कि हर घर तिरंगा

## आईएएस अधिकारी स्मिता के खिलाफ जनहित याचिका



उनकी टिप्पणी को लेकर जनहित याचिका दायर की थी।

अधिकारी सिंह

और पूजा खेड़कर

की जांच से शुरू हुई पीडल्लूडी

श्रेणी के तहत

य पी ए स सी

उम्मीदवारों के लिए

आकर्षण पर बहस

के बीच, आईएएस

अधिकारी को अपने

एक्स

हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के प्रति पूरे

समान के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक जनहित याचिका

(पीआईएस)। दायर की गई।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के खिलाफ सोमवार

को तेलंगाना उच्च न्यायालय में

एक याचिका

प्रतिवाद की जाएगी।

एक्स हैंडल पर

लिखा, दिव्यांगों के साथ। क्या

सभवाल के